

**F\*ÉRA**  
protože  
rovnost  
**JE FÉR**



# MAPA PREVENCE

GENDEROVĚ  
PODMÍNĚNÉHO  
NÁSILÍ

(nejen)  
pro budoucí vyučující

**F\*ÉRA**







## KDO JSME?

**F\*ÉRA** je expertní tým fungující v rámci brněnské organizace **NESEHNUTÍ**. Zaměřujeme se na genderově citlivé vzdělávání a prevenci násilí v online i offline prostoru. Na druhém stupni základních škol a na středních školách pracujeme se studujícími na pozitivním vztahu k vlastnímu tělu a sexualitě, na podpoře sebevědomí a na respektu k rozmanitosti. Otevíráme témata moci ve vztazích a příčin násilí a vytváříme bezpečný prostor, kde děti a mladí lidé dokáží pojmenovat své potřeby, vyhledat pomoc a zasazovat se o změnu ve svém okolí.

**Zároveň připravujeme odborné podklady pro vyučující, sdružujeme aktivní rodiče, píšeme články, natáčíme podcast a tvoříme metodické materiály i pro předškolní vzdělávání.**





# ÚVOD

Tento informační materiál slouží jako průvodce pro vyučující a vyučující v přípravě, kteří chtějí do své výuky začlenit témata rovnosti, respektu a prevence genderově podmíněného násilí. Shrnuje dosavadní výstupy a vzdělávací materiály NESEHNUTÍ (tým F\*éra) určené pro základní a střední školy a nabízí praktický návod, jak s nimi bezpečně, citlivě a efektivně pracovat.

**Materiál vychází z praxe práce s mladými lidmi a je určen k podpoře vyučujících při vytváření prostředí, které podporuje rovnost, respekt a otevřenou komunikaci.**

## PROČ PRACOVAT S TÉMATY GENDERU A NÁSILÍ VE ŠKOLÁCH

Témata rovnosti, respektu, bezpečných vztahů a prevence násilí jsou klíčová pro vytváření zdravého sociálního klimatu školy. Jejich zařazení do výuky rozvíjí u studujících:

- sociální a občanské kompetence – empatii, schopnost spolupráce a respekt k jinakosti,
- osobnostní kompetence – sebepoznání, sebevědomí, schopnost pojmenovat vlastní hranice,
- kompetence k řešení problémů – schopnost reagovat na náročné nebo konfliktní situace bez použití nátlaku či agrese.

*Témata lze zařazovat do předmětů jako Výchova ke zdraví, Občanská výchova, do třídnických hodin nebo pojmout jako průřezové téma Osobnostní a sociální výchova.*





# JAK S AKTIVITAMI PRACOVAT

## Vytváření bezpečného prostoru

Bezpečný prostor je základní podmínkou pro práci s citlivými tématy. Vytváří důvěru, umožňuje sdílení názorů a chrání všechny účastníky a účastnice.

## Doporučení

- Na začátku každé aktivity se skupinou vytvořte společná pravidla (např. nasloucháme, neskáčeme si do řeči, respektujeme různé názory, nešíříme důvěrné informace, které zde mohou zaznít).
- Otevřeně sdělte, že nikdo nebude nucen\*a sdílet osobní zkušenosti – aktivní účast má být vždy dobrovolná.
- Dbejte na neutrální jazyk a vyhýbejte se hodnocení postojů studujících.

## Role vyučující\*ho

- Vyučující vystupuje jako facilitátorka nebo facilitátor, nikoli jako „expert\*ka na správné názory“. Podporujte diskuzi a aktivní zapojení všech.
- Reagujte na projevy nepochopení nebo stereotypní komentáře klidně a věcně.
- Pokud se studující rozhodnou otevřít citlivá témata, poděkujte jim za důvěru a nabídněte jim individuální podporu po aktivitě.

