

Katalog vzdělávacích programů pro pěstouny (2019)

REGION - PLZEŇ

Termín	Forma	Název akce Téma	Lektor/ka
28. 01.	Klub	Můj průvodce - kdo to je?	Hrušková Barbora
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Kdo je průvodce pěstounských rodin? Jaký by měl průvodce být, co by měl umět a nabízet? Proč dochází na návštěvy? Jaká mají pěstouni práva a povinnosti? Co může průvodce pro pěstounskou rodinu dělat? Jaké jsou rozdíly mezi prací průvodce, pracovníka OSPOD, Krajského úřadu a dalších? Během programu zodpovíme tyto otázky, srovnáme zkušenosti rodin a pobavíme se o možném zlepšení spolupráce. Shrňme historii doprovázení, zaměříme se na nabídku služeb Rozumu a Citu, z. s., a na práva, povinnosti a finanční ohodnocení pěstounů.</p>			
16. 02.	Seminář	Všechno je o mozku	Preclíková Júlia
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Které struktury mozku ovlivňují chování? Jak působí rané dětské zkušenosti na vývoj mozku? Jak pochopit chování dítěte s náročnými ranými zkušenostmi?</p> <p>Seminář vychází z poznatků neurobiologie, teorie citové vazby a dyadické vývojové psychoterapie. Zabývá se tím, jak rané zkušenosti ovlivňují vývoj mozku a jak to ovlivňuje chování dítěte. Reflektuje skutečnost, že většina dětí v NRP má rané adverzní zkušenosti. Pochopení vývoje mozku pomáhá rozumět tomu, jak se dítě chová a proč, zároveň nabízí možnosti, jak vychovávat dítě v NRP léčivě.</p>			
17. 02.	Seminář	Hudba léčí	Drahoš Zdeněk
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>"Relaxace s hudbou" je zážitkový sebezkušenostní program určený pro pěstouny k relaxaci, odpočinku a načerpání nových sil. V rámci programu jsou připravené různorodé aktivity spojené s hudbou, rytmem, pohybem, zvuky, tóny a melodiemi. Účastníci budou moci zažít blahodárný vliv hudby na lidský organismus a také se dozvědět o tom, jak hudba může pomoci jejich dětem s uvolněním, aktivizací, sebevyjádřením, soustředěním, motorikou, řečovými poruchami atp.</p> <p>Na místě bude možné vyzkoušet nástroje jako např. kalimba, sansula, ocean drum, handchimes, coshee zvonky a další. Součástí programu je i hra na africké djembe a perkuse. (Pro účast na semináři není nutná předchozí zkušenost s hrou na hudební nástroje.)</p>			
18. 02.	Klub	Jak vychovat zodpovědného pubertáka	Poppová Klára
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Setkání zaměřené na úspěšné zvládnutí nelehkého období dospívání svěřených osob. Jaké změny se v době dospívání s dětmi dějí po stránce tělesné a duševní. Jaké užívat vhodné způsoby komunikace, jak zvládat konflikty, předcházet a řešit výchovné problémy. Jak podpořit dospívající v přechodu do dospělosti - se zaměřením na podporu vzdělávání, výběru budoucí profese a podporu žádoucích způsobů trávení volného času.</p>			

11. 03.	Klub	Já jsem OK - Ty jsi OK	Hrotková Iveta
---------	------	------------------------	----------------

Stručné představení vzdělávacího programu

Způsob, jakým nahlížíme na sebe, a na ostatní určuje míru naší životní spokojenosti. Postoj "Já jsem OK - Ty jsi OK" představuje v dlouhodobém měřítku jediný "zdravý" úhel pohledu, skrze který dokážeme zlepšit kvalitu komunikace a navazovat zdravé vztahy. Je to současně jeden z možných způsobů, jak přijmout sebe sama takového, jaký opravdu jsem a zároveň respektovat druhé se všemi jejich plusy i mínusy, přesto, že se mi nemusí líbit, co a jak dělají nebo jak se chovají. Zbavit se přehnaného hodnocení a posuzování druhých je zároveň způsob, jak se zbavit přebytečné tíhy a tlaku v každodenním životě.

