

5 otázek
KTERÉ SI POLOŽIT, NEŽ
ZAČNEŠ S **DOMÁCÍM**
VZDĚLÁVÁNÍM

Zuzana Armeson

www.zuzanaarmeson.com

Ahoj, jsem Zuzana



máma desetileté domškolačky, manželka milujícího muže, věčná startovačka nových projektů a průvodkyně **rodičů na cestě k domácímu vzdělávání** i žen, které si hledají vlastní cestu k životu a rodičovství.

Mám za sebou víc než **osm let zkušeností s domácím vzděláváním** – od vedení centra sebeřízeného vzdělávání, přes rodinné pobyty pro domškoláky až po konzultace pro rodiče. A hlavně i spoustu let praxe „z první řady“ jako máma.

Aktuálně žijeme s dcerou v USA, kde mám možnost poznávat nové podoby homeschoolingu. Díky tomu ještě víc vidím, že **každá rodina potřebuje něco trochu jiného** – a že neexistuje jedna jediná správná cesta.

Obsah

<u>Úvod</u>	04
je to to pravé pro mě	
<u>Jak s e-bookem pracovat</u>	08
pár tipů od mě	
<u>5 otázek</u>	
<u>Proč se chci vydat na cestu</u>	12
<u>domácího vzdělávání?</u>	
<u>Co od domácího</u>	18
<u>vzdělávání očekávám?</u>	
<u>Jakou cestou chceme jít?</u>	24
<u>Kolik na to mám času,</u>	34
<u>energie a zdrojů?</u>	
<u>Co potřebuje naše dítě?</u>	40
<u>Závěr</u>	47
Ať je vaše cesta klidná	



A person with long dark hair is seen from behind, writing in a notebook on a desk. The desk is cluttered with various stationery items: a box of colorful pens, a small notepad, a pencil, and a blue eraser. The background is a solid blue color with a large, light blue, wavy shape overlaying the right side of the image.

Úvod

Když se rodiče rozhodují pro domácí vzdělávání, často se ocitnou na **rozcestí plném emocí**.

Je v tom nadšení, zvědavost, ale někdy taky zmatek a otázka, jestli to vůbec zvládnou.

A to je naprosto v pořádku. Domácí vzdělávání není jen změna školy – je to změna tempa, rytmu a často i **celého životního nastavení**.

Já sama jsem do domácího vzdělávání vstupovala jako většina rodičů: s obrovskou touhou dát svému dítěti „něco víc“ a zároveň s obavou, jestli dělám dost.

Časem jsem ale pochopila, že nejdůležitější nejsou metody a způsoby domácího vzdělávání, dokonalá nabídka aktivit ani krásně připravený plán.

Nejvíc záleží na tom, aby rodič znal sám sebe, svoje možnosti a hlavně potřeby svých dětí.

Právě proto vznikl i tento mini e-book.

Aby vás provedl začátkem – krok po kroku, s klidem a bez tlaku.

Abyste si ještě předtím, než začnete hledat „tu pravou“ školu nebo se pustíte do prvního roku domškoláctví, ujasnili, **co vlastně chcete vy.**

Najdete tu pět jednoduchých, ale zásadních otázek.

Nejsou tu proto, abyste se „správně“ rozhodli. Jsou tu proto, aby vám ukázaly, **odkud vycházíte, co je pro vás důležité a jaká podoba domácího vzdělávání vám opravdu sedí.**

**Neexistuje jedna správná
odpověď.**

**Neexistuje jeden správný
styl.**

**Existuje jen cesta, která dává
smysl vám a vašemu dítěti.**

Pojďme ji spolu
začít hledat.



Jak s e-bookem pracovat

Dopřejte si čas a klid

Klidně si uvařte kafe, sedněte si na gauč a **dejte si na to čas**. Není potřeba projít všechno najednou. Někdy to chce den... a někdy týden.

Pište si odpovědi rukou

Zní to banálně, ale když si odpovědi zapisujeme, často se dostaneme **hlouběji**. Ruka píše to, co hlava ještě neumí úplně pojmenovat.

Bud'te upřímní – hlavně sami k sobě

Nesnažte se odpovídat tak, aby to znělo „správně“. Ani tak, jak to chce slyšet okolí. Napište to, **jak to máte vy**. I kdyby to mělo být zmatené nebo nedokončené.

