

elearning.ge4youth.eu/courses/ge4youth-ecourse-for-youth-beginners

E-KURZ PRACOVNÍKŮ S MLÁDEŽÍ

GE4YOUTH
začátečníci



GLOBÁLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

LIDSKÁ PRÁVA

Vytvoření základů v oblasti lidských práv s komplexním porozuměním, analytickými dovednostmi a praktickým využitím.

DEMOKRACIE

Rozvoj hlubokého porozumění demokracii, získání základních dovedností pro obhajobu, vzdělávání a odpovědnost.

AKTIVNÍ OBČANSTVÍ

Získání porozumění aktivnímu občanství, posilování morálních hodnot a zapojení do života komunity.

GENDEROVÁ ROVNOST

Rozvíjení kritického myšlení na podporu rovnosti žen a mužů v osobním i profesním životě.

MEZIKULTURNÍ A MEZINÁBOŽENSKÝ DIALOG

Získání znalostí pro prosazování inkuzivity a mírového soužití v multikulturním světě.

FAIR TRADE

Porozumění spravedlivému obchodu, udržitelné spotřebě a environmentálnímu povědomí v zájmu sociální spravedlnosti.

ZDRAVÍ

Zlepšování praktických dovedností pro holistické zdraví s důrazem na celoživotní pohodu se společenským dopadem.

Začátečníci: Výchova informovaných a angažovaných globálních občanů

<https://elearning.ge4youth.eu/courses/ge4youth-ecourse-for-youth-beginners/>

Proč si vybrat globální vzdělávací kurz GE4YOUTH?

Tento 40hodinový kurz pro začátečníky je transformativní vzdělávací cesta, jejímž cílem je poskytnout účastníkům základní znalosti, dovednosti a kompetence pro aktivní a odpovědné občanství v našem propojeném světě. Zde je vysvětleno, proč je tento kurz výjimečný:

1. **Holistické chápání:** Ponořte se do základních konceptů jako jsou lidská práva, demokracie a genderová rovnost, a podpořte tak komplexní porozumění propojeným globálním problémům. Získejte poznatky, které přesahují povrchové znalosti.
2. **Praktické využití:** Spojte teorii a praxi prostřednictvím zkušenostního učení, umožňující účastníkům zodpovědně aplikovat znalosti v reálných situacích. Překročte rámec teoretických diskusí a přejděte ke konkrétním akcím s dopadem.
3. **Obhajoba a vedení:** Získejte schopnost prosazovat demokratické hodnoty, zapojit se do komunitních iniciativ a podporovat kulturu odpovědnosti, transparentnosti a sociální spravedlnosti. Rozvíjejte vůdčí schopnosti, které jsou hnací silou pozitivních změn.
4. **Mezioborový přístup:** Prozkoumejte různé perspektivy interdisciplinárním pohledem, zlepšete kritické myšlení a dovednosti řešení problémů. Přijměte holistický pohled, který překračuje tradiční oborové hranice.
5. **Inkluzivní dialog:** Zorientujte se v kulturní rozmanitosti, náboženském dialogu a podporujte inkluzivitu, rozvíjejte efektivní komunikaci a dovednosti řešení konfliktů. Rozvíjet schopnost vést respektující a otevřené rozhovory napříč odlišnostmi.
6. **Udržitelný život:** Osvojte si zásady spravedlivého obchodu, udržitelné spotřeby a environmentálního povědomí, což jednotlivcům umožní přispívat k sociální spravedlnosti, ekonomické bezpečnosti a ochraně přírody. Zjistěte, jak osobní volby ovlivňují globální udržitelnost.
7. **Celostní zdraví:** Uvědomte si, že zdraví je celoživotní investice, a pochopte jeho mnohostrannou povahu a dopad na osobní pohodu a prosperitu společnosti. Získejte vhled do podpory vyváženého a plnohodnotného života.

Pro koho?

- **Vedoucí mládeže a advokáti:** Těm, kteří jsou zapálení pro pozitivní změny a zlepšování dovedností vedení a obhajoby.
- **Komunitní organizátoři a aktivisté:** Osoby aktivně zapojené do iniciativ v oblasti sociální spravedlnosti, které chtějí prohloubit své teoretické znalosti.
- **Pedagogové a pracovníci s mládeží:** Odborníci, kteří se věnují celkovému rozvoji mládeže a začleňování globálních perspektiv do vzdělávání.
- **Studenti a mladí dospělí:** Ti, kteří si chtějí rozšířit své perspektivy a pozitivně přispět společnosti.
- **Společensky odpovědní jednotlivci:** Zastánci etických postupů a udržitelného života.

Celkové výsledky učení kurzu pro ZAČÁTEČNÍKY

Modul 1 | Lidská práva. Celkový výsledek: Účastníci si vytvoří pevné základy v oblasti lidských práv, získají komplexní znalosti, analytické dovednosti, interdisciplinární kompetence a smysl pro odpovědné uplatňování. Přístup k učení aktivně podporuje kritické myšlení a usnadňuje praktické využití znalostí v reálných situacích.

Modul 2 | Demokracie. Celkový výsledek: Účastníci získají základní znalosti o demokracii a řádné správě věcí veřejných, dovednosti a kompetence, které jim umožní aktivně prosazovat tyto zásady. Modul umožňuje pracovníkům s mládeží prosazovat demokratické hodnoty, zapojovat se do vzdělávacích aktivit, podporovat účast mládeže a zavádět kulturu odpovědnosti a transparentnosti. Prostřednictvím zážitkového učení a přístupu globálního vzdělávání si účastníci zdokonalí kritické myšlení, komunikaci, obhajobu zájmů a dovednosti zapojení komunity, čímž přispějí ke spravedlivé, rovné a demokratické společnosti.

Modul 3 | Aktivní občanství. Účastníci získají základní znalosti o aktivním občanství, jeho propojení s morálními hodnotami a klíčové roli sdílených hodnot v rámci komunity. Modul vybaví studenty dovednostmi kritického myšlení a analýzy, které jim umožní aplikovat teoretické znalosti v praxi. Jsou rozvíjeny kompetence v oblasti obhajoby morálních hodnot, odpovědného uplatňování občanských principů a podpory aktivního občanství nad rámec formálního vzdělávání. Filozofické poznatky z Platónových dialogů poskytují pevný teoretický základ pro pochopení morálních aspektů občanství a podporují rozvoj odpovědných a angažovaných občanů.

Modul 4 | Genderová rovnost. Účastníci získají komplexní znalosti o rovnosti žen a mužů, které zahrnují historický kontext, teoretické rámce, jako je intersekcionalita, a její význam pro různé aspekty života. Rozvíjejí dovednosti kritického myšlení, zpochybňují normy a aktivně přispívají k prosazování rovnosti žen a mužů v osobním i profesním životě. Kurz posiluje účastníky v obhajobě lidských práv, rozmanitosti a inkluze v kontextu genderové rovnosti.

