TÁTOHRANÍ

Semináře

ZÁŘÍ 2024

ZLEPŠUJEME VZTAHY
DOSPĚLÝCH A DĚTÍ

VÝCHOVA KLUKŮ

ANOTACE

Seminář se zaměřuje nejprve na vyjasnění pojmů „výchova“ a „cíle výchovy“. Ukazuje, že se změnou doby se mění i tyto cíle a pojetí výchovy. Generace vyrůstající v socialismu se řídily jinými výchovnými cíli a stereotypy, dnešní doba akcentuje rychlejší nástup změn, nárůst využití technologie, tlak na výkon a příležitosti ke změně paradigmatu. Tak, jak během posledních 100 let dosáhly značného posunu ženy, je zde nyní příležitost pro muže. Namísto živitele rodiny se očekává, že muži budou zastávat i jiné role v rodině. Malí kluci mají ovšem svoje potřeby, které jsou jiné než potřeby holčiček. Tyto potřeby je dobré naplnit, aby se i kluci mohli rozvíjet směrem ke svému potenciálu. Nedojdou-li tyto potřeby naplnění, zůstane tak určitá část klukovské psychiky nenasycená a může si to kompenzovat v dospělosti nezdravými závislostmi (alkoholismus, workoholismus, pornografie, nestřídmost, atd.). Naplněním potřeb dojde k uvolnění potenciálu, který je ovšem nutné správně nasměrovat. Proto je důležité vyjasnit si, co muži přirozeně umí a jsou v tom dobří, a co naopak neznají, vytěsňují a potlačují. Dále ukázat cesty, jak mohou kluci využívat svých silných stránek ku prospěchu všech a jak mohou identifikovat, akceptovat a rozvíjet i své slabé stránky.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, prarodiče, vychovatelé, pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě i okolí, změna nevědomého chování na vědomější, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje kluků, prevence traumatu, soulad mezi rodiči a školkou

OBSAHOVÁ NÁPLŇ	FORMÁT
○ Vyjasnění cílů výchovy v dnešní době ○ Vyjasnění funkce rodiny ○ Požadavky na roli muže ○ Potřeby kluků ○ Důsledky nenaplněných potřeb ○ Komunikace maminka/syn ○ Komunikace otec/syn ○ Základní princip učení ○ Vědomé a nevědomé vzory ○ Co dělat, když není vzor ○ Řešení konkrétních dotazů a situací	**Prezenční** ○ Společný kruh ○ Pravidla kruhu ○ Sdílení ○ Budování důvěry ○ Spojení a vzájemná podpora ○ Základ pro budování komunity **Online** ○ Platforma Zoom ○ Prezentace, odpovědi na dotazy
TERMÍNY A ORGANIZACE	
○ 2-3 hodinový program ○ učebna/online	○ nejlépe 16:30 – 19:00 s ohledem na rodiče ○ do 100 účastníků

VÝCHOVA KLUKŮ V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU

ANOTACE

Seminář se zaměřuje na teoretické i praktické aspekty výchovy kluků. Představíme si základní důvody, proč je vývoj klučičího mozku odlišný od holčičího. Ukážeme si, co kluci potřebují, jak vnitřně fungují a co se děje, když nemají naplněné své potřeby. Projdeme postupně různé aspekty vývoje – samostatnost, vzdorovitost, ochotu ke spolupráci. Ukážeme si, jak podpořit emoční rozvoj. Vysvětlíme si, proč se kluci potřebují poprat, k čemu to může být dobré a jak to regulovat. Účastníci se dozvědí, jak souvisí klukovské potřeby s rozvojem mužských dovedností. Ukážeme si, jak prakticky a jednoduše tyto potřeby naplňovat. Součástí budou praktická cvičení na práci s emocemi a komunikaci. Cílem je pomoci účastníkům porozumět, jak se kluci vyvíjí a umožnit jim tak podpořit jejich zdravý vývoj.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, prarodiče, vychovatelé, pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě i okolí, změna nevědomého chování na vědomější, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje kluků, prevence traumatu, soulad mezi rodiči a školkou

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Vyjasnění cílů výchovy v dnešní době
- Požadavky na roli muže
- Potřeby kluků
- Důsledky nenaplněných potřeb
- Testosteron a jeho vliv
- Introverze/Extroverze
- Samostatnost
- Emoční rozvoj
- Klukovský svět
- Komunikace maminka/syn
- Interakce otec/syn
- Řešení konfliktů