Probereme teorii životního postoje "Já jsem OK - Ty jsi OK" z pohledu Transakční analýzy. Vysvětlíme si, co tenhle postoj může přinést do našich vztahů a komunikace a jak je možné na něm vědomě pracovat.

Cílem programu je seznámit účastníky se základním konceptem transakční analýzy, tzv. životními pozicemi, skrze které vnímáme sebe a ostatní a podle toho následně jednáme a řešíme problémy, především ale představit účastníkům nový pohled na vlastní životní postoj a myšlenky a inspirovat je k nahlížení na sebe i ostatní jako na "zdravé osobnosti".

16. 03.	Seminář	Jak vzniká vztah	Šířpová Zuzana
---------	----------------	-------------------------	----------------

Stručné představení vzdělávacího programu

Jestliže dítě nevyrostá ve své biologické rodině, velmi často je zatíženo nějakým druhem traumatizující zkušenosti (nepříznivé prenatální podmínky, opuštění matkou po porodu, změny pečujících osob v průběhu života, pobyt v ústavním zařízení, atd.). To vše má významný vliv na rozvíjející se mozek a nervovou soustavu dítěte, a také na rozvoj jeho vztahování se k druhým lidem.

Seminář si klade za cíl seznámit posluchače s touto problematikou formou přednášky s použitím prezentace, video ukázek, sebezkušenostních technik atd.

17. 03.	Seminář	Rodič - Dítě - Dospělý a cesta k úspěšné dohodě	Hrotková Iveta
---------	----------------	--	----------------

Stručné představení vzdělávacího programu

V životě zastáváme mnoho různých rolí a některé z nich často nevědomě. Role Rodič - Dítě - Dospělý jsou součástí naší osobnosti bez ohledu na věk, rodinnou nebo společenskou pozici. Způsob, jakým právě tyto tři role zasahují do komunikace s ostatními lidmi, zásadně ovlivňuje kvalitu a výsledek takové komunikace. Častou příčinou nedorozumění mezi lidmi bývá odlišný záměr, se kterým do rozhovoru vstupujeme. Jdeme-li vyhrát, těžko v druhém vyvoláme pocit bezpečí a ochotu se domluvit.

Popíšeme si tři základní role (osobnostní roviny/stavy), jak se projevují navenek a jak v našich pocitech a myšlenkách. Probereme jejich vliv na náš každodenní život a situace, ve kterých si jich můžeme všimnout. Ukážeme si, jak od začátku nastavit v komunikaci jasná pravidla bez vítězů a poražených.

Cílem programu je seznámit účastníky s teorií osobnosti pohledem transakční analýzy, s tzv. "ego stavy" (Rodič - Dítě - Dospělý), která napomáhá pochopit některé naše reakce a způsoby chování, které na první pohled "nedávají smysl", stejně jako zodpoví, proč se nám některé komunikační situace opakovaně vracejí (stejně začínají, stejně probíhají a i stejně končí), aniž bychom se na čemkoli zdárně dohodli.

25. 03.	Klub	Já rodič, já pěstoun (Kam až můžu?)	Štolfa Martin
---------	------	-------------------------------------	---------------

Stručné představení vzdělávacího programu

Budeme se věnovat tématu kompetencí rodičů, jak si je osvojujeme, jak s nimi nakládat, rozvíjet je a podporovat. Cílem kurzu je zvědomit si oblasti působení v roli rodičovské autority. Proběhne diskuze nad tématem a zjistíme konkrétní způsoby vědomého zvyšování kompetencí.

