



XXV. strokovni posvet pomočnikov ravnateljev

Poskrbeti zase in skrbeti za druge

4. in 5. april 2023, Kongresni center Portus, hotel Slovenija, Portorož

KRATKE PREDSTAVITVE

plenarnih predavanj, delavnic in dejavnosti spremljevalnega programa

Torek, 4. april 2023

Plenarno predavanje

Razumeti in podpirati dobro počutje zaposlenih v vzgojno-izobraževalnih zavodih

dr. Helen Kelly, University of Birmingham, UK

Dr. Helen Kelly bo v predavanju nagovorila naslednje teme:

- zakaj je dobro počutje zaposlenih pomembno;
- kontinuum izgorelosti kot okvir za razumevanje dobrega počutja zaposlenih,
- kakšen pristop naj vzgojno-izobraževalni zavodi uporabijo, da bi izboljšali dobro počutje zaposlenih.

Plenarno predavanje

Dobrobit v šoli ali kako biti dobro v šoli?

dr. Zora Rutar Ilc, Zavod RS za šolstvo

V prispevku bo poudarek na tem, kaj pomeni biti dobro v šoli. Najprej bomo osvetlili zavajajočo dilemo: »ali biti dobro ali dobro delati« in pokazali, da je dobro počutje odločilno povezano z dobrimi delovnimi in učnimi učinki. Pomembno pa se je zavedati tudi vrednosti dobrobiti same po sebi – kot vrednote, za katero si v šoli velja prizadevati, ker predstavlja temelj kakovostnega življenja. Pojasnili bomo povezanost dobrega počutja kot časovno omejenega stanja z osebno dobrobitjo oz. blagostanjem kot trajnejšim osebnim zadovoljstvom oz. zadovoljstvom z življenjem. Ob dimenzijah osebne dobrobiti iz evropskega okvirja Lifecomp bomo pokazali, s katerimi konkretnimi dejavnostmi jih lahko razvijamo v šolski praksi.

V predavanje bodo vtakane interaktivne dejavnosti z udeleženci na temo dobrega počutja iz spletne učilnice projekta Varno in spodbudno učno okolje, v katerega je trenutno vključenih 63 VIZ.

Delavnica

Oh, spet ta stres!

Lea Avguštin, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Pomočniki ravnateljev v šolah in vrtcih se vsakodnevno srečujejo z najrazličnejšimi zahtevnimi situacijami. Ritem življenja je vedno hitrejši, kar je bilo včeraj novo, je danes že staro. Mnogi se zavedajo pomembnosti teh sprememb, le malokdo pa pomisli na posledice, ki nam jih prinašajo. Stres na delovnem mestu tako vse bolj postaja stalnica in lahko močno vpliva na kakovost življenja posameznika. Vpliv prekomernega stresa na telo in um se namreč kaže na različne načine, od kronične utrujenosti in izčrpanosti do izgorelosti. Beseda počitek pa skorajda že izginja iz našega besednjaka. Na delavnici se bomo tako v teoriji kot tudi v praksi posvetili vprašanju utrujenosti in izgorelosti ter iskanju odgovorov, kaj lahko naredimo za

aktivacijo parasimpatičnega živčnega sistema. Si bomo znali odgovoriti na vprašanje: Ali znam počivati?

Delavnica

Krepitev kulture gibanja in zdravja

Špela Bergoč, Zavod RS za šolstvo

Globalni izzivi družbe ustvarjajo prihodnost, ki je pogosto drugačna od naših pričakovanj. Kako se lahko zaposleni v vrtcih in šolah lažje soočajo z nepredvidljivo prihodnostjo, je odvisno tudi od njihovega telesnega in duševnega zdravja. Številne raziskave namreč kažejo, da so zaposleni na delovnem mestu učinkovitejši in bolj zadovoljni, kadar so njihove potrebe po zdravju in dobrem počutju prepoznane in naslovljene. Na delavnici se bomo tako osredotočili na krepitev organizacijske kulture gibanja in zdravja ter se s konkretnimi primeri in vajami dotaknili aktivne vloge in podpore vodstva ter kolektiva.

Delavnica

Rezilientnost kot individualna in timska moč - kako jo načrtno krepiti?

dr. Darja Plavčak, Zavod RS za šolstvo

V delavnici bodo udeleženci izvedeli, kaj pomeni rezilientnost za vsakega posameznika in kaj za kolegijski tim, še posebej v težkih okoliščinah in ob resnih izzivih. Spoznali bodo načine, kako rezilientnost načrtno krepiti in kje so tveganja, da se le-ta znižuje.

