

Munkanapló

- **Mobilitásban résztvevő neve:** Simon Márta - könyvtáros
- **Küldő Intézmény:** Budapest XIII. Kerületi Vízafogó Általános Iskola
- **Projekt címe:** Dealing with emotional and behavioural difficulties in the school
(Érzelmi és viselkedési problémák kezelése az iskolában)
- **Fogadó Intézmény neve:** Easy School of Languages
- **Kiutazás kezdete és vége:** 2019.07.06 - 2018.07.13.
- **A mobilitás kezdete és vége:** 2019.07.08. - 2019.07.12.
- **Gyakorlat helye:** Valletta - Málta
- **Fogadó fél profilja:** nyelvtanfolyamok, tanári továbbképzések
- **A kurzus időtartama:** 5 nap (30 óra)
- **napi munkaidő:** 6 óra/ nap
- **nyelve:** angol

- **Szállás, ellátás minősége:**

Ott tartózkodásom alatt egy vendéglátó családnál laktam, Gzirában, az Upper Albert Street-en.

Gzira mintegy 2,5 km-re van a fővárostól, busszal vagy komppal 15-20 perc alatt elértem Valletta belvárosába, ahol az iskolám volt.

A szállásomon félpanziós ellátást kaptam. A szobám tágas és világos volt, és mivel az átlag hőmérséklet elérte a 35-40 fokot, a hűtést mennyezeti ventilátorral oldották meg. A házigazdám egy nagyon kedves és segítőkész középkorú hölgy és a férje voltak, akik sok éve fogadnak diákokat, a mai napig tartom velük a kapcsolatot.

- **A fogadó intézmény:**

Az 'Easy School of Languages' nyelviskola Valletta központjában található. Az iskola egy régi, történelmi épületben kapott helyet, belül azonban modern, 15 tanterme klímával és interaktív táblákkal is fel van szerelve. Időnként sajnos áramkimaradás miatt nem működtek ezek a berendezések, ezért kinyomtatva is megkaptuk a tananyagot. Mivel az iskola a város központjában helyezkedik el, kiváló lehetőséget nyújt az órák utáni kikapcsolódásra. Elérhető közelségben megtalálhatóak bárók, éttermek, történelmi nevezetességek, múzeumok és vásárlási lehetőségek egyaránt.

A kurzusról általában:

A csoportban tízen voltunk, meglepő módon közülük nyolcan magyarok és csak két csoporttársunk jött más országból, nevezetesen Bulgáriából. Azonban mivel mindannyian más iskolából és különböző iskola típusokból érkeztünk így is lehetőség nyílt ezek összehasonlítására, tapasztalat és tudás megosztására. Nagyon hasznosnak és érdekesnek találtam a tanfolyamot, nemcsak a jól megválasztott témák miatt, hanem azért is, mert tanárunk jól felkészült, rugalmas és segítőkész volt. Mindvégig egyetlen tanár tartotta az órákat: Christine Bonnici

Inkább a frontális munkaforma volt jellemző, de azért volt néhány páros, csoportos munka is, és alkalmunk nyílt egyénileg is dolgozni. Az órák jó hangulatban zajlottak és kizárólag angol nyelven kommunikáltunk. A kurzus fő témái a következők voltak:

- Ézelmi és viselkedési zavarok
- Családi környezet és a hozzá kapcsolódó kihívások
- Kognitív, viselkedési és szisztematikus megközelítések az ézelmi és viselkedési zavarok kezelésében
- Szülők támogatása

A fenti témákon belül azonban számos kérdést vizsgáltunk az adott területekhez kapcsolódóan és az elmélet mellett gyakorlati tanácsokat is kaptunk. Először mindig bevezettük az aktuális témát valamilyen bemelegítő gyakorlattal, aztán fokozatosan nehezedtek a feladatok. Sok volt a célnyelvi

kommunikáció is, de tanárunk ügyelt arra, hogy minden készségterületet fejlesszen.

