POWIATOWY OŚRODEK DORADZTWA METODYCZNEGO W POLKOWICACH
59 – 100 Polkowice, ul. Targowa 1, tel. 76 746 – 15 – 70,
e-mail: podm@polkowice.edu.pl,
https://samorzad.gov.pl/web/popppidm-polkowice

SZ.30.26.27	**Dobrostan nauczyciela i ucznia – jak budować odporność psychiczną w środowisku szkolnym.**

Adresat szkolenia: zainteresowani nauczyciele szkół podstawowych i ponadpodstawowych

Program:
1.Zadbaj o siebie, by dbać o innych, czyli dlaczego dobrostan nauczyciela jest biologicznym fundamentem spokoju i bezpieczeństwa uczniów.
2.Odporność psychiczna – jak diagnozować i rozwijać kluczowe filary odporności psychicznej u uczniów.
3.Szybkie pogotowie stresowe.
4.Edukacja oparta na mocnych stronach – psychologia pozytywna i budowanie u uczniów stabilnego poczucia własnej wartości.
5.Cyfrowy dobrostan – jak chronić się przed negatywnymi skutkami.
6.Profilaktyka wypalenia zawodowego- zarządzanie własną energią życiową, a nie czasem.

Cel szkolenia:
Wyposażenie nauczycieli w praktyczne narzędzia z zakresu psychologii pozytywnej i neurobiologii, które pozwolą skutecznie redukować poziom stresu, zapobiegać wypaleniu zawodowemu oraz wspierać odporność psychiczną uczniów w codziennej praktyce szkolnej.

Prowadząca: Renata Czapczyńska – pedagog, coach i mentor, diagnosta oraz terapeuta dzieci i młodzieży z wieloletnim doświadczeniem w pracy w obszarze edukacji i wsparcia psychologiczno-pedagogicznego. Specjalizuje się w skutecznym wspieraniu rozwoju dzieci, młodzieży oraz nauczycieli i rodziców, łącząc wiedzę psychologiczną, pedagogiczną z praktyką diagnostyczną i terapeutyczną. Warsztaty i szkolenia dla nauczycieli inspirują do wprowadzania zmian w codziennej pracy edukacyjnej. Wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu poradnią psychologiczno-pedagogiczną i placówką doskonalenia nauczycieli.

Wymiar godzin: 3 godziny dydaktyczne **Forma:** -wykład interaktywny -dyskusja moderowana -studium przypadku **Materiały w wersji elektronicznej:** - prezentacja PDF - materiał pomocniczy dla nauczycieli z obszaru tematu	**Termin i miejsce realizacji:** 23.02.2027 r. Godz. 16.00 – 18:15 Powiatowy Ośrodek Doradztwa Metodycznego w Polkowicach, 59-100 Polkowice, ulica Targowa 1, sala szkoleniowa nr 6, parter **KOSZT: 260 ZŁ** **ZAPISY:** karta zgłoszeniowa przesłana na adres: podm@polkowice.edu.pl