

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA

Prezentační dovednosti sester

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

PhDr. Andrea Hudáčková

Autor:

Lenka Vaníčková Suchá DiS.

2009

Presentational capabilities of the nurses

The presentation skills of nurses have recently been quite a hot topic. Together with the change in the social position of nurses and their increasing education, the need for high quality presentation skills has arisen.

The theoretic part of this thesis consists of two chapters. The first one deals with correct presentation, its preparation, data collecting and logical order of the information. Attention is also paid to the name of the presentation, followed by a description of types of lectures, where and when these should be used, how to prepare for one's own presentation, which parts are to be paid greater attention. Some information is devoted to the correct choice of a medium, guidelines for its use and also the application of the right technical tools. The next, also very important part is the information about the technique of speech. Furthermore, this thesis describes the correct way of breathing during the speech, voice formation and use as well as formal pronunciation. Moreover, it deals with the right speed of speech, the volume and quality of the voice and pronunciation. It is also possible to learn in it how to keep the attention of the audience, about stage-fright, how it arises in the body, what problems it causes in the body and how to fight it.

The second part of the first chapter describes the system of lifelong education of nurses. Its first section provides basic information about the legislation of this system as well as about the adult education history. The next sub-chapters focus on individual types of education, which are included in the lifelong education of nurses.

In order to research this area we proceeded from the assumed connection between the level of education and relationship to education and the quality of presentation skills. We selected a method of quantitative observation and a questionnaire. We chose a group of two hundred nurses, who we divided into four groups: nurses with completed higher education, those currently studying at higher education institutions, nurses with secondary or post-secondary vocational education and an active attitude towards their education and the last group comprising of those

with secondary or post-secondary vocational education but without an active attitude towards their education. We collected 50 questionnaires in each group. These questionnaires contained 25 questions; the first four were personal questions (such as age, length of service, type of the ward, education achieved). The next group of questions covered their relationship to education and presenting speeches (such as whether they choose events themselves, how many they attend per year, in which form, if they are studying and if they have presented a speech in front of an audience). In the third group of questions we have researched the acquiring of presentation skills (whether they have ever learnt how to present, if so, then where, if they have improved their presentation skills and in which aspect). The next group of questions focused on the assessment of presentation skills (if they rehearse their speech, where and what they practice, the most used medium, the art of using technical tools). The last question is to ascertain if the respondents would be interested in including seminars of this topic into the lifelong educational programme. The quantitative observation was carried out on 20 nurses, who gave speeches at educational events and their presentation skills were evaluated. This assessment targeted the correct choice of a medium, the selected medium, speech delivery (breathing, power of voice, padding etc.) and also the speaker's performance (needless movements, whether the speaker watches the response from the audience), the presentation preparation (if the information is in logical order). Notes were entered into an observation sheet and then the results of this observation were compiled into one table.

The objective of this thesis was to discover whether there was a connection between the level of presentation skills and the attitude of the nurses towards their education. The results of this research have shown that such a connection exists. The presentation skills as well as the active quest for presentation opportunities are the lowest in the category of nurses with secondary or post-secondary vocational education but without an active quest for educational events and they go up proportionally with the positive attitude and the level of education. Since we compared third year students and nurses with higher education, the differences between these were insignificant. Hypothesis No. I - nurses with higher education

having the best level of presentation skills - has been corroborated, although the difference between those who completed higher education and those who are currently studying at a higher education institution is small. Hypothesis No. II - nurses not studying at a higher education institution but actively attending educational events having better presentation skills than those not attending such events - has been confirmed. Hypothesis No. III - nurses with secondary or post-secondary vocational education and without an active attitude toward attending educational events not having presentation skills - has been corroborated. Hypothesis No. IV - the most common shortcoming of the presentations by nurses being reading the text from paper - has not been confirmed.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Prezentační dovednosti sester vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Souhlasím s použitím práce k vědeckým účelům.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou, ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

V Českých Budějovicích dne: 5. 5. 2009

Podpis studenta:

Poděkování:

Chtěla bych velmi poděkovat vedoucí práce PhDr. Andree Hudáčkové za vstřícnou a erudovanou pomoc, kterou mi poskytovala při tvorbě této práce. Také bych ráda poděkovala mému kolegovi Vítkovi Dudkovi za pomoc při sběru a zpracování dat.

Obsah:

Úvod	3
1. Současný stav	4
<i>1.1 Jak správně vytvářet a přednášet prezentaci</i>	4
<i>1.1.1 Název</i>	4
<i>1.1.2 Příprava</i>	4
<i>1.1.3 Sběr a selekce dat</i>	5
<i>1.1.4 Uspořádání dat</i>	6
<i>1.1.5 Příprava v den přednášky</i>	6
<i>1.1.6 Typy přednášek</i>	7
<i>1.1.7 Volba média</i>	8
<i>1.1.8 Technické pomůcky</i>	9
<i>1.1.9 Technika mluveného projevu I</i>	10
<i>1.1.10 Správné dýchání</i>	10
<i>1.1.11 Fonace – tvorba a užití hlasu</i>	11
<i>1.1.12 Spisovná výslovnost</i>	11
<i>1.1.13 Frázování a větný přízvuk</i>	12
<i>1.1.14 Intonace</i>	13
<i>1.1.15 Mluvní tempo</i>	13
<i>1.1.16 Objem řeči a kvalita řeči</i>	14

1.1.17	<i>Výslovnost cizích slov</i>	14
1.1.18	<i>Reakce publika</i>	15
1.1.19	<i>Tréma</i>	16
1.1.20	<i>Všeobecné zásady správného přednášení</i>	18
1.1.21	<i>Časté chyby řečníků při přednášení</i>	20
1.2	<i>Celoživotní vzdělávání sester v České republice</i>	22
1.2.1	<i>Krátkodobé vzdělávací akce</i>	24
1.2.2	<i>E – Learning</i>	25
1.2.3	<i>Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských oborů (NCO NZO)</i>	26
1.2.4	<i>Vysoké školy</i>	27
2.	<i>Cíle práce a hypotézy</i>	30
2.1	<i>Cíle práce</i>	30
2.2	<i>Hypotézy</i>	30
3.	<i>Metodika</i>	31
3.1	<i>Použité metody</i>	31
3.2	<i>Charakteristika výzkumných souborů</i>	31
4.	<i>Výsledky</i>	33
4.1	<i>Výsledky z dotazníků pro sestry</i>	33
4.2	<i>Výsledky pozorování prezentačních dovedností sester</i>	66
5.	<i>Diskuse</i>	68
6.	<i>Závěr</i>	73

7. Seznam použitých zdrojů.....	75
8. Klíčová slova.....	78
9. Přílohy.....	79

Úvod

V českém ošetrovatelství došlo od roku 1989 k nutné modernizaci tohoto oboru, a proto bylo nutné změnit i přístup ke vzdělávání sester. Se vstupem do Evropské unie se tato potřeba stala velice akutní. Současně se mění pojetí sester jako pomocnice lékaře a začíná se budovat jejich nová pozice samostatných, v týmu pracujících profesionálů. S tím samozřejmě souvisí i celoživotní vzdělávání, publikování či prezentace jejich poznatků. Tato situace je pro sestry nová a schází jim zkušenost, nemají možnost se učit od svých starších kolegyň. Většina sester nebyla k této činnosti vedena ani na středních školách. V současné době se tento stav mění. S celkovými změnami v českém školství došlo i ke změně při výuce na zdravotnických školách. Přístup ke studentům je více orientován na výchovu komplexní lidské osobnosti a tento trend je patrný i při vzdělávání nových sester. Studenti se připravují na obor sestry až v pozdějším věku, po dosažení maturity. Z tohoto faktu by se dalo předpokládat, že mají o vzdělávání zájem. Toto téma jsem si vybrala proto, že se zajímám o změny v postavení českých sester. Když budou umět sdělovat své názory, znalosti a poznatky veřejnosti i ostatním odborníkům,lepší se informovanost o skutečné náplni role sestry a lepší přehled o práci sestry a tím selepší i jejich postavení ve společnosti. Sestra nebude brána jako „někdo k ruce lékaře, kdo jen tupě plní pokyny lékaře“, ale jako individualita, která stojí na vlastních nohou, používá svůj mozek a dělá svoji profesi. Pokud má být ošetrovatelství skutečně bráno jako samostatná vědní disciplína a je třeba, aby měla opravdové kapacity v oboru, které budou tuto ideu šířit i mezi ostatní sestry, které o tom pochybují. Tento přerod bude ještě dlouho trvat, ale myslím, že jsme na dobré cestě.

1. Současný stav

1.1 Jak správně vytvářet a přednášet prezentaci

Prezentace – prezentovat dle slovníku cizích slov znamená předkládat, předložit, podávat, podat. Prezentační dovednosti jsou tedy schopnosti předat informace způsobem, který pochopí a zaujme posluchače (21).

Přednáška má mít pevnou strukturu, tzn. úvod, sdělení, závěr. Na začátek je tedy vhodné objasnit auditorium s obsahem. V hlavní části přednášky je třeba sdělit důvod zpracování tohoto tématu, postup, výsledek a co z tohoto vyplývá (3).

Hlavním cílem přednášky je obecnostu přesvědčit a informovat, tedy něčemu novému je naučit. Při předávání informací je důležitá motivace, potřeba posluchače se něco nového dozvědět, zvolení vhodného obsahu a tématu, které odpovídá potřebám obecnosti. Dále je důležité aktivně zapojit účastníky, využít co nejvíce učebních metod. Informace je nutno předat vhodným způsobem, aby jim účastníci rozuměli a zapamatovali si je. Celkový dojem z přednášky by měl být zajímavý a příjemný (3).

Proč se lidé účastní přednášek a nevěnují se studiu jen doma z knih nebo na internetu? Lidé se účastní prezentací, aby se setkali s lidmi. Spojí vzdělávání s určitým zážitkem, kontaktem a střetání názorů. Prezentace zprostředkovává spojení mezi mluvčím a posluchačem, a to je smysl prezentace (16).

1.1.1 Název

Název prezentace má vystihnout téma a na první posluchače zaujmout. Povětšinou je to vedle jména přednášejícího jediná informace, kterou má účastník přednášky k dispozici, a proto by měl nabudit zvědavost. Titul má být co nejatraktivnější, krátký, didaktický, vystihující téma a navíc vzbuzující zvědavost (3).

1.1.2 Příprava

Při přípravě přednášky je důležité zohlednit, komu přednášíme. Dále je důležité, zda přednášíme výsledky své vlastní práce nebo informujeme o novince v oboru. Podstatné také je, za jakým účelem se přednáška koná, kde se přednáška koná a jaké je k dispozici technické vybavení (3).

Dobrá příprava je naprosto nezbytným základem přednášky. Publikum pozná, kolik času věnoval řečník přípravě. S přípravou je nejlepší začít ihned, jakmile je zadané téma. Není třeba ji hned začít psát načisto, stačí si jen chystat koncept v hlavě. Tato činnost ušetří spoustu času i práce při písemném zpracování přednášky. Je také dobré své myšlenky, nápady a nové poznatky konzultovat se svými kolegy, abychom předešli omylům (3).

„Traduje se Voltairův citát: „Promiňte mi, že Vám píši tak dlouhý dopis, ale na krátký nemám čas., Pro nás to znamená: čím kratší má být naše vystoupení, tím důkladnější musí být jeho příprava. Vždy ovšem hraje svou nezastupitelnou a velkou roli rutina a význam dané akce (str. 23,8)“.

„Zde nám poslouží prosté základní **pravidlo pro přednášející**, kteří sice dobře ovládají předmět a látku svého oboru, ale připravují si kompletně novou prezentaci: **Na jednu minutu vlastní přednášky připadá až 30 minut na její přípravu** (str. 23, 8)“.
(viz. příloha č. 1)

1.1.3 Sběr a selekce dat

Je nutné brát ohled na celkovou délku přednášky, nikdy ale není možné zařadit do prezentace vše, co o daném tématu zjistíme. Rozhodnutí o tom jaká data zařadit a jaké ne, jsou pouze na autorovi. Tento výběr by se měl řídit tím, pro jaké publikum je přednáška určena a kolik času autor na přednášku má. Doporučuje se posluchače na začátku upozornit na to, že v přednášce nebudou všechny podrobnosti (3).

Významných úspor se v přípravné fázi může dosáhnout správným výběrem a zpracováním informací. Nejlepší metodou je „vypouštění“. Je třeba si uvědomit, kolik

informací si posluchač dokáže zapamatovat. To znamená, co je přebytečná informace (8).

Častou chybou při tvorbě prezentace je chybný předpoklad přednášejícího, že posluchač zná fakta a umí si je zařadit do souvislostí, což často není pravda. Proto je doporučováno zařazovat myšlenky a informace do širšího kontextu, protože pokud posluchač přesně rozumí tomu, co přednášející sděluje, lépe si tyto informace zapamatuje (3).

„Čím má být vaše prezentace kratší, tím kritičtější se stává fáze její přípravy (str. 24, 8)“.

1.1.4 Uspořádání dat

Obecně se přednáška dělí do fází Úvod: Délka této části závisí na celkovém čase přednášky a složitosti tématu. Je ideální sdělit v této části něco kontroverzního. Vyjadřování má být jednoduché. Hlavní část sdělení: Tato část se má věnovat autorovým výsledkům, respektive tomu podstatnému. Je nutno dbát na logickou posloupnost, jasné vyjadřování a správné dokazování autorových názorů. Pokud autor sděluje něco nového, je nutné důsledné vysvětlování. Závěr: Tato část je relevantní shrnutí. Text přednášky je dobré si archivovat (3).

„Prezentace je tedy do jisté míry „komplexním uměleckým dílem“; jako takové ovšem nebude publikem oceňováno po své umělecké stránce. Hlavním kritériem hodnocení zůstává stále **splnění cíle prezentace**. Ta není samoúčelná. Není ani uměleckým dílem v tom smyslu, že ani vy sami se nemusíte stát umělci, ale nanejvýš řemeslníky obdařenými fantazií (str. 18, 8)“.

1.1.5 Příprava v den přednášky

Před přednáškou je vhodné si vyzkoušet techniku, kterou bude používat. Přednášející by měl zjistit, zda přístroj bude ovládat technický personál nebo přednášející. Pokud přednášející mluví na mikrofon, je dobré si toto zařízení předem vyzkoušet. Když je mikrofon připevněn na oděvu přednášejícího, nebývá s jeho užitím

žádný problém. V případě, že je k dispozici zařízení, které se drží v ruce, je nutno dbát na některá pravidla, dodržovat stále stejnou vzdálenost od úst a také stejný směr.

V současné době se nejčastěji používá laserové ukazovátko – ukazovat vždy na to, o čem se hovoří, nechat paprsek chvíli v klidu, aby bylo jasné, na co se ukazuje (3).

„Když už si myslíte, že je vše v pořádku, vyzkoušejte si to ještě jednou. Můžete tak přijít např. na klasickou chybu, že jste při posledním nácvičku prezentace doma nechali v diaprojektoru poslední a zásadní diapozitiv (str. 37, 3)“.

1.1.6 Typy přednášek

Pětiminutová přednáška

Připravit pětiminutovou přednášku je obvykle obtížnější než přednášku čtyřicetiminutovou. V tak krátké době se nejčastěji prezentují kazuistiky. Pokud je součástí prezentace i obrázková dokumentace, je třeba zvolit takovou, která nezabere žádný čas – tzn. kreslení na tabuli, ale předem připravené folie nebo PowerPoint. I když se jedná pouze o krátkou přednášku, není možné podcenit přípravu i nácvik.

Desetiminutová až patnáctiminutová přednáška

Tento typ je nejčastější. Do přednášky je třeba zařadit jen ty informace, které dokážou posluchači vstřebat. Úvod by měl být stručný. Má shrnovat to, čemu se autor věnuje ve své práci, co bude prezentovat a objasnit použité metody. V desetiminutové přednášce by mělo být osm až deset diapozitivů. Doporučuje se nácvik včetně techniky před publikem.

Čtyřicetiminutová přednáška

O tento typ jsou žádáni většinou již zkušenější a známí kliničtí či vědečtí pracovníci. I u těchto přednášejících je však nutná pokora před publikem. Přednášející si nikdy nesmí začít myslet, že může přednášet kdekoliv a kdykoliv.

Výuková (pregraduální či postgraduální) přednáška

Aby byla přednáška kvalitní, je nutno ukázat posluchačům, že je autor tématem zaujat a dokonale je ovládá. Obsah musí mít logické členění, které usnadňuje pochopení sděleného. Je důležité správně odhadnout téma, které je možno za tuto dobu sdělit. U tohoto typu přednášky je vhodné použít tabuli nebo flipchart, neboť tato dvě média umožňují rozvíjet autorovy myšlenky. Tempo přednášky musí být takové, aby posluchači pochopili problematiku a případně si mohli dělat poznámky (3).

1.1.7 Volba média

Médium je pomocný prostředek, který slouží ke sdělení myšlenek (8).

Projekce při denním světle

U tohoto způsobu je výhodné, že fólie jsou levné, rychlé a práce s nimi je jednoduchá. Naopak nevýhodou je, že na některé posluchače nemusejí působit zcela profesionálně. Také je velmi obtížná manipulace s nimi – řečník nesmí stát ve světelném paprsku podobně (8).

Flipchart

Toto médium je jednoduché, levné, nenáročné na světelné podmínky. Velmi zřídka se objevují technické poruchy. Působí reálným dojmem. Výsledek použití flipchartu je závislé na rukopisu a grafickém talentu přednášejícího. Jeho archivace je obtížná. Obtížné je také listování. Dnes se již používá pouze jako doplňující pomocný nástroj (8).

Diaprojekce

Výhodou je, že pomáhá udržet napjatou pozornost posluchačů, věrné barvy a realistický dojem. Nevýhodná je naprostá ztráta flexibility a nutná naprostá kontrola nad světlem v místnosti (8).

Napichovací tabule (pinboard)

Obecně se toto médium příliš nepoužívá. Je ideální pro shromažďování dotazů před nebo během přednášky k závěrečné diskusi. Čitelnost končí ve vzdálenosti 5 metrů, což je méně výhodné (8).

Datová projekce

Zde se jedná o barevnou projekci, většinou z notebooku. Nejčastěji se používají následující programy: Word, Excel, PowerPoint. Je oblíbená pro velmi snadné vytváření prezentace, velkou flexibilitu, pohodlné listování a úspornou archivaci. Je dobré ji používat jen při vhodném technickém zázemí, protože je naprosto závislá na technice. Pokud je prezentace vytvořena bez jakýchkoliv znalostí o její tvorbě, může působit velmi amatérsky (8).

Při používání Power Pointu nebo diapozitivů se dá uplatnit pár shodných základních rad. Textové informace na snímku mají být pouze heslovité. Pro optimální čitelnost textu se doporučuje 5 – 7 řádků a v každém řádku 6 – 7 slov. Dobře vytvořený snímek má být jasný, stručný, jednoduchý, ucelený a čitelný. Je třeba, aby autor během přípravy odstranil všechny překlepy. Pokud je součástí obrázku převzatý text, tabulka apod., je třeba vždy uvést zdroj. Platí, že ideální je kombinovat text s obrázky či grafy. Při desetiminutové přednášce je ideální použít 12 – 14 snímků (17).

Je nutno pamatovat na to, že střídáním různých druhů médií lépe udrží pozornost posluchačů. Také je vhodné kombinovat statické druhy s „pohyblivými“. Z druhé strany je třeba dát si pozor na opačný extrém, nedoplnit přednášku tolika efekty, až zanikne myšlenka přednášky (3).

1.1.8 Technické pomůcky

Laserové ukazovátko je v současné době nejvhodnější, nejelegantnější a také pro publikum nejpřehlednější způsob ukazování v textu. Je třeba, aby měl přednášející na paměti, že s ním nesmí ukazovat do publika, ale vždy jen na určité místo v textu.

V žádném případě není přípustné, aby s rozsvíceným ukazovátkem přednášející bloudil po publiku (17).

Další pomůckou, která se může používat při přednášení, je mikrofon. Mikrofonů je více druhů (bezdrátový, s kabelem, připevněný na oblečení). Dle typu mikrofonu je třeba se zaměřit na práci s ním. Při použití mikrofonu je třeba dodržet stejnou vzdálenost od úst, což je při pohybu přednášejícího náročné. Z tohoto důvodu se doporučuje nácvik použití mikrofonu před počátkem přednášky (17).

1.1.9 Technika mluveného projevu

„Komunikace je proces vzájemného předávání informací v sociálním kontaktu pomocí různých prostředků, zahrnující i sdílení, tj. prožívání a hodnocení této situace (str. 297, 18)“.

Verbální komunikace je vyjadřování myšlenek pomocí slov, prostřednictvím jazyka. Může být přímá, nepřímá, mluvená, psaná, živá nebo reprodukováná. Komunikace je základní potřeba člověka. Při každé komunikaci je význam slov vždy doplněn neverbálními složkami. Aby posluchač porozuměl mluvčímu, musí mít řečník něco konkrétního na mysli. Porozumění je základem pro pochopení významu a je to oboustranný proces (18).

Ten, kdo něco sděluje, musí dbát na to, aby sdělované bylo srozumitelné a pro příjemce pochopitelné stejným způsobem. Pochopení obsahu a významu sdělení ovlivňuje forma sdělení, téma sdělení a také osobnost přednášejícího (27).

1.1.10 Správné dýchání

Dechovou soustavou vytváří řečník výdechový proud, který umožní vznik řeči. Naučit se správně práci s hlasem a pochopit dechový proces jsou předpokladem pro dobrou výslovnost a vhodné členění mluvy. Existují dva druhy dýchání: žeberní neboli hrudní (při nádechu se rozšíří hrudní koš) a bránicové neboli břišní (při vdechu se uvolní ramena, vyklenou se břišní svaly). Lidé většinou dýchají smíšeným způsobem. Při projevu se však doporučuje zvolit bránicové dýchání. Je ale třeba se tomuto způsobu

naučit, protože řečníkovi umožňuje dobrou ovladatelnost břišních svalů, břišním svalům lépe udržet pevný a plynulý výdechový proud a uvolnění horních partií těla, a tak vzniká uspokojivý mluvní výkon i při a po fyzické námaze (3).

