

**Szabóné Básti Csilla - Happy Schools:
positive education for well-being and life-skills development**

A 2020-as Erasmus továbbképzés keretein belül kurzusom a franciaországi Nizzában volt 2022 augusztus 8-13 között. A tanfolyamot az Europass Teacher Academy szervezte. Kis nemzetközi csoportunk vezetője Francis Osborne régóta Franciaországban élő Dél-Angliai tanárnő volt, a csoportban írek, magyarok, lengyelek és egy olasz kolléganő volt.

A kurzus helyszíne Nizza, a francia riviéra gyöngyszeme, egy nyugodt történelmi kisváros, ami kiváló helyszín egy nemzetközi programhoz.

A hét során többféle érdekes pozitív pszichológiai elmélettel ismerkedtünk, kipróbáltunk mindfulness technikákat, számos érdekes gyakorlatot végeztünk kisebb csoportokban, mely a pozitív gondolkodásra fókuszál. TedTalk videókat néztünk a témáról, sokat beszélgettünk arról, mi szükséges a mentális jóllétünkhöz, és hogyan tehetjük diákjainkat sikeresebbé.

A csoportban 6 ír tanár volt, különböző iskolákból Galway és Westport városából, akik nyitottak voltak iskolánkkal további kapcsolatépítésre, esetleges job shadowing látogatásra.

A kurzuson kívül volt lehetőség a Nizza környékén Monacoba, Cannes-ba ellátogatni, az iskola által szervezett hajókázáson részt venni.

Nagy élmény volt a Nizzában töltött hét, a gyakorlatias kurzus szép környezetben, és egy kis nyelvgyakorlási lehetőséggel együtt.



Életképek a kurzusról és a tanárunk, Francis



Nizza a mediterrán tenger partján



Strand és éjszakai élet



Kirándulás Monte Carloba, Monacoba és Cannes-ba.