

Přehled služeb ve 2. pololetí šk. roku 2015/2016

Centrum primární prevence a Zařízení DVPP

Jules a Jim, z. s.

V tomto dokumentu naleznete souhrn služeb, které náš spolek realizuje **pro třídní kolektivy a pedagogické pracovníky**. Jsme **organizací certifikovanou MŠMT pro oblast všeobecné a selektivní primární prevence** a jsme **akreditované zařízení DVPP**. V případě, že byste měli zájem i o jiná témata, neváhejte je navrhnout a dohodneme se, zda jsme schopní je realizovat. Poprvé zde naleznete také další služby pro školy, které poskytují naše partnerské organizace.

Cenové podmínky jsou uvedeny vždy u každé skupiny služeb, či jednotlivých programů. V případě objednávky více blokových programů různých typů (všeobecná primární prevence, osobnostně sociální rozvoj), se počet objednaných programů sčítá a uplatní se nejvyšší možná sleva.

Obsah

VŠEOBECNÁ primární prevence	2
TaTrA D – Tabák, tráva, alkohol, drogy	2
Tabák – (Ne)kuřátka, Típní to!	2
Tráva – (Ne)zahulíme, uvidíme.....	2
Alkohol – (Ne)pijeme s rozumem	3
Drogy – (Ne)beru	3
Duhová prevence – Prevence homofobie a homofobní šikany	3
Screening / diagnostika vztahů ve skupině	3
Tematický mix.....	3
SELEKTIVNÍ primární prevence	4
OSOBNOSTNĚ-SOCIÁLNÍ VÝCHOVA.....	4
Tematický mix.....	4
Vybíráte si školu?.....	5
Podnikavá škola	5
Nezevli jen tak	5
VZDĚLÁVÁNÍ A ROZVOJ PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ.....	6
SBOR / SKUPINA - Akreditované programy	6
SBOR / SKUPINA - Ochutnávka psychohygienických metod	6
SBOR - Intervize	7
SBOR - Teambuilding	7
JEDNOTLIVEC - Podpora školního poradenského pracoviště	7

VÝCVIKY – Akreditované programy	7
Výcvik měkkých dovedností pro práci s dětmi a mládeží	7
Intenzivní kurz vedení třídnických hodin.....	7
Intenzivní kurz vedení adaptačního programu.....	8

VŠEOBECNÁ PRIMÁRNÍ PREVENCE

Jules a Jim, z. s. dlouhodobě poskytuje programy zaměřené na vztahy ve třídním kolektivu. Od školního roku 2014/15 zahájil spolupráci s **Českou koalicí proti tabáku, z. s.** a **Platformou pro rovnoprávnost, uznání a diverzitu – PROUD**. Ve spolupráci s těmito organizacemi školám nabízíme osvědčené a odborně garantované specializované programy dle okruhů působnosti těchto organizací, které mohou vhodně doplňovat minimální preventivní programy škol. Do budoucna připravujeme spolupráci s dalšími expertními organizacemi na jednotlivá témata z oblasti rizikového chování.

Cena se odvíjí od velikosti objednávky následujícím způsobem:

VPP - blok (90 min.)					
Počet seminářů v jedné škole	1-2	3-6	7-10	11-20	21 a více
Cena za 1 seminář	1 450,-	1 300,-	1 200,-	1 150,-	1 125,-

TATRA D – TABÁK, TRÁVA, ALKOHOL, DROGY

Program „TaTrA D“ vznikl ve spolupráci s partnerskou organizací **Česká koalice proti tabáku, z. s.**, a zaměřuje se na prevenci užívání tří nejrozšířenějších návykových látek – tabáku, marihuany a alkoholu – a dalších drog. **Nově** se jedná o čtyři samostatné programy, každý pak je dále rozdělen do několika variant podle věku cílové skupiny. Pro dosažení maximálního efektu je vhodné, pokud třída programy absolvuje opakovaně v různých ročnících, neboť pokaždé reflektují jinou pozici, ze které se žáci k dané látce/látkám vztahují. Interaktivní semináře na bázi metod zážitkové pedagogiky, kritického myšlení, diskuse a výkladu jsou koncipovány tak, aby žáci nejen získávali informace, ale především uvažovali o problematice samostatně i ve skupině a mohli zaujmout stanovisko, zda je pro ně jejich užívání výhodné, či není.