„Pro správné tvoření hlasu a řeči je potřebné, aby dýchání bylo vědomě řízené a nebylo pouze automatickým fyziologickým dýcháním. Důležitý je především poměr **vdechu a výdechu**. Jsme-li v klidu, například ve spánku, je poměr vdechu k výdechu asi 2:3, mluvíme-li, délka výdechu se prodlouží až 7x i vícekrát. Protože čeština jako většina jazyků, využívá k tvoření řeči výdechového proudu, je potřebné se s výdechovým proudem naučit dobře hospodařit. Zásobu vzduchu při mluvení doplňujeme tzv. **přídechy**. Práce s dechem spočívá ve správném načasování přídechu, nečekáme, až nám dojde tzv. **rezervní dech**. Přídech zařazujeme do řečové logické pauzy, protože poslouchající vnímá každou pauzu, i vdechovou, jakou pauzu významnou. **Vědomé řízení dýchání je důležitější než vitální kapacita plic!** (str. 26, 3)“ (viz příloha č. 2)

1.1.11 Fonace – tvorba a užití hlasu

Pro větší část populace je příjemnější barevnější a nižší hlas. Přednášející si toto musí uvědomit. I toto se dá nacvičit. Vědomě lze ovlivnit také síla hlasu. Síla hlasu závisí na velikosti místnosti, kde řečník hovoří. Řečník nesmí přepínat hlasivky a síla hlasu musí být během celého projevu. Je nutné dbát na přesnou a pečlivou artikulaci, která z části kompenzuje nedostatečnou hlasovou sílu (3).

1.1.12 Spisovná výslovnost

Zásady a pravidla o spisovné výslovnosti se označují jako **ortoepie**.

„Užívání spisovného jazyka je vizitkou jazykové kultury řečníka, jeho úcty k posluchačům (str. 50, 3)“.

Při správné české výslovnosti je nutné odlišovat dlouhé a krátké samohlásky. Délka samohlásek má vliv i na význam slova. Sejdou-li se ve slově dvě za sebou stejné

souhlásky, čte se jako jedna; pouze u slov, kdyby mohlo dojít touto výslovností ke změně významu, se zachovává výslovnost obou (3).

„Na tzv. švu složených slov, v příponách rozkazovacího způsobu s koncovkou me, ve spojeních s částicí li, na švu předpon před-, od-, nad- a slovního základu, který začíná souhláskami **T,D** a na švu předpon roz- a bez- a slov začínajících sykavkami **S,Z** (str. 52,3)“.

„Při výslovnosti souhlásek artikulačně příbuzných T-D; S-Š; D-Z, Ž; T-C,Č; a při výslovnosti souhlásek TŤ, DĎ, ŤT dbáme na výslovnost slov podle tabulky 2 (str. 53,3)“.

Při výslovnosti slovesa „býti“ ve tvarech přítomného času se souhláska J na začátku slova nevyslovuje, pouze ve slovesném tvaru se J vyslovuje (nejsem, nejsou), při vyslovování dvou-, až tříčlenných souhláskových spojení se zachovává plná výslovnost (3). (viz. příloha č. 3)

1.1.13 Frázování a větný přízvuk

„Frázování je členění věty na kratší nebo delší tzv. větné úseky. Pauzy děláme tam, kde se potřebujeme nadechnout, ale při frázování se snažíme o to, aby části vět, které k sobě významově patří, nebyly od sebe oddělovány (např. pauzou, větným přízvukem, změnou melodie řeči). Dělení vět na kratší a delší úseky závisí také na našem mluvním tempu. Čím rychleji mluvíme, tím delší úseky věty pronášíme a naopak. Frázování je závislé na druhu projevu, na našich osobních zvyklostech a také na tom, jaký cíl svým projevem sledujeme. Správné frázování zpřehledňuje veřejnou promluvu a umožňuje porozumění obsahu řeči. Nevhodné členění řeči může ovlivnit smysl věty i celý kontext našeho sdělení. Posluchač, který text nezná, vnímá každou zaslechnutou pauzu jako významnou. Proto každá nádechová pauza se musí krýt s pauzou významnou (str. 60, 3)“.

Pokud řečník dokáže zaujmout své posluchače, není to proto, že hovoří zcela plynule, ale právě proto, že umí pracovat s pomlčkou, měnit zabarvení hlasu a rychlost řeči (18).

Správný přízvuk řečníkovi umožní významové, rytmické a melodické členění věty. Tento přízvuk je spojený s významovým jádrem věty. Doporučuje se větný přízvuk si vždy v textu označit předem, zvláště pokud není řečník autorem prezentace (3).

1.1.14 Intonace

Intonace je střídání výšky a síly hlasu v průběhu řeči. V běžné řeči používáme hlas v šesti tónech. Vlnění hlasové výšky se označuje jako melodie řeči, větné melodii, melodickém přízvuku. Dle intonace posluchači poznají, zda se jedná o větu tázací, rozkazovací nebo jestli bude věta pokračovat. Intonací řečník vyjadřuje citový postoj k myšlence. V češtině má vyslovená věta bez citového zabarvení klesavou intonaci. Intonační vyznění se označuje jako kadence. Vhodně zvolená intonace pomáhá pochopení textu. Odděluje věty s citovým zabarvením a bez citového zabarvení. Nedostatečná intonace vede k monotónnosti, oslabuje pozornost posluchače. Zájem publika ovlivňuje i barva hlasu. Podle barvy se také odlišujeme od ostatních lidí. Barva hlasu je součástí kultivovaného hlasového projevu, pokud je bohatá, znělá a příjemná a upoutá posluchače. Důležitá je také síla hlasu, podle ní se rozlišuje závažnost myšlenky. Řečník musí brát v úvahu velikost sálu, počet posluchačů, případně techniku. A v neposlední řadě svůj hlasový rozsah (3).

Proměnlivost hlasového zabarvení bývá často projevem emocí řečníka. Ani proměnlivost hlasu se však nesmí přehánět, mluvčí pak může vypadat jako karikatura (3).

1.1.15 Mluvní tempo

Mluvní temp označuje rozložení mluvené řeči v čase. Závisí na temperamentu řečníka, na vztahu, který má k tématu, na obsahu promluvy. Závažné a důležité

myšlenky pronáší řečník pomaleji než věci, které považuje za známé. Také pokud se cituje text, volíme pomalejší tempo. Rychlé mluvní tempo a delší větný celek znesnadňuje pochopení myšlenky (3).

Velmi rychlá řeč se velmi obtížně vnímá. Platí to zvláště pro posluchače, kteří mají své tempo pomalejší. Tento typ řeči vede k větší únavě jak přednášejícího tak posluchačů. Důležitá je také rychlost, s kterou reaguje řečník na otázky (18).

Optimální rychlost přednesu je asi 100 slov za minutu. Toto tempo proložené mikropřestávkami nejlépe umožňuje posluchačům zpracovat přednesené informace. Také umožňuje proložit řeč nějakým grafickým doprovodem, obrázkem apod. (17).

Pokud řečník dokáže zaujmout své posluchače, není to proto, že hovoří zcela plynule, ale právě proto, že umí pracovat s pomlkou, dovede využít akcent, měnit zabarvení hlasu a rychlost řeči (18).

1.1.16 Objem a kvalita řeči

Objem řeči je množství slov, které řečník vyprodukuje za určité období. Je odlišná u každého člověka (18).

„Jde o to, v jaké míře je sdělení věcné a srozumitelné, anebo rozvláčné, neurčité, nepřesné, jaká je míra redundance ve sdělení. Zda je sdělení přiléhavé k tomu, o čem vypovídá, anebo odtažitě (str. 122,18)“.

Jeden z vyjadřovacích zlovyků se označuje jako „slovní vata“. Mnoho lidí používá stereotypní výplň mezi slovy. Tato „vata“ se používá v případě, že řečník hledá slova nebo při trémě. Bývají to různá citoslovce nebo adjektiva (18).

1.1.17 Výslovnost cizích slov

U některých cizích slov zůstává češtině stejný pravopis i výslovnost jako v původním slově např. interview, outsider, slovo částečně přizpůsobí české výslovnosti např. terapie nebo přejaté slovo má výslovnost zcela shodnou, např. sezóna, pasažér. Pokud má cizí slovo přízvuk na jiné slabice, přesouvá se výhradně na první slabiku.

Hlásky, které čeština nemá, nahrazujeme českými hláskami s podobnou výslovností např. W – V, hlásky P, T, K, které se vyslovují v angličtině s přídechem, vyslovujeme bez přídechu. Také melodie cizích slov se přizpůsobuje klesavé, české melodii (3).

„Souhlásku S vyslovujeme ve všech pádech slov: dres – dresu, albatros – albatrosu, chaos – chaosu, servis – servisu, patos – patosu apod. Souhlásku S vyslovujeme u slov (většinou francouzského nebo latinského původu): agrese, secese, pesimismus, kompresor, adresa, recese, demise, profesor apod. V souladu s dvojitou možností psaní **S** a **Z**, je možná i dvojitá výslovnost slov se [s] a [z] u slov: diskuse i diskuse [dy], disertace a dizertace [dy], renesance a renezance, resort i rezort. I když převažuje v mluvených projevech výslovnost s hláskou **Z**, užití neznělé hlásky **S** se považuje za kultivovanější a stylově vyšší. Za normativní a kultivovanou se považuje výslovnost slov se zachováním souhlásky [k] ve slovech: demokracie, demokratický, balkon, motocykl, krém, dekret, cirkus, frekvence. Nekultivovaná je výslovnost: [demogracije], [demogratický], [balgon], [motocigl], [grém], [degret], [cirgus], [fregvence]. Mezi slova, u nichž se ve spisovném jazyce vyslovuje [k], patří cikáni (z řec. tsiganos), korálka (z pol. gorzatka), kvaš (z fr. gouache). Před samohláskou vyslovujeme jako [egz-]. Například slova: existence, exotický, exulant vyslovujeme [egzistence], [egzotický], [egzulant]. Ve slovech, kde je **ex-** předponou vyslovujeme [eks]: exministr [eksminystr], exadmirál [eksadmirál] aj. Ve slovech excés [ekscés], extrém [ekstrém], exponát [eksponát], exhalace [egshalace] aj. řídíme pravidly české znělostní podoby. Slova manžeta, planžeta, dranzírovat, revanšovat, blanšírovat, manšestr vyslovujeme tak, jak se píše. Výslovnost [manžeta], [manšestr] je nekultivovaná! I slovo koncert vyslovujeme shodně s psanou podobou slova – nikoliv [konzert]! Použijeme – li v mluveném projevu cizí slovo, ověříme si jeho přesný význam a jeho správnou výslovnost (str. 57 – 58, 3)!“

1.1.18 Reakce publika

Během přednášky je důležité ověřovat, jak sdělené působí na posluchače. To můžeme průběžně zjišťovat, např. kladením otázek posluchačům. Tato metoda nelze použít u každého typu obecnstva. Proto se doporučuje sledovat nonverbální reakce

posluchačů. Když přednášející zjistí nezáměr, doporučuje se přidat vtíp nebo položit otázku. V kritické situaci je nejlepší přednášku co nejrychleji ukončit (6).

1.1.19 Tréma

Tréma je naprosto přirozený jev, který se objevuje ve vypjatých chvílích. Vyplavuje se adrenalin a usnadňuje lidem zvládnout obtížné situace. Přehnané trémě lze předcházet několika kroky. Mezi tyto patří perfektní příprava, kontrola podkladů – očíslování stránek, projít všechny pomůcky. Také se doporučuje ověřit si místo a čas prezentace. Je nezbytné, aby přednášející dorazil na místo s předstihem a vše si zkontroloval osobně. Dalším důležitým krokem je opakování. Všechny zkušenosti, které řečník získá, se velmi rychle odrazí na kvalitě jeho přednášení a sebedůvěře. Také je vhodné, aby řečník zaujal správný postoj. Tento je popisován následovně: řečník stojí na obou nohách, trochu zešíroka, najde střed, aby pevně stál a lépe se mu dýchalo. Pravidelné a hlubší dýchání je dobrá prevence trémy. Také se doporučuje, aby měl řečník u ruky skleničku vody. Další a pro mnohé nejdůležitější rada: pokud řečník uprostřed prezentace neví jak dál, měl by v přednášce kdekoliv pokračovat. Je pravděpodobné, že se velmi rychle zorientuje a plynule naváže. Toto je doporučováno jako metoda, které si posluchači povětšinou nevšimnou a řečník se vyhne pocitům strachu (1).

„Důležité je porozumět příčinám trémy a pozorovat její příznaky, abychom je mohli lépe zvládat. Stresory (podněty) vstupují do organismu kanály smyslového vnímání. **První linií obrany organismu je selektivní funkce vědomí.** Omezíme-li funkci vědomí při mluveném projevu na významné podněty, můžeme odfiltrovat mnoho podnětů nepodstatných, které by jinak přetěžovaly organismus. Zvláště užitečné je, pokud si můžeme předem prohlédnout místnost, kde budeme přednášet. Soustředíme se na velikost prostoru, akustiku, rozesazení posluchačů, didaktické a vizuální pomůcky, místo, ze kterého budeme promlouvat. Při příchodu do místnosti ve chvíli proslovu tak nemusíme věnovat energii na nové podněty, ale soustředíme se zcela na náš mluvní projev. **Druhou linií obrany jsou rozhodovací okruhy, vědomé myslí.** Přijme-li naše

vědomí novou zátěž jako realitu, odpovědí na ni bude adekvátní změna chování, spočívající v přizpůsobení se nové skutečnosti (str. 147-148, 3)“.

Pokud k výše uvedenému nedojde, aktivují se regulační soustavy – nervová a humorální. Tyto systémy připraví člověka na boj či útěk.

„Spustí se tzv. archetypální biologická reakce: obohacení krve o glykogen z jater, který dodává rychlou energii, zvýšený tep a dech zlepší kyslíkové zásobení, rozšíří se zornice a smysly se zaostří, krevní zásobení trávicího traktu se utlumí na úkor zlepšení prokrvení periferních svalů a mozku (str. 148, 3)“.

Těmito reakcemi se organismus zbytečně vyčerpává. Proto je důležité čelit trémě racionální úvahou. (3)

Je třeba si uvědomit příčiny napětí a strachu při trémě. Zaměřit se na kontrolu spouštěčů trémy. Tréma se dá zvládnout různými způsoby. Dobrou přípravou si řečník zajistí pocit důvěry v sebe sama. Změnit způsob, jak se u řečníka spouští strach a tréma, ale také jak na stres zareaguje. Řečník se musí naučit lépe pracovat se svým tělem, lépe dýchat, uvolňovat se a dobře pracovat se svým hlasem. Také se naučit kontrolovat své myšlenky, negativní myšlenky přeměnit na konstruktivní. (3) (viz. příloha č. 4)

Dalším krokem k odbourání trémy je nutná kontrola emocí, řečník přerámuje své negativní myšlenky na pozitivní, a tím změní i prožívání situace. Dále je třeba, aby přednášející zvládl kontrolovat své chování – nácvik řečového vystoupení. Mezi ně patří nonverbální projevy, melodie a tón hlasu, mluvní tempo, síla hlasu a srozumitelnost promluvy. (3)

„Třetí linií obrany jsou preventivní tělesné a duševní aktivity. Moderní člověk se většinou setkává s jinými stresory než jeho prapředek. Je-li třeba stresovým podnětem veřejné vystoupení, zpravidla se na ně nedá reagovat naprogramovaným bojem či útekem. V nitru dochází ke konfliktu mezi biologickým programem a civilizační nezbytností. Částečně jej můžeme v naznačené preventivní třetí linii obrany eliminovat tělesnými a duševními aktivitami, které boj stimulují, například cvičením,

kteřé bude směřovat k psychosomatické relaxaci. Každé takové „tělesné vybouření“ by však mělo směřovat k celkové relaxaci. Po závažných stresových prožitcích je vhodné „čistit organismus“ tělesným cvičením. Spotřebují se tak metabolity, které by jinak zatěžovaly tělo. Proto je tak významné relaxační cvičením uvolnit procesy měštnání, přetlaku, v těle (3).“

V informačním systému těla má svalovina zvláštní funkci. Je „operační paměť“ psychických funkcí. Stresor a později i stres se projeví na obličejovém, periferním, ale i útrobovém svalstvu. Při opakovaném stresu přetrvává ve svalech napětí. Narůstají svalové tenze, které se později projevují grimasami obličej, třesem rukou, kocktavostí, třesem a zabarvením hlasu, tiky a záškuby ramen (3).

„Tyto úkazy studoval americký psychiatr Wilhelm Reich (1977) z pohledu ekonomiky neuróz a vitálních energií vůbec. W. Reich byl žákem a později i spolupracovníkem Sigmunda Freuda. Stručně řečeno, tělo nehromadí stresové tenze náhodně (str. 150, 3)“. (viz. příloha č. 6)

„Tenze svaloviny se organizují do pruhů. Reich je nazýval „pancéřováním, a prokázal v těle člověka sedm takových pruhů neboli zón (nazval je podle orgánů). Tyto pruhy stresových tenzí vedou k somatickým i psychickým odchylkám (str. 150, 3)“.

Každý člověk má nejméně jednu zónu dominantní, tedy „svoji“. Paměťová zóna dominantní zóny je zvýrazněna, paměť ostatních zón postupně odezní. Proto je třeba se dostatečně věnovat očištění hlavní zóny. Ideální je kombinovat relaxační, dechové a pohybové aktivity. V neposlední řadě je také třeba, naučit se pozitivnímu myšlení.(3)

1.1.20 Všeobecné zásady správného přednášení

Řečník by si měl zvolit vhodné oblečení. Také je třeba připravit se na skutečnost, že řečník bude středem zájmu. Pokud je třeba manipulovat s intenzitou světla, je třeba pamatovat na zásadu, že přednáška by vždy měla začínat i končit při úplném osvětlení. Mluvčí by měl být obrácen čelem k posluchačům, stát klidně, aby nebyla rušena pozornost posluchačů, neměl by mluvit rychleji, než obvykle. Není

vhodné být za každou cenu vtipný. To, co je v textu nějakým způsobem zvýrazněno, je nutné při mluveném projevu nahradit jiným tónem hlasu, gestem či odmlkou. Je třeba zvolit vhodnou techniku a vystoupení je třeba cvičit až k pocitu naprosté jistoty (6).

Pro správný přednes jsou také důležité složky neverbální komunikace. Tímto způsobem si posluchači vytváří dojem o přednášejícím. Mezi nonverbální komunikaci patří vizika – kontakt očí, délka očního kontaktu, mimika – pohyby tváře – úst, očí, nosu, kinetika – celkový pohyb těla, gestika – pohyby rukou, haptika - dotyky, podávání rukou, chronemika – vyjadřování a užívání času vůči ostatním lidem, proxemika – vzdálenost od komunikačního partnera, posturologie – polohy těla, nohou a rukou, teritorialita – velikost prostoru, který si člověk kolem sebe vytváří, paralingvistika – síla, intenzita a zbarvení hlasu, rychlost a plynulost řeči (23).

K obecenstvu je nejlépe stát čelem. Je důležité, aby se řečník vždy pohyboval účelně a vyvaroval se zbytečných pohybů, např. pohupování se apod. Správná vzdálenost od posluchačů je také důležitá. Oční kontakt je naprosto nezbytný, díky němu zjistí, jak obecenstvo reaguje. Pohled je třeba dělit mezi všechny posluchače. Pokud je obecenstvo početné, doporučuje se, pohybovat pohledem ve tvaru písmene W – začít vpředu a pokračovat do zadních řad (4).

Základem úspěšné přednášky je přehledná osnova a srozumitelný obsah (17).

V přednášce sledujeme srozumitelnost a logičnost výkladu – postupujeme od jednoduchého ke složitějšímu, od základních jevů k podružnějším, od celku k částem. Neustále máme na paměti hlavní tematickou linii. Nepoužíváme příliš složité stavby vět, vystříháme se častých vsuvek, odboček, doplňků (3).

Přednášející by měl mít na paměti, že schopnost publika přijímat informace je omezená a klesá s časem. Dospělí udrží pozornost 45 minut (když se snaží), přitom si zapamatují jen třetinu řečeného, maximálně 6–8 ucelených pojmů. Maximální soustředěnost trvá 6–12 minut, v této době je posluchač schopen zapamatovat si 1–2 ucelené pojmy. Autorům se proto doporučuje řadit informace od nejdůležitějších po

méně důležité. Zvýší tím zajímavost celé přednášky a zajistí si pozornost diváků, kteří si mohou obsah také lépe zafixovat (17).

Pozornost posluchačů udržujeme příklady, které znají z vlastní zkušenosti. Po ukončení přednášky dáme prostor posluchačům pro kladení otázek. Připravíme si argumenty pro zdůvodnění přednášených myšlenek, názorů, tvrzení apod. (3).

„Závěrečná promluva může být citově zbarvena, obracíme se v ní k posluchačům, ujišťujeme se, zda pochopili hlavní myšlenky, vyslovujeme důvěru v jejich zaujetí pro danou věc (str. 75, 3)“.

1.1.21 Časté chyby řečníků při prezentacích

Již při vytváření prezentací je třeba věnovat pozornost předcházení chyb. Pokud řečník použije některé z médií, je třeba, aby se při přípravě podkladů vyvaroval malého písma, špatného kontrastu mezi písmem a podkladem, ozdobného písma. Také není vhodné, aby celý text byl psán kurzívou. Text by měl být vždy vhodně rozdělen, aby byl dobře přehledný. Pro obecnost není přínosem použití velkého množství obrázků během krátké chvíle. Řečník ztratí zcela jejich pozornost nebo minimálně odvede pozornost od hlavního tématu. Dobrý přednášející nepřekračuje přidělený časový limit (17).

Posluchači při prezentaci citlivě reagují na „maličkosti“, které ruší jejich pozornost a brání úspěšné prezentaci. Chybějící oční kontakt a nedostatečné oslovování posluchačů vede k narušení jejich pozornosti. Je velmi doporučováno naučit se při přednášce používat jména posluchačů. Tento předpoklad vychází z myšlenky, že posluchače zaujme, že hovoříme o něm. Také v situacích, které jsou pro přednášejícího velmi nepříjemné jako např. nesouhlasné reakce od publika, je dobré oslovit některého z posluchačů. Dalším rizikem je čtení poznámek z papíru. Tento způsob nelze zcela odsoudit, ale častěji se doporučuje projev vlastní a ne čtení textu. Potřebuje-li řečník poznámky, je doporučováno užít kartičky z tvrdého papíru velikosti A6. Na tyto kartičky si řečník píše jen hesla tiskacím písmem. Pro většinu lidí je velmi obtížné vystoupit na veřejnosti s projevem, proto používají „berličky“, opírají se o pultík, hrají

si s ukazovátkem nebo tužkou. Je lepší se těchto pomůcek vyvarovat, protože také odvádějí pozornost posluchačů. Další chybou je nedbalý oděv a neuspořádaný celkový dojem. Je vždy lepší být oblečen o stupeň formálněji než posluchači. Řečníkovi to dodává sebedůvěru. Podceňovanou částí prezentace je úvod a závěr. V úvodu si posluchač utváří první dojem a hodnotí vzhled přednášejícího. Také závěr je důležitý, protože ovlivňuje to, co si posluchač z přednášky odnese a zapamatuje. Proto ve správném závěru řečník v klidu domluví, provede shrnutí obsahu, podívá se na posluchače, poděkuje za pozornost, rozloučí se a odchází (4).

