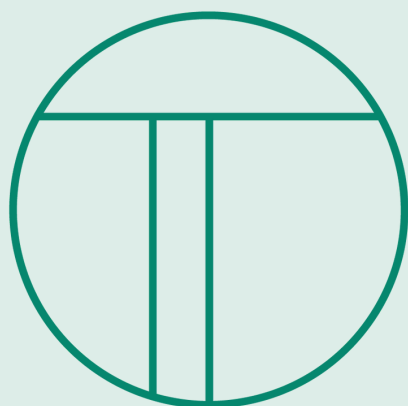
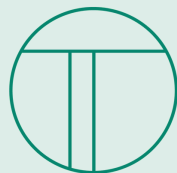




METANOIA

od terapie k osobnostnému rastu

# VÝROČNÁ SPRÁVA 2023



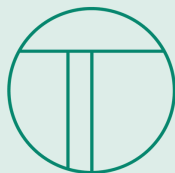
METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## ČO JE METANOIA CENTRUM, O.Z.

Metanoia centrum je občianske združenie, ktoré vzniklo ako iniciatíva skupiny odborníčov z oblasti starostlivosti o duševné zdravie. Cieľom združenia je vytvoriť otvorený priestor pre verejnosť, v rámci ktorého by sa sprístupnili služby podporujúce osobnostný rast, psychologické, rodičovské, či výchovné poradenstvo a špecifické formy terapie.

Centrum zastrešuje viaceré odborníčky, ktorí poskytujú psychologickú podporu a terapiu na individuálnej, či skupinovej báze pre dospelých, deti, ich rodičov a aj celé rodiny so znevýhodneným dieťaťom, rovnako i pre rôzne menšiny.

Metanoia sa taktiež snaží vytvoriť priestor na zdieľanie, osobnostné napredovanie a prepájanie odborníkov z príbuzných oblastí, aby tak podporila multidisciplinárnu spoluprácu a celkové skvalitnenie a dostupnosť služieb v oblasti duševného zdravia, výchovy a vzdelávania. Jej členky preto organizujú odborné konferencie, vzdelávacie workshopy, prednášky a online webináre.



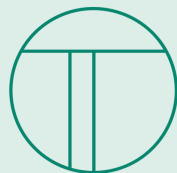
METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## TÍM METANOIA CENTRUM. O.Z.



**Lucia Jakabová** - predsedníčka o.z.

Vyštudovala psychológiu a neskôr filozofiu. Pracuje v montessori detskom centre, ktoré istú dobu aj viedla. V rámci neho sprevádza deti a ich rodiny, organizuje kurzy a vzdelávania pre rodičov aj odborníkov. Je členkou Slovenskej asociácie montessori, ktorej cieľom je prispievať ku skvalitneniu vzdelávania na Slovensku. Ukončila medzinárodný výcvik montessori terapie a má vlastnú prax, v rámci ktorej pracuje s rodinami s deťmi so špeciálnymi potrebami. O téme inklúzie prednáša aj na Katedre psychológie Trnavskej univerzity. Momentálne je účastníčkou výcviku zameraného na prácu s rodinou a vzťahovú väzbu.



METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

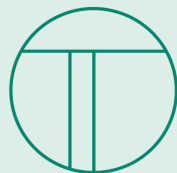
## TÍM METANOIA CENTRUM. O.Z.



**Zuzana Vašková** - prvá podpredsedníčka o.z.

Založila a osem rokov viedla montessori škôlku v Bratislave. Aktuálne je vo výcviku práce s rodinou a vzťahovej väzby. Jej predmetom záujmu je ADHD a poruchy učenia u detí, preto hľadá spôsoby ako uľahčiť život deťom s ADHD a naplno rozvíjať ich potenciál. Pomáha rodičom objavovať potenciál ich detí a prinášať do ich životov rešpekt, hranice a láskavosť. Venuje sa tiež zavádzaniu efektívnych systémov sledovania vývoja detí do škôlok ako aj zefektívňovaniu a nastavovaniu komunikácie s rodičmi a vnútorných systémov v škôlke.





