

METODA ACT

TERAPIE PŘIJETÍ A ODHODLÁNÍ PRO PEDAGOGY

ACT!

*Moderní přístup
k práci se stresem a emocemi
v pedagogickém prostředí.*



TERMÍNY



17.9.2025 (8.30 - 12.30 hod.)

15.10.2025 (8.30 - 12.30 hod.)

5.11.2025 (8.30 - 12.30 hod.)



MÍSTO KONÁNÍ

Magistrát města Havířova

Svornosti 86/2, Havířov-Město
místnost B-417 (4. patro, budova B)

URČENO pro:

pedagogy, asistenty pedagoga
školní psychology, metodiky prevence, vedení školy

LEKTOR: Roman Göttlicher,
terapeut, pedagog, výchovný poradce



Online
registrace **ZDE**

www.map-havirov.cz
[#MapHavirov](https://www.instagram.com/MapHavirov)



Co je ACT?

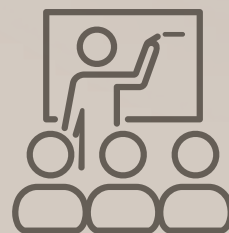
ACT (Acceptance and Commitment Therapy) je moderní, vědecky ověřený přístup, který pomáhá:

- zvládat stres a vyčerpání
- rozvíjet všímavost (mindfulness)
- zachovat si vnitřní kompas v náročných situacích
- jednat v souladu se svými hodnotami



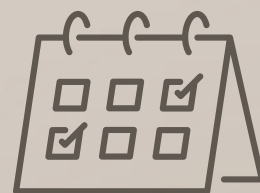
Co se naučíte?

- pracovat s vlastními myšlenkami a emocemi bez boje (techniky odstupu)
- zvládat stres pomocí přijetí a všímavosti
- uplatnit ACT při práci s dětmi, kolegy i rodiči
- obnovit kontakt se svými hodnotami a vést z nich konkrétní kroky



Proč vícedenní setkání?

Mezi jednotlivými setkáními si vyzkoušíte nové techniky v praxi, poté se k nim vrátíme, prohloubíme je a zodpovíme Vaše otázky (účinnost tak výrazně roste).



Pro koho jsou setkání určena?

Setkání je vhodné pro pedagogy, asistenty pedagogů, školní psychology, metodiky prevence i vedení škol - **pro všechny, kteří chtějí:**

- efektivněji pracovat s emocemi svými i žáků
- nalézt větší smysl a radost ve své profesi
- získat praktické nástroje pro každodenní školní praxi

