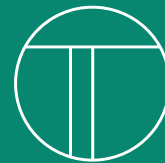


# AKTUALIZAČNÉ VZDELÁVANIE

EČ 22/2024 – IV

**Metanoia Centrum, o.z.**



**METANOIA**  
centrum duševného zdravia

## TÉMY VZDELÁVANIA

- Inklúzia v praxi: prvé kroky k bezpečnému a prijímajúcemu prostrediu
- Psychohygiena a prevencia vyhozenia: sebastarostlivosť ako nevyhnutná súčasť profesie
- systematicky rozvoj grafomotoriky v kontexte prevencie porúch učenia
- Čitateľská gramotnosť v praxi: ako budovať vzťah k textu už od raného veku
- Komunikácia s rodičmi: ako viesť náročné rozhovory konštruktívne a s rešpektom
- Hranice v práci s deťmi, pevne a láskavo
- Montessori prvky v bežnom vzdelávaní: praktické tipy pre každodennú prácu s deťmi
- Rozvoj učiteľských kompetencií: ako rásť v pedagogickej aj osobnostnej rovine
- Porozumenie detským emóciám: podpora regulácie a reziliencie
- Problémové správanie detí: čo je za ním a ako s ním pracovať efektívne

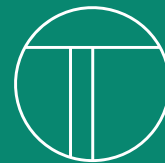
- ✓ 10 hodín prezenčne
- ✓ cena po dohode so zriaďovateľom
- ✓ v našich priestoroch alebo u vás
- ✓ potvrdenie o absolvovaní aktualizačného vzdelávania
- ✓ praktické informácie z praxe
- ✓ skúsení lektori

## PRE KOHO JE VZDELÁVANIE VHODNÉ?

Učitelia materských, základných a stredných škôl, základných umeleckých škôl, vychovávateľov, pedagogických asistentov, školských špeciálnych pedagógov, logopédov a školských logopédov, psychológov a školských psychológov, špeciálnych, liečebných a sociálnych pedagógov

# AKTUALIZAČNÉ VZDELÁVANIE

EČ 22/2024 – IV



METANOIA  
centrum duševného zdravia

## TÉMY VZDELÁVANIA

01.

### INKLÚZIA V PRAXI: PRVÉ KROKY K BEZPEČNÉMU A PRIJÍMAJÚCEMU PROSTREDIU

10 HODÍN PREZENČNE

Prvé kroky k inklúzii je aktualizačné vzdelávanie, ktoré účastníkom predstaví základné princípy inkluzívneho vzdelávania a ich uplatnenie v každodennej školskej praxi. Pedagogickí pracovníci sa oboznámia s modelmi inkluzívnej pedagogiky, bežnými odlišnosťami žiakov a jednoduchými podpornými stratégiami. Súčasťou je aj rozvoj uvedomenia vlastného postoja, komunikácie a tvorby prostredia, ktoré podporuje spoluprácu, otvorenosť a bezpečnú klímu v triede.



**Mgr. Bc. Lucia Jakobová**  
Montessori terapeutka,  
psychologička



**Mgr. Lucia Smečková**  
Montessori terapeutka,  
špeciálna pedagogička,  
mentorka

02.

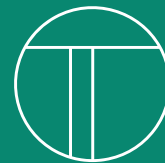
### PSYCHOHYGIENA A PREVENCIA VYHORENIA: SEBASTAROSTLIVOSŤ AKO NEVYHNUTNÁ SÚČASŤ PROFESIE

10 HODÍN PREZENČNE

Akakoľvek pomáhajúca profesia, vrátane pedagogickej, si vyžaduje adekvátne zazdrojovanie pomáhajúceho formou seba-starostlivosti. Workshop predstaví konkrétne dopady pracovného preťaženia a stresu na našu psychiku a ponúkne konkrétne možnosti psychohygieny, starostlivosti o seba a prácu so súcitom k sebe. Obsah tvorí nielen teoretická časť k téme duševného zdravia ale najmä seba-skúsenostné a zážitkové techniky



