

Soukromá střední zdravotnická škola Mělník, o.p.s.

Název vyučovacího předmětu: **Psychologie a komunikace**

Celkový počet vyučovacích hodin: **192**

Školní vzdělávací program: **Praktická sestra**

Kód a název oboru vzdělání: **53-41-M/03 Praktická sestra**

Délka a forma studia: **čtyřleté denní studium**

Stupeň vzdělání: **střední vzdělání s maturitní zkouškou**

Datum platnosti vzdělávacího programu: **od 1. září 2019**

Název předmětu	Psychologie a komunikace				
Ročník	1.	2.	3.	4.	Celkem
Počet hodin týdně	-	2	2	2	6

Pojetí předmětu

Obecný cíl předmětu

Předmět **Psychologie a komunikace** umožňuje žákům získat všeobecný přehled, vědomosti a dovednosti ze základních teoretických i aplikovaných oborů psychologie, z oblasti sociálních vztahů a komunikačních dovedností. Ukazuje možnosti uplatnění těchto poznatků a dovedností zejména při výkonu zdravotnického povolání, v ošetrovatelském procesu při komplexní péči o klienta, ale i v osobním a občanském životě. Vede k osvojení zásad týmové práce, především pro uplatnění ve zdravotnickém týmu. Rozvíjí osobnost žáka, formuje jeho vztah k povolání a rozvíjí profesní kompetence, zejména vztah k pacientům/ klientům. Vede k osvojení zásad duševní hygieny a celoživotní zodpovědnosti za své biopsychosociální zdraví. Umožňuje rozlišovat a respektovat zvláštnosti jednotlivých vývojových období člověka.

Poskytuje žákům základní poznatky z psychologie a komunikace, zejména ve vztahu k zdravotnické praxi. Umožní žákům poznávat svou osobnost, znát profil osobnosti praktické sestry, rozlišovat různé typy osobností klienta/pacienta. Předmět je koncipován jako Psychologie a komunikace (5 hodin) a Psychologie zdravotnického pracovníka (1 hodina), poněvadž zaměření obou oborů spolu úzce souvisí a vzájemně na sebe navazují, témata jsou zařazena v každém ročníku v rámci příslušného ŠVP.

Charakteristika učiva

Učivo předmětu **Psychologie a komunikace** vychází z Rámcového vzdělávacího plánu, vzdělávací oblasti **Sociální vztahy a dovednosti**. Svým obsahem se řadí mezi předměty odborné.

V předmětu se žáci seznámí se základními pojmy z obecné psychologie, vývojové psychologie, sociální a zdravotnické psychologie. Učivo umožňuje pochopit praktické využití psychologie v osobním životě, v mezilidských vztazích a pracovním prostředí

V oblasti mezipředmětových vztahů předmět navazuje a využívá poznatky ze společenskovedních předmětů. Předpokladem výuky předmětu dle níže uvedeného rozpisu učiva jsou vědomosti a zkušenosti získané v předcházejících odborných předmětech, zejména v somatologii, biologii, ošetrovatelství, v občanské nauce. Při konkretizaci jednotlivých učebních témat je žádoucí spolupracovat s vyučujícími souběžně vyučovaných a navazujících odborných předmětů. Výrazné mezipředmětové vztahy jsou s předměty Ošetrovatelství a Ošetrovatelská péče, které se s psychologií a komunikací doplňují nebo na ně navazují.

Pojetí výuky

Ve výuce je kladen důraz na přípravu jedince pro praktický život, osobní i profesní. Výuka předmětu je teoreticko – praktická, tj. střídání teorie a cvičení s využitím názorně demonstračních a aktivizujících metod. Učivo si žák osvojuje na základě sociálněkomunikativního učení, analýzy příkladů a modelových situací, činnostního učení a autodidaktických metod.

Při výuce je vhodné v rámci motivace:

- uplatňovat individuální přístup
- využívat a porovnávat životní zkušenosti žáků a vést je k vyvozování vlastních závěrů, k diskusi
- uvádět souvislosti mezi již získanými vědomostmi a dovednostmi, plánovaným tématem učiva a praktickým využitím
- uvádět příklady z praxe, simulovat problémové a konfliktní situace z ošetrovatelské péče i z běžného života, vést k prožitku, k jednoduché analýze situace a řešení
- využívat audio a video techniku k zpětné reflexi a sebereflexi
- frontální výuku doplňovat využíváním názorně demonstračních pomůcek (tabule, výtvarné potřeby, zpětný projektor, dataprojektor, audiovizuální techniku, internet a jiné).