## Reakce na obtížné situace

- Poděkujte za otevřenost a nechte prostor pro reakci skupiny.
  - Mějte přehled o možnostech podpory (školní psycholog\*žka, výchovný\*á poradce\*kyně, krizové linky).
  - Nezpochybňujte osobní zkušenosti a nevyptávejte se na detaily.
- 



# WORKSHOPY NESEHNUTÍ

## Bez násilí

Studující druhého stupně základních škol

a studující středních škol

10-30 osob

3 vyučovací hodiny (3x45min)

**Workshop je prevencí šikany, partnerského a sexuálního násilí a homofobního násilí s důrazem na řešení kyberšikany. Studující se v něm naučí rozpoznávat násilné situace, posílí svoji schopnost o nich komunikovat a zjistí, jak a kde vyhledat pomoc pro sebe či své blízké. Workshop se přizpůsobuje aktuálnímu naladění skupiny a tématům, která chtějí probírat sami\*ý studující.**

## Respekt a hranice ve vztazích, prevence sexualizovaného násilí

Studující druhého stupně základních škol

a studující středních škol

10-30 osob

3 vyučovací hodiny (3x45min)

**Workshop na téma sexuality, respektu a vztahů, který jde rovnou do hloubky: řeší témata jako je tělesnost, souhlas, menstruace, hranice, porno, kinkshaming, bezpečí na internetu (sexting, obtěžování) nebo přijetí vlastní sexuální identity.**

**Díky interaktivním příběhům a diskusím posilujeme schopnost mladých lidí rozpoznat narušení svých hranic, schopnost reagovat a nenechat se ve vztazích omezovat škodlivými normami či stereotypy.**



# Bezpečný a odvážný on-line prostor

Studující druhého stupně základních škol

a studující středních škol

10-30 osob

3 vyučovací hodiny (3x45min)

**Workshop rozvíjí mediální gramotnost, empatii a kritické myšlení v online prostředí. Účastnictvo se učí rozpoznávat nenávistné projevy a předsudky, zkoumat jejich dopady a společenské souvislosti a společně hledat způsoby, jak na ně reagovat bezpečně a účinně. Skrze diskuze, interaktivní aktivity a práci ve skupinách studující reflektují vlastní zkušenosti z digitálního prostoru, analyzují různé formy hate speech a trénují možné přístupy k reakci, od kritických až po edukační. Workshop podporuje odvahu a citlivost při ochraně sebe i druhých v online komunikaci.**

## Sexismus v reklamě a v médiích

Studující druhého stupně základních škol

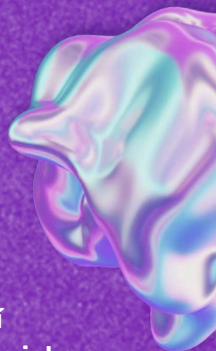
a studující středních škol

10-30 osob

2 vyučovací hodiny (2x45min)

**Workshop rozvíjí kritické myšlení a mediální gramotnost prostřednictvím analýzy sexismu v reklamě. Studující se učí rozpoznávat stereotypní zobrazování osob, chápat sexismus jako formu diskriminace a reflektovat, jak média ovlivňují jejich sebevnímání i představy o společenských rolích. Klíčová aktivita „Biologické vs. společenské“ pomáhá ukázat, že mnoho domněle „přirozených“ rozdílů je sociálně vytvořených. Studující pracují s konkrétními reklamami a seznamují se s možnostmi, jak se bránit sexistickým sdělením.**

*V případě zájmu o workshopy kontaktujte Agátu Prokopovou na [agatap@nesehnuti.cz](mailto:agatap@nesehnuti.cz)*





# METODICKÉ MATERIÁLY

*V této sekci odkazujeme na naše již vytvořené metodické materiály určené pro vyučující, které můžete využít ve své praxi. Jedná se o sérii metodik zaměřených na různá témata. Každá metodika obsahuje konkrétní cvičení nebo aktivity, které je možné realizovat i samostatně (není tedy nutné realizovat celý vzdělávací program).*

## **GENDEROVÉ STEREOTYPY, MÉDIA A REKLAMA**

Program zahrnuje sérii čtyř tematických bloků o celkové délce 16 vyučovacích hodin, ve kterých jsou studující uvedeny\* i do tématu genderové rovnosti a obeznámeny\* i se základními pojmy (společenské role a normy, sociální instituce, gender, genderové stereotypy, diskriminace, rovné příležitosti, dvojí standard, sexismus ad.), souvislostmi a východisky. Důležitým výstupem programu je to, že si studující osvojí metody překonávání negativních vlivů genderových stereotypů ve svém každodenním životě. V první části se studující seznámí s pojmem společenská role, normy a instituce

## **ZDRAVÉ PARTNERSKÉ VZTAHY BEZ NÁSILÍ**

Program Zdravé partnerské vztahy bez násilí je prevencí závažného problému: genderově podmíněného násilí. Zaměřuje se proto na mezilidské vztahy (zejména ty partnerské), důležitost komunikace a vzájemného respektu v rámci partnerství, respekt k různým identitám a rozvoj schopnosti rozpoznat násilí a vyhledat pomoc. Cílovou skupinou programu jsou studující středních škol a studující 8. a 9. tříd základních škol. Program vznikl v rámci projektu Schools of Equality podpořeného z Operačního programu Výzkum, vývoj a vzdělávání.

## **ROVNOST A PARTICIPACE**

Program Rovnost a participace se soustředí na posilování aktivního občanství a kompetencí potřebných k utváření demokratické kultury. Zaměřuje se na kultivaci schopností směřujících k odhalování nerovností a k nalézání řešení, jak dané nerovnosti řešit s ohledem na inkluzivitu, rovnost a respekt k celé komunitě. Program čerpá z participativních metod a nenásilné komunikace.





## **ŠKOLKA PRO MĚ**

Metodický materiál Školka pro mě aneb Jak si užít školku zábavně a citlivě 1 a 2 je ucelený materiál určený pro práci učitelstva a pečujících osob v mateřských školách, dětských skupinách a obdobných zařízeních předškolního vzdělávání. Je výsledkem více než dvouroční práce NESEHNUTÍ. Předcházely mu stáže v zahraničí a konzultace s řadou zahraničních organizací, přenosy dobré praxe do českého prostředí i pilotáže samotných aktivit s dětmi. Materiál přitom rovněž reaguje na témata, která jsme diskutovali\* y s rodiči i na potřeby z praxe školek, které jsme sesbíraly\*i.

## **KLOBOUK AKTIVIT**

Klobouk aktivit je navržen tak, aby poskytoval inspiraci zejména vyučujícím a lidem, kteří jakkoliv pracují s mládeží. Nabízíme jim nástroje, které mohou být využity nejen při workshopech zaměřených na prevenci genderově podmíněného násilí, ale i v jiných situacích, kdy se diskutuje o citlivých tématech.

V publikaci jsme pečlivě vybraly\*i širokou škálu aktivit, které mohou být využity také v náročnějších lektorských situacích. Aktivitu, které představujeme, a přístupy, ze kterých vycházíme, nám pomohou zajistit, abychom se spolu s mládeží pohybovaly\*i v bezpečném prostředí, a zároveň dokázaly\*i vnímat i lektorsky náročnější situace jako příležitosti k učení pro nás i zúčastněné.

## **PRACOVNÍ LISTY BEZ NÁSILÍ:**

### **SPOLEČNĚ K RESPEKTUJÍCÍ SPOLEČNOSTI**

Sada 6 pracovních listů. Slouží jako podpůrný materiál pro práci s mládeží (nejen) v rámci tématu prevence genderově podmíněného násilí. Materiál je vhodný k použití buď samostatně v rámci výuky nebo i v rámci workshopů prevence genderově podmíněného násilí. Umožňuje flexibilně reagovat na poptávku ve třídě a vybrat cílenou aktivitu, která se adresně věnuje konkrétnímu problému, se kterým se mladí lidé mohou potýkat.

*Kromě zmiňovaných workshopů a materiálů nabízíme facilitované diskuze ve formátu Town Hall, který vytváří bezpečný prostor pro otevřený dialog mezi žactvem, vyučujícími a vedením školy o společných tématech, potřebách a změnách. Můžeme vám vyjít vstříc i workshopem na klíč.*



# DALŠÍ TIPY A DOPORUČENÍ

## Doporučení pro vedení diskuzí

- Používejte otevřené otázky („Co si o tom myslíte?“, „Jak by se cítil člověk v této situaci?“).
- Podporujte rovnoměrnou účast všech.
- Všímejte si neverbální komunikace (smích, napětí, mlčení).
- Na závěr vždy udělejte shrnutí a reflexi – co si z aktivity odnášíme, co nás překvapilo, co bychom chtěli\* změnit.

## Jak pracovat s materiály

- Vyberte vhodný materiál podle věku, složení a aktuální situace třídy. Seznam se s metodikou a připrav si konkrétní otázky.
- Ujistěte se, že máte na realizaci vybraných aktivit dostatek času a vhodné prostředí.
- Naplánujte závěrečnou reflexi a propojení s dalšími aktivitami.

## Kde hledat podporu a inspiraci

[Modrá linka](#) – pomoc v krizových situacích, konzultace, poradna

[Konsent](#) – sexuální výchova, prevence genderově podmíněného násilí, genderové stereotypy

[Transparent](#) – informace k tématu transgender osob, překonávání stereotypů, edukace veřejnosti

[Učím o LGBT](#) – podpora vyučujících v zařazování queer témat do výuky

[SPONDEA, z.ú.](#) – sociální služba pro děti a mládež v krizi nebo pro osoby ohrožené násilím, krizové a intervenční centrum

[Persefona](#) – poradna a pomoc pro osoby zasažené násilím (sexuálním, domácím,...)

[Anabell](#) – poradna a pomoc pro osoby trpící poruchami příjmu potravy

[Nevypušť duši](#) – wellbeing, preventivní programy, duševní zdraví

- Linka bezpečí: 116 111
- Linka pro děti a mládež: 116 000
- Modrá linka: 608 902 410





# F\*ÉRA

**Tento materiál vznikl za účelem podpořit budoucí vyučující, kteří chtějí do výuky vnášet témata respektu, rovnosti a bezpečných vztahů. Cílem je poskytnout nástroje, které umožní otevřeně mluvit o tématech důležitých pro mladé lidi.**

Komplexní přístup k tématům rovnosti a bezpečných vztahů je zároveň nejsilnějším nástrojem prevence rizikového chování a násilí. Věříme, že aktivním začleněním těchto materiálů mají vyučující možnost nejen vytvořit bezpečné a respektující prostředí, ale především přímo podpořit i wellbeing a duševní zdraví žactva. Škola má sílu formovat generaci, která je empatická, zná své hranice a má nulovou toleranci k diskriminaci a vyučující jsou klíčovým prvkem této pozitivní změny.

Tento materiál vznikl v rámci projektu Bez násilí: Společně k respektující společnosti, který byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky. Výstupy projektu nereprezentují názor Úřadu vlády České republiky a Úřad vlády České republiky neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem těchto výstupů.

**Usilujeme o svět, ve kterém gender nehraje roli v distribuci moci a není vnímán jako binární; o svět, kde převládá rovnost a vzájemný respekt a na jehož utváření mají všichni možnost participovat; o svět, který se raduje z rozmanitosti a proměnlivosti všech entit a který je vnímavý, citlivý a empatický k jejich různým kontextům.**

**Jsme F\*ÉRA.**

**IG: @ferajefer**

**[www.edufera.cz/material/](http://www.edufera.cz/material/)**

