



Manuál

pro pracovníky s mládeží



**Co-funded by
the European Union**

2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.



Co-funded by
the European Union



<https://lsas-project.eu>

Vizuály: © equalizent, freepik.com



Obsah

Úvod.....	4
Kdo jsme Impressum	5
O projektu	6
Přístup usnadnění učení	8
Nástroje k dosažení cílů	10
Obecné informace	10
Materiály – Přehled.....	11
Učební plán - Školte školitele (TTT).....	14
Přílohy	22
Dotazník sebereflexe (pracovníci s mládeží)	23



Úvod

Vážený uživateli této příručky!

Téma sexuality provází mladé lidi během puberty a projevuje se mnoha způsoby. Jako pracovník s mládeží se s tím setkáváte bez ohledu na oblast, ve které pracujete (např. školitel nebo sociální pracovník ...).

Téma sexuality často nezapadá do vaší oblasti odpovědnosti. Děláte „pouze“ IT kurzy s mladými lidmi, školení pro zájemce o práci nebo je doprovázíte během jejich školení.

A přesto: téma sexuality je vždy nějak na palubě.

Jsou vám kladeny spousty otázek nebo se zapojujete do různých dynamik, např. mladí lidé, kteří jsou zamilovaní nebo mají zlomené srdce. Nebo mladí lidé, kteří nevědí proč a jak se jejich těla mění. Pocity radosti nebo hlubokého studu a další.

Chceme vám umožnit řešit citlivé otázky a situace ve vaší každodenní práci s neslyšícími mladými lidmi.

Projekt „Let's sign about Sex“ vám nabídne spoustu tipů a materiálů ve znakovém jazyce.

Zdůrazňujeme, že být Neslyšící není otázkou lékařskou, ale spíše sociální a kulturní.



Co-funded by
the European Union



Kdo jsme | Impressum

Jsme pět organizací z pěti zemí: Rakousko, Itálie, Slovensko, Nizozemsko a Česko.
Společně jsme navrhli projekt „Let’s sign about Sex“, financovaný z Erasmus Plus.

Všechny materiály tohoto projektu jsou dostupné v 6 psaných jazycích a 5 jazycích znakových (včetně angličtiny).

Organizace

Rakousko
equalizent Schulungs- und Beratungs GmbH

Itálie
Istituto dei Sordi di Torino

Slovensko
Innosign

Nizozemsko
Turkoois

Česká republika
UNB – Unie neslyšících Brno, z.s.



Více informací o nás najdete na našich webových stránkách:

<https://lsas-project.eu/at/projekt/#partner>



O projektu



Projekt „Let’s Sign About S<3X“ je zaměřen na podporu (neslyšících) pracovníků s mládeží a lektorů. Poskytuje jim základní znalosti, dovednosti a nástroje v oblasti reprodukce, genderové rozmanitosti, sexuální orientace, sexuálního zdraví a práv.

Cílem je, aby o těchto tématech dokázali mluvit citlivě a byli připraveni řešit situace, se kterými se setkávají při práci s neslyšící mládeží.

Součástí projektu jsou osvětové workshopy a také multimediální materiály ve znakovém jazyce a ve srozumitelné formě, které lze využít při sexuální výchově.

To je velmi důležité, protože sex by neměl být tabu.

Každý by měl mít příležitost se v něm vzdělávat, zvýšit své povědomí v otázkách sexu a sexuality a mluvit o tom bez studu!

Společně s pracovníky s mládeží a školiteli jsme vytvořili materiály, které můžete využít při své práci s neslyšícími mladými lidmi.

V naší práci nás podporovali odborníci na sexuální výchovu. Rádi bychom využili této příležitosti a vyjádřili upřímné poděkování Freyi, Institutu pro sexualitu a vztahy (Česko, www.freya.live).



Vyvinuli jsme multimediální materiály ve znakovém jazyce a snadno čitelném jazyce. Materiály ve znakovém jazyce znamenají, že neslyšící mladí lidé mohou mít přístup k informacím bez překážek.