FORMÁT

Prezenční

- Společný kruh
- Pravidla kruhu
- Sdílení
- Budování důvěry
- Spojení a vzájemná podpora
- Základ pro budování komunity

Online

- Platforma Zoom
- Prezentace, odpovědi na dotazy

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2-3 hodinový program
- učebna/online
- nejlépe 16:30 – 19:00 s ohledem na rodiče
- do 100 účastníků

VÝCHOVA HOLČIČEK

ANOTACE

Seminář se zaměřuje nejprve na vyjasnění pojmů „výchova“ a „cíle výchovy“. Se změnou doby se mění i cíle a pojetí výchovy. V posledních sto letech se změnilo zejména postavení žen – z původní role hospodyňky se stávají vědkyně, manažerky a někdy i příslušnice ozbrojených složek. Tak, jak rostou možnosti, tak na druhé straně roste tlak a očekávání na ženy jako celek. Mohou mít tendenci naplňovat více požadavků současně a to je mnohdy zmáhá. Je proto důležité si ukázat, co je k tomu vede. Každý z nás má svoje potřeby a jejich naplnění je cesta k životní spokojenosti. Neznalost vlastní potřeb, případně nemožnost si je naplnit vede k nespokojenosti, frustraci a případně psychickému či fyzickému strádání. Proto je důležité ukázat rodičům, jaké mají jejich holčičky potřeby, jak mohou být naplněny a jak to holčičky postupně naučit. Také je potřeba vyjasnit, jak důležitou roli hrají v životě žen jejich otcové.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, prarodiče, vychovatelé, pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě i okolí, změna nevědomého chování na vědomější, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje holčiček, prevence traumatu, soulad mezi rodiči a školkou/školou

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Vyjasnění cílů výchovy v dnešní době
- Vyjasnění funkce rodiny
- Požadavky na roli ženy
- Potřeby holčiček
- Důsledky nenaplněných potřeb
- Komunikace maminka/dcera
- Komunikace otec/dcera
- Základní princip učení
- Vědomé a nevědomé vzory
- Co dělat, když není vzor otce
- Řešení konkrétních dotazů a situací

FORMÁT

Prezenční

- Společný kruh
- Pravidla kruhu
- Sdílení
- Budování důvěry
- Spojení a vzájemná podpora
- Základ pro budování komunity

Online

- Platforma Zoom
- Prezentace, odpovědi na dotazy

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2-3 hodinový program
- učebna/ online
- nejlépe 16:30 – 19:00 s ohledem na rodiče
- do 100 účastníků

ROZDÍLY VE VÝCHOVĚ KLUKŮ A DĚVČAT

ANOTACE

Seminář se zaměřuje nejprve na vyjasnění pojmů „výchova“ a „cíle výchovy“. Se změnou doby se mění i cíle a pojetí výchovy. Díky psychologii a neurologii víme dnes mnohem více o rozdílech ve vývoji mezi kluky a děvčaty. Proč si většina kluků hraje ráda se zbraněmi, zatímco většina děvčat s panenkami? Máme je v tom podporovat nebo omezovat? Jaký má být dospělý muž? Jaká má být dospělá žena? Které prvky ve výchově k tomu přispívají? Naše děti i my čelíme značnému kulturnímu tlaku, jací máme být. Je nutné si ze všech požadavků vybrat ty správné a ostatní odmítnout. Jak to děti naučit? V rámci výchovy bychom měli reflektovat vývojové potřeby, aby nám bez ohledu na pohlaví vyrostl sebevědomý a zdravý jedinec, ale na druhou stranu ne sebestředný sobec. Na semináři si ukážeme základní principy, podle kterých se orientovat a povíme si, co je vhodné rozvíjet u kluků a co u děvčat.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, prarodiče, vychovatelé, pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě i okolí, změna nevědomého chování na vědomější, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje dětí, prevence traumatu, soulad mezi rodiči a školkou/školou

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Vyjasnění cílů výchovy v dnešní době
- Vyjasnění funkce rodiny
- Požadavky na roli ženy a muže
- Potřeby holčiček a kluků
- Základní princip učení
- Vývojová období od 1 do 6 let
- Další vývojová období
- Komunikace otec-matka-syn-dcera
- Řešení konfliktů
- Řešení konkrétních dotazů a situací