13. 04.	Seminář	Umění je hra	Marešová Hana
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Seminář je určen všem, kteří rádi tvoří pro radost i odpočinek, chtějí se dozvědět něco nového o sobě i dětech prostřednictvím tvorby, sdílet s lidmi, kteří prochází podobnou životní cestou. Jde o jednoduché tvoření pro obohacení života. Účastníci semináře budou vytvářet „díla“ inspirovaná vlastním životem, malovat, hrát relaxační hry. Budou pracovat s papírem, pastelkami a přírodním materiálem. Na závěr si odpočinou za zvuků a vibrací tibetských mís.</p> <p>Cílem semináře je inspirace a obohacení z individuální a skupinové tvořivosti pro rozvoj smyslového vnímání, fantazie a posílení sebeuvědomění a rodinné sounáležitosti.</p>			
14. 04.	Seminář	Nemoci duše	Ledovec (org.)
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Interaktivní seminář přiblíží účastníkům témata psychických potíží / duševního onemocnění jako oblast, se kterou se v životě běžně setkáváme. To jak psychickou krizi rozpoznat od vážného duševního onemocnění není snadné pro odborníka, natož pro rodinu, blízké či jedince samého. Cílem semináře je seznámit posluchače nejen s charakterem těchto potíží a se zásadami duševní hygieny, ale i se sítí odborné pomoci, podpory, toho, jak se s psychickými potížemi vyrovnávat, jak s nimi studovat či pracovat, kam se obracet. Otevřeme téma komunikace v rodině, škole i zaměstnání na tato témata.</p>			
29. 04.	Klub	Nevypusťte duši	Hrušková Barbora
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Práce pěstouna je náročná a ne vždy oceňovaná. Pobavíme se o tom, čím je specifická, jaké názory na ni slyšíte, jaké stereotypy se šíří mezi laickou i odbornou veřejností a jak na ně vhodně reagovat. Přijďte si nechat poradit v situacích, které možná prožíváte s dětmi, rodinou, odborníky či okolím, poslechnout si tipy, jak s nimi pracovat, a případně i předat své osobní zkušenosti jiným pěstounům. Klub vznikl na základě požadavků z pěstounských řad, proto je možné se během programu věnovat vašim individuálním potřebám.</p>			
27. 05.	Klub	První pomoc v život ohrožujících stavech	Černík David
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Program je zaměřen na teorii a především na praktický nácvik přístupu k bezvědomému a postup ošetření člověka v bezvědomí při úrazovém stavu i v situacích bez úrazu. Zabývá se rozlišením vnitřních a vnějších příčin vedoucích ke ztrátě vědomí. Upozorňuje na přidružené poranění páteře a na rizika poranění míchy přímo ve spojení s úrazem, resp. druhotně při manipulaci s postiženým. Řeší sociální aspekt poskytnutí první pomoci lidem v bezvědomí. Představuje kompletní laickou diagnostiku stavu základních životních funkcí a následný postup v případě zjištění jejich selhávání či selhání, tj. nácvik resuscitace na anatomickém modelu od uvolnění dýchacích cest po nepřímou srdeční masáž.</p>			
24. 06.	Klub	Bezpečný kontakt dítěte s rodinou	Boháčová Petra
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Proč je kontakt dítěte se svou biologickou rodinou důležitý? Jak může pěstoun být aktivním účastníkem a součástí týmu podporujícího dítě? Co dělat, když je dítě v opozici, v afektu, agresi či má jiné negativní změny v chování po/před kontaktem se svou biologickou rodinou? Na tyto otázky klub pomůže odpovědět. Jeho cílem je seznámit pěstouny s možnostmi bezpečného setkávání dítěte v NRP se svou biologickou rodinou, nabídnout možnosti podpory v utváření zdravého vztahu se svou rodinou a rozvoji zdravé identity dítěte.</p>			