Můžete odpovídat každý zvlášť

Pokud jste na domácím vzdělávání dva, dejte si chvíli času **každý sám**. Je fascinující, jak se dva lidé mohou dívat na stejnou věc jinak. A pak když si odpovědi porovnáte, často to otevře úplně nový pohled.

Odpovědi nemusí být finální

Budou se měnit. Jak porostou děti, jak se změní vaše situace, jak sami dozrajete. Domácí vzdělávání není jednorázové rozhodnutí – je to proces.

Nemusíte odpovédět na všechny podotázky

Podotázky jsou tu jen jako malý kompas.
Takové jemné „šťouchnutí“, díky kterému
se dostanete blíž k tomu, co opravdu cítíte
a chcete.

A hlavně – nechte být očekávání okolí

Neodpovídejte tak, aby to znělo dobře v
debatě s babičkou, sousedkou nebo na
Facebooku. **Tyhle otázky jsou jen pro vás.**

Jdeme na to?

otázka
první

Proč se chci vydat
na cestu domácího
vzdělávání?

Na začátku každého rozhodnutí stojí **motivace**. Ať už je jakákoliv, stojí za to se u ní zastavit.

Domácí vzdělávání není jen volba jiné formy učení. **Je to změna rytmu celé rodiny**. A právě proto je dobré vědět, co vás k tomu vede – a co od toho vlastně čekáte.

Když znáte své „proč“, mnohem snáz se dělají další kroky. Pomůže vám to, až přijdou náročnější dny, pochybnosti nebo rozhovory s okolím.

*Ale hlavně: pomůže
to vám samotným.*

Otázky, které vám mohou pomoci najít vaše „proč“



Základní impulz

- Co mě přivedlo k domácímu vzdělávání?
- Proč nechci (nebo už nechci) dítě posílat do školy?
- Pamatuju si nějakou konkrétní událost nebo moment, kdy mě tohle napadlo?

Moje zkušenosti a pocity

- Mám já sám/sama nějakou negativní (nebo pozitivní) zkušenost ze školy?
- Jaký pocit ve mně vyvolává představa, že dítě nebude chodit do školy?

Co si přeju změnit nebo posílit

- Co doufám, že domácí vzdělávání zlepší oproti současné situaci?
- Co doufám, že nám domácí vzdělávání přinese do života?
- Po čem moje rodičovství touží?

Moje obavy

- Co ve mně vzbuzuje největší obavu – a co mě i přesto táhne vpřed?
- Kdy jsem naposledy cítil/a, že moje dítě potřebuje něco jiného?

Bez vlivu okolí

- Kdybych úplně odmazal/a očekávání okolí, co bych chtěl/a doopravdy?
- Kdybych nemusel/a nic vysvětlovat, co bych si vybral/a?

Moje hlubší motivace

- Je to spíš touha, nebo snaha od něčeho utéct?
- Co hledám v životě naší rodiny – a v čem mi domácí vzdělávání připadá jako krok tím směrem?
- Jaká je moje nejhlubší představa o tom, co je pro dítě dobré?
- Co doufám, že mi DV umožní?



Proč je to důležité?

Když znáte své skutečné „proč“, máte pevný bod, ke kterému se můžete kdykoliv vrátit.

Pomůže vám to v momentech pochybností, když budete řešit otázky okolí nebo když přijde náročnější období.

Jasná motivace vytváří vnitřní jistotu – a právě ta je klíčová pro klidný začátek domácího vzdělávání i pro rozhodnutí, která budete dělat dál.



otázka druhá

Co od domácího vzdělávání
očekáváme?

Každý rodič vstupuje do domácího vzdělávání s určitou představou.

Ať je vaše motivace jakákoliv, je užitečné si na začátku ujasnit, **co vlastně chcete**, aby vám domácí vzdělávání přineslo.

Jasná vize vám pomůže **nastavit realistický plán**.

Nebojte se odpovídat. To, že si něco nastavíte na začátek, neznamená, že to tak musí zůstat navždy.

Domácí vzdělávání se mění s věkem dětí a potřebami rodin.

a je to naprosto přirozené.

Otázky, které vám pomohou ujasnit očekávání



Náš běžný den

- Jak by měl vypadat náš den?
- Kolik struktury nebo volnosti chci v každodenním režimu?
- Co chci změnit oproti současnému tempu?

Učení

- Jaké oblasti považuju za důležité?
- Jaké znalosti, dovednosti a postoje chci, aby si dítě do života odneslo?
- Preferuju přirozené učení nebo jasnější plán?

