

# SPOJENECTVÍ VE ŠKOLE

# PRŮVODCE

# moderátora

Tréninkový program, který podporuje podniknutí smysluplných akcí



Co-funded by  
the European Union

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a názory jsou však pouze názory autora (autorů) a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za ně nemohou nést odpovědnost.

# OBSAH WORKSHOPU

**01**

**Přehled: Allyship ve škole**

**02**

**Před workshopem**

**03**

**Během workshopu**

**04**

**Workshop**

**05**

**Načasování workshopu**

**06**

**Poznámky moderátora**

**07**

**Následná sezení**

01

# PŘEHLED: ALLYSHIP VE ŠKOLE

Školní aliance (Spojenectví, Allyship) pomáhá učitelům rozpoznat jejich privilegia a poziční moc a jaké konkrétní kroky mohou podniknout, aby se ukázali jako spojenci pro podporu a ochranu duševního zdraví.

Prostřednictvím individuálních průzkumů a skupinových diskusí účastníci budují spojenectví a připravují se na to, aby jednali jako spojenci pro duševní zdraví.

Tento podrobný průvodce vám poskytne vše, co potřebujete vědět o programu, včetně dalšího kontextu o tom, jak je program navržen, a často kladených otázek, které se mohou během workshopu objevit. Je důležité, abyste si před zahájením workshopu přečetli tuto příručku a poznámky přednášejícího – a může to být také referenční list pro vás v průběhu workshopu.

## Publikum

Všichni učitelé se dozvědí něco nového o spojenectví, jejich privilegiích, jejich poziční moci nebo konkrétních, daty podložených strategiích pro praktikování spojenectví.

## Struktura programu

Program je určen pro virtuální nebo osobní týmy a skládá se ze dvou hlavních složek.

## Základní workshop

Základní workshop, který seznamuje účastníky s praxí spojenectví. Program proběhne během 3-4 hodin. Tento průvodce vám ukáže, jak vést tento workshop.

## Tři skupinová následná sezení

Tři skupinová následná sezení, která účastníkům poskytnou zodpovědnost a podporu při realizaci toho, co se naučili. Následná sezení podpoří zodpovědnost a budování návyků a dají účastníkům prostor pokračovat v prozkoumávání programu.

## Materiály pro workshopy

Ujistěte se, že používáte následující materiály, speciálně navržené pro tyto workshopy.

- Průvodce moderátora
- Prezentace workshopu
- Pracovní sešit

02

## CO DĚLAT PŘED WORKSHOPEM

- ➔ 1. Zúčastněte se jednoho z našich bezplatných moderátorských školení. Toto je nejjednodušší a nejefektivnější způsob, jak se naučit, jak spustit Allyship ve škole. 90minutové virtuální školení vás seznámí s klíčovými pojmy, provede vás strukturou programu a materiály a poskytne tipy pro zodpovězení často kladených otázek.
- ➔ 2. Rozhodněte, kdo workshop moderuje. Moderátor hraje klíčovou roli při zajišťování poutavého zážitku pro účastníky. Rozhodněte se, kdo bude relaci moderovat – a zda to bude dělat jeden nebo dva lidé. Další pokyny naleznete v části „Během workshopu“.



- 3. Stáhněte si materiály potřebné k vedení workshopu. Ke spuštění relace budete potřebovat kromě tohoto průvodce pro moderátora také Workshop prezentaci. Prezentace workshopu je srdcem programu a provede vás i účastníky workshopem. Obsahuje také poznámky moderátora, takže víte, co říci a jak vést účastníky. Na workshopu budou účastníci používat Osobní sešit k dokončení svých individuálních aktivit a skupinových diskusí. Je užitečné, abyste se se vším předem seznámili, abyste byli spokojeni se všemi různými součástmi programu.
  
- 4. Pokud budete vést workshop online, procvičte si používání vaší videokonferenční platformy. Ujistěte se, že váš software pro videokonference umožňuje organizovat účastníky do pracovních skupin a že jste obeznámeni s funkcemi těchto skupin. V ideálním případě použijte program, který umožňuje předem přidělené skupiny, a doporučujeme vám procvičit si použití vaší technologie předem. Také byste měli zkontrolovat, zda neexistují žádné interní technické požadavky pro přístup k materiálům, zejména k Osobnímu sešitu.
  
