



Vážení rodičia,

Vitajte v Cothú – kurze, kde podporujeme rodiny prostredníctvom neuro-afirmatívneho prístupu a pomáhame im porozumieť a rozvíjať potenciál ich autistických detí.

Pôvodom z Írska, kurz Cothú je jedinečný kurz navrhnutý autistickými rodičmi v spolupráci s autistickými odborníkmi, ktorí vedú prevažne autistickí lektori. Zameriava sa na poskytovanie praktických stratégií, osvedčených metód a podporných nástrojov, ktoré vám pomôžu láskyplne sprevádzať vaše dieťa jeho jedinečnou cestou.

Čo vás v kurze čaká

- **Porozumenie neurodiverzite** – spoznajte cez perspektívu neurodiverzity, ako autistické deti vnímajú svet a aké sú ich jedinečné potreby.
- **Každodenná podpora** – vytváranie rutiny a prostredia, ktoré podporuje bezpečnosť a sebadôveru.
- **Efektívna komunikácia** – osvojenie si stratégií na lepšiu vzájomnú komunikáciu a porozumenie.
- **Rozvíjanie silných stránok** – podpora špeciálnych záujmov a talentov vášho dieťaťa.
- **Maskovanie a vyhorenie** – ako rozpoznať maskovanie a predísť vyhoreniu.
- **Podpora nezávislosti** – spôsoby, ako dieťa viesť k samostatnosti, sebadôvere a autentickejši.
- **Komunita a podpora** – prepojenie s ostatnými rodičmi, ktorí rozumejú vašim skúsenostiam a zážitkom.

Čo od kurzu naopak neočakávajú

- **Poruchu autistického spektra** – autizmus nie je porucha ani postihnutie, je to iný spôsob rozmýšľania a vnímania.
- **Magické riešenia na problémy, ktoré neexistujú** – autistický človek je ľudská bytosť, nie problém, ktorý je potrebné vyriešiť.
- **Zastaralý a dehumanizujúci jazyk** – každý človek má právo si vybrať, ako sa identifikuje. Prevažná časť autistickej komunity však odmieta označenia ako „nízkofunkčný“ a „vysokofunkčný“ a preferujú omnoho výstižnejšie „s vyššími potrebami podpory“ a „s nižšími potrebami podpory“. Špecificky v česko-slovenskom prostredí je taktiež problémové stotožňujúce „Asperger/Aspergerka“ – každý autistický človek je jedinečná osobnosť, stotožňovanie sa s diagnózou pomenovanou po kontroverznej osobe je problematické. A to najdôležitejšie – autizmus nie je doplnok, ktorý autistický človek má a môže ho kedykoľvek niekam odložiť alebo z neho vyrásť. Je to neoddeliteľná súčasť jeho osobnosti. Preto počas kurzu budeme používať autistickými ľuďmi preferované „autistický človek“ a nie „človek s autizmom“.
- **Intervenciu a terapiu** – cieľom Cothú nie je práca s autistickým dieťaťom za účelom „minimalizovať“ jeho autistické správanie alebo zmeniť ho na „normálne“. Cieľom kurzu je naučiť rodičov rozmýšľať o autizme z nepatologickej perspektívy a dať im praktické rady ako vychovávať ich autistické dieťa podľa jeho potrieb.



Pre koho je kurz určený

Kurz Cothú je určený rodičom autistických detí, ktorí hľadajú podpornú komunitu, užitočné informácie a praktické nástroje na lepšiu podporu svojho dieťaťa. Je vhodný pre rodičov, ktorých dieťa bolo nedávno identifikované ako autistické a prípadne zvažujú diagnózu, ako aj pre tých, koho dieťa už bolo diagnostikované a chcú lepšie porozumieť jeho potrebám. Autistický človek je však samozrejme autistický bez ohľadu na oficiálnu diagnózu. Kurz je ideálny aj pre rodičov autistických detí, ktorí diagnózu pre ich dieťa nechcú ale chcú vedieť ako ho najlepšie podporiť.

Ako kurz prebieha

Kurz trvá 5 týždňov a prebieha v dvoch skupinách (ranná a večerná) online cez MS Teams v podpornom a bezpečnom prostredí. Každé stretnutie obsahuje teoretické informácie, diskusie a praktické cvičenia na riešenie každodenných situácií. Pre zabezpečenie najvyššej možnej efektivity kurzu a komfortu účastníkov je limit účastníkov v jednej skupine stanovený na 12. V prípade naplnenia kapacity a pretrvávajúcemu záujmu budú mať nad kapacitu registrovaní záujemcovia prioritnú možnosť registrácie na najbližší kurz, ktorý sa bude konať v júli 2025.

Účastnícky poplatok: 150€

Prečo sa zapojiť

- Získate jasné a zrozumiteľné informácie o tom, čo znamená byť autistickým človekom a ako ho podporovať s ohľadom na jeho potreby.
- Naučíte sa efektívne a láskyplné spôsoby komunikácie so svojím dieťaťom.
- Spojíte sa s ďalšími rodičmi autistických detí.
- Získate nástroje, ktoré vám pomôžu zvládnuť každodenné výzvy.

Najbližšie termíny

14.5, 21.5, 28.5, 4.6, 11.6.2025 9:00-11:00 alebo 18:00-20:00

Registračný formulár

<https://forms.office.com/e/zEJUWxW9x3>

Lektor

Mgr. Veronika Vargová

Kontakt: vvargova@ndwconsulting.sk