Jaký dopad si přeju na rodinný život

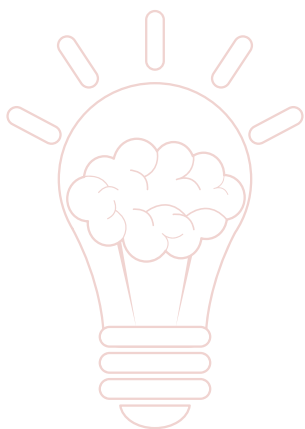
- Chci víc společného času?
- Méně stresu?
- Pomalejší tempo?
- Víc prostoru na aktivity mimo domov?

Moje obavy

- Z čeho mám největší strach?
- Co je moje největší „co když...“?
- Jsou moje obavy spíš praktické, emocionální, nebo vycházejí z tlaku okolí?
- Které obavy jsou reálné a které jsou jen představa?

Jak poznám, že nám to funguje

- Jaké známky spokojenosti vidím u svého dítěte?
- Jaké známky spokojenosti vidím u sebe?
- Co by mě přesvědčilo, že jdeme dobrým směrem?
- Jak poznám, že se dítě rozvíjí – i když to není vidět „školním způsobem“?
- Co pro mě znamená úspěch?



Proč je to důležité?

Když si ujasníte, co jako rodina vlastně chcete, dokážete **lépe nastavit rytmus, plán i priority.**

Pomůže vám to se lépe rozhodnout, jaký **styl domácího vzdělávání** bude vaší rodině fungovat.

Vyhnete se zbytečnému tlaku, že „to má být nějak“, a místo toho si vytvoříte cestu, která skutečně odpovídá tomu, jak žijete a co jako rodina potřebujete.

Jasná představa nám pomáhá rozhodovat, **co má v našich dnech místo** – a co můžeme nechat jít.

otázka třetí

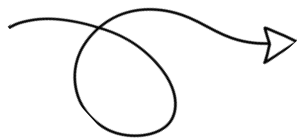
Jakou cestou
chceme jít?

Není domškolák jako domškolák.
Domácí vzdělávání má mnoho podob
a žádná není správně nebo špatně.

**Liší se v tom, kde dítě tráví čas, kdo
ho provází a jakým způsobem se učí.**

Je dobré vědět, co je přirozené
vašemu dítěti, vám a rytmu vašeho
života.

**Pojdme se spolu napřed
podívat na možnosti, jak může
domácí vzdělávání vypadat.**



1. Být doma – rodinné tempo

Pro rodiny, které chtějí:

- víc společného času
- klidnější rytmus
- pružný den podle potřeb dítěte a celé rodiny
- učit se přirozeně během dne
- mít kontrolu nad tím, co se dítě učí, jako podněty dostává...

Výhody: minimální logistika, blízkost, jednoduchost.

Výzvy: rodič potřebuje víc času a energie, možnost sociálních kontaktů je třeba aktivně vytvářet.

Otázky:

- Vyhovuje mi trávit většinu času s dítětem?
- Jak si představujeme náš rytmus, když jsme „jen my doma“?

2. Vytvořit si vlastní komunitu s dalšími rodiči

Možnost spojit se s několika rodinami a fungovat společně – sdílené výlety, dny učení, střídání péče, společné projekty.

Pro rodiny, které chtějí:

- víc sociálních kontaktů
- sdílenou podporu
- přirozené vrstevníky pro děti
- menší tlak na rodiče být „u všeho“

Výhody: sdílení energie, inspirace, kontakty pro děti.

Výzvy: organizace, sladění hodnot a přístupů.

Otázky:

- Chci mít kolem sebe další rodiče domškoláků?
- Jak moc jsme sociální rodina?
- Jak moc jsme ochotní hledat společnou cestu a dělat v některých věcech kompromisy.

3. Komunitní škola / vzdělávací skupina

Různé spolky, komunitní školy nebo projekty pro domškoláky, kam děti chodí třeba 2–4 dny v týdnu.

Pro rodiny, které chtějí:

- část týdne „venku z domu“
- učení ve skupině
- vedení dalšími dospělými
- kombinaci domácího a skupinového vzdělávání

Výhody: dítě má vrstevníky, rodič má prostor na práci, dítě získá vedení jiných osobností.

Výzvy: finanční náklady, dojíždění, sladění s vaším stylem učení.

Otázky:

- Chceme, aby mělo dítě pravidelnou skupinu?
- Kolik času týdně chceme být doma a kolik v komunitě?

4. Kombinace více možností

Asi nejběžnější česká realita je skloubení více možností dohromady.

