



Comenius 2.1
E:BOP

Empowerment: Burn Out-Prevention

Győr-Moson-Sopron County Institute of Pedagogy

Module 1

HUNGARY

E-BOP International project
Personal and professional identity

27-05-02 – 29-05-02

A Preface

The professions dealing with humans, therefore the profession of the teacher as well, carries in themselves the peril of burn-out syndrome, the state when the otherwise motivated, emotional person gets filled with the problems which occur in his/her activities day by day.

In this project the teacher is in the focus, whose personality, competence must be developed in order to prevent burn out.

Therefore we created a concept of four modules, which will help them in their professional life. They will get new methods for handling the behavior problems of students, and a prevention's techniques of burn-out-prevention: reinforcing social supporting systems, extending counseling services (psychologist, social workers participating)

B Aims/Targets of Module :

- Teachers personality, role and stereotypes
- Motivation and Determinants of job-choice
- Developing the self-knowledge of the participants,
- Shaping positive self image,
- Tolerating different people
- Teacher resources/ Strengths and weaknesses
- Teacher function and personality
- Practice in self-evaluation

D The seminar

1.Contents:

1. Introduction, team training, rules
2. Introduction, drawing up expectations
3. Professional criteria of the ideal pedagogies
4. Rules, role of pedagogies
5. Types, concept, role of emotions,
6. Conflicts
7. Positive self image
8. Expressing positive identity
9. Me and others, others and me: apperception and acceptance of the differences between people

2. Invitation:

Invitation for training of international project in the Magazine of Győr-Moson-Sopron County Institute of Pedagogy – News



GYŐR-MOSON-SOPRON MEGYEI PEDAGÓGIAI INTÉZET

9022 GYŐR, BAJCSY-ZSILINSZKY U. 80-84.

✉ **9002 GYŐR, PF. 67.**

☎ **96/529-400, 96/529-411**

📠 **96/310-732**

E-mail: mpi@mpigyor.sulinet.hu

URL: <http://www.mpigyor.sulinet.hu>

FELHÍVÁS NEMZETKÖZI EGYÜTTMŰKÖDÉS KERETÉBEN TÁMOGATOTT TOVÁBBKÉPZÉSEN VALÓ RÉSZVÉTELRE

A társadalmi változások a pedagógusokat újabb és újabb kihívások elé állítják, melyek az eddigi pedagógiai gyakorlat módszereinek megújításával kezelhetők hatékonyan.

Ennek érdekében a **Győr-Moson-Sopron Megyei Pedagógiai Intézet nemzetközi együttműködés keretében** – Luxemburg, Ausztria (Salzburg), Spanyolország (Madrid) szakmai szolgáltató intézeteinek együttműködésében – sikerrel pályázott az **Európai Unió** által támogatott **Socrates Comenius 2.1.** programban az

E-BOP EMPOWERMENT – BURN OUT PREVENTION c.
A kiégés megelőzésének képessége. A foglalkozási elégedettség növelése a szakmaiság erősítésével c.

nemzetközi projekt 2001–2004 közötti megvalósítására.

A projekt keretében nemzetközi szakemberek összefogásában 4 modulból álló továbbképzési programot fejlesztenek ki és valósítanak meg a négy partnerországban érdeklődő, 15–20 éves gyakorlattal rendelkező pedagógusok részvételével.

A modulok tartalma:

1. Egyéni és szakmai identitás
Énkép, személyiség, pedagógusszerep, konfliktusok
2. Kommunikáció és kooperáció
A kommunikáció és a beszélgetésvezetés elmélete és gyakorlata
A kooperáció elvei és formái
Új kommunikációs, információs technikák
3. Új tanulási és tanítási formák
Metodikai és didaktikai ismeretek új tanulási és tanítási formákhoz
4. Magatartási zavarok kezelése
A magatartászavarok felismerése, azonosítása és kezelésük

A modulok tartalmilag egymással összefüggnek, egymásra épülnek, és a résztvevők számára a már említett mindennapi kihívások pedagógusi gyakorlatban való kezeléséhez kívánnak ötleteket adni, technikákat, módszereket bemutatni és megtanítani.

A továbbképzés óraszámja: 104 óra (modulonként háromnapos elfoglaltságot jelent)

A modulok tervezett megvalósítási ideje:

1. modul: 2002. május 27–29.
2. modul: 2002. október–november
3. modul: 2003. március–április
4. modul: 2003. október–november

A továbbképzés helye: Győr- Moson -Sopron Megyei Pedagógiai Intézet
(Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 80–84.)

Várjuk azon érdeklődő kollégák jelentkezését, akik 15–20 éves pedagógiai gyakorlattal rendelkeznek, és készletet éreznek az új kihívások szakszerű kezelésének megtanulásához.

A jelentkezés módja: A mellékelt jelentkezési lap beküldése intézetünk címére

A jelentkezés határideje: 2002. május 15.

