



-lich

Willkommen
am Workshop!

Schön,
dass Du da
bist!!





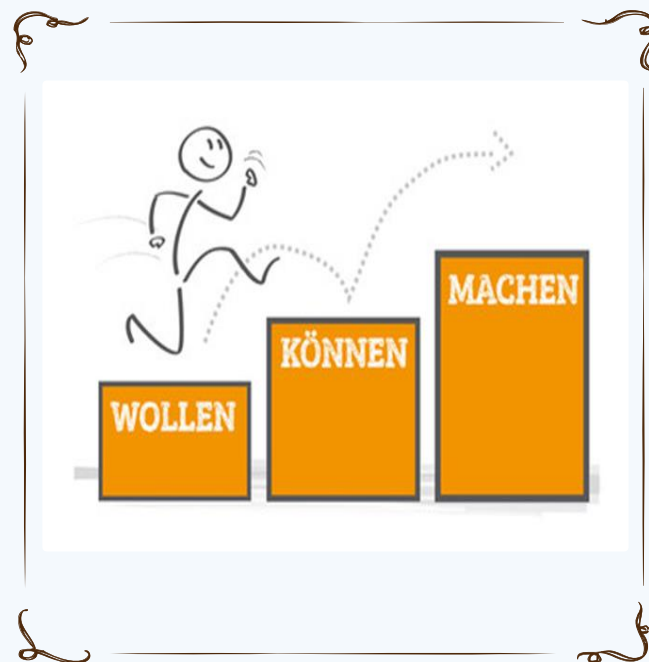
HOGY VAGY?



TÉMÁINK



ÖNBIZALOM



MOTIVÁCIÓ



KONFLIKTUSKEZELÉS



**Önbizalom – ha túl sok az a baj,
ha hiányzik az a baj?**



ÖN BIZALOM
NÖVELDE

WORKSHOP

ÓVODAPEDAGÓGUSOKNAK

- ✓ ingyenes
- ✓ **3** órás önbizalom workshop
- ✓ elismert szakemberekkel
- ✓ országos lefedettség
- ✓ 2023. április 1. és július 1. között



INFORMÁCIÓ ÉS JELENTKEZÉS:

www.onbizalomnovelde.hu

ÖN BIZALOM
NÖVELDE

WORKSHOP

PEDAGÓGUSOKNAK

- ✓ ingyenes
- ✓ **3** órás önbizalom workshop
- ✓ elismert szakemberekkel
- ✓ országos lefedettség
- ✓ 2023. április 1. és július 1. között



INFORMÁCIÓ ÉS JELENTKEZÉS:

