

Vztáhová väzba a regulácia nervového systému v praxi

Ročný zážitkový výcvik pre pedagogických a odborných zamestnancov.

Program inovačného vzdelávania v rozsahu 200 hodín.
Prvá skupina štartuje vo **februári 2027**.



10 blokov · 200 hodín

štvrtok-piatok · Bratislava

uzavretá skupina · 14 miest

příplatok za profesijný rozvoj až 12 %

oprávnenie MŠVVaM 18/2025 - IV

jedna lektorka celý rok

Odborník ako nástroj. Nie metóda na deti.

Ide o ročný zážitkový výcvik pre pedagogických a odborných zamestnancov, realizovaný ako program inovačného vzdelávania. Jeho predmetom nie je technika, ktorú dospelý aplikuje na dieťa, ale kompetencia rozpoznať a regulovať vlastný psychofyzický stav, pretože práve ten určuje, či sa dieťa v jeho prítomnosti dokáže upokojiť a učiť.

Program vychádza z dvoch overených teoretických rámcov, ktoré sa v slovenskom vzdelávaní pedagogických a odborných zamestnancov spravidla vyučujú oddelene alebo vôbec: **teórie vzťahovej väzby** a **polyvagálnej teórie**. Ich prepojenie umožňuje vysvetliť správanie dieťaťa v záťaži ako fyziologicky podmienenú adaptáciu, nie ako nedostatok vôle, výchovy alebo motivácie.

Forma je zážitková a skupinová. Dôvod je odborný, nie štylistický: kompetencie, o ktoré tu ide - regulácia, naladenie, udržanie hranice, práca s vlastnou obrannou reakciou, sa nedajú osvojiť výkladom. Osvojujú sa opakovanou skúsenosťou v bezpečnom vzťahovom prostredí a následnou reflexiou.

Tri pojmy, ktoré tvoria kostru programu

Stav, nie charakter	Tri stavy autonómneho nervového systému, ventrálny vagus (pokoj a spojenie), sympatikus (mobilizácia), dorzálny vagus (útlm). Zamestnanec sa ich učí rozpoznať u seba aj u dieťaťa.
Neurocepcia	Telo vyhodnocuje bezpečie a ohrozenie skôr, než si to človek uvedomí. Odtiaľ pramení, prečo pokyn „upokoj sa“ v afekte nefunguje a prečo dieťa v dysregulácii nespracuje verbálnu inštrukciu.
Ko-regulácia	Nervové systémy sa regulujú navzájom. Regulovaný dospelý je preto najúčinnnejším dostupným nástrojom upokojenia dieťaťa aj skupiny.

Čím sa program líši od bežnej ponuky

Väčšina programov inovačného vzdelávania má rozsah 50 hodín a poskytuje príplatok 3 %. Tento výcvik má rozsah 200 hodín v jednom ucelenom procese, čo zodpovedá zákonnému maximu príplatku za profesijný rozvoj. Zamestnanec tak nemusí skladať štyri nesúvisiace kurzy od štyroch poskytovateľov.

Na čom program stojí

Teória vzťahovej väzby

Program pracuje s modelom vzťahovej väzby v podobe, ktorú pre profesionálnu prax rozpracovala **Una McCluskey** (Veľká Británia) nadväzujúc na práce Johna Bowlbyho a Dorothy Heard. Model rozlišuje niekoľko vzájomne prepojených vzťahových systémov, systém hľadania starostlivosti, systém poskytovania starostlivosti, systém sebaobrany, systém zdieľania záujmu, vzťah k sebe a vzťah k prostrediu.

Pre pedagogického a odborného zamestnanca je tento model použiteľný priamo: väčšina náročných situácií v škole je zrozumiteľná ako stret systému sebaobrany dieťaťa so systémom poskytovania starostlivosti dospelého, a ako vyčerpanie druhého z nich.

Polyvagálna teória

Polyvagálna teória **Dr. Stephena Porgesa** popisuje hierarchiu autonómnych reakcií a úlohu blúdivého nervu pri regulácii stavu organizmu. Vysvetľuje, prečo sa v ohrození mení spracovanie ľudského hlasu, mimiky a reči, a prečo je pocit bezpečia neurofyzikologickým predpokladom učenia a spolupráce.

