

---

# SETKÁVÁNÍ V ČASE TADY A TEĎ

MUDr. IVA ŠVARCOVÁ

ČESKÁ LÍPA

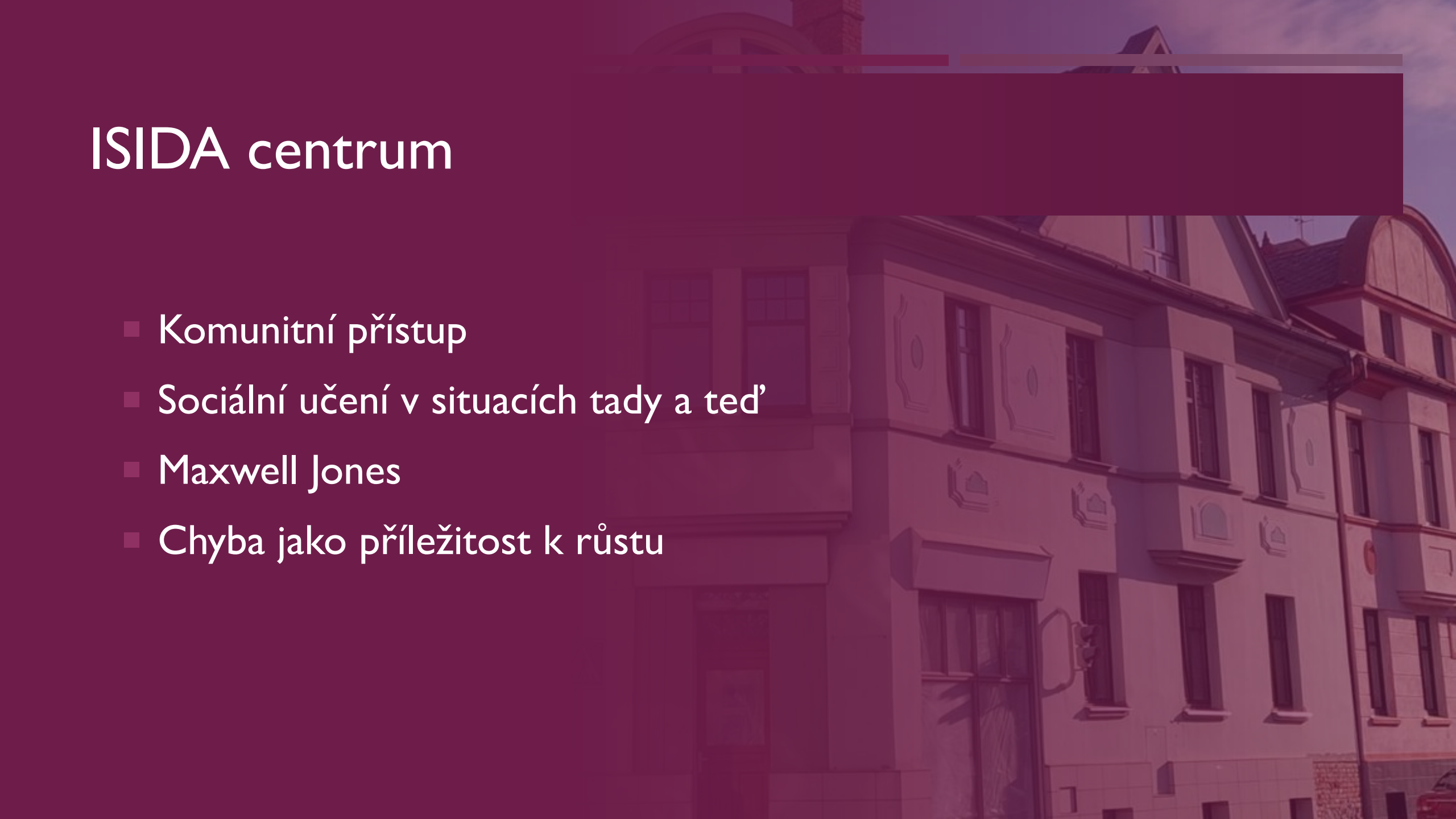
# ISIDA centrum - 2009

- Denní stacionář
- Individuální terapie
- Párová terapie



# ISIDA centrum

- Komunitní přístup
- Sociální učení v situacích tady a teď
- Maxwell Jones
- Chyba jako příležitost k růstu



