



HODNOTÍCÍ ZPRÁVA

SETKÁNÍ MÍSTNÍCH LÍDRŮ A PEDAGOGŮ

+ seminář „Syndrom vyhoření a jeho prevence - se zaměřením na sebereflexi“

14. 10. 2021 od 14:00 hod.

DDM Náměšť nad Oslavou

V rámci programu představila Petra Měrková aktuálně probíhající aktivity pořádané v rámci MAP II a také mluvila o těch, které ještě do konce projektu MAP II proběhnou. Také informovala o tom, že některé z aktivit jsou na popud právě místních lídrů. Vzhledem k tomu, že projekt MAP II se blíží ke svému konci, proběhlo krátké informování přítomných a průběhu projektu MAP II, o uskutečněných implementačních aktivitách a také o četnosti setkávání pracovních skupin, Řídícího výboru a Realizačního týmu.

Přítomní byli informováni o skutečnosti, že pokud bude schválen projekt MAP III (měl by začít od února 2022 a navazovat na MAP II), nebudou jeho součástí právě implementační aktivity.

Následujícím tématem bylo představení středního článku podpory jakožto závazného dokumentu Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030+. Ze strany realizačního týmu probíhá komunikace s Krajem Vysočina a řeší se význam a důležitost středního článku.

V rámci pracovní skupiny pro rovné příležitosti bylo navrženo uspořádat pro setkání místních lídrů seminář, který byl součástí tohoto setkání. K semináři se také připojili pedagogové ze škol v ORP v Náměšti nad Oslavou a zpráva o semináři je nedílnou součástí i této hodnotící zprávy.

Realizační tým poděkoval místním lídrům za dosavadní spolupráci na MAP II a vyslovil přání, že by bylo dobré v tomto složení i nadále pokračovat a popřípadě doplnit řady o další lídry.

Místní lídři v rámci diskuze pak ještě apelovali na podporu pohybu ve školách a školkách, protože právě pohyb a zdravé držení těla vnímají jako nedílnou součást zdravé psychiky dítěte. Právě tato podpora v rámci MAP II jim velmi chyběla.

Seminář „Syndrom vyhoření a jeho prevence - se zaměřením na sebereflexi se uskutečnil 14. 10. 2021 ve 14.00 hod. v prostorách DDM Náměšť nad Oslavou. Zúčastnilo se jej 16 osob.

Mgr. Miroslav Snášel se věnuje terapeutické práci, supervizi a vzdělávání dospělých. Zabývá se metodami individuální práce s uživateli a možnostem, které skýtá práce se skupinou, pracovním kolektivem nebo rodinou. Aktuálně se věnuje práci s agresí a strachem, možnému vlivu minulých zážitků na současný život a jeho kvalitu, hledání vlastní životní cesty ve druhé polovině života.



Jeho mottem je: „Každá mince má dvě strany. Chceme je vidět?“ Pokud toho máme být schopni je nutná odvaha a schopnosti týkající se komunikace, práce s lidmi, ale také se sebou samým.

Vnímání jedince z hlediska celostního přístupu považuje za důležité při respektování potřeb bio-psycho-socio-existenciálních. Právě poslední oblast hledání smyslu života, utrpení, ale také odpuštění a naděje považuje za velmi cennou a významnou a snaží se ji promítnout do své práce a činnosti.