Poctivé rozlíšenie

Polyvagálna teória je vplyvný a v praxi mimoriadne užitočný model, ktorý spája neurovedu, telo a vzťah. Niektoré jeho evolučné a anatomické tvrdenia sú predmetom živej odbornej diskusie. V programe ju vyučujeme ako vedecký model s jeho možnosťami aj limitmi, nie ako wellness a nie ako univerzálne vysvetlenie. Toto rozlíšenie je súčasťou obsahu, nie poznámkou pod čiarou.

Metodika skupinovej práce

Sebaskúsenostný skupinový proces v uzavretej dlhodobej skupine je etablovanou formou prípravy v pomáhajúcich profesiách. Program dopĺňa reflexiu vlastnej praxe a aplikačné zadania overované v reálnom pracovnom prostredí účastníka medzi jednotlivými blokmi.

Inštitucionálne zázemie

Poskytovateľom je **myJUMP, o. z.**, ktoré prevádzkuje Polyvagálnu akadémiu Slovensko - oficiálneho partnera **Polyvagal Institute (USA)** pre Slovenskú republiku. Výcvik **Vzťahová väzba a regulácia nervového systému v praxi** je vlastným autorským programom poskytovateľa; nie je certifikačným programom Polyvagal Institute a neudeľuje jeho certifikát.

Zaradenie v systéme profesijného rozvoja

Táto strana je určená predovšetkým vedeniu školy alebo školského zariadenia. Zhŕňa, o aký druh vzdelávania ide, aké nároky z neho zamestnancovi alebo zamestnankyni vyplývajú a čo sa od zamestnávateľa očakáva.

DRUH VZDELÁVANIA	Inovačné vzdelávanie podľa § 55 a § 56 zákona č. 138/2019 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch
POSKYTOVATEĽ	myJUMP.sk, o. z., IČO 52411133 · oprávnenie na poskytovanie inovačného vzdelávania vydané Ministerstvom školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR dňa 21. 2. 2025, evidenčné číslo 18/2025 - IV , platné do 20. 2. 2030
FORMA	Kombinovaná, prezenčná a dištančná
ROZSAH	200 hodín (150 prezenčne, 50 dištančne)
DOKLAD	Osvedčenie o ukončení inovačného vzdelávania
ODBORNÁ GARANTKA	PhDr. Ivana Tomanová Čergetová, PhD., LL.M, MBA, PCIC

Pre koho je vzdelávanie určené

Pomenovania kategórií uvádzame v znení zákona č. 138/2019 Z. z., teda v mužskom rode; vzťahujú sa rovnako na ženy aj mužov. V ostatnom texte používame tvary pre obe pohlavia.

Poskytovateľ je oprávnený poskytovať inovačné vzdelávanie pre nasledujúce kategórie pedagogických a odborných zamestnancov:

PEDAGOGICKÍ ZAMESTNANCI

učiteľ · majster odbornej výchovy · korepetítor · školský tréner · vychovávateľ · pedagogický asistent · zahraničný lektor · školský špeciálny pedagóg · učiteľ profesijného rozvoja

ODBORNÍ ZAMESTNANCI

psychológ a školský psychológ · špeciálny pedagóg a terénny špeciálny pedagóg · logopéd a školský logopéd · liečebný pedagóg · sociálny pedagóg · kariérový poradca

Podkategórie: učiteľ materskej školy · učiteľ prvého stupňa základnej školy · učiteľ druhého stupňa základnej školy · učiteľ strednej školy · učiteľ základnej umeleckej školy · učiteľ jazykovej školy

Obsahové zameranie oprávnenia zahŕňa duševné zdravie v školskom prostredí, inkluzívne vzdelávanie, vzťahovú väzbu, emocionálnu inteligenciu a vzťahovú dynamiku, sebaopoznanie a osobnostný rozvoj. Tento výcvik sa realizuje v rozsahu uvedeného oprávnenia.

