

Kalapos Judit – Erasmus beszámoló

Mi motiválta a pályázást, javaslatok, ötletek, tanulságok a jövőre nézve, hasznos tanácsok pályázóknak. Miként tudod ezt a szakmai tapasztalatot kamatoztatni a mindennapi munkádban?

Sok éves iskolapadban, hagyományos formák között szerzett elméleti tudás után pár éve elhatároztam, hogy az élményalapú, készségfejlesztő képzéseket részesítem előnyben, amikor szakmai továbbképzésben gondolkodom. Azt tapasztaltam, hogy a non-formális, élményalapú tanulás a személyiségemhez, érdeklődésemhez sokkal közelebb áll. Egy-egy ilyen jellegű képzésen hosszú távon is meghatározó élményekkel lettem gazdagabb, amik nem csak a szakmai, hanem az egyéni fejlődésem szempontjából is lényegesek. Ezért keltette fel érdeklődésemet a horvátországi „Syncro-Synergie Croatia” civil szervezettől kapott hírlevél, amiben egy hetes tréningükről értesültem.

Évekkel ezelőtt hallottam először az adminisztratív dolgozók mobilitási programjáról, de mindig halogattam az utánajárását, attól tartva, hogy túl sok időt emészt fel maga a pályázat megírása, és a kiutazással járó teendők. Az előzetes pályázatírási tapasztalataimhoz képest az Erasmus pályázat kitöltése, adminisztrációja sokkal gördülékenyebben zajlott, optimális idő-energia ráfordítást igényelt. A döntésről időben értesültem, és az anyagi támogatás utalása is gyorsan zajlott, nem volt szükséges előfinanszíroznom az utazást.

Jó szívvel ajánlom azoknak a programot, akik nyitottak új dolgok tanulására, új emberek megismerésére, akik vágnak arra, hogy néhány napra kiszakadjanak a megszokott kerékvágásból, és messzebről (fizikailag és mentálisan) tudják szemlélni a mindennapi tevékenységüket, új megvilágításba helyezve azokat.

Az Erasmus pályázatnak köszönhetően 2014. május 24-30. között vettem részt a „Coaching flow training” elnevezésű képzésen. A tréningen több mint 10 országból hozzám hasonló érdeklődésű, életkorú fiatal vett részt. Nagy élményt jelentett a tréning nemzetközisége miatt a különböző háttérű, kultúrájú, gondolkodású emberek találkozása, nyitottsága.

2007-ben vettem részt egy karrier tanácsadó képzésen, melyet követően kezdtem el önéletrajzírás, valamint tanulmányi/felvételi kérdésekhez kapcsolódóan a PTE hallgatói számára egyéni tanácsadást tartani. Ezen kívül alkalmanként workshopokat, tréningeket is vezetek karriertervezés, önéletrajzírás, pályorientáció témakörökben. A képzés több szempontból is fejlődési lehetőséget jelentett: új, hosszú távon is alkalmazható módszertan megismerésére, gyakorlatban történő megtapasztalására adott lehetőséget. Mivel a képzés nyelve angol volt, ezért a módszertan megismerése és az egyéni fejlesztés mellett a tréning aktív nyelvgyakorlás szempontjából is hasznos volt.

A képzés során elsajátított tudás, megszerzett tapasztalatok:

- coaching módszertani ismeretek: coaching folyamat tervezése, kérdés és visszajelző technikák (összefoglalás, parafrázis, visszatükrözés, konfrontáció), meta-modell elmélete, és gyakorlati alkalmazása
- mivel a képzésben mindvégig saját, egyéni kérdésekkel dolgoztunk, ezért a módszertan elsajátítása, tanácsadói készségek fejlesztése mellett önismeretünk fejlesztésére is alkalmat adott

Coaching Flow training – 2014. május 24-30.