Rodina může mít:

- dva dny doma
- jeden den v komunitní skupině
- kroužky nebo kurzy
- sdílené učení/čas s kamarády

Výhody: flexibilita, možnost upravit styl v čase.

Výzvy: hlídání hranic, aby toho nebylo příliš.

Otázky:

- Jak moc jsme flexibilní?
- Co naše dítě potřebuje víc: klid, strukturu, nebo lidi?

Styl učení – volné spektrum, ne dvě škatulky

Unschooling / sebeřízené vzdělávání / přirozené učení

- založený na vnitřní motivaci dítěte
- dítě volí kdy, kde, jakým způsobem a s kým se bude učit
- rodič podporuje, sleduje, co dítě zajímá a může nabízet různé aktivity (nápady, náměty)
- učení plyne z běžného života

Řízené učení

- založené na učebním plánu od rodiče/školy/instituce
- rodič/průvodce/učitel připraví pro dítě učicí prostředí a rozhoduje o způsobu učení (čase, místě...)
- má jasný plán a rytmus
- učení plyne z nějakého připraveného plánu

**Většina rodin je někde mezi
a během let se přirozeně
posouvá.**

Která cesta je ta vaše?

Pár otázek, které vám pomůžou:

- Kde se naše dítě cítí nejlíp – doma, ve skupině, v pohybu, mezi lidmi?
- Jak moc jsme sociální rodina?
- Chceme být víc doma, nebo mezi lidmi?
- Kolik máme času a energie my jako rodiče?
- Chci aktivity vytvářet a nebo spíš podporovat dítě v tom, co ho zaujme?
- Koho chceme, aby učení dítěte doprovázel?
- Jaká role mi sedí: průvodce, učitel, koordinátor?
- Potřebuje moje dítě spíš strukturu, nebo volnost a prostor?
- Potřebujeme pravidelnost, nebo nám vyhovuje volnost?
- Jaké zdroje chceme využívat (materiály, aplikace, kurzy, kroužky)?
- Jakou kombinaci bychom si představili jako „ideální start“?

Proč je to důležité?

Když si na začátku ujasníte, jakou cestou domácího vzdělávání chcete jít, mnohem snáz si představíte, **jak budou vypadat vaše dny**, jakou podporu budete potřebovat a jaké prostředí chcete pro dítě vytvořit.

Pomůže vám to také v praxi – například při **výběru kmenové školy** nebo vzdělávací skupiny.

Každá škola přistupuje k domácímu vzdělávání jinak a rozdíly mohou být velké.

Přezkoušení se může pohybovat na široké škále: od klasického testování „jako v klasické škole“, až po portfolio, které dítě sestaví z přirozených aktivit, projektů a zájmů během roku.

Když budete vědět, na které straně spektra se nacházíte vy, snáz vyberete:

- ✓ kmenovou školu, která respektuje váš styl učení
- ✓ přístup, který podpoří vaše dítě
- ✓ komunitu, ve které se budete cítit bezpečně

A hlavně – budete vědět, kam jdete a proč právě takovou cestou.

Tohle uvědomění šetří nervy,
čas, energii i zbytečné
pochybnosti.

otázka
čtvrtá

Kolik na to mám času,
energie a zdrojů?

Domácí vzdělávání **není jen učení.**

**JE TO KOORDINACE, PLÁNOVÁNÍ,
PODPORA, LOGISTIKA, NĚKDY
I PÉČE NAVÍC.**

Ať už chcete volnější unschooling
nebo strukturovanější přístup, vždy je
dobré vědět, kolik času a energie do
toho **MŮŽETE A CHCETE** vložit.

Nejde jen o to, kolik času máte dnes.
Ale i o to, co může z vašeho života
uvolnit prostor pro něco nového.

Klíčové oblasti, které mají vliv na čas a energii

1. Můj reálný den

- Kolik hodin denně můžu věnovat dítěti?
- Kolik času potřebuji já sám/sama na práci, domácnost, odpočinek?
- Jak vypadá náš typický den a co by se v něm muselo změnit?

2. Práce a povinnosti

- Můžu pracovat flexibilně?
- Je možné přizpůsobit si pracovní dobu nebo úvazek?
- Kdo je s dítětem, když pracuju já?
- Mám možnost pracovat vedle dítěte?

3. Energie (moje i rodinná)

- Kolik času a energie realisticky mám já jako rodič?
- Kdy během dne mám nejvíc energie?
- Jak zvládáme náročné dny, únavu, nemoc, chaos?
- Co potřebuju já, abych byla spokojená/ý a stabilní?