Otázky	1	2	3	4	5	16 dotazníků	
Jak hodnotíte celkovou úroveň organizačního zajištění?	15	2	0	0	0	1,1	
Uvítal/a byste častěji jednodenní semináře	16	0	0	0	0	1,0	1,1
Doporučil/a byste i další semináře pořádané v rámci MAPII?	15	2	0	0	0	1,1	
Myslíte, že tato forma semináře je pro Vás přínosná?	16	0	0	0	0	1,0	
Jak hodnotíte celkovou atmosféru?	15	2	0	0	0	1,1	
Dokázal lektor aktivně zapojit účastníky?	15	2	0	0	0	1,1	
Jak jste byli spokojeni s přístupem lektora k účastníkům semináře?	12	6	0	0	0	1,1	
Byl pro Vás seminář včetně jazyku srozumitelný?	15	2	0	0	0	1,1	
Jaké další téma by pro Vás bylo zajímavé?	konkretizovat tento seminář na MŠ						
	více k tématu						
	z praxe k vyhoření						
	inkluze v MŠ						
	diferencovaná výuka						

Hodnocení semináře:

Důraz byl v tomto semináři kladen především na sebereflexi, kdy zúčastnění hledali své silné stránky, a to jak u dětí, tak i u sebe. Setkání bylo interaktivní a všichni přítomní mohli přednést a vyjádřit vlastní zkušenosti a potřeby ve vztahu k realizovanému tématu. Cílem nebylo předat strohé informace či zkušenosti, ale nenásilně zapojit účastníky do procesu spolupráce.

Ti zhodnotili tento seminář na základě evaluačních dotazníků, a to celkem ze všech otázek 1,1. V rámci semináře se přítomní dozvěděli, že není jen jeden faktor, jež způsobuje syndrom vyhoření. Takových faktorů je mnohem více a spojí-li se některé z nich dohromady, mohou způsobit syndrom vyhoření. Samozřejmě to, co v kombinaci na jednoho až takový vliv mít nebude, na druhé může mít vliv velký. Mezi takovými faktory (z mnoha mnoha dalších) zazněly například tyto nejčastější: neschopnost zpomalit, neschopnost relaxace, perfekcionalismus, workoholismus, nutkání dělat vše sám, neschopnost požádat druhé osoby o pomoc, tendence potlačovat negativní emoce, rutina a mnohé a mnohé další. Také zde zaznělo, že syndrom vyhoření je nejpálčivějším tématem mezi ženami, nesmíme totiž zapomenout na nároky, které jsou na ženy kladeny jako na matky a manželky.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Bylo představeno pět fází syndromu vyhoření: 1. fáze – fáze nadšení / 2. fáze – fáze stagnace / 3. fáze – fáze frustrace / 4. fáze – fáze apatie / 5. fáze – fáze intervence.

Velmi důležitou informací bylo, že hlavní je syndromu vyhoření předcházet, a ne jej léčit.

Přítomní si vyzkoušeli hledat způsoby, jak udělat svou práci zajímavější, zkoušeli se na svůj problém dívat ze strany jiného člověka (pozorovatele), zkoušeli hledat smysl v reorganizaci své práce a důležitým bodem bylo uvědomění si, že je třeba problém řešit okamžitě a hned, jak se objeví. Velkými pomocníky jsou při stresu koníčky, plánování, rady od člověka, o kterého víme, že se můžeme opřít a stanovení si priorit.

Všichni se shodli, že pro ně byl tento seminář velkým přínosem, vyzkoušeli si formy meditace, možnosti asertivního chování a také si mohli například vyzkoušet sepsat své úkoly které je čekaly následující den, poté hovořili o těch, které je stresují, které jim naopak nedělají žádné problémy a společnými silami pak možnosti, jak si den zjednodušit a pomoci si tak od zbytečného stresu.



Petra Měrková
Kordinátor projektu MAP ORP Náměšť nad Oslavou II



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

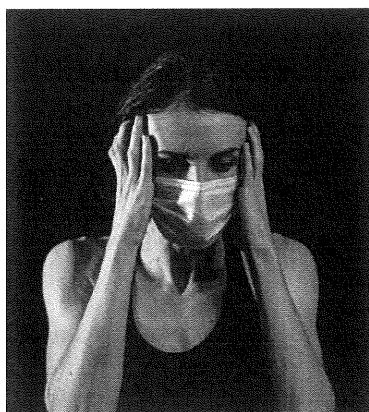


Setkání místních lídrů

+ seminář

SYNDROM VYHOŘENÍ A JEHO PREVENCE SE ZAMĚŘENÍM NA SEBEREFLEXI

14. 10. 2021 od 14:00 hod.
DDM Náměšť nad Oslavou



PROGRAM SETKÁNÍ

- informace o MAP II a MAP III
- informace o implementačních aktivitách
- střední článek podpory
závazný dokument Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030+