Metody výuky: výklad, diskuse, samostatná práce, analýza příkladů z praktické zkušenosti, simulace běžných, problémových a konfliktních situací z ošetrovatelské péče, hraní rolí, brainstorming, relaxační cvičení, prožitkové metody, sebereflexi, výtvarné a abreaktivní techniky, tematické odborné exkurze.

Hodnocení výsledků žáků

Žáci jsou hodnoceni v souladu s platným klasifikačním řádem školy. Při hodnocení výsledků učení, vzhledem k pojetí předmětu je třeba se zaměřit na:

- hloubku porozumění látce
- schopnost využití mezipředmětových vztahů
- schopnost aplikace poznatků při řešení problémů
- zpracování a prezentaci zadaných úkolů
- aktivní přístup žáka k výuce
- vlastní kreativita žáka

Metody hodnocení

- písemné testy po probrání určitých tematických celků
- průběžné ústní zkoušení
- sebehodnocení žáka
- vzájemné hodnocení při prezentaci výsledků práce

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí, průřezových témat

a mezipředmětových vztahů

Rozvíjené klíčové kompetence:

- **kompetence k učení** tzn. vzdělávání směřuje k tomu, že žáci - absolventi mají pozitivní vztah k osvojování poznatků a motivaci k dalšímu (kontinuálnímu) vzdělávání, jsou schopni efektivně se učit, vyhodnocovat dosažené výsledky, reálně si stanovovat potřeby a cíle svého dalšího vzdělávání, ovládat techniky učení a různé informační zdroje. Absolventi si uvědomují zodpovědnost za vlastní život a znají možnosti dalšího vzdělávání.
- **kompetence k řešení problémů** tzn. absolventi jsou schopni porozumět zadanému úkolu, problému a řešit jej samostatně i využívat týmovou spolupráci, jsou schopni řešit problémy v mezilidských vztazích, pracovní i mimopracovní problémy. Jsou schopni získávat informace potřebné k řešení problému, určit jádro problému, varianty řešení, uplatňovat různé metody myšlení, volit prostředky a způsoby vhodné pro řešení problému. Absolventi jsou připraveni spolupracovat při řešení problému s jinými lidmi.
- **kompetence komunikativní** tzn. absolventi znají pravidla efektivní a účelné komunikace, jsou připraveni vyjadřovat se přiměřeně komunikační situaci, respektovat názory druhých a naslouchat. Absolventi jsou schopni účastnit se aktivně diskusí, srozumitelně formulovat a obhajovat své myšlenky, názory a postoje, vyjadřovat se a vystupovat v souladu se zásadami kultury projevu a chování.
- **kompetence personální a sociální** tzn. absolventi jsou připraveni posuzovat reálně své možnosti, odhadovat výsledky svého jednání a chování v různých situacích, stanovovat si přiměřené cíle osobního rozvoje podle svých možností. Absolventi jsou připraveni pracovat v týmu, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů, k předcházení konfliktům a pečovat o své duševní zdraví.
- **občanské kompetence a kulturní povědomí** tzn. absolventi uznávají postoje a hodnoty podstatné pro život v této (demokratické) společnosti, jednájí zodpovědně a iniciativně ve vlastním a veřejném zájmu v souladu s morálními principy a respektováním práv a osobnosti člověka, absolventi respektují život v multikulturní společnosti, tradice, zvyky a odlišné sociální a kulturní hodnoty jiných národů, uznávají hodnotu života, uvědomují si odpovědnost za vlastní život a spoluúčast při zabezpečování ochrany života a zdraví ostatních lidí
- **kompetence k pracovnímu uplatnění** tzn. absolventi jsou připraveni zodpovědně rozhodovat o své budoucí profesní a vzdělávací dráze, uvědomují si význam celoživotního vzdělávání, mají přehled o možnostech uplatnění v ošetrovatelských oborech
- **kompetence využívat prostředky IKT a pracovat s informacemi** tzn. absolvent umí vyhledat, kriticky vyhodnotit, efektivně zpracovat potřebné informace a odpovědně je uplatňovat

