

1. Název kurzu: Základní kurz U3V

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Jednoletý všeobecně-vzdělávací kurz se orientuje na první seznámení seniorů s univerzitním prostředím, s formou studia v programu U3V a s Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně (UTB). Obsahem jednotlivých přednášek jsou různá témata z oblasti společenských věd a témata vybraná ze studijních oborů všech fakult UTB.

Kurz je doporučován novým zájemcům o studium U3V. Absolventi si v následujícím roce vybírají jako další – pokračovací ročník studia některý z dalších kurzů v programové nabídce U3V.

Obsah kurzu v zimním semestru:

Přednášky v trvání 2 hodiny, obeznámení s univerzitním prostředím a obecná společenská témata:

1. Životní styl a zdraví 50+.
2. Význam vzdělávání v životě člověka, v seniorském věku, učení se v seniorském věku.
3. Zlín – historie, historie vzdělávání ve Zlíně, Baťova škola práce.
4. Vysokoškolské/univerzitní studium.
5. Knihovna a práce s textem.
6. Využití možností informačních technologií (práce s PC).
7. Aktuální politicko-ekonomické a sociální otázky (ve vztahu k seniorům).
8. Občanský zákoník.
9. Osobnosti exaktních věd.

Obsah kurzu v letním semestru:

Přednášky v trvání 2 hodiny, představující fakulty UTB

1. UTB ve Zlíně – historie, vývoj, perspektivy, představení fakult.
2. U3V na UTB.
3. FaME: Napříč financemi.
4. FT: Kvalita a bezpečnost potravin.
Pravda, nebo lež, aneb o pravdivosti statistiky
5. FMK: Základy vizuální komunikace. Media, mediální kultura. Umění.
6. FAI: Inteligentní robotické systémy a jejich řízení pomocí aktivizace mozkových center.
7. FHS: Zdravotní gramotnost. Sociologie rodiny.
8. FLKŘ: Krizový manažer. Ochrana a bezpečnost.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Garant kurzu: doc. Ing. Adriana Knápková, Ph.D., prorektorka pro vnitřní a vnější vztahy

Vyučující: akademičtí učitelé UTB

Počet účastníků: min. 30

Termín: středa, 14-16 h, 1x za 14 dnů

2. Název kurzu: Základy vinohradnictví, vinařství a hodnocení vín

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Kurz nabízí základní povědomí o pěstování révy vinné, výrobě a kvalitě vína podávané formou teoretických přednášek a také praktickou zkušeností ve vinici a ve vinařství. Součástí výuky je hodnocení vín (degustace) a exkurze.

Absolvent kurzu získá přehled a základní znalosti k tomu, aby se lépe orientoval při nákupu ve vinotékách a rovněž v gastronomických zařízeních.

Obsah kurzu v zimním semestru:**1. Vinohradnictví a vinařství v České republice**

Úvod do problematiky vinohradnictví a vinařství. Historie s současné postavení vinohradnictví a vinařství v České republice. Vinařská turistika v České republice.

2. Vinařská legislativa v České republice

Zákon č. 321/2004 Sb. v aktuálním znění. Vinařské oblasti a podoblasti v České republice.

3. Pěstování révy vinné

Terroir (geologie, mikroklima, poloha). Réva vinná - botanicky, vegetativní cyklus, odrůdy (prezentace ve vinici).

4. Výroba vína

Od sklizně po lahvování. Seznámení s různými metodami výroby vín.

5. Základy hodnocení vín

Základy vinařské sensoriky. Základy degustační techniky. Vady a choroby vína. Praktické hodnocení vín.

6. Seminář

Ověření teoretických a praktických znalostí.

7. Degustace vín z České republiky, **exkurze** do vinařství, praktická prezentace ve vinařství. (Uherské Hradiště)

Obsah kurzu v letním semestru:**1. Vinohradnictví a vinařství v Evropě a ve světě**

Úvod do problematiky vinařství v Evropě a ve světě. Historie. Postavení vinohradnictví a vinařství v Evropě a ve světě.

