



Spolufinancováno
Evropskou unií



POZVÁNKA
**Budování psychické odolnosti u dětí
a dospívajících**

KDY?

15. 4. 2025; od 15:30 hod

KDE?

**Jihlava, Městská knihovna
Přednáškový sál, Hluboká 1**

Prostředí a společnost klade čím dál častěji vyšší nároky, než jsou obvyklé a děti subjektivně prožívají vyšší míru stresu, což můžeme vnímat i v nárůstu psychických obtíží u dětí a dospívajících. Jedním ze způsobů, jak předcházet či snížit dopady náročných životních situací je podpora odolnosti dětí.

Dítě v průběhu života prochází celou řadou prostředí (rodina, škola, ...), které se ideálně společně zaměří na postavení základních kamenů psychické odolnosti. Na setkání se společně inspirováme, jak na to.

Lektor:

Mgr. Bc. Eva Libánská – psycholožka, rodinná terapeutka, lektorka;
Mgr. Zuzana Marečková Kloudová – psycholožka, KBT terapeutka, lektorka

Co se dozvíte z přednášky?

Jak posílit schopnost dítěte zvládat stres.

Jak předcházet psychickým obtížím u dětí.

Jak posilovat psychickou odolnost u dětí.

Předpokládaná délka přednášky včetně následné diskuze cca 2 hodiny, drobné občerstvení zajištěno, vstup zdarma