Tahák podpůrných služeb

UNIE RODIČŮ

Tento přehled slouží jako doplnění podpůrné sítě (nejen) pro školy. Jedná se o vybrané služby, které jsou často méně známé, ale mohou přinést úlevu, podporu a pomoc.
Jejich uchopení se může lišit dle konkrétních organizací či jednotlivců, kteří službu realizují.

Facilitace

Co to je, k čemu slouží
- usnadňuje komunikaci
- podporuje diskusi
- pomáhá oslovovat konflikty
- přináší uvědomění toho, co se ve skupině děje
- umožňuje účastníkům diskuse, aby se plně vyjádřili

Přínosy
- vytěžení názorové různorodosti
- přispění ke komplexnějšímu či udržitelnějšímu závěru nebo rozhodnutí
- účastníci se mohou soustředit pouze na svou roli (nemusí hlídat čas, prostor k vyjádření všech, zaznamenávání průběhu...)
- facilitátor z vnějšku je nestranný

Komu je určena
- dvojice, malé i velké skupiny
- využitelná napříč oblastmi (školy, firmy, spolky...)

Příklady využití
Pro rodiče
→ nastartování rodičovského spolku, vyjasnění očekávání

Pro školu
→ podpora při zavádění změn, sdílení dobré praxe

Pro rodiče a školu
→ podpora školských rad, společné domluvy, vylaďování spolupráce

Mediace

Co to je, k čemu slouží
- bezpečný způsob řešení konfliktů mezi dvěma stranami
- mediací provází nestranný a neutrální mediátor

Co je dobré vědět
- mediace je dobrovolná a důvěrná
- mediátor nedává rady, ale podporuje zúčastněné v hledání řešení, které je pro ně „šité na míru"
- mediace se účastní zpravidla dvě strany (pokud se konflikt týká skupiny lidí, na mediaci přichází vybraný zástupce)

Přínosy
- mediátor pomáhá oběma stranám sporu vzájemně se slyšet, lépe se domluvit a hledat oboustranně vyhovující řešení jejich situace
- nedochází k eskalaci konfliktu

Komu je určena
- všichni, kteří mají o zlepšení situace zájem a jsou ochotni nabídnout svůj čas a energii
- využitelná napříč oblastmi (rodina, sousedské spory, firmy, mezinárodní konflikty, spotřebitelské spory, ...)

Rodinná mediace

Komu je určena
- partneři, rodiče, děti, prarodiče a další rodinní příslušníci

Příklady využití
- vylaďování společného soužití
- hledání, zda zůstat v partnerském vztahu
- rozchod/rozvod a témata s ním spojená
- mezigenerační spory
- domluva na péči o děti

Školní mediace

- jedná se o mediaci na půdě školy

Komu je určena
- všichni aktéři ve školním prostředí (žáci, pedagogičtí pracovníci, management školy, rodiče, zřizovatel...)

Příklady využití
Pro rodiče → spory v rámci rodičovského spolku
Pro školu → konflikt žáci vs. učitel, v rámci týmu
Pro rodiče a školu → spor ohledně vzdělávání žáka

Peer mediace

- jedná se o vrstevnickou mediaci ve škole
- má preventivní i intervenční charakter

Supervize

Co to je, k čemu slouží
- prostor pro reflexi své práce a vztahů spojených s profesní rolí za pomoci supervizora
- cílem není kontrola, ale podpora, rozvoj a prevence vyhoření

Přínosy
- pomáhá lépe porozumět pracovním situacím
- podporuje profesní růst a kvalitu práce
- umožňuje bezpečně mluvit o náročných tématech
- zlepšuje komunikaci a spolupráci v týmu

Komu je určena
- jednotlivci i skupiny
- využitelná napříč oblastmi (školství, zdravotnictví, sociální služby, management, ...)

Krizová intervence

Krize = Střet s překážkou, kterou člověk není schopen zvládnout vlastními silami (event. za pomoci svých blízkých) v přijatelném čase a navyklým způsobem.
(Vymětal, J. Duševní krize a psychoterapie. Konfrontace. 1995)

Co to je, k čemu slouží
- okamžitá, nízkoprahová, spíše krátkodobá pomoc
- zaměření na tady a teď

Typy krizové intervence podle způsobu
- osobní krizová intervence – tváří v tvář v krizových centrech, poradnách, nemocnicích, v terénu, ...
- telefonická krizová intervence – často anonymní, někdy dostupná i 24/7
- online krizová intervence – využívá chaty, emaily nebo videohovory
- terénní krizová intervence – probíhá na místě krize
- hospitalizační krizová intervence

Přínosy
- podpora v rozmanitých náročných situacích

Komu je určena
- pro všechny (děti, dospělí, senioři)

Příklady využití
- těžkosti ve vztazích
- sebevražedné myšlenky
- strach z budoucnosti
- hledání pomoci rodinnému příslušníkovi či kamarádovi

Terapie

Co to je, k čemu slouží
- bezpečné místo, kde se člověk může svěřit, přemýšlet o sobě a hledat cestu, jak se cítit lépe
- unikátní prostor, kde se dá jít do hloubky
- je zde terapeut, který klienta podporuje a plně přijímá
- může probíhat osobně, online či telefonicky

Přínosy
- lepší porozumění sobě samému
- zvládání obtíží
- změna nefunkčních vzorců
- podpora osobního růstu
- emoční úleva

Komu je určena
- pro všechny (děti, dospělí, senioři)

Příklady využití
- osamělost
- změna v životě
- rozchod/rozvod
- nízké sebevědomí

UŽITEČNÉ ODKAZY

www.skolnimediace.cz
www.linkyduvery.cz
www.zkrizeven.cz
www.skolskerady.cz
www.tezkahlava.cz
www.zachrankaapp.cz
www.nevypustdusi.cz

© Unie rodičů, 2026. Tento materiál je dostupný pod licencí Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-NC 4.0).