To je pro nás velmi důležité, protože sexualita by neměla být považována za něco zakázaného nebo skrytého. Každý si zaslouží přístup k přesným informacím o sexu a vztazích, spolu s prostorem k zamyšlení se nad těmito tématy a otevřené diskusi, bez studu či stigmatizace.



Každý by měl mít příležitost se v tomto tématu vzdělat, získat povědomí o otázkách týkající se sexu a sexuality a mluvit o nich bez studu.





Přístup | usnadnění učení

Posílení sebeodpovědného myšlení a chování

Stejně jako u jiných témat je velmi důležité posilovat samostatné myšlení mladých lidí v otázkách sexuality.

Sexualita jako taková je téma s velkým rozsahem: od tabu až po úplnou dostupnost přes internet (např. pornografie). Proto je o to důležitější, aby mladí lidé našli způsob, jak získat přístup ke kvalitním materiálům, kterým rozumí, a aby převzali odpovědnost za sebe, své tělo a své interakce s ostatními.

Cíle:

- Posílit postavení mladých lidí, aby se k sobě a svému tělu chovali zodpovědně, uznávali a respektovali své vlastní hranice i hranice ostatních.
- Být schopni zohlednit osobní, kulturní a sociální zázemí.
- Být si vědomi své vlastní odpovědnosti.
- Uvědomit si, že vaše činy mají dopad na ostatní.





Posílení sebeodpovědného chování a důvěryhodné komunikace

Komunikace o sexualitě je často obtížná. Tělo se mění, hladiny hormonů kolísají a mnoho mladých lidí se srovnává s ostatními. Najít si vlastní cestu k sexualitě je snazší, když spolu o tom vedete dobré rozhovory.

Cíle:

- Posílit poukazování na témata, která jsou neznámá nebo nová.
- Zvýšit schopnost vzájemného porozumění v různých kulturních prostředích.





Nástroje k dosažení cílů

Obecné informace

Didaktické principy Neslyšících

- Příprava materiálů Neslyšícími odborníky
- Integrace znakového jazyka pro bezbariérové informace
- Úvahy o kultuře Neslyšících a jejich zkušenostech
- Texty v prostém jazyce
- Vizualizace



Kombinované učení

- Náš přístup k učení je také kombinované učení.
- Kombinované znamená smíšené.
Kombinované učení znamená:
 - Mladí lidé se mohou učit ve smíšeném formátu,
 - online a samostatně a/nebo
 - offline včetně trenérů využívajících digitální média.



Učení pomocí videí, výuka založená na videu

- Videá jsou zvláště vhodná pro neslyšící studující, protože základní informace lze předávat znakovým jazykem.





Materiály – Přehled

Naše nástroje jsou strukturovány do tří komponent

Video nástroje

Naše video nástroje vám nabízí

- 60 vysvětlovacích videí (v 5 znakových jazycích, dohromady 300 videí)

Vysvětlující videa uspořádaná do osmi kategorií: Tělo, Reprodukce, Sexualita, Rozmanitost, Vztahy a pocity, Zdraví, Sexualita a právo a Sexualita a média. Digitální brožura se stejným obsahem je také dostupná v jasném, přístupném psaném jazyce.

- 40 scénářových videí (v 5 znakových jazycích, dohromady 200 videí)

Kromě vysvětlujících videí představuje 40 scénářových videí různé situace a odpovídá na otázky mladých lidí, přičemž je podpořeno reflexním nástrojem s vodícími otázkami ke každému videu. Digitální brožura se stejným obsahem je také dostupná v jasném, přístupném psaném jazyce.



Trénujte trenéra

Nástrojová sada „Trénujte trenéra“ (anglicky „*Train the Trainer*“ – zkratka „*TTT*“) vám nabízí:

- Učební plán, který můžete využít pro své členy týmu
- Pracovní listy a prezentace v PowerPointu pro vedení workshopů pro své členy týmu
- Materiál, který mohou trenéři využít při práci s mladými
- Materiály pro sebereflexi





Učební plán – Školte trenéra (TTT)

Školící program pro školitele byl vytvořen na základě publikace EU „Model kompetencí pro pracovníky s mládeží pracující v mezinárodním kontextu“. Při jeho přípravě byly zároveň využity materiály organizace Freya, z. s., které vznikly s finanční podporou programu Abakus Erasmus+ v rámci projektu Let's Sign About Sex3X.