Modul 5 | Mezikulturní a mezináboženský dialog. Účastníci získají znalosti o mezikulturním a mezináboženském dialogu, kulturní rozmanitosti a teoriích náboženské rozmanitosti. Rozvíjejí kritické myšlení a efektivní komunikační dovednosti a získávají kompetence k prosazování inkluze, lidských práv a mírového soužití v multikulturním světě. Kurz posiluje účastníky, aby se zapojili do dialogu, řešili předsudky a přispívali k prevenci a řešení konfliktů prostřednictvím mezikulturního porozumění.

Modul 6 | Fairtrade. Účastníci získají komplexní znalosti o zásadách fairtrade, udržitelné spotřebě a environmentálním povědomí. Rozvíjejí dovednosti pro informované rozhodování, kritickou analýzu scénářů a přispívání k fairtrade a udržitelnému životu. Získané kompetence posilují schopnosti jednotlivců zasazovat se o sociální spravedlnost, ekonomickou bezpečnost a ochranu životního prostředí.

Modul 7 | Zdraví. Účastníci získají znalosti o celostním zdraví a rozvinou praktické dovednosti pro tělesnou a duševní pohodu. Získávají kompetence k podpoře zdraví v osobním a komunitním kontextu a posilují komplexní chápání zdraví jako celoživotní investice s dlouhodobými společenskými dopady.

BM1. Lidská práva

Lidská práva jsou taková práva, na která mají nárok všichni lidé jen proto, že jsou lidmi. Tato práva jsou uznána v různých mezinárodních smlouvách, jako je Všeobecná deklarace lidských práv, a v ústavách mnoha zemí.

Lidská práva zahrnují širokou škálu otázek, včetně následujících:

- **Občanská a politická práva:** zahrnují právo na svobodu a bezpečnost osoby, právo na život, právo na rovnost před zákonem, právo na spravedlivý soudní proces, právo na svobodu projevu, právo na svobodu náboženství, právo volit a další.
- **Hospodářská, sociální a kulturní práva:** tyto zahrnují právo na práci, právo na vzdělání, právo na zdraví, právo na bydlení, právo na potravu, právo na kulturu a další.
- **Práva zranitelných skupin:** zahrnují práva žen, práva dětí, práva původních obyvatel, práva migrantů, práva osob s postižením, práva LGBTIQ+ komunity a další.
- **Environmentální práva:** zahrnují právo na zdravé životní prostředí, právo na ochranu biologické rozmanitosti, právo na informace a účast na rozhodnutích týkajících se životního prostředí a další.

Je důležité si uvědomit, že všechna lidská práva jsou vzájemně závislá a propojená. Dále je třeba chránit a respektovat lidská práva ze strany vlád a společností a jednotlivci by měli být obeznámeni se svými právy a povinnostmi, aby tato práva prosazovali.

Lidská práva zahrnují širokou škálu otázek, jak bylo zmíněno dříve, a jejich význam v globálním vzdělávání je zásadní. Vzdělávání v oblasti lidských práv si klade za cíl osvětovat a zvyšovat povědomí o důležitosti lidských práv a podporovat jejich ochranu a respektování.

Vzdělávání v oblasti lidských práv může přispět k:

- Prevenci a boji proti diskriminaci a sociálnímu vyloučení.
- Podpoře rovnosti a nediskriminace.
- Podpoře dialogu a tolerance mezi kulturami a komunitami.
- Podpoře občanské účasti a demokracie.
- Posílení kultury míru a mírového řešení konfliktů.
- Podpoře sociální spravedlnosti a rovnosti.
- Zvýšení povědomí o důležitosti životního prostředí a udržitelnosti.
- Vzdělávání v oblasti lidských práv může také přispět k podpoře dalších práv, jako jsou právo na vzdělání, právo na zdraví, právo na důstojnou práci a další.

Ve zkratce lze říci, že vzdělávání v oblasti lidských práv je zásadní pro udržitelný lidský rozvoj a konstrukci spravedlivé a rovnostářské společnosti. Vzdělávání v oblasti lidských práv ve školách může pomoci vytvořit informované, kritické občany angažované v ochraně a podpoře lidských práv, jak na lokální, tak na globální úrovni.

V našich aktivitách se budeme zabývat chartou lidských práv jako způsobem řešení **sociální spravedlnosti a solidarity**. Na druhé straně se v další sérii aktivit budeme zabývat **mírem a transformací konfliktů, bezpečností a budováním míru**.

Metodologická východiska

Metodologie používaná při studiu lidských práv je přímo spojena s cílem uvědomit mladé lidi o důležitosti obrany lidských práv.

Za tímto účelem byl přijat multidisciplinární přístup, který využívá především individuální a kolektivní, participační dynamiku a podporuje kritickou analýzu, pochopení a osvojení teoretických a doktrinárních konceptů.

Mezi různými přístupy, které byly zohledněny, bychom měli zdůraznit následující:

Historický přístup: Tato metodologie se zaměřuje na studium vývoje lidských práv v průběhu času, od jejich počátků po jejich současný vývoj. Tento přístup nám umožňuje porozumět vývoji lidských práv a bojům, které byly vedeny za jejich uznání a ochranu.

Normativní analýza: Tato metodika se zaměřuje na studium vnitrostátních a mezinárodních právních nástrojů, které uznávají a chrání lidská práva. Umožňuje nahlédnout do mezinárodních norem a standardů na ochranu práv člověka a jejich uplatňování v různých vnitrostátních kontextech.

Komparativní přístup: Tato metodologie se zaměřuje na srovnávací studium právních a politických systémů různých zemí v oblasti lidských práv. Umožňuje nahlédnout do podobností a rozdílů v ochraně lidských práv v různých kontextech a do způsobu jejich uplatňování v různých kulturách a právních tradicích.

Empirický výzkum: Tato metodologie se zaměřuje na provádění empirického výzkumu s cílem porozumět skutečné situaci v oblasti lidských práv v konkrétním kontextu. Tato metodika umožňuje identifikovat překážky a bariéry ochrany lidských práv a osvědčené postupy jejich prosazování a obrany.

Interdisciplinární přístup: Tato metodologie se zaměřuje na studium lidských práv z interdisciplinární perspektivy, která propojuje poznatky a pohledy z různých oborů, jako je filozofie, sociologie, antropologie, právo a politika. Tato metodologie umožňuje chápat lidská práva z různých úhlů pohledu a perspektiv.

Během implementace je důležité, aby facilitátoři používali vybrané metodiky vhodně a aby teoretický obsah byl prezentován jasným a srozumitelným způsobem. Je klíčové vytvořit důvěrnou a respektující atmosféru, aby se účastníci cítili pohodlně a ochotně se aktivně zapojili.

Hodnocení: Nakonec je třeba vzdělávací akci vyhodnotit, aby bylo jasné, zda bylo dosaženo stanovených cílů. Hodnocení může být kvantitativní (prostřednictvím dotazníků a testů) a kvalitativní (prostřednictvím pozorování a zpětné vazby od účastníků). Je důležité shromáždit výsledky hodnocení a využít je ke zlepšení budoucích školicích akcí.

Použitá metodologie je založena na přístupu "čti, rozuměj a jednej", pedagogickém přístupu, který si klade za cíl podporovat aktivní účast studentů ve svém učebním procesu a v praktickém uplatňování získaných znalostí.