Důvodů, proč sestry v dnešní době potřebují prezentační dovednosti je mnoho. Je to například při uplatnění v celoživotním vzdělávání, kterému se věnuje další část této práce. Také musí být schopné prezentovat své názory a zkušenosti. Prezentační dovednosti se dají využít, i když v komornějším měřítku, při předávání zkušeností kolegyním. S posilováním pozice samostatného oboru ošetrovatelství je potřeba více sester, které jsou schopné veřejně přednést a obhájit své názory, poznatky, znalosti a dovednosti. Dalším problémem zůstává, kde se můžou sestry naučit veřejně vystupovat. Jistě existují různé zdroje, z kterých se dají čerpat tyto informace. Jedná se např. o internetové kurzy prezentačních dovedností. Zájemkyně o informace mají také k dispozici velké množství literatury, která se zabývá tímto tématem. Nastupující generace má také možnost získat tyto dovednosti na středních školách, kde na to již zaměřena výuka. Je ale známo, že mnohem efektivnější a vhodnější, než samostudium, jsou kurzy s nácvikem praktických dovedností. V systému celoživotního vzdělávání je však těchto kurzů velmi omezené množství.

1.2 Celoživotní vzdělávání sester v České republice

Protože hypotézy této práce vycházejí z předpokladu, že prezentační dovednosti sester se úměrně zvyšují s mírou jejich vzdělání, je třeba uvést základní informace o celoživotním vzdělávání sester v České republice.

„Učení je jednou z podmínek trvalejší modifikace psychických, event. somatických funkcí, která vzniká na základě zkušenosti. Učení může vést k trvalejší změně v prožívání, uvažování i chování (str. 74, 27)“.

Teprve až ve 30. letech 20. století začali psychologové uvažovat o tom, že dospělí by měli být vzděláváni jinak než děti. Na vzdělávání dospělých se hledí jako na proces řízeného učení, systematicky usměrňovaným učením. Uplatňuje se zde psychologie osobnosti, poznávací procesy, motivace a další psychické funkce. Učení dospělých by mělo být chápáno jako přeměna zkušeností na vědomosti, dovednosti a postoje. Učení je aktivní proces. U dospělých se doporučuje vzdělání ve skupině. Aby nová látka byla lépe zvládnuta, měla by navazovat na to, co již student zná. V každém procesu učení nastává období stagnace, potom je třeba změnit téma nebo způsob výuky. Pokud je dospělí informován o svém postupu, proces učení probíhá lépe. Nové znalosti je dobré ihned převést do praxe (7).

S věkem se mění způsob myšlení, a na to je nutné brát ohled při vzdělávání dospělých. Dospělí lidé jsou více zaměřeni na řešení praktických problémů. Zralé myšlení netrvá pouze na formální a racionální logice, je schopno připustit intuitivní závěry, nedokonalost, kompromis a subjektivitu názorů. Podle nejnovějších výzkumů kognitivní funkce klesají až po 65. roce života. Dospělí nereagují pouze na úkolové situace, ale hledají nové podněty a ještě nepoložené otázky (13).

Vzdělávání v souvislosti s výkonem povolání a způsobilosti k činnosti je definován v zákoně č. 96/2004 Sb., vyhlášky č. 423/2004 (12).

Pokud není organizátor vzdělávací akce (zdravotnické zařízení nebo jiný subjekt) akreditován, musí požádat o souhlasné stanovisko odborné společnosti, např.

ČAS nebo jinou odbornou společnost o souhlasné stanovisko. Výběr odborné společnosti provede organizátor akce. Je předpoklad, že požádá tu organizaci, která sdružuje kategorie účastníků (10).

„Celoživotním vzděláváním se rozumí podle zákona č. 96/2004 Sb. průběžné obnovování, zvyšování, prohlubování a doplňování vědomostí, dovedností a způsobilosti zdravotnických pracovníků a jiných odborných pracovníků ve zdravotnictví v příslušném oboru v souladu s rozvojem oboru a nejnovějšími vědeckými poznatky. Celoživotní vzdělávání je povinné pro zdravotnické pracovníky a jiné odborné pracovníky (str. 7-8, 26)“.

Formy celoživotního vzdělávání jsou: specializační vzdělávání navazuje na získanou odbornou způsobilost, certifikované kurzy, inovační kurzy, odborné stáže, školící akce, odborné konference, kongresy, sympozia, také publikační, pedagogická a vědecko-výzkumná činnost, samostatné studium, ale také vysokoškolské studium (26).

Vyhláška č. 423/2004 stanoví pravidla celoživotního vzdělávání a kreditní systém pro ohodnocení. Každá sestra musí získat během 6 let 40 kreditních bodů, tzn. 7 bodů ročně. Tyto vzdělávací akce může pořádat nemocnice, školy a profesní sdružení. Každá akce by měla být zaměřena na jedno maximálně na dvě související témata. Přednášky by měly v sestrách vzbuzovat aktivní zájem a snahu zkusit přednášet (5).

Motivací pro vzdělávání je mnoho, patří mezi ně vyšší společenské uznání, lepší finanční ohodnocení, možnost práce na jednu směnu, odpovědnost, kontrola nad činnostmi, které provádí, a také postup v kariéře (22).

Získání daného množství kreditů je podmínkou pro vystavení osvědčení k výkonu zdravotnického povolání bez odborného dohledu nebo po přihlášení k atestační zkoušce (26).

Tato zkouška probíhá před komisí, kterou zřizuje ministr zdravotnictví jako svůj poradní orgán. A to pouze v případě, že uchazeč nesplňuje podmínky uvedené v § 67, odst. 2, písm. b), bod 2 zákona č. 96/2004 Sb. Skládá se z teoretické a praktické části.

Pokud prokáže dostatečnou praxi v oboru, má zkouška pouze teoretickou část, naopak pokud má dostatečné množství bodů skládá pouze praktickou část. Teoretická část je složena ze dvou otázek, které jsou losovány a zaznamenány do protokolu. Pokud má žadatel zájem o uznání specializace, losuje si ještě otázku z oboru. Závěr o výsledku zkoušky se zaznamenává do protokolu o zkoušce a v případě úspěchu také do průkazu odbornosti. Ministerstvo zdravotnictví vydá vysvědčení o úspěšném provedení zkoušky. Pokud účastník složí pouze jednu část zkoušky, je mu uznána v případě, že druhou polovinu složí do 24 měsíců. Výsledek zkoušky je předán Registru nelékařských zdravotnických pracovníků a po posouzení je sestra registrována (25).

O nutnosti celoživotního vzdělávání již málokdo u nás pochybuje. Připomínky se týkají spíše podmínek systému. Sestry mají výhrady k financování vzdělávacích akcí, ale i poplatku za registraci. Také uvolňování ze zaměstnání je velmi obtížné. Většina sester musí navštěvovat akce ve svém volnu, což vede neoptimálnímu výběru témat. A v neposlední řadě vzdělanosti sestry neodpovídá platové hodnocení. Pozitivně sestry hodnotí šíři tematické nabídky akcí, ale i výběr různých úrovní a forem. Sestry by také ocenily možnost vzdělávání v jiných oborech, jako jsou např. cizí jazyky, psychologie, komunikace (20).

1.2.1 Krátkodobé vzdělávací akce

Nejnázší je organizovat semináře nebo odborné kurzy. Tyto akce musí splňovat body dané vyhláškou, musí trvat minimálně dvě hodiny Organizátorem je nemocnice nebo jiná odborná organizace. Téma těchto akcí vychází z činnosti nelékařských pracovníků. Pokud je organizátor neakreditován, započítají se kreditní body po schválení profesní organizací, které si vyžádá organizátor. Za tuto akci získá účastník jeden bod. Dalším typem kratší vzdělávací akce je konference, symposium nebo kongres. Jejich délka je minimálně 4 hodiny a účastník získá za každý den 3 body, maximálně však 10 bodů (9).

Úhrada za účast na vzdělávacích akcích je stanovena v zákoně č. 262/2006 Sb., zákoník práce a také v zákoně č. 96/2004 Sb. Účast na jakékoliv formě vzdělávání za

účelem prohloubení kvalifikace se považuje za výkon práce, a proto účastníkovi náleží mzda. Také náklady za prohlubování kvalifikace hradí zaměstnavatel. Ale toto vše jen v případě, že zaměstnavatel zaměstnance na akci vyšle (26).

Jedna z možností tohoto typu vzdělávání je certifikovaný kurz. Pro představu uvádíme charakteristiku a zkušenosti s konkrétním tématem „Rozvoj komunikačních dovedností u zdravotníků pracujících v zařízení pro seniory“, které uvádí Minibergerová v časopise *Sestra* 6/2007. Tento kurz vychází z předpokladu, že zlepší-li se komunikace se seniory, zlepší se i péče o ně. Návinky komunikačních dovedností probíhají v modelových situacích. V modelových situacích figuruje také klientova rodina. Kurz trvá šest měsíců a probíhá ve třech dvoudenních setkáních. Na závěr obdrží účastník certifikát. Ten vypovídá o tom, že absolvent získal zvláštní odbornou způsobilost pro vedení podpůrného psychoterapeutického rozhovoru. Absolvent obdrží 15 kreditů. Účastníci kurzů pozitivně hodnotí návinky modelových situací, lepší poznání sebe sama (19).

1.2.2 E – Learning

Tento způsob vzdělávání se začal používat s rozvojem počítačových technologií. Sestrám šetří čas i peníz a je didakticky efektivní (9).

Jedná se o formu celoživotní vzdělávání probíhající přes internet. V roce 2005 byl tento projekt konzultován s ministerstvem zdravotnictví a od roku 2006 začal fungovat. Tento projekt se neustále vyvíjí a mění. Je založen na praktickém využití znalostí a schopnost jejich interpretace. Jeho součástí je systém testů, který je založen na zpětné vazbě. Studentům je doporučováno vypracovat test před a po prostudování učebního textu. Další studijní pomůckou jsou diskusní fóra, kde si studenti mohou ověřit nebo doplnit znalosti. Také je možno zde doplnit informace o své zkušenosti a poznatky. Pro používání tohoto systému je nutná registrace a zaplacení ročního poplatku. Studijní materiály jsou připraveny Americkou asociací sester a používají se i v USA. Jeden kurz je ohodnocen jedním kreditním bodem a student obdrží certifikát. Výhody této formy jsou mnohé, např. vysoká kvalita studijních materiálů, stálá aktualizace, prokazatelnost

výsledků studia, dostupnost pro studenty a nízké finanční náklady. Ale má i svá omezení, vyžaduje aspoň částečnou počítačovou gramotnost, přístup k internetu a sebekázeň účastníků (28).

1.2.3 Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských oborů (NCO NZO)

Vznik tohoto centra pro další vzdělávání v 50. letech 20. století bylo počátkem k vytvoření systému celoživotního a specializačního vzdělávání. Na počátku bylo sestrám určeno vzdělávání pouze ve dvou oborech, a to instrumentářka a sociální služba. Další významné novinky přinesl rok 1989, kdy se změnilo řízení lidských zdrojů v jednotlivých zdravotnických zařízeních. Došlo k jeho decentralizaci. Manažeri jednotlivých institucí dbají na zvyšování kvality péče, a proto se zvyšuje procento sester se specializačním vzděláváním. Další ukazatele potřeby vzdělanosti sester na jednotlivých odděleních stanovuje zdravotní pojišťovna (22).

V současné době je ministerstvem schváleno přes 50 specializačních rámcových modulů. Pokud by zájemce chtěl studovat daný modul, musí podat žádost na adresu Národního centra ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně. K této žádosti, která je k dispozici na stánkách MZČR, je třeba přiložit některé další náležitosti, např. doklad o odborné způsobilosti (24).

Brněnský institut nyní funguje v modulovém systému, což má mnohá pozitiva. Mezi ně patří např. volba konkrétního kurzu, který bude vyhovovat účastníkovi i zaměstnavateli. A tím se zlepší dělba práce dle dosaženého vzdělání. Mezi negativa patří, délka studia 16 týdnů ve dvou letech, což znesnadní studium na vlastní náklady (22).

Další výhodou tohoto systému je velká pružnost při kombinování jednotlivých modulů. A to nejenom v rámci jedné specializace, ale také mezi různými obory. To je obzvláště pozitivní pro studenty, kteří navštěvují více specializací. Pokud studenti již dříve navštívili některé certifikované kurzy, které jsou součástí programu, budou mu také uznány. Tento druh studia je zakončen atestační zkouškou. K této zkoušce se může student přihlásit, pokud splní všechny náležitosti. Musí mít dostatečné množství

kreditních bodů, které je dáno podmínkami studia daného modulu. V rámci EU je jednotný systém bodového ohodnocení studia, což ulehčuje uznání specializačního vzdělávání v rámci Evropy (24).

Příklad modulového vzdělávání je specializační vzdělávání NZP středního a vrcholového managementu. Cílem specializačního vzdělávání je připravit nelékařské zdravotnické nebo jiné odborné pracovníky k výkonu manažerských funkcí. Podmínkou pro zařazení do studia je osvědčení ke způsobilosti výkonu nelékařských zdravotnických povolání bez odborného dohledu. Je třeba mít šest měsíců praxe v oboru. Tento program se skládá ze základního a odborného, z modulů speciálních a jednoho týdne praxe. Základní modul je povinný, obsahuje 2 týdny teoretické výuky. Absolventi jsou po ukončení schopni základních manažerských dovedností. V odborném modulu je účast povinná, je zaměřena na organizaci a řízení provozu, strategický management, marketing, ekonomika a public relations. Speciální moduly se dělí povinně volitelné, volitelné a doporučené. Jsou zaměřeny na řešení problémů z praxe, na novinky, účinnou prezentaci organizace. Nabídka těchto modulů bude aktualizována. Celková délka specializačního vzdělávání je minimálně 30 měsíců. Obsahuje 640 hodin, z toho je 50 % teorie a 50 % praktická výuka. Tento program má hodnotu 120 kreditů. Program je ukončen splněním všech požadavků a vykonáním atestační zkoušky (15).

1.2.4 Vysoké školy

V červnu roku 1999 byla podepsána tzv. Boloňská deklarace, plán rozvoje celoevropského školství do roku 2010. Na jejím základě u nás došlo ke změně v organizaci vysokoškolského vzdělávání sester (2).

V první řadě muselo dojít k sjednocení právního řádu unie a naší republiky. Před tím bylo vzdělávání na VŠ zaměřeno na teoretické znalosti, protože studenti měli již určitý počet let odborné praxe. Výuku zajišťovali převážně lékaři. Změna nastává právě v souvislosti, s novou legislativou, která byla přijata v EU. Bylo třeba zajistit odborné učebny, kvalifikované učitele, převážně ze sester, a také materiální zázemí. Každý

vysokoškolský program musí mít akreditaci ministerstva zdravotnictví. Udělení akreditace má velmi přísné podmínky (11).

Ve studijních programech na vysokých školách je důležité, aby absolvent byl zralá osobnost morálně, psychicky, emočně i sociálně. Musí být schopen posoudit stav pacienta, samostatně se rozhodovat, svá rozhodnutí uskutečňovat a obhájit, být schopen nést plnou odpovědnost. V neposlední řadě je schopen obstát v odborných debatách o zdravotnických problémech, přednášet na odborných akcích, publikovat v odborném tisku. Toto předpokládá jisté schopnosti, které si uchazeč musí přinést ze střední školy. Mezi ně počítáme sebevědomí, objektivní hodnocení sebe sama a snahu o zlepšení vlastní práce. Prostředek k jejich získání se nazývá peer – review. Jeho získání je závislé na schopnosti učení. Na našich středních školách nebývají studenti k tomuto vedení. Proto se na fakultách, kde se studuje ošetrovatelství, uplatňuje tzv. sebereflexe – student musí po vykonané práci zhodnotit svůj výkon, poté spolužáci a nakonec vyučující. Toto pořadí je záměrné. Hodnocení z počátku činí studentům potíže. Tato metoda učí studenty také specifikovat kritiku a i negativní připomínky vyjadřovat vhodnou formou. Současně studentům lépe umožňuje chápat problematiku do hloubky a v souvislostech (14).

V dnešní době rozvoje vysokoškolského vzdělávání sester existuje mnoho nejasností, které mohou být chápány jako překážky rozvinutí celého procesu. V celém systému proměn figuruje více subjektů, které uplatňují své zájmy. Přitom neexistuje žádné harmonizační ujednání, které by sjednocovalo jejich zájmy. Každý razí svůj zájem a existuje riziko, že na nesrovnalosti doplatí zájemci o studium (20).

Žaloudík a Kubešová ve svém článku uvádějí: „Je třeba předeslat, že evidentní, byť nevyřčená snaha přibrzdit proces vysokoškolského vzdělávání sester omezením spíše jen na bakalářský stupeň nemůže dlouhodobě uspět. V přechodné době reformy je však třeba připustit především kombinované (externí, dálkové) studium zkušených sester z praxe. Denní prezenční studium pro mladé adeptky ze středních škol je jistě rovněž nutným krokem zajišťujícím další perspektivu. Mladé, zdravotnickou praxí

zatím nedotčené absolventky bakalářského studia musí mít kdo učit, instruovat a vychovávat, ať již ve škole, nebo zejména po přechodu do praxe (str. 44, 29)“.

Z toho vyplývá, že zkušené sestry s bohatou praxí a často také se specializací jsou nyní důležitější než sestry, které chtějí studovat prezenční studium. Do budoucna je nutno si přiznat, že samostatný obor ošetrovatelství bude potřebovat vlastní docenty/ky, profesory/ky a není možné je trvale nahrazovat odborníky z jiných oborů. Komplikovanost postupů a technického vybavení v medicíně se za poslední dobu velmi změnila, a proto je třeba změnit i přístup ke vzdělávání (29).

2. Cíle práce a hypotézy

2.1 Cíle práce

Cílem práce je zjistit, zda prezentační dovednosti sester souvisejí s přístupem sester ke vzdělávání a nejčastější chybu sester při přednášení.

2.2 Hypotézy

H1 - sestry, které mají vysokoškolské vzdělání, mají nejlepší prezentační dovednosti

H2 - sestry, které nestudují vysokou školu, ale aktivně navštěvují vzdělávací akce, mají lepší prezentační dovednosti než sestry, které je nenavštěvují

H3 - sestry, které mají středoškolské nebo vyšší vzdělání a nemají aktivní přístup při návštěvách vzdělávacích akcí, nemají prezentační dovednosti

H4 – nejčastější chybou při přednášení sester je čtení textu

3. Metodika

3.1 Použité metody

Pro výzkumnou část této práce byl použit kvantitativní výzkum, formou kvantitativního pozorování a dotazníkového šetření.

Pozorování probíhalo u 20 přednášejících sester a byly hodnoceny jejich prezentační dovednosti. Byla pozorována správná volba média, zvolený typ média, slovní projev (dýchání, síla hlasu, slovní vata apod.) a také vystupování řečníka (zbytečné pohyby, zda sleduje reakce publika), příprava prezentace (zda jsou informace logicky uspořádané). Průběžné záznamy byly vedeny do pozorovacího archu (viz.kap. 4.2). Výsledky tohoto pozorování byly sepsány do jedné tabulky.

Dotazník byl anonymní a dobrovolný (viz. příloha č. 6) . Byl složen z 25 otázek, z nichž bylo 21 uzavřených a 4 polouzavřené otázky. První tři otázky byly identifikační (věk, délka praxe, typ oddělení, na kterém respondent pracuje). Otázky č. 4. – 8. sloužily k zjištění, jaký má respondent vztah ke vzdělání (nejvyšší dosažené vzdělání, zda je aktivní při výběru akcí, kolik akcí navštíví, jakou formu akce volí, zda studuje). Otázkou č. 9 jsme zjišťovaly, zda dotazovaný někdy přednášel před publikem. Další otázky již zjišťovaly úroveň prezentačních dovedností odpovídajících sester. Na většinu otázek respondenti odpovídali zvolením pouze jedné odpovědi. V otázkách č. 7, 11, 12, 14, 16 a 21 bylo možno označit více odpovědí.

3.2 Charakteristika výzkumných souborů

Pozorování prezentačních dovedností probíhalo na přednáškách, seminářích a konferencích. Tyto akce se uskutečnily v ÚVN Praha, Fakultní Thomayerově nemocnici s poliklinikou v Praze 4, KD Krakov V Praze 8, FN Motol Praha 5, Nemocnice České Budějovice, Městská knihovna Praha 1, hotel U tří lvů České Budějovice, nemocnice Pardubice a ve Špindlerově Mlýně. Témata jednotlivých akcí: Osobnost, motivace a sebepoznání ve zdravotnictví, Úrazy v dětském věku, Asertivita v práci sestry, Role sestry v moderním ošetrovatelství, Pacient s implantovaným portem, Speciální práce s pacientem, Ortopedicko traumatologická konference, 2. konference o sexuálním a reprodukčním zdraví, Pochybení ve zdravotní praxi, Moderní ošetrovatelství, Kontakt s

pacientem cizincem, Komunikace s problémovým pacientem, Prevence nádorů v gynekologii, Výživa nelékařského zdravotníka, Zdravotník lektorem, Dentální hygiena, Chirurgické dny, Kardiochirurgická konference, Hematologický a transfuziologický sjezd.

50 dotazníků bylo rozdáno mezi studentkami 3. ročníku oboru Všeobecná sestra kombinovaná forma ZSF JCU (3). Tyto dotazníky byly správně vyplněny a návratnost byla 100% (rozdáno bylo padesát dotazníků a stejné množství se jich i vrátilo).