Az óráink 45 percesek voltak, mindennap reggel 9-kor kezdődtek és 14 óráig tartottak. 12 órától volt egy órás ebédszünetünk, amit vagy az iskolában töltöttünk, vagy kimentünk egy közeli gyorsétkezdébe.

- **Mobilitás alatt végzett konkrét napi szakmai munka, végzett tevékenységek, feladatok:**

Július 06:

Érkezés Máltára. A repülőtérre kijött elénk az iskola által megbízott sofőrszolgálat munkatársa, aki összegyűjtötte azokat, akik kérték ezt a szolgáltatást, köztük engem is. Így már az autóban elkezdődött az ismerkedés a csoporttársakkal. Nagyon kényelmes volt, hogy csomagjaimmal együtt a vendéglátó család ajtaja előtt tettek le. Egy nagyon kedves és szimpatikus középkorú házaspárnál laktam ott tartózkodásom alatt, ahol félpanziós ellátást kaptam. Rajtam kívül még egy Cseh tanárnőt is itt szállásoltak el. Külön szobában laktunk. Lakótársamat Jarmilának hívták. Hamar összebarátkoztunk és együtt fedeztük fel a környéket, rögtön az első délután.

Július 07:

Mivel vasárnap volt és a tanfolyam csak hétfőn kezdődött, Jarmilával ezt a napot arra szántuk, hogy kicsit távolabb merészkedjünk. A tenger 10 perces sétára volt a szállásunktól, de ahhoz, hogy strandoljunk, buszra kellett szállni. Délután pedig beutaztunk a belvárosba, hogy megnézzük, pontosan hol van az iskola, ahova másnap reggel már időre kell mennünk.

Július 08:

Első nap a tanfolyamon.

A tíz fős csoport tagjai játékos formában bemutatkoztak, megismerkedtünk. Kiderült, hogy meglepő módon közülünk nyolcan magyarok és csak két csoporttársunk jött más országból, nevezetesen Bulgáriából. Mindenki mesélt munkájáról és az intézményről, ami a kurzusra küldte. Ennek során tanárunk, Christine Bonnici nyelvi szintünket is felmérhette.

Az egy órás ebédszünet után megbeszéltük a kurzus tematikáját.

Délután a csoporttársakkal elmentünk megnézni egy közeli nevezetes helyet, az **Alsó és a Felső Barakka** kerteket. Ezután néhányan beültünk egy étterembe és megkóstoltunk egy helyi specialitást, a máltai zöldséglevest, ami inkább főzelékre emlékeztetett, de nagyon finom volt.

Július 09.

A mai órák témája: 'Érzelmi és viselkedési zavarok kezelése.' Előbb tisztáztuk a pszichológiai fogalmakat, definíciókat, majd a rendellenességeket, biológiai, pszichológiai, és társadalmi okait elemeztük. Összehasonlítottuk a máltai és a többi ország helyzetét, gyakorlatát.

Délután megnéztük a Szt. János társkatedrális, mely Málta legnagyobb és leghíresebb temploma, egyben a római katolikus egyház egyik leghíresebb barokk székesegyháza.

Végül elutaztunk Marsaxlokkba, egy kis halászfaluba, mely Málta délkeleti részén található. A sziget legfinomabb halait készítő éttermek egyikében megkóstoltuk a halászlét, ami egészen más recept alapján készült, mint az általunk ismert fogás.

Július 10.

A harmadik nap témája a 'Családi környezet és a hozzá kapcsolódó kihívások' volt. Ennek során vitáztunk, érveltünk, természetesen célnyelven. Mindenki elmondta saját tapasztalatait. Először sorra vettük a különböző családi háttér mintázatokat, majd mindazokat az akadályokat, amelyek gátolják az iskola és a szülők együttműködését. Végül azokat a lehetőségeket kerestük, amiknek segítségével előmozdíthatjuk a hatékony iskola-család kapcsolatot. Cikkeket is olvastunk és kérdőívet is kitöltöttünk a témában.