www.onbizalomnovelde.hu

ÖNBIZALOMNÖVELTÉS



Pip Wilson teszt



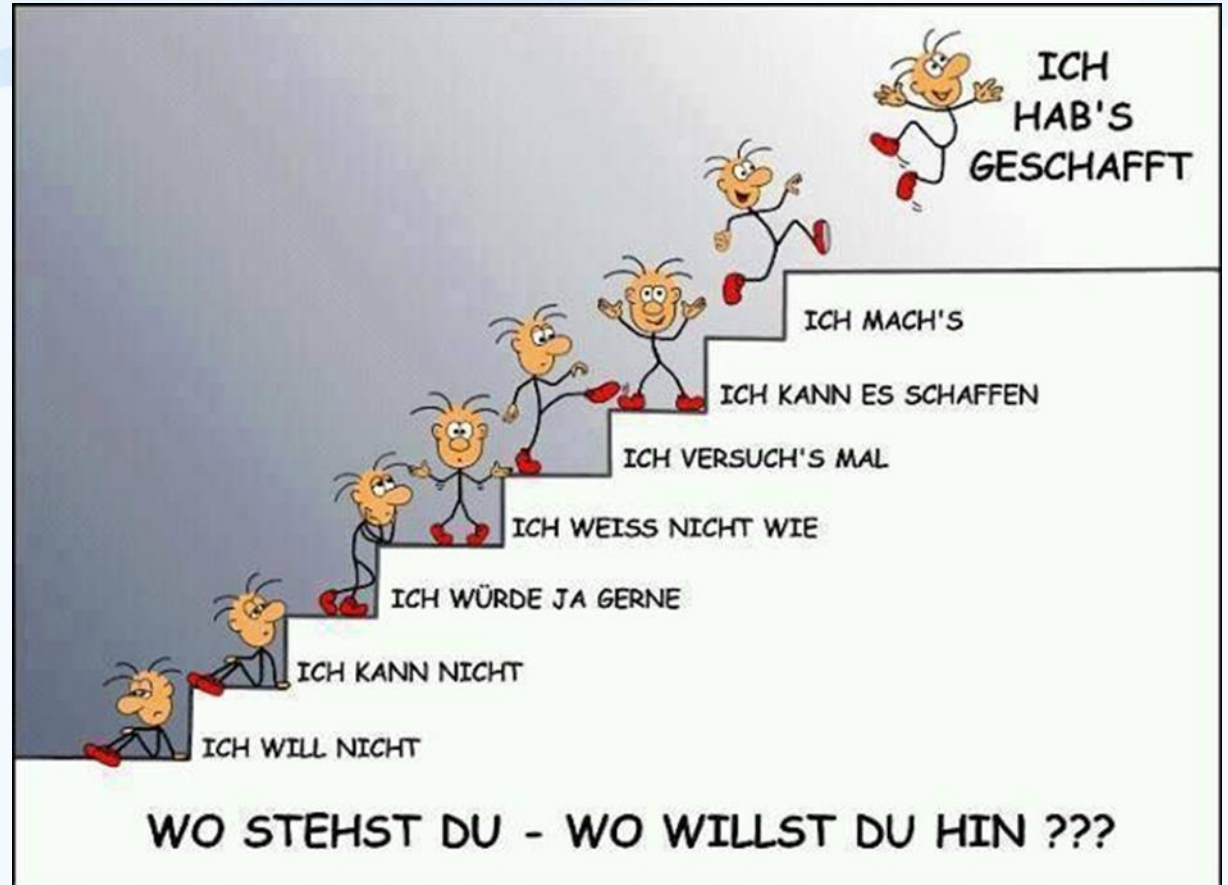
Szerepeink szerinti erősségeink



IKEGAMI



kann	fähig will nicht	fähig will
	kann nicht will nicht	kann nicht aber willig
		will





S

Spezifisch

Ziele so konkret und spezifisch wie möglich formulieren.

M

Messbar

Qualitative und quantitative Messgrößen bestimmen.

A

Attraktiv

Planen Sie so, dass Sie auch Lust haben, das Ziel zu realisieren.

R

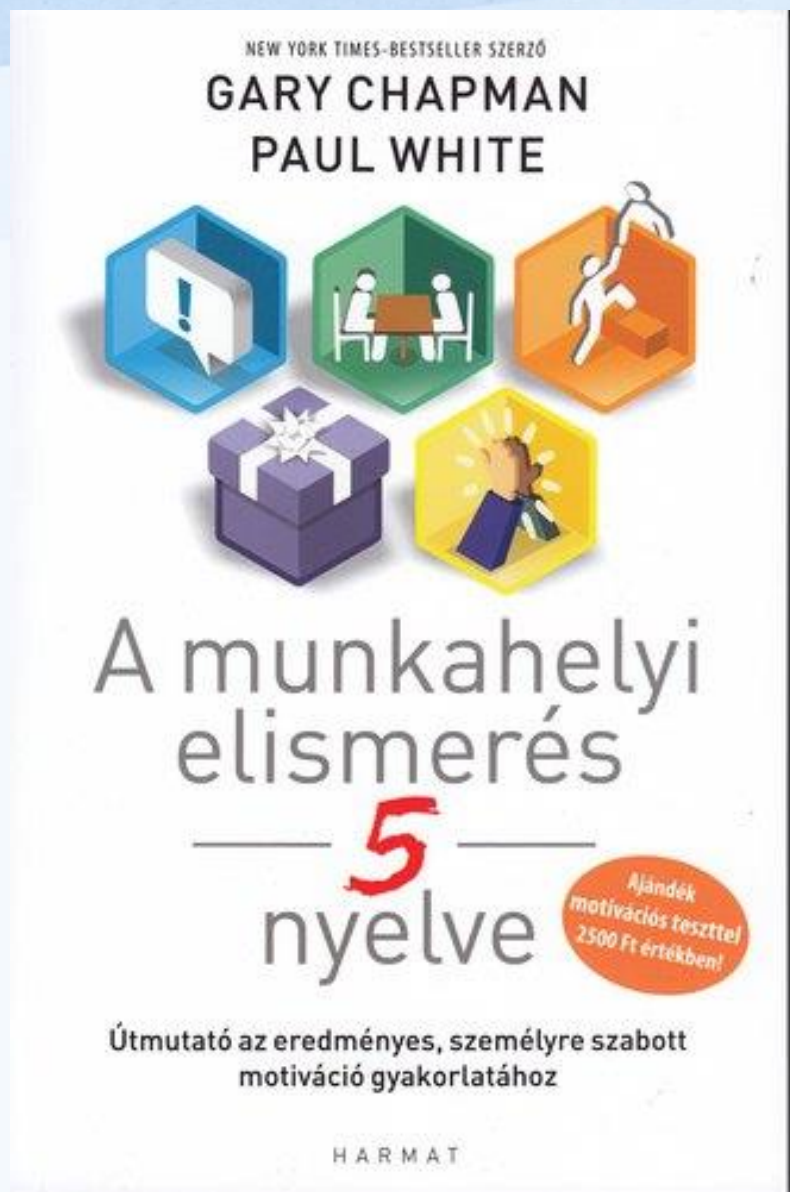
Realistisch

Machbarkeit der Aufgabe innerhalb der Zeit und mit den Mitteln.