2. Vinařská legislativa a význam vína v Evropě a ve světě

Zákonná ochrana vína v Evropě a ve světě. Vinařské oblasti v Evropě a ve světě. Apelační systémy, označování vín. Víno a společnost.

3. Pěstování révy vinné

Terroir (geologie, mikroklima, poloha). Různé způsoby pěstování révy vinné v Evropě a ve světě. Typické odrůdy.

4. Výroba vína

Seznámení s různými speciálními metodami výroby vín v Evropě a ve světě.

5. Základy hodnocení vín

Úvod do hodnocení zahraničních vín. Praktické hodnocení zahraničních vín.

6. Seminář

Ověření teoretických a praktických znalostí.

7. Degustace zahraničních vín, **exkurze** (dovozce, vinotéka, vinařství), praktická prezentace vín z Evropy a ze světa. (Polešovice)

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: Ing. Bc. Miroslav Musil, Ph.D., **Fakulta logistiky a krizového řízení**

Doporučený počet účastníků: 15 (max. 20)

Termín: úterý, 14-16 h, 1x za 14 dnů

3. Název kurzu: Svět kolem nás

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Cílem kurzu je podívat se na svět, ve kterém žijeme, zvědavým pohledem fyziky a dalších přírodních věd. Po absolvování cyklu posluchači budou lépe rozumět některým vybraným jevům z běžného života.

Obsah kurzu v zimním a letním semestru:

1. Meteorologie I

Voda ve vzduchu. Jak vzniká oblačnost. Déšť. Bouřkový oblak a jak vzniká tropická cyklóna.

2. Meteorologie II

Globální proudění v atmosféře. Jak číst synoptickou mapu. Tlakové výše a níže. Co se děje v atmosférických frontách.

3. Skleníkový jev

Fyzikální princip skleníkového jevu a jeho vliv na klima na Zemi.

4. Perpetuum mobile

Historie perpetua mobile. První a druhý zákon termodynamiky a Carnotův cyklus. Konspirační teorie o tajených vynálezech perpetua mobile. Princip, na kterém funguje Crookesův mlýnek a pijící pták.

5. Svět očima mravence

Proč mravenec unese padesátkrát víc, než sám váží a proč si neublíží při pádu z velké výšky? Proč savci nejsou nikdy menší než několik centimetrů? Proč má Bugatti Veyron šestnáctiválcový motor? Jak souvisí vlastnosti objektů kolem nás s jejich rozměry.

6. Chaos a fraktály

Je svět deterministický (podle Newtona nebo Einsteina)? I jednoduchý problém může mít složité řešení. Proč dlouhodobé předpovědi počasí moc nefungují? Otázka „jakou délku má pobřeží Velké Británie“ a problematika fraktálů.

7. Staroměstský orloj

Technický unikát postavený před více než 600 lety v sobě spojuje hodiny znázorňující babylónský a staročeský čas, kalendář i model vesmíru. Co všechno tento astroláb zobrazuje a co z něj lze vyčíst.

8. Nová soustava SI

Co má yard společného s nosem Jindřicha I? Jaké bylo pozadí zavedení soustavy jednotek SI? Kde udělali soudruzi z Francie chybu? Proč se zmenšuje hmotnost mezinárodního prototypu kilogramu? Proč už 34 let známe naprosto přesně rychlost světla, zatímco ostatní konstanty se stále zpřesňují?

9. Gravitační vlny

Gravitační vlny předpověděl Albert Einstein v roce 1915. Přesně po sto letech se podařilo jejich existenci potvrdit. Zároveň to bylo první pozorování srážky dvou černých děr, z nichž každá měla hmotnost asi třiceti Sluncí. Poslech zvuku srážky dvou černých děr.

10. Zázračná voda

Na vodu se díváme jako na tu nejběžnější kapalinu. Při tom má mnoho vlastností, kterými se od ostatních kapalin liší a které jsou důležité pro existenci života.

