Jak škola a rodina společně rozvíjejí socio-emoční dovednosti dětí

Silvie Houšťavová
Monika Kubásková

SOFA

Náš pohled na změnu

Skutečná změna vzniká jen tehdy, když pracujeme s celým prostředím kolem dítěte.



SO
FA

Socio-emoční učení (SEL)



SOFA

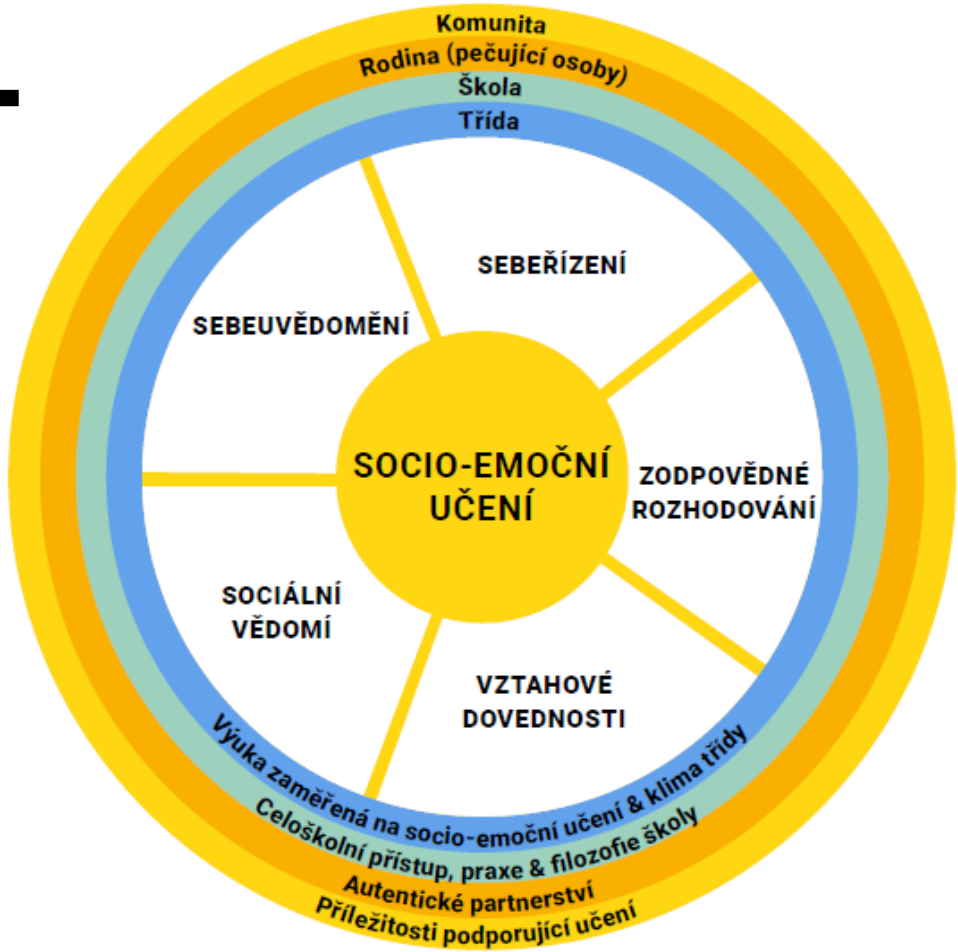
Koncept socio-emočního učení (SEL)

„Celoživotní proces, v rámci kterého získáváme a efektivně uplatňujeme **znalosti, postoje a dovednosti** nezbytné k tomu, abychom dokázali:

- vyznat se v emocích a zvládat je,
- vytyčit si cíle a dosáhnout jich,
- cítit a projevovat empatii vůči ostatním,
- navazovat a udržovat pozitivní vztahy,
- dělat zodpovědná rozhodnutí.“ (CASEL, © 2023)



Rámec SEL



SOFA

Celoškolní přístup

- **Učení,** zvědomování a rozvíjení znalostí, dovedností, postojů a posilování kompetencí a sebedůvěry žactva/studujících a všech pracovníků a aktérů školy
- **Komplexní zavádění programu SEL** a koncipování odpovídajících školních zásad a postupů
- **Spolupráce** s rodinami, dalšími pečujícími osobami, komunitou a relevantními institucemi
- **Podpora** všech žáků/studujících, pedagogických i nepedagogických pracovníků školy
- **Zprostředkování pomoci** žactvu/studujícím, pracovníkům školy i rodičům



Proč SEL cíleně rozvíjet ve škole?

