



Co-funded by
the European Union



let's sign about səx

Zručnosti v sexuálnej výchove



Co-funded by
the European Union

Číslo projektu: 2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť za ne ..

Plán na dnes



- Icebreaker (10 minút)
- Úvod (10 minút)
- Identifikácia problémov, výziev, situácií (20 minút)
- Aktivita: Hranie rolí: reagovanie na odpor (20 minút)
- Krízová intervencia (úroveň EÚ) (20 minút)
- Aktivita: Možnosti odkázania (úroveň EÚ) (20 minút)
- Hodnotenie (5 minút)

Icebreaker aktivita

Hodnoty Línia

Preskúmajte svoju
komfortnú zónu a postoje
k sexualite.



Postavte sa pozdĺž línie
v reakcii na tvrdenia



Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



*Je v poriadku hovoriť
o sexe s tínedžermi*



Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



*Všetky kultúry
vnímajú očný kontakt
rovnako*



Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



*Je lepšie odpovedať
rýchlo ako odpovedať
starostlivo.*



Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



*„To je dobrá otázka —
odložíme ju na
neskôr“ je
rešpektujúca
odpoveď.*



Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



*Dospelosť študenta
nie je totožná s jeho
vekom.*



? Čo vás prekvapilo?

? Ktoré tvrdenie bolo najťažšie?

? Ako naše rozdielne hodnoty ovplyvňujú naše vyučovanie?

Icebreaker aktivita

Hodnoty Línie



Vzdelávacie ciele



Časť 1: Zvládanie situácií v sexuálnej výchove

- Pozorovať a poskytovať spätnú väzbu
- Zvládať napätie/odpor a stanovovať hranice
- Odpovedať na citlivé otázky
- Používať Vlajkový systém (hodnotiť správanie)
- Rozpoznávať príznaky zneužívania → počúvať – uznať – odkázať
- Mapovať odkazovacie možnosti a poznať základné právne povinnosti
- Facilitovať učenie a vyberať zdroje
- Navrhnuť štruktúrovaný program sexuálnej



Identifikácia problémov, výziev a situácií



Flipchart kotva (4-krokový model)

- **Vidím (fakty)** → Čo doslova vidím/počujem?
- **Interpretovať (hypotézy)** → Čo by to mohlo znamenať? (uvedte 2–3 možnosti)
- **Zvoliť (cieľ)** → Čo je teraz dôležité: bezpečnosť + učenie + rešpekt
- **Konať (1 veta + 1 krok)** → Krátka intervencia + ďalší krok

Čo sledovať



Verbálne: vyhýbanie sa, defenzívnosť, „vtipy“, prerušovania

Neverbálne: ticho, postoj tela, mimika, pohľad

Emocionálne: sarkazmus, frustrácia, uzatváranie sa

Kontext: citlivá téma, skupinové normy, mocenská dynamika

Hotové komunikačné skripty



Uznanie: „Ďakujem, že ste to povedali – to môže byť náročné.“

Objasnenie: „Keď hovoríte X, myslíte tým...?“

Hranica: „Tento komentár zastavím – tu sa správame rešpektujúco.“

Zameranie: „Vráťme sa k cieľu učenia: ...“

Odložiť: „Dôležité – odložme to a vrátime sa k tomu na konci.“

Ochrana: „Mám obavy o bezpečnosť; porozprávajme sa potom a spojíme vás s podporou.“

Kultúrne napätia



Rôzne hodnoty / komunikačné štýly môžu narážať na seba
rodové/roly autorít

Používajte kultúrnu pokoru: otvorení, zvedaví, ochotní učiť sa

Opýtajte sa/povedzte:

- „Čo je pre vás tu dôležité?“
- "Tu môžu platiť rôzne normy."
- „Čo je rešpektujúce vo vašom kontexte?“
- „Ako by ste preferovali, aby sme sa vám obrátili v momentoch napätia?“

Základy deeskalácie



- . Zachovajte pokoj + neutralitu
- . Používajte jednoduchý, priamy jazyk
- . Dajte priestor, ak je to potrebné
- . Uznajte emóciu, zachovajte hranicu
- . Prejdite na riešenie problémov

Štruktúrovaná odpoveď (PREP)



- . **Bod** (váš odkaz)
- . **Dôvod** (prečo)
- . **Dôkaz** (príklad / fakt)
- . **Bod** (zopakujte jasne)



Aktivita: Hranie rolí



Čo je krízová intervencia?



