

## Lektorský kurz raného rodičovství

### Kurikulum



Tato publikace byla financována z prostředků Evropské komise. Publikace obsahuje pouze názor autora a Komise nenesse odpovědnost za jakékoli případné použití informací v nich obsažených.

## Obsah

<b>Lekce samostudia</b>	<b>3</b>
Učební plán prezenčního kurzu	<b>4</b>
Den 1	4
Den 2	5
Den 3	7
Den 4	8
Den 5	
10	

Toto dílo podléhá licenci Creative Commons Uveďte původ-Neužívejte dílo komerčně-Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní License.

## Lekce samostudia

Samostudium probíhalo prostřednictvím online platformy společnosti Roda na adrese <http://edukacija.roda.hr>. Všichni účastníci museli absolvovat samostudium jako předpoklad pro účast na prezečním kurzu.



Welcome to the New Parent Support Training Self-Study component!  
This will be the place where you do all your work in advance of our second in-person training.

- ☰ Welcome back!:) ○
- ☰ Facilitator Toolbox ○

New Parent Support Training Self-Study  
11% COMPLETE

- ☰ Welcome back!:) ✓
- ☰ Facilitator Toolbox ○
- ☰ Q&A Trainers skills ○
- ☰ Facilitation tasks ○
- ☰ Intersectionality ○
- ☰ Parenting Extras ○
- ☰ Child Basics Extras ○
- ☰ Parenting Programs in Europe ○
- ☰ You've made it to the end! ○

**FACILITATION TOOLBOX**

Your facilitation toolbox should grow along with you... So explore, be curious and keep on adding your superpowers!

**FACILITATION TOOLBOX**

**ACTIVE LISTENING**

## Učební plan prezenčního kurzu

## Den 1

Čas zahájení	Čas ukončení	Téma	Očekávané výstupy	Zdroje (pokud existují)	Potřebný čas (HH:MM:SS)
15:00:00	16:30:00	Uvítání a zahájení	Zmapování očekávání a pravidel. Skupinová reflexe dosavadního procesu učení v první části kurzu a při samostudiu.	PPT s provozními i programovými informacemi; Flipchart + fixy, post-it	1:30:00
16:30:00	16:45:00	Warm up vedený účastníky dle jejich volby (vztahující se k následnému tématu) + zpětná vazba	Warm up vedený dvojicí účastníků/nic. Zpětná vazba k vhodnosti zvoleného warm upu a schopnostem prezentující dvojice poskytnutá jinou předem zvolenou dvojicí.		0:15:00
16:45:00	18:00:00	Diverzita a gender	Účastníci a účastnice chápou, jak fungují privilegia/oprese z feministického intersekcionalního hlediska. Dopad privilegií/oprese (útlaku a diskriminace) na těhotenství, porod, poporodní období a výchovu dětí. Jak vytvářet lepší spojení. Role spojenců. Zdroje.	PPT - případy prezentované v rámci samostudia; flipchart + fixy, post-it poznámky; tužky pro brainstorming	1:15:00

<b>18:00:00</b>	<b>18:15:00</b>	Diskuse a hodnocení		Hodnocení	<b>0:15:00</b>
<b>18:15:00</b>	<b>19:15:00</b>	Večeře			<b>1:00:00</b>

**Den 2**

<b>Čas zahájení</b>	<b>Čas ukončení</b>	<b>Téma</b>	<b>Očekávané výstupy</b>	<b>Zdroje (pokud existují)</b>	<b>Potřebný čas (HH:MM:SS)</b>
<b>9:20:00</b>	<b>9:30:00</b>	Úvodní informace (logistika, program)			<b>00:10:00</b>
<b>9:30:00</b>	<b>9:45:00</b>	Warm-up	Warm up vedený dvojicí účastníků/nic. Zpětná vazba k vhodnosti zvoleného warm upu a schopnostem prezentující dvojice poskytnutá jinou předem zvolenou dvojicí.		<b>0:15:00</b>
<b>9:45:00</b>	<b>11:00:00</b>	Základní emoční potřeby; význam propojení ("connection") v mezilidských vztazích	Účastníci umí diskutovat o tom, jak je pocit propojení vnímán v lidském těle a co dělá s nervovým systémem. Rozumějí souvislosti mezi schopností propojení a formativními mezilidskými vztahy.	PPT Flipchart, fixy	<b>1:15:00</b>

