

EMOČNÍ SEBEOBRAHA PRO UČITELE



Setkání vede: Mgr. et MgA. Martin Sedláček

lektor a kouč v oblasti vzdělávání dospělých, přednášející psychologie na pražské DAMU, vlastník terapeutické praxe a spoluautor konceptu Emoční sebeobrana

Povolání učitele patří mezi jedno z nejnáročnějších. Při výuce i plnění ostatních pracovních povinností nastávají každodenně situace, které se zásadním způsobem dotýkají naší emoční stránky.

S pomocí principů emoční sebeobrany se naučíte účinně bránit v náročných chvílích, které učitelská profese přináší.

Cílem semináře je seznámit účastníky se způsoby, jak efektivně pracovat s vlastní emocionalitou i s emocionalitou ve třídě. Účastníci získají nástroje, jak bezpečně zpracovávat emoce vznikající v náročném prostředí každodenních interakcí s kolegy, žáky i rodiči. Dále se naučí možnostem, jak s emocemi vědomě pracovat ve svůj prospěch a následně je využívat jako zdroj energie.

Skrze vědomou práci s vlastními emocemi získáte možnost vytvoření bezpečného prostředí pro další rozvoj vlastního potenciálu. Současně se jedná o dovednost, která významně přispívá k prevenci syndromu vyhoření.

Akce je realizována ve spolupráci s organizací Emoční sebeobrana (www.emocnisebeobrana.cz)

SLEDUJTE FACEBOOK: @MAPJABLONECKO

SEMINÁŘ JE ROZDĚLEN

TERMÍN: 20. 5. + 27. 5. 2021

ČAS: 17:00 (2 X 1H 30 MIN)

PLATFORMA: ZOOM

KAPACITA: 30 OSOB

REGISTRACE, ODKAZ ZDE:

[HTTPS://FORMS.GLE/](https://forms.gle/)



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



facebook: @MAPJablonecko
mapjablonecko@gmail.com, www.podjestedi.cz
MAS Podještědí z.s.
nám. Bedřicha Smetany 10, Český Dub, 463 43 IČ: 266 60 016
Projekt "MAP Jablonecko II" realizován z fondů EU v rámci OP VVV
Registrační číslo projektu: CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0011069