



manami

INŠTITUT ZA SODOBNO DRUŽINO

pooblaščen zastopnik Familylab®

## TREZNO O ALKOHOLU

(družbeno odgovorna akcija za odgovorno držo do alkohola)

### PROGRAM DEJAVNOSTI ZA ŠOLSKO LETO 2018/19

#### 1. DELO S STARŠI IN STROKOVNIMI DELAVCI

Serijski trije konsekvativni srečanja/predavanja (120'), kjer obravnavamo naslednje vsebine:

##### I. POZOR, VZNEMIRLJIVA MEŠANICA: MOŽGANI, ALKOHOL, NAJSTNIKI

- Alkohol v Sloveniji
- Kaj pomeni preudarno pitje
- Sodobna spoznanja o nevrobioloških značilnosti najstništva in pubertete
- Temeljne značilnosti nevroloških "odvisniških" vzorcev in struktur
- Posledice uživanja alkohola pri najstnikih glede na različne faktorje (starost prvega uživanja ipd.)
- Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja

##### II. SAMOSPOŠTOVANJE – temeljni varovalni dejavnik

- Samozavest in samospoštovanje - v čem je razlika in zakaj rabimo oboje?
- Kaj krepi eno in kaj drugo?
- Od kod samodestruktivnost
- Zdrav čut za samospoštovanje
- Kako vzgajati, da se mladostnik lahko počuti dobro v svoji koži
- Sovražniki samospoštovanja

##### III. JE NAJSTNIŠTVO NUJNO ČAS KONFLIKTOV IN NERAZUMEVANJA?

- Ali je konflikt med odraslimi in mladostnikom res nujna sestavina pubertete?
- Ali je najstnike še treba vzgajati?
- Kaj najstniki potrebujejo in kaj sovražijo?
- Komunikacija z najstnikom, osebna govorica
- Temeljni eksistencialni konflikt med sodelovanjem in integriteto
- O zaupanju in novi starševski vlogi
- O osebni in družbeni odgovornosti



## 2. DELO Z MLADOSTNIKI

### Interaktivne delavnice

Serija delavnic sestoji iz dveh konsekvativnih poldrugo uro dolgih srečanj. Skupine učencev/dijakov (do 25 udeležencev) so sestavljene glede na specifično situacijo na šoli, če je le možno mešano (v eni skupini učenci iz različnih razredov). Na vsaki od šol izvedemo eno do dve seriji.

Delavnice so namenjene razvoju odgovornosti za informirane in manj tvegane odločitve mladih, ozaveščanja tveganj povezanih z uporabo alkohola ter spreminjanja (destruktivnega) odnosa do uporabe alkohola. Učenci/dijaki igrajo vloge in izvajajo praktične vaje na temo spoštovanja ter osebne odgovornosti, postavljanja lastnih meja in obvladovanja vrstniških pritiskov.

Delavnice so zasnovane interaktivno in reflektivno – spodbujajo diskusijo in aktivno participacijo udeležencev. Med delavnico profesorji in drugi šolski strokovni delavci niso prisotni, da se med udeleženci lažje in hitreje vzpostavi zaupnost.

Temeljno orodje je **osebni dialog**, vsebinski okviri pa zajemajo vprašanja:

- konflikta med sodelovanjem in integriteto;
- individualnosti proti konformizmu;
- družbene in osebne odgovornosti;
- samozavesti in samospoštovanja.

Skupna cena izobraževanja na šolo: **300 € + DDV**  
**+ potni stroški**

*Potne stroške obračunavamo po 5. členu Uredbe o davčni obravnavi stroškov in drugih dohodkov iz delovnega razmerja (UL RS št. 140/06 in 76/08) glede na realno prevoženo pot, torej v primeru predavateljic Darje B. Vesel in Tine Bregant na relaciji Ljubljana – kraj šole – Ljubljana, v primeru predavateljice Nine Babič na relaciji Maribor - kraj šole - Maribor.*

V nadaljevanju smo pripravili še nekaj besed o predavateljicah in projektu *Familylab Slovenija* ter seznam referenc.

Za kakršnakoli vprašanja, dileme ali posvet sem vam na voljo tudi na 031 649 749.

Ivana Gradišnik,  
direktorica  
Familylab Slovenija



## O predavateljicah

### **Tina Bregant, dr. med.**

Zdravnica – specializantka FRM; kot študentka medicine delala v Romuniji in Avstriji, kot specializantka nevropediatricije in mlada raziskovalka v Veliki Britaniji. Trenutno dela v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Soča. Redno se izobražuje v tujini, kjer tudi sodeluje z lastnimi prispevki. Pri Familylabu predava in vodi seminarje, povezane z nevroznanstvenim pogledom na posledice vzgoje, pedagoških metod in strategij ter kakovosti odnosov.