- Nejúčinnější **prevence** v oblasti duševního zdraví
- Zvyšuje pravděpodobnost **vyhledání pomoci** v případě potřeby
- Zásadně přispívá k **bezpečnému klimatu** školy a **prevenci šikany**
- Zlepšuje **vzdělávací výsledky** ve všech vzdělávacích oborech
- Zvyšuje **úspěšnost** v dalších stupních vzdělávání a na **trhu práce**



Metodika Poznáváme sebe a druhé

SO
FA

Poznáváme sebe a druhé

- Metodika pro **mateřské školy** (pro děti ve věku 3–6 let)
- **7 tematických okruhů**: Identita, Silné stránky osobnosti, Emoční gramotnost, Zvládání náročných situací, Řešení problémů, Vyhledání pomoci a Pozitivní vzájemné vztahy
- Využití **herních a zážitkových** metod
- **Modifikace** pro věkově heterogenní třídy
- Každá kapitola obsahuje vzdělávací záměr, teoretická východiska a očekávané výsledky učení vztažené k **novému RVP PV**

SO
FA



Metodiky RRRR
Respekt, Rozmanitost, Rovnost & Resilience

SO
FA

Komplexní program socio-emočního učení

1. Metodiky socio-emočního učení pro ZŠ a SŠ
2. V souladu s RVP a strategií 2030+ vzdělávání
3. 8 témat, která žáci postupně rozvíjejí
4. Detailní pokyny a potřebné materiály pro žactvo



Propojení s RVP

- Rozvoj klíčových kompetencí RVP ZV, RVP G a RVP SOV
- Revize RVP ZV: Péče o wellbeing

- Vzdělávací oblasti a obory:
  - Jazyk a jazyková komunikace
  - Člověk a jeho svět
  - Člověk a společnost
  - Člověk a svět práce
  - Výchova ke zdraví
  - Etická výchova aj.

- Průřezová témata:
  - Osobnostní a sociální výchova
  - Multikulturní výchova



Metodiky socio-emočního učení RRRR



Kompletní metodická podpora je ke stažení na https://www.societyforall.cz/metodiky-rrrr.

Tematické oblasti

1. Emoční gramotnost
2. Silné stránky osobnosti
3. Zvládání náročných situací
4. Řešení problémů
5. Zvládání stresu
6. Vyhledání pomoci
7. Gender a identita
8. Pozitivní vztahy



Doprovodné materiály



Zapojení rodičů a dalších pečujících

SO
FA

Rodičovská komponenta

Informování rodičů

- osobní kontakt, třídní schůzky, tripartity
- školní komunikační kanály, aplikace
- letáčky, newslettery, web školy

Společné akce s tématem SEL

- součást již pořádaných školních akcí
- speciální akce věnované tématu SEL

Materiály pro rodiče a děti



Společné akce





Společné akce



Společné akce









SO
FA

Materiály pro děti a rodiče

SO
FA

Materiály pro rodiče a děti

Poznávám sebe a druhé – aktivity socio-emočního učení pro děti a rodiče

- vhodné pro děti od 3–7 let
- tematicky navazuje na metodiku pro MŠ



SO FA

Poznávám sebe a druhé

2
Silné stránky osobnosti

Silné stránky jsou vlastnosti, schopnosti a dovednosti, které nám jdou přirozeně dobře a pomáhají nám v různých situacích. Když děti objevují své silné stránky a učí se vnímat, v čem jsou dobré, budují si zdravé sebevědomí. Zároveň si tak uvědomují, že každý má něco, v čem je dobrý.