- 5. Pošlete uvítací e-mail všem účastníkům. Jakmile budete vědět, kdo se workshopu zúčastní, pošlete všem účastníkům e-mail. Tento e-mail obsahuje důležité informace pro účastníky, včetně materiálů před workshopem, osobního sešitu a logistiky pro workshop (datum, čas, přihlašovací údaje)

## **03** CO DĚLAT BĚHEM WORKSHOPU

Jako moderátor budete během workshopu odpovědní za následující:

- Prezentace. Vše co je potřeba k prezentaci programu, se nachází v Prezentaci k workshopu.

- Přehrávání videí. Ty jsou umístěny v Prezentaci workshopu. Před přehráváním je důležité zkontrolovat nastavení zvuku.
- Vytvořte skupinu nebo přesouvejte účastníky do skupinových místností a z nich, pokud je online. Tato příručka vám řekne, kdy zařadit účastníky do jejich skupin a jak dlouho by měla každá diskuse trvat. Ujistěte se, že vám vyhovuje otevírání a zavírání místností a doručování zpráv skupině.
- Odpovězte na jakékoli otázky, které mohou vyvstat. Otázky mohou být vysvětlující otázky nebo jakékoli jiné problémy, které vyvstanou během zasedání nebo v pracovních skupinách.
- Dodržování času během workshopu. Na workshopu je spousta obsahu, takže je důležité pečlivě sledovat svůj čas. Poskytnuté poznámky moderátora vám řeknou, jak dlouho byste měli strávit na každém modulu.

04

## ALLYSHIP VE ŠKOLE OSOBNĚ NEBO V HYBRIDNÍM PROSTŘEDÍ

1. Vytvořte jednu velkou místnost, která má dostatek stolů pro všechny účastníky a obrazovku pro všechny účastníky, aby viděli hlavní prezentaci. Ujistěte se, že mezi stoly je dostatek místa, aby bylo možné v místnosti vést otevřenou konverzaci.



Pokud se někteří vaši účastníci připojují virtuálně, můžete si vybrat buď nastavení místnosti, ale nezapomeňte provést následující:

- Ujistěte se, že všichni virtuální účastníci vidí hlavní prezentaci.
- Všechny virtuální účastníky umístěte do jejich vlastních dílčích místností – nedoporučujeme kombinovat osobní a virtuální účastníky v dílčích skupinách.

Pokud jsou všichni účastníci osobně, není třeba omezovat počet účastníků. Doporučujeme však, aby každá skupina nepřesáhla 6-8 osob.

Příprava moderátora: Doporučujeme, abyste si scénář předem prostudovali.

Prezentace moderátora: Prezentaci přednesete pomocí hlavní obrazovky v místnosti.

Pokud máte účastníky, kteří se připojují virtuálně, nezapomeňte promítat také v zasedací místnosti pro videokonference.

Pokud jsou někteří vaši účastníci virtuální, nezapomeňte se přihlásit na chatu, kde se mohou objevit nějaké otázky.

Zkušenost účastníka: Během samostatné práce během workshopu se účastníci zapojí do pracovního sešitu.

V rámci diskusí budou diskutovat se svou skupinou.

## **NÁSLEDNÉ KROKY**

Po workshopu jste zodpovědní za koordinaci 3 navazujících sezení. To zahrnuje:

1. Naplánujte si 3 kontrolní sezení.

První sezení by mělo být asi 1 měsíc po workshopu, druhé 2 měsíce po a třetí 3 měsíce po workshopu. Doporučuje se, abyste si je naplánovali předem, aby jejich čas byl v kalendáři všech účastníků.

2. Veškerá práce v navazujících sezeních bude probíhat v oddělených skupinách, takže budete mít omezené moderování. Doporučuje se, aby skupiny zůstaly stejné během workshopu i navazujících sezení.