T

Terminiert

Ziele zeitlich bindend planen: Was ist bis wann zu erledigen?



Az elismerés 5 nyelve

- *Ajándék*
- *Elismerő szavak*
- *Minőségi idő*
- *Segítség, szívességek*
- *Fizikai érintés*



Tangible
Gifts



Quality
Time



Words of
Affirmation



Acts of
Service



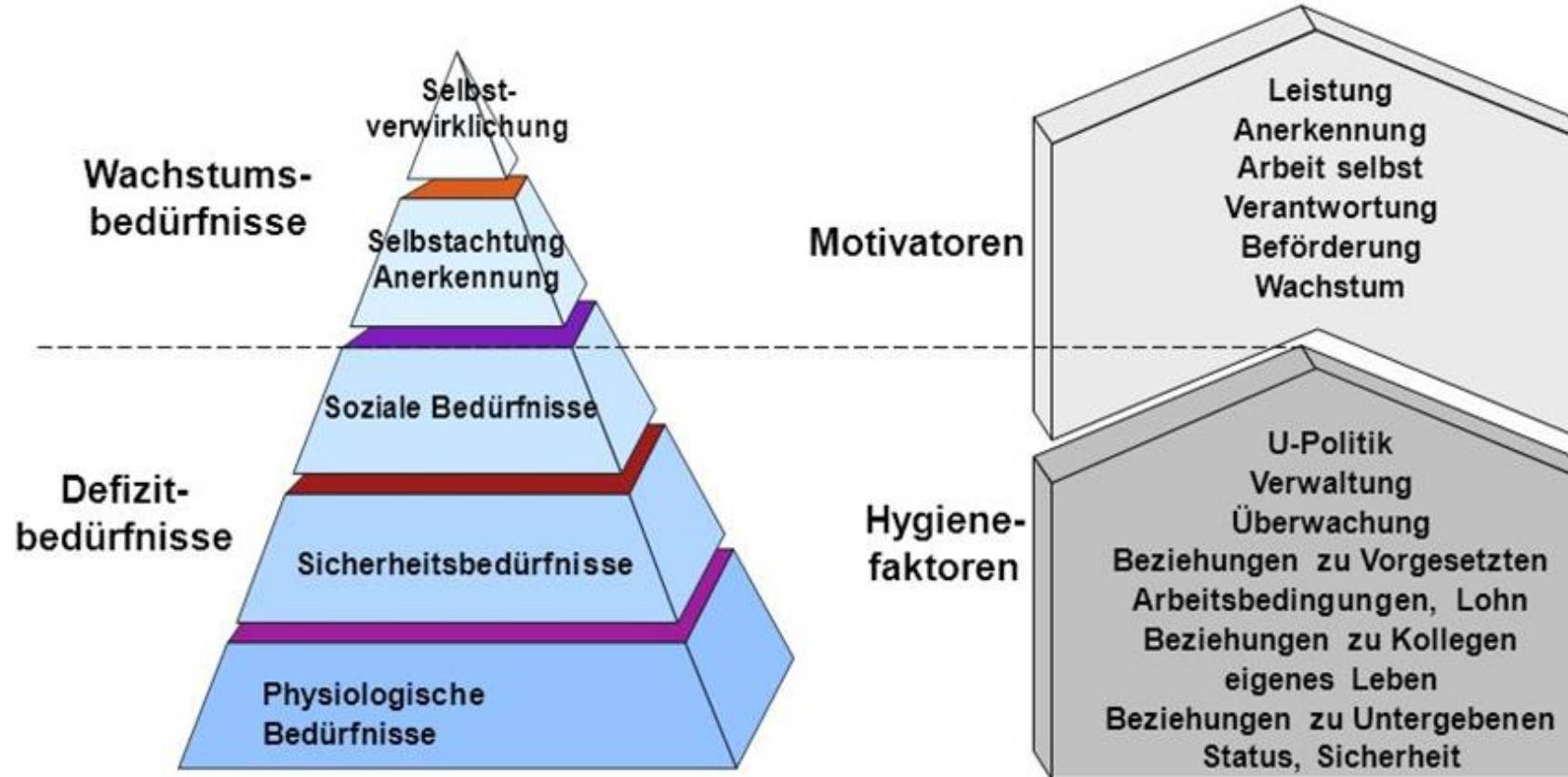
Physical
Touch



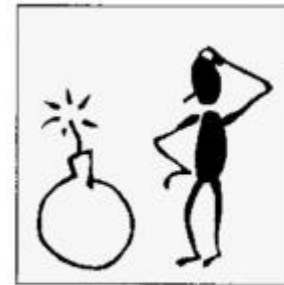
Vergleich Maslow - Herzberg

Maslow

Herzberg



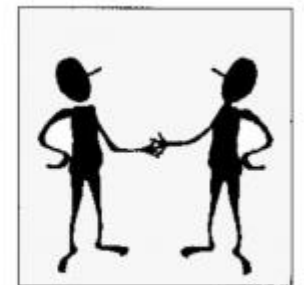
