### **Shrnutí programu „Jacobsonova progresivní svalová relaxace“**

|  |  |
| --- | --- |
| **Fakulta/součást UP, která program/kurz vypisuje** | CMTF |
| **Druh programu CŽV** | Programy zájmového vzdělávání |
| **Název skupiny programů, ve které je kurz realizován** | Zájmové kurzy v oblasti zdraví |
| **Vzdělávací cíle skupiny programů** | Rozšíření znalostí a dovedností v oblasti psychosomatiky |
| **Název programu/kurzu** | Jacobsonova progresivní svalová relaxace |
| **Interní kód programu CŽV** | …... |
|  |  |
| **Zaměření programu/kurzu** | Kurz zaměřený na výkon povolání i zájmově |
| **Délka programu** | Jedno víkendové setkání (12 hodin) |
| **Forma programu/kurzu** | Kombinovaná |
| **Jazyk programu/kurzu** | Čeština |
| **Anotace programu/kurzu** | Kurz je určen pro odborníky v oblasti péče o zdraví (tělesné, psychické, duchovní) a má jim přinést základní orientaci v oblasti psychosomatiky. |
| **Vzdělávací cíle programu/kurzu** | Výuka a výcvik v oblasti psychosomatiky pro profesionály. |
| **Podmínky přijetí uchazeče do programu** | a) řádné přihlášení přes portál CŽV <https://czv.upol.cz>;  b) splnění přijímacích kritérií: **•**ukončené studium medicíny, psychologie, sociální práce, teologie, magisterského studia v ošetřovatelství a příbuzných oborů. |
| **Cena studia, platební podmínky** | 2900,- Kč za seminář  (je možné se také přihlásit do ročního cyklu seminářů Psychosomatika II. (2500,- za seminář) |
| **Způsob ukončení studia** | Absolvování celého semináře |
| **Kompetence absolventa** | Absolvent získá znalosti metodiky a sebezkušenost v rámci postupného  napínání a uvolňování 16 svalových skupin  s cílem dospět ke schopnosti navodit si  uvolnění pomocí samotného mentálního  zaměření. Bude schopen relaxační metodu využívat jak on sám, tak používat při práci s klienty/pacienty. |
| **Doklad o absolvování studia** | Osvědčení o absolvování kurzu v rámci celoživotního vzdělávání, plus certifikáty z jednotlivých kurzů (jejichž akreditace je v řízení) |
| **Garant programu/kurzu** | prof. Ing. Mgr. et Mgr. Peter Tavel, Ph.D. |
| **E-mail garanta programu/kurzu** | peter.tavel@upol.cz |
| **Kontaktní osoba programu** | Mgr. Kristýna Hradilová  tel.: 585 637 174  [kristyna.hradilova@upol.cz](mailto:kristyna.hradilova@upol.cz) |