**Mgr. Katarína Klincová**  
Psychologička



## TÉMY VZDELÁVANIA

### 03. SYSTEMATICKÝ ROZVOJ GRAFOMOTORIKY V KONTEXTE PREVENIE PORÚCH UČENIA

10 HODÍN PREZENČNE

aktualizačné vzdelávanie určené pedagogickým a odborným zamestnancom, kde sa účastníci oboznámia s postupným vývinom úchopu, smerovaním pohybu a stabilizáciou jemnej motoriky, ako aj s náročnosťou jednotlivých grafomotorických prvkov. Súčasťou vzdelávania je prehľad grafomotorických prvkov rozdelených do troch skupín podľa vývinovej náročnosti, práca s postupným zvyšovaním obtiažnosti a model „od opory k autonómii pohybu“, ktorý zahŕňa senzorickú, verbálnu a vizuálnu dopomoc a jej postupné vyhasínanie. Vzdelávanie sa venuje aj diferenciacii ťažkostí v grafomotorike, identifikácii varovných signálov v oblasti hrubej motoriky, jemnej motoriky a emocionálneho prežívania dieťaťa a možnostiam primeranej intervencie v prostredí materskej školy.



**Mgr. Katarína Herbríková**  
Špeciálna pedagogička

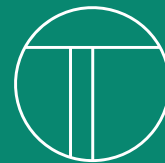
### 04. ČITATEĽSKÁ GRAMOTNOSŤ V PRAXI: AKO BUDOVAŤ VZŤAH K TEXTU UŽ OD RANÉHO VEKU

10 HODÍN PREZENČNE

Aktualizačné vzdelávanie určené pedagogickým a odborným zamestnancom, ktoré ponúka prehľad kľúčových schopností a zručností potrebných pre úspešné osvojenie techniky čítania a následné čítanie s porozumením. Účastníci sa oboznámia s tým, ktoré jazykové, kognitívne a predčitateľské kompetencie tvoria základ plynulého čítania, ako ich možno cielene rozvíjať a ako s nimi pracovať u detí s rôznou úrovňou pripravenosti. Súčasťou vzdelávania je aj prehľad najčastejších ťažkostí v čítaní, ich prejavov a praktických postupov, ako ich účinne riešiť v školskej praxi. Učitelia získajú konkrétne aktivity a stratégie, ktoré podporujú porozumenie textu, slovnú zásobu, motiváciu k čítaniu a budovanie pozitívneho vzťahu k textu už od raného veku.



**Mgr. Katarína Herbríková**  
Špeciálna pedagogička



## TÉMY VZDELÁVANIA

### 05. KOMUNIKÁCIA S RODIČMI: AKO VIEŠ NÁROČNÉ ROZHOVORY KONŠTRUKTÍVNE A S REŠPEKTOM

10 HODÍN PREZENČNE

Nastavovanie hraníc patrí medzi najväčšie výzvy v práci pedagógov – najmä v situáciách, keď deti testujú limity alebo reagujú silnými emóciami. Na vzdelávaní sa pozrieme na hranice nie ako trest či mocenský nástroj, ale ako spôsob, ako deťom poskytovať bezpečie, predvídateľnosť a jasné rámce. Vysvetlíme si, ako spájať pevnosť s rešpektom, a ako reagovať tak, aby sme situáciu nevyhrocovali, ale viedli ju späť k spolupráci. Prinesieme aj praktické príklady, jazyk a postupy, ktoré môžu učitelia používať v komunikácii.