11. Lidské smysly z pohledy fyziky - sluch

Jaké frekvence slyší naše uši? Lidské vnímání hlasitosti je logaritmické a proto hlasitost měříme v decibelech. Jaké frekvence vnímají některá zvířata?

12. Lidské smysly z pohledy fyziky - zrak

Proč je omezena rozlišovací schopnost lidského oka? Mozek a jeho vnímání světa. Optické klamy.

13. Barvy a barevné vidění

Barvy jsou něco, co vzniká až v našem mozku. Vnímání barev. Barvoslepost. Jak se barvy skládají. Proč je obloha modrá, červánky červené a Slunce žluté.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: prof. RNDR. Petr Ponížil, Ph.D., Fakulta technologická

Minimální počet účastníků: 30

Termín: úterý, 1x za 14 dnů, Místo: 002-U15, FT-LCFT, Vavrečkova 5669 Zlín

4. Název kurzu: Dějiny kultury. Moderní umění

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Kurz je součástí vícesemestrálního oboru, který obsahuje teorii kultury se zaměřením na genezi a typologii pojmu kultura, pojetí umění jako nejvyšší formy duchovní kultury, periodizaci v dějinách kultury a umění. Vývojový přehled začal od prvotních pravěkým forem přes počátky starověkých civilizací k charakteristice středověku a době moderní a postmoderní. Akcent je kladen na pochopení umělecké formy komunikace v dějinném vývoji.

Rozsah výuky v semestru: 8 x 2hodinová přednáška,
cekem 16 lekcí / akad.rok

Výklad obsahuje:

- a) komplexní přehled dějin kultury se zaměřením na klíčové body v dějinách evropské kultury v přímé souvislosti s obecnými dějinami,
- b) pojetí kultury jako základního předpokladu lidského komunikativního jednání,
- c) vznik a proměny kulturních oblastí, periodizace kultury, základní tendence ve vývoji umění, epochy/proudy a umělecká díla euroamerické kulturní oblasti.

Výklad je doplňován vybranými obrazovými a filmovými dokumenty.

Obsah přednášek v akad. roce 2021-22 se zaměří na kulturu a především moderní umění 20.století.

Účast v kurzu není podmíněna absolvováním výuky v předchozích letech.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: PaedDr. Marcela Göttlichová, Fakulta multimediálních komunikací

Minimální počet účastníků: 30

Termín: středa, 14-16 od, 1x za 14 dnů

Místo: 218-U44, FMK, Univerzitní 2431 Zlín

5. Název kurzu: Osobnosti v dějinách umění

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Jednoletý kurz z oboru dějin umění se orientuje na seznámení posluchačů U3V s některými významnými osobnostmi světového i českého výtvarného umění od nejstarších dob po současnost. Nejde o chronologický přehled dějin umění, obsahem jednotlivých přednášek je ukázat život a dílo nejvýznamnějších osobností světového malířství, sochařství a architektury v historických, politických a kulturních souvislostech a zároveň seznámit posluchače s jednotlivými uměleckými směry.

Kurz je doporučen všem, kteří se zajímají o dějiny umění dlouhodobě a chtějí si prohloubit své znalosti, ale i těm, kteří se s dějinami umění dosud podrobně neseznámili a chtějí se dovědět něco nového.

Přednášky v trvání 2 hodiny

Obsah kurzu v zimním semestru:

Osobnosti umění od nejstarších dob do konce 18. století

1. Imhotep a stavitelé pyramid
2. Feidiás a sochaři antického Řecka
3. Stavitelé katedrál
4. Leonardo da Vinci
5. Michelangelo Buonarroti a současníci
6. Tizian
7. Rembrandt van Rijn
8. Francisco Goya
9. Osobnosti českého baroka

Obsah kurzu v letním semestru:

Osobnosti světového a českého moderního umění

1. Eduard Manet – otec impresionismu
2. Osobnosti post-impresionismu (Cezanne – Gogh – Gauguin)
3. August Rodin
4. Josef Václav Myslbek a jeho žáci
5. Edward Munch
6. Pablo Picasso a jeho současníci
7. Henry Moore
8. Osobnosti světového a českého malířství 1. Poloviny 20. století

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: Mgr. Jana Šnédarová, ext. učitel

Minimální počet účastníků: 30

Termín: čtvrtek, 1x za 14 dnů

6. Název kurzu: Estetika. Základy vizuální komunikace.

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Cílem kurzu je obecné seznámení s problematikou estetiky, krásy, její historií a vývojem až po současnost. Výuka se přednostně zabývá estetikou úpravy lidského zevnějšku (kosmetikou, odíváním, zobrazováním v umění) od historie až po současnost. Student získá znalosti o základních pojmech v nauce estetiky, je schopný obecně i subjektivně rozlišovat "krásno" i "ošklivost", umí pracovat s kategoriemi estetiky. Smyslové poznání studenta bude jeho průvodcem v praktickém životě. Na téma estetiky navazuje tematika vizuální komunikace, například formy vizuálních prezentací, propagační prostředky od písma po webové prezentace, ukázky vývoje vizuálního stylu, Corporate design (vizuální styl) - historie vzniku značky, současnost a vše o jejím působení v dnešním vizuálním světě.

Obsah kurzu v zimním semestru:

Estetika, rozsah výuky 8 x 2hodinová přednáška

- pojem estetika, krása,
- historický vývoj estetického cítění,
- vizuální estetika, dějiny krásy a ošklivosti,
- historie a současnost kosmetiky (face paint, make-up),
- historie a současnost odívání, trendy a objasnění současných pojmů.

Obsah kurzu v letním semestru:

Vizuální komunikace, rozsah výuky 8 x 2hodinová přednáška

- historie vizuální komunikace, osobnosti, zakladatelé,
- objasnění vizuálních systémů, symbolů, prostředky, nová obrazová komunikace.
- světlo, zrakové vnímání,
- užití figur, znaků, symbolů, práce s písmem, barvou a dalšími prvky,
- harmonizace systémů, orientace, bezpečnost a zdraví,
- komunikační symboly, vizualizace, ostatní znaky, apod.,
- formy vizuálních prezentací, propagační prostředky od písma po webové prezentace,
- ukázky vývoje vizuálního stylu, Corporate design (vizuální styl) - historie vzniku značky, současnost a vše o jejím působení v dnešním vizuálním světě,
- exkurze.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: dr.akad.sochař Rostislav Illík, Fakulta multimediálních komunikací

Minimální počet účastníků: 30

Termín: pátek (dopoledne), 1x za 14 dnů

Místo: FMK, Univerzitní 2431 Zlín

7. Název kurzu: Člověk a právo ve společnosti.

Ubi societas ibi ius - kde je společnost, tam je právo.

Délka trvání kurzu: 2 semestry

Právo hraje v každé civilizované a demokratické společnosti významnou roli. Není jen formálním instrumentem, ale upravuje chování občanů ve společnosti a zároveň vymezuje základní rámec mocenské roli státu. Právo tak vytváří základ pro fungování každé civilizované společnosti. Nikoli formální legislativní vymezení práva, ale jeho znalosti - tzv. právní vědomí a povědomí je kritériem vyspělosti každé společnosti a respektu k právu jako takovému.

Právo je vcelku dobrodružné a zajímavé, ostatně mapuje život a vztahy ve společnosti a určitě to nejsou suché paragrafy. Obsah kurzu tvoří výběr z oblastí práva, které jsou zajímavé i z laického pohledu, a dále pak ty, které se dotýkají každého z nás a jejichž znalosti mohou posloužit i v praktickém životě.

Úvod kurzu tvoří historický přehled české právní úpravy od jejich počátků v 9. stol. až do roku 1989.