Vključeni bodo v delavniške vaje, s katerimi bodo izboljšali svoje zavedanje o rezilientnem načinu razmišljanja in veliki vlogi vrednot pri soočanju s stresom. Na osnovi izkušenj s stresnimi okoliščinami bodo naredili svoj rezilientni načrt, ki jim je lahko v pomoč v nadalje - vključeval bo razmislek, kdo so njihove možne podporne osebe, katere strategije in aktivnosti so se že izkazale kot učinkovite, katere sugestije delujejo v pomoč in jim vlivajo upanje ter katere reakcije prispevajo k reševanju težav.

Delavnica

Organizacija dela in časa

dr. Mihaela Zavašnik, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Pomočnik ravnatelja je glede na svojo vlogo in naloge v vzgojno-izobraževalnem zavodu vedno v »sendvič« položaju. Hkratno sodelovanje z ravnateljem in povezovanje z ter podpiranje strokovnih delavcev ga zato pogosto postavljajo pred številne izzive, povezane z organizacijo njegovega dela in časa. Dobra organiziranost, samodisciplina in pregled nad obsegom dela in obveznostmi mu omogočajo učinkovito upravljanje s časom, prioretiziranje nalog, postavljanje mejnikov ter učinkovito in uspešno vodenje. V delavnici se bomo seznanili z nekaterimi kradljivci časa in identificirali dejavnike, ki nas omejujejo pri učinkovitem in uspešnem obvladovanju časa. Spoznali in preizkusili bomo nekaj preprostih tehnik in orodij, s katerimi lahko zmanjšamo občutek stresa in prevzamemo nadzor nad tem, kako uspešno porabljamo svoj čas in kakovostno organiziramo delo, in sicer metodo ABCDE, kroge kontrole,

vpliva in skrbi, Eisenhowerjevo matriko in tehniko »pomodoro«. Ker se pomočniki ravnateljcev pogosto soočajo s sprejemanjem raznovrstnih odločitev, bomo predstavili tudi močna coaching vprašanja za sprejemanje boljših odločitev.

Delavnica

Psihološka varnost na delovnem mestu

dr. Tatjana Ažman, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Zahtevni vzgojno-izobraževalni procesi in cilji narekujejo strokovnim delavcem in vodjem, da pri oblikovanju skupnih izhodišč, programov, projektov, uvajanju izboljšav itd. sodelujejo v skupinah in timih. Pomemben temelj za delitev izkušenj in znanja med strokovnimi delavci je izgrajena učeča se skupnost, katere pomemben element je psihološka varnost. Termin psihološka varnost je na področju vodenja zaposlenih v zadnjih letih izjemno popularen, tako v javnem kot v zasebnem sektorju (Amondson 2019).

V delavnici boste opredelili, kaj je psihološka varnost na delovnem mestu in kaj ni. Spoznali boste koristi in pomen »kulture brez strahu« na delovnem mestu, pa tudi posledice, če ni izgrajena. Vodje imajo pomembno vlogo pri oblikovanju delovnega okolja, ki ga sodelavci doživljajo kot psihološko varnega. Gradi se postopoma, z vključevanjem vseh, s podporo učenju, z iskreno komunikacijo in zgledom. S pomočjo vprašalnika boste lahko presodili stopnjo psihološke varnosti na svojem delovnem mestu. Predstavljene bodo strategije, metode in orodja za razvijanje psihološke varnosti na delovnem mestu. Spregovorili bomo o vprašanih kot so npr.: Ali so mi sogovorniki hvaležni, če jih opozorim na napake in pomanjkljivosti? Ali lahko opozorim ravnatelja, da se je zmotil? Ali lahko v timu brez zadrege izpostavim neobičajne zamisli?

Delavnica

Odkrivanje skrivnosti zaupanja

mag. Marko Strle, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Resnično vodenje se začne z zaupanjem. Glavni cilj delavnice je razumeti, kako je videti in kako zveni zaupanje v odnosih, kdaj obstaja in kaj počnejo učinkoviti vodje, da ga ustvarjajo. V raziskavah je bilo ugotovljeno, da zaupanje daje vodstvu šole spoštovanje in verodostojnost, ki ju potrebujejo, da zaposleni prisluhnejo, sodelujejo z njimi in jim sledijo (Saphier 2018). Zaupanje med učitelji, starši in vodstvom šole pa izboljša večino rutinskega dela v šolah in je ključni vir za spremembe (Bryk, Scneider 2003).

Na delavnici bomo v štirih korakih premislili, kaj nam pomeni zaupanje; s kolegialnim pogovorom raziskovanja lastnih preteklih izkušenj ugotovili, v koga ali kaj najbolj zaupamo; z reševanjem prirejenega vprašalnika naredili samoanalizo naših temeljnih vidikov vzpostavljanja zaupanja s sodelavci in z orisom najustreznejših potez zaupanja vrednega vodje oblikovali predstavo vseh tistih vedenj, ki so pomembna za učinkovito vodenje in uspešno spopadanje z izzivi.

