

Pozvánka na seminář Základy první psychické pomoci aneb Od chaosu ke klidu

30.4.2025 - Nikola Havlová | Fakulta sociálních věd UK

Fakultní Pracovní skupina pro well-being vás srdečně zve na poslední dva semináře Základy první psychické pomoci aneb Od chaosu ke klidu pro zaměstnance a zaměstnankyně FSV UK.

Přijďte zjistit více o tématu psychických krizí, než se v seminářích zaměříme na další oblasti podpory wellbeingu. Hlásit se můžete na tyto termíny:

- **16. 5. 2025 od 15:00 do 19:00, Areál Jinonice, místnost C321**
- **29. 5. 2025 od 14:00 do 18:00, Areál Jinonice, místnost C321**

Tento interaktivní seminář se zaměřuje na pochopení psychických krizí a jejich projevy v chování, myšlení a emocích. Kurz nabízí dovednosti pro rozpoznání krizových stavů u druhých a poskytnutí podpory tak, aby klient (student) překonal obtíže sám nebo dokázal najít následnou pomoc.

Účastníci se naučí pracovat s akutními krizovými stavy, jako jsou záchvaty vzteku, pláč, úzkost nebo panika. Důraz je kladen na respekt ke klientovi, ale také na psychohygienu a péči o sebe, prostor bude věnován také nácviku různých uzemňovacích a zklidňujících technik. Workshop je obohacen o kazuistické příběhy i modelové situace a role-playing.

Na seminář se registrujte zde. S dotazy se obraťte na Michaelu Rudinskou na e-mailu svoz@fsv.cuni.cz.

<https://fsv.cuni.cz/aktuality/pozvanka-na-seminar-zaklady-prvni-psychicke-pomoci-aneb-od-chaosu-ke-klidu-0>