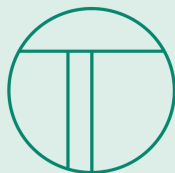
METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## TÍM METANOIA CENTRUM. O.Z.



**Katarína Klinocová** - druhá podpredsedníčka o.z.

Je psychologička, venovala sa adolescentom v reedukačnom centre, aktuálne sa zameriava predovšetkým na pomoc ťažko chorým, ich blízkym a pozostalým. V Lige p. rakovine vedie tím psychológov za účelom zabezpečenia psychologickéj pomoci onkologickým pacientom a ich blízkym na Slovensku, ktorým organizuje aj pravidelné vzdelávanie. Súbežne pracuje ako psychologička v Národnom onkologickom ústave, kde poskytuje dlhodobú psychologickú podporu pacientom na ambulancii, ako aj krízovú intervenciu hospitalizovaným pacientom na oddeleniach. Venuje sa aj vzdelávaniu v témach duševného zdravia pre laickú a odbornú verejnosť, či členov patientskych organizácií. Aktuálne je frekventantkou dlhodobého psychoterapeutického výcviku v Gestalt terapii v Českej republike a súbežne absolvuje špecializačné štúdium v odbore klinická psychológia. Je registrovaná v Slovenskej komore psychológov.



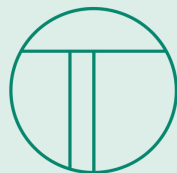
METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## TÍM METANOIA CENTRUM. O.Z.



**Michaela Benková** - členka kontrolnej komisie

Vyštudovala učiteľstvo primárneho vzdelávania a špeciálnu pedagogiku. Počas 12 rokov praxe v korporátnom prostredí sa naučila rozpoznávať potreby klientov, správne smerovať pomoc a podporu kolegom. Pedagogickej činnosti sa začala venovať v škôlke. Najskôr dobrovoľnícky, postupom času naplno ako učiteľka v montessori prostredí, kde i naďalej pôsobí, aktuálne vo vedení. Svoje vzdelávanie smeruje aktuálne k oblasti špeciálnej pedagogiky.



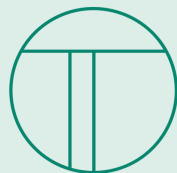
METANOIA

od terapie k osobnostnému rastu

## PREDCHÁDZAJÚCA ČINNOSŤ

Metanoia centrum, o. z. bolo založené v januári 2023. Išlo o prirodzený vývoj dovtedajšej aktivity zakladajúcich členiek v oblastiach starostlivosti o duševné zdravie a lektoringu, ktoré postupne vyústilo v založenie spoločného centra.

Viaceré zo zakladateľiek občianskeho združenia pôsobili ako zriaďovateľky montessori detských centier, ktorých cieľom bolo okrem inovatívnych pedagogických prístupov a intervencií aj šírenie osvedy v oblasti psychickej podpory detí, rozvoja rodičovských kompetencií, či podpora funkcií rodiny. V spomínaných centrách organizovali večerné semináre, či víkendové školenia pre rodičov aj širšiu verejnosť. Ďalšie členky sa venovali lektorskej, vzdelávacej a osvetovej činnosti v oblasti starostlivosti o duševné zdravie, prevencie ochorení, vyhorenia, práce s emóciami, výchovy, či ďalších.



METANOIA

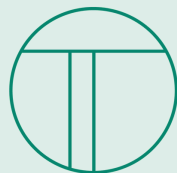
od terapie k osobnostnému rastu

## PREDCHÁDZAJÚCA ČINNOSŤ

V januári 2021 začali naše terapeutky poskytovať službu Montessori terapie – ako funkčnej neurovývinovej metódy pre rodiny so znevýhodneným dieťaťom. Jej cieľom je plnohodnotný rozvoj každého dieťaťa a následné umožnenie čo najkvalitnejšieho začlenenia do predškolského zariadenia, komunity a celkovo spoločnosti.

