

eduSPACE

kompetencje (do) przyszłości

7-10 kwietnia 2025 r.



I Dni Dydaktyki Akademickiej eduSPACE

Kompetencje (do)przyszłości

7.04.2025, godz. 14:00, Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu

sala 114, [budynek B](#)

WARSZTAT DLA DYDAKTYKÓW

Odporność psychiczna edukatora

Barbara Habrych

Collegium Wratislaviense

e-mail: barbara.habrych@cw.edu.pl

Celem warsztatu jest pogłębienie wiedzy na temat modelu odporności psychicznej 4C, który pozwala zrozumieć kluczowe elementy wpływające na efektywność i dobrostan edukatora. Uczestnicy nauczą się, jak identyfikować i rozwijać swoje poczucie wpływu, podejście do wyzwań, zaangażowanie oraz pewność siebie, co przyczyni się do lepszego radzenia sobie z codziennymi stresami. Warsztat umożliwi także refleksję nad tym, czy edukator powinien być odporny czy wrażliwy psychicznie, oraz wskaże konkretne działania, które można wdrożyć, aby rozwijać odporność psychiczną.

Uczestnicy dowiedzą się:

Czym jest model 4C (kontrola, wyzwanie, zaangażowanie, pewność siebie) oraz jakie mechanizmy wpływają na efektywność pracy edukatora?

Jak przeprowadzić autodiagnozę własnej odporności psychicznej oraz jakie narzędzia stosować do jej wzmacniania?

Jak wypracować postawę proaktywnego dbania o własny dobrostan psychiczny w codziennej pracy edukatora?

Jak budować postawę wymiany doświadczeń i refleksji nad odpornością?