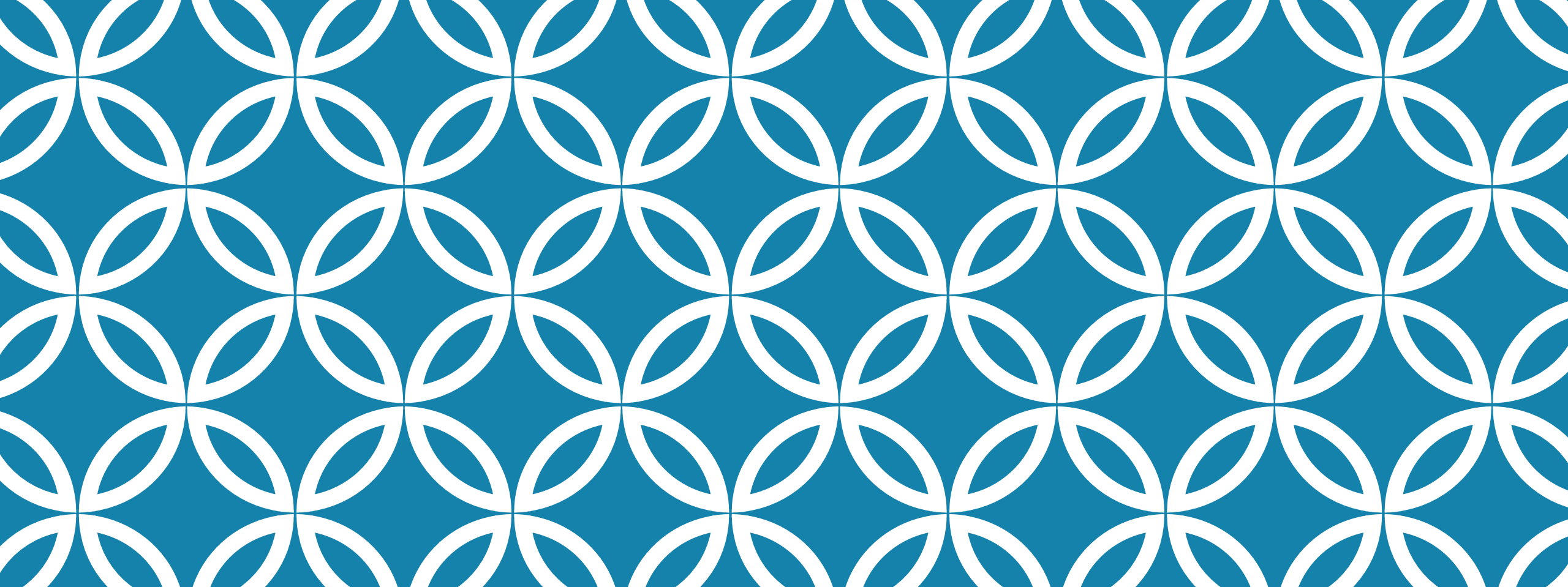
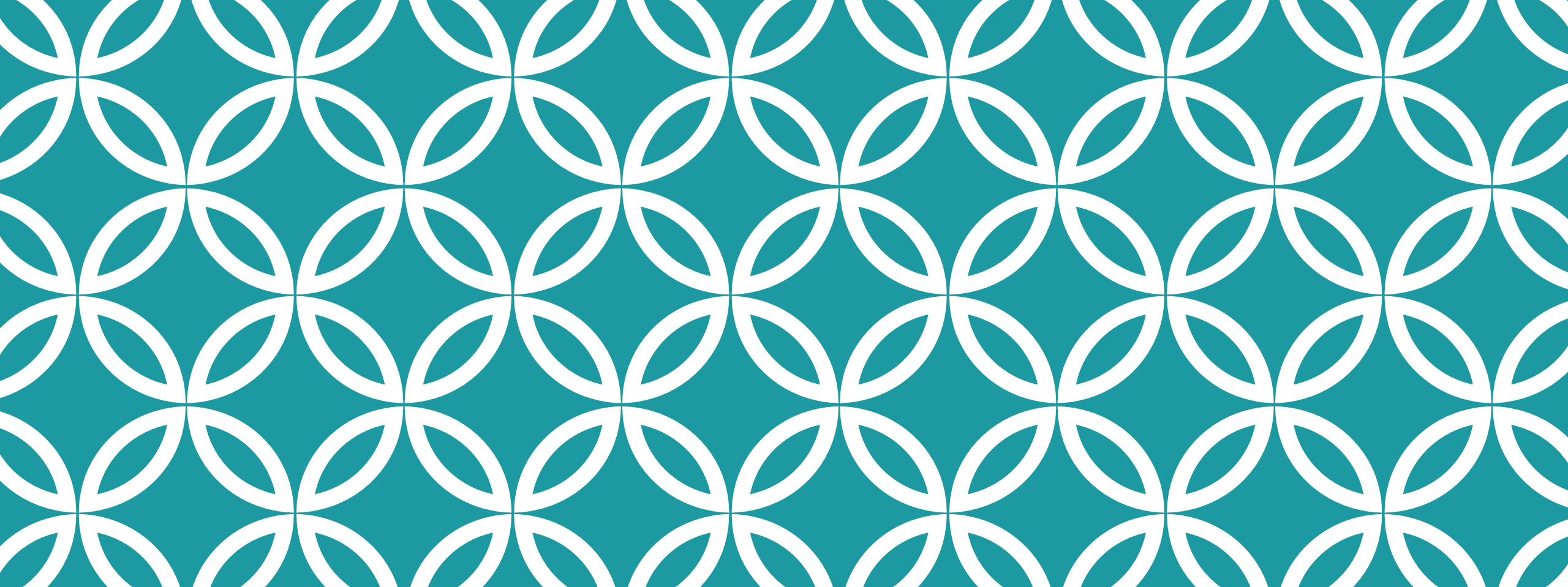