**05**

# NAČASOVÁNÍ WORKSHOPU

## Načasování workshopu

- Definujte Spojenectví - Allyship
- Úvod: 10 minut
- Cvičení: 5 minut
- Video o Allyship: 5 minut
- Diskuse: 15 minut
  
- Objevte svou sílu
- Definice síly: 5 minut
- Cvičení osobního deníku: 5 minut
- Diskuse: 15 minut

## Naučte se spojenecké akce

- Video o Strategiích: 5 minut
- PŘESTÁVKA: 10 MINUT
- Diskuse: 15 minut

## Projděte si Active Allyship Framework – 10 minut

- Projděte si Active Allyship Framework a představte následné sezení – 5 minut
- Cvičení: – 5 minut

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 1. DEFINUJTE SPOJENECTVÍ

Snímky 3–10  
30 minut - přibližně

### CO ŘÍKÁTE

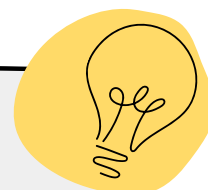
Ahoj všichni! Jmenuji se [VLOŽTE JMÉNO] a budu vést tento program na [KONKRÉTNÍ ŠKOLA].

#### PERSONALIZACE MODERÁTORŮ:

Poskytněte účastníkům kontext programu -  
řekněte jim, proč je tento program pro vaši školu důležitý.

Zvažte sdílení následujícího:

- Proč jste motivováni přinést koncept Allyship do vaší školy?
- Kde je škola na vaší spojenecké cestě?
- Proč je tento program pro vaši školu důležitý?



1



[Sdílet obrazovku] "Vítejte ve školním programu Allyship!"

Jsme moc rádi, že jste tady. Během našeho společného času vás vyzveme:

Odstraňte rozptýlení – pozastavte si oznámení

- telefon a počítač

Udělejte si pohodlí – věnujte chvíli tomu, abyste se na to připravili

- společný čas

Najděte si prostor, kde můžete otevřeně mluvit – během workshopu budeme diskutovat v malých skupinách.

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 1. DEFINUJTE SPOJENECTVÍ

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE



Tento workshop bude trvat čtyři hodiny. Pro všechny aktivity workshopu budete používat Osobní sešit. Během workshopu vám dáme vědět, kdy sešit budeme potřebovat.

V první polovině tohoto workshopu se zaměříme na rozvoj sdíleného chápání spolenectví. Dozvíme se tedy o:

- Co je to spolenectví?
- Odhalování problémů a výzev duševního zdraví ve školách
- Objevení naší osobní moci

Během druhé poloviny začneme vaši spolenectvou cestu:

Zjištění, jakou sílu máme k tomu, abychom ve škole ustanovili změnu

- Naučte se konkrétní akce k procvičování spolenectví
- Uzavření prostudováním rámce Active Allyship Framework – rámce, který prozkoumáme v průběhu programu a který budete používat v následných relacích

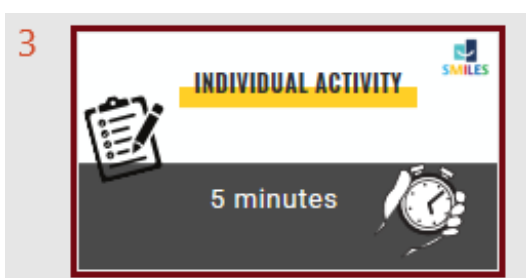
Ve svých následných relacích se budete nadále setkávat se svou malou skupinou, abyste prozkoumali nové strategie spolenectví a procvičili si vyplňování vlastního rámce Active Allyship Framework.

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 1. DEFINUJTE SPOJENECTVÍ

### CO UVIDÍ



### CO ŘÍKÁTE

Abychom tedy mohli pokračovat, rád bych vás pozval, abyste vyjádřili svůj názor na to, co si myslíte, že je být partnerem pro podporu a ochranu duševního zdraví.

Neexistuje jediná správná odpověď, je to o pohledu na různé nebo překrývající se představy o tom, co to je být spojencem.

Nejprve začněme cvičením. Osobně pište 5 minut o následujících otázkách:

- Co je pro vás Allyship?
- Co si myslíš, že by z tebe udělalo silnějšího spojence?

Pak si přečtete několik příkladů.

### CO UVIDÍ



### CO ŘÍKÁTE

Většina z nás pravděpodobně chápe, že jednat jako spojenec je důležité, aby se lidé s tradičně marginalizovanou identitou cítili zahrnutí a podporováni. Je důležité, aby se lidé potýkající se s duševními problémy cítili zahrnutí a podporováni.

- Ale není to jen o našich jednotlivých akcích: Výzkumy ukazují, že spojenci neovlivňují vždy jen jednu osobu.
- Inspirují také ostatní, aby jednali jako činitelé změny a vytvořili kulturu přijetí a podpory.
- Stručně řečeno, spojenci jsou mocnou silou dobra.

