

Zsiráf vagy sakál - Az EMK alapjai az óvodában



ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

Mentor neve:

Szilágyi Anikó



Részvevők száma: 5-25 fő

A kurzus nyelve: magyar

Rövid összefoglalás:

Az erőszak, a konfliktusok társadalmi életünk, mindennapi életünk részeivé váltak. Néha mi vagyunk ezek szereplői, néha a családtagjaink, barátaink, kollégáink, ismerőseink közötti konfliktusok keresztüzében állva próbálunk közvetíteni. Fontos, hogy egy konfliktus helyzetből hogyan jövünk ki nem jó, ha mindig nyertes és az, sem ha vesztesen. A legjobb lenne, ha mindkét fél nyertesnek érezné magát. Az Együttműködő Kommunikáció gyakorlata, amely ezt a jövőképet szolgálja, támogatja a belső erőt és tisztánlátást, hogy képesek legyünk felelősséget vállalni érzéseinkért, erőforrásainkért és döntéseinkért. Saját erőforrásainkból képesek vagyunk együttérzéssel fordulni önmagunk és mások felé. A kölcsönös megértés és közös szükségleteinkről való gondoskodás szándéka minőségi találkozásokat tesz lehetővé, és a különbözőségeket áthidalva megoldhatjuk konfliktusainkat. Mindennapi életünkbe épülve, az EMK gyakorlata könnyedséget, örömet hoz kapcsolatainkba.

A KURZUS TARTALMA

Részletes leírás:

Az Együttműködő- erőszakmentes- Kommunikáció (EMK) egy szemlélet, egy lehetőség a tudatosságunk, érzelmi intelligenciánk fejlesztéséhez. A lényege abban áll, hogy a zsigeri mintáinkat, mint például a támadás, védekezés, hárítás, benuhátság, erőfölények kihasználása, összehasonlítások, ítélezések, kritizálások, büntetések, jutalmazások, hibáztatások..., mindazok az eszközök, amik nem tesznek boldoggá és eredményt is rövid ideig hoznak, átváltunk egy tudatos, egyenrangú működésre, ahol felelősséget vállalunk saját érzéseinkért és szükségleteinkért és figyelembe vesszük mások érzéseit, szükségleteit is. Igyekszünk összehangolni és olyan megoldásokat keresni, amikben mindenki szükséglete kielégülhet, ezzel megalapozhatjuk a hatékony együttműködésünket. Az EMK használata során megtanuljuk felszabadítani az érzéseinket, megélni és kifejezni azokat, mivel fontos irányjelzők a szükségleteinkkel való kapcsolathoz. Ren-

geteg félreértés, elbeszélés egymás mellett megelőzhető, ha közösen megegyezünk miről is beszélünk. Az EMK-nak így mind fontos szerepe van egyéni fejlődésünkben, önismeretünkben és közösségek együttműködésében. Ha szeretnénk olyan közösséget teremteni, ahol a figyelem, az egyéni felelősségvállalás, önálló- és csapatmunka egyaránt működik, ahol a közösség tagjai bizalommal lehetnek egymás felé és biztonságban érezhetik magukat, akkor ott érdemes elsajátítani az önkifejezés és empátia gyakorlásának művészetét.

Gyakorlat orientált képzés sok játékkal, nevetéssel, felszabadultsággal. Óvodai csoportban, alsós osztályokban való alkalmazásáról és bevezetéséről is kapnak ismertetőt a hallgatók, illetve a felhasználás lehetőségeiről.

A képzés célja, célkitűzései:

A képzésen résztvevők képesek legyenek az Erőszakmentes kommunikáció szemléletmódját és eszközeit alkalmazni a munkájuk során. Az alapok elsajátításával és a játékok ismeretével csoportjaikban, osztályukban el tudják kezdeni az EMK megismertetését a gyerekekkel.

Várható tanulási eredmények:

- Az Erőszakmentes kommunikáció alapelvei a négy lépés
- Hogyan tudjuk őszintén kifejezni magunkat a másik kritizálása nélkül
- Hogyan hallhatjuk meg, mi él a másik fél szívében, avagy az empátia ereje,
- Óvodai, iskolai alkalmazása, differenciálás életkor szerint
- A szükségleteink egyre pontosabb beazonosítása
- Én-üzenet-tanácsot nem adok
- A jutalmazás és büntetés reménytelensége
- NEM-et mondás és NEM-et hallás
- Játék ismeret, gyakorlatok
- A kártyák megismerése

Célcsoport:

óvodapedagógusok, tanítók

Elvárt nyelvi szint: magyar, B5

Időtartam: 35 tanóra (7 nap)

Órarend*



VASÁRNAP	<ul style="list-style-type: none">• Érkezés, a kurzus és a helyszín bemutatása• Bemelegítő, ráhangoló tevékenységek, ismerkedés
HÉTFŐ	<ul style="list-style-type: none">• Bemutatkozás• Miért vagy itt? Ki mit vár?• Csoportszabályok• Ismerkedő játékok• EMK-ról röviden az alapok• Játék, záró gondolatok
KEDD	<ul style="list-style-type: none">• Ismerkedés a kártyákkal• Megfigyelés kártya• Játékok• Az EMK óvodai, iskolai használata• Játék, záró gondolatok
SZERDA	<ul style="list-style-type: none">• Ismerkedés a kártyákkal• „Érzés” kártyák• Játékok érzésekkel• A játékvezetés sikeressége• Játék, záró gondolatok

CSÜTÖRTÖK	<ul style="list-style-type: none">• Ismerkedés a kártyákkal• „Erőforrás” kártyák• Játékok erőforrásokkal• Kérés játékok• Játék, záró gondolatok
PÉNTEK	<ul style="list-style-type: none">• Ismerkedés a kártyákkal• Kérés játékok• Négy lépés összekapcsolása• Játék, záró gondolatok
SZOMBAT	Kötelező kapcsolatépítő program, kiértékelés, oklevelek átadása, tanfolyam zárása.

* Megjegyzés:

A munkaterv a nagy valószínűséggel megvalósuló programokat tartalmazza, de ezek a résztvevők igényeinek és szükségleteinek figyelembevételére változhatnak.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓK



Részvételi igazolások: a kurzus végén a részvételről oklevelet, az Erasmus+ ügyfelek részére az Europass igazolványt és/vagy learning agreement complement dokumentumot (részvételi igazolást) állítunk ki

Ár: EUR, ami magában foglalja a kurzust, az oklevelet, az Erasmus+ dokumentációt (amennyiben szükséges) és egy kulturális programot

Helyszín:

Időpont:

Elérhető támogatási formák:

Erasmus+ pályázatok keretein belül a kiutazás teljes költségét (pl. utazás, kurzusdíj, szállás, napidíj, stb.) az ösztöndíj fedezi.



JUTAKI Kft. – Hungary Expert for Teachers and Students
Mail: H-2040-Budaörs, Kislaludy u. 18.
Tel: +36 30 231 2705 • Skype ID: krisztina-jutaki
E-mail: students@hungary-expert.com
www.hungary-expert.com

VAT nr: HU32346497
Licence Nr: U-000611
FAR reg nr: B/2020/006603
OID nr: E10016801