V marci 2022 reagovali členky budúceho centra Metanoia na situáciu v Ukrajine iniciovaním projektu „Otvorené dvere“. Projekt mal za cieľ psychologickú podporu ukrajinských matiek a ich detí, ktoré v dôsledku vojny boli nútené svoju krajinu opustiť.

Ďalšie odborníčky z Metanoia centra poskytovali už niekoľko rokov odborné poradenstvo, psychologickú podporu či sprevádzanie, krízovú intervenciu, rodičovské a výchovné poradenstvo či rôzne špecifické formy terapie zamerané na podporu duševného zdravia.



METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

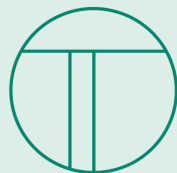
## VZDELÁVACIE AKTIVITY PRE ODBORNÚ AJ LAICKÚ VEREJNOSŤ

Po založení občianskeho združenia sme sa zamerali v prvom rade na vzdelávaciu činnosť určenú pre odbornú aj laickú verejnosť. Celkovo sme organizovali/lektorovali 9 odborných školení, 3 semináre, 3 webináre, 1 univerzitnú prednášku.

V septembri sme sa venovali témam: „Ako podporiť deti v procese adaptácie na materskú/základnú školu?“, v októbri: „Ako pomocou montessori terapie plnohodnotne rozvíjať potenciál všetkých detí,“ v období Dušičiek ešte stále tabuizovanú tému: „Ako hovoriť s deťmi o smrti“, téme prevencie onkologického ochorenia „Stres a rakovina“ a tiež v adventnom období: „Ako u detí podporiť prežívanie radosti a spokojnosti“.





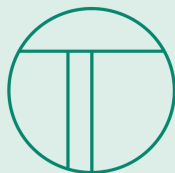


METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## VZDELÁVACIE AKTIVITY PRE ODBORNÚ AJ LAICKÚ VEREJNOSŤ



Okrem toho kontinuálne školíme pedagógov v oblasti montessori metódy a inklúzie. Naše centrum malo zastúpenie aj na odborných konferenciách, naša odborníčka prednášala na Psychoonkologickom sympóziu v Prahe a na Konferencii paliatívnej medicíny v Senci. Naše členky sú taktiež pedagogičkami na Katedre Psychológie a venujú sa tak odovzdávaniu svojich skúseností z praxe a vzdelávaniu študentov. Tiež sa venujú supervízii zamestnancov rôznych zariadení a členov patientskych organizácií.



METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## MEDIÁLNE VYSTÚPENIA

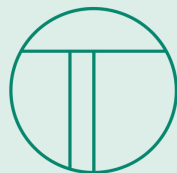
Členky nášho o. z. sú pravidelne prizývané ako odborníčky do televíznych a rozhlasových relácií, podcastov, či novinových článkov, kde sa vyjadrujú k aktuálnym otázkam týkajúcim sa duševného zdravia, výchovy a montessori vzdelávania. Od januára 2023 sme prispeli do relácií a článkov:

TV Joj24podcast: „Deti a rozvod“

Magazín Slovenka – Zdravie rodiny: „Montessori pre dospelých i deti“

RTVS Dámsky klub: „Ako môže montessori metóda pomôcť v rozvoji dieťaťa“





METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## MEDIÁLNE VYSTÚPENIA



Podcast SME.sk - Ľudskosť: „Podpora rodičovských zručností“

RTVS Ranné správy : „Smútenie a ako sa s ním vyrovnávame“

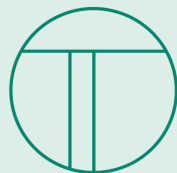
TV Joj24 Hlavné správy: „Začiatky v škole a škôlke“

Magazín MAKSS: „Ako posilniť vzťahy v rodine a podporiť správny vývin dieťaťa“

Joj24 štúdio: „Keď deti potrebujú čas – o adaptácii detí v škôlkach“

Kontakty RTVS: „Ako rozvíjať potenciál detí“

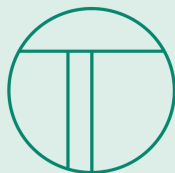




METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## ORGANIZÁCIA ODBORNEJ KONFERENCIE