### **Darja Barborič Vesel, univ. dipl. soc. ped.**

Mentorica skupin za starše, ki iščejo pot do kvalitetnejših odnosov v družini. Več let predava na srečanjih za starše, pokriva raznovrstne tematike, od varne navezanosti, do postavljanja mej in življenja z najstniki, vse skozi prizmo boljšega zavedanja o pomenu odnosov med otroki in starši. Je certificirana voditeljica seminarjev in predavanj Familylab Slovenija za vse ciljne skupine: starše, strokovne delavce, otroke in mladostnike. Ima večletne izkušnje z vodenjem zaposlenih ter oblikovanjem delovnih timov in dolgoletne izkušnje na delovnih področjih v socialnem varstvu. Trenutno je zaposlena pri obravnavah otrok s posebnimi potrebami v osnovni šoli. Specializirana je za otroke s čustveno vedenjskimi težavami in za disciplinske težave v razredih. Je izvajalka izobraževanj za pedagoške kolektive vrtcev in šol predvsem s področja odnosov in vzpostavljanja avtoritete.

### **Nina Babič, univ. dipl. psih.**

Certificirana voditeljica Familylabovih seminarjev za starše, mladostnike in strokovne delavce (osnovnošolski kolektivi, svetovalni delavci, Šola za ravnatelje); dolgoletna pedagoška vodja ZPM, edukatorica prostovoljcev; izvajalka izobraževanj za TOM telefon, otroški parlament, RK in sorodne institucije; dolgoletna prostovoljka pri društvu HOSPIC, kjer spremlja umirajoče, dela z žalujočimi odraslimi, otroci in mladostniki, predava in izvaja delavnice v okviru detabuizacije umiranja, smrti in žalovanja otrok. Žarišče njenega dela je komunikacija z otroki in mladostniki o tabu temah (bolezen, smrt, revščina, spolne zlorabe, nasilje v družini, ločitve, spolnost, "neprimerni občutki", ki so v nasprotju s splošnimi pravili odraslih). Zaposlena je kot šolska svetovalna delavka na OŠ; dodatna strokovna pomoč učencem s čustveno vedenjskimi težavami in stiskami psihološke vrste.



## O inštitutu za sodobno družino Manami

Inštitut za sodobno družino Manami je zasebni zavod, nosilec licence za Familylab Slovenija.

**Familylab Slovenija** je ustanovni član mednarodnega združenja Familylab Association, ki si prizadeva ohranjati in širiti vrednote in načela, kakor jih predlaga snovalec ideje o t. i. družinskem laboratoriju, znani danski družinski terapevt Jesper Juul. Familylab Slovenija družinam ponuja podporo, svetovanje in pomoč pri razvoju starševske kompetentnosti, strokovnim delavcem, ki delajo z otroki in/ali družinami, pa prostor za strokovni in osebni razvoj s poudarkom na odnosni kompetenci. Familylab Slovenija na domačih tleh živi in se razvija že vse od leta 2008.

Inštitut Manami organizira seminarje, delavnice in predavanja za starše po vsej Sloveniji. Poleg tega izvajamo predavanja in seminarje v vzgojno-izobraževalnih ustanovah, vrtcih in šolah, sodelujemo pa tudi z nekaterimi ustanovami civilne družbe, kot so materinski domovi, ZPMS, Ženska posvetovalnica, centri za socialno delo, ipd. Poleg tega organiziramo izobraževanja in usposabljanja za strokovnjake različnih profilov s socialno-varstvenega in vzgojno-izobraževalnega področja pod strokovnim vodstvom priznanih predavateljev.

### Cilji delovanja inštituta so:

- strokovna podpora pri razvoju družine v Sloveniji;
- razvoj in utrjevanje vzgojnih in izobraževalnih praks, ki temeljijo na vrednotah enakovrednosti, odgovornosti, spoštovanja integritete in avtentičnosti;
- opolnomočenje staršev za osebni razvoj in razumevanje vzgoje kot vzajemnega procesa rasti;
- paradigmatški premik fokusa z (nezaželenega/neprijetnega) vedenja na kakovost odnosa;
- prenos dobrih praks v šolsko življenje in okolje;

### Kratek opis glavnih aktivnosti:

- seminarji za starše (vzgojne in eksistencialne dileme/vprašanja); individualno svetovanje;
- seminarji in delavnice za strokovne profile (pedagoge, spec. pedagoge, vzgojitelje in učitelje, svetovalne in druge delavce v vzgojno-izobraževalnih ustanovah);
- izobraževanje in usposabljanje vodstvenih/HR timov za odnosno kompetentnost v podjetjih in drugih ustanovah; predavanja in seminarji za zaposlene v podjetjih in drugih ustanovah
- usposabljanje za vodenje seminarjev

