

## SE SVÝM PSEM TEĎ A TADY – série praktických večerních workshopů

Po úspěšných prvních bězích pokračujeme dalším. Série čtyř na sebe navazujících workshopů pro majitele psů, kteří pracují metodou „pozitivního posilování“. Tentokrát v duchu „**Netrénuji svého psa, ale sám sebe**“.

Lektoři: RNDr. František Šusta, Petra Jaškóvová

Kde? MŠ Senohraby – malebná obec 20 km po dálnici D1, cca 15 minut jízdy z Prahy. Spojení možno i vlakem (44 min z Hl. nádraží v Praze, vlak jede každých 30 min) . Poslední setkání proběhne v Praze na Jižním městě.

Kdy? Středy 10.2., 17.2., 24.2., a pátek 26.2. 2016 vždy od 19:00-22:00hod.

Reference? [http://www.treninkjerozhovor.cz/t\\_cz/2141/775\\_778/ke-stazeni\\_pribehy/jitka-skalickova-a-jeji-labradori/](http://www.treninkjerozhovor.cz/t_cz/2141/775_778/ke-stazeni_pribehy/jitka-skalickova-a-jeji-labradori/)

„Trénink je rozhovor“ - v našem případě jde o dialog mezi člověkem a psem. V běžném k tréninku je pozornost upřena ke psu, ale dialogu se účastní vždy dva! Co tedy člověk? I ten má své vstupní nastavení k tréninku, do závodů, či jen do „pohodové“ procházky se svým psem. A i s ním tedy budeme pracovat.

V průběhu workshopu se my lidé budeme učit pracovat sami se sebou, se svými emocemi, myslí i tělem a začneme budovat své optimální nastavení tak, abychom prohloubili vnitřní pohodu, klid a nadhled. Vlastní nastavení člověka pak pomáhá otevřít pomyslné dveře do okamžiku „teď a tady“, ve kterém zvířata žijí a my lidé v něm s nimi můžeme lépe „mluvit“ a vzájemně se vnímat.

**POZOR, NEBUDEME SI HRÁT NA ZAŘÍKÁVAČE!** V praxi propojíme trénink zvířat a psychické nastavení člověka do užitečného a lidsky pochopitelného celku.

### Očekávané přínosy pro psa i jeho majitele:

- redukce stresu v běžném životě i ve vypjatých situacích – závody, zkoušky, setkání reaktivních psů apod.
- větší souhra a porozumění
- radost ze společného učení a sdílení
- využití společného potenciálu tréninku
- úspěšné dosahování nastavených cílů
- perfektní fyzický výkon s chladnou tj. klidnou hlavou

### Jak budeme pracovat?

První, druhé i třetí setkání proběhnou pouze s lidskými účastníky. Budeme se zabývat metodikou a praktickými cvičeními, která jsou prospěšná pro práci s vlastním nastavením. Zaměříme se na dechová, mentální, či relaxační cvičení, práce s emocemi a myslí.

Cena: 600,-Kč za každý jednotlivý večer (celkem tedy 2400,-Kč)

### O nás

## František Šusta

- profesionální trenér zvířat
- autor knihy „Trénink je rozhovor, ve kterém má i Váš pes co říct“
- nositel několika mezinárodních ocenění na poli tréninku zvířat
- Absolvent Přírodovědecké fakulty UK a ČZU (včetně státních zkoušek z psychologie a pedagogiky)
- více na [www.treninkjerozhovor.cz](http://www.treninkjerozhovor.cz)

## Petra Jaškóvová

- kouč a konzultant osobního rozvoje, terapeut metody AFT
- od 2012 vede workshopy zaměřené na osobní rozvoj
- od 2012 vede svou vlastní soukromou praxi – individuální sezení
- ve své práci usiluje především o skutečný účinek a posun, harmonické fungování na všech úrovních
- více na [www.comito.cz](http://www.comito.cz)

Přihlášky posílejte mailem na [treninkjerozhovor@seznam.cz](mailto:treninkjerozhovor@seznam.cz), platbu (AŽ PO POTVRZENÍ VOLNÉHO MÍSTA) převodem na účet 134644514/0300. POZOR, POČET MÍST JE LIMITOVÁN A PROTO PŘED PLATBOU, PROSÍM, NEJPRVE POČKEJTE NA POTVRZENÍ, ŽE MÍSTO JE VOLNÉ. Platba je přenosná na jiného účastníka, při neúčasti a nesehnání náhradníka není vratná. Do zprávy k platbě nutno uvést jméno objednavatele, tedy shodné s tím, kdo objednávku na e-mail zasílal.

(foto – závěrečná fotka s účastníky prvního běhu a s Gabby Harris v září 2015)