4. Koordinace (ta, na kterou se často zapomíná)

Domácí vzdělávání není jen „učit dítě“.

Velkou část tvoří:

- plánování aktivit
- domlouvání skupin a kroužků
- hlídání termínů
- hledání zdrojů
- komunikace se školou

Počítám s tím ve svém plánu?

5. Podpůrná síť

- Jak si představujeme rozdělení péče mezi partnery (pokud jsme dva)?
- Které věci v našem životě můžou „ustoupit“, aby vznikl prostor pro domácí vzdělávání?
- Co zvládneme my rodiče a co můžeme delegovat?

Kdo nám může pomoci?

- prarodiče
- kamarádi
- další rodiče domškoláků
- komunitní skupina
- soukromí učitelé
- kurzy, kroužky
- hlídač/hlídačka

Proč je to důležité?

Když si ujasníte, kolik máte času, energie a podpory, dokážete domácí vzdělávání nastavit tak, aby bylo **udržitelné**.

Místo pocitu tlaku získáte realističtější představu o tom, co zvládnete sami, kde můžete ubrat a kde si můžete říct o pomoc.

Tohle uvědomění pomáhá předcházet vyčerpání, přetížení i zbytečným očekáváním.

A zároveň umožní vybrat takový styl, rytmus a rozsah domácího vzdělávání, který bude dlouhodobě fungovat pro vás i vaše dítě.

Protože domácí vzdělávání není sprint. Je to cesta – a ta potřebuje tempo, které unesete.

otázka
pátá

Co potřebuje
naše dítě?

Tohle je jedna z nejdůležitějších otázek celého domácího vzdělávání.

Můžeme mít perfektní plán, materiály i motivaci... ale pokud nevidíme, **co naše dítě doopravdy potřebuje**, ztratíme se v očekáváních a představách.

Každé dítě se učí jinak.

Každé má jiné tempo, jiné talenty, jiné strachy i jiný způsob, jak zpracovává svět.

A právě proto **neexistuje univerzální model** domácího vzdělávání – existují jen děti, které je potřeba poznat.

Tahhle kapitola není o tom, „jaké dítě mám mít“.

*Je o tom, jak opravdu
uvidět to svoje!*

Otázky, které vám pomůžou pochopit potřeby dítěte



Jak se moje dítě nejlépe učí?

- Hrou?
- Pohybem?
- Poslechem?
- Prakticky rukama?
- Psáním nebo čtením?
- Skrz projekty, vlastní témata nebo povídání?
- Díváním se na dokumenty, videa a nebo živou prezentací?

Co dítě přirozeně zajímá?

- Jaká témata vyhledává samo?
- Co ho „vtáhne“ tak, že zapomene na čas?
- Kde se jeho učení objevuje spontánně?

Co ho naopak brzdí nebo frustruje?

- Jak reaguje na tlak?
- Jak zvládá nové situace?
- Co mu dělá největší potíže: hluk, chaos, nuda, rychlé tempo, změny?
- Jaký styl učení mu vyhovuje a nebo naopak nevyhovuje?

Struktura vs. volnost

- Potřebuje jasný plán, nebo spíš prostor a svobodu?
- Co se stane, když struktura není?
- Přichází přirozeně s vlastními nápady a nebo naopak potřebuje nějakou nabídku?

Sociální potřeby

- Kolik kontaktu s ostatními potřebuje?
- Vyhledává skupiny, nebo spíš jednoho kamaráda?
- Jak zvládá intenzivní situace mezi dětmi?
- Pobyť ve skupinách dětí ho víc vyčerpává a nebo nabíjí?

Silné stránky

- V čem dítě opravdu vyniká?
- Kde je přirozeně rychlé, bystré a jde mu to bez větší námahy?
- Co ho odlišuje od ostatních?
- Kdy vidím, že je dítě přirozeně ve flow?

Oblasti, kde potřebuje podporu

- Co jde pomaleji?
- Co potřebuje víc času?
- Kde mu pomáhá rozdělit úkol na kroky?
- V čem potřebuje naši trpělivost?

Jaké tempo dítě skutečně unese?

- Jak dlouho se dokáže soustředit?
- Potřebuje časté pauzy?
- Je učení lepší dopoledne, odpoledne nebo večer?
- Potřebuje dítě rozkouskovat učení na menší celky a nebo naopak potřebuje vidět celek, aby mu to dávalo smysl?