ERASMUS + TANÁRTOVÁBBKÉPZÉS

FIRENZE
2026. 04.27-05.02.
Gyaraky Márta
angoltanár



A TANFOLYAMRÓL: CREATIVE STRATEGIES FOR LANGUAGE TEACHERS

Europass Teacher Academy
Firenze, Via dei Rustici 7.
Trainer: Cristina Salvatori

A CSOPORTUNK:

- ❖ 2 spanyol
- ❖ 2 belga
- ❖ 1 horvát
- ❖ 1 görög
- ❖ 2 magyar



ÓRÁK JÓ
KÖRNYEZE



YÖRÜ

TANANYAG:

- **Többszörös intelligencia elmélet**
- **PERMAH modell (pozitív pszichológia egyik megközelítése)**
- **GooseChase applikáció**
- **Canva (prezentációk készítése, átvétele)**
- **Gamma (prezentációkhoz)**
- **Diffit (óravázlatokhoz)**
- **Hogyan adjunk megfelelő utasításokat az AI-nak**
- **Notebooklm**
- **Mizou**
- **Twinpics**

**ERASMUS+ TOVÁBBKÉPZÉS –
SOMOGYI RITA
FIRENZE, VIA DEI SERVI 7**

**Resilience and Wellbeing
Strengths for Teachers**



Tréner:
Susan
Gagliano

Kollégák –
osztály-tár
sak:

6 görög
1 ciprusi
1 spanyol
1 magyar

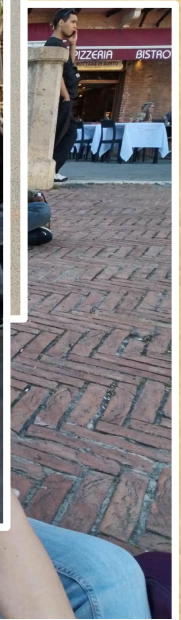


TANANYAG

- What is Wellbeing?
- What is Resilience?
- Positive Psychology: PERMAH model
- Importance of Emotions
- Mihály Csíkszentmihályi: Positive Psychology – Flow
- Quality Relationships
- Mental Health is Health!
- Emotional self-awareness
- Healthy Boundaries and Assertive Communication
- How to build your gated garden?
- How to handle conflicts at school?
- How to help traumatized students?
- Warm-up: concentrating on feelings

TANANYAG

- Mit jelent a lelki jóllét?
- Mit jelent a reziliencia?
- Pozitív pszichológia:
PERMAH-modell
- Az érzelmek fontossága
- Csíkszentmihályi Mihály: Pozitív Pszichológia – A „flow” fogalma
- Minőségi kapcsolatok
- A mentális egészség is egészség!
- Érzelmi öntudatosság
- Egészséges korlátok és asszertív kommunikáció
- Hogy építsd fel a „kapuval ellátott kertet”?
- Iskolai konfliktuskezelés
- Hogyan segítsünk a traumatizált diákoknak?
- Bemelegítés: érzelmekre koncentrálni



Köszönjük
a figyelmet!

