

# OBSAH

---

<b>ÚVOD</b>	<b>7</b>
<b>Část A</b>	
<b>Zadání a úkoly pro skupinová zamětnání</b>	<b>9</b>
A/1 Co je psychologie	11
A/2 Psychologie v policejní praxi	12
A/3 Pravidla skupinových sezení	13
A/4 Zpětná vazba - Feed Back	14
A/5 Selský rozum	16
A/6 Kdo jsem	18
A/7 Reálné a ideální JÁ aneb jaký jsem a jaký bych chtěl být?	19
A/8 Slovní portrét	20
A/9 Jaký vlastně jsem?	21
A/10 Sebehodnocení	22
A/11 Podle Junga jsem	23
A/12 Můj rodič	24
A/13 Dítě, rodič, dospělý	26
A/14 Nastavení zrcadla	32
A/15 Jsme O.K. ?	34
A/16 Hierarchie hodnot	36
A/17 Co nemám rád	38
A/18 Role ve skupině	39
A/19 Prezentace osobnosti	41
A/20 Analýza pocitů	43
A/21 Verbalizace citů	44
A/22 Jak přežít hněv a zlost?	46
A/23 Jak se bráním stresu?	49

A/24	Proč se svědci stejné události mohou ve své výpovědi rozcházet?	54
A/25	Verbalizace informací	55
A/26	Laická orientace v normalitě	56
A/27	Setkání s problémovým jedincem	57
A/28	Jaký preferuješ způsob smyslového vnímání	59
A/29	Co můžeš učinit, abys byl dobrým posluchačem aneb umění naslouchat	61

## Část B

### Kazuistiky, situace k řešení

63

B/1	Kazuistiky	65
B/2	Situace	69
B/3	Osnova psychologické analýzy situace	76

## Část C

### Schémata a instruktážní listy

77

C/1	Vývoj osobnosti	79
C/2	Psychické schéma (Prožívání)	80
C/3	Okno Johari	81
C/4	Jedinec v sociálním kontextu (sociální vliv)	82
C/5	Sociální styk	83
C/6	Percepční chyby	84
C/7	Sociální komunikace	85
C/8	Sdělení	86
C/9	Tři složky osobnosti vstupující do interpersonální komunikace	87
C/10	Asertivní dovednosti	89
C/11	Základní asertivní techniky	90
C/12	Metody persuáze (ovlivňování člověka člověkem)	91
C/13	Techniky vedení rozhovoru	92
C/14	Efektivní komunikace s veřejností	93

C/15	Spouštěcí faktory pro vznik konfliktu	94
C/16	Jak vystupovat v konfliktní situaci	95
C/17	Jak si udržet psychickou stabilitu při řešení konfliktu	96
C/18	Analýza vlastního jednání v konfliktní situaci	97
C/19	Interpretace průběhu konfliktu	98
C/20	Jak se vyrovnávat s následky konfliktu (stresu)	99
C/21	Co ovlivňuje vyjednávání	100
C/22	Doporučení pro vyjednávání	101
C/23	Komunikace po telefonu	102
C/24	Psychologická mapa sebevražedného terénu	103
C/25	Co snižuje pocit bezpečí	104
C/26	Emoce	105
C/27	Signalizace pocitu hněvu	106
C/28	Co dělat, když se sami na někoho nebo něco značně rozzlobíme?	107
C/29	Nezvládnuté emoce	108
C/30	Co zvyšuje naši agresivitu	109
C/31	Klasifikace typů šikany	110
C/32	Porovnání závislého, nezávislého a agresivního chování	111
C/33	Orientační kritéria duševního zdraví	112
C/34	Přehled duševních poruch	113
C/35	Interakce s duševně narušeným jedincem	114
C/36	Neurózy a psychózy	115
C/37	Nonverbální komunikace u duševních poruch (některé prvky)	116
C/38	Sdělování nepříjemných zpráv	117
C/39	Rodinné rozepře	118
C/40	Komunikace s médii	119

## Použitá literatura

121