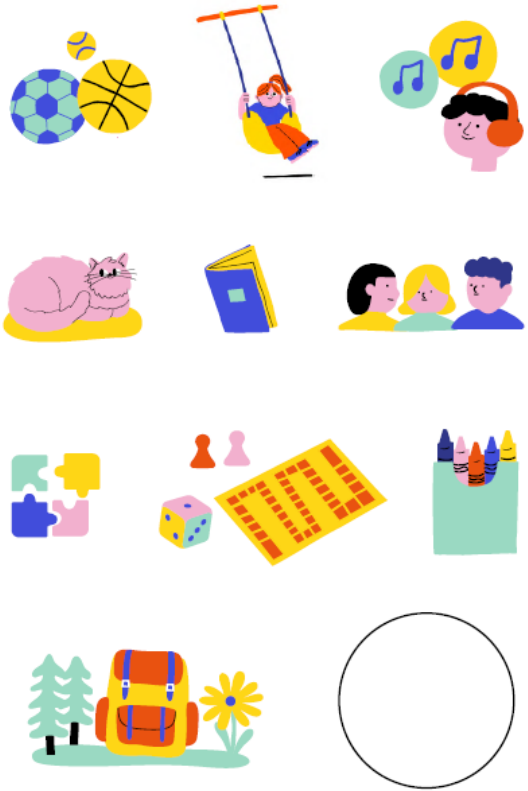
SILNÉ STRÁNKY OSOBNOSTI / AKTIVITA 1

Moje silné stránky

Povídejte si společně o tom, co vašemu dítěti jde, v čem je dobré a co mu přináší radost. Může to být něco, co rádo dělá, co se mu daří nebo za co ho někdo pochválil. Podělte se také o své silné stránky. Řekněte dítěti, v čem jste dobří a kdy vám vaše silné stránky pomáhají (např. trpělivost při skládání puzzle, odvaha při zkoušení něčeho nového nebo vytrvalost ve sportu). Díky tomu dítě lépe pochopí, co jsou silné stránky. Poté si může zakroužkovat obrázky s aktivitami, které ho baví nebo má rádo. Do prázdného místa si může dokreslit cokoliv dalšího.

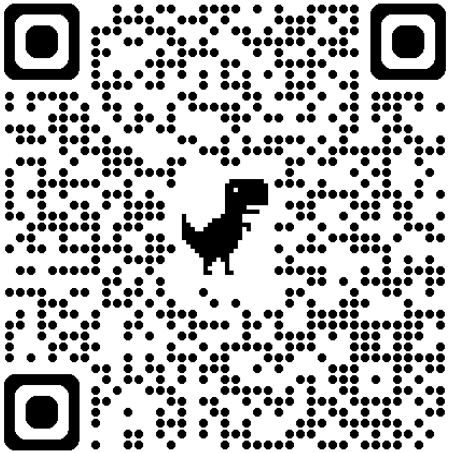
Vyber a zakroužkuj to, co tě baví nebo co rád/a děláš. Pokud tu něco chybí, nakresli to do prázdného kroužku.

Reflektivní otázky:
Co tě baví nejvíc?
Kdy jsi to dělal/a naposledy?
Jak se při tom cítíš?
Chtěl/a bys něco dělat častěji?



Poznávám sebe a druhé ke stažení

- https://www.societyforall.cz/poznavam-sebe-a-druhe-aktivity-socio-emocniho-uceni-pro-deti-a-rodice#files



SO
FA

Materiály pro rodiče a děti

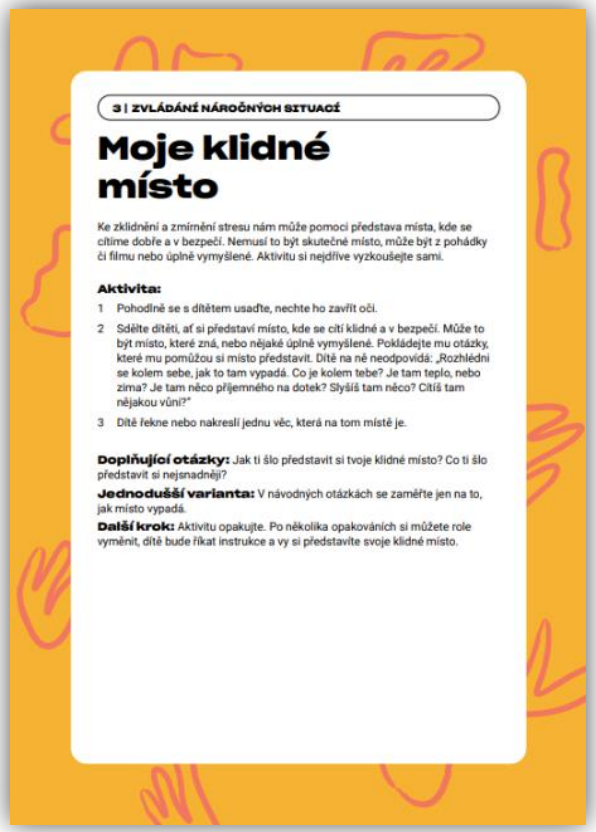
Respekt, Rozmanitost, Rovnost, Resilience – komunikační karty pro děti a rodiče

- 5 sad komunikačních karet rozdělených dle věku od 6–19 let
- tematicky navazují na metodiky RRRR pro ZŠ a SŠ



SOFA

Komunikační karty pro děti a rodiče



3 | ZVLÁDÁNÍ NÁROČNÝCH SITUACÍ

Moje klidné místo

Ke zklidnění a zmírnění stresu nám může pomoci představa místa, kde se cítíme dobře a v bezpečí. Nemusí to být skutečné místo, může být z pohádky či filmu nebo úplně vymyšlené. Aktivitu si nejdříve vyzkoušejte sami.