Vyvrcholením činnosti Metanoia centra, o .z. v roku 2023 bola organizácia prvej celoslovenskej Montessori konferencie ZMYSLY 2023, ktorej sa zúčastnilo viac ako 220 účastníkov. Hlavným cieľom konferencie bolo prepojenie montessori odbornej verejnosti (pedagógovia, špeciálni pedagógovia, liečební pedagógovia, psychológovia, detskí terapeuti, psychoterapeuti) so zahraničnými spolupracovníkmi. Na konferencii hosťovali lektori z Nemecka, Rakúska, Českej republiky, či Izraela. Témou ročníka 2023 bola OTVORENOSŤ ako apel na vedenie spoločného otvoreného dialógu o duši dieťaťa a možnostiach čo najkvalitnejšej podpory dieťaťa, rodinného a školského systému. Taktiež otvorenosť voči inakosti – teda podpora inklúzie, v rámci ktorej zazneli príspevky na podporu detí s Aspergerovým syndrómom, vysokocitlivých detí, rómskych komunit, či podpora detí s mentálnym alebo iným znevýhodnením prostredníctvom montessori terapie.

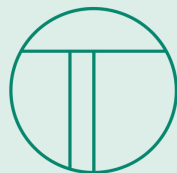


METANOIA

od terapie k osobnostnému rastu

## ORGANIZÁCIA ODBORNEJ KONFERENCIE





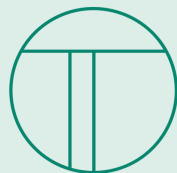
METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## ORGANIZÁCIA ODBORNEJ KONFERENCIE

V rámci organizácie konferencie nadviazalo Metanoia centrum, o. z. spoluprácu s Katedrou psychológie Trnavskej univerzity, či Slovenskou asociáciou montessori, ktoré podujatie odborne zastrešovali, či nemeckým veľvyslanectvom, ktoré aj finančne podporilo konferenciu v rámci cezhraničnej spolupráce.

Konferencia sa stala zároveň pôdou pre vznik ďalších projektov a prepojení odborníkov v oblasti multidisciplinárnej spolupráce, ktorá bude realizovaná v ďalšom období.

Veľkým úspechom bola aj spätná väzba od účastníkov a lektorov, ktorí ju ako celok vysoko pozitívne hodnotili a 95% respondentov uviedlo, že sa konferencie chce zúčastniť aj v budúcnosti.

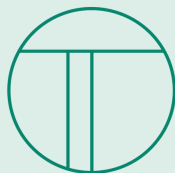


METANOIA  
od terapie k osobnostnému rastu

## ĎALŠIA PLÁNOVANÁ ČINNOSŤ

Metanoia centrum o. z. bude aj v roku 2024 pokračovať v poskytovaní individuálnej psychologickej podpory, ako aj rodičovského a výchovného poradenstva. Ďalej plánuje rozširovať portfólio svojich aktivít v zmysle organizácie seminárov, webinárov a školení týkajúcich sa psychologickej podpory, prevencie, či osvedy v oblasti duševného zdravia a podpory detí, ich rodín a inklúzie. Pripravujú taktiež odborné školenia v oblasti montessori pedagogiky a terapie na podporu inklúzií predškolskom aj školskom prostredí. V rámci združenia sa pokračuje aj s organizáciou konferencie a ďalších sprievodných vzdelávacích podujatí. Rovnako plánujú vedenie podporných a artererapeutických skupín pre deti a dospelých, organizáciu rodičovských skupín zameranú na podporu rodičovských kompetencií, vzájomné zdieľanie a porozumenie. Je v pláne aj možnosť nadviazania na projekt „Otvorených dverí,“ v zmysle možného poskytovania pomoci pre deti odídenčov z Ukrajiny pre prebiehajúci vojnový konflikt.





METANOIA

od terapie k osobnostnému rastu

## PRIESTORY METANOIA CENTRUM, O.Z.