Tato metodologie je založena na 3 základních krocích:

- I. **Čtení:** V tomto prvním kroku by si studenti měli pečlivě přečíst informace týkající se tématu nebo problému, kterým se budou zabývat. Může jít o texty, zprávy, oficiální dokumenty a svědectví. **Aktivita Porozumění lidským právům**
- II. **Porozumět:** Jakmile si studenti informace přečtou, měli by je důkladně analyzovat a pochopit. K tomu mohou použít různé studijní techniky, jako je podtrhávání, syntéza, shrnutí. **Activity Film Forum**
- III. **Jednat:** Třetím a posledním krokem je praktické využití získaných znalostí. V tomto případě musí studenti určit příležitosti, jak prakticky využít to, co se naučili, ať už individuálně, nebo kolektivně, a

podniknout konkrétní kroky k vyřešení daného problému nebo zlepšení dané situace. **Naléhavé akce Amnesty International**

Metodika založená na principu "čti, rozuměj a jednej" podporuje kritické myšlení, aktivní účast a kreativitu studentů a poskytuje jim nástroje k uplatnění získaných znalostí v reálných situacích. Kromě toho tato metodika přispívá také k rozvoji sociálních a emocionálních dovedností, jako je empatie, společenská odpovědnost a vůdčí schopnosti.

Lidská práva jsou základem pro zajištění důstojnosti a rovnosti všech lidí bez ohledu na jejich kulturní, vzdělanostní, sociální nebo ekonomické postavení. Proto je důležité vysvětlovat lidská práva způsobem, který odpovídá jejich znalostem a dovednostem v rámci globálního vzdělávání.

BM2. Demokracie

Demokracie a dobrá správa věcí veřejných jsou zásadní koncepty, které mají významný vliv na způsob fungování společností. Demokracie odkazuje na systém vlády, kde je moc svěřena lidem a rozhodnutí jsou přijímána prostřednictvím procesu svobodných a spravedlivých voleb. Na druhé straně dobrá vláda odkazuje na procesy a systémy, které umožňují vládě sloužit nejlepším zájmům svých občanů, včetně transparentnosti, odpovědnosti a reaktivity.

Pochopení těchto konceptů je pro mládežnické pracovníky klíčové, protože hrají důležitou roli při prosazování demokratických hodnot a dobré vlády ve svých komunitách. Tato kapitola poskytne přehled těchto konceptů, zkoumá jejich důležitost, klíčové principy a způsoby, jak je lze prosazovat.

Význam demokracie a dobré správy věcí veřejných

Demokracie a řádná správa věcí veřejných jsou nezbytné z několika důvodů:

- Podporují lidská práva a základní svobody, včetně svobody projevu, sdružování a shromažďování.
- Umožňují lidem účastnit se rozhodovacího procesu, dávají jim možnost vyjádřit svůj názor a podílet se na politickém procesu.
- Podporují odpovědnost a transparentnost a zajišťují, že ti, kdo jsou u moci, se zodpovídají lidem, kterým slouží.

Principy demokracie a dobré správy věcí veřejných

Demokracie a řádná správa věcí veřejných se řídí několika zásadami. Patří mezi ně:

- Právní stát: Právní stát odkazuje na princip, že všichni jednotlivci a instituce, včetně vlády, podléhají zákonu. Tento princip je zásadní pro podporu odpovědnosti a transparentnosti, zajistí, že ti, kteří mají moc, jsou vázáni právními rámci a nemohou jednat mimo ně.
- Účast: Účast odkazuje na princip, že všichni občané by měli mít možnost účastnit se procesu rozhodování. Tento princip je zásadní pro podporu demokracie, zajistí, že občané mají hlas v politickém procesu.
- Transparentnost: Transparentnost odkazuje na princip, že veškeré akce vlády by měly být otevřené a přístupné veřejnosti. Tento princip je zásadní pro podporu odpovědnosti, zajistí, že ti, kteří mají moc, jsou odpovědní občanům, kterým slouží.
- Odpovědnost: Odpovědnost odkazuje na princip, že ti, kteří mají moc, by měli být odpovědní za své akce. Tento princip je zásadní pro podporu dobré vlády, zajistí, že ti, kteří mají moc, jsou zodpovědní za svá rozhodnutí a akce.

Podpora demokracie a řádné správy věcí veřejných

Pracovníci s mládeží hrají zásadní roli při podpoře demokracie a řádné správy věcí veřejných ve svých komunitách. Zde je několik způsobů, jak toho mohou dosáhnout:

- Vzdělávat a zvyšovat povědomí: Pracovníci s mládeží mohou mladé lidi vzdělávat v oblasti demokracie a řádné správy věcí veřejných, zvyšovat povědomí o jejich významu a zásadách, na nichž jsou založeny. Toto vzdělávání může mít různé formy, včetně workshopů, seminářů a školicích programů.
- Podporovat účast: Pracovníci s mládeží mohou povzbuzovat mladé lidi k účasti na rozhodovacím procesu a poskytovat jim příležitosti zapojit se do politického procesu a nechat zaznít jejich hlas.

- Podporovat odpovědnost: Pracovníci s mládeží mohou podporovat zodpovědnost tím, že budou podporovat transparentnost a vyzývat ty, kteří jsou u moci, aby se zodpovídali za své činy. To může zahrnovat sledování vládních rozhodnutí a opatření, podávání zpráv o nich a zapojení do prosazování zájmů.
- Podporovat demokratické hodnoty: Pracovníci s mládeží mohou podporovat demokratické hodnoty tím, že budou prosazovat úctu k lidským právům, rozmanitost a toleranci. Mohou také povzbuzovat mladé lidi, aby se zapojovali do občanských aktivit, jako je dobrovolnictví a veřejně prospěšné práce.

Stručně řečeno, demokracie a řádná správa věcí veřejných jsou zásadní pojmy, které jsou základem fungování společnosti. Pracovníci s mládeží hrají zásadní roli při prosazování těchto hodnot, vzdělávání mladých lidí, povzbuzování k účasti, podpoře odpovědnosti a posilování demokratických hodnot. Tím mohou přispět k budování spravedlivější, rovnější a demokratičtější společnosti, a to jak na místní, tak na celosvětové úrovni.

Metodologická východiska

Metodika vytvořených aktivit se zaměřuje na propagaci zásad demokracie a řádné správy věcí veřejných mezi pracovníky s mládeží prostřednictvím praktických cvičení. Aktivity jsou koncipovány jako interaktivní a participativní, s důrazem na zážitkové učení a vzájemné zapojení.

Aktivity jsou zaměřeny na podporu odpovědnosti, participace, transparentnosti a právního státu jako klíčových zásad řádné správy věcí veřejných. Používaná metodika zahrnuje kombinaci individuální a skupinové práce, výzkumu, diskuse a reflexe.

