

**Project HELP**  
**Healthy Teachers and Professionals in Education   
LLP Comenius - 11/2013 - 10/2015**

Alarmująco wysoki wskaźnik wczesnych emerytur wśród nauczycieli z powodów zdrowotnych od lat dziewięćdziesiątych zwrócił uwagę badaczy europejskich oraz polityków na potencjalnie negatywne, niezdrowe konsekwencje pracy nauczycieli.

Stres psychosocjalny oraz związane z pracą, psychowegetatywne zaburzenia, syndrom wypalenia zawodowego, prześladowanie (tyranizowanie) w miejscu pracy, nieobecności oraz wczesne przejście na emeryturę wydają się być szeroko rozpowszechnionym oraz dramatycznie wzrastającym zjawiskiem na terenie Europy. Powodują one nie tylko cierpienia, czy też załamania jednostkowe, ale również ogromne koszty dla funduszy publicznych i służby zdrowia z racji wysokich wskaźników zachorowań, terapii czy wczesnych emerytur. Ponadto emocjonalne wyczerpanie nauczycieli z pewnością wpływa na jakość uczenia oraz ma negatywne konsekwencje dla uczniów.

Bazując na tych danych, wysoce koniecznym jest, by przyszli oraz obecni nauczyciele przeszli trening mający na celu poprawę ich profesjonalnego posługiwania się dostępnymi zasobami  oraz optymizowanie ich kompetencji w kwestii radzenia sobie ze stresem związanym z pracą.

Oferty ze specjalnymi szkoleniami internetowymi zaadaptowane do warunków profesji nauczycielskiej oraz skupiające się na stresie oraz zarządzaniu zasobami są wysoce pożądane. Jak dotychczas wsparcie profesjonalne jest oferowane głównie przez psychoterapeutów i trenerów. Ale te profesjonalne grupy działają dopiero po tym, jak wystąpią już ostre dysfunkcje. Zaobserwować można jednak naglącą potrzebę na rozwiązania prewencyjne, łatwo dostępne dla grupy docelowej, które zdołają szkolić i wspierać kompetencje związane z pracą, pomagając przeanalizować niewłaściwe wzory myślenia czy zachowania oraz zmieniać je krok po kroku.

Głównym celem tej aplikacji jest więc rozwinięcie oraz implementacja interaktywnego oraz atrakcyjnego internetowego programu szkoleniowego, który wesprze nauczycieli by rozwijali w sobie wrażliwość na zarządzanie swoimi zasobami, by przemyśleli swoje strategie, by zaznajomili się z alternatywnymi sposobami zachowania oraz by ustabilizować ich, najbardziej jak to możliwe, poprzez eliminację i zmianę niekorzystnych zachowań.

Więcej informacji na stronie projektu: [www.help.odl.org/index.php/pl/](http://www.help.odl.org/index.php/pl/)