



od 4. 10. 2017

# kurz výchova teenagerů

od autorů  
kurzu  
Manželské  
večery

- praktické a vtipné přednášky
- diskuse u kávy ve skupinkách
- zaměření na věk 11-18

Na Žertvách 23, Praha 8–Palmovka

# kurz výchova teenagerů

Na Žertvách 23, Praha 8  
4. 10. – 6. 12. 2016

Každé setkání začíná v 19 hod. (středy)  
drobným občerstvením (káva, čaj, zákusek)  
a končí v 20:30 hod.

Cena celého kurzu (10 lekcí) je 500 Kč/osobu.  
Cena obsahuje příručku účastníka, občerstvení.

Vzhledem k omezené kapacitě posilejte  
příhlášky do 30. 9. 2017 na e-mail:  
v.zaruba@centrum.cz

## ● Sledovat dlouhodobý cíl

- 4. 10. Porozumět proměně
- 11. 10. Budovat pevné vztahy

## ● Naplňovat potřeby teenagerů

- 18. 10. Pět jazyků lásky
- 25. 10. Efektivní komunikace

## ● Nastavovat hranice

- 1. 11. Postupná příprava na samostatnost
- 8. 11. Posilování zodpovědnosti

## ● Podporovat zdravý emocionální rozvoj

- 15. 11. Zvládání hněvu
- 22. 11. Řešení konfliktů a zvládání stresu

## ● Pomáhat dělat dobrá rozhodnutí

- 29. 11. Předávat dlouhodobou perspektivu
- 6. 12. Připravovat teenagery na život