Príplatok za profesijný rozvoj

Za úspešné absolvovanie inovačného vzdelávania v rozsahu najmenej 50 hodín vzniká zamestnancovi nárok na príplatok za profesijný rozvoj vo výške 3 % z platovej tarify, najviac však do výšky 12 %. Príplatok sa priznáva na obdobie siedmich rokov. Pri rozsahu 200 hodín ide o zákonné maximum.

Podmienkou priznania je úspešné ukončenie adaptačného vzdelávania a súlad vzdelávania s plánom profesijného rozvoja zamestnávateľa. Konkrétnu výšku a postup priznania posudzuje zamestnávateľ. Odporúčame overiť aktuálne znenie príslušných ustanovení pred podaním žiadosti.

Zaradenie do plánu profesijného rozvoja

Aby si zamestnanec alebo zamestnankyňa mohli príplatok uplatniť, musí byť vzdelávanie v súlade s potrebami školy vyznačené v pláne profesijného rozvoja. Ide o krok, ktorý sa vykonáva **pred** začiatkom vzdelávania. Vzor žiadosti nájdete v prílohe tohto manuálu.

Pracovné voľno

Zamestnancovi patrí pracovné voľno s náhradou funkčného platu v rozsahu piatich dní v kalendárnom roku na účel profesijného rozvoja, čerpané po dohode so zamestnávateľom.

Program má celkovo 20 dní prezenčnej výučby rozložených do dvanástich mesiacov, teda do dvoch kalendárnych rokov. **Neuvádzame, že sa celý zmestí do zákonného rozsahu pracovného voľna, nezmetí.** Časť termínov je preto umiestnená do obdobia školských prázdnin a zvyšok si účastníci spravidla riešia kombináciou pracovného voľna, dovolenky a dohody s vedením. Považujeme za správne povedať to vopred a otvorene.

Čo viete po absolvovaní

Hlavný cieľ

Prehliť a inovovať profesijné kompetencie pedagogických a odborných zamestnancov v oblasti vzťahovej väzby, emocionálnej regulácie a tvorby psychicky bezpečného prostredia, prepojením poznatkov teórie vzťahovej väzby a polyvagálnej teórie so sebakúsenostným a tréningovým skupinovým procesom.

Profil absolventa

Absolvent alebo absolventka výcviku:

1. rozpozná a pomenuje vlastné autonómne stavy a ich prejavy pri výkone pracovnej činnosti;
2. interpretuje správanie dieťaťa v záťaži prostredníctvom modelu obranných reakcií autonómneho nervového systému, nie ako zámer alebo nedostatok vôle;
3. aplikuje konkrétne postupy regulácie a ko-regulácie v práci s jednotlivcom aj so skupinou detí;
4. vedome používa hlas, mimiku a tempo komunikácie ako regulačný nástroj a prispôsobuje ich aktuálnemu stavu dieťaťa;
5. udrží profesionálnu hranicu vo vzťahovej práci a reflektuje etické dôsledky viacnásobných rolí v školskom prostredí;
6. rozpozná skoré znaky vyčerpania z výkonu pomáhajúcej profesie a odlíši súcitnú únavu, sekundárnu traumatizáciu a syndróm vyhorenia;
7. rozpozná hranice vlastnej odbornej kompetencie a indikácie na odoslanie dieťaťa k inému odborníkovi;
8. prenáša získané postupy do spolupráce s pedagogickým tímom a identifikuje podporné zdroje na ich dlhodobé udržanie.

Overiteľnosť výstupov

Každý tematický celok má definovaný výstup formulovaný v aktívnych slovesách. Aplikačné zadania sa realizujú v reálnom pracovnom prostredí účastníka a sú evidované v systéme poskytovateľa. Záverečná práca dokladuje konkrétnu zmenu v praxi, nie prevzatú teóriu.

Desať tematických celkov

Výcvik má pevnú dramaturgiu. Postupuje od telesnej sebaskúsenosti cez vzťahové systémy a prácu s vlastnými obrannými reakciami až po prenos do pracovného kolektívu. Poradie celkov nie je voliteľné, každý predpokladá predchádzajúci.