A jedna velmi důležitá otázka pro rodiče:

Co potřebuju JÁ, abych mohl/a naplnit potřeby svého dítěte?

- Potřebuju víc podpory?
- Někoho, s kým budu moct vše sdílet?
- Jasný plán, pravidla, inspiraci?
- Méně tlaku? Nebo naopak více deadline?
- Víc času na sebe?
- Pomoc partnera nebo někoho dalšího?

Dítě potřebuje
spokojeného rodiče,
ne dokonalého.

Proč je to důležité?

Když porozumíte tomu, jak vaše dítě funguje, dokážete domácí vzdělávání nastavit tak, aby ho nezraňovalo, nebrzdilo a netlačilo do škatulek, které mu nesedí.

Učení bude přirozenější, vztah klidnější a každodenní život lehčí.

Pochopení dítěte dává odpovědi na všechny předchozí kapitoly – ukáže vám, jaký styl zvolit, jaké tempo nastavit, kde být důslední a kde naopak povolit.

Základ domácího vzdělávání totiž nestojí na metodách.

Stojí na dítěti. A na tom, že ho vidíme takové, jaké je.

A hand holding a wheat stalk against a blurred background of a field. The image is framed by blue curved shapes at the top and bottom. The text is written in a handwritten style.

PĀR slov
NA ZĀVĚR

Domácí vzdělávání nezačíná výběrem učebnic ani plánem hodin.

ZAČÍNÁ u NÁS jako rodičů.

U naší motivace, očekávání, možnosti a toho, jak vidíme své dítě.

Možná jste díky těmto otázkám objevili něco nového. Možná potvrdili to, co jste už dlouho cítili. A možná některé odpovědi teprve přijdou časem – i to je naprosto v pořádku.

Domácí vzdělávání není rozhodnutí na celý život. **Je to cesta, která se vyvíjí spolu s dítětem i s vámi.**

Někdy bude lehká, někdy náročná. Občas bude potřebovat změnu směru, jindy vám přinese pocit, že jste konečně tam, kde jste chtěli být.

Ať už se rozhodnete jakkoliv, vězte jedno:
existuje tolik cest, kolik je rodin.

**A jediná správná je ta, která dává
smysl vám a vašemu dítěti.**

Pokud budete chtít na své odpovědi
navázat, prohloubit je nebo hledat další
kroky, jsem tu pro vás.

Ale už teď máte to nejdůležitější – sebe,
svoje dítě a první jasnější představu o tom,
co je pro vás skutečně důležité.

**Přeju vám, ať je
tahle cesta klidná,
pravdivá a vaše.**

Lucie

Chcete v tom mít jasno
nebo potřebujete podporu
od někoho, kdo se
domácímu vzdělávání
věnuje naplno?



Domácímu vzdělávání se nevěnuji jen jako rodič – ale i profesně už řadu let.

Mám zkušenost s vedením centra sebeřízeného vzdělávání, s doprovázením rodin, s pořádáním pobytů pro domškoláky i s konzultacemi, které pomáhají rodičům nastavit učení tak, aby dávalo smysl jim i jejich dětem.

Díky tomu **mám velmi praktický pohled na to, co všechno domácí vzdělávání obnáší** – od prvního rozhodnutí, přes zákonné povinnosti, až po každodenní realitu a dlouhodobě udržitelné nastavení.

A přesně v tom vás ráda podpořím!



Pokud chcete:

- projít svoje odpovědi a **ujasnit si, jaký styl** domácího vzdělávání k vám sedí,
- zorientovat se v tom, jak domácí vzdělávání **legálně zahájit** a co je potřeba zařídit,
- porozumět **možnostem** domácího vzdělávání v ČR,
- vybrat **správnou kmenovou školu** nebo komunitní podporu,
- zjistit, jak domácí vzdělávání funguje, pokud **cestujete nebo žijete v zahraničí**,
- nebo hledáte **podporu** při náročnějších situacích...

můžete využít moje individuální konzultace a nebo další služby, které nabízím.

Společně vytvoříme jasné,
klidné a realistické nastavení,
které odpovídá vám, vašemu
dítěti i vaší situaci.

Více informací a rezervaci najdete zde:

zuzanaarmeson.com

Těším se na společnou spolupráci!

sledujte mě



[@zuzana.armason](https://www.instagram.com/zuzana.armason)

 **svoboda a respekt** v rodičovství,
vztazích a sama k sobě