Rozvíjená průřezová témata:

Předmětem Psychologie a komunikace prolínají všechna průřezová témata, zejména ze Společenskovedního vzdělání:

- **člověk a svět práce** – žák získá znalosti a dovednosti k úspěšnému uplatnění na trhu práce, uvědomuje si zodpovědnost za vlastní život, chápe nutnost kontinuálního

vzdělávání v oboru a aktivně se jej účastní, je motivován k aktivnímu pracovnímu životu a k společensky hodnotné zájmové činnosti

- **člověk a svět** – žák si ujasní a prohloubí etické, morální, mravní hodnoty a normy, životní postoje, hodnotovou orientaci, význam pomoci druhým lidem
- **občan v demokratické společnosti** – žák respektuje principy demokratické společnosti, respektuje osobnost druhého člověka, žák má vhodnou míru sebevědomí, sebeodpovědnosti a schopnosti morálního úsudku
- **člověk v lidském společenství** – žák respektuje morální principy multikulturní společnosti, respektuje práva, tradice, zvyky a odlišné sociální a kulturní hodnoty jiných národů, jiné rasy, etnika
- **člověk a právo** – žák zná, chápe a respektuje práva pacientů, dětí a mladistvých
- **člověk a životní prostředí** – žák si uvědomí vztah mezi životním prostředím, životním stylem a zdravím jedince a společnosti, žák si osvojí odpovědnost za své zdraví, zásady zdravého životního stylu a duševní hygieny

Rozvíjené mezipředmětové vztahy:

- Ošetřovatelství
- Ošetřovatelská péče
- Somatologie
- Biologie
- Občanská nauka
- Veřejné zdravotnictví a výchova ke zdraví

2. ročník – celkem 64 hodin			
Žák	Výsledky vzdělávání	Učivo	Počet hodin
	<ul style="list-style-type: none"> - definuje předmět psychologie; - popíše základní mezníky vývoje psychologie jako vědní disciplíny; - má přehled o základních psychologických metodách, umí je využívat v praxi - vysvětlí význam psychologie a uplatnění v různých oblastech lidské činnosti 	<p>1. Psychologie jako věda, úvod do oboru</p> <ul style="list-style-type: none"> - předmět psychologie, - odvětví psychologie - vztah psychologie k jiným vědním oborům, - metody psychologie - využití psychologie v praxi 	5
	<ul style="list-style-type: none"> - vysvětlí biologickou a sociální determinaci lidské psychiky - uvědomuje si psychosomatickou jednotu lidského organismu - na příkladech charakterizuje 3 hlavní typy chování - vyjmenuje a rozliší formy a druhy učení 	<p>2. Základní funkce psychiky</p> <ul style="list-style-type: none"> - fylogeneze a ontogeneze lidské psychiky - společenská podmíněnost psychiky - reflexní činnost - chování - učení 	5