26. 08.	Klub	Co vás zajímá o škole?	Mertlová Ivana
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Domníváte se, že se škola za poslední roky změnila? Zajímá Vás co dělat, když chodí Vaše dítě ze školy nešťastné? Nemáte dostatečný přehled o studijních výsledcích Vašich dětí? Přejde Vám, že pomůcky na výuku jsou příliš drahé? Budeme se věnovat tomu, kdo je to učitel a jaká je jeho náplň práce, jaká jsou práva a povinnosti rodiče, povíme si o komunikaci mezi zákonnými zástupci a školou, o využívání školního informačního systému Bakaláři a Škola online, o práci s třídním kolektivem, rizikových jevech ve škole i o potřebných financích. Získáte představu o tom, co žáci zažívají během dne stráveného ve škole a o tom, jak by měla probíhat spolupráce mezi zákonnými zástupci a školou, aby byla přínosem pro vzdělávání dětí.</p>			
21. 09.	Seminář	Duševní očista + Jak se nezbláznit	Farkašová Monika
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Co je psychohygienu? Jak je důležité mít čas pro sebe a kde ho vzít? Proč nemít výčitky? Jaký máme žebříček hodnot?</p> <p>Proběhnou ukázky různých technik uvolnění, imaginace, relaxace, vyzkoušení meditace. Pobavíme se o tom, jak lze pracovat s dechem při stresu. Seminář je veden interaktivně. Teorie je proložena několika sebezkušenostními technikami, především za účelem lepšího sebepoznání a seberozvoje, uvědomění si vlastních hodnot v životě a hodnot v rodině. Účastníci nahlédnou také do základů time-managementu.</p> <p>Cílem je posílit uvědomění si vlastního hodnoty a toho, že je důležité pečovat o své duševní zdraví, dokázat „vypnout“, protože jen tak mohou plně fungovat jako pěstoun. Získání náhledu také na to, co všechno do duševní hygieny spadá. Jaké jsou varovné signály přetížení a co dále udělat. V rámci setkání je možné vyzkoušet si autogenní trénink, progresivní svalovou relaxaci, imaginaci a práci s dechem. Smyslem je napomoci většímu vnímání propojení těla s myslí (pomocí vyzkoušení si uvedených technik).</p>			
30. 09.	Klub	Co dělají děti v digitálním světě?	Černík David
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Život dnešních lidí (dětí, ale i dospělých) již dlouho neprobíhá pouze v jedné (fyzické) realitě. Celá řada zážitků, zkušeností a především vztahových linií se odehrává v paralelním virtuálním prostoru, kde platí odlišná pravidla než v reálném světě. Existence ve virtuálním prostředí často významně ovlivňuje komunikaci a způsob řešení reálných situací a problémů.</p> <p>Vzdělávací program odpovídá na otázky: proč lidé vytvářejí tyto identity, co jim to přináší, ale i co jim to bere a proč není tak jednoduché s tím přestat; jaká jsou rizika a dopady těchto virtuálních "životů" na ten skutečný, ale především dává možný návod - jak tomu všemu rozumět, jak to přijmout a jak najít co nejlepší soulad mezi oběma realitami.</p>			
07. 10.	Klub	Nemoci duše	Ledovec (org.)
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>...viz anotace programu (14. 04.)</p>			
19. 10.	Seminář	Co dělají děti v digitálním světě?	Černík David
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>...viz anotace programu (30. 09.)</p>			