Krízová intervencia je krátkodobá, okamžitá reakcia na akútne krízové situácie. Jej cieľom je:

- Zabezpečiť okamžitú bezpečnosť jednotlivca alebo skupiny
- Znížiť emocionálnu tieseň a stabilizovať situáciu
- Obnoviť základné fungovanie a kontrolu
- Zabezpečiť odkázanie na odbornú pomoc alebo dlhodobú podporu

Kroková reakcia



Ako pracovník s mládežou vaša rola nie je vyšetrovať, ale reagovať podporne a prijať vhodné opatrenia.

- **Počúvajte:** pokojný, bezpečný priestor, bez tlaku, bez odsúdenia
- **Rozpoznajte:** všimnite si príznaky (verbálne / behaviorálne / emocionálne)
- **Odkážte:** spojte s príslušnými odborníkmi/službami

Cesty odkázania



- . Interný kontaktný bod ochrany
- . Služby ochrany detí
- . Zdravotní odborníci / terapeut
- . Krízové centrum / linka pomoci
- . Polícia / právne služby (keď je to potrebné)
- . Zdokumentujte bezpečne + dodržiavajte miestny protokol



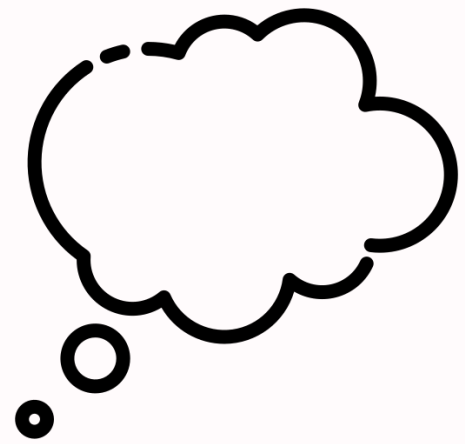
Aktivita: Možnosti odkázania



Diskusia



- ❓ Aké medzery existujú v službách pre nepočujúcu mládež?
- ❓ Ako môžu organizácie zlepšiť svoje systémy ochrany a odkázania, aby boli inkluzívnejšie?



Reflexia



Ktoré z vašich postojov alebo reakcií boli dnes najviac spochybnené?



Ktorý moment vás uviedol do najväčšieho nepohodlia a prečo?



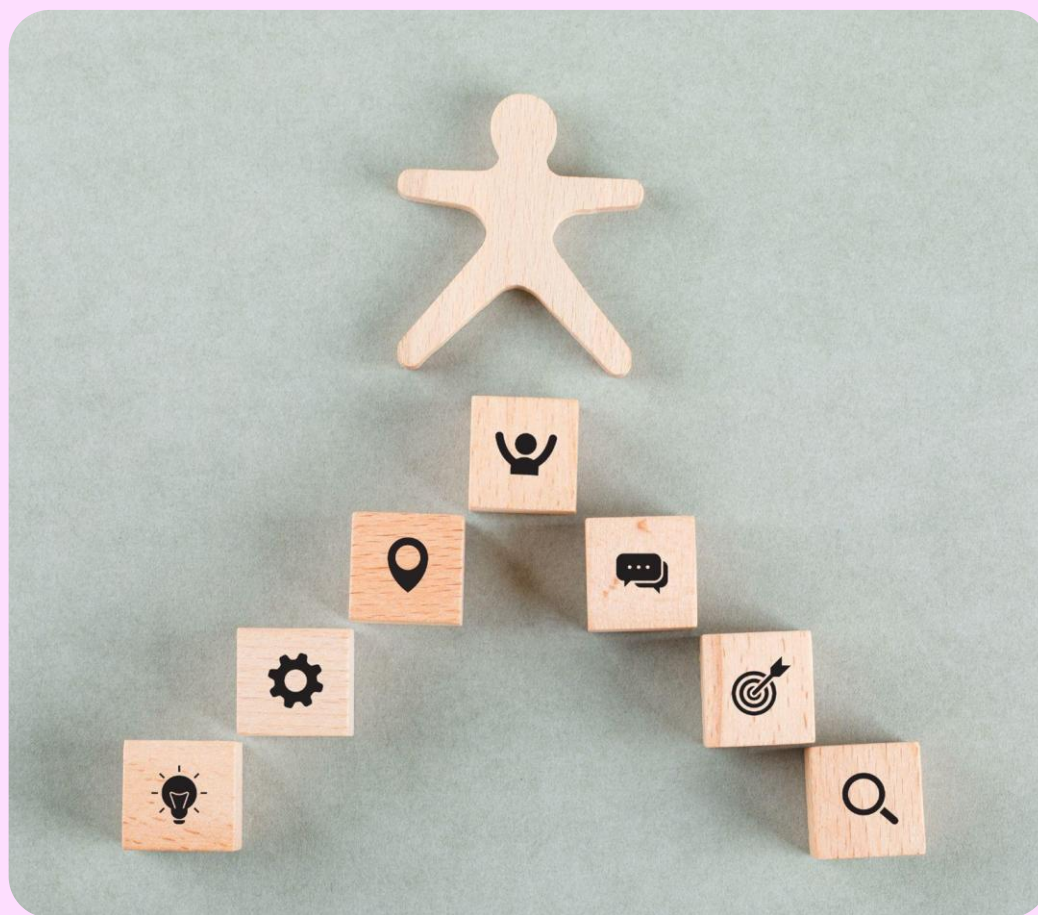
Čo budete robiť inak vo svojej facilitácii po dnešku?