Publikace EU "Model kompetencí pro pracovníky s mládeží pracující v mezinárodním kontextu" byla vydána organizací JUGEND für Europa / SALTO Training & Cooperation, Bonn.

Stažení: [Model kompetence pro pracovníky s mládeží](#)



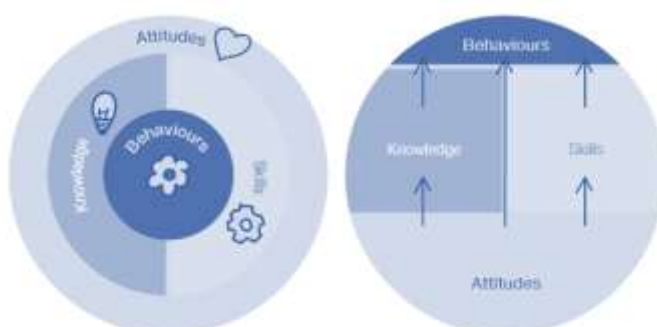
Tato publikace slouží jako vynikající průvodce pro pracovníky s mládeží při podpoře vzdělávacích procesů mladých lidí.

Materiály poskytnuté Freyou, z. s. byly dále rozvíjeny projektovým týmem a doplněny snadno čitelnými písemnými výstupy a informacemi propojenými s existujícími video materiály; výsledný obsah lze využít jak při práci s pracovníky s mládeží, tak v přímé práci s mladými lidmi.

Tyto materiály poskytují obecný, informativní a flexibilní rámec, který jsme využili k vytvoření osnov pro školení moderátorů v rámci našeho projektu „Let's Sign about Sex“ (LSAS).

Materiály pokrývají následující dynamické kompetence:

- Postoje
- Dovednosti
- Chování
- Znalosti





Cílová skupina:

- Vedoucí nebo členové týmů v mládežnických organizacích s praxí ve školení, kteří mohou vést TTT workshopy pro svůj tým.

Učební plán TTT poskytuje teoretické vstupy (základní úrovně), které je užitečné znát. A také praktická cvičení.

Podrobný učební plán TTT, materiály z workshopu TTT a materiály k sebereflexi najdete v příloze a/nebo na našich projektových stránkách.

Kromě toho nabízíme podrobné informace pro sebereflexi, kterou si každý sociální pracovník může udělat samostatně.



Učební plán - Školte školitele (TTT)

Postoje

- **Název modulu:** Postoje v praxi
- **Délka:** 3 hodiny 30 minut
- **Obsah modulu:**
 - Postoje v sexuální výchově (povědomí, empatie, otevřenost, neutralita)
 - Osobní vs. profesní hranice
 - Vyjasňování a vyjadřování hodnot
 - Kruh sexuality (identita, intimita, vztahy, zdraví, sexualizace, hodnoty)
 - Interkulturní facilitace (zejména v komunitě neslyšících)
 - Inkluzivní přístupy ve vzdělávání
- **Související dokumenty:**
 - Plán modulu a obsah
 - Rozšířená sekce (aktivity, pracovní listy, scénáře)
 - PowerPointová prezentace
 - Další zdroje (WHO, IPPF, evropské směrnice)
- **Výsledky modulů:**
 - Zvýšené povědomí o vlastních hodnotách a předsudcích
 - Schopnost oddělit osobní a profesní role
 - Rozvoj inkluzivních a interkulturních moderačních dovedností
 - Schopnost vytvářet bezpečné a respektující prostředí
 - Posílená reflexe vlastní praxe





