



Spolufinancováno
Evropskou unií

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Emoční sebeobrana

Interaktivní seminář pro pedagogické pracovníky

7. 11. 2024

8:30 - 15:30

Zeměznás, Nosálovská 2/53, Vyškov

NA CO SE TĚŠIT

Workshop zaměřený na seznámení s teoretickými a metodologickými východisky vědomé práce s emočními procesy a osvojují si nástroje, které umožňují jednotlivci zvyšovat psychickou odolnost v emočně náročných situacích. Účastníci se seznamují se základními praktickými principy vědomého zpracování emocí.

LEKTOR

Mgr. et MgA. Martin Sedláček

Martin Sedláček je spoluautorem konceptu Emoční sebeobrany a lektorem jednotlivých workshopů. Přednáší psychologii na pražské DAMU a má vlastní terapeutickou praxi. Působí jako lektor a kouč v oblasti vzdělávání dospělých.



Cílem je představení učitelům principy psychické odolnosti jako prevence syndromu vyhoření, psychosomatických obtíží z dlouhodobého stresu a situací vedoucích k šikaně učitele.

Kapacita školení je omezena. Přihlášení možné přes [online formulář](#) nebo na e-mailu masvyskovskomap@seznam.cz



777 582 766

masvyskovskomap@seznam.cz

www.masvyskovsko.cz