Plán na dnes



1. Úvod (5 minút)
2. Téma 1: Facilitácia výučby sexuálnej výchovy (15 minút)
3. Aktivita: Ako facilitovať učenie? (15 minút)
4. Téma 2: Správa vzdelávacích zdrojov (15 minút)
5. Aktivita: Ako nájsť dobré zdroje? (15 minút)
6. Téma 3: Navrhovanie programov (15 minút)
7. Aktivita: Navrhovanie inkluzívnych programov sexuálnej výchovy
programy(20 minút)
8. Hodnotenie (5 minút)

Vzdelávacie ciele



Časť 2: Výučba sexuálnej výchovy

- Spravovať vzdelávacie zdroje
- Facilitovať učenie pomocou vhodných metód a aktivít
- Navrhovať štruktúrované, inkluzívne programy sexuálnej výchovy



Icebreaker aktivita

Diskusia



*Aké náročné situácie ste zažili alebo
sa obávate zažiť pri sexuálnej
výchove?*



Facilitácia učenia



- . Usmerňovať učenie prostredníctvom aktívnych, interaktívnych, inkluzívnych metód
- . Vytvoriť bezpečné + rešpektujúce prostredie
- . Prispôbiť sa jazyku, veku, pohlaviu, zázemiu, schopnostiam

Prístupy k sexuálnej výchove



- Komplexná sexuálna výchova (CSE): Na dôkazoch založená, inkluzívna, zahŕňa emócie, vzťahy, práva a zdravie.
- Výchova zameraná výhradne na zdržanlivosť: Zameriava sa na odkladanie sexuálnej aktivity, často vylučuje kľúčové témy (napr. LGBTQIA+ alebo antikoncepcia).

Účastníci skúmajú oba prístupy a reflektujú, ktorý zodpovedá inkluzívnemu vzdelávaniu nepočujúcej mládeže.

Bezpečný priestor



- . Jasné hranice + vzájomný rešpekt
- . Bezpečný(ejší) priestor: pohodlie + bezpečnosť
- . Odvážny priestor: hovoriť o ťažkých témach
- . **Stratégie:**
 - Spolu vytvárať skupinové dohody
 - Brať do úvahy kultúrne citlivosti
 - Používať neutrálny, inkluzívny jazyk

Aktívne a inkluzívne metódy učenia



- Premyslieť–zdieľať v dvojici: krátka, reflexívna práca v pároch
- Prípadové štúdie alebo diskusie o dilemách: vzdelávajúci sa reflektujú a reagujú
- Hry: kvízy, stolové hry alebo pohybové aktivity
- Sedenia vedené rovesníkmi: rovesníci spolu facilitujú aktivity
- Praktické demonštrácie: používanie modelov alebo rekvizít (napr. antikoncepcia)

Metódy pre nepočujúcich vzdelávajúcich



sa

- Vizuálne rozprávanie príbehov (napr. animácie alebo videá)
- Hranie rolí
- Skupinové diskusie
- Videomateriály s titulkami alebo znakovým jazykom
- Flashkarty alebo symbolické karty pre pojmy
- Dramatické alebo divadelné metódy (kde sú pojmy stvárnené)

Diferenciácia vo vyučovaní



- Vek: Prispôbiť zložitosť obsahu a jazyka
- Jazyková zdatnosť: Používať jasný, zrozumiteľný jazyk a vizuály
- Kultúrne zázemie: Brať do úvahy normy, presvedčenia a citlivosti
- Rod a identita: Používať inkluzívne príklady a vyhýbať sa stereotypom
- Postihnutie: Zabezpečiť fyzickú, vizuálnu a kognitívnu dostupnosť



Aktivita: Facilitovať učenie



Správa zdrojov



- Nájsť, hodnotiť, prispôbiť a používať výučbové materiály

Vizuálne (infografiky, ilustrácie)

Digitálne dostupné (nástroje, videá)

Správny jazyk + úroveň gramotnosti

Inkluzívne + kultúrne relevantné

Ukážka: Dobré vs. slabé materiály



Jasná infografika vs. hustý textový blok

Inkluzívne vizuály vs. stereotypy/zaujatosť

Vekovoprimerané video vs. príliš technické/abstraktné

Otázka: Prečo je to dôležité v sexuálnej výchove?