Aktivity jsou koncipovány s využitím přístupu globálního vzdělávání, který klade důraz na holistický pohled na svět a podporuje pochopení globálních problémů a jejich lokálního dopadu. Aktivity podněcují účastníky k tomu, aby přemýšleli nad rámcem své vlastní komunity a rozvíjeli globální pohled na zásady demokracie a řádné správy věcí veřejných. Přístup používaný při aktivitách je zaměřen na studenty, podporuje aktivní zapojení a umožňuje účastníkům převzít odpovědnost za své učení.

Prostřednictvím aktivit si účastníci rozvíjejí dovednosti, jako je kritické myšlení, komunikace, obhajoba zájmů a zapojení komunity. Rozvíjejí také znalosti a porozumění zásadám demokracie a řádné správy věcí veřejných a jejich místnímu a globálnímu dopadu. Aktivity podporují osobní a společenský rozvoj a povzbuzují účastníky k tomu, aby se stali zodpovědnými a angažovanými občany.

BM3. Aktivní občanství

Modul o aktivním občanství ukazuje, jak souvisí s morálními hodnotami, které musí lidé mít, aby mohli žít v míru a správně, a jak jeho uplatňování zlepšuje náš vztahový život tím, že zvyšuje kvalitu občanského soužití. Každý člověk má své vlastní hodnoty, tedy něco, co považuje za důležité pro sebe a pro budování své budoucnosti: někteří lidé se zaměřují na city, jiní na kulturu, další na peníze....

Ale i když každý může mít jiné hodnoty, komunita musí některé z nich sdílet. Aby mohli žít v atmosféře klidu a bezpečí, musí všichni členové společenství usilovat například o hodnoty zákonnosti, míru, spravedlnosti... Všichni členové společenství musí být v souladu s těmito hodnotami. A každý musí přispívat k růstu těchto hodnot, ať už v jakkoli malé či velké míře.

Odpovědné chování je vlastní svobodným lidem. Svoboda totiž neznamená, že člověk musí neustále uspokojovat svá přání. Být svobodný znamená umět ovládat své pudy a chování, umět se něčeho vzdát, aby se dosáhlo důležitého cíle, umět si stanovit pravidla. Bez pravidel by lidská společnost žila v chaosu a nejistotě. Aktivní občanství je také považováno za průřezovou kompetenci; ve skutečnosti je součástí evropských cílů, které se zrodily s Lisabonskou strategií 2000. A její význam se zvyšuje tím, že si uvědomujeme, že může také vychovávat k účasti na společenském životě, takže rozšiřuje hodnotu vzdělávání mimo školní prostředí a mimo něj. Aktivní občanství navíc může a mělo by pokračovat i po skončení povinné školní docházky, protože se skládá z kombinace formálního i neformálního a informálního učení.

Metodologická východiska

Použitá metodologie se soustředí na četbu a analýzu dvou úryvků z Platónových dialogů, Protagoras a Republika, což je zásadní pro teoretické a morální vymezení významu občanství.

Teoretické zázemí je filosofické a v podstatě je zde i úvod do Platónovy filosofie. Studium a výklad pojmů obsažených v obou dialozích bude důležité, neboť poskytne nástroje pro kritické čtení morálních hodnot a významu, který mají v rámci společenství, mají regulační a v některých případech i odstrašující funkci pro jednání, které by narušovalo klidný život.

Třetí částí je praktická činnost, která bude studenty podněcovat ke kritickému pozorování okolního prostředí a situací každodenního života, přičemž se vždy budou pevně držet cíle celého modulu, a tím je rozvoj aktivního občanství.

BM4. Genderová rovnost

Rovnost žen a mužů je základním lidským právem a zásadní otázkou, která se týká jednotlivců, rodin, komunit a národů na celém světě, neboť se týká stavu rovného přístupu k příležitostem a zdrojům bez ohledu na pohlaví. I když je gender mnohostranný pojem, který se liší v různých kulturách a časových obdobích, je zakotven v mezinárodním právu a podporován mnoha světovými organizacemi, včetně Organizace spojených národů. Cílem genderové rovnosti je odstranění diskriminace a nerovnosti na základě pohlaví, včetně nerovného zacházení v sociální, ekonomické a politické oblasti. Dosažení rovnosti žen a mužů vyžaduje transformaci těchto společenských struktur a postojů, jakož i politiky a legislativu, které podporují rovný přístup a příležitosti pro všechna pohlaví.

Cílem modulu o rovnosti žen a mužů je prozkoumat historii, koncepty, rámce a výzvy spojené s rovností žen a mužů z pohledu začátečníků. Kurz je rozdělen do pěti částí, z nichž každá se zaměřuje na jiný aspekt rovnosti žen a mužů. V první části poskytneme úvod do kurzu, kde se budeme zabývat historií a politickými hodnotami feminismu, koncepty genderu a mezistátními rámci pro rovnost žen a mužů, včetně Agendy 2030. Druhá část se zaměří na identity a význam intersekcionality. Budeme zkoumat, jak se gender prolíná s dalšími aspekty identity, jako je rasa, etnický původ, náboženství, třída a sexualita. Třetí část kurzu se zaměří konkrétně na sexualitu a zároveň bude diskutovat o důležitosti rozmanitosti a inkluze proti stereotypům a předsudkům. Budeme se také zabývat zásadní otázkou sexuálního a reprodukčního zdraví a práv a vyzveme účastníky, aby se zamysleli nad svým chápáním genderu a nad tím, jak formuje jejich postoje k sexuálnímu a reprodukčnímu zdraví a právům. Čtvrtá část kurzu se zaměří na násilí páchané na ženách a dívkách a na mír a bezpečnost žen. Prozkoumáme rámce UN Women týkající se násilí na ženách a dívkách a míru a bezpečnosti žen, včetně zásadní role žen při řešení konfliktů a budování míru. Interaktivní aktivita vyzve účastníky, aby se zamysleli nad svými postoji k genderově podmíněnému násilí a nad úlohou, kterou mohou hrát při jeho prevenci. Pátá a závěrečná část kurzu se zaměří na ekonomiku a rovnost žen a mužů ve světě práce. Budeme se zabývat rámcem UN Women pro ekonomické posílení postavení žen a rámcem ILO pro rovnost žen a mužů ve světě práce.

Závěrem má tento modul za cíl poskytnout účastníkům hlubší pochopení problémů spojených s rovností pohlaví z perspektivy začátečníka. Prostřednictvím kombinace akademických čtení, interaktivních aktivit a diskusí budou účastníci povzbuzováni k zamyšlení nad svým postojem k pohlaví a jeho dopadem na jednotlivce, rodiny, komunity a státy. Kurz účastníky vybaví znalostmi a dovednostmi nezbytnými k prosazování rovnosti pohlaví v jejich osobním i profesním životě.

