

Organizator: Instytut Psychologii, Collegium Humanum Filia Poznań

Temat: Higiena psychiczna w zawodzie nauczyciela (konferencja metodyczna)

Termin: 24.05.2023 (godzina 16.00)

Grupa docelowa: dyrektorzy, wychowawcy, nauczyciele i szkolni specjaliści pracujących w przedszkolach, szkołach podstawowych i szkołach ponadpodstawowych.

Miejsce konferencji: św. Michała 43, CH Filia w Poznaniu, dostęp również on-line (videokonferencja)

Krótki opis konferencji:

Instytut Psychologii Collegium Humanum Filia w Poznaniu, zaprasza 24 maja 2023 na bezpłatną konferencję dla nauczycieli pt. „Higiena psychiczna w zawodzie nauczyciela”. Aby rozwiązać kompleksowo obecny kryzys ze zdrowiem psychicznym uczniów należy zadbać o relacje obustronne między uczniami a nauczycielami. Towarzyszenie młodemu człowiekowi przeżywającego trudne chwile w swoim życiu wymaga obecności nauczyciela o ogromnej empatii ale też dużej odporności psychicznej i emocjonalnej. Niestety, nauczyciele są grupą zawodową wyjątkowo narażoną na stres i wypalenie zawodowe. Jak zatem nauczyciel ma dbać o odporność psychiczną, radzić sobie ze stresem psychologicznym i przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu? Wystarczy, że będziemy przestrzegać higieny psychicznej, która jest ważna dla zachowania zdrowia psychicznego i zbudowania odpowiedniej odporności psychicznej. Chcemy, aby nasze spotkanie dostarczyło uczestnikom konkretnym wskazówek, rozwiązań i pomocy, które będą mogli wykorzystywać w swojej pracy.

Konferencja podzielona będzie na pięć wystąpień i panel dyskusyjny:

1. Pasja a życie zawodowe w kontekście budowania indywidualnego dobrostanu, Dr Tomasz Kozłowski, adiunkt w Instytucie Psychologii CH Filia w Poznaniu
2. Jak radzić sobie z wypaleniem zawodowym u nauczycieli? Dr Jolanta Vogt-Hajder adiunkt w Instytucie Psychologii CH Filia w Poznaniu
3. Pozytywność w pracy nauczyciel- czy to działa? dr Małgorzata Tyszkowska adiunkt w Instytucie Psychologii CH Filia w Poznaniu
4. Techniki wzmacniania odporności psychicznej w pracy i na co dzień- prof. CH, dr Marta Majorczyk, psychoterapeuta, animator rozwoju,
5. Zajadając stres... jak stylem życia można dbać o higienę psychiczną w zawodzie nauczyciela?, mgr Małgorzata Pietras- Mrozicka, psychodietetyk, psychoterapeuta, nauczyciel akademicki w CH Filia w Poznaniu

Panel dyskusyjny: Jakie są czynniki (negatywne i pozytywne) wpływające na zdrowie psychiczne? Jak zadbać o higienę psychiczną w pracy?