

ERASMUS+ KA1 MOBILITÁSI PROJEKTEK – 2022**EGYÉNI BESZÁMOLÓ - MUNKATÁRSAK****A résztvevő adatai**

Név	Csabai Róbert
Beosztás	intézményvezető
Intézmény	BGSZC Pesterzsébeti Technikum

A projekt adatai:

Hivatkozási szám (projektkód):	2022-1-HU01-KA122-SCH-00007139
OID azonosító:	E10039252

A mobilitás adatai

Mobilitás típusa (nem helyes törlendő)	szakmai látogatás (job shadowing)
Fogadó intézmény neve	Europe Connexion Academy SL.
Fogadó intézmény típusa	oktatási intézmény
Fogadó ország	Spanyolország
Munkanyelv	angol
Mobilitás időtartama (munkanapok száma)	5 nap

A résztvevő feladatai a mobilitás előtt

Kérjük, röviden mutassa be, hogyan készült fel a mobilitásra.

A pályázatírást, a mobilitást nagyon fontosnak tartom az intézményünkben. Erre a feladatkörre külön munkacsoport alakult és ennek köszönhetően vettem részt én is ebben a projektben.

Ez előzetes felkészülést is jelentett számomra, melyet az alábbiakban foglalok össze:

- A projektről gondos tájékoztatást kaptam, majd motivációs levélben foglaltam össze azt, hogy miért is lenne fontos számomra ez az utazási lehetőség.
- Ösztöndíj szerződést kötöttem a Centrummal
- A spanyol iskolával egyeztettem
- A szervezési kérdéseken túl (utazás időpontja, módja stb.) még az utazás előtt tisztáztunk néhányat a tanárcsere tartalmi elemeivel kapcsolatban.
- Az iskolánk kiemelten fontos szerepet szán a kulturális fejlesztésre (pl.: a mozgáskultúra a tanrendünkbe is beépítésre kerül). Ezért számomra nagyon fontos volt, hogy jó előre tájékozódjam a lehetőségekről. A felkészülést segítő kolléga segített a látnivalók, feltérképezésében, a spanyol kultúrához tartozó szokásokban. A munkanyelv elsősorban az angol lesz, melynek megértésében szeretnék fejlődni.
- A következő lépések adminisztratív jellegűek voltak: felvettem a Centrumtól az ösztöndíjat és megkötöttük a biztosítást. Kiválasztottam a legmegfelelőbb időpontú repülőjegyet és szállást is lefoglaltam. Az egyeztetés után a mobilitási igazolványt is előkészítettem.
- A partnerrel korábban megbeszélte tartalmi elemeknek megfelelően elkészítettem az intézményünk bemutatkozó prezentációját kiemelve a legvonzóbb ismérveinket.

Tanulási eredmények

Az elvárt tanulási eredmények meghatározása a mobilitás tervezési szakaszában (pályázat)

(A tanulási folyamat elvárt eredményét írja le, cselekvést jelentő igéket használ, specifikus, konkrét, világos, egyértelmű és mérhető.)

Az utazás legfontosabb célja a fejlődés.

A saját kompetenciák és készségek területén az alábbi elvárásaim vannak:

- az idegen nyelven való kommunikációban a jobb értés és beszéd fejlesztése
- a vezetői ismeretek, a perspektíváknek a szélesítése

- a kapcsolatépítési készség erősítése
- a kollégáim igényeinek felismerése és a rájuk való reakció fejlesztése
- a stressz és a kiégés veszélyének felismerése és a kezelésében való jártasság elsajátítása és erősítése
- a hétköznapi életben felmerülő kisebb helyzetek azonnali megoldásában való gyakorlat

A tanulási eredmények értékelése a mobilitás után

(Az elvárt tanulási eredmények teljesülésének „vizsgálata”, a személyes fejlődés nyomon követése, bizonyítékok a kompetenciafejlődésre.)

A mobilitás számos elemmel bővítette a vezetői kompetenciáimat:

A kiegyensúlyozott vezetői attitűd kialakításához sikerült elfogadnom, hogy magamnak kell először a stresszt kezelni, a kiégést csökkenteni. Ehhez számos stratégiát sikerült bepillantást nyernem (a belső és külső motiváció összehangolása, a tanár-diák viszonyok rendezése szabályok felállításával, a “nemet mondás képessége” gyakorlata, a társak erősítése)

Érezhetően erősödtek a szociális készségeim, könnyebben kezelem és járok el mediátorként az iskolai konfliktusok közben

Elsajátítottam néhány fizikai és pszichológiai eljárást is a stresszkezelés feloldására (egészségfejlesztés, boldogság teremtés, hatékony iskolai légkör) Legjelentősebb eredmény, hogy a probléma felismerése és azonosítása terén nagy előrelépést tettem, mindezzel megelőzve a mélyebb problémák kialakulását.

