**Kurz „Posilování resilience a krizová komunikace“**

**Stručná osnova:**

* Resilience a její vliv na náročné životní situace
* Zvládání frustrace a stresu
* Krizová komunikace
* Posilování resilience

**Rozsah kurzu:**

* 6 hodin v jednom bloku

**Termín kurzu:**

* pro vyjíždějící studenty na ZS: červen
* pro vyjíždějící studenty na LS: prosinec

**Místo konání:**

* Multifunkční centrum, Kampus UJEP (Pasteurova 1, ÚL)