

Seminář probíhá jako seznámení se základními **psychosociálními dovednostmi** se zaměřením na kultivaci těchto dovedností zvláště důležitých pro pedagogicko-psychologickou přípravu a praxi učitele s využitím interakčních technik (hraní rolí, skupinová diskuse, interakční hry, modelové situace, atd.) v malé skupině. Cílem je podpořit obecnou schopnost orientovat se v pracovních a mezilidských vztazích a seznámit se s psychologickými aspekty klíčových kompetencí v rozvíjení osobnosti (sociální poznávání, komunikace a kooperace, samostatnost a odpovědnost, zvládání zátěže, řešení konfliktů)

1. **Sociální percepce** - poznávání druhých lidí, chyby v percepci, percepční stereotypy, sebereflexe, teorie atribuce, můj percepční stereotyp.
2. **Sociální komunikace** – jednotlivé komunikační dovednosti, dorozumívání mezi lidmi, aktivní naslouchání, neverbální komunikace, zpětná vazba, obousměrná komunikace, efektivní komunikace, komunikační bariéry, komunikační stopky, komunikační omyly, moje silné stránky v komunikaci.
3. **Kooperace - spolupráce** ve skupině, týmová spolupráce, soupeření a spolupráce, deset pravidel úspěšné kooperace, formy a zásady kooperace, kooperační učení, vliv skupiny na jedince, jedinec jako člen sociální skupiny.
4. **Konflikty a jejich zvládání** – porozumění průběhu konfliktu, styly chování v interpersonálním konfliktu, modelování konfliktních situací, agrese, emoce a jejich zvládání, strategie a taktika při řešení konfliktů, můj styl chování.
5. **Asertivní jednání** – vymezení, způsoby komunikace (agresivní, asertivní, pasivní), asertivní techniky, zdravé sebeprosazení, sebeprosazení ve skupině, sebepojetí, sebe prezentace.
6. **Zvládání zátěžových situací** – vymezení stresu, druhy, příčiny, strategie, vyladování psychosomatické rovnováhy na základě napětí a uvolnění, relaxace a fyzická a mentální cvičení jako jedna z technik zvládání a prevence stresu (autogenní trénink, prvky jógy, řízené dýchání, ...).

## Literatura povinná

HEWSTONE, STROEBE. *Sociální psychologie : moderní učebnice sociální psychologie*. Edited by Translated by Dagmar Břejlová - Pa. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. 769 s. ISBN 8073670925. [info](#)

ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998. 268 s. ISBN 80-85931-48-6. [info](#)

HAYES, Nicky. *Základy sociální psychologie*. Translated by Irena Štěpaníková. Vydání sedmé. Praha: Portál, 2013. 166 stran. ISBN 9788026205340. [info](#)

## Doporučená pro seminář

1. KOMÁRKOVÁ, R., SLAMĚNÍK, I., VÝROST, J. *Aplikovaná sociální psychologie III*. Praha: Grada, 2001
2. BELZ, H., SIEGRIST, M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Praha: Portál, 2001
3. VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. Edited by 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. 404 s. ISBN 9788024714288. [info](#)
4. DENZIN, Norman K. *Childhood socialization*. Rev. 2nd ed. New Brunswick, N.J.: Transaction Publishers, 2010. xv, 235. ISBN 9781412810593. [info](#)
5. HERMOCHOVÁ, S. *Hry pro život*. Praha: Portál, 1998
6. NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Academia, 2009. 498 s. ISBN 9788020016799. [info](#)
7. VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK. *Aplikovaná sociální psychologie II*. první. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-247-0042-5. [info](#)
8. VÁGNEROVÁ, Marie. *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2001. 304 s. ISBN 8024601818. [info](#)
9. MAREŠ, Jiří a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Komunikace*
10. VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. *Aplikovaná sociální psychologie I*. Praha: Portál, 1998
11. KŘIVOHLAVÝ, J. *Konflikty mezi lidmi*. Praha: Portál, 2002
12. KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada, 1996
13. VYBÍRAL, Z. *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portál, 2002
14. BERNE, E. *Jak si lidé hrají*. Praha: Svoboda, 1970
15. ŠTECH, S: Teorie atribučních procesů. *Čs. Psychologie*, 1980, 5, s.469-473
16. VALÍŠOVÁ, A. *Asertivita v rodině a ve škole*. Praha: H+H, 1994
17. KARNSOVÁ, M. *Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem*. Praha: Portál, 1995
18. PETTY, G. *Moderní vyučování*. Praha: Portál, 2004
19. KOPŘIVA a kol. *Respektovat a být respektován*. 2012.
20. ROSENBERG, M. *Nenásilná komunikace*. Praha: Potrál, 2015
21. GORDON T. *Škola bez poražených*. Praha : Portál, 2016
22. LAŠEK, J., MAREŠ, J. Jak změřit sociální klima třídy? *Pedagogická revue*, 43, 1991, 6, s.401-410
23. JANOUŠEK, J. a kol. *Metody sociální psychologie*. Praha: SNP, 1986