



Mgr. Kristýna Pešáková, PhD.

Mgr. Lucie Čechovská

Respekt k sobě i druhým v dětských skupinách: emoce, hranice těla a souhlas

Kurz FSS MU: Gender a násilí



PŘEDSTAVENÍ

- odborné zázemí
- spolupráce s různými institucemi a organizacemi (Úřad vlády, Ministerstvo práce a sociálních věcí, Národní ústav vzdělávání, základní a střední školy, gymnázia, Knihovna Jiřího Mahena, knihkupectví Dlouhá punčocha, neziskové organizace, zahraniční organizace)
- výuka a workshopy (výuka Masarykova univerzita – Fakulta sociálních studií, Pedagogická fakulta)
- stáže (Vídeň)
- uvědomování si souvislostí přes vlastní zkušenost

Standardy pro sexuální výchovu v Evropě, Světová zdravotnická organizace WHO, 2017

https://planovanirodiny.cz/storage/Standardy_pro_sexualni_vychovu_v_Evrope.pdf

0 - 4	Informace Poskytovat informace o...	Dovednosti Umožňuje...	Postoje Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> všech částech těla a jejich funkcích tělesné rozdílnosti a rozdílnosti pohlaví tělesné hygieně rozdílech mezi mnou a ostatními 	<ul style="list-style-type: none"> pojmenovat části těla provádět hygienu (umývat všechny části těla) rozeznat tělesné rozdíly vyjádřit potřeby a přání 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní představy o svém těle a o sobě samotném: sebeúcta respekt k odlišnostem vážit si vlastního těla vážit si smyslu pro pohodu, blízkost a vytváření důvěry prostřednictvím zkušeností z tělesných prožitků a vazby na druhého respekt k pohlavní rovnocennosti
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> těhotenství, porodu a miminkách základech lidského rozmnožování (odkud se berou děti) různých způsobech, jak se stát součástí rodiny (př. adopce) skutečnosti, že někteří lidé mají děti a někteří ne 	<ul style="list-style-type: none"> hovořit o těchto záležitostech tím, že jim poskytneme správnou slovní zásobu 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí odlišných způsobů, jak se dítě může stát součástí rodiny
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> potěšení a příjemných pocitů z dotýkání se vlastního těla, masturbace v ranném dětství objevování vlastního těla a vlastních genitálií skutečnosti, že potěšení 	<ul style="list-style-type: none"> získat povědomí o své pohlavní identitě mluvit o (ne)příjemných pocitech ve vlastním těle vyjádřit své vlastní potřeby, přání a hranice (např. v souvislosti s „hrou na doktora“) 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní postoj ke svému tělu se všemi jeho funkcemi = rozvoj pozitivní představy o vlastním těle respekt k ostatním zvědavost týkající se vlastního těla a těla

CO JE VZDĚLÁVÁNÍ O TĚLESNÉM BEZPEČÍ

Jak můžeme v dlouhodobé perspektivě a společně s dětmi posilovat jejich zdravé sebevědomí a schopnost rozpoznat a pojmenovat situace, v nichž se necítí bezpečně? Jakými aktivitami můžeme s dětmi trénovat to, že budou umět na takové situace zareagovat?

Posilování těchto schopností můžeme přirovnat k záchrannému pásu v autě, který mají děti pro případ, že by se ocitly v nebezpečné situaci a v blízkosti nebude nikdo, kdo za bezpečí dětí zodpovídá.



JAKÉ SCHOPNOSTI POMÁHÁME DĚTEM ROZVÍJET

- schopnost vnímat hranice vlastního i cizího těla
- schopnost verbálně i neverbálně vyjádřit a rozpoznat souhlas a nesouhlas
- schopnost vytvořit si svůj individuální kruh bezpečí a naučit se s ním pracovat
- schopnost vyjádřit, že se necítí bezpečně a umět si říct o pomoc
- schopnost pracovat se svými emocemi v průběhu dne a rozpoznávat tzv. varovné tělesné signály prostřednictvím fyziologických projevů emocí



EMOCE A VZTAH K TĚLU U DĚTÍ

- Emoční prožívání

Možné otázky pro čas s dětmi:

- Jak jste se dnes ráno cítily?
- Byly jste šťastné?
- Byly jste na něco naštvané?
- Uměly byste říct, proč nebo kvůli čemu jste se tak cítily?