Delavnica

Posodobitev smernic za prehranjevanje v vzgojno izobraževalnih ustanovah

Melita Jakelj, Zavod RS za šolstvo

Zdravo in varno prehranjevanje v luči sodobnih raziskav je ključno za uspešen razvoj otrok in mladostnikov in pripomore k izboljšanju kognitivnih sposobnosti, koncentracije in učne uspešnosti.

Posodobitev smernic za prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih vodi do večje ozaveščenosti o pomembnosti zdrave prehrane in njenih učinkih na zdravje, spodbuja zdrave prehranjevalne navade in pomaga pri izboljšanju kakovosti prehrane, ki jo ponujajo šole in vrtci. Poleg zagotavljanja obrokov, ki morajo biti uravnoteženi, raznoliki in hranilno bogati, sistem šolske prehrane vključuje tudi izobraževanje in ozaveščanje vseh deležnikov, kar lahko pripomore k spodbujanju zdravih prehranjevalnih navad in pozitivnemu ter spoštljivemu odnosu do hrane.

Na delavnici bomo aktivno razpravljali o primerih dobre prakse, o tem kako lahko posodobljene smernice prispevajo k trajnostnemu razvoju, kako otrokom in mladostnikom predstaviti pomen trajnostne prehrane ter njen vpliv na okolje in zdravje posameznika, spregovorili bomo o načinih zmanjševanja količine odpadne hrane in kam s hrano, ko ta postane odpadek. Razpravljali bomo o načinih implementacije smernic v celotno šolsko okolje, raznolikosti vzgojno izobraževalnih dejavnosti, ki jih ponujate na šolah, o sodelovanju s starši ter vsemi drugimi izzivi in pastmi, s katerimi se na področju prehranjevanja srečujete v vsakodnevni praksi.

Spremljevalni program

Sprehod do Pirana

mag. Vlasta Poličnik, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Zaključek prvega dne bo namenjen daljšemu sprehodu vse do rta Madona ali piranske Punte. Nadejamo si, da nam bo vreme naklonjeno, saj bomo sprehod bomo prilagodili vremenskim razmeram.

Udeleženci naj bodo udobno oz. športno oblečeni ter obuti in naj si nadejajo kakšnega sprehajalnega presenečenja.

Spremljevalni program

Delavnica Clayfulness

Barbara Gogala, mag. Marko Strle, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Ukvarjanje z umetnostjo ali s kreativnimi dejavnostmi ima nekaj pozitivnih vplivov:

- aktivira;
- razvija osredotočenost, koncentracijo, pozornost in senzibilnost (lastnosti ustvarjalnega načina zaznavanja);
- razvija fleksibilnost, elastičnost mišljenja, domišljijo, bogastvo idej, asociativnost;
- umirja, pomirja, osrečuje, sprošča čustvene in telesne napetosti;
- integrira mišljenje, čustva izaznavanje;

- izboljšuje samopodobo, samozavest, samozaupanje;
- služi kot neverbalna komunikacija;
- če je skupinsko, razvija medosebne stike, nudi možnost vpogleda v različne poglede, rešitve posameznikov v skupini, pomaga izboljšati socialne veščine.

V vsakem ustvarjalnem procesu so prisotna specifična občutja in stanja zavesti, ki nastopijo takrat, ko se človek nekako spoji z dejavnostjo, ki jo izvaja, ustvarjalec postane delovanje. Tok/valovanje ustvarjalnosti, občutje zanosa (flow of creativity).

Občutja lahko opišemo kot občutek sreče (ustvarjalec sledi toku, nekako intuitivno ve, kako naj deluje), užitka v dejavnosti (ustvarjalec čuti, da nekaj dela dobro in da njegove sposobnosti ustrezajo izzivom, pred katere ga postavlja ustvarjalni proces); delovanje in zavest sta spojena (občutek za čas izgine, obstaja le popolna osredotočenost na ustvarjalno dejavnost; vsakdanja zavest, ki vključuje predpostavke, samoopazovanje, samokritiko in cenzuro, se začasno razblini).

Opisana občutja prispevajo h krepitvi pozitivne samopodobe, občutka obvladovanja življenja in odpornosti na stres.

Sreda, 5. april 2023

Spremljevalni program

Lovilci sončnega vzhoda – jogijska praksa

Lea Avguštin, Zavod RS za šolstvo, Šola za ravnatelje

Morda ob besedi 'joga' pomislite na čilo in prožno telo v nenavadnem položaju, negibnega jogija v meditaciji ali pa na obsežno vzhodno filozofijo. Pravzaprav je zelo težko v nekaj besedah povedati kaj je joga. Na kratko jo lahko opredelimo kot starodavno vedo, pri kateri z dihalnimi vajami, telesnimi položaji in mentalnim osredotočanjem dosežemo telesno in duševno ravnovesje.