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 1. DEFINUJTE SPOJENECTVÍ

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE



Zde je důležité poznamenat, že spojenectví ve škole pomáhá učitelům, žákům a zaměstnancům školy identifikovat konkrétní způsoby jednání, které budou mít významný dopad na podporu a ochranu emocionálního a duševního zdraví žáků.

Dozvíte se, jaké konkrétní kroky mohou podniknout, aby se ukázali jako spojenci při podpoře a ochraně duševního zdraví

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE



Je velmi důležité zdůraznit, že program Allyship at school vyžaduje strategickou spolupráci mezi různými zúčastněnými stranami, včetně škol, zdravotnických zařízení, nevládních organizací, odborníků v oblasti duševního zdraví, rodičů a komunit.

V našem programu sdílíme společné kroky k praktikování budování aliancí, které podporuje a podporuje duševní zdraví ve školách.

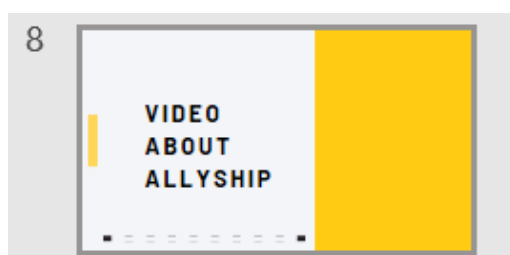
# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 1. DEFINUJTE SPOJENECTVÍ

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE



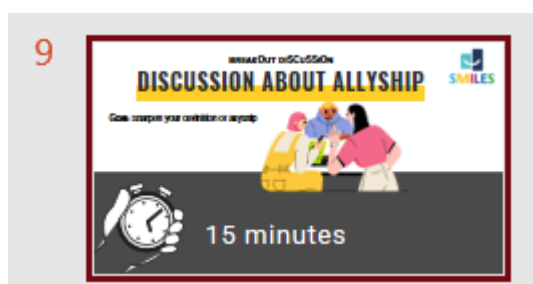
Děkujeme, že jste si našli čas a ponořili se do tématu. Nyní se podíváme na krátké video o tom, co je to spojení a proč je důležité.

- Při sledování přemýšlejte o tom, jak se tato definice liší od vaší nebo v čem je podobná.
- Poté se přesuneme do dílčích skupin, abychom si o tom promluvili více.

[Zastavte se na několik okamžiků, aby účastníci zapsali odpovědi do sešitu. Pak si přečtěte několik příkladů].

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE



Za chvíli budeme pracovat jako skupina na diskuzi a zodpovězení některých otázek.

- V průběhu programu se s touto skupinou několikrát setkáte, takže budete mít dostatek prostoru podělit se o své zkušenosti, diskutovat o tom, co se učíte, a nakonec si popovídat o tom, jak praktikovat spojení.

Cílem této diskuse je upřesnit vaši definici spojení

Budete mít 15 minut. Náměty k diskuzi jsou v Osobním sešitu.

# 06

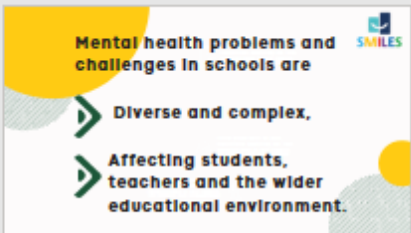
# POZNÁMKY MODERÁTORA

## 2. ODHALOVÁNÍ PROBLEMATIKY DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ VE ŠKOLÁCH


### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE

11



12



Studenti ve školách čelí řadě duševních a emocionálních zdravotních problémů, které mohou ovlivnit jejich pohodu a studijní výsledky.

Toto není uzavřený seznam a nejsou stejné ve všech školách, ale zde jsou některé z hlavních problémů souvisejících s duševním zdravím ve školách

### CO UVIDÍ

### CO ŘÍKÁTE




**Mental health challenges**

01	02	03	04	05
Lack of Resources and Trained Personnel	Insufficient Training for School Staff	Lack of Comprehensive Support	Parent-School Collaboration	Limited Access to Mental Health Services

Účinné řešení těchto problémů a výzev souvisejících s duševním zdravím vyžaduje koordinované a trvalé úsilí ze strany celé vzdělávací komunity, včetně studentů, zaměstnanců školy, rodičů a širší komunity. Zde jsou některé z hlavních problémů, kterým školy čelí v otázkách souvisejících s duševním zdravím