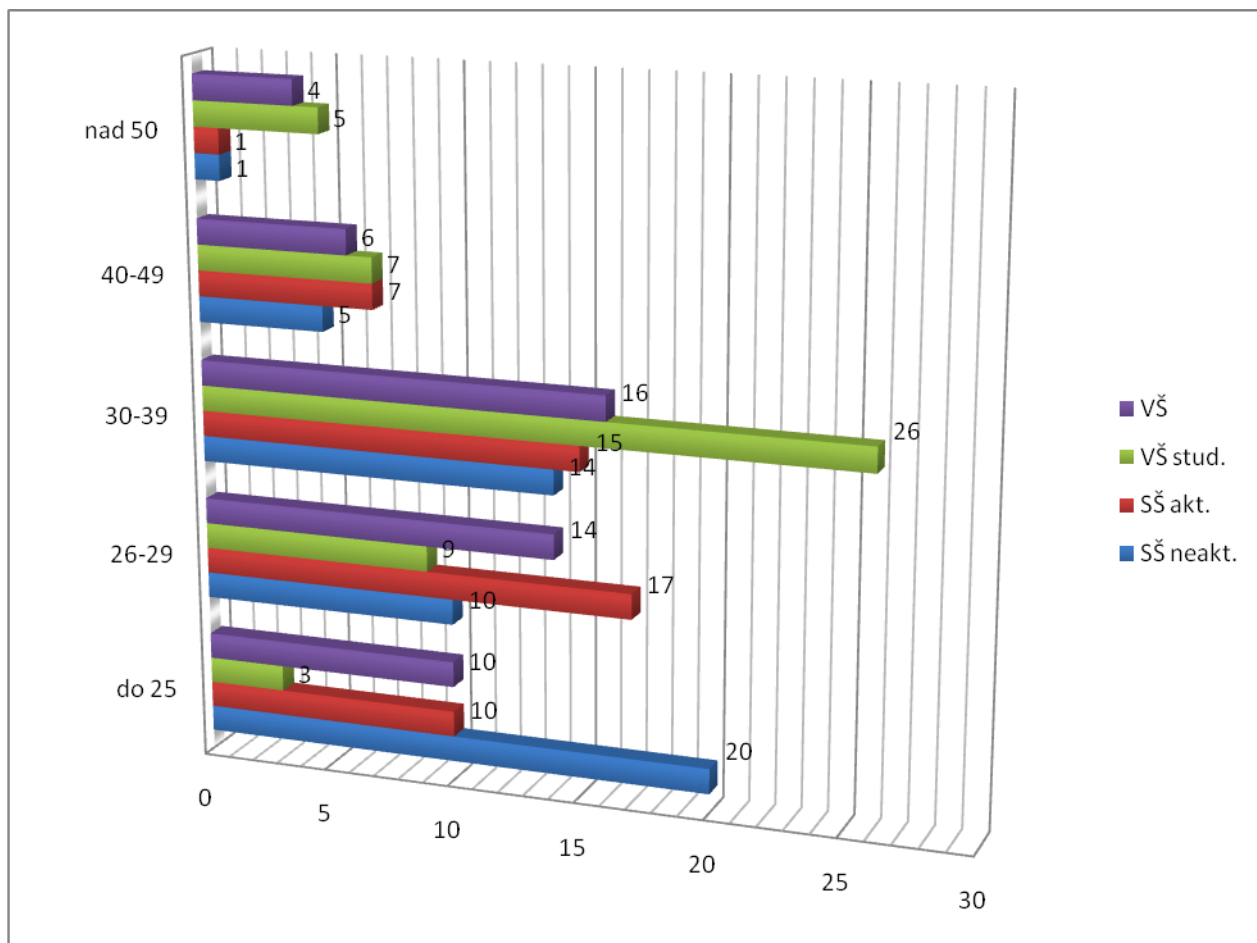
Dále byly dotazníky rozdány v pražských zdravotnických zařízeních, ÚVN Praha, Všeobecná fakultní nemocnice na Karlově náměstí, soukromé ambulantní zařízení Medcover. 50 sestrám s vysokoškolským vzděláním (4), 50 sestrám se středoškolským vzděláním nebo vyšším, které nemají aktivní přístup ke vzdělávání (1) a 50 sestrám se středoškolským nebo vyšším vzděláním (2), které mají aktivní přístup ke vzdělávání. Pro větší přehlednost byly tyto skupiny označeny čísly, která jsou uvedena v závorkách za každou skupinou. Zde bylo rozdáno 200 dotazníků, vrátilo se 160 dotazníků (to je 80 % návratnost), z toho počtu bylo 10 dotazníků nesprávně vyplněno a byly z výzkumu vyřazeny. Toto dělení do skupin jsme zvolili s ohledem na potřebu porovnávání výsledků tohoto výzkumu v závislosti na vzdělání a přístupu k celoživotnímu vzdělávání.

Výzkum probíhal v období od ledna do konce března 2009. Všechny správně vyplněné dotazníky byly použity ve výzkumné části této práce.

4. Výsledky

4.1 Výsledky z dotazníku pro sestry

Graf 1 Věk sester



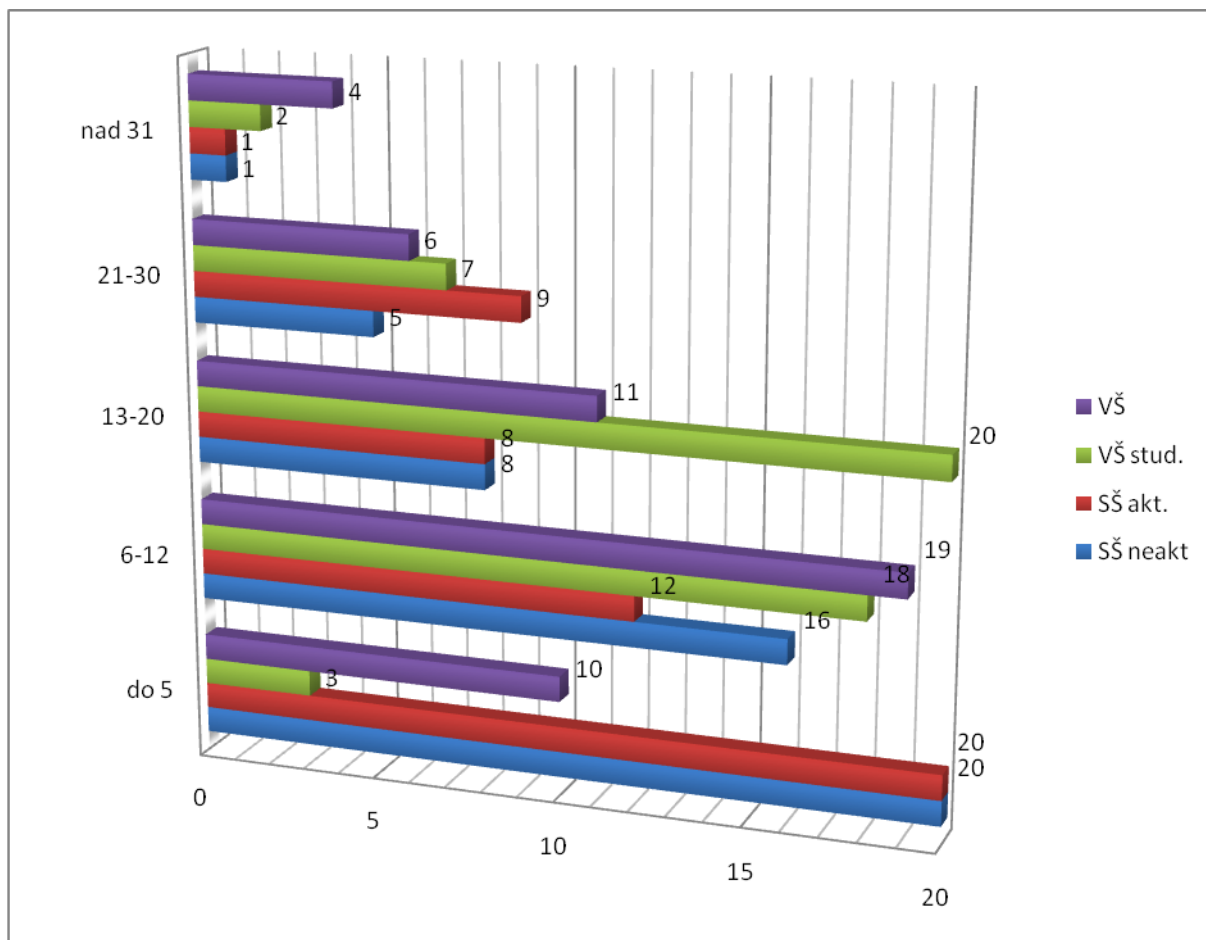
Ze skupiny č. 1, která má 50 respondentů (100 %), je 20 (40 %) sester ve věku do 25 let, 10 (20 %) mezi 26-29 rokem, 14 (28 %) mezi 30 – 39 rokem, 5 (10 %) mezi 40 – 49 rokem a 1 (2 %) sestře je nad 50 let.

Ve skupině č. 2, která má 50 respondentů (100 %), je 10 (20 %) sester ve věku do 25 let, 17 (34 %) mezi 26-29 rokem, 15 (30 %) mezi 30 – 39 rokem, 7 (14 %) mezi 40 – 49 rokem a 1 (2 %) sestře je nad 50 let.

Ze skupiny č. 3, která má 50 respondentů (100 %), jsou 3 (6 %) sester ve věku do 25 let, 9 (18 %) mezi 26-29 rokem, 26 (52 %) mezi 30 – 39 rokem, 7 (14 %) mezi 40 – 49 rokem a 5 (10 %) sestře je nad 50 let.

Ze skupiny č. 4, která má 50 respondentů (100 %), je 10 (20 %) sester ve věku do 25 let, 14 (28 %) mezi 26-29 rokem, 16 (32 %) mezi 30 – 30 rokem, 6 (12 %) mezi 40 – 49 rokem a 4 (8 %) sestře je nad 50 let.

Graf 2 Délka praxe



Graf znázorňuje, že ze skupiny č. 1, která má 50 respondentů (100 %), má 20 (40 %) respondentů praxi v délce do 5 let, 16 (32 %) mezi 6 – 12 roky, 8 (16 %) mezi 13 – 20 roky, 5 (10 %) má praxi v délce 21 – 30 let a 1 (2 %) sestra má praxi nad 31 let.

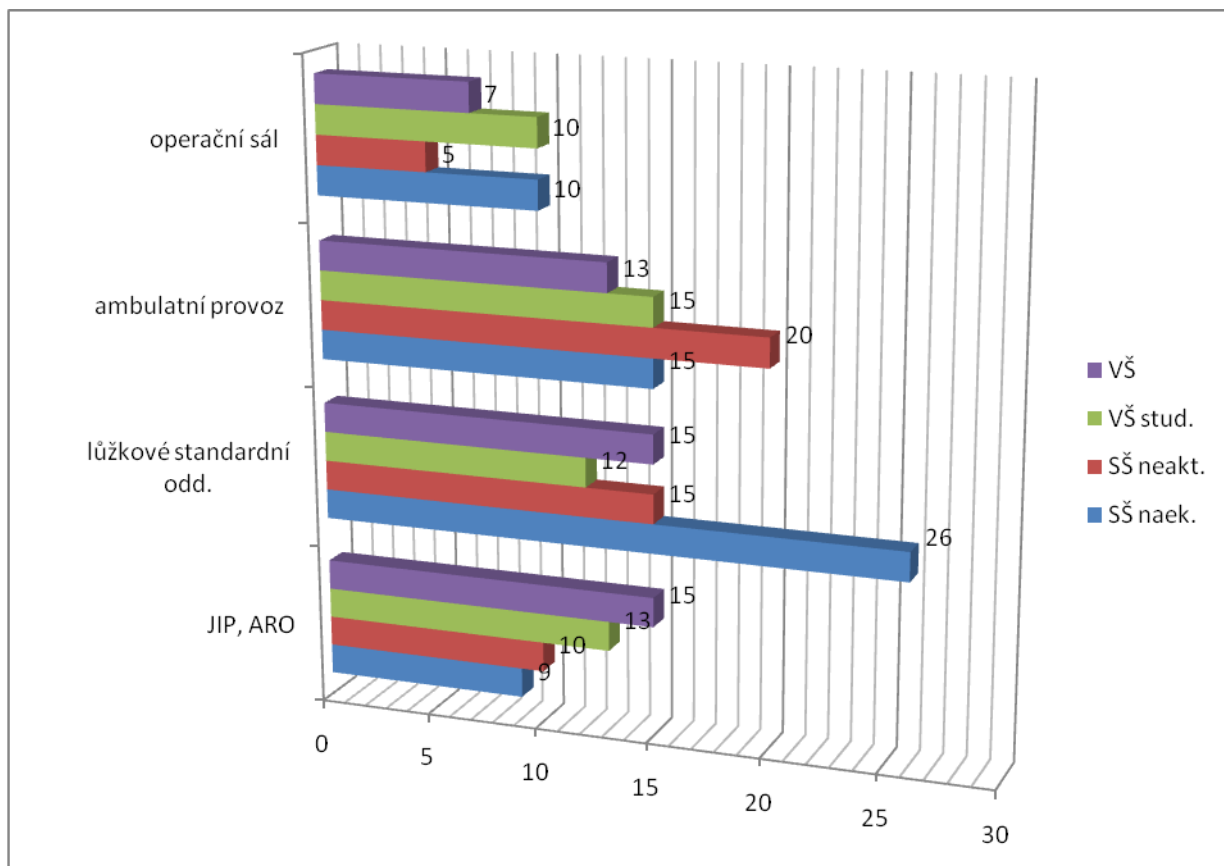
Ze skupiny č. 2, která má 50 respondentů (100 %), má 20 (40 %) odpovídajících praxi do 5 let, 12 (24 %) mezi 6 – 12 roky, 8 (16 %) v rozmezí 13 – 20 let, 9 (18 %) mezi 21 – 30 lety a 1 (2 %) nad 31 let.

Ze skupiny č. 3, která má 50 respondentů (100 %), mají 3 (6 %) respondenti praxi v délce do 5 let, 18 (36 %) mezi 6 – 12 roky, 20 (40 %) mezi 13 – 20 roky, 7 (14 %) má praxi v délce 21 – 30 let a 2 (4 %) sestry mají praxi nad 31 let.

Ve skupině č. 4, která má 50 respondentů (100 %), má 10 (20 %) respondentů praxi v délce do 5 let, 19 (38 %) mezi 6 – 12 roky, 11 (22 %) mezi 13 – 20 roky,

6 (12 %) má praxi v délce 21 – 30 let a 4 (8 %) mají praxi nad 31 let.

Graf 3 Typ oddělení



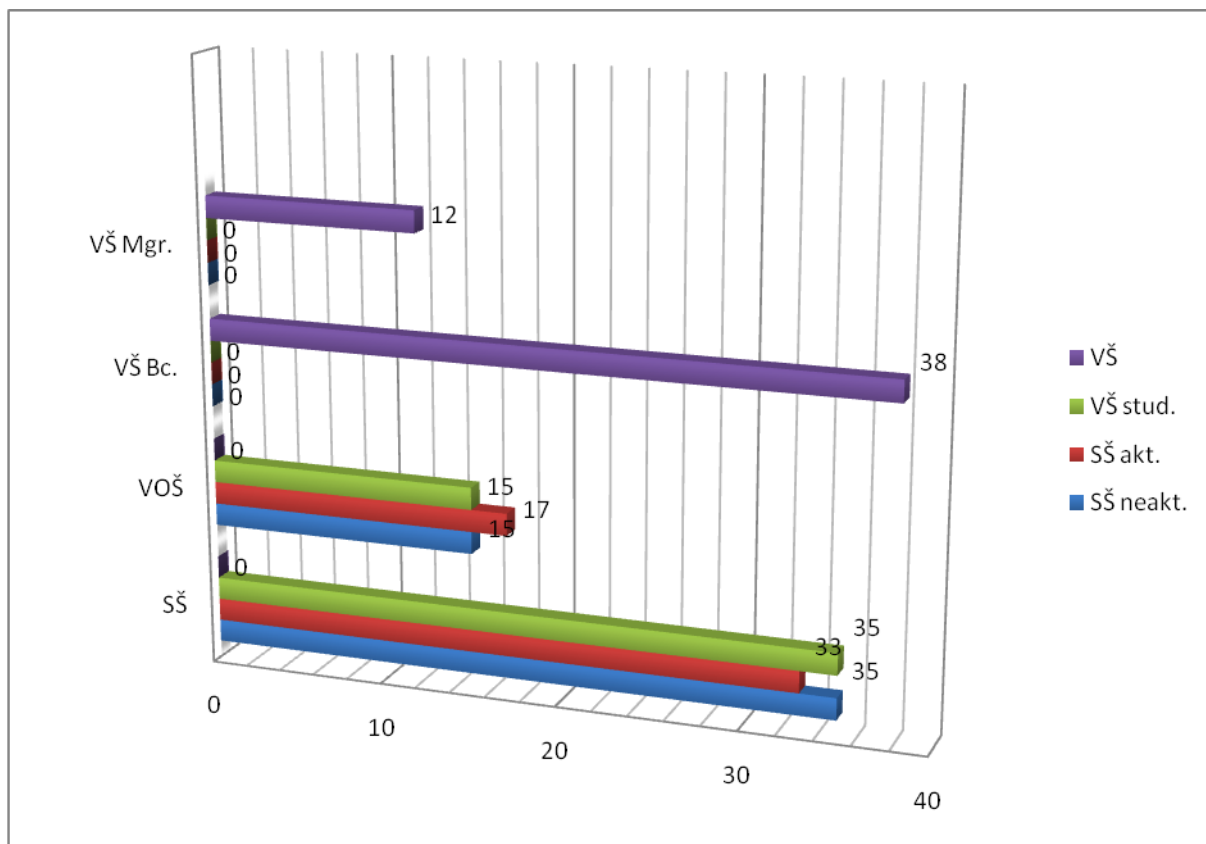
Z tohoto grafu je patrné, že ze skupiny č. 1, která má 50 respondentů (100 %), pracuje 9 respondentů (18 %) na oddělení ARO, JIP, 26 (52 %) na standardním lůžkovém oddělení, 15 (30 %) v ambulancním provozu, 10 (20 %) na operačním sále.

Ze skupiny č. 2, která má 50 respondentů (100 %), pracuje 10 dotazovaných (20 %) na oddělení ARO, JIP, 15 (30 %) na standardním lůžkovém oddělení, 20 (40 %) v ambulancním provozu, 5 (10 %) na operačním sále.

Ze skupiny č. 3, která má 50 respondentů (100 %), pracuje 13 respondentů (26 %) na oddělení ARO, JIP, 12 (24 %) na standardním lůžkovém oddělení, 15 (30 %) v ambulancním provozu, 10 (20 %) na operačním sále.

Ve skupině č. 4, která má 50 respondentů (100 %), pracuje 15 respondentů (30 %) na oddělení ARO, JIP, 15 (30 %) na standardním lůžkovém oddělení, 13 (26 %) v ambulancním provozu, 7 (14 %) na operačním sále.

Graf 4 Nejvyšší ukončené vzdělání



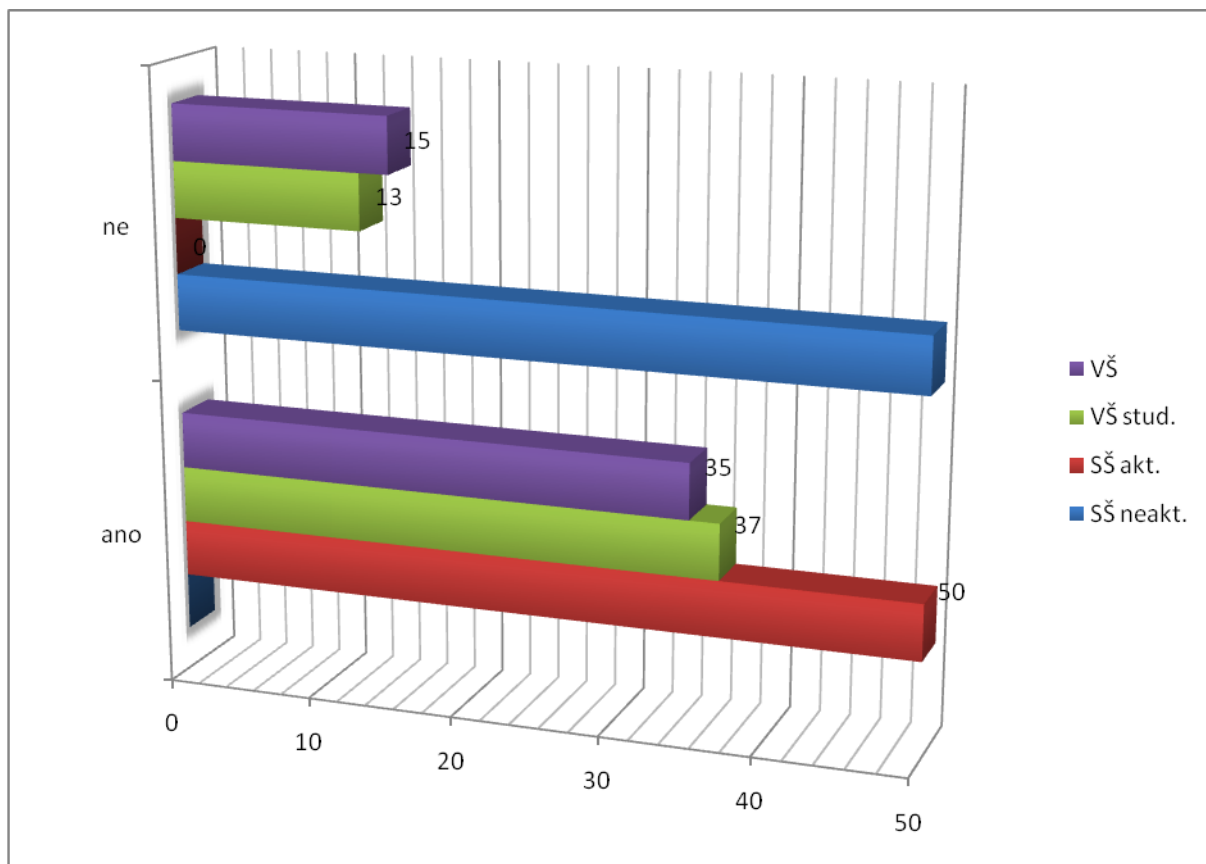
Ze skupiny č. 1, která má 50 respondentů (100 %), má 35 (70 %) dotázaných úplné střední odborné vzdělání, 15 (30 %) má vyšší odbornou školu.

Ze skupiny č. 2, která má 50 respondentů (100 %), má 33 (66 %) dotázaných úplné střední odborné vzdělání, 17 (34 %) má vyšší odbornou školu.

Ze skupiny č. 3, která má 50 respondentů (100 %), má 35 (70 %) dotázaných úplné střední odborné vzdělání, 15 (30 %) má vyšší odbornou školu, žádný z dotazovaných neměl vysokoškolské vzdělání.

Ze skupiny č. 4, která má 50 respondentů (100 %), má 38 (76 %) respondentů vysokoškolské bakalářské a 12 (24 %) má vysokoškolské magisterské vzdělání.