konfliktusok



CONFLICTE



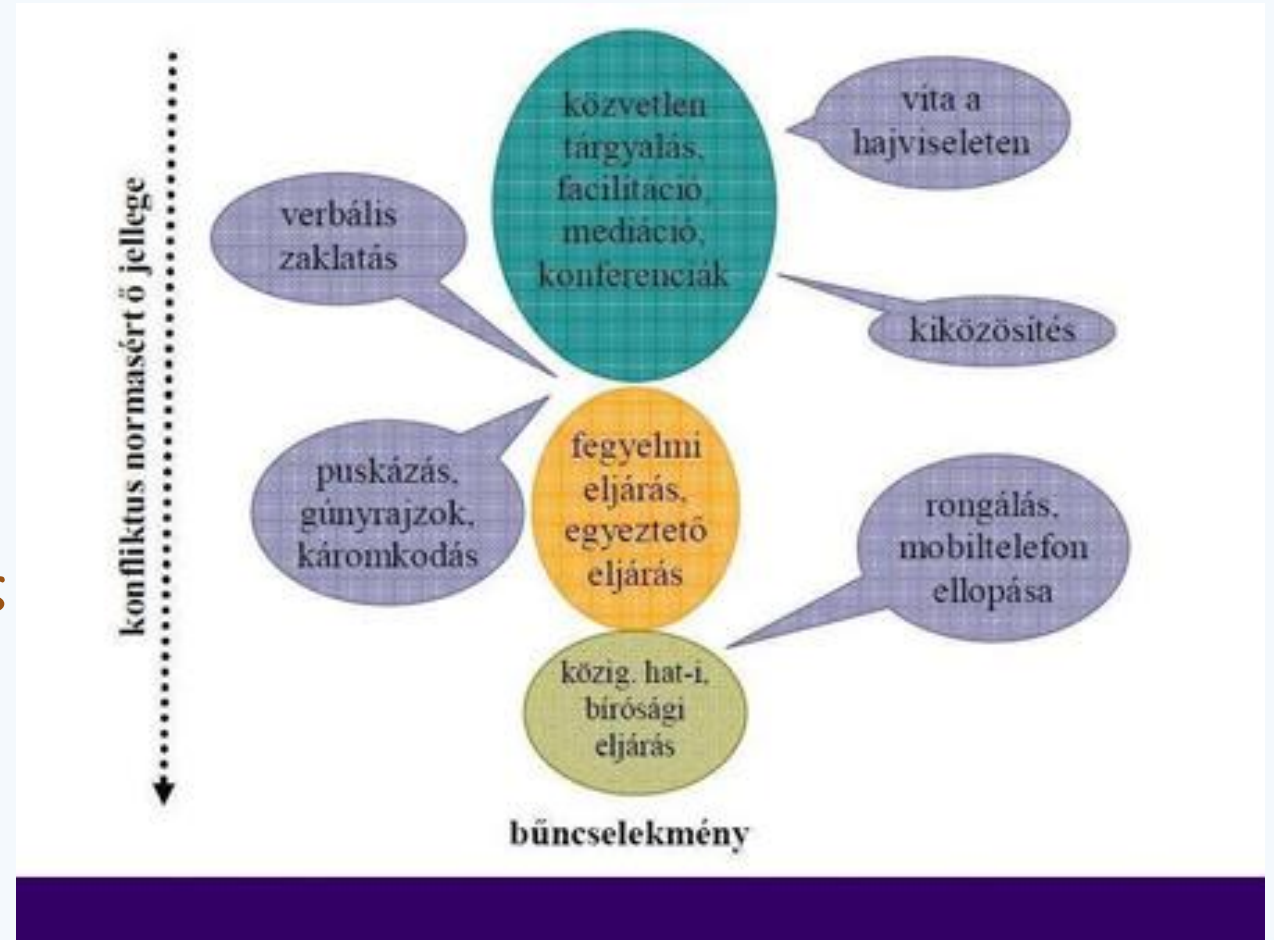
COMUNICACIÓ



MEDIACIÓ

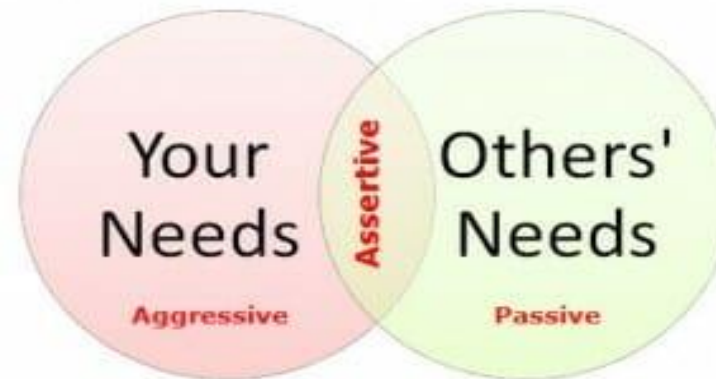
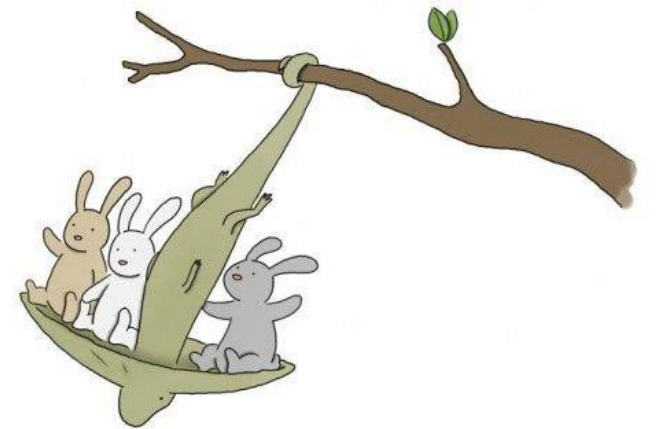
Hol keletkezhetnek konfliktusok az iskolában/óvodában?

- Diák-diák/gyerek-gyerek konfliktus
- Pedagógusok konfliktusai
- Pedagógus-diák konfliktus
- Szülő-pedagógus konfliktus
- Szülő-szülő konfliktus
- Szülő – gyerek konfliktus



Konfliktuskezelés: szállj ki a helyzetből!