Tabák – (Ne)kuřátka, Típní to!

Programy se zaměřují na utváření takového životního postoje, do kterého užívání tabákových výrobků nepatří. Téma žáci zkoumají po stránce zdravotní, sociální, ekonomické či sexuální, vždy přiměřeně jejich kognitivní zralosti.

Dva programy jsou určeny žákům 3.-5. tříd ZŠ (Nekuřátka A, B), po jednom pak žákům 6.-7. tříd (Típní to I), 8. - 9. tříd (Típní to II) a SŠ (Típní to III).

Webovou podporu projektu poskytují stránky www.nekuratka.cz a www.bezcigaret.cz.

Tráva – (Ne)zahulíme, uvidíme...

Experimentování, případně i užívání marihuany (hulení trávy, bongy, ale i požívání „koláčků“) se nevyhne přibližně polovina žáků ZŠ, ještě více pak SŠ. Programy si proto kladou za cíl pomoci žákům ujasnit si rozdíl mezi technickým, léčebným a drogovým užíváním konopných látek, identifikovat

rizika z krátkodobého a dlouhodobého užívání, a to jak krátkodobá, tak dlouhodobá. Semináře také reflektují legislativní rámec, možnosti detekce, sebediagnostiky a případné léčby.

Programy jsou určeny žákům 6.-7. tříd, 8.-9. tříd a studentům SŠ.

Alkohol – (Ne)pijeme s rozumem

Cílem programu je posílení odmítavého vztahu k předčasnému a nadměrnému užívání alkoholu na základě reflektování osobních zkušeností žáků s lidmi pod vlivem alkoholu a rovněž na základě vědeckých poznatků o účincích na zdraví a psycho-sociální pohodu (domácí násilí, rozpady rodin, zadluženost, rozvoj dalších, často navazujících forem rizikového chování - gambling, atd.). Seznámí se se základními pojmy z oblasti užívání a závislosti na alkoholu. V průběhu semináře si žáci rovněž zvědomí jak pomoci sobě nebo kamarádovi, který je opilý (harm reduction) a jak vypadá umírněné pití (moderate drinking).

Programy jsou určeny žákům 6.-7. tříd, 8.-9. tříd a studenty SŠ.

Drogy – (Ne)beru

Po drogovém boomu 90. let se situace poměrně ustálila. Přesto se v posledních letech rozmáhá oblast pololegálních tanečních syntetických drog objednávaných přes internet. Nejen na ty, ale i na stálce české drogové scény jsou zaměřeny programy „D“.

Programy jsou určeny žákům 8.-9. tříd a studenty SŠ.

DUHOVÁ PREVENCE – PREVENCE HOMOFOBIE A HOMOFOBNI ŠIKANY

Podle zahraničních statistik je oblast nalézání vlastní sexuální identity a orientace nejčastější příčinou sebevražd dospívajících. V roce 2014 toto téma zasáhlo i Českou republiku, když spáchal sebevraždu 14letý chlapec na Královéhradecku. Zároveň je často oblast odlišné sexuální orientace/identity (genderu) příčinou homofobní šikany. Duhové semináře na tuto situaci reagují a nabízejí prostor otevřít téma jinakosti. Program je realizován ve spolupráci s PROUDem.

Program je vhodný pro žáky 8. a 9. tříd a SŠ.

Webovou podporu projektu poskytují stránky www.duhoveseminare.cz.

