



Erasmus+

ERASMUS+ MEGÓV
„MENTÁLIS EGÉSZSÉGVÉDELEM
az Óvodában“ Nemzetközi

Partnertalálkozó, 2021. augusztus 27 – 29, Budapest



BESZÁMOLÓ



Az I. Nemzetközi Partnertalálkozó 2021. augusztus 27-29 napokon zajlott, partnereink részvételével, a Danubius Hotel Héliában. **2021. augusztus 27, Danubius Hotel Hélia**

Résztevők: Striho Viktória, Harangozó Katalin, Kristóf Zsuzsanna, Vajányi Mónika

A konferenciát élőben közvetítettük, amely Projektünk FB felületén elérhető az érdeklődő kollégák számára. A konferenciát Fóris Marietta nyitotta meg, a Budapesti Csip Csip Csodák magánóvoda fenntartója, projektünk koordinátora, köszöntötte a Projektpartnereket, ismertette a nap programját.

A Partnerintézmények bemutatkozása következett, Antal Csilla és Harangozó Katalin prezentációját és előadását hallgathatták a résztvevők. Elmondták, hogyan igazgatják intézményüket, az óvodai csoportokban hány pedagógust foglalkoztatnak, mennyi gyermek látogatja az óvodát, milyen a tagóvodák profilációja. Elmodták, hogy milyen projektekbe kapcsolódtak be az óvoda kitűzött céljainak elérése érdekében.

Magát az ERASMUS+ „MEGÓV“ projektet, a projekt megálmodója, Fóris Marietta mutatta be. Ismertette céljait, feladatait, elmondta, hogy a Pécsi ERASMUS+ „HELLO“ projekt inspirálta és annak koordinátora, unokatestvére, Schmidt Évi, akitől sok információt és támogatást kapott.

Vendégünk volt Kovács Erika, közoktatás vezető, óvodapedagógus, aki a koragyerekkori fejlesztés gyakorlatáról beszélt, valamint, hogy milyen lehetőségei vannak a családoknak az együttműködésre. Beszámolt arról is, hogy mennyire fontos az, hogy a rászoruló gyermek minél korábban bekerüljön az ellátó rendszerbe, mert az agy és ezzel párhuzamban a megfigyelhető viselkedéses funkciók egészséges fejlődéséhez nemcsak az ingergazdag tárgyi környezet, hanem törődő korai kapcsolatok és pozitív érzelmi-szociális gondozói háttér megléte is



Erasmus+

ERASMUS+ MEGÓV
„MENTÁLIS EGÉSZSÉGVÉDELME
AZ ÓVODÁBAN“ NEMZETKÖZI

Partnertalálkozó, 2021. augusztus 27 – 29, Budapest



elengedhetetlen. A mi célunk az óvodában a kora gyermekkori lelki egészség elérése és annak támogatása, amit a közoktatás vezető példákkal ilusztrált.

Az ebédszünet után Fóris Marietta óvodapedagógus, családkonzulens előadása következett, melyben a családkról, a gyermekekről, a pedagógusokról beszélt, milyen volt az együttműködés a pandémia idején. Milyenek voltak a kezdetek, amikor egy-egy számunkra ismeretlen helyzetben kellett felelős döntéseket hozni és naponta helytállni. Hogyan viselték a gyerekek, szülők, pedagógusok, a nem pedagógus dolgozók és a fenntartó a pandémia okozta karantént, óvodabezárást. Az óvoda tanácsot adott a szülőknek, hogyan tudják megőrizni mentális egészségüket a járvány alatt, hogyan támogathatják gyermekeiket a veszteség és gyász feldolgozásában. Az aktualitásokra reagálva folyamatosan újabb és újabb információkkal, hasznos útmutatókkal jelentkeztek gyerekeknek és a velük élő felnőtteknek egyaránt, hogy a járványhelyzet rövid és hosszú távú lelki hatásaival hatékonyan tudjanak megküzdeni.

Fóris Marietta második előadásának címe: Gyermeknevelés a család mentális állapotának tükrében. Összehasonlítottuk a mediális és a pozitív mentálhigiéné szemléleteit, a mentálhigiéné prevenció általános szempontjait, a stressz folyamat összetevőit, a következményeit, a stressz kezelést segítő technikák, programok formáit, a mentálhigiéné lehetőségeit, a munkahelyi mentálhigiéné célját, területeit, a kiegészítés prevenció jelentőségét a segítő szakmában, megtudtuk, hogy melyek azok a legfontosabb rendszerszemléletű fogalmak, amely segítségével leírható egy család működése.

Az konferenciát Fóris Marietta zárta le, megköszönte vendégeink és a Partnerség részvételét és a kollégák figyelmét az online térben.

2021. augusztus 28, Csip Csup Csodák magánóvoda

A koordinátori órán stratégiai megbeszélést tartottunk, átismételtük a projekt menetrendjét, pontosítottuk a találkozó programját az online találkozókon megtartott képzések sorrendjét.

Résztevők: a program koordinátora Fóris Marietta, a Ficánka Napköziotthon vezetője Antal Csilla, a Kassai Magyar Tanítási Nyelvű Óvoda igazgatója Harangozó Katalin.