Dovednosti

- **Název modulu:**
 - Dovednosti: Část 1 – Jak zvládat situace v sexuální výchově
 - Dovednosti: Část 2 – Jak vyučovat sexuální výchovu
- **Délka trvání:**
 - Část 1: 1 hodina 45 minut
 - Část 2: 1 hodina 45 minut
- **Obsah modulu:**
 - **Část 1 – Řešení situací:**
 - Identifikace problémů, výzev a situací
 - Rozpoznání odporu, napětí a překročení hranic
 - Odpovídání na obtížné a citlivé otázky
 - Nastavování hranic a deeskalace situací
 - Postupy krizové intervence a předání (kontext EU)
 - **Část 2 – Výuka sexuální výchovy:**
 - Moderace učení a vytváření bezpečného prostředí
 - Práce s výukovými materiály (vyhledávání, hodnocení, přizpůsobení)
 - Používání inkluzivních a aktivních metod
 - Navrhování strukturovaných vzdělávacích programů
 - Přizpůsobení výuky různým skupinám (včetně neslyšících)
- **Související dokumenty:**
 - Plán modulu a obsah
 - Rozšířená sekce (teorie, aktivity, scénáře, metodologie)
 - PowerPointová prezentace k modulu
 - Podpůrné zdroje a metodiky
- **Výsledky modulů:**
 - Schopnost rozpoznat a vhodně reagovat na náročné situace
 - Dovednost v nastavování hranic a udržování bezpečného prostředí
 - Schopnost profesionálně reagovat na citlivé otázky
 - Porozumění procesu krizové intervence a předání
 - Schopnost provádět vzdělávacím procesem a používat vhodné metody
 - Schopnost pracovat s kvalitními vzdělávacími zdroji
 - Schopnost navrhovat strukturované a inkluzivní programy





Chování

- **Název modulu:**
 - Chování
- **Délka trvání:**
 - 3 hodiny
- **Obsah modulu:**
 - Úvod, pravidla a bezpečný prostor
 - Základní behaviorální modely (socio-ekologický model, model přesvědčení o zdraví)
 - Faktory ovlivňující chování v sexuálním kontextu
 - Rozpoznání náročného chování a zvládání situací
 - Strategie pro podporu respektujícího chování (včetně modelu Larse Olssona)
 - Reflexe a zpětná vazba
- **Související dokumenty:**
 - Plán modulu a obsah
 - Rozšířená sekce (teorie, pracovní listy, aktivity, scénáře)
 - PowerPointová prezentace modulu
 - Doplnkové materiály a metodiky
- **Výsledky modulů:**
 - Porozumění základním behaviorálním projevům, včetně těch v sexuálním kontextu
 - Znalost teoretických modelů ovlivňujících chování
 - Schopnost identifikovat faktory ovlivňující chování (osobní, sociální, kulturní)
 - Schopnost rozpoznat náročné nebo rizikové formy chování
 - Schopnost reagovat na chování vhodným a respektujícím způsobem
 - Schopnost podporovat pozitivní a bezpečné chování v praxi





Znalosti

- **Název modulu:**
 - Znalosti
- **Délka trvání:**
 - 6 hodin
- **Obsah modulu:**
 - Úvod, pravidla a bezpečný prostor
 - Sexualita a identita (základní pojmy, sebeuvědomění)
 - Emoce (rozpoznávání, vyjadřování, vliv na chování)
 - Souhlas a hranice (ano/ne ve vztazích, komunikace)
 - Dotek (vhodný × nevhodný, osobní hranice)
 - Bezpečnější sex (ochrana, prevence, základní principy)
 - Intimní partie a hygiena
 - Závěrečný kvíz, reflexe a diskuse
- **Související dokumenty:**
 - Plán modulu a obsah
 - Rozšířená sekce (aktivity, pracovní listy, metodiky)
 - PowerPointová prezentace (ANO/NE, emoce, dotek, sexualita, hygiena, bezpečnější sex, kvíz)
 - Podpůrné materiály a vizuální pomůcky
- **Výsledky modulů:**
 - Schopnost rozpoznávat a vyjadřovat emoce
 - Porozumění základům sexuality a identity
 - Schopnost pracovat se souhlasem a hranicemi
 - Porozumění vhodnému a nevhodnému doteku
 - Znalost intimních partií a hygieny
 - Základní porozumění ochraně a bezpečnějšímu sexu
 - Schopnost komunikovat potřeby a respektovat ostatní