FORMÁT

Prezenční

- Společný kruh
- Pravidla kruhu
- Sdílení
- Budování důvěry
- Spojení a vzájemná podpora
- Základ pro budování komunity

Online

- Platforma Zoom
- Prezentace, odpovědi na dotazy

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2-3 hodinový program
- učebna/ online
- nejlépe 16:30 – 19:00 s ohledem na rodiče
- do 100 účastníků

OTCOVSKÁ INICIACE (PŘEDPORODNÍ KURZ PRO MUŽE)

ANOTACE

Seminář je primárně určen pro muže, kteří čekají s partnerkou první dítě nebo se jim nedávno narodilo. Změnou totiž není jen narození dítěte, změnou je zejména to, že se stávají otci, což je celoživotní poslání. Být otcem může vypadat biologicky jednoduše, ale ve skutečnosti jde o dalekosáhlou změnu, jejíž velikost si někteří tátové uvědomí až ve stáří nebo po rozvodu.

Ženy se na roli matky připravují od dětství. Hrají si s panenkami, učí se vařit, chodí do předporodních kurzů. Muži nejsou systematicky připravováni na roli otce a často se jim v této roli nedaří tak dobře, jak by mohlo. Není třeba nad tím strávit dlouho dobu, nebudeme nacvičovat ani dýchání u porodu ani přebalování miminek. Půjdeme rovnou k věci a esenciálně probereme to nejdůležitější.

Role živitele – jaká ekonomická změna vás čeká? Je těžké o tom mít představu, ale v zásadě většina z nás chce stejný nebo lepší životní standard. Co to ale znamená finančně? Bude snadné na to vydělat nebo ne? Podíváme se na vaše současné okolnosti a čeho chcete dosáhnout a dostanete praktické rady, jak se zařídit.

Role partnera – myslíte si, že vám zamilovanost vydrží celý život? I kdyby ano, stačí to k překonání konfliktů? Podíváme se na to, jak se umíte vypořádat s konflikty. Ale mnohem důležitější je, aby vztah nevychladl a nerozpadl se z jiných důvodů. Probereme to, jaké jste osobnosti, kde vás čekají překážky a naopak možnosti, jak vztah posílit a udržet krásným.

A tím výčet rolí, do kterých muži narozením dítěte nastoupí, nekončí. Projdeme si všechny role, které je čekají a podíváme se na to, které pro koho budou snadné a ve kterých se někteří budou muset naučit, aby je bravurně zvládli.

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění otcovské roli, změna nevědomého chování na vědomé, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje dětí, párového života, prevence traumatu

OBSAHOVÁ NÁPLŇ	FORMÁT
○ Vyjasnění role otce ○ Živitel ○ Partner ○ Táta ○ Vlastní vzorce chování ○ Co je vhodné se naučit ○ Tipy a triky	**Prezenční** ○ Společný kruh ○ Pravidla kruhu ○ Sdílení ○ Budování důvěry **Online** ○ Platforma Zoom ○ Prezentace, odpovědi na dotazy

TERMÍNY A ORGANIZACE	
○ 3 hodinový program ○ učebna/online	○ nejlépe 16:30 – 19:30 s ohledem na rodiče ○ do 100 účastníků

MUŽSKÉ ARCHETYPY

ANOTACE

Seminář je určen primárně pro muže. Uvádí je do prostoru, který je plný mužské energie, kde si mohou vyjasnit, v čem jsou jako jedinci přirozeně dobří, a co by naopak bylo dobré si doplnit, aby se mohli stát zralými integrovanými muži.

Archetypy jsou složky naší psychiky, které primárně vycházejí ze společenského nevědomí a mají tendenci nás ovládat na nevědomé úrovni často až k naší škodě. Proto je důležité muže s těmito archetypy seznámit, aby si uvědomili, jaký na jejich chování mají vliv. Je dobré ukázat, že archetypy jsou v zásadě prospěšné, ale že mají i své negativní stránky, které mohou vést k destruktivnímu nebo autodestruktivnímu chování. Například archetyp bojovníka má tendenci směřovat k použití síly, jež je vhodná k obraně, ale nikoliv neadekvátnímu násilí. Nebo archetyp milovníka, který preferuje příjemné prožívání života, ale pokud se to přežene, tak může vést k závislosti na alkoholu nebo drogách. V rámci semináři si muži mohou vyzkoušet, jaké to je když se ocitnou v kůži daného archetypu a to je vede k zásadní poznání, co jim v životě chybí a co jim naopak přebývá. Poznání je tak může vést ke změně životní cesty a směřovat k zdravějšímu a plnějšímu životu. Často to také ocení jejich partnerky a děti, protože mají potom doma spokojenějšího tátu, který se jim více věnuje.