ZMATENA'



VYSTRAŠENA'



ŠTĚSTNÁ'



HRDA'



EMOCE A VZTAH K TĚLU U DĚTÍ

Intenzita emocí:

- velké a malé emoce
- jejich pojmenování

Strategie zvládnání emocí:

- Co můžu udělat sám/sama
- Co můžu udělat s pomocí druhých

ZMATENA'



VYSTRAŠENA'



ŠTĀSTNA'



HRDA'



EMOCE A VZTAH K TĚLU U DĚTÍ

**Umí si chlapci a dívky říct
o pomoc ve stejné míře?**

ZMATENA'



VYSTRAŠENA'



ŠTĀSTNA'



HRDA'



EMOCE

UKÁZKA KARTIČEK Z NENASILNAKOMUNIKACE.ORG

Vzteky

Hněv

Rozladění

Napětí

Smutek

Lítost

Netrpělivost

Zklamání

Strach

Únava

Bezmoc

Bolest

Zmatek

Rozpaky

Nuda

Zahlcení

Hořkost

Úzkost

Vděčnost

Inspirace

Energie

Radost

Vyrovnanost

Klid

Volnost

Jistota

Zvědavost

Překvapení

Něha

Pohoda

Hrdost

Odhodlání

Rozpustilost

Nadšení

Naděje

Znechucení

Tíživý pocit

Dobrá nálada

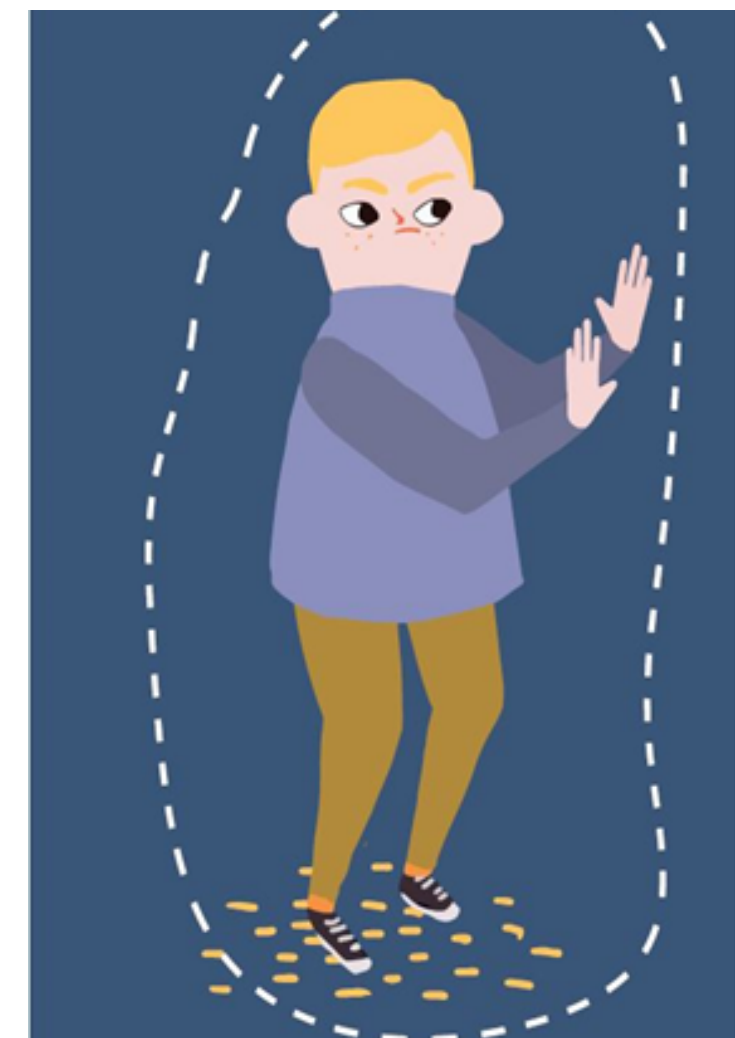
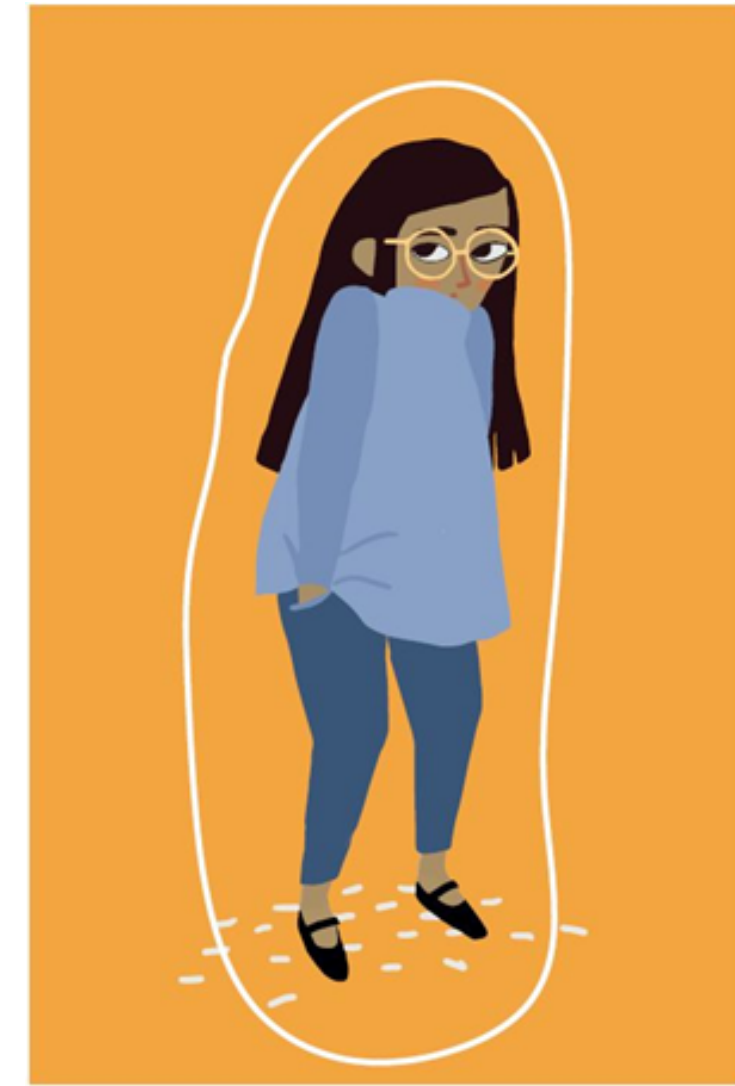
Hřejivý pocit