<ul style="list-style-type: none"> - popíše a vytvoří na základě pozorování a rozhovoru jednoduchou charakteristiku člověka - charakterizuje základní činitele utváření osobnosti a zařadí je do příslušných skupin - identifikuje chyby, předsudky a stereotypy v posuzování osobnosti - ujasní si vlastní hodnotový systém, postoje a zájmy - charakterizuje potřeby, jejich základní členění a vztah potřeb k motivaci - užívá techniky sebepoznání, sebevýchovy a učení k rozvoji vlastní osobnosti - užívá dovednosti potřebné pro seberegulaci a sebehodnocení a pro zvládání náročných pracovních a životních situací - uvede příznaky, příčiny a důsledky zátěžových situací, jako je stres, frustrace a deprivace a umí na ně vhodným způsobem reagovat 	<p>3. Psychologie osobnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> - charakteristika osobnosti, biologická a sociokulturní determinace osobnosti - struktura a vlastnosti osobnosti (klasifikace, charakteristika) - utváření osobnosti <p><u>seberealizace osobnosti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - motivace, potřeby a jejich členění - uspokojování potřeb v náročných životních situacích – stres, frustrace, deprivace - motivace a životní cíle, zájmy, postoje - schopnosti - temperamentová typologie osobnosti - charakter – rysy, sebehodnocení, hodnoty, svědomí - poznávání a posuzování osobnosti - chyby v soudech, stereotypy, předsudky - náročné typy osobností - poruchy osobnosti a jejich prevence 	<p>18</p>
<ul style="list-style-type: none"> - rozliší základní psychické procesy a stavy - ovládá jednoduché techniky na rozvoj a posilování psychických procesů a stavů - využívá vybrané metody a techniky k cvičení a zefektivnění paměti, pozornosti a učení 	<p>4. Obecná psychologie</p> <ul style="list-style-type: none"> - procesy poznávací (vnímání, představy, fantazie, myšlení a řeč) - procesy paměti (paměť a učení) - vybrané metody a techniky paměti a učení - procesy motivační (volní) a emoční - psychické stavy (stavy pozornosti, citové stavy) - vybrané metody a techniky rozvoje pozornosti a učení - poruchy psychických procesů a stavů (halucinace, iluze, blud, slabá vůle, roztržitost...) 	<p>16</p>
<ul style="list-style-type: none"> - vysvětlí pojem socializace a fáze socializačního procesu - vyjmenuje formy sociálního učení a ty demonstruje na konkrétních příkladech - vysvětlí pojem sociální vnímání a dokumentuje chyby, předsudky a stereotypy v posuzování osobnosti - definuje pojem sociální interakce a objasní jednotlivé typy sociálních vztahů - uplatňuje v pracovních i mimopracovních 	<p>5. Základy sociální psychologie</p> <ul style="list-style-type: none"> - sociální podstata osobnosti, vývoj osobnosti v procesu socializace - sociální učení - sociální vnímání, chyby v sociální percepci - sociální interakce, jednotlivé typy sociálních vztahů, profesionální chování 	<p>20</p>

<p>vztazích znalosti sociální stránky psychiky člověka</p> <ul style="list-style-type: none"> - charakterizuje základní znaky sociálních skupin, vymezi jejich znaky - identifikuje vztahy mezi členy skupiny a tyto poznatky využívá pro práci v týmu a prevenci nepřátelského chování, konfliktů - chápe význam rodiny z hlediska zdravého vývoje a socializace jedince - vysvětlí význam a úskalí náhradní výchovné péče - zaujímá racionální postoje k problematice závislostí, především k problematice drog, alkoholu, gamblerství 	<ul style="list-style-type: none"> - sociální komunikace - sociální skupiny, druhy sociálních skupin - postavení a práce členů ve skupině, skupinové klima, vliv skupiny na členy - rodina - náhradní výchovná péče - nepřátelské chování, vyvolávání konfliktů, šikana - sociální pozice a role - sociální chování - poruchy socializace - problematika závislostí, závislost na drogách a alkoholu, gamblerství 	
---	---	--

3. ročník – celkem 64 hodin

<p>Výsledky vzdělávání</p> <p>Žák</p>	<p>Učivo</p>	<p>Počet hodin</p>
<ul style="list-style-type: none"> - vysvětlí základní pojmy ontogenetické psychologie a vývojové etapy člověka - specifikuje jednotlivé vývojové etapy v životě člověka s jejich zvláštnostmi - charakterizuje a porovná tělesný, psychický a sociální vývoj v daném vývojovém období - uvede potřeby člověka v jednotlivých vývojových stádiích - vysvětlí, jak se do práce zdravotnického pracovníka promítají specifika jednotlivých vývojových etap 	<p>1. Vývojová psychologie</p> <ul style="list-style-type: none"> - vymezení základních pojmů ontogenetické psychologie - charakteristika vývoje psychiky, faktory vývoje - periodizace vývoje psychiky - charakteristika vývojových stádií vývoj a uspokojování potřeb v jednotlivých vývojových stádiích... - dětského věku (prenatálním, perinatálním, novorozeneckém, kojeneckém, batolecím, předškolním, ml. a st. školním věku a adolescenci) - dospělého věku a stáří - úkoly jednotlivých vývojových období 	<p>14</p>
<ul style="list-style-type: none"> - objasní pojmy klinická psychologie, zdravotnická psychologie, psychologie zdraví - objasní na příkladech psychosomatickou jednotu lidského organismu 	<p>3. Zdravotnická psychologie</p> <p>Psychologie zdraví a nemoci</p> <ul style="list-style-type: none"> - pojem zdraví a nemoci - pohled na nemoc - psychosomatické a somatopsychické vztahy nemoci 	<p>4</p>