ÚČASTNÍCI

Muži

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění archetypům, uvědomění si nevědomých vzorců chování, vyjasnění svých hodnot

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje mužů, prevence traumatu, soulad v rodinách

OBSAHOVÁ NÁPLŇ	FORMÁT
○ Pojem archetyp ○ Bojovník ○ Milovník ○ Mág ○ Král ○ Dominance/submisivita ○ Formy agrese ○ Komunikační vzorce ○ Tipy a triky	**Prezenční** ○ Společný kruh ○ Pravidla kruhu ○ Sdílení ○ Budování důvěry **Online** ○ Platforma Zoom ○ Prezentace, odpovědi na dotazy
TERMÍNY A ORGANIZACE	
○ 4 bloky po dvou hodinách, případně extrakt ze všech témat na cca 2-3 hodiny ○ učebna/online	○ nejlépe 18:00 – 20:00 ○ do 20 účastníků

TÁTA – VZOR PRO SYNA I DCERU

ANOTACE

Seminář se zaměřuje na vyjasnění role otce v současné době. Ukazuje, jak se změnilo v současné době „blahobytu“ poslání rodiny a jaké potřeby vyvstávají na povrch.

Základní rolí je role živitele, kterou dnes není tak těžké naplnit. Na rozdíl od socialismu další role opraváře a řidiče už není tak stěžejní. Podstatnými rolemi se ale stává role partnera a aktivního táty. Na to však muži nebyli systematicky připravováni. Na rozdíl od žen, které o roli matky uvažují od mládí a jsou na ni dlouhodobě připravovány, se muži o otcovství a partnerství dozvídají pouze z omezených zdrojů a nevěnují tomu pozornost, často dokud není pozdě. Nelze se pak divit, že se jim v těchto rolích nedaří.

Na semináři se soustředíme na roli otce. Ukážeme si, proč je role otce klíčová pro zdravý vývoj zejména kluků, ale i děvčat. Potřeby dětí v tomto směru jsou jasné, jen současná genderově vyvážená doba trochu zastiňuje desetitisíce let přirozeného vývoje a buduje iluzi, že každý zvládne všechno. Je vhodné vysvětlit rozdíly mezi mužským a ženským archetypem a potvrdit si, že jejich spolubytí a spolupráce je nejlepším přirozeným algoritmem pro přežití lidského rodu. V prostředí rodiny děti automaticky nasávají všechny možné prvky chování, které budou později uplatňovat a je jen na nás jakou cestu a kam jim ukazujeme. Proto je nutné aktivizovat otce i matky k pochopení jejich role ve výchově dětí a umožnit jim tak převzít větší díl odpovědnosti.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, prarodiče, vychovatelé, pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě i okolí, změna nevědomého chování na vědomější, zlepšení komunikace

PŘÍNOSY

Podpora zdravého rozvoje kluků i děvčat, prevence traumatu, soulad mezi rodiči a školkou

OBSAHOVÁ NÁPLŇ	FORMÁT
○ Vyjasnění cílů výchovy v dnešní době ○ Vyjasnění funkce rodiny ○ Požadavky na roli muže ○ Muž jako vzor pro syna ○ Muž jako vzor budoucího partnera pro dívku ○ Co dělat, když není vzor ○ Řešení konkrétních dotazů a situací	**Prezenční** ○ Společný kruh ○ Pravidla kruhu ○ Sdílení ○ Budování důvěry **Online** ○ Platforma Zoom ○ Prezentace, odpovědi na dotazy
TERMÍNY A ORGANIZACE	
○ 2 hodinový program ○ učebna/online	○ nejlépe 16:30 – 19:00 s ohledem na rodiče ○ do 100 účastníků

CESTA KE ZDRAVÍ (ÚVOD DO PSYCHOSOMATIKY)

ANOTACE

Důsledkem současného vysokého tlaku na výkon, informačního přetížení a růstu stresu je nárůst klasických i duševních onemocnění. Proto je nutné zabývat se více i prevencí. Cílem semináře je vysvětlit základní faktory, které způsobují chronické nemoci a pomoci účastníkům pochopit, že je v silách jednotlivce se z nemoci poučit a případně se uzdravit a dokonce je možné poté žít lepší život. Seminář má v zásadě preventivní charakter, záměrem je předcházet rozvinutí prvotních příčin nemocí do hlubších rovin, které se déle a hůře napravují.