Aktivita:

1 Pohodlně se s dítětem usaďte, nechte ho zavřít oči.

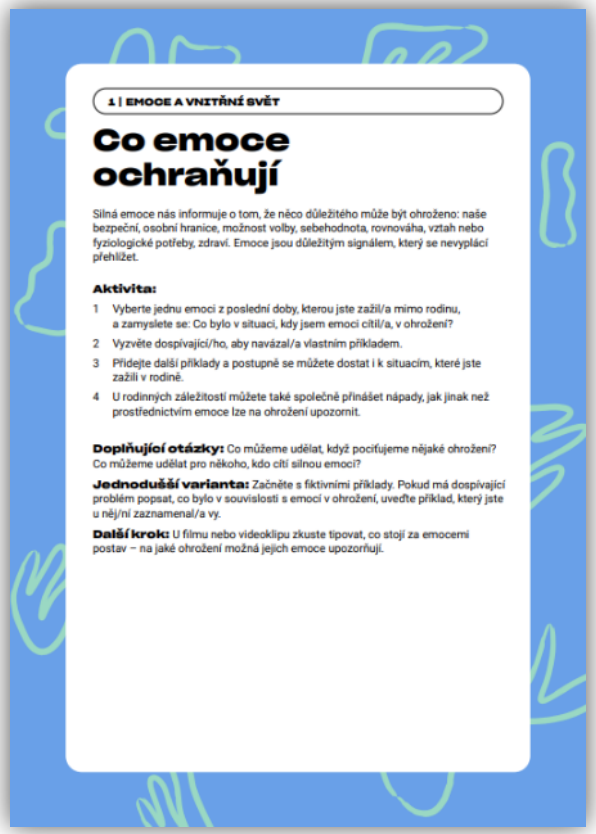
2 Sdělte dítěti, ať si představí místo, kde se cítí klidné a v bezpečí. Může to být místo, které zná, nebo nějaké úplně vymyšlené. Pokládejte mu otázky, které mu pomůžou si místo představit. Dítě na ně neodpovídá: „Rozhlédni se kolem sebe, jak to tam vypadá. Co je kolem tebe? Je tam teplo, nebo zima? Je tam něco příjemného na dotek? Slyšíš tam něco? Cítíš tam nějakou vůni?"

3 Dítě řekne nebo nakreslí jednu věc, která na tom místě je.

Doplňující otázky: Jak ti šlo představit si tvoje klidné místo? Co ti šlo představit si nejsnadněji?

Jednodušší varianta: V návodných otázkách se zaměřte jen na to, jak místo vypadá.

Další krok: Aktivitu opakujte. Po několika opakováních si můžete role vyměnit, dítě bude říkat instrukce a vy si představíte svoje klidné místo.



1 | EMOCE A VNITŘNÍ SVĚT

Co emoce ochraňují

Silná emoce nás informuje o tom, že něco důležitého může být ohroženo: naše bezpečí, osobní hranice, možnost volby, sebehodnota, rovnováha, vztah nebo fyziologické potřeby, zdraví. Emoce jsou důležitým signálem, který se nevyplácí přehlížet.

Aktivita:

1 Vyberte jednu emoci z poslední doby, kterou jste zažil/a mimo rodinu, a zamyslete se: Co bylo v situaci, kdy jsem emoci cítil/a, v ohrožení?

2 Vyzvěte dospívající/ho, aby navázal/a vlastním příkladem.

3 Přidejte další příklady a postupně se můžete dostat i k situacím, které jste zažili v rodině.

4 U rodinných záležitostí můžete také společně přinášet nápady, jak jinak než prostřednictvím emoce lze na ohrožení upozornit.

Doplňující otázky: Co můžeme udělat, když pociťujeme nějaké ohrožení? Co můžeme udělat pro někoho, kdo cítí silnou emoci?