V časih, ko smo vpeti v hiter in stresen ritem življenja, je joga lahko odlična tehnika za izboljšanje počutja in zdravja. Z njeno pomočjo lahko stimuliramo parasimpatični živčni sistem in znižamo nivo stresa, hkrati pa lahko izboljšamo gibljivost in okrepimo mišice. Na jutranji praksi bomo ulovili sončni vzhod in že zjutraj naredili nekaj zase ter tako umirjeni vstopili v nov dan.

Opomba: Prinesite svojo blazino oz. podlogo. Joga praksa je primerna za vsakogar.

Plenarno predavanje

Vrline in občutek poslanstva kot dejavnika delovnega zadovoljstva učiteljev

doc. dr. Polona Gradišek, Pedagoška fakulteta, Univerza v Ljubljani

Na področju pozitivne psihologije in pozitivne vzgoje in izobraževanja kot njenega aplikativnega področja poudarjamo pomembnost usmerjanja pozornosti na dobrobit vseh udeleženi v vzgojno-izobraževalnem procesu. Če želimo, da bodo učenci v šoli zadovoljni, da bodo doživljali prijetna čustva, razvijali svoje potenciale in oblikovali pozitivne odnose z vrstniki ter odraslimi, jih morajo pri vsem tem podpreti učitelji. Da bi bili učitelji kompetentni za nudenje strokovne podpore učencem na teh področjih, jih je potrebno sistematično izobraževati in usposablјati. Pri tem ima pomembno vlogo vodstvo šole, ki je svojim zgledom in s spodbujanjem pozitivnega organizacijskega vedenja pomemben model in promotor šole kot pozitivne institucije. V prispevku bom predstavila vrline učiteljev kot dejavnik, ki lahko pozitivno prispeva k učiteljevemu zaznavanju samega sebe, lastne poklicne identitete in k boljšim medosebnim odnosom. Pomemben je tudi občutek poslanstva pri delu, ki ima številne pozitivne učinke za učitelje in učencev. Ob teoretičnih predpostavkah bom predstavila različne strategije, katerih cilj je omogočanje doživljanja pozitivnih izkušenj in zadovoljstva v poklicnem ter zasebnem življenju. Te strategije lahko pomočniki ravnateljev uporabijo pri sebi, spodbujajo pa jih lahko tudi pri sodelavcih učiteljih.

Ključne besede: vrline, poslanstvo, pozitivna psihologija, pozitivna vzgoja in izobraževanje, pozitivno organizacijsko vedenje, delovno zadovoljstvo, šola, učitelji, pomočniki ravnateljev

Plenarno predavanje

Dobrobit učencev in učenk v Sloveniji – izsledki iz mednarodnih raziskav PIRLS, TIMSS in PISA

dr. Mojca Štraus in Sebastijan Magdič, Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje

Dobrobit učencev in učenk je dejavnik vzgojno-izobraževalnega procesa in hkrati del njegovih rezultatov. Dosedanje objave rezultatov raziskav PIRLS, TIMSS in PISA se praviloma osredotočajo na posamezne vidike dobrobiti učencev in učenk, ki so podrejeni vprašanju mednarodnih primerjav predmetno-specifičnih znanj in spretnosti, preverjanih v posamezni raziskavi. To lahko zamegli pogled na »gozd« in namesto tega usmerja pogled v »posamezna drevesa«. V prispevku predstavljamo bolj celosten pristop k analizi dobrobiti učencev in učenk skozi pregledni okvir kazalnikov koncepta dobrobiti ter enotni analizi podatkov več raziskav, kar omogoča hkratno predstavitev stanja po več kazalnikih in za več starostnih skupin. S tem smo želeli usmeriti pozornost na »gozd« in manj na »posamezna drevesa«.

Občutek pripadnosti šoli, zaznava zavzetosti in opore učitelja pri pouku, veselje do učenja matematike in naravnost k obvladanju učne snovi so »drevesa«, pri katerih slovenski učenci in učenke v primerjavi z vrstniki v evropskih državah izražajo še posebej negativna stališča. V tem smislu rezultati pričujoče analize potrjujejo nekatere že znane ugotovitve iz predhodnih objav rezultatov raziskav PIRLS, TIMSS in PISA. Naša analiza »gozda« pa je pokazala, da slovenski učenci in učenke v primerjavi s svojimi vrstniki v relevantno primerljivih evropskih državah izkazujejo bolj negativna stališča pri tistih dveh od treh preučevanih vidikov dobrobiti, ki sta neposredno povezana z izobraževalnim procesom in prostorom. Iz tega lahko sklepamo, da je treba vprašanju dobrobiti učencev in učenk v strokovnih razpravah in izobraževalnih politikah nameniti (še) večjo pozornost in da je pri naslavljanju tega kompleksnega vprašanja treba postopati čim bolj celostno.