Obecná varianta semináře je určena pro širokou veřejnost. Lze ovšem předpokládat, že účastníci buď budou mít praktickou zkušenost s nějakou vážnější nemocí anebo budou někoho takového znát. To je výhodou, protože to zásadně zvyšuje motivaci k pochopení souvislostí a usnadnění přístupu k zdravějšímu životu. První část semináře se zabývá principy a teorií psychosomatiky, která je ale strukturovaná do osobního příběhu pro snadnější uchopení. Druhá část semináře je prostorem pro dotazy a řešení konkrétních situací účastníků.

Dále je možné zvolit variantu semináře pro pracovníky ve školství. Pracovníci v MŠ/ZŠ/SŠ mají náročné zaměstnání a požadavky na ně se stále zvyšují. Přímo zásadní fakt je, že pedagogové v zásadní míře ovlivňují naše budoucí generace. Jejich chování, řešení situací a přístup k životu může inspirovat spoustu dětí. Navíc jsou situace a problémy ve školkách a školách určitým způsobem typické. Sdílení zkušeností a možných řešení v tomto oboru je pak pro účastníky více přínosné.

ÚČASTNÍCI

Široká veřejnost / Pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění principům psychosomatiky, změna vztahu ke svému zdraví. Pochopení svých možností, zvýšení osobní zodpovědnosti.

PŘÍNOSY

Nárůst povědomí o principech a souvislostech fyzického a duševního zdraví. Prevence duševních i fyzických nemocí.

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Můj příběh
- Různá pojetí nemoci
- Nemoc jako cesta
- Klasické příčiny nemocí
- Vědomí vs. nevědomí
- Emocionalita vs. racionalita
- Klíčové prvky uzdravování
- Typy životní strategie

FORMÁT

Prezenční

- Společný kruh
- Pravidla kruhu
- Sdílení
- Budování důvěry

Online

- Platforma Zoom
- Prezentace, odpovědi na dotazy

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2 hodinový program
- učebna/online
- nejlépe 16:30 – 19:00
- do 100 účastníků

TĚLO JAKO ZDROJ ZDRAVÍ (ÚVOD DO PSYCHOSOMATIKY)

ANOTACE

Důsledkem současného vysokého tlaku na výkon, informačního přetížení a růstu stresu je nárůst klasických i duševních onemocnění. Proto je nutné zabývat se více i prevencí. Cílem semináře je vysvětlit základní faktory, které způsobují chronické nemoci a pomoci účastníkům pochopit, že je v silách jednotlivce se z nemoci poučit a případně se uzdravit a dokonce je možné poté žít lepší život. Seminář má jak preventivní tak návodný charakter, záměrem je předcházet rozvinutí prvotních příčin nemocí do hlubších rovin, které se déle a hůře napravují.

V semináři se zaměřujeme na pochopení toho, jak souvisí duševní a fyzický stav - pojítkem je vztah mezi racionalitou, emocionalitou a instinkty. To vše je ovládáno nervovým systémem, jehož je mysl jen součástí, která mu ovšem dominuje. Nervový systém tedy propojuje mysl a tělo více než se lékaři v minulosti domnívali. Stav jedince je dán vlivem jeho dědičných předpokladů a prostředím jak minulým tak současným. Prostředí významně formuje chování, v rámci něhož nevhodné vzorce mohou vyústit v duševní či fyzické potíže. Ukážeme si souvislost těchto vzorců s příklady častých nemocí a tedy jejich psychosomatické souvislosti. Součástí semináře jsou také východiska a představení základních kroků, jak se vydat na cestu k trvalému zdraví.

ÚČASTNÍCI

Široká veřejnost / Pedagogové

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění principům psychosomatiky, změna vztahu ke svému zdraví. Pochopení svých možností, zvýšení osobní zodpovědnosti.

PŘÍNOSY

Nárůst povědomí o principech a souvislostech fyzického a duševního zdraví. Prevence duševních i fyzických nemocí.