SCREENING / DIAGNOSTIKA VZTAHŮ VE SKUPINĚ

Situace ve třídě se může mnohdy jevit nepřehledná. Dle některých výzkumů pouze 40 % pedagogů dokáže identifikovat klíčové „hráče“ ve třídě. Screening / diagnostika skupiny externisty je jednou z možností, jak lépe porozumět tomu, co se ve skupině děje. Při své práci používáme jak standardizované dotazníky SORAD / B3 / B4, tak pozorování skupiny při aktivitách (behaviorální popis) a následný rozbor skupinové dynamiky. Program trvá 3 vyučovací hodiny. Screening není vhodný v situaci, kdy existuje podezření na šikanu – v takový moment doporučujeme postupovat v souladu s Metodickým doporučením MŠMT a provést šetření (pomoci může např. metodik prevence z Vaší PPP).

Cena: 4 500,- (zahrnuje 3 h přímé práce se třídou, vyhodnocení dotazníků a čtení skupinové dynamiky, závěrečnou zprávu, osobní interpretace výstupů screeningů v rozsahu 1 h)

TEMATICKÝ MIX

Z řad pedagogů jsme občas dostali zakázku na úzeji zaměřená témata. Jelikož přišlo nám i zadavatelům, že naplňují své cíle, rozhodli jsme se s Vámi o ně podělit. Tyto programy nemají pevně

daný časový rámec, cíle pak upravujeme vždy dle konkrétní potřeby (zjm. cílové skupiny) a možností školy. Uvádíme je zde pro Vaši inspiraci, pro více informací nás prosíme kontaktujte.

- **Zdravý životní styl – poznat sám sebe, hledat ideál, naučit se dělat změnu**
- **Nelegální drogy**
- **Vztahy, partnerství a sexualita (intimita)**
- **Tolerance, rozmanitosti, vzájemná úcta**
- **Normy a pravidla**
- **Role a pozice**
- **Šikana (nejedná se o intervenční, ale všeobecně preventivní program)**
- **Kyberšikana (nejedná se o intervenční, ale všeobecně preventivní program)**
- **Posilování identity třídy**
- **Efektivní spolupráce a komunikace**
- **Moje odpovědnost za sebe a ve skupině**
- **Stres a náročné životní situace**
- **Nové závislosti – netolismus (závislost na moderních technologiích)**
- **Manipulace, skupinový tlak a jak jim čelit**

SELEKTIVNÍ PRIMÁRNÍ PREVENCE

Programy selektivní prevence jsou určeny třídním kolektivům, které procházejí náročnou fází vývoje skupiny – náznaky šikanování, kolektiv po šetření šikany, zasažený xenofobií a rasismem... Program sestává obvykle z pěti vstupů (1. screening, 2. - 4. vlastní práce na zakázce školy a třídy, 5. uzavírací). Programu se vždy účastní třídní učitel/ka (TU). Před zahájením programu i v jeho průběhu se uskutečňují konzultace zakázky se ŠMP a TU. V odůvodněných případech může být navržena diagnostika kolektivu pomocí nástroje B3/4, SORAD a dalších metod. Na konci programu se hodnotí výstupy spolu s celým preventivním týmem školy (ředitel/ka, ŠMP, VP, ŠP, SP a dalšími) a TU.

Cena: 15 000,- (zahrnuje realizaci 5 bloků po 2 hodinách přímé práce se žáky a 1 h nepřímé práce, včetně závěrečné zprávy, přípravné a závěrečné schůzky, aktualizací schůzek s TU před a po každém vstupu a přípravu lektorského týmu).

OSOBNOSTNĚ-SOCIÁLNÍ VÝCHOVA

Osobnostně-sociální výchovu (OSV) chápeme jako jednu z nejúčinnějších forem prevence vzniku rizikového chování (RCH). Žák, který má nasycené základní potřeby (včetně pocitu jistoty a bezpečí, sounáležitosti a lásky, uznání a úcty) má minimální důvody, aby utíkal ke kompenzacím v podobě RCH.