Zde jsou některé z hlavních problémů, kterým školy čelí v otázkách souvisejících s duševním zdravím

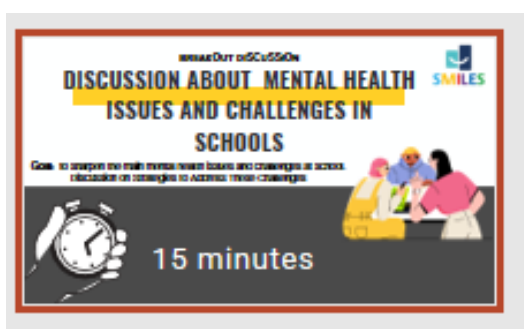
# 06

## POZNÁMKY MODERÁTORA

### 3. ODHALOVÁNÍ PROBLEMATIKY DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ VE ŠKOLÁCH

#### CO UVIDÍ

#### CO ŘÍKÁTE



Účastníci budou odpovídat na následující diskusní otázky

- Zahrnuli byste do škol nějaké problémy v oblasti duševního zdraví kromě těch, které jsou uvedeny?
- Jaké strategie by podle vás mohly být implementovány ve školách k řešení těchto problémů v oblasti duševního zdraví?

### 3. ODHALOVÁNÍ PROBLEMATIKY DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ VE ŠKOLÁCH

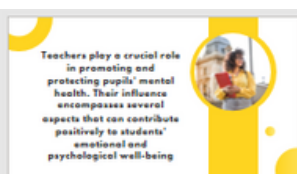
#### CO UVIDÍ

#### CO ŘÍKÁTE

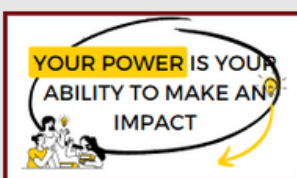


Nyní pojďme do toho a začněme objevovat sílu, kterou ve škole máme. Pro účely tohoto workshopu se zaměříme na poziční sílu – sílu, kterou máte a která je založena na vaší roli učitele.

23



24



Pro začátek, co rozumíme tou silou? Pro účely tohoto workshopu budeme sílu definovat jako vaši schopnost působit ve škole. Když tuto moc využijeme k pomoci ostatním, můžeme se ve škole začít projevat jako efektivní spojenci. Často to znamená, že jako učitel máte moc měnit a ovlivňovat školní kulturu duševního zdraví.

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE

25



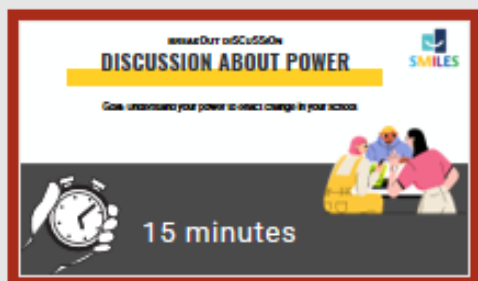
A je důležité si uvědomit, že všichni máme formy moci.

Často podceňujeme svou sílu a dopad, který může mít, zvláště když jsme dříve v kariéře nebo nejsme v seniorském věku. Ale účast na různých úrovních školy může znamenat velký rozdíl. Zde je několik příkladů způsobů, jak tuto pravomoc uplatnit

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE

33



Účast na všech úrovních školy může znamenat velký rozdíl.

- Výzkum ukazuje, že když zaměstnanci na všech úrovních investují do organizačních změn a jednají jako činitelé změny, nové chování má větší šanci stát se sdílenými hodnotami a součástí kultury.

Toto je skvělé místo pro přizpůsobení příkladů vašemu konkrétnímu pracovišti.

Nyní se přesuneme do dílčích skupin, abychom diskutovali

- Cílem je porozumět vaší moci prosadit změnu ve vaší organizaci.