- Mi a célom ebben a helyzetben?
 - Nyerni akarok vagy win-win szituációra törekszem?
 - Hogyan tudok jelen lenni a helyzetben (önkontrollt nyerni)?
 - Milyen lehetséges közös platformok vannak?
 - Mit mondok és hogyan?
- Hogyan tudok
 - Empátiát adni?
 - Asszertív maradni?



Konfliktuskezelés: Thomas-Kilmann szerint



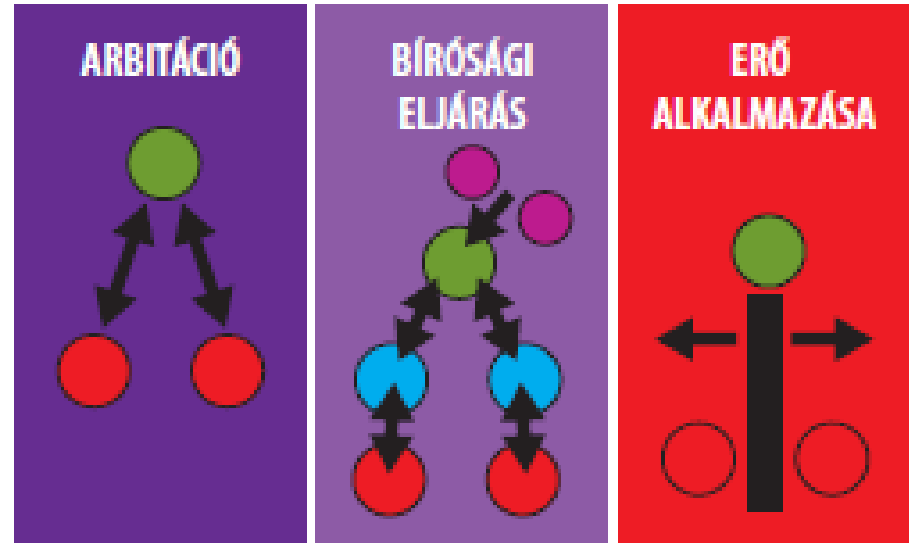
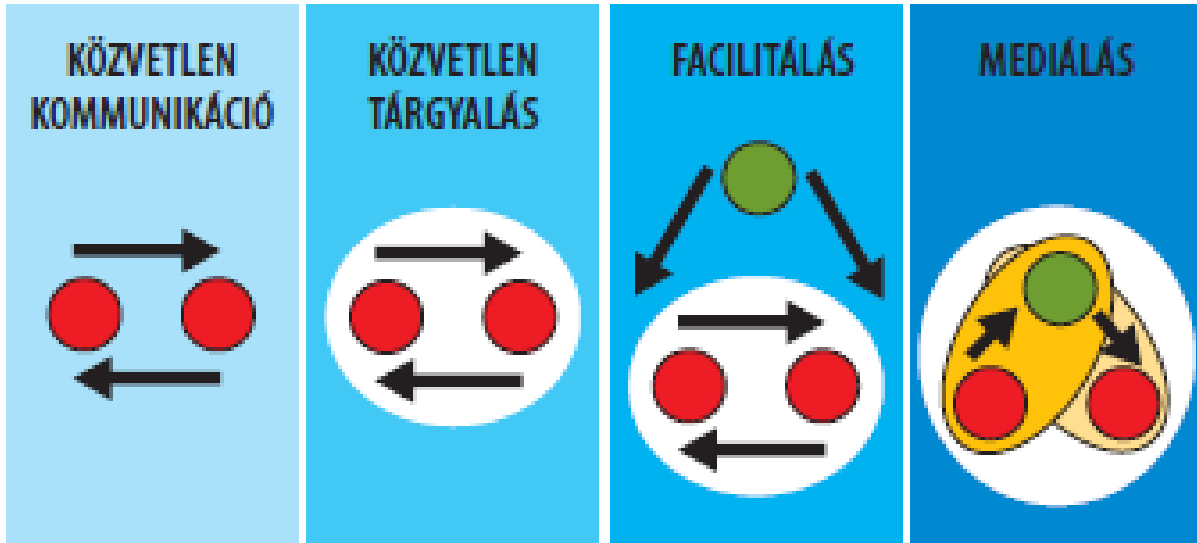
A Thomas-Kilmann modell