## Reference

### Vrtci

Vrtec Ciciban, Ljubljana  
Vrtec Anice Černejeve, Celje  
Vrtec Ig, Ig  
Vrtec Vrhnika, Vrhnika  
Vrtec pri OŠ Miren, Miren  
Vrtec pri OŠ Toneta Tomšiča Knežak, Knežak  
Vrtec Mladi rod, Ljubljana  
Vrtec Pod gradom, Ljubljana  
Vrtec Ivančna gorica  
Vrtec Bled, Bled  
Vrtec Galjevica, Ljubljana  
Vrtec Najdihojca, Ljubljana  
Vrtec Brezovica, Brezovica  
Vrtec Anice Černejeve, Celje

Vrtec Cerknica, Cerknica  
Vrtec Pedenjped, Ljubljana  
Vrtec Kolezija, Ljubljana  
Vrtec Jarše, Ljubljana  
Vrtec H. C. Andersen, Ljubljana  
Vrtec Ledina, Ljubljana  
Vrtec Šentvid, Ljubljana  
Vrtec France Prešeren, Ljubljana  
Viški vrtci, Ljubljana  
Vrtec Sežana, Sežana  
Vrtec Šenčur, Šenčur  
Vrtec Mojca, Ljubljana  
Vrtec Jelka, Ljubljana  
Vrtec Postojna  
Vrtec Urša, Domžale



## Osnovne šole

OŠ Alojzija Šuštarja, Ljubljana  
OŠ II Murska Sobota  
OŠ Veliki Gaber  
OŠ Ludvika Pliberška, Maribor  
OŠ Lucija  
OŠ Rakek  
OŠ Miren  
OŠ Črnuče  
OŠ Nova vas  
OŠ Stročja vas  
OŠ Cezanjevci  
OŠ Martina Konšaka, Maribor  
OŠ Koper  
OŠ Divača  
OŠ Jožeta Kranjca, Rakek  
OŠ Mengeš  
OŠ Dornberk  
I. OŠ Žalec  
II. OŠ Žalec  
OŠ Petrovče  
OŠ Šempeter  
OŠ Griže  
OŠ Trnovo  
OŠ Mojstrana  
OŠ Mokronog

OŠ Bovec OŠ 8 talcev, Logatec  
OŠ Vransko – Tabor, Vransko  
OŠ Frana Kranjca, Celje  
OŠ Lava, Celje  
OŠ Hudinja, Celje  
OŠ Glazija, Celje  
OŠ Planina pri Sevnici  
OŠ dr. Pavla Lunačka, Šentrupert  
OŠ Kungota, Zgornja Kungota  
OŠ Dobravlje, Dobravlje  
OŠ Vojke Šmuc, Izola  
OŠ Trnovo, Ljubljana  
OŠ Preska, Medvode  
OŠ Tabor, Logatec  
OŠ Nazarje, Nazarje  
OŠ Ivana Tavčarja, Gorenja vas  
OŠ Stranje, Stahovica  
OŠ Vižmarje Brod  
OŠ Kapela, Radenci  
OŠ Ajdovščina  
OŠ Stranje  
OŠ Vižmarje – Brod, Ljubljana  
OŠ Kapela, Radenci  
OŠ Ajdovščina  
OŠ Miren

## Srednje šole in gimnazije

SŠ Venon Pilon, Ajdovščina  
Škofijska gimnazija, Ljubljana  
Gimnazija Šentvid, Ljubljana – Šentvid  
Gimnazija Ptuj, Ptuj

## Drugo

BKS Bank  
Generali Zavarovalnica  
Mirovni inštitut, Ljubljana  
Ministrstvo za pravosodje in javno upravo  
Urad za preprečevanje zasvojenosti, MOL  
Družinski center Mala ulica, Ljubljana  
RK Maribor  
RK Markovci  
ZPM Ljubljana Moste  
Sonček – Zveza društev za cerebralno paralizo Slovenije  
Zavod za invalidno mladino Kamnik  
Dijaški dom Ivana Cankarja, Ljubljana  
Pernod Ricard Slovenija  
Center za izobraževanje in kulturo Trebnje

Zavod RS za šolstvo, Skupina za svetov. delo v vrtcih, šolah in domovih  
Študijska skupina za področje vzgoje in izobraževanja otrok s posebnimi potrebami  
Študijska skupina za svetovalno delo osnovnih šol s prilagojenim programom  
CSD Grosuplje  
CSD Mozirje  
Materinski dom, Maribor  
Zveza prijateljev mladine Slovenije  
Zveza prijateljev mladine Vič  
Zveza prijateljev mladine Maribor  
Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije  
Gorska roža – družinski klub zdravega življenja, Ljubljana