Jednodušší varianta: Začněte s fiktivními příklady. Pokud má dospívající problém popsat, co bylo v souvislosti s emocí v ohrožení, uveďte příklad, který jste u něj/ní zaznamenal/a vy.

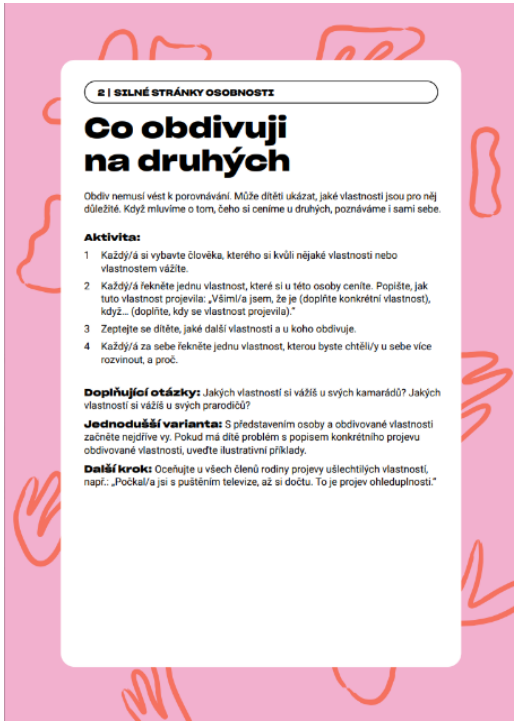
Další krok: U filmu nebo videoklipu zkuste tipovat, co stojí za emocemi postav – na jaké ohrožení možná jejich emoce upozorňují.

SO
FA

Aktivita

SO
FA

Co obdivuji na druhých



2 | SILNÉ STRÁNKY OSOBNOSTI

Co obdivuji na druhých

Obdiv nemusí vést k porovnávání. Může dítěti ukázat, jaké vlastnosti jsou pro něj důležité. Když mluvíme o tom, čeho si ceníme u druhých, poznáváme i sami sebe.

Aktivita:

1 Každý/á si vybavte člověka, kterého si kvůli nějaké vlastnosti nebo vlastnostem vážíte.

2 Každý/á řekněte jednu vlastnost, které si u této osoby ceníte. Popište, jak tuto vlastnost projevila: „Všiml/a jsem, že je (doplňte konkrétní vlastnost), když… (doplňte, kdy se vlastnost projevila)."

3 Zeptejte se dítěte, jaké další vlastnosti a u koho obdivuje.

4 Každý/á za sebe řekněte jednu vlastnost, kterou byste chtěli/y u sebe více rozvinout, a proč.

Doplňující otázky: Jakých vlastností si vážíš u svých kamarádů? Jakých vlastností si vážíš u svých prarodičů?

Jednodušší varianta: S představením osoby a obdivované vlastnosti začněte nejdříve vy. Pokud má dítě problém s popisem konkrétního projevu obdivované vlastnosti, uveďte ilustrativní příklady.

Další krok: Oceňujte u všech členů rodiny projevy ušlechtilých vlastností, např.: „Počkal/a jsi s puštěním televize, až si dočtu. To je projev ohleduplnosti."

Aktivita:

1 Každý/á si vybavte člověka, kterého si kvůli nějaké vlastnosti nebo vlastnostem vážíte.

2 Každý/á řekněte jednu vlastnost, které si u této osoby ceníte. Popište, jak tuto vlastnost projevila: „Všiml/a jsem, že je (doplňte konkrétní vlastnost), když… (doplňte, kdy se vlastnost projevila)."

3 Zeptejte se dítěte, jaké další vlastnosti a u koho obdivuje.

4 Každý/á za sebe řekněte jednu vlastnost, kterou byste chtěli/y u sebe více rozvinout, a proč.

Doplňující otázky: Jakých vlastností si vážíš u svých kamarádů? Jakých vlastností si vážíš u svých prarodičů?

Jednodušší varianta: S představením osoby a obdivované vlastnosti začněte nejdříve vy. Pokud má dítě problém s popisem konkrétního projevu obdivované vlastnosti, uveďte ilustrativní příklady.

Další krok: Oceňujte u všech členů rodiny projevy ušlechtilých vlastností, např.: „Počkal/a jsi s puštěním televize, až si dočtu. To je projev ohleduplnosti."

Diskuze

SO
FA

Děkujeme za pozornost

SO
FA