# POHLED SKRZ MODELY



Neuroplasticita  
N. Doidge

Sociální zapojení  
M. Seligman

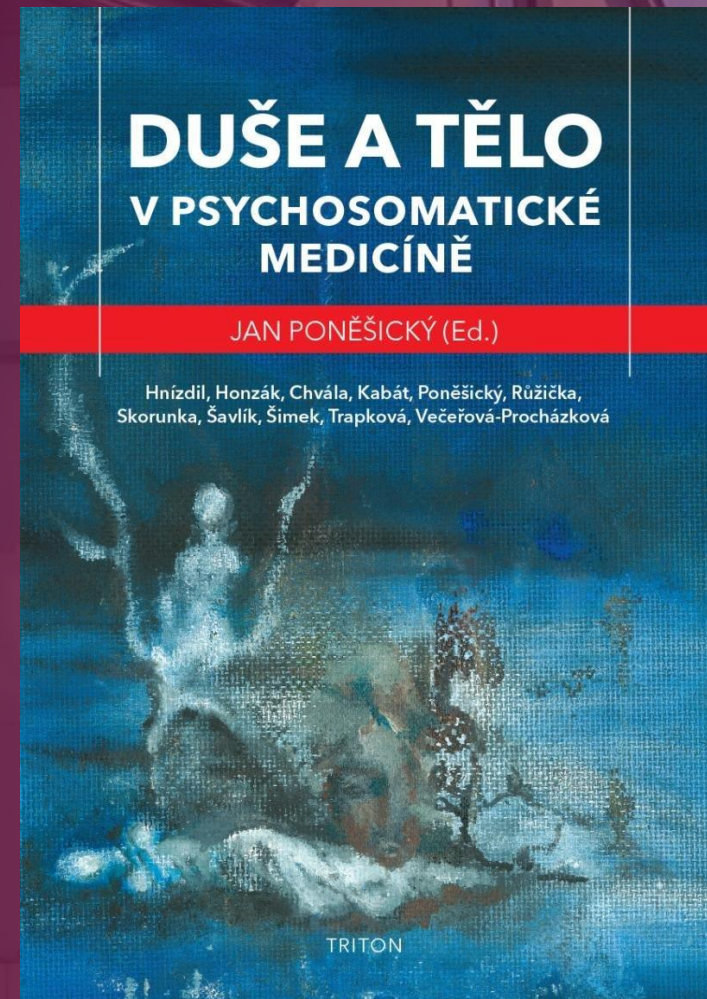
Biopsychosociální model  
G. Engel



# DUŠE A TĚLO V PSYCHOSOMATICKÉ MEDICÍNĚ

“Celý svět s jeho významností je prezentován v naší mysli a na tento obraz světa reagujeme.”

Jan Poněšický



# ZMĚNA UVNITŘ SYSTÉMU



# NEUROPLASTICITA

## NORMAN DOIDGE

- Obecné zdraví neuronů
- Neurostimulace
- Neuromodulace
- Neurorelaxace
- Neurodiferenciace a učení



# NEUROMODULACE

## PARASYMPATIKUS PODPORUJE SOCIÁLNÍ ZAPOJENÍ

- Ranní procházka
- Dechová cvičení, kardiální koherence
- Afirmace, vděčnost, sebeocenení, odpuštění
- Grafy, mandaly, pocitové dopisy



---

DĚKUJI VÁM ZA POZORNOST!

MUDr. Iva Švarcová

ISIDA centrum