Interaktívna diskusia



Aký je váš obľúbený výučbový zdroj?

Ako overujete, že je spoľahlivý + vhodný?

Každý môže zdieľať (voliteľné) → zbierať kľúčové body

Predstavenie zdrojov



Používajte vopred skontrolovaný súbor (vyhnite sa dezinformáciám)

Zdieľajte kurátorovaný zoznam (napr. zdroje WP2 + WP4)

Rýchla ukážka: ako sa orientovať v 1–2 nástrojoch/platformách

Pridajte dôveryhodné ďalšie nástroje, ktoré používate

Intelligentné stratégie vyhľadávania



Používajte kľúčové slová + filtre (napr. inkluzívna sexuálna výchova + PDF)

Skontrolujte autora + dôveryhodnosť (vládna, akademická, MVO)

Používajte dôveryhodné portály (napr. WHO, Rutgers, Sensoa)

Záložka + organizovať podľa témy / vekovej skupiny



Aktivita:
Ako nájsť dobré
zdroje?





Program dizajn

- Definovanie jasných vzdelávacích cieľov
- Výber vhodného obsahu, metód a materiálov
- Plánovanie štruktúry a toku sedenia
- Výber metód hodnotenia, ktoré zodpovedajú cieľom a cieľovej skupine



Prístup Backward Design

Rámec „Backward design theory“, vyvinutý Grantom Wigginsom a Jayom McTigheom, je trojkroková metóda efektívneho plánovania programu:

1. Začnite od vzdelávacích cieľov
 - o Spýtajte sa: čo by mali vzdelávajúci sa pochopiť, vedieť a byť schopní robiť na konci sedenia?
2. Rozhodnite sa, ako hodnotiť pokrok
 - o Spýtajte sa: Ako zmeriam, či k učeniu došlo?
3. Vyvíjanie lekcií a materiálov
 - o Spýtajte sa: Ktoré aktivity, materiály a metódy pomôžu vzdelávajúcim sa dosiahnuť ciele?

Vypracujte plán workshopu



Čo by mali vzdelávajúci sa vedieť / robiť / cítiť na konci?

Napíšte SMART ciele: Špecifické • Merateľné • Dosiahnuteľné • Relevantné •
Časovo ohraničené

Úvod: bezpečnosť + účel + dohody

Jadro: aktívne vzdelávacie aktivity

Záver: kľúčový poznatek + reflexia

Vypracujte plán workshopu



Metódy a materiály (rozmanitosť)

Video • hranie rolí • diskusia • kvíz • scenáre

Využívajte rozmanitosť: rôzne hlasy + príklady

Prispôbte metódy vzdelávajúcim sa (napr. vizuálne-prvé pre nepočujúcu mládež)

Hodnotenie (zosúladené s cieľmi)

Pozorovanie (počas aktivít)

Sebahodnotenie (rýchle overenie)

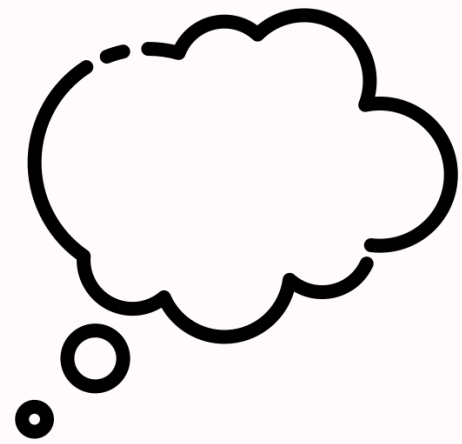
Krátky kvíz (kľúčové pojmy)

Skupinová spätná väzba (čo sa zmenilo / čo je nejasné?)



Aktivita: Navrhnúť program





Reflexia



Ktoré z vašich postojov alebo reakcií boli dnes najviac spochybnené?



Ktorý moment vás uviedol do najväčšieho nepohodlia a prečo?



Čo budete robiť inak vo svojej facilitácii po dnešku?

Záver a spätná väzba



Venujte chvíľu zapísaniu kľúčových poznatkov z dnešného dňa.

Identifikujte jednu oblasť, ktorú by ste chceli ďalej preskúmať vo svojej praxi.



Prosíme, vyplňte anonymný formulár spätnej väzby o efektívnosti a relevantnosti sedenia a o vašej sebadôvere pri uplatňovaní diskutovaných stratégií.

Ďakujeme za vašu účasť!