**Mgr. Zuzana Vašková**  
Rodičovská poradkyňa

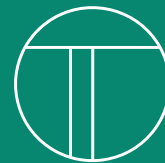
### 06. HRANICE V PRÁCI S DEŤMI, PEVNE A LÁSKAVO

10 HODÍN PREZENČNE

Stretnutia s rodičmi môžu byť podporné, ale aj náročné – najmä keď ide o citlivé témy, rozdielne očakávania či konflikty. Seminár ponúka praktické nástroje, ako viesť rozhovory tak, aby boli jasné, profesionálne a zároveň ľudské. Pozrieme sa na to, ako nastaviť bezpečný rámec komunikácie, ako pomenovávať problémy bez obviňovania a ako pracovať s emóciami rodičov i vlastnými. Účastníci získajú konkrétne formulácie, postupy a stratégie, ktoré pomáhajú budovať dôveru a partnerstvo medzi školou a rodinou.



**Mgr. Zuzana Vašková**  
Rodičovská poradkyňa



## TÉMY VZDELÁVANIA

### 07. MONTESSORI PRVKY V BEŽNOM VZDELÁVANÍ: PRAKTICKÉ TIPY PRE KAŽDODENNÚ PRÁCU S DEĎMI

10 HODÍN PREZENČNE

Montessori prístup môže obohatiť aj tradičnú triedu – bez toho, aby si učiteľ musel meniť celý systém práce. Na vzdelávaní sa zameriame na jednoduché, realizovateľné Montessori prvky, ktoré podporujú samostatnosť, vnútornú motiváciu a rešpektujúci prístup k tempu dieťaťa. Ukážeme si, ako pracovať s pripraveným prostredím, voľbou aktivít a jasnými pravidlami tak, aby trieda fungovala pokojnejšie a deti prevzali viac zodpovednosti za svoje učenie. Pedagógovia získajú konkrétne inšpirácie a tipy použiteľné už na ďalší deň.



**Mgr. Lucia Smičeková**

Montessori terapeutka,  
špeciálna pedagogička,  
mentorka

### 08. ROZVOJ UČITEĽSKÝCH KOMPETENCIÍ: AKO RÁŠŤ V PEDAGOGICKEJ AJ OSOBNOSTNEJ ROVINE

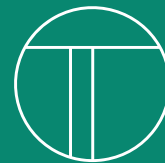
10 HODÍN PREZENČNE

Učiteľská profesia si vyžaduje nielen odborné vedomosti, ale aj schopnosť pracovať so sebou, svojimi reakciami a vzťahmi v triede. Na vzdelávaní sa pozrieme na to, ako môže pedagóg rozvíjať svoju profesionalitu aj osobnostnú zrelosť – od reflektovania vlastných limitov a zdrojov až po vedomú prácu s autoritou a komunikáciou. Ponúkneme nástroje na budovanie sebaregulácie, odolnosti a zdravých hraníc, ktoré umožňujú učiť s menším stresom a väčšou ľahkosťou. Stretnutie bude praktické, orientované na konkrétne situácie z pedagogickej praxe.



**Mgr. Lucia Smičeková**

Montessori terapeutka,  
špeciálna pedagogička,  
mentorka



## TÉMY VZDELÁVANIA

### 09. POROZUMENIE DETSKÝM EMÓCIÁM: PODPORA REGULÁCIE A REZILIENCIE

10 HODÍN PREZENČNE

Emócie žiakov – plač, hnev, úzkosť či impulzívne reakcie – vedia v bežnom dni zahliť nielen ich, ale aj učiteľov. Na vzdelávaní sa pozrieme na to, prečo detské emócie vznikajú, ako sa vyvíja schopnosť regulácie a prečo môže byť pre niektoré deti ťažšie zvládať záťaž. Pedagógovia získajú nástroje, ako emócie detí prijímať ako signál, reagovať pokojne a podporujúco, a ako vytvárať podmienky pre rezilienciu v triede. Praktickými príkladmi a modelovými situáciami ukážeme, ako citlivá, ale jasná reakcia dospelého pomáha dieťaťu učiť sa, rásť a cítiť sa bezpečne.