Popis vývoje práva na území ČR zahrnuje i popis hlavních kodexů. Kromě zajímavých faktů dávají přednášky prvního semestru odpovědi na otázky: Co to byly Boží soud a inkviziční proces? Jaký byl rozdíl mezi nevolnictvím a poddanstvím? Kdy vlastně vzniklo samostatné Československo? Co to byly retribuční soudy? Obsahem druhého semestru je občanský zákoník jako základní norma soukromého práva, s přihlédnutím k jeho významu a implementaci v každodenním životě člověka: Jak správně sepsat smlouvu nebo např. závěť? Jak se bránit ve sporu s prodejcem? Jaké jsou práva v případě majetkové škody? atd.

V následujícím roce bude možnost pokračovat v kurzu, který nabídne témata z dalších oblastí právní vědy: medicínské právo (práva pacienta), soudní systém (žaloba, průběh soudu, poplatky, exekuce), trestní právo (trestní čin, trestní odpovědnost, skutková podstata), politologie (volby, volební systémy, strany, ideologie).

Obsah přednášek zimního semestru:

- 1.-2. Vývoj feudálního práva do roku 1848.
- 3.-4. Vývoj městského práva do roku 1848.
- 5.-6. Vývoj trestního práva do roku 1989.
- 7.-8. Historický vývoj procesního práva do roku 1989 (struktura a systém justice).

Obsah přednášek letního semestru:

Občanské právo hmotné: zákon č. 89/2012 Sb. občanský zákoník,

1. Význam a obsah občanského práva hmotného a systematika zákona č. 89/2012 Sb.
2. Fyzické osoby a osobnostní práva člověka (jméno, soukromí, lidské tělo). Ochrana osobnostních práv, Zastupování, Plná moc.
3. Právnícké osoby (ustanovení, vznik, zrušení, zánik). Korporace a fundace.
4. Právní skutečnosti (právní jednání a právní události).
5. Spotřebitelské právo - ochrana spotřebitele.
6. Právní závazky - vybrané smlouvy a jejich charakteristika.
7. Právní odpovědnost a náhrada škody a nemajetkové újmy.
8. Seminář: Diskuse, kazuistika.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: JUDr. Libor Šnědar, Ph.D., Fakulta managementu a ekonomiky

Minimální počet účastníků: 30

Termín: středa, 1x za 14 dnů

8.1 Název kurzu: Člověk a zdraví. Kapitoly z psychologie pro třetí věk, 1.

Délka trvání kurzu: 2 semestry (1. a 2. semestr z celkem 6ti semestrů)

Psychologie, fyziologie a životní styl středního a vyššího věku.

Cílem kurzu je seznámit posluchače s moderními aspekty psychologie, fyziologie, biogenetiky a neurofilozofie v návaznosti na životní styl třetího věku. Posluchači se postupně seznámí s nejnovějšími vědeckými poznatky o stárnutí organismu a psychiky. Inspirací pro posluchače mohou být informace o možnostech prevence civilizačních chorob spojených s věkem po 50. roku života a prodloužení aktivního a kvalitního života z pohledu aktuálních vědeckých poznatků. Dalším tématem jsou mezilidské vztahy a vysvětlení komunikačních problémů mezi generacemi.

Obsah přednášek zimního semestru:

1. Úvodní seminář - organizace semestru, zadání požadavků (seminární práce atd.).

Vymezení jednotlivých věd v souvislosti s kalendářním a biologickým věkem.

2. Sebepoznání a sebeřízení.

Základy vědomého sebeřízení.

3. Vědomé zdraví. Preventivní a korektivní medicína.

Do jaké míry můžeme ovlivnit své zdraví?

4. Vědomá psychika.

Podmínky vytváření psychické kondice. Obrana proti stresu, vnímání času.

5. Vědomé vztahy a komunikace.

Základy komunikačních dovedností.

6. Výchova – rodičovská a školní. Ontogeneze lidské psychiky.

Vliv výchovy na lidský vývoj v prvních 6ti letech života a ve škole.

7. Vědomá strava.

Vliv stravy na život člověka. Konkrétní zkušenosti se stravou v průběhu času.