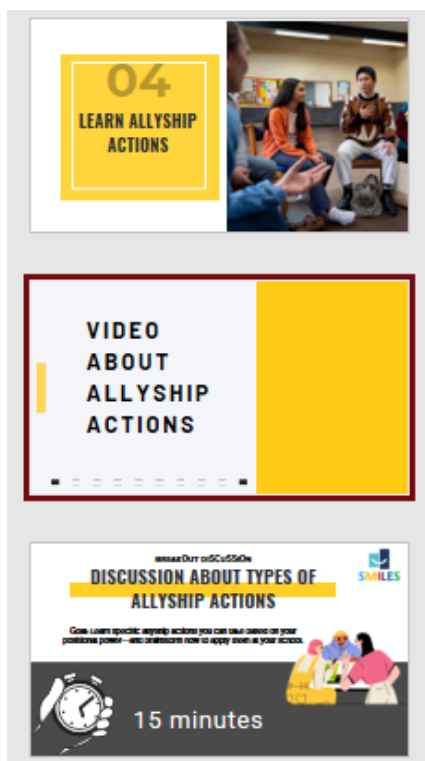
Nezapomeňte vytvořit prostor pro sdílení všem ve vaší dílčí skupině.

# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE



Příští část workshopu strávíme zkoumáním konkrétních strategií a akcí, které můžeme podniknout k efektivnímu procvičování spojení.

Nejprve se podíváme na krátké video, abychom pochopili strategie a akce, na které se budeme dívat.

- Při sledování videa přemýšlejte o tom, jaké další typy partnerských akcí byste mohli podniknout.

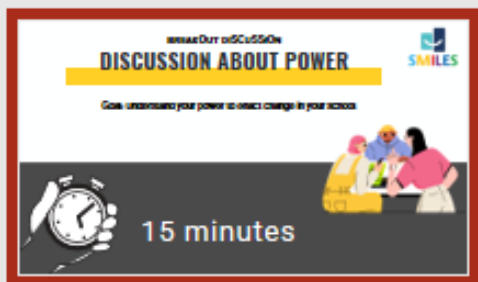
Nyní se přesuneme do vašich dílčích skupin, kde budeme diskutovat.

Cílem diskuse je odhalit, jaké konkrétní akce spojení můžete podniknout na základě své poziční síly – a vymyslet, jak je aplikovat na vašem pracovišti.

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE

33



Nyní se přesuneme do dílčích skupin, abychom diskutovali

- Cílem je porozumět vaší moci prosadit změnu ve vaší organizaci.

Nezapomeňte vytvořit prostor pro sdílení všem ve vaší dílčí skupině.

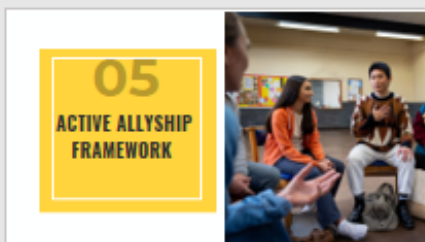
# 06

# POZNÁMKY MODERÁTORA

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE

37



Skvělé, vítejte všichni zpět! Abychom dnešní workshop zakončili, pustíme se do rámce Active Allyship Framework.

Cílem Active Partnerships Framework je pomoci vám propojit všechny části a přemýšlet o tom, jak nejlépe využít vaše privilegia a sílu k procvičování partnerství.

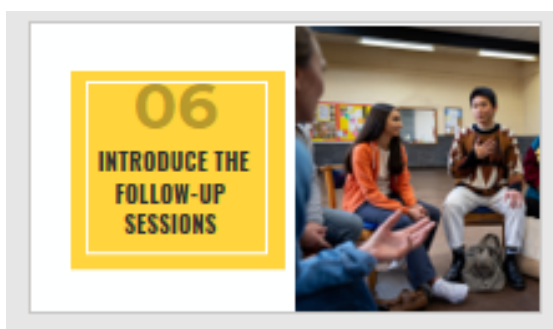


Rámec není lineární – nemusíte jej používat v žádném konkrétním pořadí – a nemusíte jej formálně procházet, než budete jednat jako spojenec. Ale může to být užitečný nástroj pro plánování nebo úvahy na vaší spojenecké cestě.

# 07

# NÁSLEDNÉ WORKSHOPY KRUHY VLIVŮ

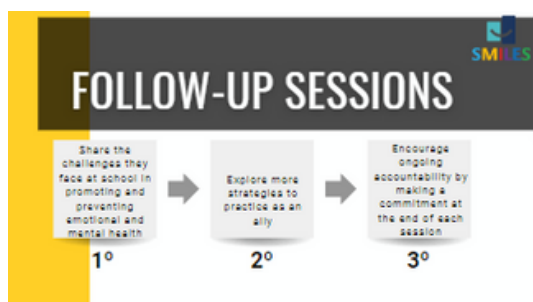
## CO UVIDÍ



## CO ŘÍKÁTE

Nepřetržité jednání a odpovědnost.