Graf 5 Samostatné vyhledávání vzdělávacích akcí



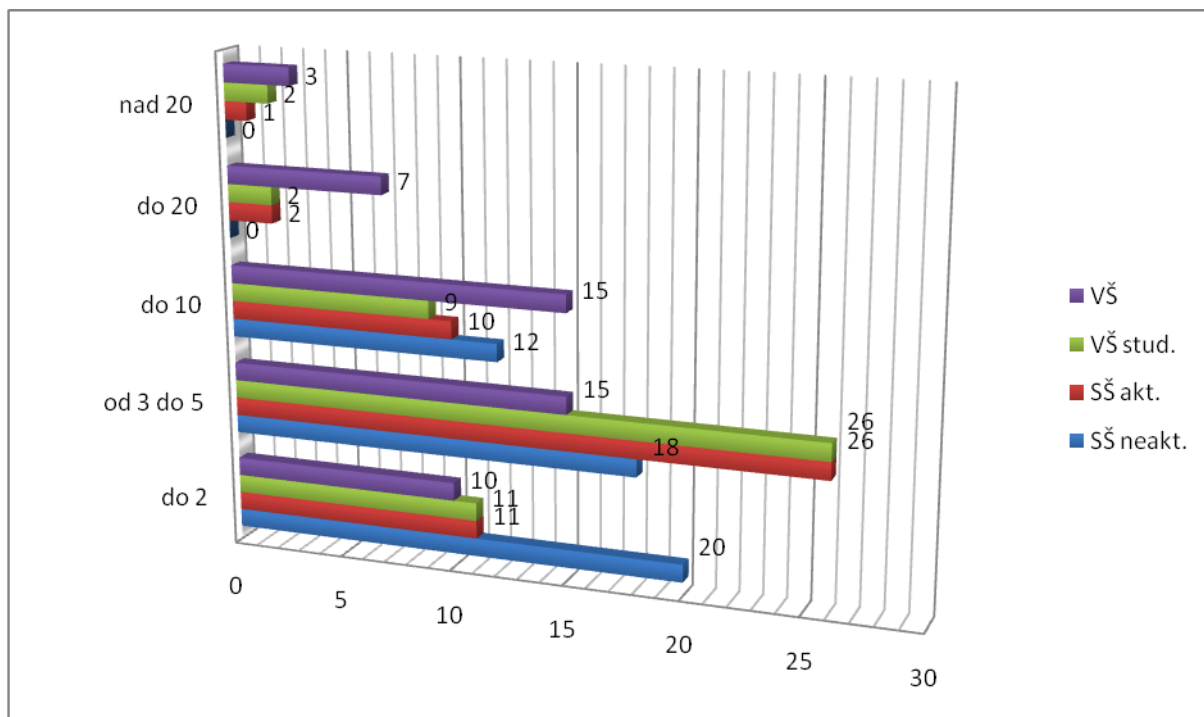
Ze skupiny č. 1, která má 50 respondentů (100 %), 50 (100 %) dotázaných aktivně nevyhledává vzdělávací akce.

Ze skupiny č. 2, která má 50 respondentů (100 %), si 50 (100 %) respondentů aktivně vyhledává vzdělávací akce.

Ze skupiny č. 3, která má 50 respondentů (100 %), si 37 (74 %) respondentů aktivně vyhledává vzdělávací akce a 13 (26 %) si tyto akce aktivně nevyhledává.

Ze skupiny č. 4, která má 50 respondentů (100 %), si 35 (70 %) aktivně vyhledává vzdělávací akce, oproti 15 (30 %), kteří si je sami nevyhledávají.

Graf 6 Počet vzdělávacích akcí za rok



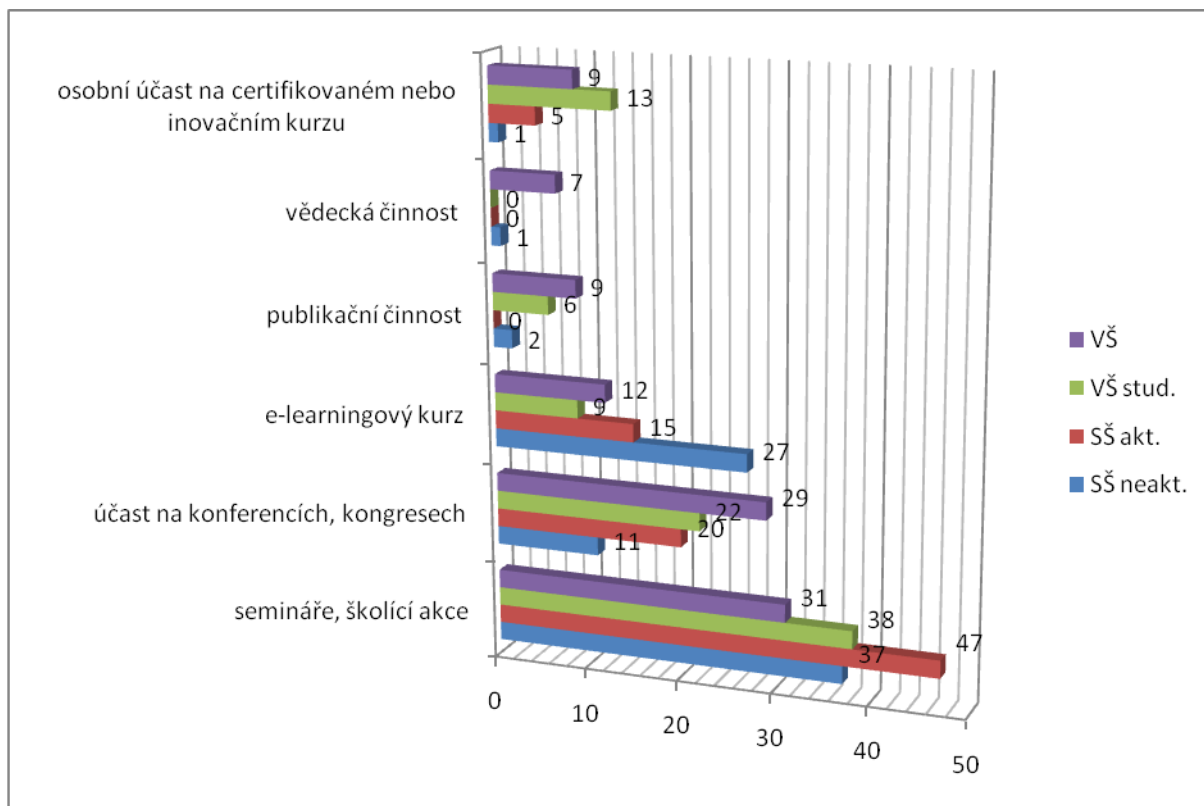
V tomto grafu je znázorněno, že ze skupiny č. 1, která má 50 (100 %) členů, navštíví 20 (40 %) respondentů do 2 vzdělávacích akcí do roka, 18 (36 %) od 3 do 5 akcí, 12 (24 %) do 10 akcí během roku a 0 (0 %) respondentů nenavštíví více jak 10 akcí.

Ze skupiny č. 2, která má 50 (100 %) členů, navštíví 11 (22 %) respondentů do 2 vzdělávacích akcí do roka, 26 (52 %) od 3 do 5 akcí, 10 (20 %) do 10 akcí během roku, 2 (4 %) do 20 akcí a 1 (2 %) nad 20 akcí během jednoho roku.

Ze skupiny č. 3, která má 50 (100 %) členů, navštíví 11 (22 %) respondentů do 2 vzdělávacích akcí do roka, 26 (52 %) od 3 do 5 akcí, 9 (18 %) do 10 akcí během roku, 2 (4 %) do 20 akcí a 2 (4 %) nad 20 akcí během jednoho roku.

Ve skupině č. 4, která má 50 (100 %) členů, navštíví 10 (20 %) respondentů do 2 vzdělávacích akcí do roka, 15 (30 %) od 3 do 5 akcí, 15 (30 %) do 10 akcí během roku, 7 (14 %) do 20 akcí a 3 (6 %) nad 20 akcí během jednoho roku.

Graf 7 Volba forem celoživotního vzdělávání



V této otázce měli respondenti možnost více odpovědí.

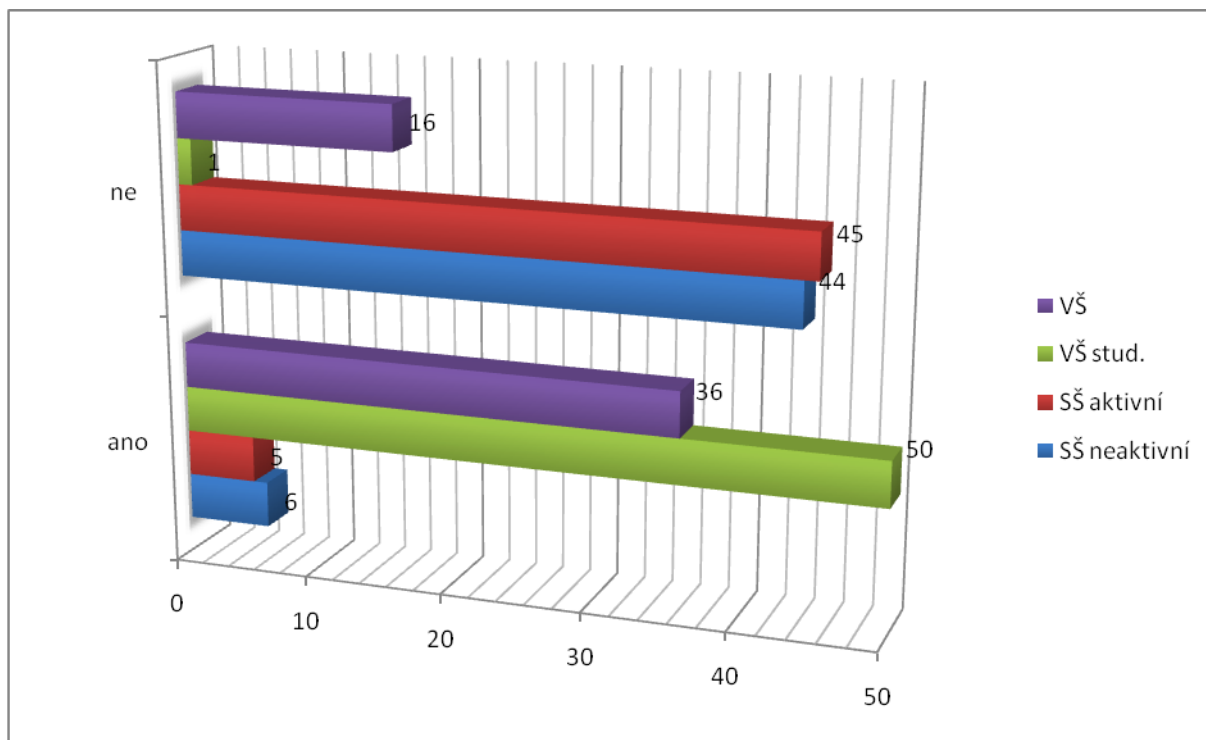
Ve skupině č. 1, která má 50 členů, volí 37 respondentů semináře nebo školící akce, 11 se účastní konferencí a kongresů, 27 volí e-learningové kurzy, 2 se zabývají publikační činností, 1 se věnuje vědecké činnosti a 1 osobní účast na certifikovaném nebo inovačním kurzu.

Ve skupině č. 2, která má 50 členů, se 47 respondentů účastní seminářů nebo školících akcí, 20 konferencí a kongresů, 15 e-learningových kurzů, nikdo z této skupiny se nevěnuje vědecké a publikační činnosti a 5 volí osobní účast na certifikovaném nebo inovačním kurzu.

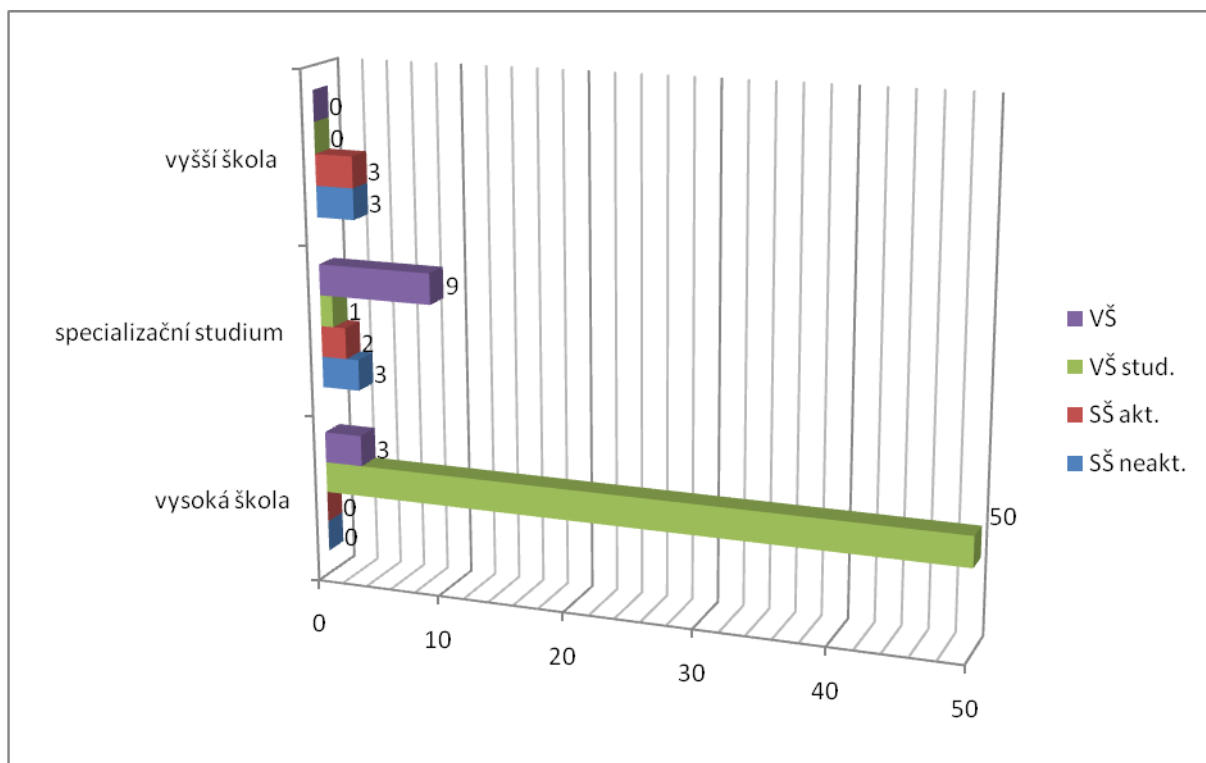
Ve skupině č. 3, která má 50 členů, se 38 respondentů účastní seminářů nebo školících akcí, 22 konferencí a kongresů, 9 e-learningových kurzů, 6 publikuje, nikdo z této skupiny se nevěnuje vědecké činnosti a 13 volí osobní účast na certifikovaném nebo inovačním kurzu.

Ze skupiny č. 4, která má 50 členů, volí 31 respondentů semináře nebo školicí akce, 29 se účastní konferencí a kongresů, 12 volí e-learningové kurzy, 9 se věnuje publikační činnosti, 7 vědecké činnosti a 9 osobní účast na certifikovaném nebo inovačním kurzu.

Graf 8 Studium v současné době



Graf 8a Typ vzdělávání



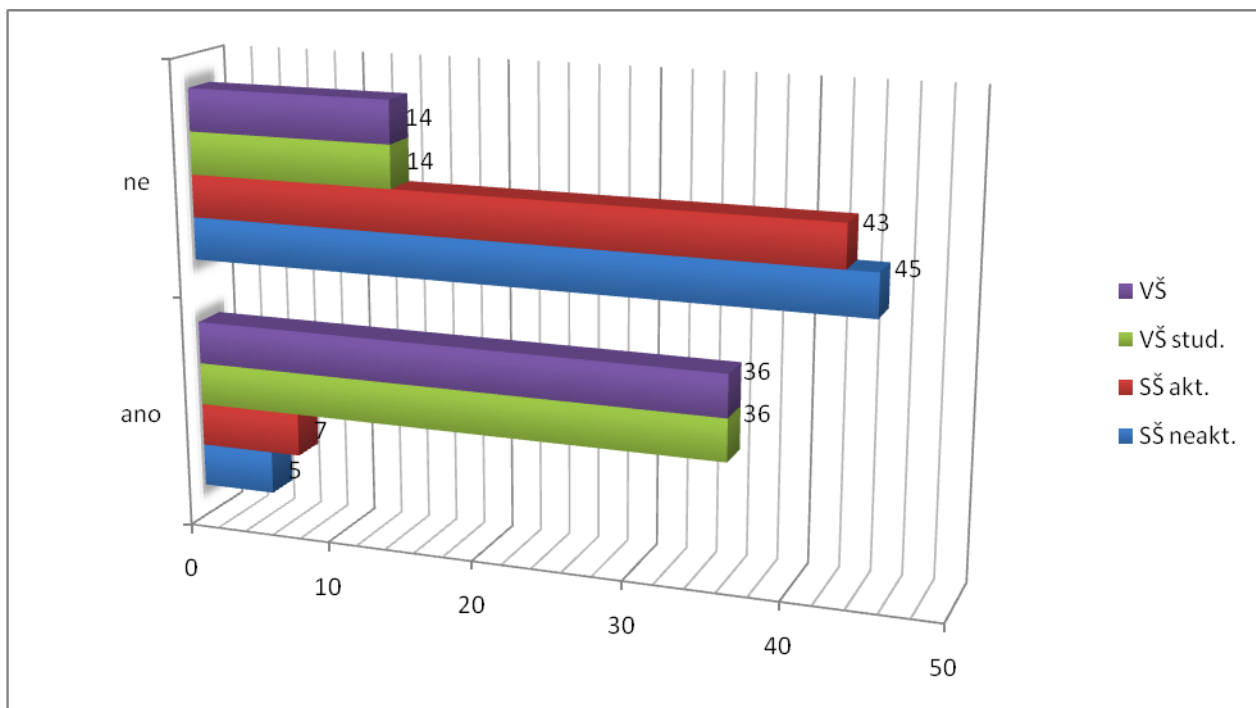
Ze skupiny č. 1, která má 50 (100%) členů, nestuduje 34 (70%) respondentů a 6 (12%) studuje, z toho 3 (50%) specializační studium a 3 (50%) vyšší školu.

Ve skupině č. 2, která má 50 (100%) členů, nestuduje 45 (90%) respondentů a 5 (10%) studuje, z toho 2 (40%) specializační studium a 3 (60%) vyšší školu.

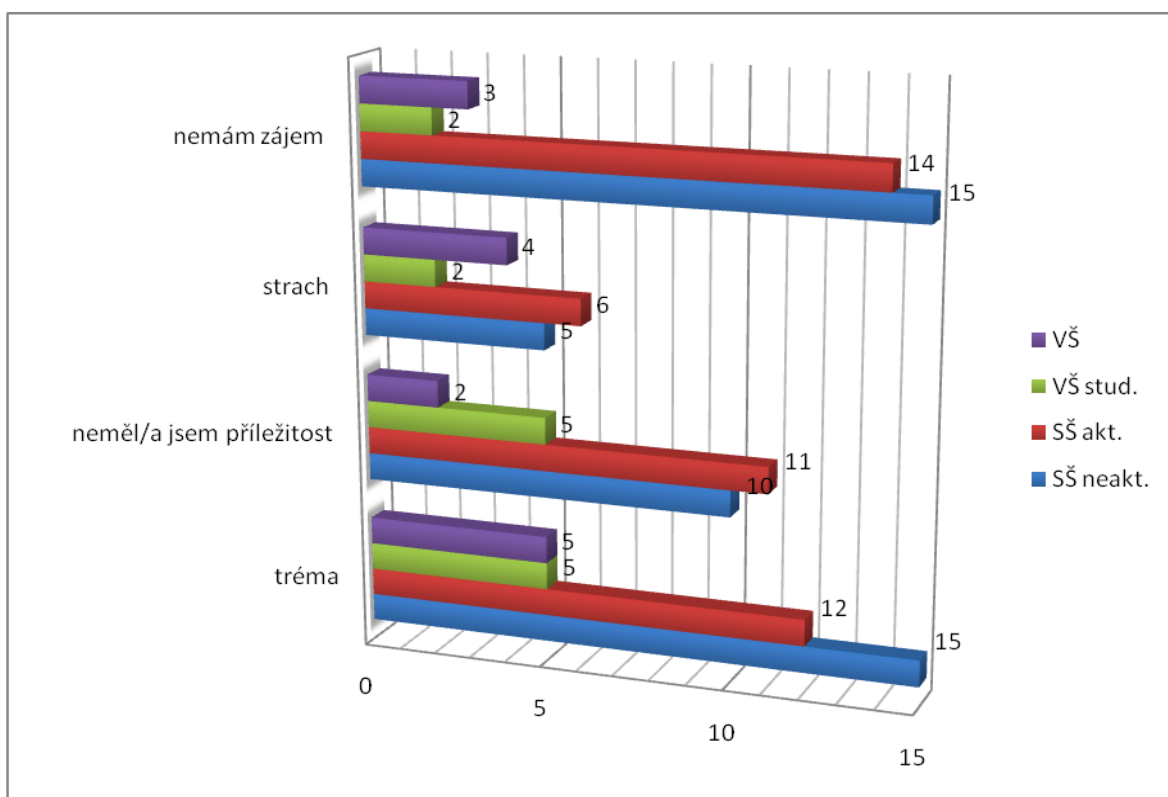
Ze skupiny č. 3, která má 50 (100%) členů, 50 (100%) studuje, z toho 50 (100%) vysokou školu a 1 (2%) současně i specializační studium.

Ze skupiny č. 4, která má 50 (100%) členů, nestuduje 36 (72%) respondentů a 13 (26%) studuje, z toho 3 (23,3%) vysokou školu a 9 (69,8%) vyšší školu.

Graf 9 Přednášení před publikem



Graf 9a Důvody proč ne



Ve skupině č. 1, která má 50 (100 %) členů, přednášelo před publikem 5 (10 %) respondentů a nepřednášelo 45 (90 %) dotazovaných, z nich 15 (33,3 %) z důvodu trémy, 10 (22,1 %) nemělo příležitost, 5 (11,1 %) ze strachu, 15 (33,3 %) nemá zájem o tuto činnost.