<ul style="list-style-type: none"> - vyjmenuje a objasní faktory ovlivňující psychiku nemocného - vysvětlí pojmy hospitalismus, adaptace na nemoc, nemocniční prostředí - objasní důsledky hospitalismu - popíše, jak se nemoc nebo zdravotní postižení může projevit v chování a jednání člověka (dítěte, dospělého, seniora a příbuzných pacienta) - popíše na příkladu individuální přístup k nemocným s respektováním jejich osobnosti, věku , potřeb, zdravotního znevýhodnění, sociokulturních a jiných zvláštností - vysvětlí změny chování nemocného v souvislosti s prožíváním bolesti, strachu a úzkosti - vyjmenuje a vysvětlí fáze procesu umírání - charakterizuje empatický přístup zdravotnického pracovníka k umírajícímu nemocnému a pozůstalým - respektuje zásady komunikace se smyslově i tělesně i mentálně handicapovanými 	<p>4. Psychologie nemocného</p> <ul style="list-style-type: none"> - subjektivní prožívání nemoci - ohrožení potřeb v nemoci - adaptace na nemoc a hospitalizaci, hospitalismus - problematika iatrogenie - psychologie bolesti, strachu, úzkosti - postoje k nemoci - sdělení diagnózy - prožívání nemoci v čase (reakce na nemoc) - psychologie umírání a smrti - psychologie jedince se zdravotním postižením - psychologie pacientů s tělesným, smyslovým a mentálním postižením - komunikace se smyslově, tělesně a mentálně handicapovanými - psychologická problematika pacientů na jednotlivých odděleních - zvláštnosti při práci s dětmi - psychologie příbuzných a návštěv 	<p>30</p>
<ul style="list-style-type: none"> - definuje profesionální chování zdravotníka - zná vhodné psychosociální a estetické předpoklady zdravotnického pracovníka - vysvětlí pojmy a důsledky profesionální adaptace a deformace zdravotnického pracovníka - zná a dodržuje práva pacientů (profesní morálka) - vysvětlí pojmy empatie, altruismus, afiliace, tolerance, kooperace aj. - rozliší a zhodnotí na příkladech různé přístupy a postoje zdravotnického pracovníka k pacientům - vyjmenuje faktory, které mají vliv na psychický a fyzický stav zdravotnického pracovníka - objasní příznaky syndromu vyhoření a účinné způsoby prevence vzniku syndromu - diskutuje o etických tématech moderní medicíny 	<p>5. Psychologie zdravotníka</p> <ul style="list-style-type: none"> - osobnost zdravotnického pracovníka – rolové znaky, předpoklady pro úspěšnou identifikaci s touto rolí - profesionální adaptace a deformace - zásady profesionálního chování zdravotníka a činitelé ovlivňující jeho kvalitu - empatie aj. „měkké“ dovednosti zdravotníka - etika zdravotnického pracovníka - identifikace s rolí zdravotníka - metody sebepoznání a sebehodnocení - využití sebepoznávání pro sebevýchovu, sebevzdělání, seberealizaci - duševní hygiena - odolnost k zátěži, techniky vyrovnávání se s náročnými životními situacemi 	<p>16</p>
<p>Ve 3. ročníku mají studenti (studentky) povinnost vypracovat seminární práci na dané téma psychologické olympiády.</p>		

Hodiny neuvedené v tabulce využity na opakování a shrnutí učiva a doplňkový výukový program**4. ročník – celkem 54 hodin**

