

VÝUKOVÝ PROGRAM

# PSYCHOLOGIE



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

**Registrační číslo projektu:** CZ.1.07/3.2.01/01.0018

**Název projektu:** Příprava lektorů pro vzdělávání dospělých

**Název příjemce:** Gymnázium a Střední odborná škola pedagogická, Liberec, Jeronýmova  
425/27, příspěvková organizace

**Adresa:** Jeronýmova 27  
460 07 Liberec 7

**Zřizovatel školy:** Liberecký kraj  
U jezu 642/2a  
Liberec

**Název vzdělávací aktivity:** Psychologie

**Délka vzdělávací aktivity:** 20 vyučovacích hodin

**Forma studia:** prezenční

**Způsob ukončení studia:** Závěrečný pohovor s orientací na řešení praktických situací v oblasti vzdělávání dospělých a vytvoření vlastního programu pro celoživotní učení.

**Certifikace:** Osvědčení o absolvování kurzu

**Zpracovala:** PhDr. Marie Wiedenová

## OBSAH VZDĚLÁVACÍ AKTIVITY

Profil absolventa .....	str. 4
Charakteristika vzdělávací aktivity .....	str. 5
Učební plán .....	str. 6
Moduly .....	str. 7
Kognitivní procesy v dospělosti .....	str. 7
Rozbor motivační sféry osobnosti dospělého .....	str. 8
Zvláštnosti sociálních rolí v dospělosti .....	str. 9
Psychohygiena vzdělávání dospělých .....	str. 10
Dotazník k zajištění zpětné vazby .....	str. 11



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

---

## PROFIL ABSOLVENTA

Cílem této aktivity je umožnit lektorům získání nových poznatků z oblasti vývojové psychologie se zaměřením na věkové zvláštnosti dospělých.

Absolvent vzdělávací aktivity získá prakticky orientované vzdělání, které je potřebné pro pochopení psychických zvláštností učících se dospělých. Vzdělávací aktivita zahrnuje odborné vzdělání a praktická cvičení z psychologie. Vybaví absolventa vědomostmi, dovednostmi, které mu umožní pochopit vztahy mezi předpoklady osobnosti a celoživotním učením v širším sociálním kontextu učícího se dospělého.

### Předpokládané výsledky vzdělávání

Absolvent bude připravován tak, aby:

- ovládl základní psychologické pojmy nutné k orientaci v problematice vývojové psychologie s ohledem na psychické zvláštnosti učících se dospělých
- byl schopen formulovat své postoje v oblasti celoživotního učení
- byl schopen rozpoznat aktuální možnosti optimálního ovlivňování výkonu v lektorské činnosti
- dokázal využít získané znalosti k rozvoji vlastní osobnosti a lepšího uplatnění při tvorbě programu celoživotního učení
- uměl proniknout do svého nitra a pracovat na růstu přiměřeného sebevědomí
- zvládl odpovídajícím způsobem řešit problémové situace ve výuce dospělých a dokázal zohlednit kognitivní zvláštnosti učících se dospělých

### Možnosti uplatnění absolventa

Vzhledem k charakteru náplně vzdělávací aktivity je uplatnění úspěšného absolventa široké. Aktivita je zaměřena na lektorskou činnost pro vzdělávání dospělých tak, aby absolventi získali potřebné kompetence pro výuku dospělých. Frekventanti aktivity budou vybaveni vědomostmi a dovednostmi potřebnými pro výukové postupy vzdělávání dospělých.



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

---

## CHARAKTERISTIKA VZDĚLÁVACÍ AKTIVITY

### Pojetí a cíle vzdělávací aktivity

Cílem vzdělávací aktivity je umožnit lektorům získání nových poznatků v oblasti vývojové psychologie se zaměřením na věkové zvláštnosti dospělých v procesu celoživotního učení.

Studium bude zakončeno závěrečným pohovorem s orientací na řešení praktických situací v oblasti celoživotního učení a vzdělávání dospělých a vytvořením vlastního programu pro celoživotní učení.