<b>11:00:00</b>	<b>11:30:00</b>	Přestávka na kávu			<b>0:30:00</b>
<b>11:30:00</b>	<b>11:45:00</b>	Warm-up			<b>0:15:00</b>
<b>11:45:00</b>	<b>13:00:00</b>	Jak fungují emoce	<p>Umí vysvětlit, jak funguje stres a jak ovlivňuje tělo – nahromadění stresu, ukládání, přístup ke stresu a jeho uvědomění, přirozené mechanismy zvládnání stresu.</p> <p>Dokáží diskutovat o souvislosti mezi stresovými vzorci a ranými formativními vztahy.</p>	PPT	<b>1:15:00</b>
<b>13:00:00</b>	<b>14:30:00</b>	Přestávka na oběd			<b>1:30:00</b>
<b>14:30:00</b>	<b>16:00:00</b>	Očekávání od rodičů	<p>Účastníci se dokáží zamyslet nad omezeným množstvím času a zdrojů, které rodiče (i lektoři/rky) mají, a nad volbami, které musíme činit, abychom naplnili svá vlastní očekávání a potřeby a očekávání druhých.</p> <p>Uvědomují si nutnost udržovat zdravé hranice a umět říkat ne (jako lektoři i jako rodiče).</p>	<p>Flipchart + fixy. Pracovní listy – “Tyranie očekávání”. Scénáře hraní rolí pro říkání NE (rodiče, facilitátoři).</p>	<b>1:30:00</b>
<b>16:00:00</b>	<b>16:15:00</b>	Závěrečná diskuse a hodnocení		Hodnocení	<b>0:15:00</b>
<b>18:00:00</b>	<b>19:00:00</b>	Večeře			<b>1:00:00</b>

## Den 3

Čas zahájení	Čas ukončení	Téma	Očekávané výstupy	Zdroje (pokud existují)	Potřebný čas (HH:MM:SS)
9:20:00	9:30:00	Úvodní informace			00:10:00
9:30:00	9:45:00	Warm up			00:15:00
9:45:00	11:00:00	Otevřená komunikace mezi rodiči, rozdílné potřeby	<p>Účastníci umějí prezentovat techniky pro hraní rolí a nácvik komunikace.</p> <p>Umí kreativně navrhnout různé aktivity pro výuku komunikace.</p> <p>Umí diskutovat o technikách a výhodách pozitivní/asertivní komunikace a aktivního naslouchání.</p>	<p>Flipchart + fixy</p> <p>Pracovní list pro hraní rolí.</p> <p>Pracovní list s pravidly a technikami aktivního naslouchání.</p>	01:15:00
11:00:00	11:30:00	Přestávka na kávu			00:30:00
11:30:00	13:00:00	Dětský pláč a uklidňování	<p>Účastníci umí identifikovat tři různé typy pláče malých dětí (z důvodu momentálních potřeb, stresu/tísně, připomínek dřívějších náročných zážitků).</p> <p>Umí projevit empatii vůči reakcím dospělých na pláč a dokáží vytvářet emoční kapacitu k uzemňování stresu klientů/ek.</p> <p>Umí navrhnout co dělat, když dítě pláče/rodiče jsou ve stresu kvůli jeho pláči.</p>	<p>PPT</p> <p>Pláč dítěte z důvodu stresu nebo připomínek dřívějších náročných zážitků.</p> <p>Univerzální řeč těla dítěte.</p> <p>Pomůcka: Panenka.</p>	01:30:00

