

Tvorba bezpečia v triede



2026



Spolufinancovaný
Európskou úniou

„Projekt Škálovanie traumy rešpektujúceho prístupu je spolufinancovaný Európskou úniou“



Bezpečie...

Individuálne prežívaná kvalita –
rešpektujeme to.

Nevieme ho zaručiť – vieme len
vytvárať podmienky a dodržiavať
princípy.

Je dynamické a mení sa.

Potrebuje ho všetci a tvorí základ
prevencie pre všetkých.

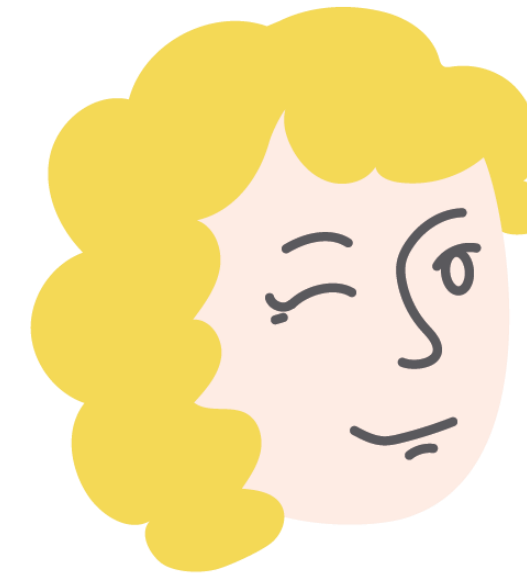


Signály bezpečia z 3 oblastí

- **Vo vzťahu k sebe**
- **Vo vzťahu k druhým**
- **Vo vzťahu k okoliu**



Bezpečie -3C



C = **Context** (Kontext: prečo, čo a ako?)

C = **Choice** (Voľba: možnosť kontroly, zapojenia, zmocňovanie)

C = **Connection** (Spojenie: vzťah, prijatie a potvrdenie)

(Deb Dana)

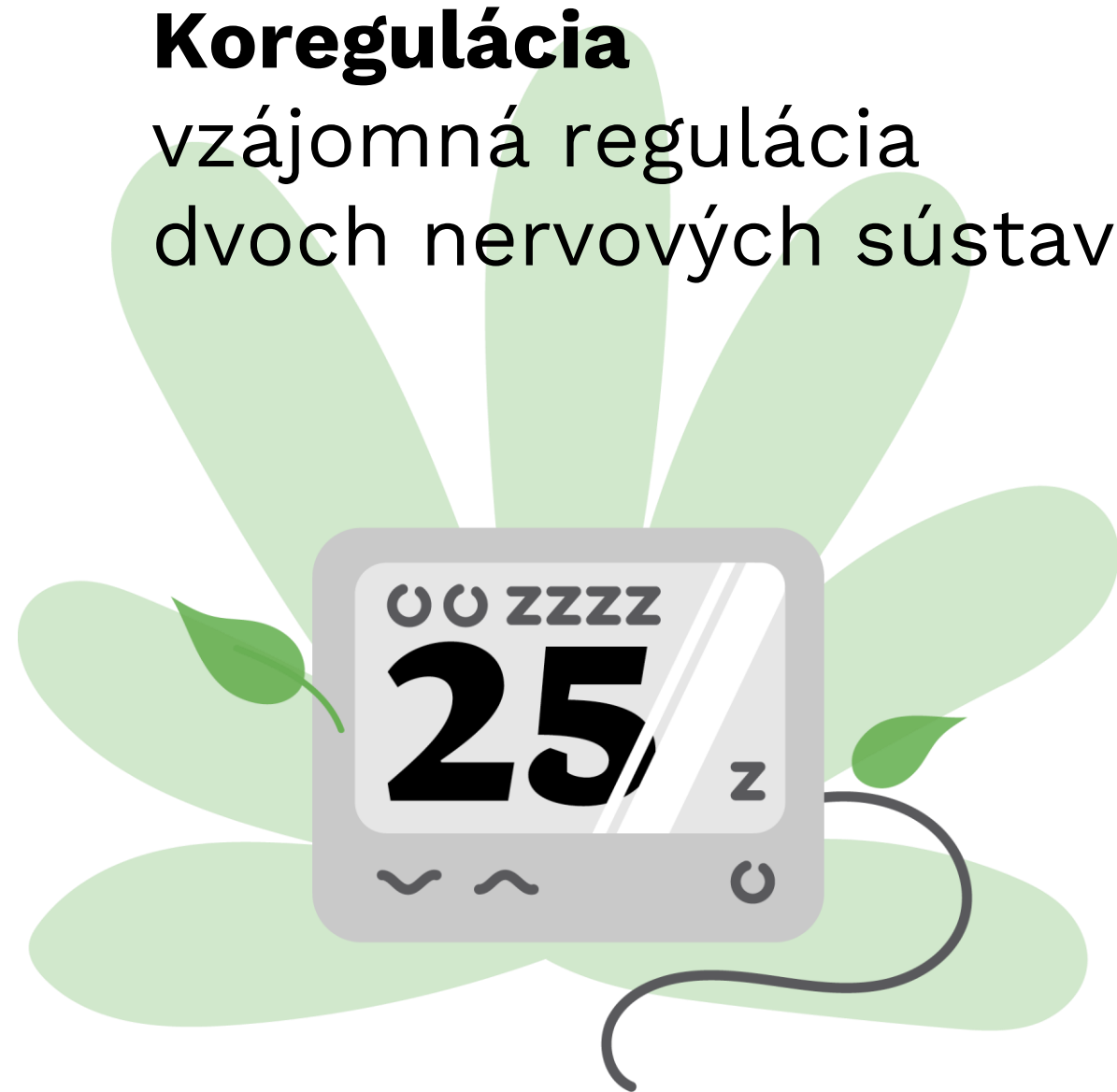
Mozog rastie najlepšie v kontexte podporných vzťahov a pri nízkych úrovniach stresu... berie do úvahy oboje – čo aj od koho sa naučíme.

