

Institut Zahrady pro duši zve všechny rodiče, vyučující a pracující s mládeží na besedu:

Duševní výzvy středoškoláka (15–18 let)

Beseda je zdarma a není třeba se na ni předem registrovat.

Termín: 16. 4. 2026

Čas: 16:30–18:30

Místo: Balbínova 323/6, Praha

Lektorka: Mgr. et Mgr. Táňa Zimmermannová

Vystudovala speciální pedagogiku a celý profesní život působí ve školství. Pracovala s nejmenšími dětmi, s dětmi se speciálními potřebami i s mladými středoškoláky na prahu dospělosti. Zásadní obrat v jejím profesním směřování přineslo alternativní vzdělávání inspirované Montessori pedagogikou a hlubší zájem o komunikaci, vztahy a sebepoznání. Absolvovala pětiletý psychoterapeutický výcvik Biosyntézy a s dětmi pracuje metodou Kid's Skills obohacenou o práci s tělem, při které se zaměřuje na rozvoj kognitivních funkcí a učebního potenciálu.

- Setkání se zaměří na období adolescence – čas, kdy mladí lidé hledají svou cestu, učí se samostatnosti a čelí vysokým nárokům školy i okolí. Probereme, jak citlivě podporovat krok k dospělosti, jak nastavovat hranice tam, kde škola „přestává být prioritou“, a jak mluvit o odpovědnosti bez zbytečného tlaku.
- Budeme se věnovat volbě povolání a budoucnosti, obavám ze selhání i tlaku na výkon, který může vést k úzkostem či vyhoření. Dotkneme se partnerských vztahů – prvních lásek, rozchodů a sexuality – a jejich vlivu na psychiku dospívajících.
- Zaměříme se také na digitální život: sociální sítě, sebeprezentaci, kyberšikanu a dopad online prostoru na sebevědomí. Ukážeme si varovné signály, že se něco děje, a praktické způsoby, jak s dospívajícím mluvit tak, aby nás slyšel.

Pro více informací nám napište na vzdelavani@zahradaprodusi.cz.

Veškeré informace o našich vzdělávacích programech najdete na www.zahradaprodusi.cz.