

Erasmus+ tanári mobilitás 2026 tavaszán

A Veszprémi Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Technikum és Kollégium intézményéből Piszker Ivett és Ódor Erzsébet Ilona oktatók vehettek részt Mallorcán egyhetes tréningen az Erasmus+ Program keretében 2026. május 10-17. között. A tréning témája a „Mindfulness & Relaxation for Teachers and its use in Teaching”, azaz Tudatos jelenlét és relaxáció tanároknak és alkalmazása az oktatásban volt.

Összesen tizenöten veszünk részt a képzésen, Magyarország hét intézményét és négy szakképzési centrumát képviselve, valamint négy fő Németországból érkezett. A képzés nyelve az angol volt.

A tréning Llubi településen, Son Ros Retreat Centerben zajlott. A foglalkozásokon átfogó ismereteket szereztünk a mindfulness és a relaxáció alapelveiről, valamint azok pedagógiai alkalmazási lehetőségeiről. Megismertünk és a gyakorlatban is kipróbáltunk több olyan technikát – például légzőgyakorlatokat, vezetett meditációkat, figyelemfókuszáló és stresszcsökkentő módszereket –, amelyek hozzájárulhatnak a tanulók és a pedagógusok mentális jóllétének támogatásához.

A spanyolországi helyszín révén mélyebb betekintést nyerhettünk a spanyol oktatás sajátosságaiba, szolgáltatóiparba, cégek életébe, kulturális érdekességekbe, helyi közlekedési sajátosságokba, valamint az idegenforgalomba. Így nagy mértékben fejlődött az idegen nyelvi kommunikációs képességünk is.

Az itt megszerzett tudásunkat, élményeinket, az alkalmazott módszereket hasznosíthatjuk magyarországi oktatói munkánk során, ahol tanóráinkat színesebbé tudjuk tenni, tanulóink érdeklődését pedig könnyebben fel tudjuk kelteni a külföldi kultúrák iránt. Bízhatni tudjuk tanulóinkat az Erasmus+ mobilitási programjaiban való részvételre is, hogy az idegen kultúrák felé nyissanak, világlátásuk szélesedjen.

A helyiek vendégszeretete, a fogadó szervezet profizmusa, a magyarországi szervező precízsege mind hozzájárultak a program sikerességéhez, módszertani eszköztárunk, valamint nyelvtudásunk fejlődéséhez.

Ajka, 2026.05.19.

Ódor Erzsébet Ilona, Piszker Ivett