Č.	TEMATICKÝ CELOK	VÝSTUP	HODÍN
1	Autonómny nervový systém a sebaopoznanie zamestnanca	Pomenuje vlastný autonómny stav a odliší ho od interpretácie situácie	20
2	Systém hľadania podpory a ko-regulácia v pracovnom tíme	Identifikuje vlastný vzorec vyhľadávania podpory a formuluje adresnú žiadosť	20
3	Prevenca vyhorenia a starostlivosť o seba v pomáhajúcich profesiách	Rozpozná skoré znaky vyčerpania a zavedie postup ukončovania cyklu starostlivosti	20
4	Obranné reakcie a manažment eskalácie v práci s dieťaťom	Zvolí postup, ktorý neprispieva k eskalácii, a rozpozná moment odstúpenia	20
5	Komunikácia a systém sociálneho zapojenia	Prispôsobí prozódii, tempo a mimiku autonómnemu stavu dieťaťa	20
6	Profesionálne hranice, naladenie a etické aspekty vzťahovej práce	Rozpozná prekročenie hranice a obnoví ju bez straty kontaktu	20
7	Vnútorň dialóg a jeho vplyv na hodnotenie dieťaťa	Rozpozná vplyv vlastného hodnotiaceho hlasu na hodnotenie dieťaťa	20
8	Regulácia a tvorba psychicky bezpečného prostredia	Aplikuje regulačné postupy v skupine detí a rozpozná indikácie na odoslanie	20
9	Integrácia, reflexia praxe a odborná identita	Vyhodnotí profesijný posun na základe doložitelných zmien v praxi	20
10	Prenos do praxe, tímová spolupráca a udržateľnosť	Formuluje spôsob prenosu postupov do pracovného kolektívu	20
Spolu - 150 hodín prezenčne, 50 hodín dištančne			200

Každý tematický celok pozostáva z 15 hodín prezenčnej výučby (jeden dvojdnový blok) a 5 hodín dištančnej práce medzi blokmi. Podrobná metodika, štruktúra jednotlivých cvičení a pracovné materiály sú súčasťou programu a poskytujú sa zaradeným účastníkom.

Ako to prebieha

TRVANIE	12 mesiacov, začiatok vo februári 2027
PREZENČNÁ ČASŤ	10 dvojdnových blokov, štvrtok a piatok, raz mesačne
ČAS	1. deň 9:00-17:00 · 2. deň 8:30-15:30 · obedná prestávka 1,5 hodiny Prezentácia účastníkov začína pol hodinu pred začiatkom
MIESTO	Bratislava · presná adresa sa oznamuje zaradeným účastníkom
DIŠTANČNÁ ČASŤ	5 hodín medzi blokmi · e-learningové lekcie, reflexívny denník, aplikačné zadania overované vo vlastnej praxi
KAPACITA	14 účastníkov · uzavretá skupina po celý rok
VSTUPNÝ POHOVOR	30 minút pred potvrdením miesta

Termíny

Aktuálne termíny jednotlivých blokov a záverečnej prezentácie sú zverejnené na polyvagalnaakademia.sk/zazitkova-skupina. Časť blokov je umiestnená do obdobia školských prázdnin.

Podmienky absolvovania

1. účasť na najmenej 80 % prezenčnej časti programu;
2. splnenie a odovzdanie všetkých zadaní dištančnej časti;
3. vypracovanie záverečnej práce v rozsahu 8-12 strán;
4. úspešná záverečná prezentácia pred trojčlennou komisiou, ktorú vymenúva štatutárny orgán poskytovateľa.
Ukončenie vzdelávania sa v zmysle oprávnenia nezapočítava do rozsahu programu - 200 hodín je čistý rozsah vzdelávania.

Jedna lektorka počas celého programu

Výcvik vedie jedna lektorka všetkých desať blokov. Je to zámer, nie organizačné obmedzenie: v dlhodobej uzavretej skupine je stabilita vzťahového rámca podmienkou účinnosti sebaskúsenostnej práce a striedanie lektorov ju oslabuje. Pre prípad neprítomnosti je určená zastupujúca lektorka, ktorá je skupine predstavená na prvom stretnutí.

