



**Albertinum, odborný léčebný ústav, Žamberk**  
Vás srdečně zve na konferenci:

## **Zvládání náročných situací s lehkostí a porozuměním II.**

---

### **O čem bude řeč:**

Konference "Zvládání náročných situací s lehkostí a porozuměním II." navazuje na předchozí červnovou konferenci. Ponoříme se do těchto témat:

- **Trauma:** Klasifikace jádrových emocí a jejich léčení, téma „hranic a jejich narušení“ v raném dětství, vývojové trauma
  - **Nenásilná komunikace a mindfulness v rodině:** Představíme si principy nenásilné komunikace, která vede k hlubšímu porozumění a harmonickým vztahům v rodině a propojíme komunikační dovednosti s praxí mindfulness (všímavosti).
- 

### **Přednášející:**

- **Mgr. Pavel Němčík:** Lektor a psychoterapeut ([www.fortitudo.cz](http://www.fortitudo.cz) )
  - **Mgr. Dušan Šebo, PhD:** Mentální kouč, lektor mindfulness a nenásilné komunikace ([www.mindcoach.sk](http://www.mindcoach.sk) )
- 

**Navazující program:** Na konferenci budou navazovat dva celodenní workshopy konané o víkendu 15.-16.11. v prostorách budovy č. 11, psychiatrie ambulance (stacionář) v Albertinu.

**Workshop 1: Nenásilná komunikace a mindfulness (Mgr. Šebo a MUDr. Šimon) dne 15.11.**

**Workshop 2: Řešení konfliktních situací ve vztahu mezi rodičem a dítětem (Mgr. Němčík) dne 16.11.**

---

### **Praktické informace:**

- **Kdy:** pátek 14. listopadu 2025, 13:00 – 17:00 hod.
- **Kde:** Albertinum, OLÚ, Žamberk, Za Kopečkem 353, budova č. 9 - stravovací provoz, kinosál v 1. patře.
- **Vstupné:** Dospělí: 500 Kč. Studenti: 250 Kč. Zaměstnanci Albertina: zdarma
- **Přihlášky (do konce října) posílejte na email:** [stujova@albertinum.cz](mailto:stujova@albertinum.cz)