Metodologická východiska

Modul je rozdělen do následujících 5 sekcí a 11 podsekcí. Na konci každé z nich je provedeno sebehodnocení v podobě 15 otázek více výběrového testu. Obsahem jsou následující části:

1. Úvod do feminismu (délka: 1,5 hodiny)

- Feminismus 101: Historie a politické hodnoty
- Genderové koncepty na úvod
- Agenda 2030 a mezinárodní rámce pro rovnost pohlaví

2. Identity (délka: 1 hodina)

- Význam intersekcionality
- Sexuální a genderová různorodost a lidská práva

3. Sexualita (délka: 1 hodina)

- Gender a sexualita: Diverzita a Inkluze
- Sexuální a reprodukční zdraví a práva

4. Násilí (délka: 1 hodina)

- Násilí vůči ženám a dívkám
- Ženy, mír a bezpečnost

5. Ekonomika (délka: 1 hodina)

- Ekonomické posílení žen
- Rovnost pohlaví ve světě práce

Metodologie kurzu "Úvod do modulu: Rovnost pohlaví" je navržena tak, aby účastníkům poskytla komplexní pochopení rovnosti pohlaví z pohledu začátečníka. Kurz využívá kombinaci čtení, interaktivních aktivit a diskusí k zapojení účastníků a podpoře jejich zamyšlení nad tématem. Návrh kurzu vychází z následujících teoretických rámců a přístupů:

- **Intersectionality:** Kurz uznává význam intersekcionality, teoretického rámce, který uznává, jak se více aspekty identity, jako je pohlaví, rasa, třída a sexualita, protínají a ovlivňují zkušenosti jednotlivců. Začleněním intersekcionality do obsahu kurzu účastníci získávají hlubší pochopení toho, jak se gender protíná s jinými sociálními kategoriemi a formuje zkušenosti jednotlivců s diskriminací a privilegiem
- **Feministická teorie:** Účastníci jsou seznámeni s historií a politickými hodnotami feminismu, které poskytují základ pro porozumění sociálním, politickým a ekonomickým rozměrům nerovnosti pohlaví. Feministická teorie také poskytuje informace pro diskuse o genderových pojmech a rámci, posiluje účastníky v kritickém zkoumání a výzvách stávajících genderových norm a mocenských struktur.
- **Perspektiva lidských práv:** Kurz zdůrazňuje důležitost rovnosti pohlaví jako základního lidského práva. Přijetím perspektivy lidských práv se účastníci učí o mezinárodních rámcích a deklaracích, které prosazují rovnost pohlaví, jako je Agenda 2030 a práce Organizace spojených národů. Tento přístup zdůrazňuje význam právních a politických rámců v podpoře rovnosti pohlaví a přispívá k analýze mezer a výzev při jejich provádění.
- **Kritická analýza a zamyšlení:** Během kurzu jsou účastníci povzbuzováni k provádění kritické analýzy a zamyšlení. Jsou vyzváni k otázkám a výzvám společenských norm, stereotypů a předsudků týkajících se pohlaví. Účastí v diskusích a interaktivních aktivitách účastníci rozvíjejí dovednosti kriticky zkoumat své vlastní postoje, přesvědčení a chování v souvislosti s rovností pohlaví. Toto sebereflexe podporuje osobní růst a rozvoj více inkluzivního a spravedlivého myšlení.
- **Aplikace na osobní a profesní životy:** Metodologie kurzu má za cíl zajistit, aby účastníci mohli aplikovat získané znalosti a dovednosti na své osobní a profesní životy. Prozkoumáním provázanosti mezi rovností pohlaví s různými sférami, jako je práce, prevence násilí a ekonomické osvobození, se účastníci učí, jak aktivně přispívat k prosazování rovnosti pohlaví v různých kontextech. Praktické příklady, případové studie a aplikace do reálného světa jsou začleněny k posílení porozumění účastníků tomu, jak efektivně prosazovat rovnost pohlaví.

Zahrnutí sebehodnotících kvízů na konci každé sekce slouží k několika účelům. Umožňuje účastníkům posoudit své porozumění učivu kurzu, identifikovat oblasti pro další učení a sledovat svůj pokrok. Tyto kvízy také posilují teoretické koncepty pokryté kursem, zajišťující, že účastníci mají pevné porozumění obsahu

kurzu. Celkově kombinuje metodologie kurzu teoretické rámce, kritickou analýzu, sebereflexi a praktické aplikace k vybavení účastníků komplexním pochopením rovnosti pohlaví. Zapojením účastníků do akademických čtení, interaktivních aktivit a diskusí metodologie kurzu podporuje transformativní učení, které účastníky vybavuje znalostmi a dovednostmi nezbytnými k prosazování rovnosti pohlaví v různých kontextech.

BM5. Mezikulturní a mezináboženský dialog

Mezináboženský a mezikulturní dialog mají potenciál spojovat lidi z různých náboženských tradic a různorodých kultur kolem sdílených sociálních a politických výzev. Tyto zdroje zdůrazňují perspektivy náboženských vůdců, učenců, aktivistů, spisovatelů a studentů pracujících přes rozdíly, aby se učili od druhých a dosahovali společných cílů.

Naše mnohočetné a měnící se kulturní identity

Jakákoli komunita, do které patříme, je plná rozmanitosti - rozdílů v pohlaví, věku, kultuře, etnicitě, schopnostech, náboženství, jazycích a postojích. Od narození nás rodina a komunita obklopují jazykem, pochopením, hodnotami a přesvědčeními, abychom mysleli a chovali se přijatelnými způsoby. Jak rosteme a interagujeme s naší komunitou, stáváme se členy různých skupin a rozšiřujeme naše pochopení, hodnoty a chování.

Globalizace, sociální média, migrace a urbanizace vedou ke zvýšenému propojení lidí s různorodými kulturními identitami a mezikulturní porozumění se stává důležitějším pro respektující interakce.

Setkávání s lidmi různých původů rozšiřuje náš pohled na svět, rozvíjí větší porozumění naší vlastní identitě a pomáhá nám ocenit alternativní pohledy, ale může to být také náročné. Pokud se zaměříme na rozdíly mezi lidmi, rozdělením skupiny na "oni" a "my", existuje potenciál pro konflikty a pro to, aby byli lidé diskriminováni a docházelo k nespravedlivému zacházení s lidmi.

Kulturní identita

Naše kultura je způsob, jak myslíme a chováme se. To zahrnuje životní styl, způsoby společného života, hodnotové systémy, tradice a přesvědčení. Kultura zahrnuje pozorovatelné rysy, jako je jazyk, jídlo, oblečení, oslavy, umění a literatura, stejně jako méně pozorovatelné rysy jako postoje, přesvědčení, hodnoty, statusy a využití času a prostoru, které tvoří základ viditelnosti.

Kultura je dynamická, měnící se prostřednictvím interakce s jinými kulturami a přizpůsobující se různým prostředím. Postoje se mění s časem - například postoj k otroctví a práva žen. Kultury nejsou vždy spojeny s národností. Například bohatí mladí lidé v různých zemích, kteří se spojují prostřednictvím sociálních médií, mohou mít více společného mezi sebou než s chudými nebo staršími lidmi ve své vlastní zemi. Obecně jsme tak spokojeni se svou vlastní kulturou a považujeme to, co děláme, za "normální", že si možná neuvědomujeme naše zkreslení, předsudky a nekonzistence.

