

Draskovits Dóra

Szociális és Emocionális Tanulás Tanári kurzus- SEL (Social and Emotional Learning)

Galway, Írország

2024. július 27- augusztus 3.

Az Erasmus Plus tanári pályázatunknak és Erasmus Plus Koordinátorunknak, Angeli Zsuzsának köszönhetően 2024. nyár közepén jártam Írország nyugati tengerpartján fekvő Galway Egyetemvárosának az Atlantic Language School SEL tanári továbbképzésén, Szociális és Emocionális Tanulás témában tanulhattam interaktívan egy 14 fős francia, belga, olasz, amerikai-afrikai, szlovén, szlovák, spanyol, máltai és német egyetemi-gimnazista- ált. isk.-ai- óvodapedagógus tanári csapatban.

A képzés fő célja, hogy segítse a diákokat olyan holisztikus „élet készségek” fejlesztésében, amelyek segítik az érzelmek kezelését, tanulási és élet célok kitűzését, kapcsolatok kialakítását és felelős döntések meghozatalát. Az SEL célja a rugalmasság, az empátia és a hatékony kommunikáció előmozdítása, végső soron pedig a teljes fizikai, érzelmi és mentális jólét és a tanulási folyamatok és sikerek elmélyítése. E készségek kialakításával a gimnazisták képesek kezelni a társadalmi összetettségeket és pozitívan hozzájárulni közösségeikhez.

A kurzust Moira Allen írországi gimnáziumi tanár irányította, aki Spanyolországban, Sevillában él és tanít családjával együtt. Moira kiscsoportos, nagycsoportos és páros interaktív feladatmegoldásokon keresztül bevezetett minket a SEL kompetenciákba, és számos módszert, technikát megosztott velünk, hogyan tudjuk előmozdítani a nevelői-oktatási munkáink során a szociális- emocionális intelligencia fejlesztését. Ezek a kompetenciák elengedhetetlenek a személyes fejlődéshez, és pozitív hatással lehetnek az iskolai teljesítményre, a mentális egészségre és a társas kapcsolatokra.

A kurzus napunk 9.00-15.00-ig tartott mindennap, óriás kivetítőn keresztül padlet-en felépített kurzusanyagon alapult, videóanyagokkal, zenével, relaxációs technikákkal színezve, elméleti és gyakorlati elemekkel, kiscsoportos és páros interaktív feladatmegoldásokkal, rengeteg közös megbeszéléssel, tudás és tapasztalat megosztással, kisebb projectekkel, egyéni prezentációkkal, számos módszerrel, hangulati és érzelmi leírásokkal vidám, oldott hangulatban telt.

Délutánonként közös középkori történelmi városi túrára mentünk, a Galway-i Művészeti Fesztiválra látogattunk, a Szent Patrick Templomban imádkoztunk, múzeumot és kézműves kiállításokat csodáltunk, delfin és foka megfigyelésre siettünk többször is a mólóra, hatalmas tengerparti sétákra keltünk, ír-kelta mesemondó esten voltunk egy történelmi pub-ban és rendkívül hasznos beszélgetéseken voltunk két másik nemzetközi tanári csapattal is.

Ír rumos kávé szertartást is végeztünk, ír Chai latte-t is izleltünk, atlanti óceáni hal- és tengeri herkentyűk különlegességeket teszteltünk minden formában, majd esténként több ír tradicionális élő zenés koncertet adó pub-ban is megfordultunk az ír zenei- és néptánc kultúra megismerésének elmélyítése céljából.

A Galway-i Lóugrató Derby Bajnokságra sietett a helyi lakosság és vendégközösség nagy része színes kosztümökben és színes kalapokban esőben is, nagyon érdekes volt ezt a színfoltját is élvezni a városnak. Az egyetemi városban hajnali három óráig hallgathattuk még álmainkban is az élő utcai zenészek különleges előadásait több ezer egyetemista kórusának kíséretében.

Több kirándulásra is lehetőségünk nyílt elutazni a nemzetközi csapatunkkal. A 320 millió éves Moher-sziklát, Írország egyik legismertebb természeti látnivalóját néztük meg több gyönyörű szép faluval együtt. A sziklák 214 méter magasságig emelkednek az Atlanti-óceán fölé, és 8 kilométer hosszúak, lenyűgöző kilátást nyújtva. A sziklák pazar panorámát kínálnak az Atlanti-óceánra, az Aran-szigetekre és a Galway-öbölre. Tiszta napokon még a Dingle-félszigetet is látni lehet. A csodaszép terület számos tengeri madárfajnak ad otthont, pl. a puffinoknak, a razorbilloknak és a guillemotokat. A sziklák

különböző filmekben és médiában is megjelentek, például a "Harry Potter és a Félvér Herceg" és a "Hercegnő Menyasszony" című filmekben.

Ezenkívül végigutaztunk Írország Skóciára emlékeztető festői Connemara megye tájain is, az Atlanti-óceán menti falvakon, aminek során geológiai, természettudományi, történelmi, vallási és gasztronómiai előadásokat hallgattunk. Elutaztunk a Kylemore Apátságba is, hatalmas kastélykerttel egy gyönyörű, történelmi kastélyba, amelyet bencés kolostorrá alakítottak át.

Hálásan köszönöm az Erasmus Plus Koordinátorunknak és Erasmus Plus kollégáink csapatának, és az EKG vezetőinek, hogy lehetővé tették a tantestületünknek, hogy lelki feltöltődéssel is felérő, rendkívül különleges és hasznos tanári kurzus tanulmányokkal is gazdagodhattunk 2024. nyarán, aminek az élmény és gyakorlati módszertani tapasztalatát megoszthatjuk örömmel a kollégáinkkal és tanítványainkkal.