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru, vyhodnocení seminárních prací.

Obsah přednášek letního semestru:

1. Organizace letního semestru, zadání požadavků (účast, seminární práce atd.).

Biologický věk. Vymezení podstaty ovlivnění biologického věku pomocí psychologických a psychofyziologických poznatků.

2. Sebevědomí, sebeovládání vůle a odvaha

Možnosti pozitivního ovlivnění života.

3. Asertivita jako základní schopnost prožít intenzivní život. Asertivní nástroje pro posílení vztahů.

4. Grafologie a grafologická analýza jako podpůrná metoda sebepoznání a poznání druhých lidí.

5. Možnosti lidského těla. Pohyb – strava – relaxace.

Jaký je aktuální stav zkoumání lidského těla a jaké jsou aktuální možnosti ovlivnění stavu lidského těla.

6. Trénink mozku.

Jak můžeme ovlivnit a trénovat mozek, abychom snížili nebezpečí psychických chorob, snižujících mentální schopnosti? Prevence.

7. Umění předvídat – anticipační chování

Jaké máme možnosti predikce, předvídání dění? Jak se můžeme naučit ovládat svou intuici.

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru. Vyhodnocení seminární práce.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny

Vyučující: PhDr. Jiří Hřebíček, Akademická poradna UTB

Minimální počet účastníků: 30, max. počet omezen kapacitou posluchárny

Termín: čtvrtek, 1x za 14 dnů

8.2 Název kurzu: Člověk a zdraví. Kapitoly z psychologie pro třetí věk, 2.

Délka trvání kurzu: 2 semestry (3. a 4. semestr z celkem 6ti semestrů)

Psychologie, fyziologie a životní styl. Pokračování kurzu Kapitoly z psychologie 1.

Obsah přednášek zimního semestru:

1. Organizace semestru, zadání požadavků (účast, seminární práce atd.).

Preventivní medicína.

Aktuální stav výzkumů zdraví a zdravotního stavu. Co nám lékař neřekne, aneb sondy do preventivní medicíny. Novinky ve výzkumu onkologie, AIDS, virových chorob a dalších civilizačních onemocnění.

2. Psychologie harmonie.

Seniorita, spirituální psychologie, psychologie smrti.

3. Obrana proti manipulaci.

Využití nástrojů obrany proti manipulaci, agresivitě. Jakou šanci mají a mohou mít šmejdi?

4. Základní principy morálky a práva. (psychologie morálky)

Jak se vyznat v hodnotovém chaosu dnešního světa. Co platí a co ne. Je mladá generace horší nebo lepší než generace třetího věku?

5. Aktuální poznatky o Mikrobiomu.

Aktuální stav celosvětového Projektu Lidského mikrobiomu.

6. Řízení času a karmický cyklus

Co to je prokrastinace a jak se projevuje? Máme šanci prokrastinovat i ve „třetím věku“? Jak se můžeme prokrastinaci bránit?

7. Psychologie nakupování.

Proč pořád kupujeme věci? Co nás k tomu vede, když většinu věcí nepotřebujeme.

Co je marketing a jak nás ovlivňuje reklama. Jak se můžeme bránit tomu, aby nás marketing a reklama nezmanipuloval více, než chceme?

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru. Vyhodnocení seminární práce.

Obsah přednášek letního semestru:

1. Organizace semestru, zadání požadavků (účast, seminární práce atd.).

Dějiny psychologie a psychologické experimenty

2. Sourozenecké konstelace. Praktické metody sebeřízení.

Poznání několika skrytých metod, které nám pomohou si ujasnit naše chování.

3. Aktuální poznatky o stravě.

Jaký význam má strava pro život člověka? Co nového se v oblasti stravování objevilo za poslední období?

4. Možnosti INTUICE.

Co se skrývá za intuicí – schopností vnímat děje v rozšířeném vědomí? Praktické využití.