TEMATICKÝ MIX

Programy OSR zaměřujeme na rozvoj „měkkých dovedností“ (komunikace, sebepoznání a sebepřijetí, práce s vlastními emocemi a motivací, ...), které představují jeden z klíčů k vydařenému životu. V poslední době se stále častěji setkáváme s žáky, kteří v období puberty ztrácí veškerý zájem a motivaci k ovlivňování dění v jejich okolí. V 9. třídě je již obvykle pozdě tuto situaci řešit, pokud se však začne včas (6./7. tř.), je šance situaci předem ovlivnit. Podobně také u studentů na SŠ, kteří hledají vlastní identitu a svou roli ve světě dospělých. Zde uvádíme výčet již realizovaných programů:

- **Psychohygiena a relaxační techniky**
- **Kdo jsem, hodnoty a za čím si stojíme**

- Účel chyby v životě
- Svět kolem mě / Občanská angažovanost - co se děje v mém okolí, co mě může zajímat
- Pokora

Programy jsou vhodné pro všechny věkové kategorie žáků.

Cena se odvíjí od velikosti objednávky následujícím způsobem:

OSR - blok (90 min.)					
Počet seminářů v jedné škole	1-2	3-6	7-10	11-20	21 a více
Cena za 1 seminář	1 450,-	1 300,-	1 200,-	1 150,-	1 125,-

VYBÍRÁTE SI ŠKOLU?

aneb poznejte sami sebe a představu o své budoucí práci. Ve spolupráci s partnerskou organizací **Kým čím být, z. s.** zařazujeme nově program kariérního poradenství. Cílem programu je ujasnění si možností vlastního kariérního směřování prostřednictvím zážitkových aktivit. Aktivita budou zaměřené na sebezpoznaní (z hlediska kariéry - mé profesní hodnoty, zájmy, silné stránky atd.) a zároveň na zmapování vlastní představy o budoucí práci. Program má rovněž záměr aktivizovat žáky k převzetí zodpovědnosti za rozhodování o vlastní profesní budoucnosti. Kým čím být, z. s. může dále žákům / studentům nabídnout navazující služby kariérního poradenství. Více o organizaci na www.kymcimbyt.cz.

Základní varianta - blok 2h. Doporučujeme využít možností dvou navazujících 2h bloků, díky čemuž se se třídou budeme moci tématům věnovat více do hloubky.

Cena bude vytvořena na základě konkrétní domluvy s Vaší školou.

PODNIKAVÁ ŠKOLA

Zaměřuje se na vytvoření podnikavého záměru třídy a jeho realizace, např. vytvoření a provozování školní kavárny, uspořádání benefičních akcí pro potřeby místní komunity apod. Webové stránky projektu Podnikavá škola: www.podnikavaskola.cz.

Cena bude vytvořena na základě konkrétní domluvy s Vaší školou.

NEZEVLÍ JEN TAK

Pozorujeme, že pokud žáci vidí výsledek svých snah a jsou za to třeba i oceněni okolím, mají vyšší motivaci se podobným činností věnovat i v budoucnosti a ve svém volném čase. Žáci za podpory lektora-architekta realizují vlastní projekt zaměřený na oživení veřejného prostoru a posílení soudržnosti místní komunity – ať už na pozemku školy nebo v jeho blízkém okolí, popř. v dané obci. Vzniknout můžou např. lavičky, plot, podium, zvelebení chodeb školy, fotbalové branky nebo vysazení stromů. V závislosti na náročnosti cílů projektu a schopnostech a aktivitě žáků se během 4-6 setkání (dle aktuální domluvy se školou, přičemž nyní procházíme pilotním obdobím, po kterém se rozpětí setkání ukotví) vytvoří příprava pro realizaci projektu, popř. proběhne jeho samotné uskutečnění. Program realizujeme ve spolupráci s architekty z organizace Nezevli jen tak: www.nezevli.cz.

Cena bude vytvořena na základě konkrétní domluvy s Vaší školou.