VAROVNÉ TĚLESNÉ SIGNÁLY



HRANICE MÉHO TĚLA

- Vědomá a dlouhodobá práce s tím, jaké jsou hranice našeho osobního prostoru, jak se cítíme, když do něj někdo vstupuje, jak se tyto hranice proměňují, posiluje děti ve schopnosti lépe reagovat a umět druhé osobě sdělit, zda je pro nás její fyzický kontakt v pořádku, či není. Současně se děti učí vnímat, že i lidé kolem mají svůj osobní prostor, hranice těla, které musíme respektovat.



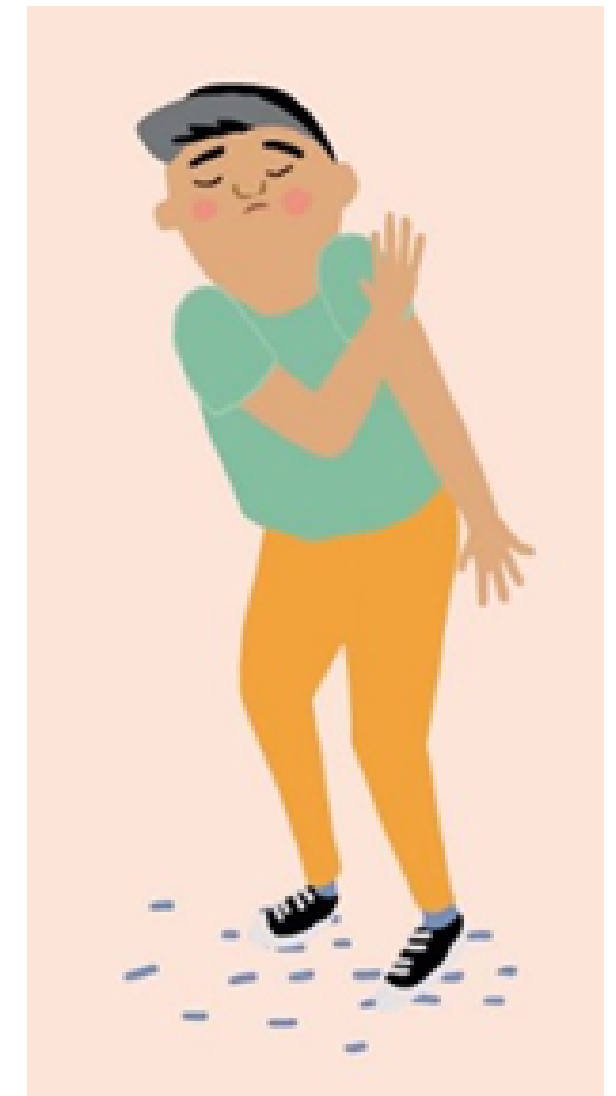
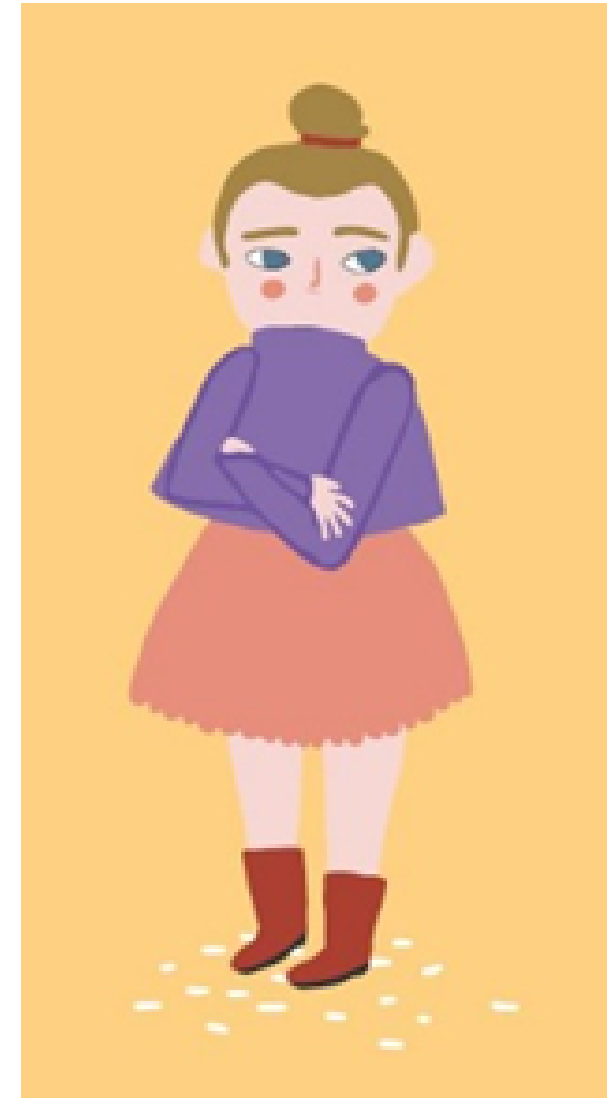
SOUHLAS

- Téma souhlasu (konsensu) je jedním ze zásadních aspektů ve vzdělávání zaměřeném na prevenci násilí a oblast tělesné bezpečí – prevenci sexuálního násilí (Body Safety Education).
- Souhlas znamená, že jsme vyjádřili ANO osobě, která vstupuje do našeho osobního prostoru – naší tělesné bubliny, že jsme souhlas vyjádřili s radostí a že nám to naše tělo potvrzuje (na našem těle nevidíme žádné varovné tělesné signály).



SOUHLAS