© Can Stock Photo - csp25437234



Konfliktuskezelés



A RÉSZTVEVŐK ALAKÍTJÁK A MEGOLDÁST

KÜLSŐ SZEREPLŐ DIKTÁLJA A MEGOLDÁST

A RÉSZTVEVŐK HATALMA

KAPCSOLATOK FONTOSSÁGA

A KÉNYSZER SZINTJE

MEGELÉGEDETTSÉG

Asszertivitás

• Mi kell hozzá?

- Önismeret, önbecsülés
- Érett személyiség
- Empátia, nyitottság
- Tisztelet (magad, másikat)
- Egyenrangú félként elfogadni
- Cselekvések mögötti motivációk megértése - elfogadás
- Önérvényesítés képessége
- Őszinteség
- Határvonalak meghúzásának képessége
- Tudj nemet mondani

Kép forrása: <https://soundcloud.com/otthonfa/sets/oenszeretet>

KONFLIKTUSBÓL MEGEGYEZÉS 6 LÉPÉSBEN

HOGYAN KOMMUNIKÁLJ JOBBAN?

OtthonFa

Az asszertív kommunikáció 6 kötelező lépése az OtthonFától

- 1. LÉPÉS**
HATÁROZD MEG A CÉLT
Tudd, hogy milyen céllal mész bele a beszélgetésbe. A célned ne a másik emberre vonatkozzon, hanem mindig saját magadra.
- 2. LÉPÉS**
TUDD HOVÁ AKAROD KIFUTTATNI
Minden kommunikációba úgy érdemes belemenni, ha eldöntötted, hogy te mit akarsz.
- 3. LÉPÉS**
NE VEDD MAGADRA
Ahhoz, hogy egy másik személy, ne tudjon kibillenteni az érzelmi középpontodból, fel kell hagynod, azzal, hogy mindig, mindenért megsértődsz.
- 4. LÉPÉS**
ÉRTSD MEG A MÁSIKAT
Ahhoz, hogy hatékonyan el tudj mondani, mit is akarsz, ahhoz ismerned kell a másik ember gondolkodási módját.
- 5. LÉPÉS**
ÉRTESD MEG MAGAD
Ha a másik fél befogadó rá, akkor őszintén mond el az érzéseidet és a gondolataidat.
Ha csak a maga igazát hajtogatja, akkor hagyd ott!
- 6. LÉPÉS**
JUSS MEGEGYEZÉSRE
Ha sikeresen megértettétek egymás álláspontját, a beszélgetés lezárása, mindig a közös megegyezés.
Nincs vita, nincs veszekedés, nincs konfliktus, nincs hatalmi dráma.
Mindenki boldog :)

Szeretnél minden helyzetben nyugodtan és magabiztosan kommunikálni?

TRÉNINGVIDEO: "Mintha szupererőd lenne, pedig csak kommunikálsz"

<http://bit.ly/koorm-trening-video>

Hogyan csináljuk?

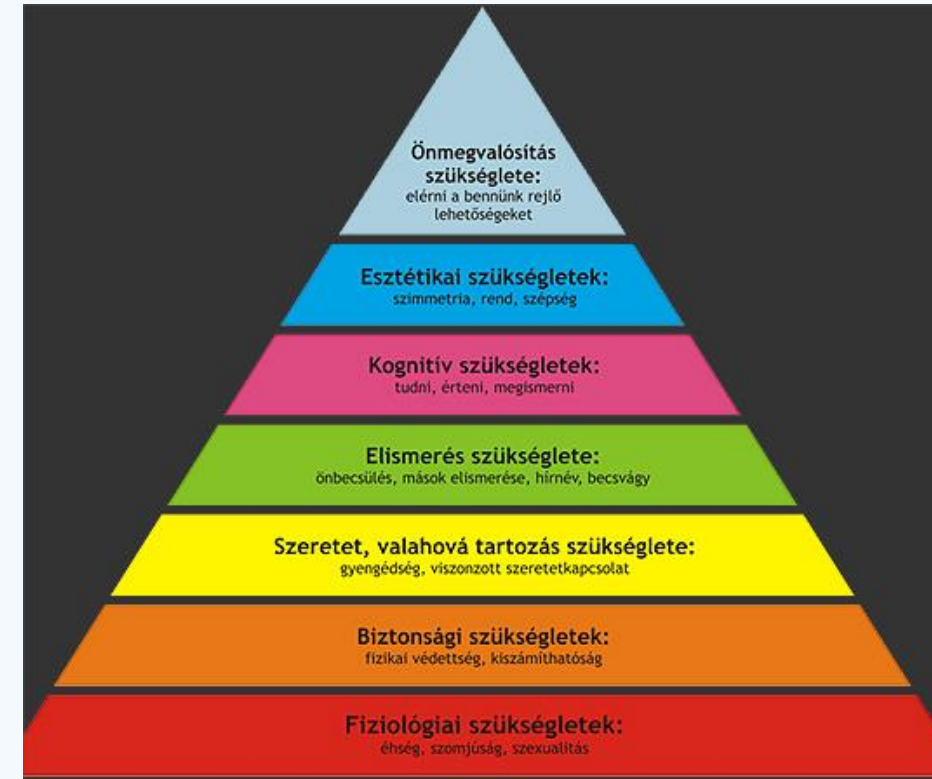
- Én üzenetek
- Empátiát adni
- Visszatükrözni/pozitívba fordítani
- Érzésekről beszélni (Hogyan érint, hogyan hat rád?)
- Nem minősíteni, címkézni, ítélni
- Nem utasítani
- Fókuszot tartani
- Kívánságok közlése (Mi a célom)
- Légy előre mutató, tégy javaslatot
- Előnyöket és konzekvenciákat is említs
- Tiszteletben tartani a másik fél érzéseit
- Elismerni mások eredményeit, tehetségét, munkáját.
- Döntésem miatt nem szabadkozom.

Konfliktuskezelés: Mediáció? Miért ne?

- **A mediáció célja:**

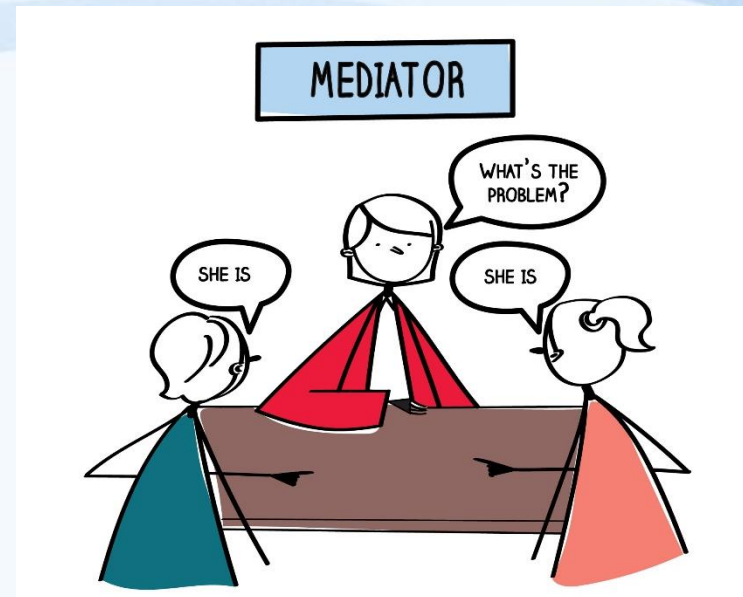
- Bizalomépítés, építse a felek közötti kapcsolatot
- Érzelmi készségek fejlesztése (EQ is)
- Szükségletek feltárása
- Célok megfogalmazása
- Bővített erőforrások megnevezése, mozgósításának módja
- Elérési útvonalak kialakítása
- Megállapodás/konszenzus/win-win helyzet teremtése

- **A mediáció alapelvei:** 1. Önkéntesség, 2. jövőre orientáltság, 3. titoktartás, 4. pártatlanság



Mediátor eszközei

- *Összefoglalás/összegzés – parafrázisok – visszatükrözések – csend*
- *Semlegesbe /pozitívba fordítás*
- *(közléssorompók esetén ha megakad a kommunikáció, szükségletek feltárásához)*
- *Kérdezés technikái:*
 - *Nyitott kérdések*
 - *Információs kérdések (ki, mit? mikor? hogyan?)*
 - *Írányított kérdések (kontroll a beszélgetés felett)*
 - *Reflexív kérdés (empátiát generál)*
 - *Fokuszáló kérdések (tématarítás)*
 - *Folyamatmegszakító kérdések (új irányba terelés, kizökentés)*
 - *Kérdésbe ágyazott ajánlás*
- *Visszacsatolás, pontosítás (mediátor értelmez, hogy ugyanazt értsék)*
- *Gyerekekkel rajzolunk – meséltetjük a rajzról, LEGO figurákkal játszunk velük és kérdezzük közben.*
- *Kamaszok írjanak mesét a konfliktusukról kiléptetve őket a jelenből, fantáziaelemekkel gazdagodnak de kiszűrhető marad a valóságélem.*

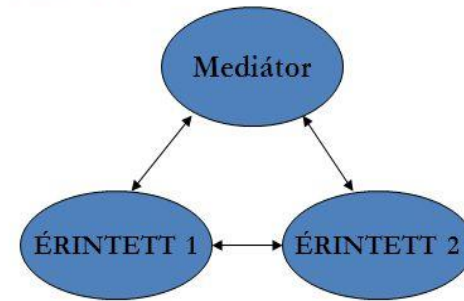


Resztoratív gyakorlat

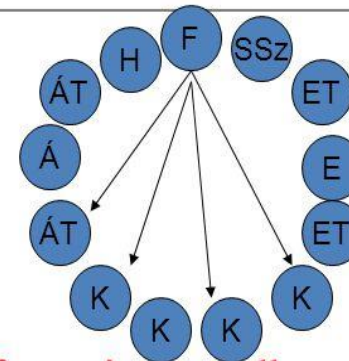
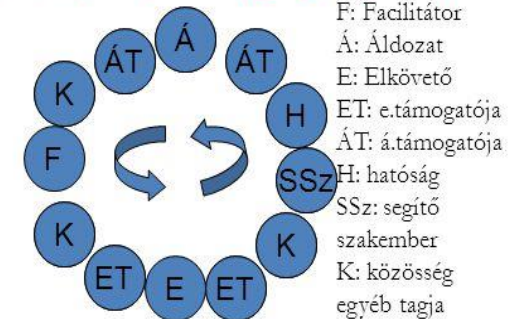
- **Helyreállító eljárás jellemzői:**
 - ❖ Érintettek szükségleteiből indul ki
 - ❖ Nélkülözhetetlen a felelősségvállalás és a beismerés
 - ❖ Felek közvetlenül részt vesznek benne
 - ❖ Az okozott „mentális kár” helyreállítására -- áldozat sebeinek gyógyítása
 - ❖ Család és az intézmény közös tervezése a problémák megoldására
 - ❖ Cél: megérteni mi a cselekmény hatása, hogyan lehet a jövőben elkerülni

FŐBB RESZTORATÍV GYAKORLATOK

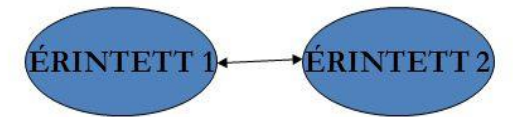
Mediáció



Körök (ítélő, békítő, gyógyító, stb....)



Konferencia-modell



Informális technikák

Modellek

Problémafókuszú feldolgozás

• Mit tesz a pedagógus?

- Kielemezzük az esetet/kivizsgáljuk az ügyet
 - Azonosítjuk, hogy mi vezetett el idáig – okokat keresünk
 - Azonosítjuk a szereplőket – címkézünk
 - Összeszedjük a részleteket
 - Megoldást keresünk
 - Tudatosítjuk a rossz viselkedésformát
 - Büntudatot keltünk – lelkiismeretre apellálunk
 - Szankcionálunk – büntetünk – bíraskodunk
 - Igazságot szolgáltatunk
 - Bevonunk szakembereket – aki javasol megoldást

• ÍTÉLKEZÜNK/DÖNTÜNK/MEGMONDUNK/UTASÍTUNK

- Milyen hatást érünk el?
 - Ellenérzés/ellenállás
 - Tiltakozás/magyarázkodás
 - Szeparáció

Megoldásfókuszú feldolgozás

• Mit tesz a pedagógus?

- Békét teremtünk – támogatunk
 - Eltereljük a figyelmet – nyugalmat teremtünk
- Beszélgetünk – kérdezünk
 - Nem az esetről beszélünk – nem elemzünk
- Célokat tűz(et)ünk ki
 - A vágyott jövő feltérképezése/meghatározása
 - A múlt sikereit számba vesszük/tudatosítjuk
 - Meglévő erőforrásainkat felismerjük, aktiváljuk
 - Azt ami működik gyakorítjuk/preferáljuk

Változást idéz elő / változást menedzsel

- Milyen hatást érünk el?
 - Együttműködés
 - Bizalom épül
 - Szorongás oldódik
 - Integráció

Könyvajánló



ISBN:
9789639365773



ISSN:
08650705



ISBN:
9789632883816



ISBN:
9789639766105

Köszönöm a figyelmet!