Čo z toho má škola

Táto strana je určená riaditeľovi školy alebo školského zariadenia, ktorý posudzuje žiadosť zamestnanca o zaradenie do plánu profesijného rozvoja a o poskytnutie pracovného voľna.

1 • Prevencia fluktuácie a vyhorenia

Odchody pedagogických a odborných zamestnancov z profesie súvisia s chronickou záťažou vo vzťahovej práci. Program pracuje s vyhorením ako s fyziologickým procesom, ktorý má rozpoznateľné skoré štádiá, a učí zasiahnuť skôr, než sa dostane do fázy, z ktorej sa vracia dlhodobou práceneschopnosťou alebo výpoveďou.

2 • Menej eskalácií, menej riešených incidentov

Podstatná časť konfliktných situácií v škole eskaluje preto, že sa stretnú dve dysregulované strany. Kto rozpozná vlastnú obrannú reakciu skôr, než ju spustí, znižuje počet situácií, ktoré sa neskôr riešia na úrovni vedenia, s rodičmi alebo so zriaďovateľom.

3 • Spoločný jazyk naprieč profesiami

Učiteľka, školský psychológ, špeciálna pedagogička a asistent často popisujú to isté dieťa štyrmi odlišnými slovníkmi. Polyvagálny rámec im dáva spoločnú terminológiu pre stavy a správanie, čo zjednodušuje odovzdávanie informácií aj tvorbu spoločného postupu.

4 • Doložiteľný výstup, nie potvrdenie o účasti

Aplikačné zadania sa realizujú priamo v prostredí školy a záverečná práca dokladuje konkrétnu zavedenú zmenu. Škola tak z programu dostáva použiteľný výstup, nie iba osvedčenie do spisu.

Náklady a návratnosť

Výcvik si hradí spravidla účastník alebo účastníčka; fakturácia na organizáciu je možná. Náklad zamestnávateľa pri podpore zamestnanca predstavuje predovšetkým poskytnuté pracovné voľno a následný príplatok za profesijný rozvoj.

Pre porovnanie: **jedno obsadenie uvoľneného miesta** stojí školu spravidla mnohonásobne viac než podpora zamestnanca, ktorý zostáva.

Čo program nie je

Nie je to psychoterapia zamestnancov ani skupinová terapia. Ide o vzdelávanie so zážitkovou formou, v ktorom účastník pracuje na sebe ako na nástroji vlastnej profesie. Nie je to ani výcvik oprávňujúci k therapeutickej práci s deťmi, naopak, jednou z vyučovaných kompetencií je rozpoznanie hranice vlastnej odbornosti a indikácií na odoslanie dieťaťa k inému odborníkovi.

Kto program vedie

PhDr. Ivana Tomanová Čergetová, PhD., LL.M, MBA, PCIC

Psychologička, NLP koučka a vzťahová terapeutka s viac ako dvadsaťročnou praxou. Garantka Polyvagálnej akadémie Slovensko a odborná garantka certifikačného programu Polyvagal-Informed™ pre slovenský trh.

Odborná príprava relevantná k programu

- Výcvik v attachment-orientovanej skupinovej práci priamo u **Uny McCluskey** (Veľká Británia)
- Certifikácia v polyvagálnej teórii, **Polyvagal Institute** (USA) - inštitút Dr. Stephena Porges
- Zážitkový výcvik **Práca s rodinou a vzťahová väzba** (150 hodín)
- Akreditovaný výcvik **Supervízia v pomáhajúcich profesiách** (250 hodín)
- Spoluautorka metódy **MBT® - Motion Bond Technique**

Prax

Individuálna, párová a skupinová terapia · supervízia pomáhajúcich profesií a organizácií · vedenie dlhodobých skupinových procesov · výskumná a publikačná činnosť.

