

Katedra psychologie FF UP – vzdělávací workshop prof. PhDr. Jiřího Mareše, CSc.

V úterý 3. listopadu 2009 se na Katedře psychologie FF UP konal první z řady vzdělávacích workshopů pořádaných novým projektem VZKAS, tentokrát na téma Nové směry a přístupy v pedagogické psychologii. Lektorem workshopu byl prof. PhDr. Jiří Mareš, CSc., vedoucí Katedry sociálního lékařství na **Lékařské fakultě UK v Hradci Králové**.

Hlavním cílem workshopu bylo rozšíření znalostí studentů postgraduálního studia pedagogické psychologie. Vzdělávací workshop trval od 10 do 16 hodin odpoledne a zúčastnili se jej jak studenti postgraduálního studia, tak i pedagogové zabývající se pedagogickou psychologií.

Hlavním tématem workshopu byl Stres a zvládání stresu. Prof. Mareš se na úvod věnoval hlavním teoretickým poznatkům z oblasti stresu. Cílem jeho výkladu bylo podat přehled teoretických přístupů ke koncepcím stresu, jeho průběhu a zvládání, k souvislostem stresu a zdraví a jejich vzájemných vztahů. Diskuse každého přístupu zahrnovala identifikaci teoretických problémů a možnosti diagnostikování daných jevů. Obecně lze teoretická vysvětlení stresu rozdělit do tří kategorií: stres jako reakce organismu, stres jako podnět pro organismus a stres jako transakce mezi organismem a prostředím.

Dalším zajímavým tématem souvisejícím se stresem je posttraumatický rozvoj. Ve standardním modelu je posttraumatický rozvoj definován jako významná pozitivní změna v jedincově kognitivním a emočním životě, která může mít i své vnější projevy ve změně jedincova chování. Rozvojem se pak rozumí taková změna, při které se jedinec dostává nad svou dosavadní úroveň adaptace, psychologického fungování a chápání života. Posttraumatický rozvoj je pravděpodobně důsledkem pokusu jedince o psychologické přežití, což však neznamená, že naprosto zmizí bolest nebo jiný distres. Také to neznamená, že jedinec změní svůj pohled na krizi nebo ztrátu jako na něco nežádoucího. Ta pozitivní změna nastává ve vnímání svého



vlastního „já“, jedinec se stává vstřícnějším vůči jiným lidem, otevírají se před ním nové cesty a možnosti, přeskupují se jeho životní hodnoty a může dojít i ke změně v oblasti duchovní.

Problematikou stresu a posttraumatického rozvoje byly zahájeny odborné vzdělávací workshopy pro studenty postgraduálního studia psychologie, které se budou konat vždy několikrát do roka.



Vzdělávání a zvyšování kompetencí pro konkurenceschopnost akademických pracovníků a postgraduálních studentů

VZKAS
Katedra psychologie
Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Křižkovského 10, 771 80 Olomouc

tel: +420 777 233 098
email: vdolek@atlas.cz
www: <http://www.vzkas.upol.cz>