

Välbefinnande i arbetslivet

– konkreta verktyg för att må bra på jobbet

Ett seminarium för personal inom småbarnspedagogik | Lördag 28 oktober 2023 | Arcada - Helsingfors

Seminarier har som målsättning att ge dig matnyttig vägkost för att stärka välbefinnandet i arbetslivet. Under dagen blandas teori med konkreta verktyg och diskussion. På seminariet presenteras också Sydkustens projekt Småbarnspedagogik – ett framtidsjobb och du får praktiska tips om hur du kan främja litteraturanvändningen hos yngre barn.

Anmälningar och information

Anmälan: Senast 06.10.2023

Länk: <https://link.webpolsurveys.com/S/1DC402D0FB67EDBD>

Plats: Arcada, Jan-Magnus Janssons plats 1, Helsingfors

Pris: 45 euro/person. Inkluderar morgonkaffe, lunch och eftermiddagskaffe.

Kontakt: Sydkustens landskapsförbund
tfn. (09) 618 21233
helsingfors@sydkusten.fi

Program

- 8:45 Morgonkaffe
- 9:00 Sydkustens landskapsförbund firar 25 år
Christel Björkstrand, direktör, Sydkustens landskapsförbund
- 9:15 En hälsofrämjande verksamhetskultur inom småbarnspedagogiken
Mirjam Kalland, professor, Helsingfors universitet
- 10:00 Projektet Småbarnspedagogik – ett framtidsjobb: feedback från skolbesök
Emilia Christiansen, projektkoordinator, Sydkustens landskapsförbund
- 10:30 Stärk din resiliens – om naturen som kraftkälla, privat och professionellt
Ann-Christin Furu, universitetsforskare och docent, Åbo Akademi
- 11:15 Plaska, peka, prata
Några idéer för att inspirera yngre barn att närma sig böcker och för att utvidga deras ordförråd samt ge dem en bra början på sin läskarriär.
Paola Fraboni, ordkonstlärare, Sydkustens ordkonstskola
- 11:45 Lunch
- 13:00 Del 1: Hur påverkas vi av stress och utmaningar kopplade till uppdraget?
Anna Hellberg Björklund, leg. psykolog och specialist i pedagogisk psykologi
- 14:15 Kaffepaus
- 14:45 Del 2: Hur kan vi stärka oss själva och främja skyddsfaktorer mot stress? Hur kan arbetslaget vara en tillgång för varandra och hur bygger vi strukturer som underlättar?
Anna Hellberg Björklund
- 16:00 Avslutning

Mirjam Kalland



Emilia Christiansen



Ann-Christin Furu



Paola Fraboni



Anna Hellberg Björklund





Mirjam Kalland

Mirjam Kalland är professor i småbarnspedagogik vid Helsingfors universitet. Kalland forskar bl.a. i hur man stöder barns socioemotionella utveckling inom småbarnspedagogiken och i vad som främjar att man trivs i sitt arbete inom småbarnspedagogiken.

Föreläsningen **En hälsofrämjande verksamhetskultur inom småbarnspedagogiken** baserar sig på färsk forskning.

Ann-Christin Furu

Ann-Christin Furu är universitetsforskare och docent i småbarnspedagogik vid Åbo Akademi med inriktning mot lärande för hållbarhet. Hon är särskilt intresserad av hur man inom småbarnspedagogiken kan skapa grund för en hållbar livsstil och bidra till en mera hållbar värld. Tillsammans med sin kollega Mia Heikkilä är hon aktuell med boken *Resiliens i förskolan* (Natur & Kultur, 2022).

Stärk din resiliens – om naturen som kraftkälla, privat och professionellt.

Den här föreläsningen handlar om hur du som arbetar inom småbarnspedagogiken kan stärka din resiliens för att hantera en ofta krävande vardag. Föreläsningen bygger på aktuell forskning som visar hur naturkontakt och samhörighet med naturen kan fungera som en kraftkälla, både i det privata och det professionella.

Emilia Christiansen

Emilia Christiansen, lärare inom småbarnspedagogik (PeM och medianom) jobbar som projektkoordinator för Sydskustens landskapsförbunds projekt *Småbarnspedagogiken – ett framtidsjobb*.

På dagens föreläsning ger Emilia Christiansen en färsk bild av hur ungdomar ser på branschen. Presentationen baserar sig på de skolbesök hon gjort inom ramen för projektet ***Småbarnspedagogiken – ett framtidsjobb***.

Paola Fraboni

Paola Fraboni är folklorist och utbildad lärare i filosofi och psykologi. Hon har jobbat som ordkonstlärare de senaste tio åren. Vid Sydskustens landskapsförbunds kontor i Pargas arbetar hon med undervisning samt projekt för alla åldrar. Från ordplask för barn i åldern 0-2 år via grundläggande konstundervisning för lågstadiet till fortbildning för lärare och andra intresserade.

Plaska, peka, prata

Paola Fraboni ger några idéer hur du kan inspirera de yngre barnen att närma sig böcker och hur de kan utvidga sitt ordförråd och samtidigt ge dem en bra början på sin läskarriär.

Anna Hellberg Björklund

Anna Hellberg Björklund är leg. psykolog och specialist i pedagogisk psykologi. Hon arbetar med handledning, fortbildning och skrivande i sitt eget företag (www.forskolepsykologi.se) och har bland annat skrivit böckerna *Föräldrasamverkan i förskolan* (2021), *Traumamedvetenhet i förskolan* (2017) och *När krisen drabbar förskolan* (2018).

Hantera stress och må bra

I den här föreläsningen fördjupar vi oss i förståelsen för stress och hur ett känslomässigt krävande arbete kan påverka medarbetaren. Vi berör etisk stress – vad händer när man måste kompromissa för mycket i sitt uppdrag till exempel på grund av bristande förutsättningar – liksom empatitrötthet.

Det går bra att maila föreläsaren på förhand om det finns särskilda önskemål kring innehållet:
anna@forskolepsykologi.se