Poskytovateľ

myJUMP, o. z., občianske združenie so sídlom v Bratislave, prevádzkovateľ Polyvagálnej akadémie Slovensko a oficiálny partner Polyvagal Institute (USA) pre Slovenskú republiku. Držiteľ oprávnenia Ministerstva školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR na poskytovanie inovačného vzdelávania, evidenčné číslo **18/2025 - IV** zo dňa 21. 2. 2025, platné do 20. 2. 2030. Odbornou garantkou inovačného vzdelávania je PhDr. Ivana Tomanová Čergetová, PhD., LL.M, MBA, PCIC.

Podmienky účasti

CENA PROGRAMU	2 500 € - 250 € za jeden dvojdný blok
PLATBA VOPRED	2 250 €, pri úhrade celej sumy pred začiatkom programu (zľava 10 %)
PLATBA PO BLOKCH	250 € pred každým blokom + vratný depozit 100 € pred prvým blokom, ktorý sa odpočíta z ceny posledného bloku
FAKTURÁCIA	Na fyzickú osobu alebo na zamestnávateľa
PRIHLÁSENIE	Len na celý program. O poradí rozhoduje včasná úhrada.
ODSTÚPENIE	Od zmluvy uzavretej online možno odstúpiť do 14 dní bez udania dôvodu

Postup prihlásenia

1. Zápis na čakaciu listinu na **polyvagalnaakademia.sk**, nezáväzný, zaradí vás do prednostnej ponuky.
2. Podanie žiadosti o zaradenie vzdelávania do plánu profesijného rozvoja u zamestnávateľa (vzor v prílohe).
3. Vstupný pohovor s lektorkou v rozsahu 30 minút.
4. Potvrdenie miesta a úhrada.

Prečo vstupný pohovor

Nejde o hodnotenie ani o výberové konanie. Skupina, ktorá spolu strávi rok, funguje len vtedy, keď je zložená tak, aby v nej mal každý priestor. Pohovor slúži obom stranám na posúdenie, či je zaradenie vhodné práve teraz.

Najčastejšie otázky

Ako vybavím dvadsať dní neprítomnosti v práci?

Časť blokov je umiestnená do obdobia školských prázdnin. Zvyšok si účastníci spravidla riešia kombináciou pracovného voľna na profesijný rozvoj, dovolenky a dohody s vedením. V prílohe nájdete vzor žiadosti, ktorý celý proces zjednodušuje.

Musím mať predchádzajúcu skúsenosť so zážitkovou skupinou?

Nie. Väčšina účastníkov prichádza bez nej.

Budem musieť hovoriť o osobných veciach?

Tempo si nastavuje každý sám. Skupinový proces pracuje aj s tým, čo sa nepovie nahlas.

Čo ak zmeškám blok?

Pre absolvovanie sa vyžaduje 80 % účasti. Bloky sa neopakujú a platba za rezervované miesto sa nevracia, účasť je súčasťou skupinového procesu a ovplyvňuje celú skupinu.

Získam týmto oprávnenie robiť terapiu?

Nie. Program prehľbuje kompetencie vo vašej existujúcej profesii a jeho súčasťou je práve vymedzenie hraníc odbornej kompetencie.

Žiadosť o zaradenie do plánu profesijného rozvoja

Tento vzor môžete použiť ako podklad pre žiadosť adresovanú riaditeľovi školy alebo školského zariadenia. Doplňte vlastné údaje a upravte podľa zvyklostí vašej organizácie.

Adresát: riaditeľ/ka [názov školy alebo školského zariadenia]
Vec: Žiadosť o zaradenie inovačného vzdelávania do plánu profesijného rozvoja a o poskytnutie pracovného voľna

Vážená pani riaditeľka / vážený pán riaditeľ,

týmto Vás žiadam o zaradenie inovačného vzdelávania „**Vzťahová väzba a regulácia nervového systému v praxi**“ do plánu môjho profesijného rozvoja na obdobie [rok] - [rok].