VZDĚLÁVÁNÍ A ROZVOJ PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ

V oblasti primární prevence rizikového chování a OSV nabízíme **akreditované** (příp. v řízení) **vzdělávací programy vhodné pro celý sbor** (po dohodě s vedením školy) i **jednotlivě přihlášené pedagogy** (termíny na našem webu). Vedle toho **NOVĚ** nabízíme také **3 výcvikové programy**. Neakreditovaným programem je pak ochutnávka psychohygienických metod, případně intervize sboru (možnost pod odborným vedením společně hledat řešení problémů ve škole). Dále pak pomáháme vedení školy, pokud chce sbor více **stmelit** či mu dopřát netradiční společný zážitek (vhodné zejména před začátkem šk. roku). Pro jednotlivé pedagogy nabízíme možnost podpory při **rozšiřování dovedností ve vedení třídnických hodin** a účast na skupině pedagogů a školních psychologů z různých škol, kteří se specializují na práci zaměřenou na zlepšování klimatu tříd/školy.

SBOR / SKUPINA - AKREDITOVANÉ PROGRAMY

Připravili jsme pro Vás 4 okruhy po dvou akreditovaných programech DVPP, které vycházejí z naší 14leté praxe. V plné verzi probíhá každý program v rozsahu 10 výukových hodin. Je možné se dohodnout také na zkrácené variantě, která však neumožňuje udělit absolventům certifikát o DVPP.

1. okruh: Zážitková pedagogika

- **Úvod do zážitkové pedagogiky**
- **Jak udělat „adapták“**

2. okruh: Práce se třídou

- **Základy vedení třídnických hodin**
- **Práce s pravidly třídy a IVÝP (Individuální výchovný plán)**

3. okruh: Náročné situace ve škole

- **Základy konstruktivní komunikace**
- **Práce ve vztahově a emočně náročných situacích a IVÝP (Individuální výchovný plán)**

4. okruh: Prevence užívání tabáku, marihuany a alkoholu

- **Základní kurz pro primární prevenci užívání alkoholu**
- **Základní kurz pro primární prevenci užívání tabáku a marihuany**

Cena se odvíjí od počtu hodin školení:

Práce se sborem			
Počet hodin	3	4-6	7-10
Hodinová sazba do 12 účastníků (1 lektor)	1 500,-	1 400,-	1 300,-
Hodinová sazba 13 – 24 účastníků (2 lektori)	2 150,-	2 000,-	1 850,-

SBOR / SKUPINA - OCHUTNÁVKA PSYCHOHYGIENICKÝCH METOD

Stále více vnímáme nejen u dětí, ale i u pedagogů potřebu pečovat o svou psychohygienu. Připravili jsme proto ochutnávku 5 metod, které mohou k Vaší psychohygieně přispět. Jsou to: 1. Relaxační techniky (snížení tenze), 2. Balintovská skupina (řešení problému), 3. Council (vzájemné nehodnotící sdílení), 4. Mindfulness (koncentrace pozornosti na „tady a teď“), 5. Bioenergetická cvičení (práce

s energií vlastního těla). Pokud budete mít zájem, můžete během 90-120 min setkání vyzkoušet vždy po jedné technice (a to buď zvlášť, nebo v rámci balíčku všech 5 metod).

Cena: 1 900,- / 1 setkání

SBOR - INTERVIZE

Pokud se chcete zaměřit na společné hledání řešení určitého problému ve škole (s žáky, mezi pedagogy vzájemně, mezi pedagogy a vedením), doporučujeme zvolit formát intervize, která se opírá o principy Balintovské skupiny. Tuto je vhodné několikrát zopakovat, aby bylo možné se dostat hlouběji k jádru problémů.

Cena: 1 900,- / 1 setkání (90-120 min)

SBOR - TEAMBUILDING

Dobře stmelená sborovna je základním předpokladem pro vytvoření bezpečného prostředí žákům a prevencí syndromu vyhoření pedagogů. Kromě stmelovacích kurzů pro žáky se proto zaměřujeme také na stmelovací kurzy pro sborovny – teambuilding. Vycházíme ze stejných principů, avšak zohledňujeme výraznější rozdíly mezi jednotlivými účastníky a snažíme se maximálně vycházet z potřeb konkrétní sborovny.