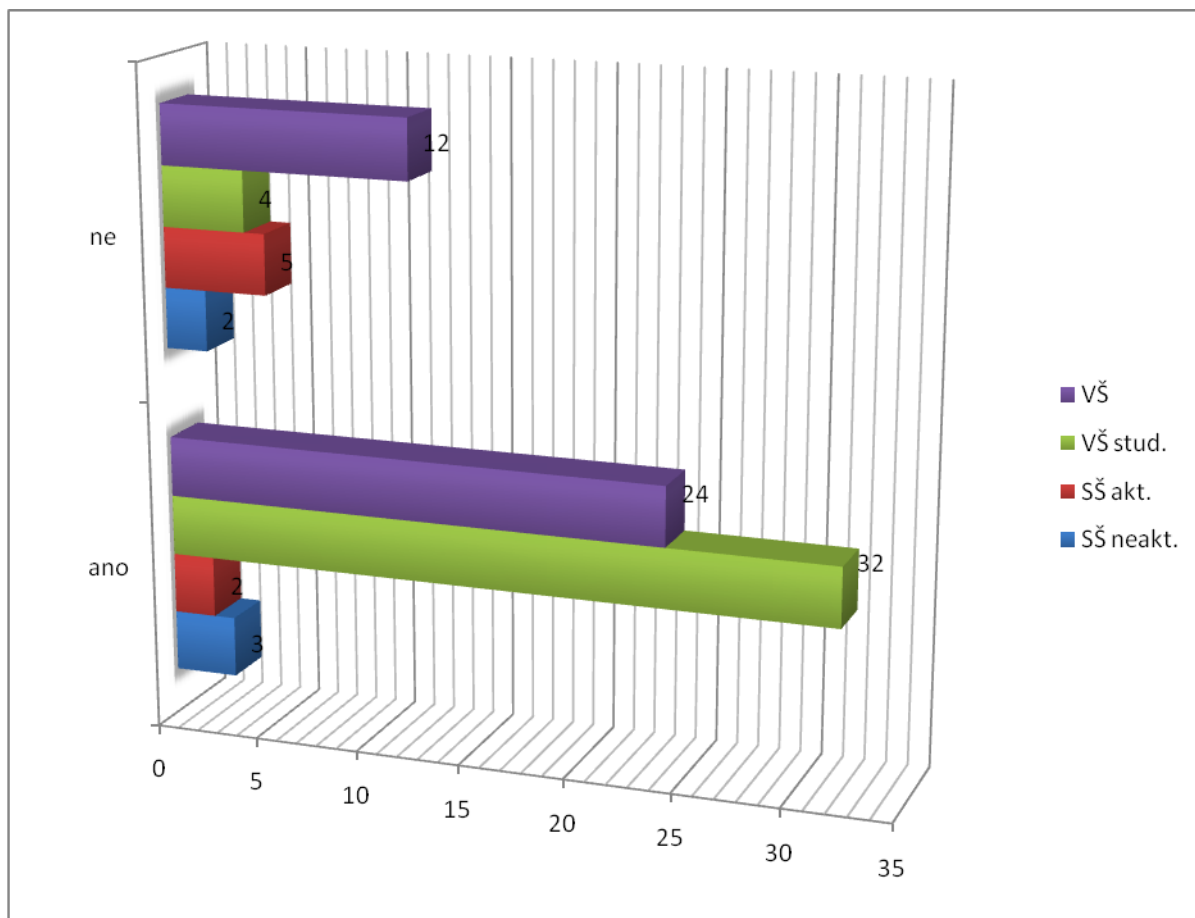
Ve skupině č. 2, která má 50 (100 %) členů, přednášelo před publikem 7 (14 %) dotazovaných a nepřednášelo 43 (86 %) dotazovaných, z nich 12 (27 %) z důvodu trémy, 11 (25,6 %) nemělo příležitost, 6 (14 %) ze strachu, 14 (33 %) nemá zájem o tuto činnost.

Ze skupiny č. 3, která má 50 (100 %) členů, přednášelo před publikem 36 (72 %) respondentů a nepřednášelo 14 (28 %) dotazovaných, z nich 5 (35,7 %) z důvodu trémy, 5 (35,7 %) nemělo příležitost, 2 (14,3 %) ze strachu, 2 (14,3 %) nemá zájem o tuto činnost.

Ve skupině č. 4, která má 50 (100 %) členů, přednášelo před publikem 36 (72 %) respondentů a nepřednášelo 14 (28 %) dotazovaných, z nich 5 (35,7 %), z důvodu trémy, 2 (14,3 %) nemělo příležitost, 4 (28,6 %) ze strachu, 3 (21,4 %) nemá zájem o tuto činnost.

Další otázky z dotazníku vyplňovali již pouze respondenti, kteří v otázce č. 9 uvedli možnost a), tzn., již někdy přednášeli před publikem.

Graf 10 Učení správných zásad přednášení



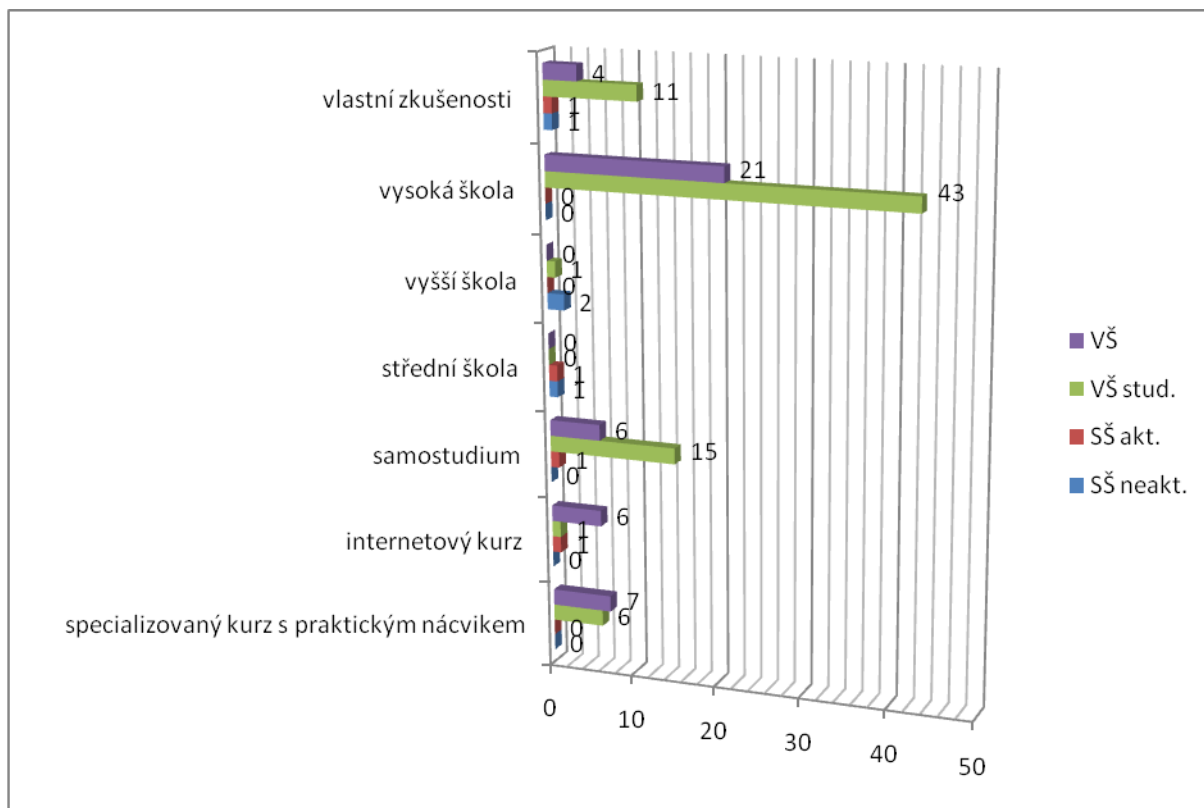
Ve skupině č. 1, která má 50 (100 %) členů, přednášelo 5 (10 %) lidí, z nich se 3 (60 %) respondenti učili prezentovat a 2 (40 %) se neučili této dovednosti.

Ve skupině č. 2, která má 50 (100 %) členů, přednášelo 7 (14 %) dotazovaných, z nich se 2 (28,6 %) respondenti učili prezentovat a 5 (71,4 %) se tomu neučilo.

Ve skupině č. 3, která má 50 (100 %) členů, přednášelo 36 (72 %) respondentů, z nich se 32 (88,9 %) učilo prezentovat a 4 (11,1 %) se tomu neučili.

Ve skupině č. 4, která má 50 (100 %) členů, přednášelo 36 (72 %) dotazovaných, z nich se 24 (66,7 %) sester učilo prezentovat a 12 (33,3 %) se této dovednosti neučilo.

Graf 11 Možnosti výuky prezentačních dovedností



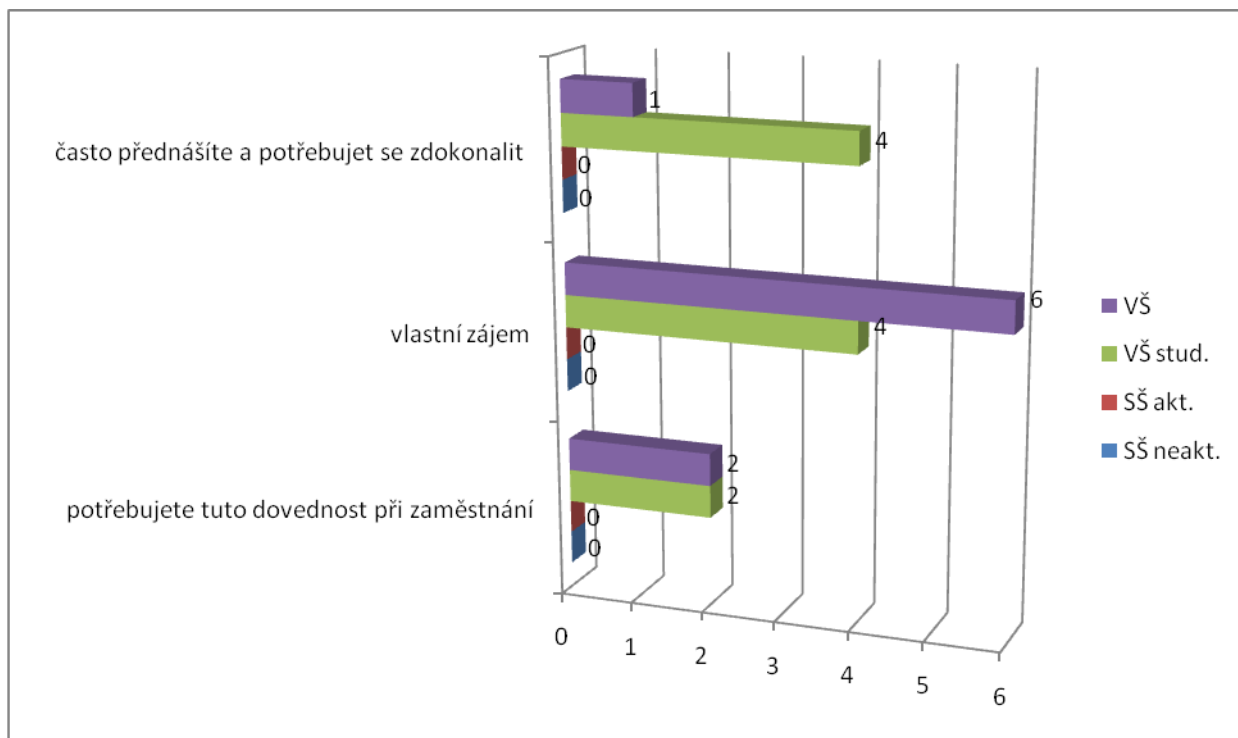
Tento graf ukazuje, že ve skupině č. 1, kde celek tvoří 3 respondenti a měli možnost více odpovědí, byla možnost d) střední škola byla uvedena 1, možnost e) vyšší škola 1 a možnost g) vlastní zkušenost – poučení z vlastních chyb 1, ostatní možnosti nebyly vůbec uvedeny.

Ve skupině č. 2, kde celek tvoří 2 respondenti a měli možnost více odpovědí, byla možnost b) internetový kurz uveden 1, možnost c) samostudium – internet, literatura, apod. 1, d) střední škola byla uvedena 1 a možnost g) vlastní zkušenost – poučení z vlastních chyb také 1. Ostatní možnosti nebyly vůbec uvedeny.

Ve skupině č. 3, kde celek tvoří 32 dotazovaných a měli možnost více odpovědí byla možnost a) specializovaný kurz s praktickým nácvikem uvedena 6, možnost b) internetový kurz 1, možnost c) samostudium – internet, literatura, apod. 15, e) vyšší škola 1, f) vysoká škola 43, možnost g) vlastní zkušenost 11. Odpověď d) střední škola nebyla vůbec uvedena.

Ve skupině č. 4 tvoří celek 24 respondentů a měli možnost více odpovědí, uvedlo možnost a) specializovaný kurz s praktickým nácvikem 7 dotazovaných, b) internetový kurz 6 respondentů, c) samostudium – internet, literatura 6, f) vysoká škola 21, g) vlastní zkušenost 4 lidé. Zbylé možnosti nebyly uvedeny.

Graf 12 Návštěvnost specializačního kurzu

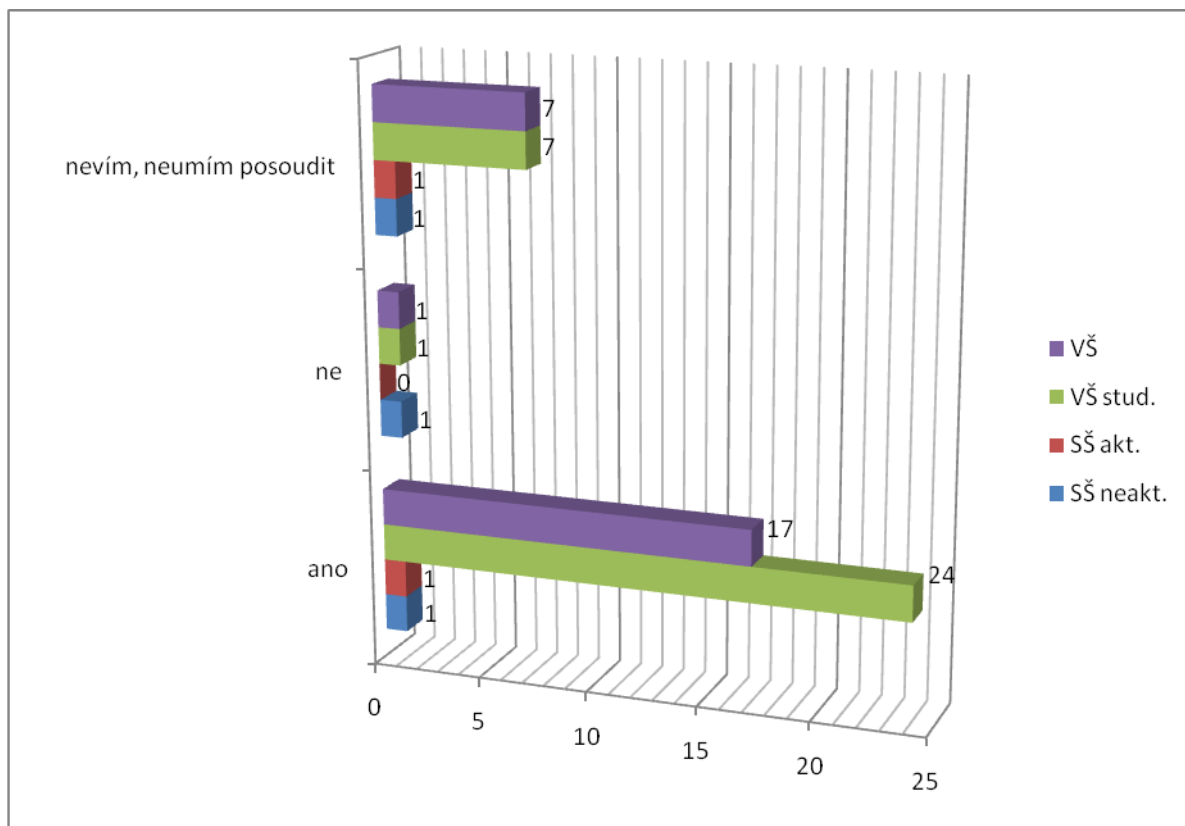


Ze skupiny č. 1 a 2 se nikdo nezúčastnil specializovaného kurzu s praktickým nácvikem.

Ve skupině č. 3, kde celek tvoří 6 respondentů a bylo možno více možností, byla 2 označena možnost a) potřebujete tuto dovednost při zaměstnání, možnost b) vlastní zájem 4, možnost c) často přednášíte a potřebujete se zdokonalit také 4.

Ve skupině č. 4, kde celek tvoří 7 respondentů a bylo možno více možností, byla označena možnost a) potřebujete tuto dovednost při zaměstnání 2, možnost b) vlastní zájem 6, možnost c) často přednášíte a potřebujete se zdokonalit 1.

Graf 13 Zlepšení prezentačních dovedností



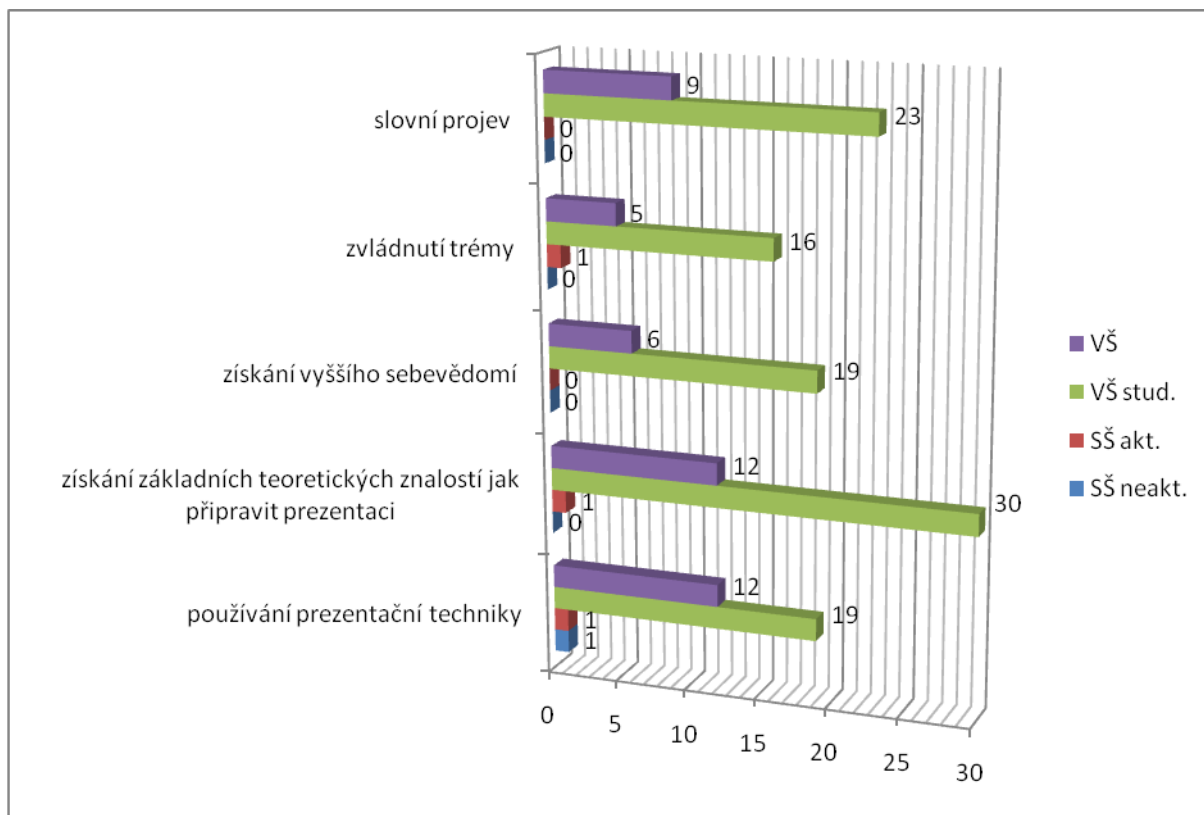
Ve skupině č. 1, kde 100 % tvoří 3 respondenti, 1 (33,3 %) zvolil možnost a) ano, 1 (33,3 %) možnost b) ne a 1 (33,3 %) možnost c) neumím posoudit.

Ve skupině č. 2, kde 100 % tvoří 2 respondenti, 1 (50 %) zvolil možnost a) ano, 1 (50 %) možnost c) neumím posoudit a nikdo nezvolil možnost b) ne.

Ve skupině č. 3, kde 100 % tvoří 32 respondentů, 24 (75 %) zvolilo možnost a) ano, 1 (3 %) možnost b) ne a 7 (22 %) možnost c) neumím posoudit.

Ve skupině č. 4, kde 100 % tvoří 24 respondentů, 17 (70,8 %) zvolilo možnost a) ano, 1 (4,2 %) možnost b) ne a 7 (29,2 %) možnost c) neumím posoudit.

Graf 14 Oblasti, ve kterých došlo ke zlepšení



Tento graf ukazuje, že ve skupině č. 1, kde celek tvoří 1 respondent a měl možnost vícero odpovědí, uvedl možnost a) používání prezentační techniky (např. dataprojektor, diaprojektor). Ostatní možnosti nebyly vůbec uvedeny.

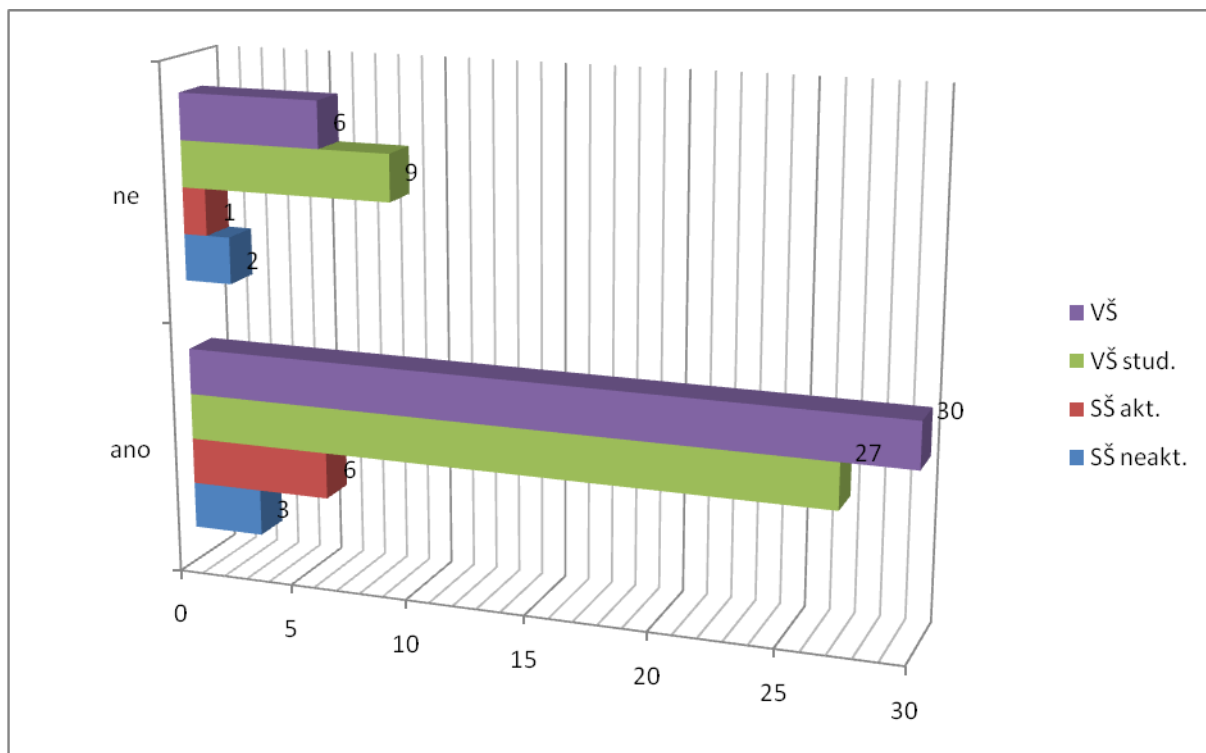
Ve skupině č. 2, kde celek tvoří také 1 respondent a měl možnost více odpovědí, byla možnost a) používání prezentační techniky (např. dataprojektor, diaprojektor) uvedena 1, možnost b) získání základních teoretických znalostí jak připravit prezentaci 1, možnost d) zvládnutí trémy také 1. Ostatní možnosti nebyly vůbec uvedeny.