### Charakteristika obsahu vzdělávacího programu

Obsah celého vzdělávacího programu a návaznost jednotlivých modulů jsou koncipovány v souladu s požadavky současných trendů v oblasti celoživotního učení.

Kurz se člení na následující moduly:

- 01 - Kognitivní procesy v dospělosti
- 02 - Rozbor motivační sféry osobnosti dospělého
- 03 - Zvláštnosti sociálních rolí v dospělosti
- 04 - Psychohygiena vzdělávání dospělých

Jednotlivé moduly kurzu na sebe navazují a v jejich rámci získají lektori nové kompetence a prohloubí si poznatky z vývojové psychologie. Budou se lépe orientovat v psychických zvláštnostech učících se dospělých, poznají, jaká je motivace dospělých k celoživotnímu učení.

Vzdělávací aktivita a návaznost jednotlivých modulů reagují na aktuální potřeby společnosti v problematice vzdělávání dospělých.

### Organizace výuky

Moduly budou realizovány v rozsahu 20 vyučovacích hodin při kombinaci interaktivních přednášek a praktických cvičení. Vzdělávací program je nutno absolvovat celý v rozsahu všech čtyř modulů. Každý z modulů je zakončen praktickými cvičeními a splněním konkrétních úloh. Hodinová dotace činí 5 hodin na modul. Jedna vyučovací hodina v délce 45 minut. Po absolvování celého programu bude posluchačům vystaveno osvědčení o absolvování programu.

### Metodické postupy

Výuka bude probíhat kombinací interaktivních přednášek a praktických cvičení s přihlédnutím k individuálním potřebám jednotlivých účastníků kurzu.



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Vstupní předpoklady

Cílovou skupinou aktivity jsou zájemci o vzdělávání dospělých z řad pedagogických pracovníků, zaměstnanci vzdělávacích agentur, nadací a zájemci s aspirací působit ve vzdělávání dospělých.

## Způsob ukončení

Závěrečným pohovorem s orientací na řešení praktických situací v oblasti celoživotního učení a vzdělávání dospělých a vytvoření vlastního programu pro celoživotní učení.

## Způsob zajištění zpětné vazby

Zpětná vazba účastníků kurzu bude zabezpečena vytvořením vlastního programu celoživotního učení s využitím získaných poznatků a vyplněním dotazníku (příloha č. 1).

## UČEBNÍ PLÁN

Název vzdělávací aktivity	<b>Psychologie</b>		
Forma studia	<b>prezenční</b>		
<b>Povinné moduly kurzu</b>			
Název modulu	Kód modulu	Hodinový rozsah P/C	Způsob ukončení
Kognitivní procesy v dospělosti	01	3/2	Zápočet
Rozbor motivační sféry osobnosti dospělého	02	3/2	Zápočet
Zvláštnosti sociálních rolí v dospělosti	03	3/2	Zápočet
Psychohygiena vzdělávání dospělých	04	3/2	Zápočet
Celkem		20	Závěrečný pohovor



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## MODULY

<b>Název modulu:</b>	<b>Kognitivní procesy v dospělosti</b>
Nominální délka:	5 hodin
Typ modulu:	povinný
<b>Stručná anotace vymezující cíle:</b> Modul seznamuje účastníky se základními pojmy z oblasti obecné a vývojové psychologie s důrazem na rozvoj kognitivních procesů učících se dospělých.	
<b>Předpokládané výsledky:</b> Posluchač: <ul style="list-style-type: none"> <li>– získá orientaci v základních pojmech obecné a vývojové psychologie;</li> <li>– naučí se vysvětlovat a zdůvodňovat pohnutky svého chování a orientovat v procesu celoživotního učení.</li> </ul>	
<b>Obsah modulu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– objasnění pojmů osobnost, chování, prožívání;</li> <li>– zaměření na percepci, imaginaci, myšlení a kognitivní faktory učení.</li> </ul>	
<b>Doporučené postupy výuky:</b> Interaktivní přednášky k vybraným celkům.	
<b>Způsob ukončení certifikace:</b> Zápočet	
<b>Hodnocení výsledků uchazečů:</b> absolvování praktických cvičení	
<b>Doporučená literatura:</b> Kern, H. et. al.: <i>Přehled psychologie</i> , Portál, Praha 1999 Langmeier, J.: <i>Vývojová psychologie</i> , Grada, Praha 1998. Šil, P.: <i>Já člověk</i> , Olomouc s.r.o., Olomouc 2004. Vágnerová, M.: <i>Vývojová psychologie 1</i> , UK Praha, Praha 2001	



