

STUDENTSKÁ KONFERENCE

"Odolnost - odkud se bere a co nám přináší"

VELKÁ AULA

28.5.2024

8:30 - 13:00

- **Zotavení** - jak se člověk může vypořádat s vážným duševním onemocněním
- **Krize** - jak ji využít jako příležitost k růstu
- **Duševní zdraví** - jak vůbec neonemocnět
- **Resilience** (houževnatost) - co potřebujeme pro vypořádání se s mimořádnou zátěží
- **Coping** (zvládací strategie) - stres jako dobrý sluha, ale zlý pán
- **Co mohou udělat rodiče** (případně jiní dospělí) **pro odolnost dětí**