5. Komunikační trénink.

Jakým způsobem můžeme vyřešit všechny kritické a problémové situace s elegancí a klidem?

6. Spirituální a kvantová psychologie.

Jak se vyvíjí nové psychologické obory a co praktického nám mohou přinést do života?

7. Důsledky života v informačním věku.

Co nám přináší a co nám bere rozmach informačních technologií a sociálních sítí? Jak se tomu můžeme bránit a naopak – čemu bychom se neměli bránit?

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru. Vyhodnocení seminární práce.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny, případně distanční výuka (nahrávané lekce)

Vyučující: PhDr. Jiří Hřebíček, Akademická poradna UTB

Předpokládaný počet účastníků: 30

Podmínkou účasti je absolvování kurzu Kapitoly z psychologie 1.

Termín: středa, 1x za 14 dnů

8.3 Název kurzu: Člověk a zdraví. Kapitoly z psychologie pro třetí věk, 3.

Délka trvání kurzu: 2 semestry (5. a 6. semestr z celkem 6ti semestrů)

Psychologie, fyziologie a životní styl. Pokračování kurzu Kapitoly z psychologie 1. a 2.

Obsah přednášek zimního semestru:

1. Organizace semestru, zadání požadavků (účast, seminární práce atd.).

Dějiny psychologie a psychologické experimenty.

2. Sourozenecké konstelace. Praktické metody sebeřízení.

Poznání několika skrytých metod, které nám pomohou si ujasnit naše chování.

3. Aktuální poznatky o stravě.

Jaký význam má strava pro život člověka? Co nového se v oblasti stravování objevilo za poslední období?

4. Možnosti intuice.

Co se skrývá za intuicí – schopností vnímat děje v rozšířeném vědomí? Praktické využití.

5. Komunikační trénink.

Jakým způsobem můžeme vyřešit všechny kritické a problémové situace s elegancí a klidem?

6. Spirituální a kvantová psychologie.

Jak se vyvíjí nové psychologické obory a co praktického nám mohou přinést do života?

7. Důsledky života v informačním věku.

Co nám přináší a co nám bere rozmach informačních technologií a sociálních sítí? Jak se tomu můžeme bránit a naopak – čemu bychom se neměli bránit?

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru. Vyhodnocení seminární práce.

Obsah přednášek letního semestru:

1. Organizace semestru, zadání požadavků (účast, seminární práce atd.).

Cesty a metody hlubinné psychologie a psychoterapie. Psychoanalytici, Rogers, Grof.

2. Biorytmy v našem životě.

Základní biorytmy, návaznost na přírodu. Orgánové hodiny. Noc a den. Muž a žena.

3. Tajemná autofagie, apoptóza a další procesy v našem těle.

Co se děje v našem těle, s našimi buňkami a vědci o tom mlčí?

4. Trénink neverbální komunikace.

Mikrokomunikace v naší mimice. Předpoklady pro ovládnutí klíčové dovednosti našeho života.

5. Štěstí a úspěch.

Rozpor nebo soulad? Spotřební myšlení versus moc přítomného okamžiku.

6. Důležité látky pro naše zdraví.

Linus Pauling a jeho vitamin C. Ostatní vitaminy. Kolagen. Kyselina hyaluronová. Koenzym Q10. Jód a další látky. Jaký vliv mají na naše tělo?

7. Logoterapie. Nauka o smyslu života.

Viktor Frankl a jeho učení. Jaký je smysl našeho života? Dělejme to, co nás baví tak, abychom současně neublížovali ostatním.

8. Závěrečný seminář – reflexe semestru. Vyhodnocení seminární práce.

Prezenční přednášky v trvání 2 hodiny, případně distanční výuka (nahrávané lekce)

Vyučující: PhDr. Jiří Hřebíček, Akademická poradna UTB

Předpokládaný počet účastníků: 50

Podmínkou účasti je absolvování kurzu Kapitoly z psychologie 1. a 2.

Termín: čtvrtek, 1x za 14 dnů