Kulturní diverzita

Kultura může spojovat lidi se stejnými hodnotami, postoji a přesvědčeními, ale také může dělit a odpojovat lidi. Diskriminace nebo zneužívání na základě etnicity, náboženství, národnosti, sociálně ekonomického postavení nebo pohlaví způsobuje, že se lidé cítí bezcenně, zatraceně nebo ohroženě. To může vést k násilí a konfliktům. Nepřihlížení ke kulturní rozmanitosti může znamenat, že lidé jsou vyloučeni ze skupin a z vzdělávacích a zdravotních služeb, což snižuje jejich přínos k společenství a schopnost vydělávat na živobytí. To je porušení jejich lidských práv.

Menšinové skupiny ve společnosti mohou být ohroženy ztrátou svého jazyka a jedinečných charakteristik, protože se od nich očekává, že se asimilují, aby plně fungovaly v rámci kultury dominantní skupiny. To může vést ke ztrátě individuální identity a kulturních znalostí, které byly po staletí rozvíjeny a které mohou být klíčem k budování udržitelné budoucnosti.

S rostoucí rozmanitostí komunit je třeba hledat způsoby, jak spolu žít v míru. Někteří lidé očekávají, že se menšinové skupiny asimilují nebo zcela splynou s dominantní kulturou jako "tavicí kotlík". Někteří lidé projevují uznání jiným kulturám sdílením viditelných aspektů, jako je jídlo a festivaly, známé jako multikulturalismus. Jiní lidé vnímají kultury jako součást mozaiky, uznávají jejich odlišnosti, ale oceňují hlubší porozumění ostatním a vyjednávání o interakci, která uznává společné hodnoty a mezikulturní porozumění.

Budování mezikulturního porozumění

Každý má svůj vlastní způsob vyjadřování své kultury a reagování na jiné kultury. Setkání s jinými kulturami může vést ke "kulturnímu šoku", ale spolu se závazkem dodržovat lidská práva a snahou zajistit udržitelnou a mírovou budoucnost je třeba rozvíjet mezikulturní porozumění a hodnoty a dovednosti, které toto porozumění podpoří. Mezi tyto hodnoty patří respekt, empatie a tolerance a vhodné a účinné komunikační dovednosti. Řešení konfliktních názorů závisí na ochotě naslouchat, vyhýbání se stereotypům a schopnosti vyjednat o rozdílech a přizpůsobovat chování. Vzhledem k tomu, že se kultury vyvíjejí a lidé se snaží najít rovnováhu mezi protichůdnými názory, jedná se o neustálou cestu učení.

Mezikulturní dialog

"Mezikulturní dialog je otevřená a respektující výměna názorů mezi jednotlivci a skupinami příslušníků různých kultur, která vede k hlubšímu pochopení globálního vnímání druhého."

Cíle a podmínky ▲

V obecném smyslu je cílem mezikulturního dialogu naučit se žít společně v míru a konstruktivně v multikulturním světě a rozvíjet smysl pro společenství a sounáležitost. Mezikulturní dialog může být také nástrojem prevence a řešení konfliktů tím, že posiluje dodržování lidských práv, demokracie a právního státu.

Co je mezináboženský dialog?

Mezináboženský dialog spočívá ve vzájemném porozumění a respektu mezi lidmi různých vyznání, který jim umožňuje žít a spolupracovat navzdory jejich rozdílům. Tento termín označuje spolupráci a pozitivní interakci mezi lidmi různých náboženských tradic (tj. "vyznání") na úrovni jednotlivců i institucí. Každá strana zůstává věrná svému přesvědčení a zároveň respektuje právo druhé strany svobodně praktikovat svou víru.

Mezináboženský dialog nejsou jen slova nebo řeči. Zahrnuje i lidskou interakci a vztahy. Může probíhat mezi jednotlivci i komunitami a na mnoha úrovních. Například mezi sousedy, ve školách a na našich pracovištích - může probíhat ve formálním i neformálním prostředí. V Irsku žijí muslimové a křesťané na stejných ulicích, používají stejné obchody, autobusy a školy. Běžný život znamená, že se denně dostáváme do vzájemného kontaktu. Dialog tedy není jen něčím, co se odehrává pouze na oficiální nebo akademické úrovni - je součástí každodenního života, během něhož spolu různé kulturní a náboženské skupiny přicházejí do přímé interakce a kde je napětí mezi nimi nejhmotatelnější.

Teorie náboženské diverzity

Náboženská rozmanitost je skutečnost, že existují značné rozdíly v náboženské víře a praxi. Vždy si ji uvědomovali i lidé mimo nejmenší a nejizolovanější komunity. Od raného novověku však rostoucí množství informací z cestování, publikací a emigrace přimělo přemýšlivé lidi k hlubšímu zamyšlení nad náboženskou rozmanitostí. Pluralistický přístup k náboženské rozmanitosti zhruba říká, že v rámci možností je jedno náboženství stejně dobré jako kterékoli jiné. Exkluzivistické přístupy naopak říkají, že pouze jedno náboženství je jedinečně hodnotné. A konečně inkluzivistické teorie se snaží jít střední cestou tím, že souhlasí s exkluzivismem, že jedno náboženství má největší hodnotu, a zároveň souhlasí s pluralismem, že ostatní náboženství mají stále významnou náboženskou hodnotu.

Boj proti rasismu a diskriminaci

Svět je stále více propojen, ale to neznamená, že jednotlivci a společnosti žijí skutečně společně - jak ukazují vyloučení, kterým trpí miliony chudých, žen, mladých lidí, migrantů a znevýhodněných menšin.

V naší neklidné mezinárodní globalizované době je třeba hlásat hlavní poselství: mír je víc než jen absence války, je to soužití s našimi odlišnostmi - pohlaví, rasy, jazyka, náboženství nebo kultury. Mír je volba, kterou je třeba učinit v každé situaci, každodenní životní rozhodnutí vést upřímný dialog s ostatními jednotlivci a společenstvími.

Metodologická východiska

Aktivity v kurzu pro začátečníky se zaměřují na úvod do tématu mezikulturního a mezináboženského dialogu. Toto téma zahrnuje oblasti, jako je mezikulturní dialog, kulturní rozdíly a rozmanitost, rasismus, diskriminace, náboženství a mezináboženský dialog. Jedná se o velmi důležitá a celosvětově známá témata.

Aktivity využívají metodologii založenou na klíčových aspektech přístupu globálního vzdělávání, jako např:

- **Kooperativní učení** - učení ve skupinách, kde každý člen týmu přispívá svou částí úkolu tak, aby celá skupina byla úspěšná. Tato metoda umožňuje učení prostřednictvím interakce, zlepšuje komunikační dovednosti účastníků a zvyšuje jejich sebevědomí.
- **Učení založené na řešení problémů** - podněcuje studenty k položení otázek a jejich zodpovězení, využívajíc jejich přirozené zvědavosti o konkrétních událostech nebo tématech.
- **Učení založené na dialogu** - vytváří ústní interakce mezi účastníky k podpoře výměny nápadů. Slouží jako most mezi lidmi a vytváří přátelský prostor pro rozvoj myšlenek, reflexí a návrhů, i když jsou protichůdné nebo odlišné.

