

# 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 wzmocnić 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. <b>26.11.2018 r. – 10.12.2018 r.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czym jest, a czym nie jest asertywność?</li> <li>2. Czy warto być asertywnym?</li> <li>3. Mapa asertywności.</li> <li>4. Twoje asertywne prawa i szanowanie praw innych.</li> </ol>
Moduł 2: Fundamenty asertywności. <b>10.12. – 24.12.2018 r.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Poczucie własnej wartości, pewność siebie.</li> <li>6. Pozytywne myślenie.</li> <li>7. Monolog wewnętrzny.</li> <li>8. Radzenie sobie z emocjami.</li> </ol>
Moduł 3: Asertywna komunikacja <b>24.12. – 07.01.2019 r.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Techniki komunikacyjne w asertywności.</li> <li>2. Zasady asertywnej komunikacji.</li> <li>3. Umiejętność słuchania.</li> <li>4. Mimika, gestykulacja, język ciała.</li> </ol>
Moduł 4: Ćwiczenia ważniejszych sytuacji wymagających komunikacji asertywnej <b>07.01. – 21.01.2019 r.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asertywna pochwała.</li> <li>2. Wyrażanie własnych opinii i przekonań.</li> <li>3. Asertywne wyrażanie próśb i oczekiwań.</li> <li>4. Asertywna odmowa.</li> <li>5. Reagowanie na krytykę i atak.</li> <li>6. Obrona własnych granic.</li> </ol>

Moduł 5: Asertywność w szkole. <b>21.01. – 0304.02.2019 r.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zastosowanie konkretnych technik asertywnych z różnych sytuacjach.</li><li>2. Treningi asertywności dla uczniów oraz lekcje wychowawcze uczące asertywności.</li></ol>
<b>EGZAMIN KOŃCOWY</b> <b>21.01. – 04.02.2019 r.</b>	obowiązkowy w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia o ukończeniu kursu

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 (50zł. za certyfikat w wersji elektronicznej lub 60 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](mailto: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.