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

<b>Název modulu:</b>	<b>Rozbor motivační sféry osobnosti dospělého</b>
Nominální délka:	5 hodin
Typ modulu:	povinný
<b>Stručná anotace vymezující cíle:</b>	
Modul naučí účastníky pochopit vliv rodiny, prostředí, sebevýchovy, emočního vyladění osobnosti a sociálních vlivů na motivaci v ontogenezi psychiky.	
<b>Předpokládané výsledky:</b>	
Posluchač:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– se naučí rozlišovat v průběhu vývoje osobnosti vliv rodiny, přátel, prostředí;</li> <li>– procvičí si základní techniky na pozitivní vyladění emoční sféry osobnosti;</li> <li>– zaměří se na proces sebevýchovy v oblasti emocí a motivace k získání vědomostí a dovedností v dospělém věku.</li> </ul>	
<b>Obsah modulu:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– vývojové mezníky;</li> <li>– sebevýchova a emoční vyladění osobnosti;</li> <li>– sociální vlivy v oblasti motivace.</li> </ul>	
<b>Doporučené postupy výuky:</b>	
Interaktivní přednášky k vybraným celkům.	
<b>Způsob ukončení certifikace:</b>	
Zápočet	
<b>Hodnocení výsledků uchazečů:</b>	
absolvování praktických cvičení	
<b>Doporučená literatura:</b>	
Dobson James: <i>Být sám sebou</i> , Návrat, Praha 1994	
Erikson, E.H.: <i>Osm věků člověka</i> , FF UK Praha, Praha 2005	
Langmeier, J., Krejčířová, D.: <i>Vývojová psychologie</i> , Grada, Praha 1998	
Plamínek, J.: <i>Tajemství motivace</i> , Grada Publishing, a.s., Praha 2007	
Vágnerová, M.: <i>Úvod do psychologie</i> , UK Praha, Praha 1997	





evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

<b>Název modulu:</b>	<b>Zvláštnosti sociálních rolí v dospělosti</b>
<b>Nominální délka:</b>	5 hodin
<b>Typ modulu:</b>	povinný
<b>Stručná anotace vymezující cíle:</b> Modul prohloubí znalosti v rovině sociální psychologie, zaměří se na zvláštnosti formování sociálních rolí v období dospělosti.	
<b>Předpokládané výsledky:</b> Posluchač: <ul style="list-style-type: none"> <li>– se seznámí s prožitkovými technikami s ohledem na sociální role v rodině a v profesi;</li> <li>– zhodnotí možnosti vlastního podílu na rozvoji sebevědomí;</li> <li>– naučí se optimalizovat svůj výkon v oblasti zájmových činností a aktivit;</li> <li>– seznámí se základy socializace.</li> </ul>	
<b>Obsah modulu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– socializace, sociální role;</li> <li>– vznik a rozvoj sebevědomí;</li> <li>– optimalizace výkonu, učení v průběhu socializace;</li> <li>– výkonostní křivka, paměť a pozornost.</li> </ul>	
<b>Doporučené postupy výuky:</b> Interaktivní přednášky k vybraným celkům.	
<b>Způsob ukončení certifikace:</b> Zápočet	
<b>Hodnocení výsledků uchazečů:</b> absolvování praktických cvičení	
<b>Doporučená literatura:</b> Hadj Moussová, Z.: <i>Kapitoly ze sociální psychologie</i> , TU Liberec, Liberec 2001 Říčan, P.: <i>Psychologie</i> , Portál, Praha 2005. Šil, P.: <i>Já člověk</i> , Olomouc s.r.o., Olomouc 2004. Vágnerová, M.: <i>Úvod do psychologie</i> , UK Praha, Praha 1997	