Hogyan alkalmazhatóak a mobilitás során megszerzett tanulási eredmények a saját munkámban, illetve a küldő intézmény gyakorlatában?

(A terjesztésre vonatkozó tervek.)

Töreksem arra, hogy olyan kapcsolati hálót alakítsak ki a kollégákkal, szülőkkal, diákokkal, mint amelyet megtapasztaltam a spanyol iskolában. Azóta a “nyitott ajtó elvet” vezettem be, azaz igazgatói irodám ajtaját nyitva tartom, hogy a hozzám forduló kollégák, diákok számára megközelíthető legyek. Átalakítottam az irodámat, egy kerek asztalt helyeztettem be, hogy helyszínt adjak informális beszélgetéseknek egy csésze tea mellett. Az iskolában történt legapróbb esemény is nálam fut össze, majd probléma esetén az érintett személyekkel (diák, szülő, tanár) közösen próbálunk megoldást találni. Hazaérkezésem óta keresem a lehetőséget, hogy minden kollégával egyesével elbeszélgethessek szakmai és egyéb terveiről, nehézségeiről, így információt kapok a terhelhetőségéről. A kollégákkal való beszélgetés alatt sor kerül a testre szabott feladatok kiosztására is.

A stresszkezelés módjának azt választottam, hogy szakembereket hívok, akik előadásokat, szupervíziót tartanak.

Sok új információt kaptam arról, hogy az iskolában milyen stressz megelőző csapatépítő programokat szerveztek az oktatóknak és diákoknak, amit meg is valósítottam: jóga oktatás a tanároknak, gyakori közös színházlátogatások, illetve a karácsonyi műsort idén kötetlenebb formában

szerveztem meg. A tapasztalatokat felhasználva elkészítettük iskolánk stressz prevenciós programját, mentálhigiéné szakértőt hívtam, aki életmód tanácsokkal lát el.

Mivel a mozgás stresszoldó hatású, ezért bevezettem a heti egyszeri csapatépítő labdarúgó délutánt a tanárok számára, és hogy javítsam a diákokkal a kapcsolatot, gyakoriak a diák - tanár meccsek.

Az Z generáció megértéséhez és elfogadásához bevezettük a mentorálási programot pilot jelleggel pl.: a tanulók is részei legyenek, a tanítási-tanulási folyamat szervezéséhez és lebonyolításához.

További információ: [Az iskola és a világ](#) TKA, 2016.

A továbbképzés programja / szakmai látogatás (job shadowing) munkaterve

Az utazásom során az alábbiakat sikerült megvalósítani:

1.nap: A bemutatkozás és heti teendők megbeszélése után a partneriskolák bemutatására került sor. A számos hasonlóság mellett sok olyan tényező is felvillant, amelyben különbözünk és a vezetői munkám során majd új távlatokat tud nyitni számomra.

2.nap: A vezetői és a szervezési struktúrák ismertetése is hasznosnak bizonyult.

A vezetői stratégiák és a vezető szerepének megvizsgálása, az értékrendek és prioritások szervezése és a feladatok delegálása mellett külön figyelmet fordítottunk arra is, hogy a "nemet mondás képességét" számba vegyük.

3.nap: A belső és külső motivációs tényezők sorba vétele, a mások megértésének gyakorlata, a hibáinkból való tanulás kultúrájának elsajátítása és a segítő értékelés volt a következő napunk témája.

4.nap: Gondot fordítottunk a pályázati célban megfogalmazott (kiegés és annak veszélye az iskolában) célokat támogató stresszkezelésre, a megküzdési stratégiák megmutatására és magunkévá tételére. A "lelkisegély" fontosságára külön figyelmet fordítottunk.

5.nap: Az értékelés minden mobiltás különösen fontos eleme: ebből az alkalomból a megszerzett kompetenciák, a visszacsatolás és a vita fontosságát emelném ki. Europass Mobilitás igazolvány megírása és átvétele. Kirándulás, egyéb kulturális tevékenység.

Dátum:2024. január 20.



részvevő aláírása