Ve skupině č. 3, kde celek tvoří 24 respondentů a měli možnost více odpovědí, byla možnost a) používání prezentační techniky (např. dataprojektor, diaprojektor) uvedena 19, možnost b) získání základních teoretických znalostí jak připravit prezentaci 30, možnost c) získání vyššího sebevědomí 19, možnost d) zvládnutí trémy 16, možnost e) slovní projev 23.

Ve skupině č. 4, kde tvoří 17 respondentů a měli možnost více odpovědí, byla možnost a) používání prezentační techniky (např. dataprojektor, diaprojektor) uvedena

12, možnost b) získání základních teoretických znalostí jak připravit prezentaci také 12, možnost c) získání vyššího sebevědomí 6, možnost d) zvládnutí trémy 5, možnost e) slovní projev 9.

Graf 15 Zkouška projevů



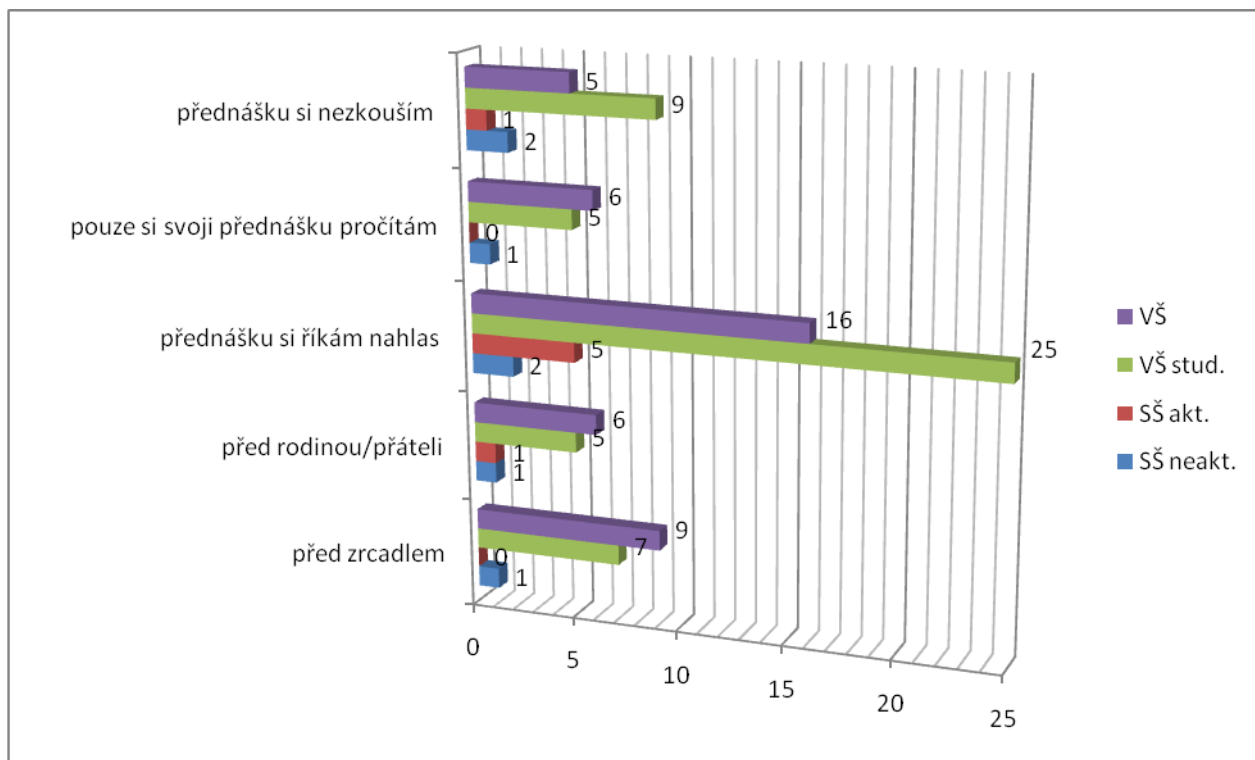
Graf ukazuje, že ze skupiny č. 1, kde 100% tvoří 5 respondentů, 3 (60%) zvolili možnost a) ano a 2 (40%) zvolili možnost b) ne.

Ve skupině č. 2, kde 100% tvoří 7 respondentů, 6 (85, 7%) zvolili možnost a) ano a 1 (14,3%) zvolili možnost b) ne.

Ze skupiny č. 3, kde 100% tvoří 36 respondentů, 27 (75%) zvolilo možnost a) ano a 9 (25%) zvolilo možnost b) ne.

Ze skupiny č. 4, kde 100% tvoří 36 respondentů, 30 (83,3%) zvolili možnost a) ano a 6 (16,7%) zvolili možnost b) ne.

Graf 16 Místo zkoušení přednášky



Ze skupiny č. 1, kde celek tvoří 5 respondentů a je možné víc odpovědí, 1 byla označena možnost a) před zrcadlem, 1 možnost b) před rodinou/přáteli, 2 možnost c) přednášku si říkám nahlas, 1 možnost d) přednášku si pouze pročítám a možnost e) přednášku si nezkouším, byla zvolena 2.

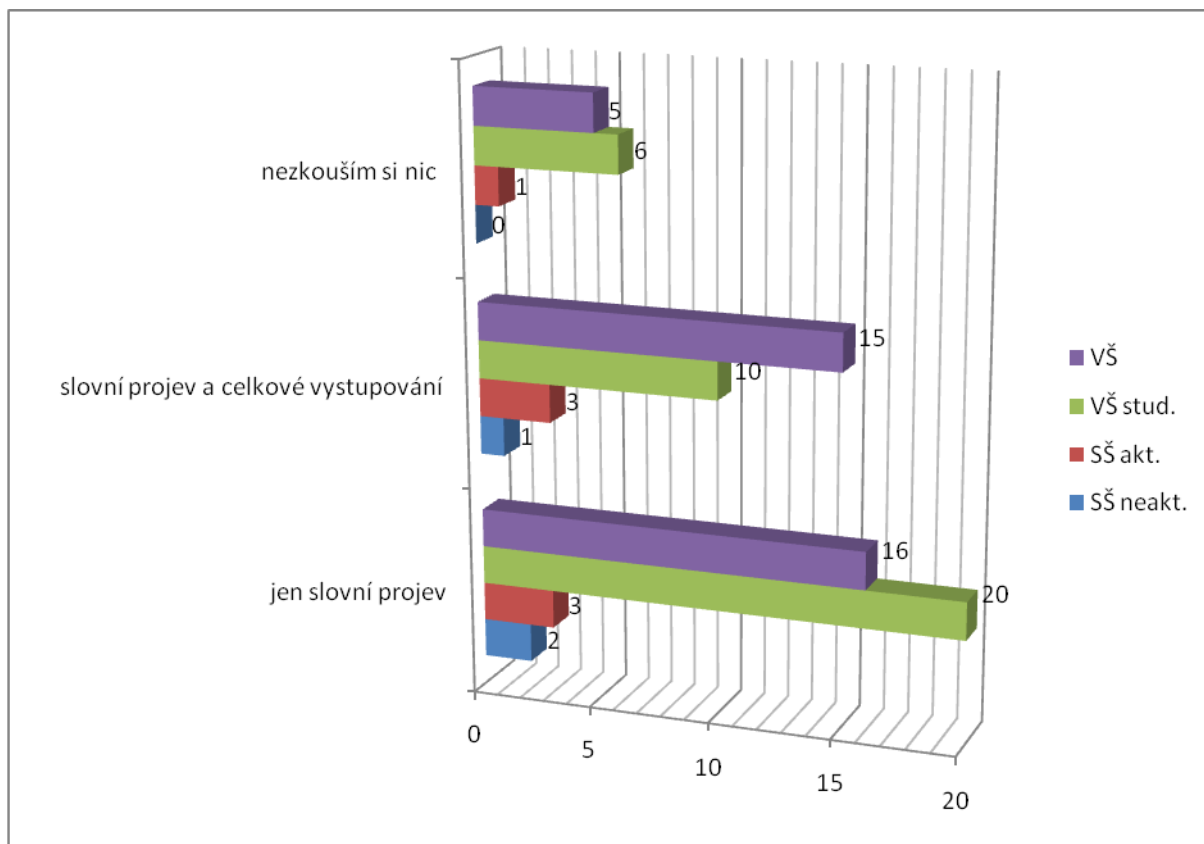
Ve skupině č. 2, kde celek tvoří 7 respondentů a je možné víc odpovědí, možnost a) před zrcadlem nebyla vůbec označena, 1 možnost b) před rodinou/přáteli, 5 možnost c) přednášku si říkám nahlas, možnost d) přednášku si pouze pročítám, nebyla označena ani jednou a možnost e) přednášku si nezkouším, byla zvolena 1.

Ze skupiny č. 3, kde celek tvoří 36 respondentů a je možné víc odpovědí, 7 byla označena možnost a) před zrcadlem, 5 možnost b) před rodinou/přáteli, 25 možnost c) přednášku si říkám nahlas, 5 možnost d) přednášku si pouze pročítám a možnost e) přednášku si nezkouším, byla zvolena 9.

Ze skupiny č. 4, kde tvoří 36 respondentů a je možné víc odpovědí, 9 byla označena možnost a) před zrcadlem, 6 možnost b) před rodinou/přáteli, 16 možnost c)

přednášku si říkám nahlas, 6 možnost d) přednášku si pouze pročítám a možnost e) přednášku si nezkouším, byla zvolena 5.

Graf 17 Možnosti zkoušky prezentačních dovedností



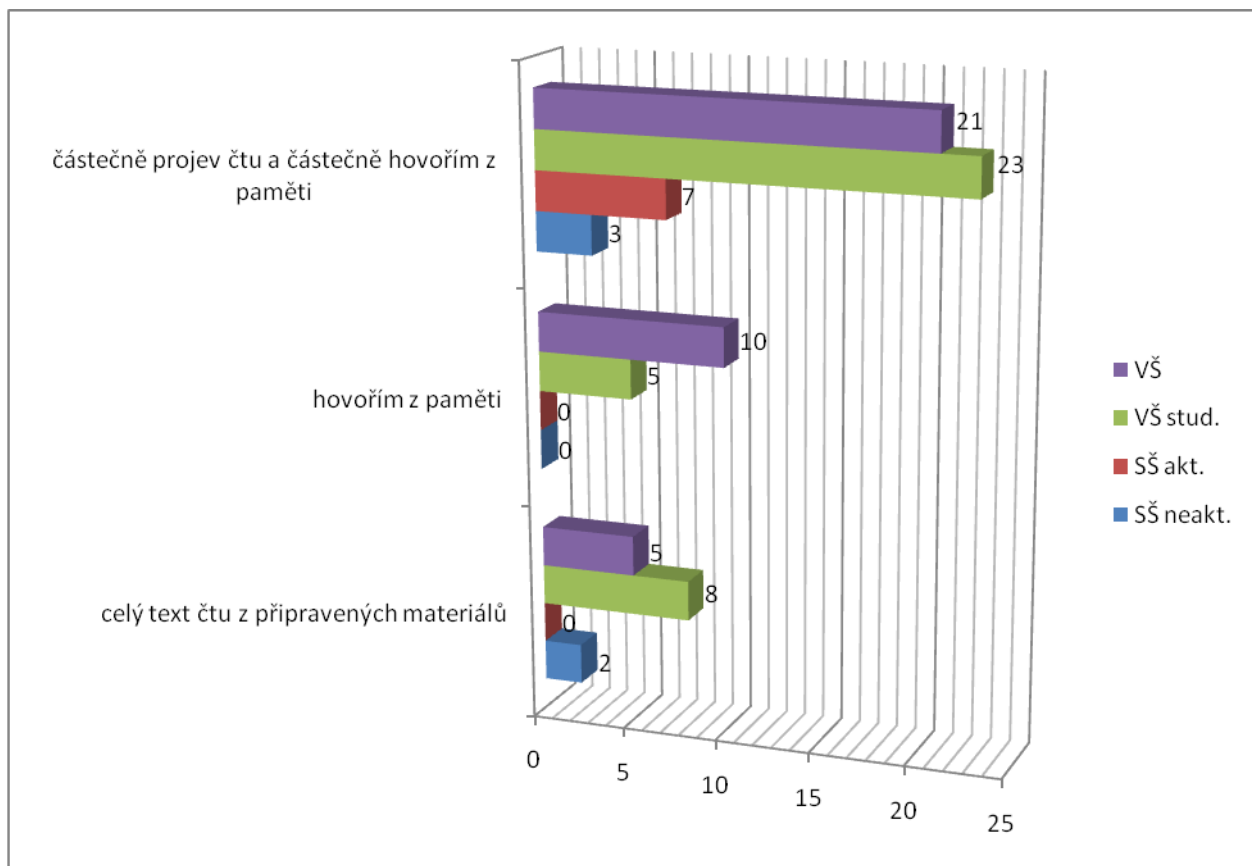
Graf ukazuje, že ve skupině č. 1, kde 100 % je 5 lidí, si 2 (40 %) zkouší jen slovní projev, 1 (20 %) slovní projev a celkové vystupování a 2 (40 %) si nezkouší nic.

Ze skupiny č. 2, kde 100 % je 7 dotazovaných, si 3 (43 %) zkouší jen slovní projev, 3 (43 %) slovní projev a celkové vystupování a 1 (14 %) si nezkouší nic.

Ve skupině č. 3, kde 100 % je 36 lidí, si 20 (56 %) zkouší jen slovní projev, 10 (28 %) slovní projev a celkové vystupování a 6 (16 %) si nezkouší nic.

Ve skupině č. 4, kde 100 % je 36 lidí, si 16 (44 %) zkouší jen slovní projev, 15 (42 %) slovní projev a celkové vystupování a 5 (14 %) si nezkouší nic.

Graf 18 Způsob přednášení



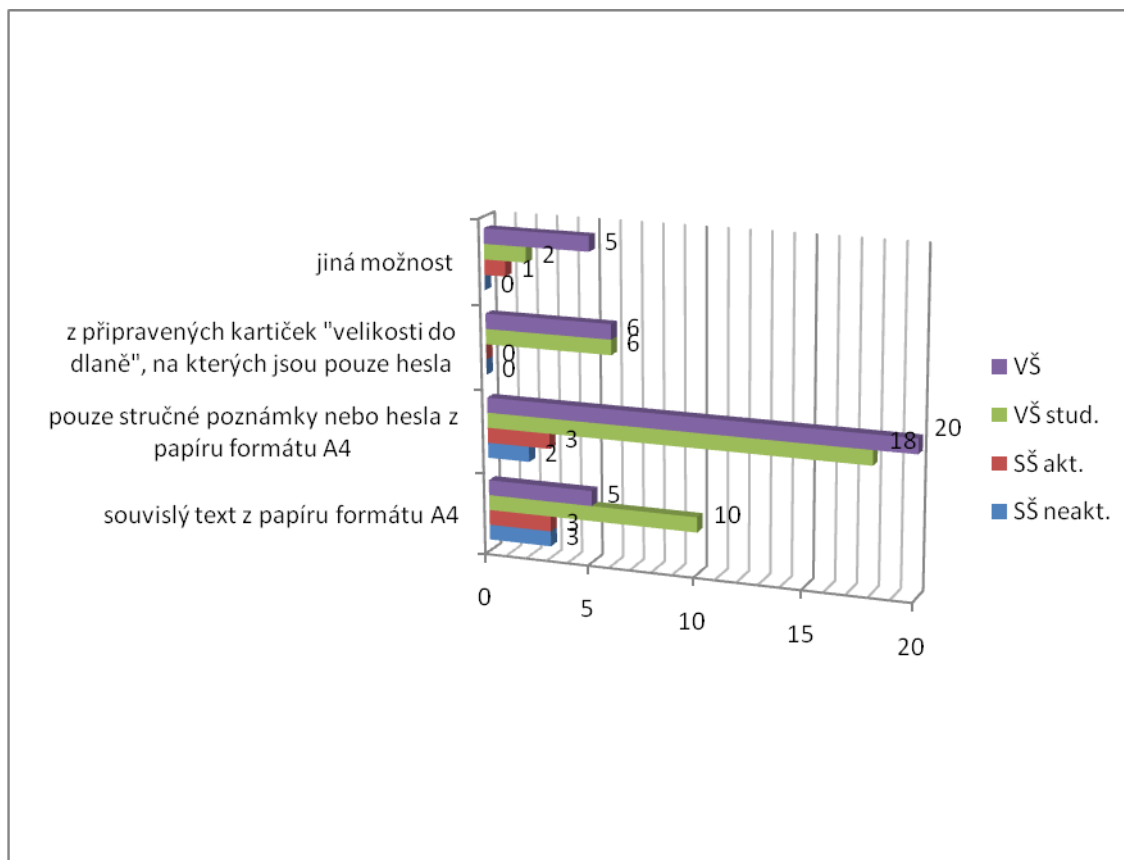
Z grafu je patrné, že ve skupině č. 1, kde 100 % tvoří 5 dotazovaných, 2 (40 %) respondenti celý text čtou z připravených materiálů, částečně projev čtou a částečně hovořím z paměti 3 (60 %) dotazovaní a z této skupiny 0 respondentů nehovoří z paměti.

Ve skupině č. 2, kde 100 % tvoří 7 dotazovaných, 0 respondentů celý text čte z připravených materiálů a stejný počet hovoří z paměti, 7 (100 %) dotazovaných z této skupiny částečně projev čte a částečně hovoří z paměti.

Ve skupině č. 3, kde 100 % tvoří 36 dotazovaných, 8 (22 %) respondentů celý text čte z připravených materiálů, 5 (14 %) dotazovaných hovoří z paměti a 23 (64 %) dotazovaných z této skupiny částečně projev čte a částečně hovoří z paměti.

Ve skupině č. 4, kde 100 % tvoří 36 dotazovaných, 5 (14 %) respondentů celý text čte z připravených materiálů, 10 (28 %) hovoří z paměti a 21 (58 %) dotazovaných z této skupiny částečně projev čte a částečně hovoří z paměti.

Graf 19 Typ podkladů



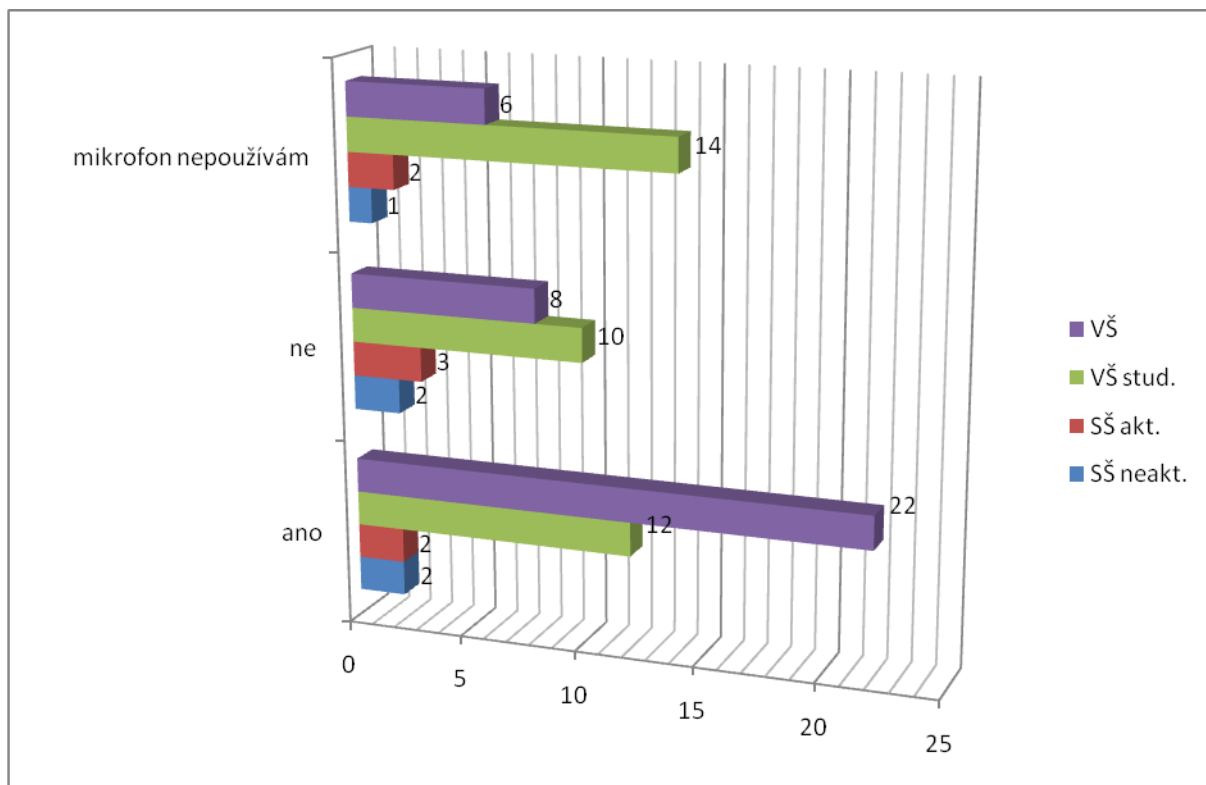
Z grafu vyplývá, že ve skupině č. 1, kde 100 % tvoří 5 dotazovaných, 3 (60 %) předčítá svůj projev ze souvislého textu z papíru formátu A4, 2 (40 %) respondenti používají pouze stručné poznámky nebo hesla z papíru formátu A4, na ostatní možnosti neodpověděl nikdo.

Ve skupině č. 2, kde 100 % tvoří 7 dotazovaných, 3 (42,5 %) předčítá svůj projev ze souvislého textu z papíru formátu A4, 3 (42,5 %) respondenti používají pouze stručné poznámky nebo hesla z papíru formátu A4, 0 respondentů používá kartičky „velikosti do dlaně“ a 1 (15 %) respondent čte z obrazovky počítače.

Ve skupině č. 3, kde 100 % tvoří 36 dotazovaných, 10 (28 %) předčítá svůj projev ze souvislého textu z papíru formátu A4, 18 (50 %) respondenti používají pouze stručné poznámky nebo hesla z papíru formátu A4, 6 (17 %) respondentů používá kartičky „velikosti do dlaně“ a 2 (5 %) respondenti zvolili jinou možnost, čtení z obrazovky počítače a z vtištěného konceptu Power Point.

Ve skupině č. 4, kde 100 % tvoří 36 dotazovaných, 5 (14 %) předčítá svůj projev ze souvislého textu z papíru formátu A4, 20 (56 %) respondenti používají pouze stručné poznámky nebo hesla z papíru formátu A4, 6 (17 %) respondentů používá kartičky „velikosti do dlaně“ a 5 (13 %) respondenti zvolili jinou možnost, čtení z obrazovky počítače, z vytištěného konceptu Power Point.