(Cozolino, 2013)

Spojenie s druhými

Koregulácia

vzájomná regulácia
dvoch nervových sústav



Nastavené

Pokoj a sebaistota



Šalieť/Vybuchnúť

Rozrušený

Ešte zvládnuteľné

Pokoj

Oddych

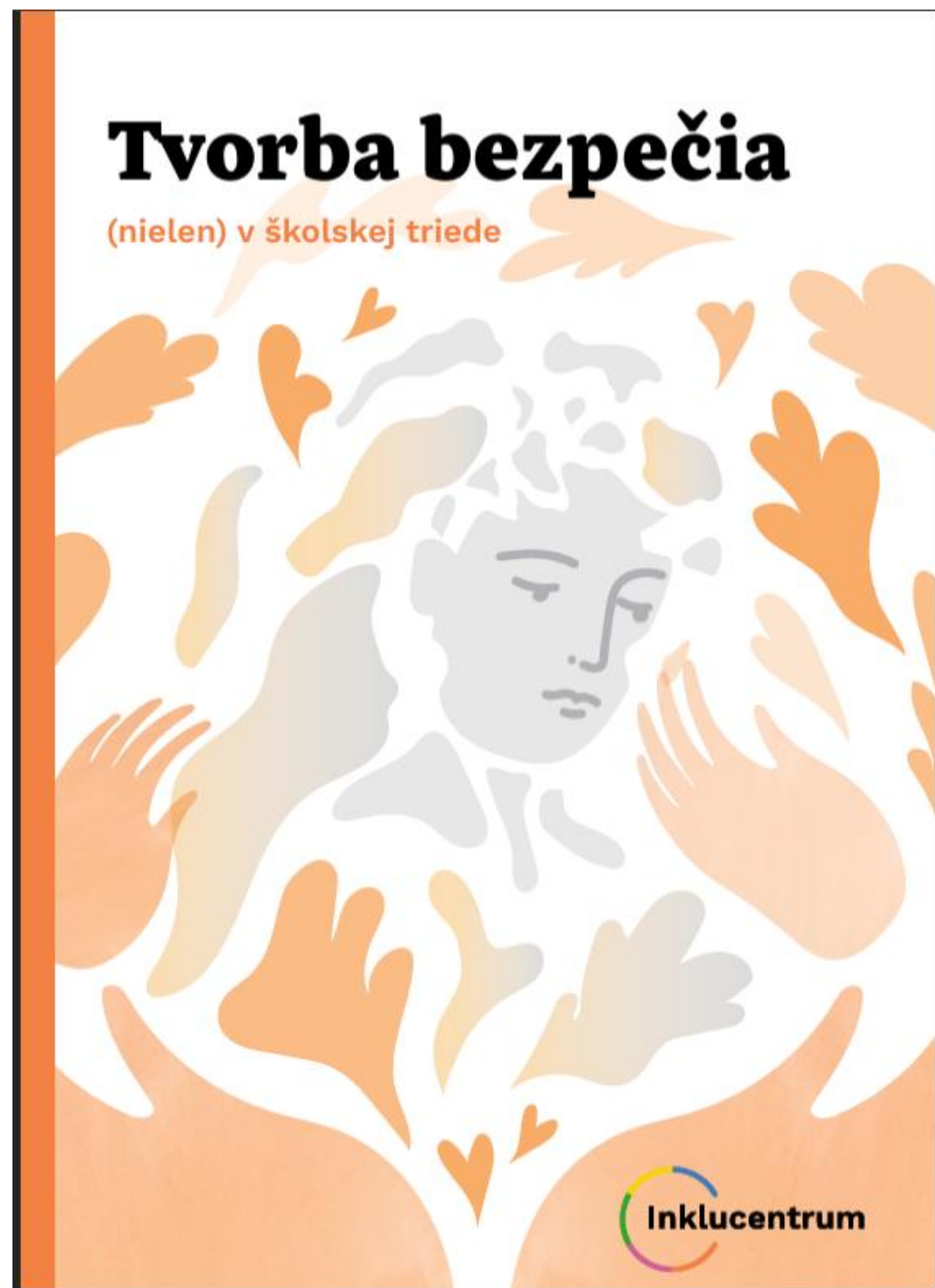
Bezpečie ako priestor pre nácvik zručností

Rozvoj sociálno-emocionálnych zručností

Nácvik regulačných stratégií

Overovanie individuálnych osobitostí

Príprava na náročné chvíle



<https://inklucentrum.sk/wp-content/uploads/2024/08/Bulletin-tvorba-bezpecia-v-triede.pdf>