Tipy na práci s pracovníkem s mládeží



Struktura a kontinuita	- Sestavte program logicky od základů až po praktické využití: znalosti → postoje → dovednosti → aplikace - Jednotlivé moduly musí být propojené (např. emoce → hranice → chování → reakce) - Každá lekce by měla obsahovat: • jasný cíl • strukturované sekvence • závěrečnou reflexi
Bezpečné prostředí	- Vždy na začátku: • stanovte pravidla (respekt, důvěra, dobrovolná účast) - Mějte na paměti, že: • témata mohou být citlivá (sexualita, hranice, identita) - Povolte účastníkům: • neúčastnit se aktivity • sdílet jen to, co si přejí
Aktivní účast účastníků	- Kombinujte metody: • diskuze • hraní rolí • skupinová práce • reflexe - Použijte: • reálné situace • příklady modelů - Vyhněte se pouze přednáškové výuce
Praktická použitelnost	- Obsah musí být: • přenositelný na praxi pracovníků s mládeží



	- Zahrňte: • nácvik odpovědí (např. na citlivé otázky) • řešení reálných situací - Zdůrazněte: • „co dělat“ místo jen „co vědět“
Práce s hodnotami a postoji	- Umožnit účastníkům: • zamyslet se nad svými vlastními postoji - Důležité: • oddělení osobních a profesních rolí - Moderátor by měl: • zůstat neutrální a neodsuzující
Začlenění a přístupnost	- Přizpůsobte obsah: • různým skupinám (např. neslyšícím, různým kulturním kontextům) - Použijte: • vizuální materiály • jednoduchý a jasný jazyk - Mějte na paměti: • různé zkušenosti účastníků
Jasně hranice	- Pracujte konzistentně s tématy: • souhlas • osobní hranice • bezpečnost - Model: • respektující komunikace - Zdůrazněte: • možnost změnit názor



Na co si dát pozor

Přetížení informacemi	- Nezahlcujte účastníky informacemi - Je lepší pokrýt méně témat, ale: • popisujte je podrobněji • buďte praktičtější
Moralizace a posuzování	- Vyhněte se: • "správné" a "špatné" názory - Nevnučujte hodnoty - Nevystupujte jako autorita
Nedostatek bezpečnosti	- Neotevírat citlivá témata bez: • vytvoření bezpečného prostředí - Nevyžadovat sdílení osobních zkušeností
Ignorování emocí účastníků	- Nepodceňujte: • reakce účastníků - Nenechávejte: • silné emoce, aby zůstaly nezpracované
Příliš mnoho teorie bez praxe	- Omezte dlouhá vysvětlování - Vždy doplňujte: • aktivitu nebo příklad
Nejasná role lektora	- Lektor není: • soudce nebo "všeználek" - Mělo by být: • moderátor procesu
Neschopnost přizpůsobit se cílové skupině	- Nepoužívejte: • složitý jazyk • nevhodné příklady - Neignorujte: • specifické charakteristiky konkrétní skupiny



Obecné vybavení pro osobní workshopy

- Flipchart nebo velké listy papíru a fixy
- Časopisy, nůžky a lepidlo (na tvorbu koláží nebo plakátů)
- Pracovní listy na kvízy a aktivity sebereflexe
- Pera nebo tužky
- Samolepky nebo barevná pera pro značení nebo dekoraci
- Počítač/notebook, tabule nebo beamer



Integrace rolí neslyšících

- Používejte vizuální materiály a videa ve znakovém jazyce
Naše video nástroje nabízí spoustu videí.
- Pokud je to možné: Pozvěte neslyšícího figuranta k účasti
nebo promítněte krátké videoklipy s neslyšícími osobami.
Pokud je to možné: Pozvěte neslyšícího pedagoga, sexuologa nebo psychologa, aby
spoluvedl nebo sdílel osobní zkušenosti související s vedením sexuální výchovy.
- Sdílejte videoklipy nebo rozhovory s neslyšícími profesionály, kteří diskutují o tom,
jak zvládají výzvy moderace (hodnoty, odpor, kulturní rozdíly).
- Zahrňte obsah odrážející neslyšící identitu, komunikační styly a specifické otázky
týkající se sexuality v neslyšících komunitách.