OBSAHOVÁ NÁPLŇ	FORMÁT
○ Můj příběh ○ Různá pojetí nemoci ○ Nemoc jako cesta ○ Klasické příčiny nemocí ○ Vědomí vs. nevědomí ○ Emocionalita vs. racionalita ○ Klíčové prvky uzdravování ○ Typy životní strategie	**Prezenční** ○ Společný kruh ○ Pravidla kruhu ○ Sdílení ○ Budování důvěry **Online** ○ Platforma Zoom ○ Prezentace, odpovědi na dotazy
TERMÍNY A ORGANIZACE	
○ 2 hodinový program ○ učebna/online	○ nejlépe 16:30 – 19:00 ○ do 100 účastníků

JAK PLANOUT, ALE NEVYHOŘET

ANOTACE

Seminář je určen pro rodiče, vychovatele nebo pedagogy v MŠ/ZŠ.

V dnešní době je velmi důležité dbát o svoje duševní zdraví. Současný svět se vyznačuje dvěma klíčovými faktory, které mohou psychiku člověka zatěžovat více než je zdravé – je to orientace na výkon a množství změn. Nejsme na to připraveni a tak se můžeme dostat do situací, které jsou nové jak pro nás tak pro naše okolí. Ty nás mohou nadmíru stresovat a stres zatěžuje náš energetický systém. Důsledkem je vyčerpání jak fyzické tak psychické. Tímto vyčerpáním jsou ohroženi zejména pracovníci, kteří dávají do práce kus sami sebe. Vnitřní zapojení a nadšení jejich práci a okolí prospívá, ale aby to bylo dlouhodobě udržitelné, musí být takoví lidé schopni rozpoznat hranice možného výkonu a být připraveni držet se uvnitř nich. To si většinou žádá změnu perspektivy a určitých návyků v chování. Bohužel takovému pracovníkovi nestačí říci, aby zvolnil, většinou neví, jak na to, a jeho mysl a návyky těla mu to ani nedovolí. Je důležité spíše přijít na to, co takovému pracovníkovi v běžném životě chybí a co tedy způsobuje jeho nadměrné zapojení se. Nabídneme-li mu jiné a často jednodušší možnosti, jak získat to, co potřebuje, může se stát zdravějším, celistvějším a poté může i zvolnit. Vedlejším efektem bývá i to, že místo výkonu se začne orientovat více na kvalitu svých vztahů, což je při práci s dětmi velmi důležité.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, vychovatelé, pedagogové, široká veřejnost

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě, identifikace svých potřeb. Nalézání svých zdrojů. Zlepšení komunikace.

PŘÍNOSY

Prevence hromadění stresu u pracovníků a předcházení syndromu vyhoření. Lepší komunikace v týmu.

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Vysvětlení základních pojmů
- Vnitřní příčiny
- Vnější příčiny
  - Celospolečenské
  - Genetické
  - Výchovné
  - Prostředí
- Symptomy
- Typické nevhodné reakce
- Vlastní potřeby
- Provázanost těla a mysli
- Vnitřní a vnější zdroje
- Komunikace vnitřní a vnější
- Co nás obvykle neučili, ale měli bychom umět
- Shrnutí a diskuse

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2 hodinový program do 20 osob
- učebna/online
- čas dle dohody
- do 20 osob

JAK ŘEŠIT KONFLIKTY?

ANOTACE

Seminář je určen pro rodiče, vychovatele, nebo pedagogy v MŠ/ZŠ.

Seminář je zaměřen na to jak konflikty vznikají a probíhají, jak je vyřešit, nebo také jak je efektivně omezit, utlumit jejich dopady, nebo jim umět lépe předcházet. Účastníci se dozvědí, jaké konflikty mohou vznikat s ohledem na věk dětí, naučí se rozlišovat různé typy konfliktů, nebo se dozví, jak takový typický konflikt probíhá. Užitečnou dovedností je také umět vyhodnotit, v jakém okamžiku, a s jakým záměrem do konfliktu zasáhnout. Pomocí praktických cvičení a modelových situací se účastníci mohou naučit, jaké techniky je dobré při řešení konfliktů umět. Vyzkouší si také, co dítě prožívá při konfliktu, nebo jak může vypadat vnitřní konflikt rodiče a jak s ním pracovat, jak uklidnit sami sebe. Součástí zvládání konfliktů je totiž především práce se svými emocemi, sebeovládání a umění naslouchat.