Kurz pro začátečníky obsahuje 8 aktivit. Každá aktivita se zaměřuje na jinou oblast a prohlubuje různé znalosti a dovednosti. Každá z aktivit se liší obtížností a aktivity mají různé časové nároky. Aktivity se nejvíce zaměřují na osobní dovednosti, jako je kritické myšlení, týmová práce a změna perspektivy. Aktivity nejvíce rozvíjejí hodnoty, jako je sebeúcta a respekt k druhým, otevřenost a proaktivita.

Všechny aktivity doporučujeme přizpůsobit velikosti, věku a složení skupiny. Některé aktivity mohou být vzhledem k psychologické složitosti tématu obsahově citlivější. V takovém případě informujte skupinu na začátku a aktivitu vhodně přizpůsobte.

Aktivita 1 se zaměřuje na různé způsoby chování a kultury jednotlivých zvířat, které pak žáci převádějí na lidské chování a kulturu. To pomáhá studentům lépe si uvědomit různé kultury a rozmanitost lidí.

Aktivita 2 představuje základ multikulturalismu. Je také dobré ji použít jako zahřívací aktivitu před probíráním učební látky.

Aktivita 3 seznamuje studenty s negativními stereotypy používanými v nenávistných protizidovských a protimuslimských textech a podporuje schopnost rozpoznat několik základních verbálních a vizuálních strategií, které se velmi často opakují v nenávistných textech různého typu.

Aktivita 4 aktivita odhaluje nejednoznačnost pojmu extremismus a vymezuje definici extremismu z hlediska ideologických postojů a každodenního života.

Aktivita 5 vysvětluje pojmy multikulturalismus a multikulturní a zaměřuje se na to, jak odlišná může být kultura rodin v našem nejbližším okolí.

Aktivita 6 se seznámíte s pojmem kulturní rozdíly a s různými rituály v různých zemích. Procvičuje se samostatná práce a diskuse. Aktivita je doplněna diskusí na téma mezikulturních rozdílů.

Aktivita 7 seznamuje s rozdíly ve finančních příjmech, kulturních zvyklostech, chudobě a dalších sociálních kritériích rodin ve světě. Hlavní součástí aktivity je prostředí webové platformy Dollar Street, kde žáci pracují většinu času.

Aktivita 8 posiluje povědomí žáků o tom, že abrahámovská náboženství mají společné kořeny, a tedy i mnoho společných prvků, čímž pomáhají zmírnit rozdělení "my vs. oni".

BM6. Fairtrade

Spravedlivý obchod je obchodní partnerství, které je založeno na transparentnosti, dialogu a respektu. Toto partnerství usiluje o větší spravedlnost v mezinárodním obchodě. Přispívá také k udržitelnému rozvoji, který je další součástí této oblasti. Přispívá tím, že nabízí lepší obchodní podmínky a zajišťuje práva marginalizovaných výrobců a pracovníků. Organizace spravedlivého obchodu se aktivně zapojují do podpory výrobců, zvyšování povědomí a do kampaní za změny pravidel a praxe konvenčního mezinárodního obchodu. Organizace spravedlivého obchodu také spolupracují se zemědělci a pracovníky, především z Afriky, Asie a Latinské Ameriky, aby mohli zlepšit svou životní úroveň, investovat do svých komunit a podniků a chránit naše společné životní prostředí.

Hlavními cíli jsou:

- Zlepšení životní úrovně znevýhodněných výrobců prostřednictvím zlepšení jejich přístupu na trh a spravedlivých cen.
- Šířit mezi spotřebiteli informace o negativním dopadu mezinárodního obchodu na výrobce, aby mohli svou kupní sílu využít pozitivním způsobem.
- Chránit lidská práva podporou rozvoje sociální spravedlnosti, ekologicky přijatelného chování a ekonomické bezpečnosti.

Udržitelná spotřeba

Udržitelná spotřeba je používání výrobků a služeb způsobem, který minimalizuje dopad na životní prostředí, aby byly uspokojeny lidské potřeby v současnosti, ale i pro budoucí generace. Udržitelná spotřeba je často paralelní s udržitelnou výrobou. Udržitelný životní styl minimalizuje ekologické dopady tím, že umožňuje prosperující život jednotlivců, domácností, komunit atd.

Udržitelná spotřeba jako součást udržitelného rozvoje je součástí celosvětového boje proti výzvám udržitelnosti, jako je změna klimatu, vyčerpávání zdrojů, hladomory a znečišťování životního prostředí.

Udržitelný rozvoj i udržitelná spotřeba vycházejí z určitých předpokladů, jako jsou:

- Efektivní využívání zdrojů a minimalizace odpadů a znečištění,
- Využívání obnovitelných zdrojů,
- Opětovné použití a recyklace výrobků tak, aby byly spotřební předměty maximálně využity.

Povědomí o životním prostředí

Environmentální povědomí znamená pochopit, jak naše chování ovlivňuje životní prostředí, a zavázat se ke změnám v našich činnostech, aby byla planeta chráněna. Životní prostředí se vztahuje na všechny části přírody, živé i neživé.

Toto téma je důležité vzhledem k rostoucímu počtu environmentálních problémů, kterým svět v současné době čelí, jako jsou:

- Změna klimatu,
- odlesňování,
- sucha,
- povodně, ale na druhé straně také nedostatek vody,
- globální oteplování,
- znečištění.

Pochopením těchto problémů a změnou životního stylu mohou lidé přispět k ochraně životního prostředí. Lidé ovlivňují životní prostředí různými způsoby, včetně emisí znečištění do půdy, vzduchu a vody, využívání přírodních zdrojů, spotřeby energie a produkce odpadů.

Metodologická východiska

Aktivity byly vytvořeny tak, aby se od sebe velmi lišily. Úkoly v aktivitách jsou různé, časová náročnost je různá a také témata jsou různá. V rámci tématu Fairtrade byly přidány aktivity, které se zaměřují na udržitelnou spotřebu a ekologické uvědomění, což jsou v dnešní době také velmi důležitá a celosvětově známá témata.

Aktivita 1 se zaměřuje na dialogové učení a souvisí s tématem životního prostředí.

Aktivita 2 naopak spočívá ve slibech týkajících se Fairtrade o tom, co budou studenti dělat lépe, a navíc udělají něco málo z umění, což pomáhá propojit více dovedností studentů.

Aktivita 3 je opět zaměřena na Fairtrade, ale z pohledu téměř "reálných" příběhů. Studenti by si měli příběhy poslechnout a poté je porovnat.

Aktivita 4 je spíše hra, která je založena na pravděpodobnosti hodů kostkou. Lze ji použít s malými dětmi, aby se naučily pravděpodobnosti a spravedlnosti.

Aktivita 5 je založena na skutečném chování studentů a jejich postojích, které lze mírně změnit, aby se chovali šetrněji k životnímu prostředí. Studenti by se měli kriticky zamyslet nad svými možnostmi a později o nich diskutovat.

Aktivita 6 se zaměřuje na udržitelnou spotřebu a učení založené na dialogu. Studenti se zamyslí nad reálnou dobou věcí, jak dlouho trvá jejich rozložení.