A jelentkezés feltételei:

A jelentkezés a négy modulra való részvételre szól.
A részvételi hozzájárulás 10 000 Ft/modul.
A fizetés módja: modulonként számla ellenében.
Az 1. modul ideje: 2002. május 27–29.
Helye: Győr- Moson- Sopron Megyei Pedagógiai Intézet
Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 80–84.

További tudnivalók:

A részvétel nemzetközi pedagógus-továbbképzésnek számít, amely a kiállított igazolás alapján **beszámít a pedagógusok hétévenkénti kötelező 120 órás továbbképzési óraszámába.**

A továbbképzés teljesítéséről **nemzetközi tanúsítványt** kapnak a résztvevők a **negyedik modul végén.**

Az egyes modulokhoz szakmai háttéranyagot biztosítunk.

3. Programme:

Monday 27-05-02.

8.30-10.00 I. Introduction, group training, rules, composing expectations

- Phenomenon, concept of burn out
- Introducing the project
- Introducing the programme
- Burn Out Test
- Individual introduction
- Drawing up group rules
- What do you expect from the training? (Write it down and put it to the envelope)

Rotation

10.10-14.00 II. Individual and professional identity

Professional criteria of the ideal pedagogist – professional (objective)

Individual attributes of the ideal pedagogist (subjective)

Theory: Personality of the pedagogist

14.00-16.45 III. Emotions

Types, concept, rule of emotions

Closing, feedback

Tuesday 28-05-02.

8.30-10.30 IV. Conflicts

IV/1 Association game

IV/2. Skills that are either assist or weaken the handling of conflicts

IV/3. Theory

Rotation

10.40-12.10 V. Positive self image

V/1. Identification with the different wisdom

V/2 From dependence to independence

- Task: Marguerite –example
- Sharing the experience

Rotation

12.45-14.15 VI. Telling about a real experience, how was the conflict solved

VII. Among hills, mountains

Rotation

14.25-16.45 VIII. Let' s turn negative things into positive things!

IX. Expressing positive self ID

I do not want to boast but ... (sitting in the middle of the circle)

X. Maslow pyramid

Feedback, closing

Wednesday 28-05-02.

8.30-10.00 XI. How do you see the other person?

10.10-11.40 XII. How other see us?

- Johary window
- Envelope
- Cricket of confidence-I like you because ...

- Self poem
- Paper on the back

12.30-16.30 XIII. Apperception of differences between people and the acceptance of those

Film: Story of a blind girl „ Feel my dancing”

Finish, Feedback

Filling out evaluation questionnaires

E Qualitative Evaluation

Qualitative methods:

- Daily feedback sheet,
- evaluation questionnaire at the end of the module

Results:

- Oral evaluation of daily feedback

The participants have drawn up their thoughts in the following subjects:

- Today I felt that...
- What I obtained as a teacher today....
- What I learnt about myself today...
- The most useful part of the day..
- Other comments..

Participants told they felt themselves pleasantly, freely. They got tired by the end of the day but were looking forward to continue the program.

We have discussed about things that they considered important but had few chance to talk about in their daily routine. The program was useful and good..

As they said the program was especially useful in knowing and tolerating themselves and others.

Some thoughts from the daily feedback:

“ I am alright, I am important”, “ self knowledge is important in tolerating others”, how can I express and strengthen my positive self image”, “ it is important that I have to take care of myself more”, ‘accept yourself!’, “The meaning and aim of life” I feel free”
 “ Have to have such a team”

Written summary of evaluation questionnaire:

Participants considered the organisation, realisation of the course very good. They had a good time during the program, expressed their satisfaction in connection with the selection of trainers. The professional and methodology competence of the lecturers and the comprehension of the content were also judged very high.

They knew targets and they felt that these were achieved.

As they see the content of the training not only helps them in the pedagogical practice but in their private development as well.

The professional material handed over was thought of useful and adequate, the implementation of media techniques was considered appropriate.

The training was informative, varied, very well structured in their opinion.

The ration of theory and practice was correct.

The course was well built on the existing knowledge, it set appropriate requirements for the participants.

As far as participants see it, the targets were achieved.

The course trainers had adequate competence, they reacted flexibly to the demands of the participants.

Some notes from the comments of the participants:

What I liked:

- “Almost friendly atmosphere was formed, the preparedness, personality of the lecturers”
- “It was good to be here”
- “Professionalism, organisation, usefulness, efficiency
- “Energy, rhythm”
- “Everything “
- “Organisation, lecturers, variety (music, dance)“
- „It helped a lot in the deepening of self knowledge “
- „Human focus, variety”
- “The different approaches, methods to know the essence”

What I did not like:

- “Scheduling“
- „We could start earlier“

Further comments, demands:

- „I would like more training like this “
- “Looking forward to the next one”
- “Let’s go on!”

Knowing about the evaluation we may say that the first module has reached the planned targets. The satisfaction and comments of the students indicate that they bettered not only professionally during the program.

The developers of the module and the organisers of the program happily acknowledged that the participating pedagogies are really interested to take part in the next module.