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

<b>Název modulu:</b>	<b>Psychohygiena vzdělávání dospělých</b>
Nominální délka:	5 hodin
Typ modulu:	povinný
<b>Stručná anotace vymežující cíle:</b>	
Modul bude zaměřen na problematiku psychohygieny. Osvojeny budou pojmy adaptační mechanismy, stres, frustrační tolerance, konflikty, řešení konfliktních situací, strach, tréma, úzkost. Praktická část bude věnována relaxačním a koncentračním technikám. Zvláštní pozornost bude věnována šikaně v dospělém věku.	
<b>Předpokládané výsledky:</b>	
Posluchač:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– získá vědomosti o problematice psychohygieny;</li> <li>– zaměří se na adaptační mechanismy s možností ovlivnění stresu a frustrace;</li> <li>– naučí se řešit konfliktní situace;</li> <li>– seznámí se s relaxačními a koncentračními technikami;</li> <li>– naučí se eliminovat strach, trému a úzkost;</li> <li>– naučí se rozpoznávat šikanu a skrytou manipulaci v dospělém věku a bránit se jí.</li> </ul>	
<b>Obsah modulu:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– psychohygiena;</li> <li>– adaptační mechanismy;</li> <li>– stres, frustrační tolerance, konflikty;</li> <li>– řešení konfliktních situací a šikany;</li> <li>– různé oblasti skryté manipulace;</li> <li>– nácvik relaxačních a koncentračních technik.</li> </ul>	
<b>Doporučené postupy výuky:</b>	
Interaktivní přednášky k vybraným celkům.	
<b>Způsob ukončení certifikace:</b>	
Zápočet	
<b>Hodnocení výsledků uchazečů:</b>	
absolvování nácviku obrany proti skryté manipulaci a absolvování praktických cvičení relaxačních a koncentračních technik	
<b>Doporučená literatura:</b>	
Kutínová, Z., Wiedenová, M: <i>Úvod do psychologie pedagogické a sociální</i> , TU Liberec, Liberec 2001	
Melgosa, J.: <i>Zvládni svůj stres!</i> , Advent-Orion s.r.o., Praha 1999	
Nešpor, K.: <i>Uvolněně a s přehledem</i> , Grada, Praha 1998	
Říčan, P.: <i>Psychologie</i> , Portál, Praha 2005.	
Wiedenová, M.: <i>Komunikativní dovednosti a řešení konfliktních situací</i> , TU Liberec, Liberec 2002.	
Wiedenová, M.: <i>Psychohygiena</i> , TU Liberec, Liberec 1998	



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Příloha č. 1

**DOTAZNÍK PRO ZAJIŠTĚNÍ ZPĚTNÉ VAZBY ABSOLVENTŮ KURZU**

Pozn.: Vyplňte, prosím, následující tabulku a u jednotlivých otázek zakroužkujte jednu z odpovědí.

Název absolvovaného vzdělávacího kurzu	Psychologie
Datum	

**1. Myslíte si, že osvojení znalostí a dovedností absolvovaného kurzu Vám pomůže lépe orientovat se v problematice celoživotního učení?**

Ano            Ne            Částečně

**2. Předpokládáte, že danou problematiku využijete ve svém životě?**

Ano            Ne            Částečně

**3. Hodnotíte náplň kurzu jako dostačující pro poznání vlastních možností v rámci lektorské činnosti?**

Ano            Ne            Částečně

**4. Hodnotíte náplň kurzu jako dostačující pro řešení pedagogických situací učících se dospělých?**

Ano            Ne            Částečně

**5. Objasnil vám kurz problematiku vývojových zvláštností v dospělosti v rovině učení?**

Ano            Ne            Částečně

**6. Hodnotíte metody a formy výuky jako vyhovující?**

Ano            Ne            Částečně

**7. Hodnotíte časový rozsah výuky jako vyhovující?**

Ano            Ne            Částečně

Vaše doporučení: