

Kurs: Asertywność w pracy nauczyciela.

Sylabus kursu

Liczba godzin: **60**

Termin: **10 tygodni**

Forma prowadzenia zajęć: wszystkie zajęcia prowadzone są w trybie **on-line**.

Opis kursu:

Przedmiotem kursu jest zwiększenie wiedzy na temat zachowań asertywnych, które można wykorzystać w różnych sytuacjach, w tym kontaktach z uczniami, ich rodzicami i współpracownikami.

Uczestnicy kursu:

Kurs jest przeznaczony dla wszystkich osób zainteresowanych tematyką asertywności, pragnących wzbogacić swój warsztat pracy. W szczególności kurs jest skierowany do nauczycieli, wychowawców, dyrektorów, kadry kierowniczej, pedagogów, psychologów.

Dostęp do materiałów kursowych jest bezpłatny.

Cele kursu:

Cel ogólny: poznanie na czym polega asertywność, określenie możliwości wykorzystania asertywności w pracy w szkole oraz w codziennym życiu.

Cele szczegółowe: Po ukończeniu kursu uczestnik będzie posiadał wiedzę w zakresie: asertywności, konsekwencji zachowań asertywnych, uległych i agresywnych; odmawiania; udzielania informacji zwrotnej, stosowania technik sprzyjających komunikacji asertywnej.

Po ukończeniu kursu uczestnik będzie posiadał umiejętność: odróżniania zachowań asertywnych od uległych i agresywnych; będzie potrafił wzmacniać poczucie własnej

wartości i zachowywać się asertywnie; odmawiać bez poczucia winy, reagować na krytykę, wyrażać swoje zdanie, reagować asertywnie w kontaktach z innymi osobami.

Organizacja kursu:

Kurs składa się z 5 modułów realizowanych **przez Internet w rytmie co dwa tygodnie**. Łącznie więc kurs obejmuje 10 tygodni. Co dwa tygodnie będą udostępniane nowe materiały do studiowania i zadania online. Po każdym module odbywają się testy, a niekiedy wykonywane są zadania/ ćwiczenia dodatkowe.

Nie wszystkie zadania są obowiązkowe. Kurs kończy się egzaminem on-line (dla osób, które pragną otrzymać certyfikat). Materiały kursu zostały podzielone na materiały podstawowe (obowiązkowe) oraz uzupełniające.

Konsultacje online w sprawach merytorycznych: Konsultacje odbywają się na forum ogólnym kursu.

Pytania uczestników są grupowane wg pojawiających się problemów i udzielna jest raz w tygodniu odpowiedź na forum.

Program i harmonogram kursu:

Moduły kursu	Treść kursu
Moduł 1: Czym jest asertywność. 23.03.2026 - 06.04.2026 r.	1. Czym jest, a czym nie jest asertywność? 2. Czy warto być asertywnym? 3. Mapa asertywności. 4. Twoje asertywne prawa i szanowanie praw innych.
Moduł 2: Fundamenty asertywności. 06.04.2026 - 20.04.2026 r.	5. Poczucie własnej wartości, pewność siebie. 6. Pozytywne myślenie. 7. Monolog wewnętrzny. 8. Radzenie sobie z emocjami.
Moduł 3: Asertywna komunikacja 20.04.2026 - 04.05.2026 r.	1. Techniki komunikacyjne w asertywności. 2. Zasady asertywnej komunikacji. 3. Umiejętność słuchania. 4. Mimika, gestykulacja, język ciała.
Moduł 4: Ćwiczenia ważniejszych sytuacji wymagających komunikacji asertywnej 04.05.2026 - 18.05.2026 r.	1. Asertywna pochwała. 2. Wyrażanie własnych opinii i przekonań. 3. Asertywne wyrażanie próśb i oczekiwań. 4. Asertywna odmowa. 5. Reagowanie na krytykę i atak. 6. Obrona własnych granic.

<p>Moduł 5: Asertywność w szkole. 18.05.2026 - 01.06.2026 r.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zastosowanie konkretnych technik asertywnych z różnych sytuacjach. 2. Treningi asertywności dla uczniów oraz lekcje wychowawcze uczące asertywności.
<p>EGZAMIN KOŃCOWY 18.05.2026 - 01.06.2026 r.</p>	<p>obowiązkowy w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia o ukończeniu kursu</p>

Rodzaje aktywności wymagane w poszczególnych modułach kursu (nie wszystkie w każdym module):

- przeczytać obowiązkowe materiały,
- rozwiązać test tj. odpowiedzieć na kilka pytań związanych z kursem (obowiązkowe w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia o ukończeniu kursu),
- wziąć udział w dyskusji na forum (zadanie dodatkowe),
- wykonać ćwiczenie/ zadanie dodatkowe (nieobowiązkowe),
- obejrzeć filmik,
- wykonać ćwiczenia do samokontroli,
- odwiedzić podane strony internetowe.

Warunki zaliczenia i uzyskania certyfikatu:

Warunki zaliczenia kursu i uzyskania zaświadczenia są następujące:

- wzięcie udziału w 5 mini-testach online z każdego modułu (wynik testu nie ma wpływu na zaliczenie kursu),
- uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu końcowego. Warunkiem udziału w egzaminie online jest:
 - ◆ zaliczenie testów z poszczególnych modułów,
 - ◆ przestanie zgłoszenia na egzamin,
 - ◆ opłacenie egzaminu i certyfikatu **(65 zł. za certyfikat w wersji elektronicznej lub 75 zł. za certyfikat w wersji papierowej i elektronicznej).**

Dla uczestników, którzy z różnych względów nie będą mogli zakończyć kursu w terminie i którym nie uda się zaliczyć przewidzianych w danym terminie testów z poszczególnych modułów będzie możliwość pod koniec kursu (od przedostatniego modułu) uzyskania dostępu do materiałów i zaliczenia zaległych testów.

Uwagi końcowe:

Wszelkie problemy techniczne i inne związane z organizacją kursu należy zgłaszać drogą elektroniczną na adres: info@edumach.pl Zgłaszane problemy będą grupowane tematycznie, dwa razy w tygodniu udzielana będzie odpowiedź na forum na daną grupę pytań.

Prawa autorskie:

Prawa autorskie kursu zastrzeżone. SCE EDU-MACH Sp. z o. o. udziela zezwolenia na korzystanie z materiałów kursowych w celach związanych z uczestnictwem w kursie. Korzystanie z kursu i materiałów autorskich twórcy, w tym ich zwielokrotnianie i dalsze rozpowszechnianie, dla innych celów wymaga wyraźnego zezwolenia naszej firmy, chyba że możliwość korzystania wynika z przepisów ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych (dozwolony użytek). Korzystanie z materiałów autorskich wymaga w każdym przypadku podania nazwy firmy: Specjalistyczne Centrum Edukacji EDU-MACH Sp. z o. o.