PROGRAM SEMINÁŘE

- Získané znalosti:
- sebereflexe a její význam
 - emoce a jejich projevy (zejména strach a hněv)
 - syndrom vyhoření (příčiny, projevy a prevence)
- Osvojené dovednosti:
- rozpoznat vliv emocí na chování
 - základní techniky relaxace
 - formulovat zakázku pro supervizi

LEKTOR: Miroslav Snášel

Přihlášení je možné telefonicky na 731 651 307 do 04. 10. 2021

HRAZENO Z PROJEKTU MAP ORP Náměšť nad Oslavou II
ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA ZDARMA

oslavka
MÍSTNĚ AKČNÍ SKUPINA

Projekt MAP ORP Náměšť nad Oslavou II realizuje Oslavka, o.p.s.
registrační č.: CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

registrační č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

oslavka
MÍSTNĚ AKČNÍ SKUPINA



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Prezenční listina Setkání místních lídrů

Syndrom vyhoření a jeho prevence - se zaměřením na sebereflexi (úvod do problematiky)

14. 10. 2021 / 14:00 hod. / DDM Náměšť nad Oslavou

„MAP ORP Náměšť nad Oslavou II“ registrační č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

	Jméno a příjmení	PODPIS
1	MARCELA ŠTÁBOVÁ	
2	PETRA KONEŠ	
3	HEETA FUKALOVÁ	
4	VITKA HZUŽOVÁ	
5	PETRA MĚRČOVÁ	
6	TEŘKA MADŠETRA	
7	ZATEŘKA ŠTĚDLOVÁ	
8	JILKA KLÍMOVÁ	
9	MARIE PĚNICHOVÁ	
10	SOŇA BURJANOVÁ	
11	LENKA HALBIZTOVÁ	
12	LUDMILA OLČEROVÁ	
13	PETRA KRČÁKOVÁ	
14	MARTINA DHOŤKOVÁ	
15	EVA HOZKOVÁ	

oslavka
MÍSTNÍ AKČNÍ SKUPINA

registrační č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

oslavka
MÍSTNÍ AKČNÍ SKUPINA



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

16	<i>IPA KLUDA</i>	<i>Mimord</i>
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		

oslavka
MÍSTNÍ AKČNÍ SKUPINA

registrační č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

oslavka
MÍSTNÍ AKČNÍ SKUPINA



Prezenční listina

Setkání místních lídrů

Syndrom vyhoření a jeho prevence - se zaměřením na sebereflexi (úvod do problematiky)

14. 10. 2021 / 14:00 hod. / DDM Náměšť nad Oslavou

„MAP ORP Náměšť nad Oslavou II“ registrační č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009625

	Jméno a příjmení	PODPIS
1	MARCELA ŠTÁVOVÁ	
2	PETR KONEŠ	
3	IVETA FUKALOVÁ	
4	VITKA HRUŽOVÁ	
5	PETRA MĚRKOVA	
6	TEŘEŠKA MADŽEPA	
7	KATEŘINA ŠTEJDLOVÁ	
8	VITKA KLÍMOVÁ	
9	MARIE PENCÁKOVÁ	
10	SONĀ BURJANOVÁ	
11	LENKA HARBANTOVÁ	
12	LUDMILA OLEŠOVÁ	
13	PETRA KRČÁKOVÁ	
14	MARTINA DĚLOVÁ	
15	EVA HOLKOVÁ	



16	<i>IVA KLÍMA</i>	<i>klíma</i>
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		