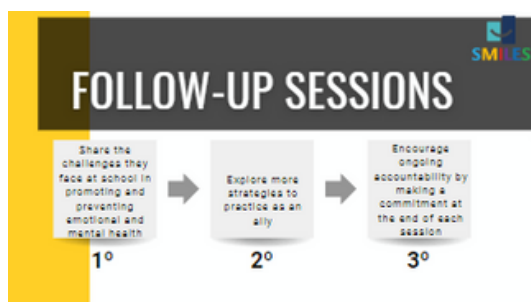
Následná setkání povzbuzují učitele a účastníky k tomu, aby se navzájem brali k zodpovědnosti, protože si vyvíjejí nové návyky a strategie k řešení problémů s duševním zdravím ve školách a zavazují se k dlouhodobé týmové práci na podpoře a ochraně duševního zdraví ve školách.



Tento snímek ukazuje kroky ve vývoji následných relací.

1. Vyberte výzvu. Může to být jedna z výzev zobrazených v prezentaci nebo to může být výzva, které čelí škola a která byla identifikována v rámci skupinových diskusí.

## CO UVIDÍ



## CO ŘÍKÁTE

2. Druhým krokem bude prozkoumání nových strategií k řešení tohoto problému v podpoře a ochraně duševního zdraví.

3. Na konci každého sezení si stanovte závazek, který se promítne do skutečných akcí, které jako partneři podniknete k řešení této výzvy.

# 07


# NÁSLEDNÉ WORKSHOPY KRUHY VLIVŮ

## CO UVIDÍ

## CO ŘÍKÁTE

Follow-up sessions are circles of influence that create a space where small groups from different functions and levels can come together :

- 1 To discuss how to address the challenges of mental health protection and promotion at school
- 2 Receive peer-to-peer guidance, connect with each other
- 3 Recognise new strategies and combat mental health bias and develop strengths



Následná sezení vytvářejí prostor, kde se malé skupiny z různých funkcí a úrovní mohou setkávat, získávat peer-to-peer poradenství, propojovat se navzájem, rozpoznávat nové strategie a bojovat proti zaujatosti v oblasti duševního zdraví a rozvíjet silné stránky.

### CONNECTING


Follow-up sessions are circles of influence that create a space in their centre to share their experiences, give and receive advice and address together the challenges of mental health promotion and protection.



Jedním ze dvou rysů následných sezení je Spojení, což jsou kruhy vlivu, které v jejich škole vytvářejí prostor pro sdílení svých zkušeností, poskytování a přijímání rad a společné řešení problémů podpory a ochrany duševního zdraví.

### MENTORING

Circles encourage members to discuss new ideas and practice new strategies together. Members also benefit from the knowledge and experience of their peers, or even professionals, which can be as effective as traditional mentor-mentee relationships



Další funkcí je mentoring; Kruhy povzbuzují své členy, aby společně diskutovali o nových nápadech a procvičovali nové strategie. Členové také těží ze znalostí a zkušeností svých kolegů nebo dokonce profesionálů.

### Follow-up Sessions Agenda




- 1 Reflect on your challenges
- 2 Explore a new allyship strategy
- 3 Practice using the Active Allyship Framework
- 4 Make your One Commitment

Vítejte u prvního ze tří navazujících sezení.

Dnes se ponoříte do jedné z výzev, může to být jedna z výzev uvedených v prezentaci nebo nějaká jiná důležitá výzva, kterou jste identifikovali v diskusních skupinách: např. „Nedostatečné školení zaměstnanců školy“.

Celý čas strávíte ve své pracovní skupině

07

# NÁSLEDNÉ WORKSHOPY KRUHY VLIVŮ

## CO UVIDÍ

Follow-up Sessions Agenda 



- 1 Reflect on your challenges
- 2 Explore a new allyship strategy
- 3 Practice using the Active Allyship Framework
- 4 Make your One Commitment

## CO ŘÍKÁTE

- Toto je program dnešního zasedání. Začnete uvažovat o vámi zvolené výzvě, zkoumat a diskutovat o nové partnerské strategii (strategiích) a praktikovat rámec aktivního partnerství, než přijmete další závazek