Seminář je veden nejenom formou výkladu, ale především zážitkovou formou včetně praktických příkladů, návodů a odpovědí na otázky účastníků.

ÚČASTNÍCI

Rodiče, vychovatelé, pedagogové, široká veřejnost

ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ

Porozumění sobě, identifikace svých potřeb. Práce s emocemi. Zlepšení komunikace.

PŘÍNOSY

Prevence…..

OBSAHOVÁ NÁPLŇ

- Vysvětlení základních pojmů
- Typy konfliktů
- Průběh konfliktu
- Vnitřní konflikt
- Efektivní komunikace
- Typické nevhodné reakce
- Vlastní potřeby
- Techniky řešení konfliktů
- Vnitřní a vnější zdroje, práce s emocemi
- Shrnutí a diskuse

TERMÍNY A ORGANIZACE

- 2 - 3 hodinový program do 20 osob
- učebna/online
- čas dle dohody
- do 20 osob

PŘEDSTAVENÍ LEKTORA

PETR SUCHÝ

školitel, poradce a kouč

- rok narození: 1973
- vzdělání: FJFI ČVUT 1991-1996
- 1996-2016 bankovnictví, finanční trhy
- 2016 založení Klubu dětí a mládeže Čtyřlístek – kroužky, tábory
- 2016 publikační činnost Kniha Tátohraní
- 2017 koncept příměstského tábora PRALES (2019 cca 350 dětí)
- 2017 založení STARFOREST s.r.o. – firemní poradenská a konzultační činnost
- 2018 vytvoření projektu Tátohraní
- 2019 semináře, koučování, konzultace
- 2020 webináře, koučování, konzultace, pobytové tábory
- 2022 rozvojové programy pro firmy

Délka lektorské a poradenské praxe 5 let

ZAMĚŘENÍ

Volnočasové aktivity pro děti a mládež (kroužky, tábory)

Outdoorové hry pro děti, dospělé i firemní kolektivy

Rozvojové programy pro rodiny

Osobní koučink

Osobnostní rozvoj rodičů

Školení a rozvoj učitelů MŠ/ZŠ

Firemní poradenství v oblasti řízení procesů, projektů a implementace IT systémů

REFERENCE

MŠ Strančice, paní ředitelka Luková, 774 403 938

MAP Benešov, paní Bohuslava Zemanová, 723 881 081

MAP Šumperk, paní Zdeňka Mihulková, 728 321 495

MAP Říčany, paní Miroslava Kučerová, 777 97 98 61

KALKULACE

Všechny semináře ve standardní délce 2 hodiny mají cenu 4000 Kč, případné prodloužení dle dohody. Cena zahrnuje

- v online verzi platformu Zoom pro přenos a přístup k záznamu po dobu 14 dní
- prezentaci v elektronické formě

Seminář Otcovská iniciace – délka závisí na počtu účastníků – do 8 lidí – 2 hodiny (4000 Kč) , 8-20 lidí – 3 hodiny (5000 Kč).

Sada seminářů Mužské archetypy – ideálně po čtrnácti dnech v průběhu jednoho měsíce – 4 semináře po dvou hodinách – 12000 Kč.

Cena nezahrnuje, ale je možné zajistit dle vzájemné dohody

- doprava v případě prezenční formy
- registrační formulář včetně zpracování dat
- formulář pro zpětnou vazbu včetně zpracování dat
- vytištěné školící materiály pro každého účastníka u některých seminářů

KONTAKTY A ÚDAJE O FIRMĚ

Spolupráce může být navázána pod hlavičkou kterékoliv z firem

Klub dětí a mládeže Čtyřlístek, z.s. IČO 4943911 – primární orientace na děti, neplátce DPH

STARFOREST s.r.o. IČO 05939941 – primární orientace na firemní zákazníky, plátce DPH

Petr Suchý, IČO 06567771 – neplátce DPH

Případně je možná DPP.

VE VĚCI NABÍDKY KURZŮ:

Petr Suchý, lektor

e-mail: petr.suchy@tatohrani.cz

mobil: +420 724 148 850

Iva Hybnerová, koordinátorka

e-mail: iva.hybnerova@klubctyrlistek.cz

telefon: +420 602 102 967