Fókuszcsoporthoz megbeszélést tartottunk a Pedagógusok mentális állapota, a pandémia következményei címmel. Mindnyájan egyetértettünk abban, hogy közel két éve élünk együtt a koronavírus járvánnyal, annak társadalmi, gazdasági és lelki hatásaival. A járvány elleni védekezés egyik eleme, hogy az élet számos területén, így a köznevelésben is minimalizáljuk a fizikai kontaktusokat. Az elszigeteltség érzése, a betegségtől, illetve szeretteink elvesztésétől



Erasmus+

ERASMUS+ MEGÓV

„MENTÁLIS EGÉSZSÉGVÉDELME
AZ ÓVODÁBAN“ NEMZETKÖZI

Partnertalálkozó, 2021. augusztus 27 – 29, Budapest



való félelem megviselte mindenki tűrőképességét. A partnerség elmondta, hogy milyen hatással van a járványhelyzet a pedagógusok lelki egészségére. A pedagógusok beszámoltak arról, hogy mind maga a járvány, mind az ezzel járó korlátozások fokozott érzelmi reakciókat váltottak ki belőlük. Félték a vírusfertőzéstől, mert a kialakult helyzet felborította a korábbi életformájukat, ami már önmagában jelentős stresszforrásnak tekinthető. Az izoláció egyértelműen számos negatív érzelm kiváltója volt, megéltük a szorongást, frusztrációt, ingerültséget, dühöt, szomorúságot, reménytelenséget, motiválatlanságot, jelentkeztek visszatérő negatív gondolatok és koncentrációs nehézségek, valamint alvásproblémák. Sokan tapasztaltak erős szorongást, hiszen a virushelyzet mint veszély megfoghatatlan, ismeretek hiányában nem tudjuk pontosan, hogy mivel állunk szemben, így védtelennek érezhetjük magunkat.

Az ebédszünet után műhelymunka következett az Önismeret és szerepeink témában Fóris Marietta családkonzulens és Vozár Klára drámapedagógus vezetésével. Elmondták, hogy mennyire fontos önmagunkat megismerni, miért szükséges az önismeret, a helyes énkép és önértékelés. Akinek reális az önértékelése, jobban eligazodik a világban, erkölcsi problémáit sikeresebben oldja meg. A drámapedagógus bensőséges és elfogadó hangulatot teremtett, őszinte figyelemmel fordult a pedagógusok felé. A beszélgetések során felmerültek olyan dolgok, amelyek már egy ideje bennünk voltak, de most sikerült őket tudatosítani és pontosan megfogalmazni, kimondani. A vizualizációs gyakorlatok segítettek felismerni, támogató energiáival elengedni a problémát.

A konferenciát Fóris Marietta zárta le, megköszönte a Partnerség részvételét.

2021. augusztus 29, Csip Csup Csodák magánóvoda

Szülők voltunk, vagyunk, leszünk – generációs beszélgetést folytattunk a jelenlévő partnerség és az online kapcsolódó budapesti óvoda szüleivel, nagyszüleivel. A koordinátori kérdésre, hogy mi kell ahhoz, hogy valaki kiváló szülő legyen, nagyon sokan válaszoltak. Kiderült, hogy az, hogy milyen egy jó szülő, szinte mindenkinek mást jelent, hiszen a nevelési kérdésekben is eltérnek a vélemények, de az összes jelenlévő egyetértett abban, hogy ahhoz, hogy valaki kiváló szülő legyen szükséges: idő és figyelem, empátia és megértés, jóváhagyás, bizalom, bátorítás, elismerés, sok érintés és ölelés, iránymutatás, de szabadság is. Konstatáltuk, hogy szülőnek lenni egyáltalán nem egyszerű feladat, hiszen a szülők a legbefolyásosabb személyek a gyermek életében. Az, hogy a gyermek milyen nevelést kap, nagyban befolyásolja a későbbiekben, hogy milyen felnőtt válik belőle.

Az ebédszünet után a partnerek meghatározták a felelősöket az elkövetkezendő feladataink megoldására.



Erasmus+

ERASMUS+ MEGÓV
„MEntális EGészségvédelem
az ÓVodában“ Nemzetközi

Partnertalálkozó, 2021. augusztus 27 – 29, Budapest



Az I. Nemzetközi Partnertalálkozót Fóris Marietta zárta le, megköszönte vendégeink és a Partnerség részvételét.

Tapasztalataink: A jógyakorlatok és a konferencián megjelenő új pedagógiai, pszichológiai ismeretek során elsajátított pedagógus kompetenciák, módszertani, szakmai ismereteinket bővítették. Ismereteink bővültek az új, családterápiás rendszerszemlélettel is, így a szülőkkel történő mindennapi munka eredményesebbé válhat, illetve az új tudás alapján átalakul.



Erasmus+

ERASMUS+ MEGÓV „MEntális EGészségvédelem az ÓVodában“ Nemzetközi
Partnertalálkozó, 2021. augusztus 27 – 29, Budapest