Cena bude vytvořena na základě konkrétní domluvy s Vaší školou.

JEDNOTLIVEC - PODPORA ŠKOLNÍHO PORADENSKÉHO PRACOVISTĚ

Školní metodici prevence, výchovní poradci a školní psychologové jsou často vystaveni nutnosti řešit obtížné situace ve škole. Připravili jsme proto pro zájemce z této skupiny lidí ve školách v Praze systém intervizí (na bázi Balintovské skupiny vedené našimi psychology, 1x2h/měsíc) a supervizí (s externím supervizorem, 1x/ 2,5 měsíce), kde mohou v bezpečném prostředí sdílet a řešit problémy, se kterými se při práci s náročnými žáky/třídami setkávají.

Cena: 200,- / 1 setkání

VÝCVIKY – AKREDITOVANÉ PROGRAMY

Výcvik měkkých dovedností pro práci s dětmi a mládeží

Výcvik se zaměřuje na praktický trénink dovedností práce se skupinou prostřednictvím modelových situací, videotréninku s prvky sebereflexe a sebezkušenosti a s účastí na adaptačním kurzu v lektorských týmech Jules a Jim, z. s., včetně supervize a intervize. Celým 4. během výcviku Vás provede Mgr. Jakub Švec a další osvědčení experti na vybraná témata (PhDr. David Čáp, Doc. Radek Marušák, PhDr. Zdenko Matula). Program je rozvržen do 11 víkendových setkání v průběhu školního roku a praxe na adaptačním kurzu.

Cena: 20 000,- za osobu za 250 hodin akreditovaného výcviku

Slevy pro studenty, za včasné přihlášení, zaplacení celé částky naráz a přivedení dalšího účastníka naleznete na našem webu.

Intenzivní kurz vedení třídnických hodin

Tento program, dříve nazývaný PEPpe (Program Efektivní Primární Prevence), představuje dlouhodobou práci třídního učitele se třídou v rámci třídnických hodin s podporou zkušeného lektora

(kouče / mentora). Jedná se o 1-3letou společnou práci TU, lektora a žáků. Témata a obsahy jsou dány volbou vhodných preventivních okruhů pro danou cílovou skupinu, zkušeností učitele, ale zejména konkrétní situací ve třídě. Program zahrnuje obvykle 3-5 setkání za rok, kdy na přípravě (1h), realizaci (2h) a evaluaci (1h) spolupracují lektor s učitelem. Na setkáních v druhém a třetím roce celý proces postupně převeze učitel; je důležité do programu zapojit i školního metodika prevence. Zcela zásadním faktorem je motivace třídního učitele pracovat se svou třídou a způsobilost kolektivu pro práci na úrovni všeobecné PP (nelze takto suplovat selektivní nebo indikovanou prevenci).

Cena: 15 000,- (zahrnuje 5 bloků po 4 hodinách včetně závěrečné zprávy a přípravných schůzek).

Intenzivní kurz vedení adaptačního programu

Adaptační kurz ASISTOVANÝ / Intenzivní kurz vedení adaptačního programu (jako DVPP) je určen pro školy, které se rozhodnou realizovat si kurz svépomocí a zároveň chtějí dbát na jeho lektorskou kvalitu. Nabízí odbornou podporu jednoho lektora třídnímu učiteli, což vede ke snížení nákladů a zároveň k rozvoji třídního učitele pro práci s klimatem třídy. Lektor provází učitele metodami práce se třídní skupinou a různými pedagogickými modely (zážitková pedagogika, kritické myšlení). Zcela zásadní je aktivní zapojení učitele na přípravě i realizaci kurzu.

Cena se odvíjí od celkového rámce adaptačního kurzu