- Stejně jako dospělí, mohou i děti reagovat zamrznutím, dojde-li na situaci, kdy by měli říci NE (nevyžádané, ohrožující doteky, diskomfortní situace). Proto je dobré děti povzbudit praktickým nácvikem toho, jak mohou svoje NE vyjádřit.
- Současně je dobré povzbudit je i v tom, že pokud je pro ně těžké z jakéhokoliv důvodu říci NE, mohou se přímo a ihned obrátit na někoho ze svého kruhu bezpečí a svěřit se mu.



SOUHLAS

Jak lze pracovat se souhlasem v péči dětí od narození do vstupu do školy?

REFLEXE VLASTNÍHO DĚTSTVÍ

- Co vám dospělí či vrstevníci říkali, že máte nebo nemáte dělat?
- **Kdy jste se cítily být silnými? Kdy naopak slabými?**
- V jakých situacích jste se cítily v bezpečí, kdy naopak v nebezpečí?
- Co od vás očekávali rodiče, vrstevníci, širší rodina?

MŮJ KRUH BEZPEČÍ

MOJE UČITELKA ELENA

MOJE TETA

MOJE KAMARÁDKA ANNA

MŮJ TÁTA

MOJE BABIČKA



BUBLINA DŮVĚRY



DOKUMENT O EXPERIMENTU V BRITSKÉ ŠKOLE



část 1: <https://www.youtube.com/watch?v=3Y4lgKnmW5k>,
část 2: <https://www.youtube.com/watch?v=xRL5AhO38vo>

ŠKOLKA PRO MĚ

JAK SI UŽÍT ŠKOLKU ZÁBAVNĚ A CITLIVĚ.