Základné údaje o vzdelávaní

Poskytovateľ: myJUMP.sk, o. z., IČO 52411133
Oprávnenie MŠVVaM SR č. 18/2025 - IV zo dňa 21. 2. 2025
Druh: inovačné vzdelávanie podľa § 55 a § 56 zákona č. 138/2019 Z. z.
Rozsah: 200 hodín (150 prezenčne, 50 dištančne)
Forma: kombinovaná, trvanie 12 mesiacov so začiatkom vo februári 2027
Prezenčná časť: 10 dvojdnových blokov (štvrtok a piatok), Bratislava
Termíny podľa harmonogramu zverejneného poskytovateľom
Ukončenie: obhajoba záverečnej práce pred trojčlennou komisiou

Odôvodnenie vo vzťahu k potrebám školy

Vzdelávanie prehľbuje moje profesijné kompetencie v oblasti práce s deťmi v záťaži, predchádzania eskaláciám konfliktných situácií a tvorby psychicky bezpečného prostredia. Konkrétne po jeho absolvovaní budem schopný/á:

- reagovať na dieťa v afekte postupom, ktorý neprispieva k ďalšej eskalácii;
- aplikovať konkrétne regulačné postupy v práci so skupinou detí;
- rozpoznať skoré znaky vlastného pracovného vyčerpania a predchádzať mu;
- rozpoznať hranice svojej odbornej kompetencie a indikácie na odoslanie dieťaťa k inému odborníkovi;
- odovzdať uvedené postupy kolegom v rámci pedagogického tímu.

Aplikačné zadania programu realizujem priebežne vo vlastnej pracovnej činnosti a záverečná práca dokladuje konkrétnu zmenu zavedenú v našej škole.

Žiadosť o pracovné voľno

Zároveň Vás žiadam o poskytnutie pracovného voľna s náhradou funkčného platu na účel profesijného rozvoja v rozsahu [počet] dní v kalendárnom roku [rok], a to v termínoch uvedených v prílohe. Ostatné termíny pripadajú na obdobie školských prázdnin, prípadne ich pokryjem čerpaním dovolenky.

Náklady

Účastnícky poplatok hradím z vlastných prostriedkov. / Žiadam o úhradu účastníckeho poplatku zamestnávateľom vo výške [suma] €. [ponechať relevantnú možnosť]

Ďakujem za posúdenie žiadosti.

S úctou

[meno a priezvisko, titul]

[pracovná pozícia / kategória zamestnanca]

V [mesto], dňa [dátum]

Príloha: informačný manuál programu · zoznam termínov

Držte si miesto

Skupina má 14 miest a otvára sa raz. Zápis na čakaciu listinu je nezáväzný - zaradí vás do prednostnej ponuky a najnižšej ceny pred verejným spustením.

Polyvagálna akadémia Slovensko

polyvagalnaakademia.sk/zazitkova-skupina

info@polyvagalnaakademia.sk

Prevádzkuje myJUMP, o. z. · Galvaniho 12, 821 04 Bratislava - Ružinov

Oficiálny partner Polyvagal Institute (USA) pre Slovenskú republiku

Doložka o duševnom vlastníctve

Obsah tohto dokumentu, koncepcia a názov programu, štruktúra tematických celkov, dramaturgia, metodika, formulácie vzdelávacích výstupov, pracovné materiály a všetky súvisiace didaktické postupy sú autorským dielom a duševným vlastníctvom myJUMP, o. z. a autorky programu.

Dokument je určený výhradne na informovanie záujemcov o vzdelávaní, ich zamestnávateľov a zriaďovateľov. Akékoľvek rozmnožovanie, šírenie, sprístupňovanie verejnosti, spracovanie, úprava alebo použitie jeho obsahu, celého alebo jeho časti, na tvorbu, prípravu, akreditáciu alebo poskytovanie obdobného alebo konkurenčného vzdelávacieho programu je bez predchádzajúceho písomného súhlasu poskytovateľa zakázané a zakladá zodpovednosť podľa autorského zákona a predpisov o nekalnej súťaži.

Polyvagal Institute a Polyvagal-Informed™ sú označenia Polyvagal Institute, Inc. (USA) a používajú sa v súlade s licenčnou zmluvou. Tento výcvik je vlastným autorským programom poskytovateľa a nie je certifikačným programom Polyvagal Institute.

© 2026 myJUMP, o. z. · Všetky práva vyhradené · verzia august 2026