

komplexní metodika pro učitele
deset měsíců, deset lekcí
deník Sám sobě architektem pro žáky

Jeden školní rok s **jasnou strukturou**, v níž každý příběh navazuje na předchozí a krok za krokem vede děti k hlubšímu **sebepoznání** a převzetí **odpovědnosti** za vlastní život.

Jeden školní rok, který **mění způsoby**, jak děti přemýšlí o sobě, o druhých i o svých rozhodnutích.

Jeden školní rok, v němž změna jednotlivce postupně **mění atmosféru** celé třídy.

Program **KDYŽ PŘÍBĚHY UČÍ ŽÍT** je určen všem, kteří chtějí víc, než hasit požáry. Ocení ho vedení škol, třídní učitelé, školní metodici prevence, výchovní poradci a všichni učitelé, kteří vnímají své povolání jako **poslání**.

Cílem programu je předat **know-how**, jak využít potenciál příběhu z knih S Rozárkou za štěstím a S Rozárkou za sebepoznáním a ukázat možnosti, jak ho promítnout do třídního/ školního klimatu. Účastníci samotní projdou změnou způsobu přemýšlení, která přinese do jejich osobního i profesního života větší **lehkost**.

Učitel, který zná své **PROČ** a má v rukou správné **JAK**, dokáže měnit nejen atmosféru ve třídě, ale i to, co si děti odnášejí do **skutečného života**.



Nakladatelství LuStr Books Lucie Strnadová

spisovatelka



„Posviťte si na svůj příběh.“

www.luciestrnadova.cz

+420 733 576 112

info@luciestrnadova.cz

Štoky 533, 582 53 Štoky

IČ: 06784402



Hani Švandelková

průvodkyně dílnami porozumění

+420 774 066 776

svandelkovahana@gmail.com

Šardice 665, 696 13 ŠARDICE

IČ: 19154755



KDYŽ PŘÍBĚHY UČÍ ŽÍT



Podporujeme děti, objevujeme sebe

S ROZÁRKOU ZA ŠTĚSTÍM, DENÍK SÁM SOBĚ ARCHITEKTEM

Rozárka je zvědavá devítiletá holčička, která touží objevovat svět a nacházet v něm souvislosti. Společně se svým dědečkem poznává přírodní zákony a díky moudrému vedení rodičů zjišťuje, že stejně důležité jako chápání světa je **porozumění vlastním myšlenkám, emocím a rozhodnutím**. Na své cestě se učí zvládat náročné situace, objevovat sílu vlastních myšlenek i krásu **přítomného okamžiku**. Poznává, že vděčnost, laskavost a vědomá práce s myslí jsou klíčem ke **spokojenému životu**.



S ROZÁRKOU ZA SEBEPOZNÁNÍM, LODNÍ DENÍK

Rozárka se vydává na dobrodružnou plavbu po širém moři, aby našla klíč k truhle ukrývající největší poklad na světě. Společně s ní během plavby **poznáte** prostřednictvím jednotlivých částí lodi **sami sebe**. Zjistíte, co ve vašem životě napíná plachty a žene vás vpřed, co je kotvou a kompasem vašeho života a jaký ostrov snů a úspěchu na vás čeká za obzorem.

Lodní deník přináší **možnost transformace** každému, kdo si spolu s Rozárkou dopřeje pečlivě prozkoumat svou loď, a tím i sebe. Na konci příběhu můžete najít své IKIGAI - to, co dává vašemu životu smysl a radost, abyste pak mohli využít naplno své silné stránky ve prospěch druhých.

➤ PÉČE O MYSL ➤ SEBEPOZNÁNÍ ➤ LASKAVOST

PILÍŘE PROGRAMU

Vědomou péčí o mysl můžeme svou mysl nastavit na SPOKOJENOST – projevovanou VDĚČNOSTÍ s ní ruku v ruce přichází i ÚSPĚCH.

- uvědomění, že jsme to my sami, kdo rozhoduje o tom, jaký zaujmeme postoj k situacím, které se nám dějí
- mysl jako zahrada (meditace)
- myšlenky jako rostlinky - jak o vlídné myšlenky pečovat, nezbytnost vytrvat v čekání na sklizeň
- neúspěch jako přítel - plevel vnímáme především jako informaci
- poznání pilířů života – víme, o koho/ o co se můžu opřít
- definování nevlídných myšlenek (skupinová práce, bezpečné prostředí)
- stanovení dosažitelného cíle - výběr správného žebříku, realizace prvního malého kroku již dnes
- směřování ke svému IKIGAI - žít smysluplný život ve spokojenosti a hojnosti
- týden vděčnosti – zapisování okamžiků, věcí, zkušeností, za které mohu projevit vděčnost (neberu je už jako samozřejmost)
- žít v přítomném okamžiku - žádný strach z budoucnosti, zbavení se obviňování, konec připomínání minulých chyb

Na současném trhu je to ta **nejlepší kniha pro školní prostředí**, která ukazuje, jak **vystavět svou sílu zevnitř ven**. Rozárka umí tyto nástroje předat srozumitelnou a čtivou formou.

Program mění nejen práci učitele, ale i jeho vlastní pohled na svět.



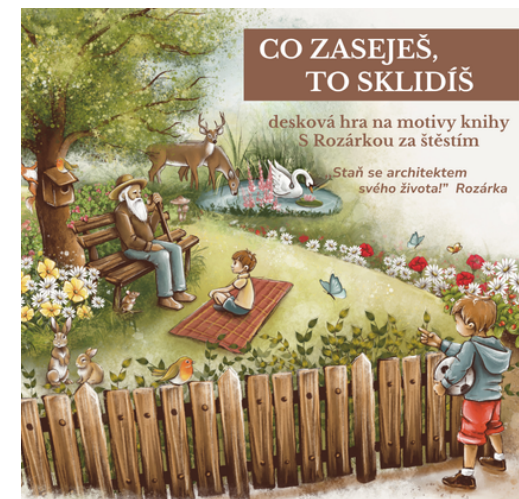
➤ SPOKOJENOST ➤ PŘÍTOMNÝ OKAMŽIK

CO ZASEJEŠ, TO SKLIDÍŠ desková hra

Hra doplňuje knihu S Rozárkou za štěstím a deník Sám sobě architektem. Společně tvoří celek, který zábavnou formou inspiruje k práci s vlastní myslí a tvoření si svého života.

Hráči sázejí semínka do půdy, pečují o ně a následně sklízí plody v podobě karet ctností. Totožné hodnoty získávají v každé kapitole deníku Sám sobě architektem. Na přírodních zákonech poznávají způsob, jak pečovat o svou mysl. Semínka se mění v myšlenky, plot v hranice a řád, půda v lidskou mysl, sklizeň v životní hodnoty. Péče o přírodu přináší uvědomění si sebe sama, svého okolí a vzájemnou podporu.

Hra stojí na principu spolupráce a vzájemném naslouchání, uvědomění si svých hodnot a cílů. Hráči vítězí tehdy, jestliže sdílejí své postoje a záměry.



Kniha s Rozárkou patří v české dětské literatuře k výjimečným titulům, které vedou zvědavé děti k **principům IKIGAI** jako přirozenému vyústění jejich cesty sebepoznání.



➤ EMOCE ➤ SMYSL ŽIVOTA ➤ VDĚČNOST