**Mgr. Bc. Lucia Jakabová**

Montessori terapeutka,  
psychologička

### 10. PROBLÉMOVÉ SPRÁVANIE DETÍ: ČO JE ZA NÍM A AKO S NÍM PRACOVAŤ EFEKTÍVNE

10 HODÍN PREZENČNE

V (pred)školskom prostredí sa pedagógovia často stretávajú so situáciami, keď detské správanie pôsobí rušivo, vzdorovito či „bez hraníc“. Na vzdelávaní sa pozrieme na problémové správanie ako na signál – informáciu o potrebách, emóciách a regulačných schopnostiach dieťaťa, nie ako na osobné zlyhanie. Vysvetlíme si, čo býva najčastejšími príčinami týchto prejavov, a ako reagovať tak, aby namiesto eskalácie vznikol priestor na spoluprácu, bezpečie a učenie. Súčasťou budú aj praktické stratégie, ktoré pedagógom pomôžu zachovať pokoj, nastavovať hranice a zároveň posilňovať vzťah s dieťaťom.

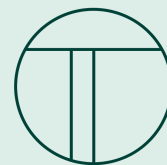


**Mgr. Bc. Lucia Jakabová**

Montessori terapeutka,  
psychologička

# AKTUALIZAČNÉ VZDELÁVANIE

EČ 22/2024 – IV



METANOIA  
centrum duševného zdravia

## LEKTORSKÝ TÍM



**Mgr. Bc. Lucia Jakabová** vyštudovala psychológiu na Filozofickej fakulte a filozofiu na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity. Dvanásť rokov pôsobila v montessori detskom centre Krasňanko, ktoré aj viedla. Je podpredsedníčkou Slovenskej asociácie Montessori. Pôsobí ako externá pedagogička na Katedre psychológie Trnavskej univerzity. Päť rokov vedie vlastnú prax, v rámci ktorej pracuje s deťmi a rodinami. Ukončila niekoľko výcvikov zameraných na prácu s deťmi a rodinami: Montessori Habilitare Therapie (medzinárodný výcvik), Využívanie edukačno-behaviorálnej intervencie v práci s deťmi s poruchami autistického spektra, Diagnostika a terapia deficitov čiastkových vývinových funkcií, Práca s rodinou a vzťahová väzba, SANDPLAYING – Využitie herného pieskoviska v diagnostike a terapii detí a dospelých, Výcvikový program zameraný na terapiu hrou so psychoanalytickým porozumením, ASTRA DDP (Dyadic Developmental Psychotherapy). V súčasnosti je frekventantkou komplexného psychoterapeutického výcviku v gestalt terapii v Gestalt Studia, ktorý poskytuje vzdelanie podľa medzinárodných štandardov psychoterapeutickej praxe.



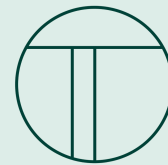
**Mgr. Lucia Smičeková** vyštudovala špeciálnu pedagogiku, 10 rokov pracovala ako špeciálny pedagóg v medzinárodnom školstve a viac ako 20 rokov sa venuje montessori pedagogike a práci s deťmi a rodinami. Absolvovala montessori diplomované kurzy pre vek 3 – 12 na Slovensku, v Čechách a v Nemecku a medzinárodný výcvik Montessori Habilitare Therapie. Lucia 9 rokov viedla montessori skupinu v domácom vzdelávaní a pracovala v montessori zariadení. V súčasnosti prepája svoje skúsenosti a znalosti pri individuálnej a terapeutickú práci s deťmi (nie len) s inakosťou. Venuje sa takisto konzultantskej činnosti pre rodičov ako aj pre školy. Je absolventkou výcvikového programu zameraného na Terapiu hrou ako aj KIP pri práci s deťmi a mládežou; výcvikového programu Práca s rodinou v kontexte vzťahovej väzby. Momentálne je frekventantkou ročného vzdelávacieho programu v oblasti poradenských zručností.