Adaptace pro různé formáty

- Online: Používejte digitální pracovní listy, oddělené místnosti a virtuální tabule.
- Velké skupiny: Rozdělte pro aktivity účastníky do menších týmů a přiveďte na
dohled více moderátorů.
- Malé skupiny: Vyhradte více času na sdílení a diskusi, podporujte individuální práci
a obvykle stačí jeden moderátor.

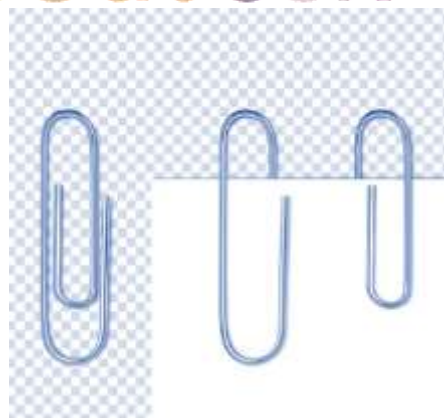


let's sign about sex

Přílohy

Všechny materiály najdete na webových stránkách:

<https://lsas-project.eu/>



- Postoje
 - PDF dokumenty
 - POSTOJE (v praxi) – plán modulu a obsah
 - POSTOJE – rozšiřující sekce
 - PowerPoint
 - Postoje v praxi
- Dovednosti
 - PDF dokumenty
 - DOVEDNOSTI – plán modulu a obsah
 - DOVEDNOSTI – rozšiřující sekce
 - PowerPoint
 - Dovednosti
- Chování
 - PDF dokumenty
 - CHOVÁNÍ – plán modulu a obsah
 - CHOVÁNÍ – rozšiřující sekce
 - PowerPoint
 - ZNALOSTI
 - ZNALOSTI – plán modulu a obsah
 - ZNALOSTI – rozšiřující sekce
- Znalosti
 - PDF dokumenty
 - Sexualita a já
 - Emoce
 - Ano a ne ve vztahu
 - Doteky
 - Bezpečnější sex
 - Intimní partie a hygiena
 - Kvíz



Dotazník sebereflexe (pracovníci s mládeží)



Hodnoty, normy

Jaké hodnoty a normy mi byly vštěpovány ohledně sexuality?

Jaký mám na to dnes názor?

Jaký typ sexuální výchovy jsem sám/sama absolvoval/a?



Jaké mám předsudky o mladých lidech, rodičích nebo kulturním zázemí?

Jak by to mohlo zkreslit mou práci?



Vzpomeň si na své mládí. Puberta byla i pro vás obdobím změn.

Jaké hezké vzpomínky máte?

Co vás během puberty nejvíce stresovalo?



Hranice



Kde jsou mé hranice, když mluvím o sexualitě?

Co to znamená pro to, jak komunikuji se skupinami?

Jaké mám vlastní výhrady nebo nejistoty při řešení těchto otázek?



Gender a porozumění genderovým rolím

Co pro mě znamená gender a genderová identita?



Jak se s tím mám vypořádat, když je zpochybněno mé vlastní chápání mé role?



Péče o sebe

Beru své vlastní pocity, nejistoty a odpor vážně?

Jak o sebe pečují?



LGBTQIA+

Co znamená tato zkratka?

Znáte někoho z LGBTQIA+ komunity, kdo zažil diskriminaci?

Jak jste se sám/sama choval/a?



Vytvořte síť

Víte i nějakých institucích ve vašem okolí, které nabízejí mladým lidem poradenství?

- Máte ve vašem okolí nějaké speciální nabídky pro Neslyšící? Víte o nějakých službách tlumočení znakového jazyka ve vašem okolí?
- Pokud ne: Najděte ve svém okolí sdružení Neslyšících a kontaktujte je.
Tyto organizace vám mohou poskytnout informace.