<b>13:00:00</b>	<b>14:30:00</b>	Oběd			<b>01:30:00</b>
<b>14:30:00</b>	<b>14:45:00</b>	Warm up			<b>0:15:00</b>
<b>14:45:00</b>	<b>16:00:00</b>	Vytváření kurikula vlastního kurzu	Skupinový workshop	Příklady kurikul a vzdělávacích programů různých organizací a iniciativ	<b>01:15:00</b>
<b>16:00:00</b>	<b>16:15:00</b>	Závěrečná diskuse a hodnocení		Hodnocení	<b>0:15:00</b>
<b>18:00:00</b>	<b>19:00:00</b>	Večeře			<b>1:00:00</b>

**Den 4**

<b>Čas zahájení</b>	<b>Čas ukončení</b>	<b>Téma</b>	<b>Očekávané výstupy</b>	<b>Zdroje (pokud existují)</b>	<b>Potřebný čas (HH:MM:SS)</b>
<b>9:20:00</b>	<b>9:30:00</b>	Úvodní informace			<b>00:10:00</b>
<b>9:30:00</b>	<b>9:45:00</b>	Warm up			<b>00:15:00</b>
<b>9:45:00</b>	<b>11:00:00</b>	Návrat do práce	Účastníci získají přehled o různých společenských postojích k pracujícím matkám.	PPT Papír a tužky pro všechny	<b>01:15:00</b>



			Umí pracovat s předsudky souvisejícími s návratem matek/rodičů do práce po mateřské/rodičovské dovolené.		
<b>11:00:00</b>	<b>11:30:00</b>	Přestávka na kávu			<b>00:30:00</b>
<b>11:30:00</b>	<b>13:00:00</b>	Proměny rodin	Účastníci chápou, jak se mohou rodinné struktury s respektem proměňovat. Umějí diskutovat o tématu rozvodů/rozpadů vztahů.		<b>01:30:00</b>
<b>13:00:00</b>	<b>14:30:00</b>	Přestávka na oběd			<b>01:30:00</b>
<b>14:30:00</b>	<b>16:00:00</b>	Náročná situace ve skupinách	Účastníci umějí sdílet principy, doporučení a praktické strategie pro zvládnání náročných situací ve skupinách.  Mají povědomí o spouštěcích svých vlastních negativních emocí v náročných situacích a znají nástroje k jejich okamžitému i dlouhodobému zvládnání.	Pracovní list - Zásady a doporučení pro zvládnání náročných situací.	<b>01:30:00</b>
<b>16:00:00</b>	<b>16:15:00</b>	Závěrečná diskuse a hodnocení		Hodnocení	<b>0:15:00</b>
<b>18:00:00</b>	<b>19:00:00</b>	Večeře			<b>1:00:00</b>

**Den 5**

Čas zahájení	Čas ukončení	Téma	Očekávané výstupy	Zdroje (pokud existují)	Potřebný čas (HH:MM:SS)
9:20:00	9:30:00	Úvodní informace			00:10:00
9:30:00	9:45:00	Warm up			00:15:00
9:45:00	11:00:00	Výživa a kojení po prvním roce života	<p>Účastníci umí sdílet fakta o kojení a výživě po prvním roce života dítěte založená na důkazech.</p> <p>Jsou si vědomi svých vlastních předsudků. Vědí, jak být k rodičům chápaví a podpůrní. Umí implementovat techniky posilující informovanou volbu jednotlivých rodin.</p> <p>Umějí respektovat různorodost rodin a jejich potřeb/očekávání.</p>	Scénáře hry rolí	01:15:00
11:00:00	11:30:00	Přestávka na kávu			00:30:00
11:30:00	12:30:00	Závěrečná aktivita			01:00:00
12:30:00	13:00:00	Hodnocení kurzu, uzavření a rozloučení		Závěrečné hodnocení	00:30:00
13:00:00	14:30:00	Oběd			01:30:00