EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – pól růstu ČR

5. CVIČENÍ: MŮJ TEPLOMĚR - MOJE ČASNÉ VAROVNÉ PŘÍZNAKY/SIGNÁLY A STRATEGIE K NIM

Nyní se dostáváme k poslednímu cvičení, ve kterém přehlednou formou zužitkujeme vše, co jsme se o sobě dosud dozvěděli. Na jedné straně máme seznam časných varovných příznaků/signálů, rozdělených podle fáze, ve které se u nás objevují. Na druhé straně seznam fungujících strategií, které nám pomáhají přicházející krizi s úspěchem odvrátit.
Nyní již jen stačí všechny příznaky/signály i strategie vepsat do jedné souhrnné tabulky.
Výsledkem je to, že držíme v ruce náš jedinečný, osobní průvodce na cestu. Díky němu si včas dokážeme všimnout, že se s námi něco děje, a včas také dokážeme vhodným způsobem reagovat.

Rozvoj a zlepšení služeb Komunitního centra pro Zotavení, CZ.07.3.63/0.0/0.0/17_051/0000758

CENTRUM PRO ROZVOJ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ
CENTRE FOR MENTAL HEALTH CARE DEVELOPMENT

recovery
škola zotavení

	ČASNÉ VAROVNÉ SIGNÁLY		STRATEGIE
POZDNÍ FÁZE - SIGNÁLY			
STŘEDNÍ FÁZE - SIGNÁLY			
POČÁTEČNÍ FÁZE - SIGNÁLY			