Aktivita 7 se zaměřuje (stejně jako aktivita 6) na udržitelnou spotřebu a rozdíl mezi materiály a dobou, po kterou vydrží. Aktivita opět vychází z věcí, se kterými se studenti setkávají na denní bázi.

Aktivita 8 se zaměřuje na skutečné výrobky a jejich původ. Aktivita je založena na reálných zkušenostech studentů z obchodu s potravinami a jejich pozorování informací o Fairtrade výrobcích.

BM7. Zdraví

Zdraví je základním lidským právem, které zahrnuje širokou škálu aspektů a rozměrů. Jedná se o mnohostranný koncept, který se zabývá fyzickou, duševní a sociální pohodou jednotlivců, zakořeněnou v uznání jejich základních práv na zdraví a pohodu.

1. Fyzické zdraví

Zdraví je často vnímáno především optikou fyzické pohody. Zaměřuje se na absenci nemocí, zranění a potíží, zdůrazňuje význam výživy, pravidelného pohybu a důsledné lékařské péče. V případě mládeže se zdůrazňuje nutnost vyvážené stravy, pravidelné fyzické aktivity a preventivní zdravotní péče, které podporují pevné fyzické zdraví.

2. Duševní zdraví

Kromě fyzického zdraví je nedílnou součástí definice také duševní pohoda. Zahrnuje emoční, psychologické a sociální aspekty. U mládeže tento pohled zdůrazňuje odolnost, kompenzační mechanismy, schopnost zvládat stres uprostřed výzev dospívání. Duševní zdraví zahrnuje také podporu pozitivních vztahů, sebeúcty, kognitivního vývoje a emoční regulace, které jsou klíčové pro jejich celkovou pohodu.

3. Sociální faktory

Kromě toho hrají při určování zdraví mládeže zásadní roli sociální determinanty. Přístup ke vzdělání, socioekonomický status, rodinná dynamika a podpora komunity významně ovlivňují jejich zdravotní výsledky. Uvědomění si těchto determinant je zásadní pro řešení rozdílů a vytváření prostředí příznivého pro zdravý vývoj.

4. Zdraví jako rozvoj

Zdraví mladých lidí je neodmyslitelně spjata s jejich celkovým růstem a potenciálem. Optimální zdravotní stav v tomto období je základem kognitivního vývoje, dosaženého vzdělání a budoucí produktivity. Investice do jejich zdraví přesahují rámec okamžitého blahobytu. Zdravá mládež je lépe připravena přispívat svým komunitám, zapojit se do vzdělávání a pracovat. Investice do jejich zdraví se stává investicí do ekonomického, sociálního a lidského kapitálu národa.

5. Zdraví jako hodnota

Zdraví je víc než jen nepřítomnost nemoci. Představuje stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody. Světová zdravotnická organizace se zasazuje o tento holistický pohled a zdůrazňuje podporu vyváženého života, v němž mají mladí lidé zdroje a schopnosti, aby se jim dařilo v různých aspektech. Uplatňování této definice zahrnuje podporu prostředí, které podporuje rozvoj mládeže, zajištění přístupu ke kvalitní zdravotní péči a podporu zdravého životního stylu.

Vzhledem k tomu, že zdraví je dynamickým aspektem celoživotního vývoje, mají intervence zaměřené na zdraví mládeže významné dlouhodobé důsledky. Rozhodnutí učiněná v tomto období ovlivňují nejen okamžitou pohodu, ale také budoucí zdravotní trajektorie. Oceňování zdraví mladých lidí se promítá do investic a politik podporujících jejich fyzickou, duševní a sociální pohodu, což zajišťuje zdravější a prosperující budoucnost společnosti.

Metodologická východiska

Modul je koncipován jako doplňkový kurz, rozdělený do čtyř témat, z nichž každé se týká jiného přístupu ke zdraví:

1. *Úvod do obecného pojetí lidského zdraví s důrazem na přesvědčení, hodnoty a postoje ke zdraví.*
2. *Zdraví definované jako schopnost každého člověka vyvíjet se, růst, měnit se a zlepšovat.*
3. *Zdraví chápané jako schopnost neustále rozšiřovat sebekognání a schopnost sebeřízení, a to identifikací a uspokojováním vlastních potřeb.*
4. *Duševní zdraví ve smyslu emoční inteligence definované jako osvojené dovednosti porozumět vlastním pocitům i pocitům druhých, vyjadřovat, zpracovávat a regulovat emoce v souladu se sebou samým.*

Každému z výše uvedených přístupů ke zdraví je věnována jedna ze čtyř aktivit, které jsou koncipovány jako ucelené scénáře workshopů. Aktivity jsou strukturovány odstupňovaně, od obecného pohledu na zdraví až po jeho specifické aspekty, které se přímo dotýkají poznatků o vývoji dospívajících a jsou integrovány s různorodými koncepty zdraví. Doporučuje se tedy, aby scénáře byly prováděny v navrženém pořadí:

1. **Co znamená být zdravý?**

Úvodní aktivita na obecné téma zdraví, během níž si mladí lidé vytvoří vlastní kolektivní definici a zamyslí se nad vlastními názory a postoji ke zdravému životnímu stylu.

2. **Je zábavné růst!**

Aktivita věnovaná tématu vývoje dospívajících, během níž mají mladí lidé příležitost zvýšit porozumění a přijetí svých zkušeností, utvořit si pozitivní přesvědčení o sobě samých a postoj odpovědnosti za vlastní vývoj a zdraví.

3. **Co potřebuji?**

Aktivita zaměřená na zvyšování povědomí a nácvik schopnosti uspokojovat vlastní potřeby, během níž mají mladí lidé možnost utvářet si pozitivní zdravotní návyky a posilovat sebekognání.

4. **Mohu to cítit**

Aktivita zaměřená výhradně na procvičování schopností souvisejících s emoční inteligencí, která mladým lidem umožňuje rozvíjet kompetence pro zvládání životních obtíží, podporuje vzájemnou podporu a zvyšuje psychickou odolnost.

Celá metodologie workshopu je vytvořena s přímým odkazem na vývojové normy dospívajících, v souladu s definicemi vývojové psychologie a neurovědních studií. Hlavním cílem celého modulu je tedy posílení vývojového potenciálu dospívajících, a to paralelně s podporou odpovědnosti za vlastní zdraví a pěstováním znalostí, dovedností, pozitivních hodnot a postojů ke zdraví.

Vývojové normy dospívání jsou podporovány prostřednictvím specifických kompetencí a hodnot, které jsou podrobně popsány v projektu GE4Youth:

1. Emoční citlivost:

- Sebeúcta a respekt k druhým lidem
- Otevřenost
- Měnící se perspektivy

2. Vyhledávání novinek a tvůrčí zkoumání:

- Kritické myšlení
- Kreativita a zvládání složitosti
- Rozhodování

3. Sociální angažovanost:

- Týmová práce a spolupráce
- Proaktivita
- Společenská odpovědnost a solidarita



Global Education for Youth Workers



GE4YOUTH
GLOBAL EDUCATION FOR YOUTH WORKERS



Co-funded by
the European Union

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 the European Education and Culture Executive Agency (EACEA).

Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.