Szabadidőnkben Gozo szigetére látogattunk el. Ez Málta második legnagyobb szigete, és bővelkedik látványokban, kulturális, történelmi és természeti élményekben.

Július 11.

A negyedik nap témája: 'Kognitív, viselkedési és szisztematikus megközelítések az érzelmi és viselkedési zavarok kezelésében.'

Talán ez volt a legnehezebb téma mind közül, már csak a szakzsargon miatt is és mert sok statisztikát, diagramot is megnéztünk, elemeztünk a feladatok során. Hasznosnak éreztem, hogy a változások, tendenciák leírására vonatkozó szókinccset, nyelvezetet is átvettük. A témához kapcsolódó rövidfilmet is néztünk, majd kis csoportokban megbeszéltük a látottakat. Végül az egész csoport közösen is megvitatta a szóban forgó témát.

Délután igyekeztünk az időt jól kihasználni. Nem hagyhattuk ki az 5D-s mozit, ahol egy Málta történelméről szóló filmet néztünk meg, majd Tarxien megalitikus templomaihoz látogattunk el, ami egy újkőkorszaki megalitikus templomegyüttes romja Máltán, Tarxien község területén, a nagy sziget keleti részén. Végül elbusoztunk Popeye Village-be Málta északnyugati részére. Itt, a Mellieha-tól kb. 2 km-re található az egyedülálló filmes látványosság, ahol 1980-ban, Robin Williams főszereplésével a Popeye című filmet forgatták. A terv az volt, hogy a forgatás után lebontják, de szerencsére ezt nem tették meg, hanem élményparkká alakították át. Így ez lett Málta egyik legnépszerűbb családi látványossága. Ez a nap is bővelkedett tehát a jobbnál-jobb programokban.

Július 12.

Az utolsó nap a tanfolyamon. 'Szülők támogatása' volt a téma ezúttal. Messziről indultunk, pszichológiai kísérleteket elevenítettünk fel, illetve néztünk meg filmen. Szó volt a különféle szülő-gyerek kapcsolati modellekről, hatékony szülői stratégiákról és konkrét módszereket és azokban rejlő lehetőségeket is sorra vettünk a témában.

Ezután megtörtént az értékelés és megkaptuk bizonyítványunkat. Nehéz volt az együtt töltött napok után búcsút venni egymástól. Többen címet, elérhetőséget is cseréltünk, és megbeszéltük, hogy tartjuk a kapcsolatot.

Egyik csoporttársammal befizettünk egy az iskola által szervezett autóbuzsos túrára. Az úticél Mdina – a csendes város –, mely hosszú ideig Málta fővárosa volt. Ódon, szűk utcáin középkori és barokk építészeti remekek sorakoznak. Csak gyalog lehet közlekedni, autóval csak szigorú engedélyek birtokában lehet behajtani a városba. Remek idegenvezetőnk volt, aki végig kalauzolt minket ezen a csodás helyen.

Július 13.

Ezen a szombati napon már nem volt oktatás. Egy csoporttársammal még kihasználtuk a délelőttöt. A Felső-Barakka kertből indultunk komppal a túloldalon található, három kisebb benyúló félszigeten elterülő három városba. A Szent János Rend lovagjainak első otthonaként szolgáló Három Város palotái, templomai és bástyái sokkal régebbiek, mint Vallettáé.

Miután elbúcsúztunk vendéglátóinktól, busszal mentünk ki a repülőtérre. Egy csodás hetet töltöttem ezen a varázslatos szigeten, ahol a hasznos szakmai tudást, és felejthetetlen élményeket szereztem.

- **Összegzés:**

Olyan kurzust választottam, ami a pedagógia és pszichológia témaköréhez kapcsolódik. Elsődleges célom ezenkívül szakmai kapcsolatok építése, tapasztalatcsere volt, tanulni a bevált külföldi gyakorlatokból.

A következő képességeim, kompetenciáim fejlődtek, illetve céljaim valósultak meg:

Pszichológiai és szociális kompetenciák

Csapatmunka képességek

Új szakmai kapcsolatok kiépítése