ŠKOLKA PRO MĚ

JAK SI UŽÍT ŠKOLKU ZÁBAVNĚ A CITLIVĚ 2



Života ménit. Příkladem takového jedinečného průžisku vlastního je její přítelkyně Avery, o které si její okolí myslelo, že je chlapcem, ale ona se cítí být dívkou.
Pro doplnění můžeme také uvést, že obdobně jako Avery se může cítit i dívka, kterou si jeho okolí myslí, že je dívka, on se však vnímá či byt chlapcem. Takové má například transgender) chlapcem/mužem. Existují však také případy, kdy se dívka cítí být ani mužem, a ani ženou. Tito lidé sami sebe nejčastěji nazývají jako agender, genderless, binary, gender-nonconforming atd.

ZDROJE:

Pro více informací, materiálů se můžete obrátit na organizaci Trans*parent
www.transparentprague.cz, která mimo jiné organizuje vzdělávací akce, workshopy a odborné diskuze. Další informace naleznete také v publikaci z roku 2017 [#WeAreAll/Our kid's guide to gender identity](#) od Brook Pessin-Wheeden.



IDENTITY





Transkulturelle
Gewaltprävention
und
Gesundheitsförderung

O dotecích

Mariana Korbová

Příručka primární prevence pro děti
mladšího školního věku 6-9 let



No Means No!



Teaching children about personal boundaries, respect and consent;
empowering kids by respecting their choices and their right to say, "No!"

by Jayneen Sanders

illustrated by Cherie Zamazing

MY BODY! What I say GOES!

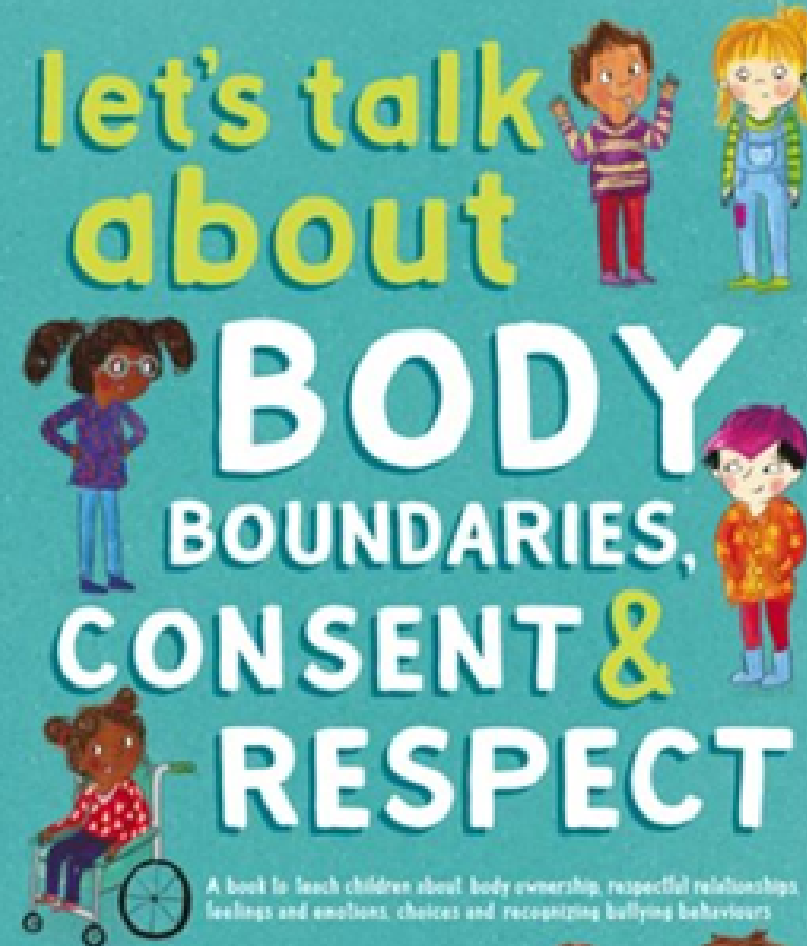


by Jayneen Sanders

illustrated by
Anna Hancock

A book to empower and teach children about personal body safety, feelings, self and music

let's talk about BODY BOUNDARIES, CONSENT & RESPECT



A book to teach children about body ownership, respectful relationships,
feelings and emotions, choices and recognizing bullying behaviours

by Jayneen Sanders

illustrated by Sarah Jennings



VZDĚLÁVACÍ VIDEOA EDUCATE2EMPOWER

My Body Safety Rules





Kristýna Pešáková
pesakova@spondea.cz

Lucie Čechovská
cechovska.luci@gmail.com