20. 10.	Seminář	Jak vychovat zodpovědného pubertáka	Poppová Klára Houška Jindřich
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Setkání zaměřené na úspěšné zvládnutí nelehkého období dospívání svěřených osob. Jaké změny se v době dospívání s dětmi dějí po stránce tělesné a duševní. Jaké užívat vhodné způsoby komunikace, jak zvládat konflikty, předcházet a řešit výchovné problémy. Jak podpořit dospívajícího v přechodu do dospělosti - se zaměřením na podporu vzdělávání, výběru budoucí profese a podporu žádoucích způsobů trávení volného času.</p> <p>V rámci druhé části programu lektor představí problematiku spojenou s porušováním zákona a norem u mládeže zejména ve věku 15 - 18 let. Popíše problémy, s kterými se u problematické mládeže setkává (drogová problematika, snížené sebehodnocení, neúplné rodiny, nezdravé trávení volného času), předá účastníkům vzdělávací akce své zkušenosti s problematickou mládeží a informuje účastníky o mechanismech, které mohou čekat mládež v případě porušování společenských norem (Policie ČR, kurátoři OSPOD, SVP, Výchovné ústavy, Probační a mediační služba ČR, probační programy).</p>			
21. 10.	Klub	Nevypusťte duši	Hrušková Barbora
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Práce pěstouna je náročná a ne vždy oceňovaná. Pobavíme se o tom, čím je specifická, jaké názory na ni slyšíte, jaké stereotypy se šíří mezi laickou i odbornou veřejností a jak na ně vhodně reagovat. Přijďte si nechat poradit v situacích, které možná prožíváte s dětmi, rodinou, odborníky či okolím, poslechnout si tipy, jak s nimi pracovat, a případně i předat své osobní zkušenosti jiným pěstounům. Klub vznikl na základě požadavků z pěstounských řad, proto je možné se během programu věnovat vašim individuálním potřebám.</p>			
23. 11.	Seminář	Když dítě zlobí	Štolfa Martin
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Projevy dětí nemusí vždy korespondovat s očekáváním dospělých, podívejme se společně na to, oč si dítě říká a jakým způsobem můžeme rozklíčovat jeho chování. Budeme se věnovat důvodům a způsobům selhávání dítěte a možnostem a východiskům pro jeho zabránění. Probereme možné posílení rodičovských kompetencí. Odpovíme na otázky, proč dítě zlobí a co s tím mohu dělat.</p>			
24. 11.	Seminář	První pomoc v život ohrožujících stavech	Černík David
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Program je zaměřen na teorii a především na praktický nácvik přístupu k bezvědomému a postup ošetření člověka v bezvědomí při úrazovém stavu i v situacích bez úrazu. Zabývá se rozlišením vnitřních a vnějších příčin vedoucích ke ztrátě vědomí. Upozorňuje na přidružené poranění páteře a na rizika poranění míchy přímo ve spojení s úrazem, resp. druhotně při manipulaci s postiženým. Řeší sociální aspekt poskytnutí první pomoci lidem v bezvědomí. Představuje kompletní laickou diagnostiku stavu základních životních funkcí a následný postup v případě zjištění jejich selhávání či selhání, tj. nácvik resuscitace na anatomickém modelu od uvolnění dýchacích cest po nepřímou srdeční masáž.</p>			
25. 11.	Klub	Jak překonat těžkosti	Štolfa Martin
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Účastníci se seznámí se základními termíny týkajícími se krize a krizové intervence. Probereme, co a jaké jsou krize, jak se jim dá předejít a jak se případně řeší, co je svépomocné řešení a koho, kdy přizvat k řešení. Velký prostor bude věnován smyslu krize v životě jedince a prorůstovému potenciálu zvládnutí krize, rovněž bude prostor na sdílení zkušeností.</p>			

09. 12.	Klub	Duševní zranění našich dětí	Krátká Anna
<p>Stručné představení vzdělávacího programu</p> <p>Tento vzdělávací program nabízí úvod do problematiky traumatu u dětí, jeho možné příčiny, charakteristiky prožívání a možnosti laické pomoci. Pozornost je věnována také prevenci vzniku traumatu. Program je koncipován tak, aby účastníci získali základní informace z teorie traumatu, které jim umožní porozumět podstatě traumatu a jeho působení na člověka; konkrétní představu o příčinách traumatu, jeho projevech na úrovni těla, emočního prožívání a chování; o možnostech poskytování podpory a pomoci zasaženým včetně sebe.</p> <p>Forma klubu umožňuje sdílení a otevřenou diskuzi k tématu. Díky tomu lze využít vlastní příklady a zkušenosti přítomných. Praktické příklady jsou nedílnou součástí programu.</p> <p>Cílem programu je podpořit zúčastněné k přijetí traumatických událostí, popř. traumatu, jako přirozených součástí života, k uvědomění si vlastního potenciálu pro poskytnutí "první" pomoci, a tím přispět k psychickému zdraví (nejen) dětí. Účastníci obdrží písemný praktický "návod" na poskytnutí "první" pomoci pro případy setkání s přehlcující situací.</p>			

Formy jednotlivých akcí, počet započítávaných hodin, začátek a konec akce

Forma	Klub	Seminář
Počet hodin	3	6
Začátek konec	08:30 11:45	09:00 16:00

Rozum a Cit, z. s.

Úslavská 10, 312 00 Plzeň

www.rozumacit.org | akcepropestouny@rozumacit.org | +420 730 157 046 | IČO: 708 28 181 | Číslo bankovního účtu: 268043028/5500