

Kurs: „Techniki radzenia sobie ze złością swoją i innych oraz agresją”

Sylabus kursu

Liczba godzin: **60**

Termin: **5 tygodni**

Forma prowadzenia zajęć: wszystkie zajęcia prowadzone są w trybie [on-line](#).

Opis kursu:

Przedmiotem kursu jest przygotowanie uczestników do efektywnego radzenia sobie w sytuacjach trudnych będących przyczyną postaw agresywnych wobec innych.

Uczestnicy kursu:

Kurs jest przeznaczony dla wszystkich osób zainteresowanych tematyką szkolenia, 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: Przybliżenie wiedzy z zakresu skutecznego rozwoju radzenia sobie w sytuacjach krytycznych, budowania relacji w oparciu o zasady porozumiewania się bez przemocy i technik rozwiązywania konfliktów Thomasa Gordona oraz budowy i wzrostu własnego autorytetu w środowisku uczniów i ich rodziców jako efektywnej podstawy rozwiązywania sytuacji krytycznych bez negatywnych emocji oraz przemocy.

Cele szczegółowe:

Po ukończeniu kursu uczestnik będzie wiedział jakie są podstawowe zasady budowania relacji oraz formułowania, wdrażania i przestrzegania zasad pozwalających budować w szkole środowisko porozumiewania się bez negatywnych emocji i przemocy.

Po ukończeniu kursu uczestnik będzie posiadał umiejętności samodzielnego rozpoznawania i kreowania własnych zachowań sprzyjających budowaniu dookoła siebie środowiska koncyliacyjnego rozwiązywania sytuacji krytycznych i budowania dialogu na podstawie przyjętych, praktykowanych i przestrzeganych zasad rozwiązywania sporów oraz konfliktów.

Organizacja kursu:

Kurs składa się z 5 modułów realizowanych przez internet w rytmie co tydzień. Łącznie więc kurs obejmuje 5 tygodni. Co tydzień 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: Powody złości i źródła agresji. 12.05.2025 - 19.05.2025 r.	1. Złość 2. Agresja- nowe tabu? 3. Fizjologia pojawiania się złości i agresji 4. Agresja jako instynkt 5. Teoria katharsis 6. Agresja i złość jako wynik frustracji 7. Wyuczone zachowanie agresywne 8. Deficyty i mikrouszkodzenia mózgu 9. Obniżony potencjał intelektualny
Moduł 2: Przyczyny powstawania sytuacji krytycznych i sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach. 19.05.2025 - 26.05.2025 r.	1. Stres 2. Konsekwencje dorastania 3. Emocje 4. Bunt 5. Modelowanie zachowań

	6. Empatia 7. Trening umiejętności komunikacyjnych 8. Rozwiązywanie sytuacji problematycznych 9. Podstawowe zasady przeciwdziałania przemocy 10. Najważniejsze uwagi dla nauczycieli
Moduł 3: Postawy i zachowania nauczycieli wobec przejawów złości i agresji u uczniów. 26.05.2025 - 02.06.2025 r.	1. Autorytet nauczyciela 2. Budowanie autorytetu nauczyciela 3. Role i priorytety nauczycieli 4. Kompetencje społeczne nauczycieli 5. Problem z samooceną 6. Kompetencje komunikacyjne nauczycieli 7. Bariery komunikacyjne 8. Kompetencje wzmacniające skuteczność wychowawczą nauczyciela 9. Budowanie szkoły radzącej sobie z problemem gniewu i agresji
Moduł 4: Monitorowanie przyczyn agresji w szkole. 02.06.2025 - 09.06.2025 r.	1. Szkolne i pozaszkolne źródła agresji 2. Mechanizmy odpowiedzialne za pojawienie się zachowań agresywnych 3. Krok po kroku 4. Scenariusz posiedzenia rady pedagogicznej poświęcony problemowi monitorowania zachowań agresywnych w szkole 5. Kwestionariusz zachowań agresywnych 6. Arkusz obserwacji zachowań agresywnych u uczniów 7. Podsumowanie badań
Moduł 5: Modelowanie zachowań eliminujących przejawy złości i agresji w szkole. 09.06.2025 - 16.06.2025 r.	1. Rozwijanie samoświadomości 2. Odpowiedzialność dorosłych za złość i agresywne zachowania dzieci 3. Blokada wzajemnych relacji- źródła i konsekwencje 4. Agresja konstruktywna i destruktywna 5. Model eliminowania zachowań agresywnych 6. Pięć kroków wzbogacających życie dzieci zmagających się z agresją 7. Budowanie empatii w oparciu o naturalne kompetencje społeczne człowieka 8. Zapobieganie agresji w szkole
EGZAMIN KOŃCOWY 09.06.2025 - 16.06.2025 r.	obowiązkowy w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia

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,
 - ♦ przesłanie zgłoszenia na egzamin,
 - ♦ opłacenie egzaminu i certyfikatu **(65 zł. za certyfikat w wersji elektronicznej lub 75 zł. za certyfikat w wersji papierowej i elektronicznej).**

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.