Žák	Výsledky vzdělávání	Učivo	Počet hodin
	<ul style="list-style-type: none">- vysvětlí pojem komunikace, rozdíl mezi verbální a neverbální komunikací- předvede na modelových situacích jednotlivé typy neverbální komunikace- vysvětlí na příkladu druhy rozhovoru, zásady jeho vedení včetně komunikačních překážek- ovládá zásady produktivní komunikace s pacientem- je si vědom důležitosti umění naslouchat- dodržuje zásady zdravotnické etiky a společenského chování- dodržuje práva pacientů- jmenuje znaky produktivního a neproduktivního chování- rozliší evalvační a devalvační chování, identifikuje prvky tohoto chování v komunikaci- identifikuje direktivní a nedirektivní způsob chování- řeší vhodným způsobem modelové komunikační situace- rozliší na příkladech projevy asertivního a neasertivního chování	1. Komunikace a profesionalita zdravotníka <ul style="list-style-type: none">- druhy, typy a složky komunikace- zásady správné komunikace- rozhovor - specifické produktivní komunikační techniky a dovednosti v psychoterapeutickém přístupu k pacientovi - metody abreakční racionální, direktivní a nedirektivní metody- chyby v realizaci rozhovoru- naslouchání, kladení otázek, reflexe, sumarizování, parafrázování- význam správné komunikace v práci zdravotníka- produktivní a neproduktivní přístup zdravotníka k nemocnému- evalvace a devalvace- řešení konfliktních situací	12
	<ul style="list-style-type: none">- vyjmenuje zásady komunikace s nemocným dítětem, dospělým a rodinnými příslušníky- předvede taktiku komunikace s agresivním nemocným- popíše zvláštnosti komunikace u nemocných s psychickými obtížemi- uplatňuje zásady komunikace se smyslově i tělesně handicapovanými- vyjmenuje specifika komunikace s pacienty s PAS (poruchami autistického spektra) a mentálním postižením- volí vhodné formy komunikace a uplatňuje nedirektivní přístup k seniorům, nevléčitelně nemocným a umírajícím	2. Komunikace s nemocným <ul style="list-style-type: none">- komunikace s dětským a dospělým pacientem a s jeho příbuznými- komunikace s náročnými typy pacientů: agresivní, depresivní, úzkostný, neurotický, narcistní- pacient pod vlivem alkoholu a drog, pacient s narušenou komunikační schopností, umírající	12
	<ul style="list-style-type: none">- zná původ, dělení, životní styl daných menšin- zohledňuje komunikační styl dané menšiny a dodržuje zásady komunikace s jednotlivými komunitami z hlediska práce zdravotníka	3. Psychologický přístup k menšinám <ul style="list-style-type: none">- odlišnosti, hodnoty, zvláštnosti v životním stylu Romů, Vietnamců,	8

<ul style="list-style-type: none"> - objasní zásady komunikace s pacienty – cizinci, nebo s pacienty s nedostatečnou znalostí češtiny - komunikuje s pacienty vhodným způsobem, s ohledem na jejich věk, osobnost a zdravotní stav a s vědomím respektování národnostních, náboženských, jazykových a jiných odlišností, zejména vlivu sociokulturního prostředí 	<p>Židů, Ukrajinců, Rusů, muslimů</p> <ul style="list-style-type: none"> - zásady komunikace v ošetrovatelském přístupu 	
<ul style="list-style-type: none"> - určí příznaky, příčiny a možné důsledky zátěžových situací jako je stres, frustrace, deprivace, vyhoření - zná obranné frustrační mechanismy a umí na ně vhodným způsobem reagovat - objasní příznaky syndromu vyhoření a účinné způsoby prevence vzniku tohoto syndromu - objasní problematiku diskriminace, majority, minority, možnosti prevence, řešení a odborné pomoci - orientuje se v problematice týrání, zneužívání, domácího násilí a šikany, zná základní příčiny, projevy a možnosti řešení a odborné pomoci - objasní problematiku závislostí, mentálních poruch příjmu potravy 	<p>4. Vliv civilizace na psychiku člověka</p> <ul style="list-style-type: none"> - náročné životní situace, jejich vliv na člověka - stres, frustrace, deprivace - syndrom vyhoření a jeho prevence - domácí násilí, týrání a zneužívání - diskriminace, minorita, majorita - problematika (nejen novodobých) závislostí včetně poruch příjmu potravy a psychologického působení náboženských sekt 	14
<ul style="list-style-type: none"> - seznámí se s procesem relaxačních technik - provede bazální masáž a vhodně užije dechové cvičení - umí nabídnout relaxační hudbu a zná význam muzikoterapie s formami a kontraindikacemi - ovládá zásady péče o duševní zdraví, zná a využívá základní relaxační techniky 	<p>5. Relaxační techniky</p> <ul style="list-style-type: none"> - základy psychoterapie - význam péče o duševní zdraví, relaxace a relaxačního cvičení - základy technik meditace, dechové relaxace, autogenního tréninku, muzikoterapie, aromaterapie, arteterapie, jógy, bazálního hlazení 	8
<p>Hodiny neuvedené v tabulce využity na opakování a shrnutí učiva a doplňkový výukový program</p>		