**Mgr. Katarína Herbriková** vyštudovala špeciálnu pedagogiku na Univerzite Komenského so zameraním poradenstvo a pedagogika sluchovo a zrakovo znevýhodnených. Už počas štúdia ju zaujímala najmä oblasť poradenstva. Pracovala v centre poradenstva a prevencie, kde sa venovala diagnostike a reedukácii porúch učenia. Počas materskej dovolenky založila instagramový profil spec.ped, kde sa venuje najmä témam, ako hravo možno rozvíjať dieťa v domácom prostredí. Realizuje stimulačný program pre predškolákov. Prostredníctvom webinárov sa snaží edukovať učiteľov a rodičov, najmä predškolákov, ako pripraviť dieťa na vstup do školy. Výrába edukačne hry a aktivity. Jej cieľom je, aby sa deti učili s radosťou a rodičia mali v rukách overené a praktické nástroje, ktoré fungujú.

# AKTUALIZAČNÉ VZDELÁVANIE

EČ 22/2024 – IV



**METANOIA**  
centrum duševného zdravia

## LEKTORSKÝ TÍM



**Mgr. Katarína Klincová** je psychologička a predsedníčka Sekcie onkopsychológie na Slovensku. 9 rokov sa venuje práci s onkologickými pacientmi, ich príbuznými a pozostalými. Predtým pracovala 3 a pol roka v reedukačnom centre. Je manažérkou celoslovenského tímu onkopsychológov Ligy proti rakovine. Pôsobí aj v Národnom onkologickom ústave, kde poskytuje psychologickú starostlivosť pacientom a ich blízkym ambulantnou a konziliárnou formou.

Prednáša na konferenciách, sympóziách a kurzoch v Českej republike a na Slovensku. Venuje sa témam zvládania ochorenia, psychohygieny zdravotníckych pracovníkov, členov patientskych organizácií aj iných profesií a témam prevencie duševných ťažkostí.

Je registrovaná v Slovenskej komore psychológov. V súčasnosti je frekventantkou dlhodobého psychoterapeutického výcviku v gestalt modalite v ČR. Absolvuje atestačnú prípravu v rámci klinickej psychológie. Dlhodobo sa vzdeláva na pravidelných supervíznych stretnutiach, kurzoch a workshopoch zameraných na interdisciplinárnu teoretickú prípravu a praktickú prácu s klientmi. V minulosti absolvovala aj štúdium filozofie a teológie.



**Mgr. Zuzana Vašková** je rodičovská poradkyňa a montessori pedagogička. Založila a osem rokov viedla montessori predškolské zariadenie pre deti od 2 - 7 rokov. Absolvovala vzdelávanie v montessori pedagogike v Čechách, Rakúsku a na Slovensku pre vekové kategórie 0-3 a 3-6 rokov a kurz rešpektujúcej komunikácie Rešpektovať a byť rešpektovaný. V súčasnosti pôsobí v Metanoia centre a od roku 2018 vedie vlastnú prax, v rámci ktorej pracuje s rodičmi, deťmi a rodinami. Ukončila viaceré vzdelávacie programy a výcviky zamerané na prácu s rodinou, deťmi a rodičmi: psychologický výcvik Práca s rodinou a vzťahová väzba, program Poradenský proces v Coachingplus a výcvik SANDPLAYING – Využitie herného pieskoviska v diagnostike a terapii detí a dospelých. Odborne sa venuje témam ADHD, porúch učenia a podpory detí so špecifickými potrebami. Sprevádza aj patchworkové rodiny, ktoré podporuje pri budovaní funkčných a bezpečných rodinných vzťahov.

Ako lektorka vedie vzdelávania pre rodičov a učiteľov, zamerané na rodičovstvo, komunikáciu, rešpektujúci prístup, montessori pedagogiku a ďalšie témy podpory rodín. Popri odbornej práci sa príležitostne venuje aj prekladu náučných kníh pre deti a mládež z francúzskeho jazyka.