Graf 20 Používání mikrofonu



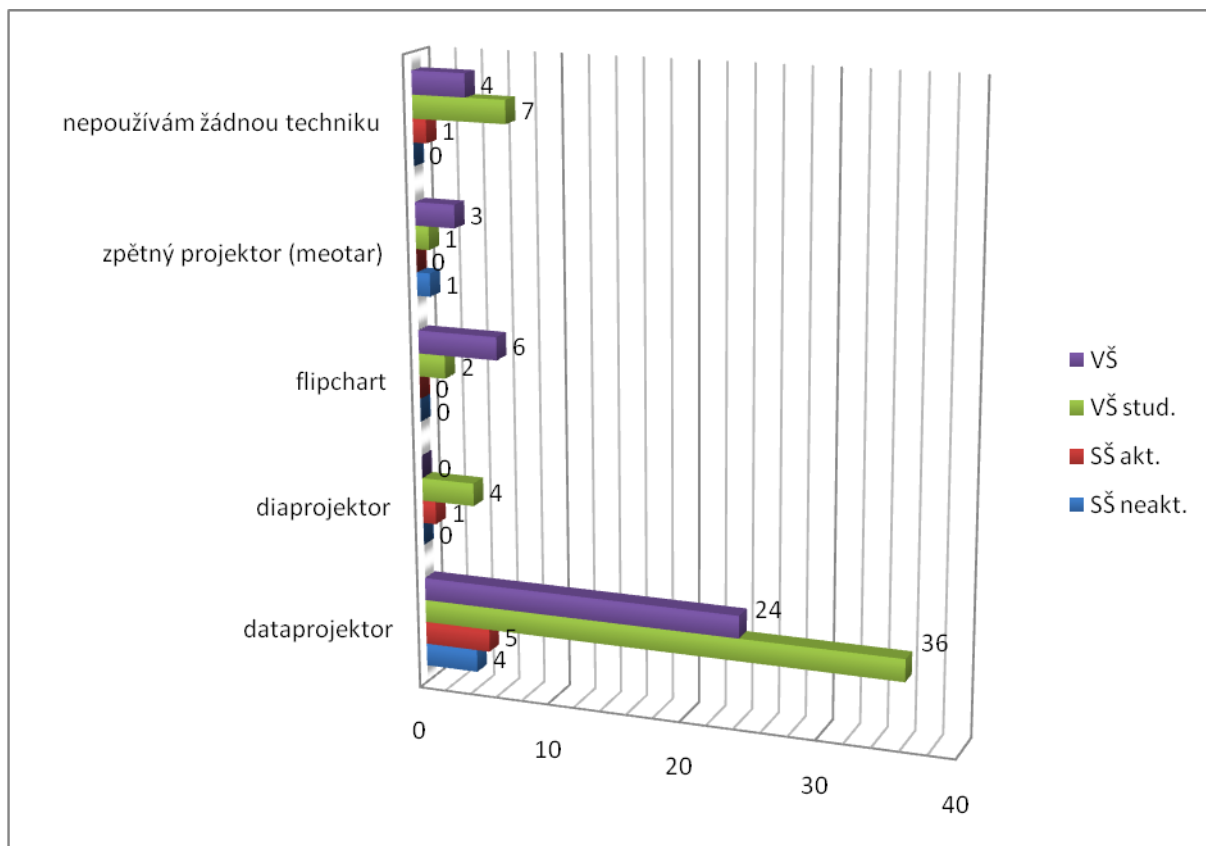
Ze skupiny č. 1, kde 100 % představuje 5 respondentů, 2 (40 %) lidé umí používat mikrofon, 2 (40 %) neumí a 1 (20 %) ho nepoužívá.

Ze skupiny č. 2, kde 100 % představuje 7 respondentů, 2 (29 %) lidé umí používat mikrofon, 3 (42 %) neumí a 2 (29 %) ho nepoužívá.

Ze skupiny č. 3, kde 100 % představuje 36 respondentů, 12 (33 %) lidé umí používat mikrofon, 10 (28 %) neumí a 14 (39 %) ho nepoužívá.

Ze skupiny č. 4, kde 100 % představuje 36 respondentů, 22 (61 %) lidé umí používat mikrofon, 8 (22 %) neumí a 6 (17 %) ho nepoužívá.

Graf 21 Prezentační technika



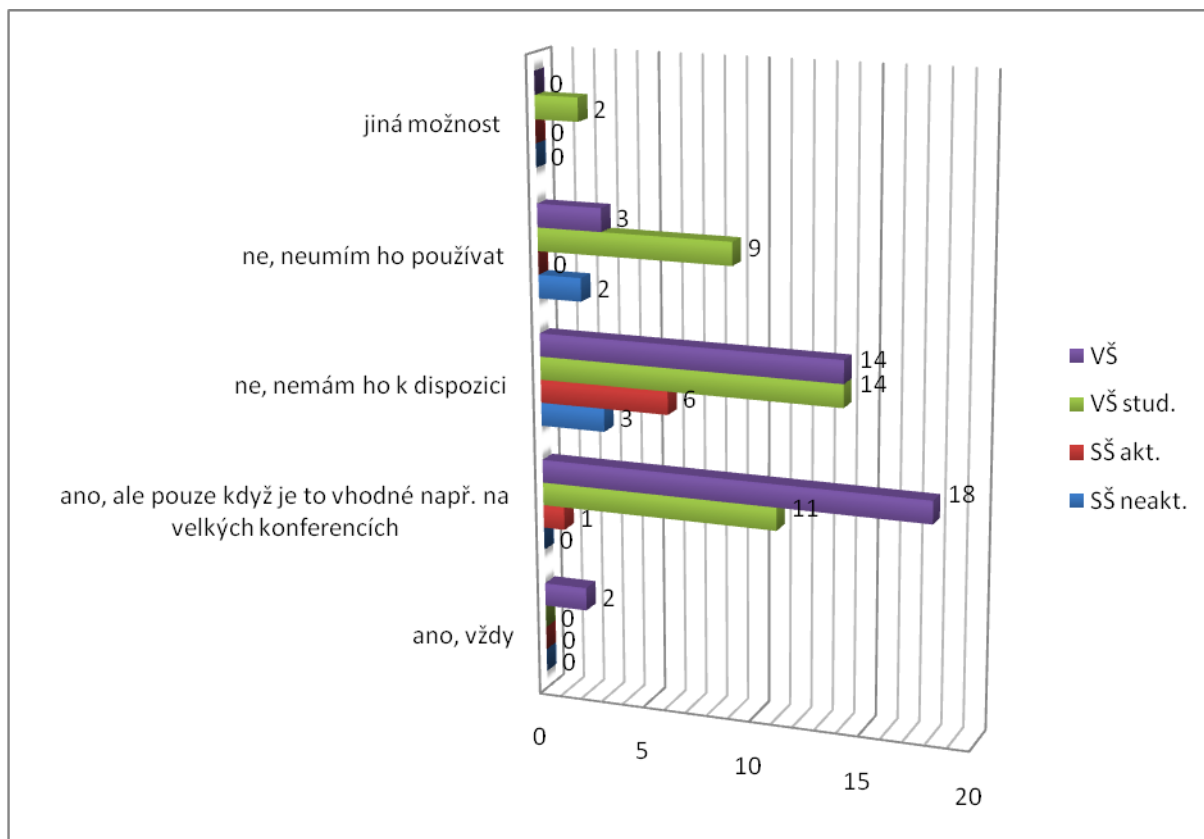
Z tohoto grafu je patrné, že ve skupině č. 1, kde celek je 5 respondentů a bylo možno více odpovědí, byla označena možnost a) dataprojektor 4, zpětný projektor 1 a ostatní možnosti nebyly označeny.

Ve skupině č. 2, kde celek je 7 dotazovaných a bylo možno více odpovědí, byla označena možnost a) dataprojektor 5, diaprojektor 1, zpětný projektor a flipchart nebyly označeny a 1 byla označena možnost e) nepoužívám žádnou techniku.

Ve skupině č. 3, kde celek je 36 dotazovaných a bylo možno více odpovědí, byla označena možnost a) dataprojektor 36, diaprojektor 4, flipchart 2, zpětný projektor 1 a 7 byla označena možnost e) nepoužívám žádnou techniku.

Ve skupině č. 4, kde celek je 36 dotazovaných a bylo možno více odpovědí, byla označena možnost a) dataprojektor 24, diaprojektor 6, flipchart 6, zpětný projektor 3 a 4 byla označena možnost e) nepoužívám žádnou techniku.

Graf 22 Používání laserového ukazovátka



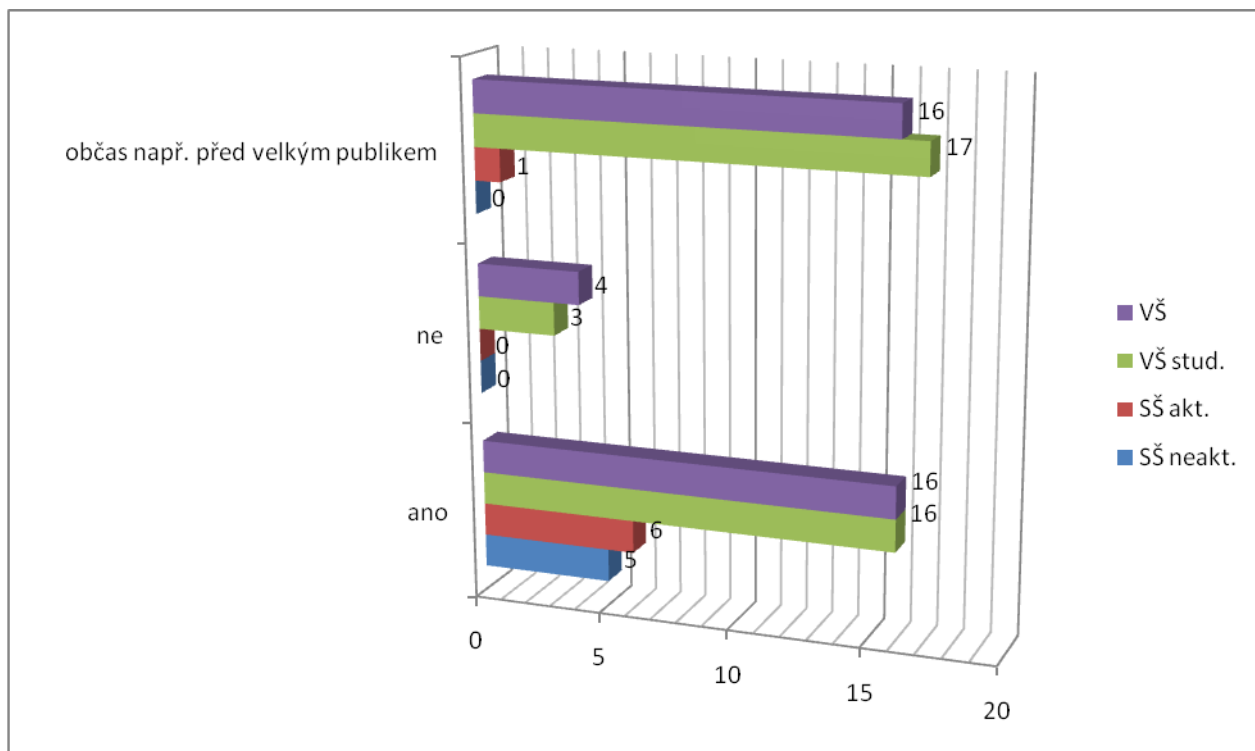
Ze skupiny č. 1, kde 100 % představuje 5 respondentů, 3 (60 %) nepoužívají laserové ukazovátka, protože ho nemají k dispozici, 2 (40 %) nepoužívají laserové ukazovátka, protože ho neumějí používat, ostatní možnosti nebyly označeny.

Ze skupiny č. 2, kde 100 % představuje 7 respondentů, 1 (14 %) používá toto ukazovátka, ale jen když je to vhodné, 6 (86 %) nemá laserové ukazovátka k dispozici, ostatní možnosti nebyly označeny.

Ze skupiny č. 3, kde 100 % představuje 36 respondentů, 11 (31 %) používá toto ukazovátka, ale jen když je to vhodné, 14 (39 %) nemá laserové ukazovátka k dispozici, 9 (25 %) ho neumí používat a 2 (5 %) označili jinou možnost (nepotřebuje ho, nevím, nemám zkušenost).

Ze skupiny č. 4, kde 100 % představuje 36 respondentů, 2 (5 %) používají ukazovátka vždy, 18 (49 %) používá toto ukazovátka, ale jen když je to vhodné, 14 (38 %) nepoužívají laserové ukazovátka, protože ho nemá k dispozici, 3 (8 %) ho neumějí používat, ostatní možnosti nebyly označeny.

Graf 23 Přítomnost trému



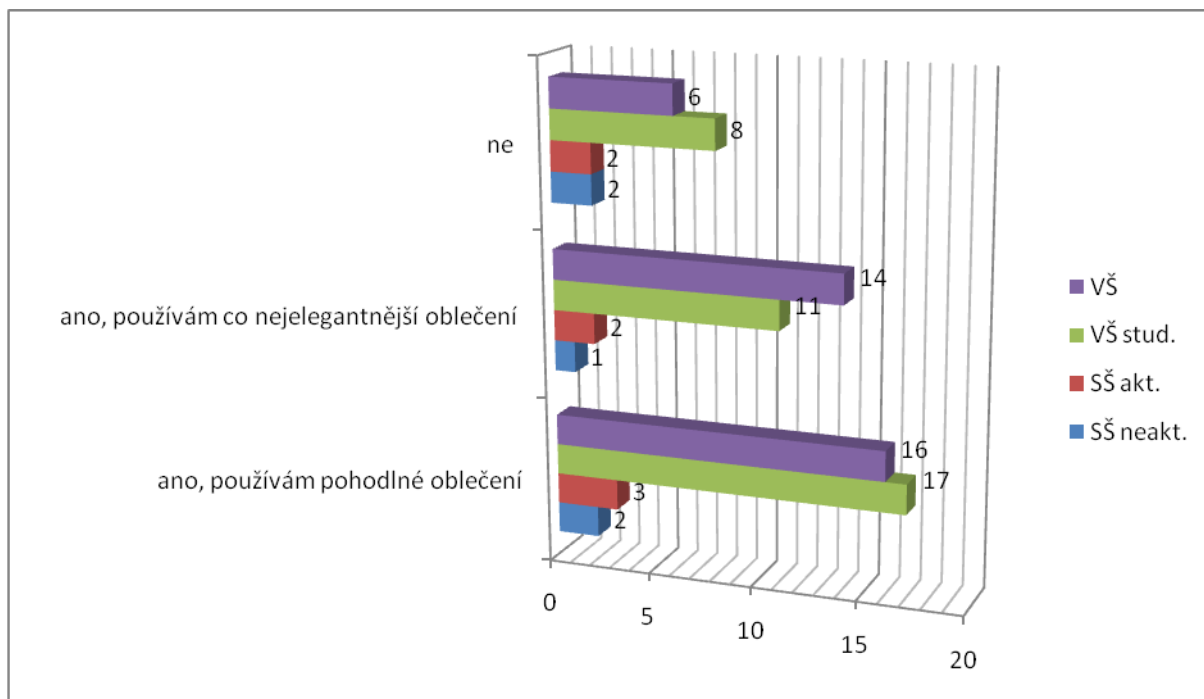
Ve skupině č. 1, kde 100 % představuje 5 respondentů, má 5 (100 %) dotazovaných trému.

Ve skupině č. 2, kde 100 % představuje 7 respondentů, má 6 (86 %) trému vždy a 1 (14 %) jen před velkým publikem.

Ve skupině č. 3, kde 100 % představuje 36 respondentů, má 16 (44 %) trému vždy, 3 (8 %) nemají trému a 17 (48 %) jen před velkým publikem.

Ve skupině č. 4, kde 100 % představuje 36 respondentů, má 16 (44,5 %) trému vždy, 4 (11 %) nemají trému a 16 (44,5 %) jen před velkým publikem.

Graf 24 Příprava oblečení na prezentaci



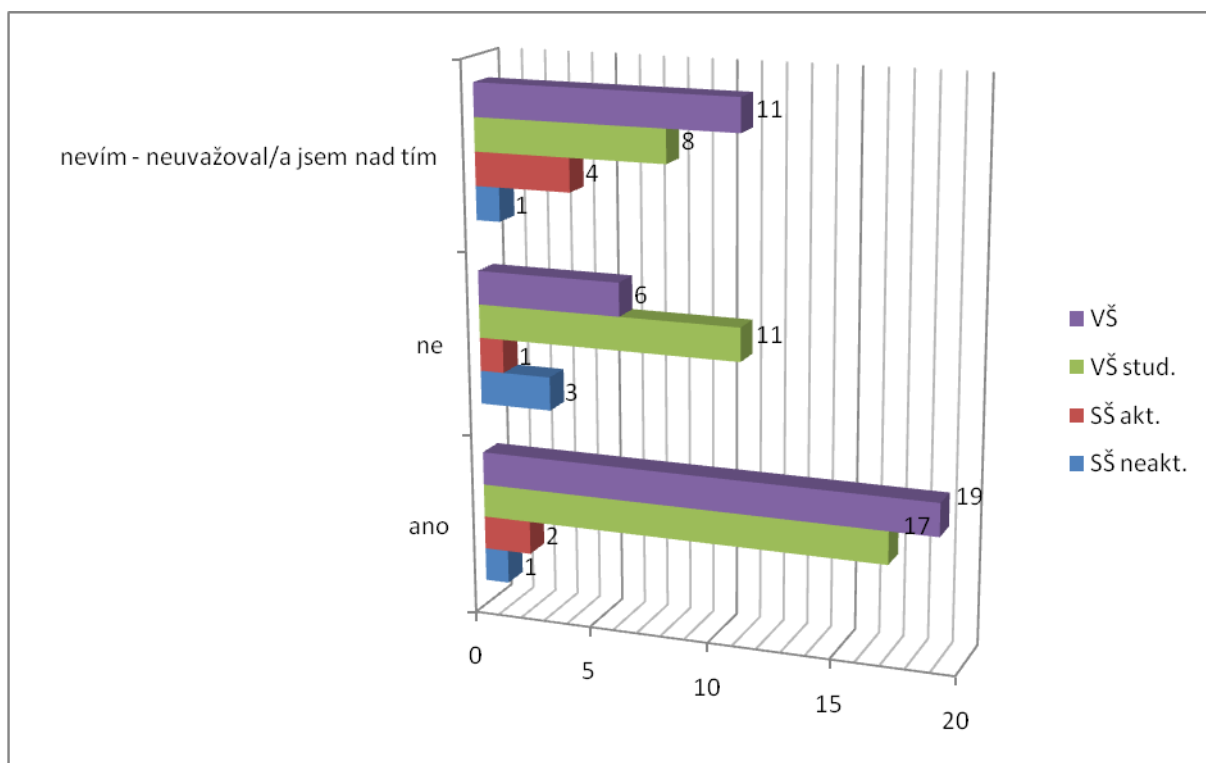
Ve skupině č. 1, kde 100 % představuje 5 respondentů, se 2 (40 %) věnují svému oblečení a volí co nejpohodlnější, 1 (20 %) volí co nejelegantnější oblečení bez ohledu na pohodlnost a 2 (40 %) se oblečení nevěnuje.

Ve skupině č. 2, kde 100 % představuje 7 respondentů, se 3 (43 %) věnují svému oblečení a volí co nejpohodlnější, 2 (29 %) volí co nejelegantnější oblečení bez ohledu na pohodlnost a 2 (28 %) se oblečení nevěnuje.

Ve skupině č. 3, kde 100 % představuje 36 respondentů, se 17 (47 %) věnují svému oblečení a volí co nejpohodlnější, 11 (31 %) volí co nejelegantnější oblečení bez ohledu na pohodlnost a 8 (22 %) se oblečení nevěnuje.

Ve skupině č. 4, kde 100 % představuje 36 respondentů, se 16 (45 %) věnují svému oblečení a volí co nejpohodlnější, 14 (39 %) volí co nejelegantnější oblečení bez ohledu na pohodlnost a 6 (16 %) se oblečení nevěnuje.

Graf 25 Zájem o semináře v rámci celoživotního vzdělávání s tématem prezentačních dovedností



Ve skupině č. 1, kde 100 % představuje 5 respondentů, by 1 dotazovaný (20 %) zajímali semináře s tématem prezentačních dovedností, 3 (60 %) ne a 1 (20 %) nad tím neuvažuje.

Ve skupině č. 2, kde 100 % představuje 7 respondentů, by 2 dotazovaní (29 %) zajímali semináře s tématem prezentačních dovedností, 1 (14 %) ne a 4 (57 %) nad tím neuvažuje.

Ve skupině č. 3, kde 100 % představuje 36 respondentů, by 17 dotazovaných (47 %) zajímali semináře s tématem prezentačních dovedností, 11 (31 %) ne a 8 (22 %) nad tím neuvažuje.

Ve skupině č. 4, kde 100 % představuje 36 respondentů, by 19 dotazovaných (53 %) zajímali semináře s tématem prezentačních dovedností, 6 (17 %) ne a 11 (30 %) nad tím neuvažuje.

4.2 Výsledky pozorování prezentačních dovedností sester

POZOROVÁNÍ	ano	ne
	ano	ne
správně zvolené médium	20	0
typ média:		
projekce při denním světle	8	
flipchart	2	
diaprojekce	7	
napichovací tabule	1	
dataprojektor	18	
správné dýchání	16	4
vhodná síla hlasu	14	6
spisovná výslovnost	17	3
správné frázování	15	5
správná intonace	10	10
správné mluvní tempo	13	7
přítomnost slovní vaty	10	10
správná výslovnost cizích slov	15	5
řečník čte poznámky z papíru	10	10
řečník sleduje reakce publika	12	8
řečník stojí čelem k publiku	15	5
řečník nepoužívá zbytečné pohyby	9	11
řečník používá "berličky"	9	11
vhodné oblečení	18	2
vhodné osvětlení	15	5
vhodné použití nonverbální komunikace	15	5
stálý oční kontakt s publikem	9	11
logický sled informací	19	1
používání příkladů	16	4
dodržení pevné struktury prezentace	19	1
byla prezentace dobře připravená	18	2

Z výsledků pozorování vyplývá, že přednášející umějí správně zvolit medium, které využívají při přednášení. Nejčastějším médiem je dataprojektor, který byl použit v 18 případech. Častější chyby nebyly zjištěny v oblékání, při přípravě přednášky, držení logického sledu informací, ani ve spisovné výslovnosti. Přednášející nemají potíže s dodržáním pevné struktury prezentace. Většina řečníků (16 z 20) při přednášení správně dýchalo a vhodně užívalo příklady z praxe. 15 řečníků z celkového množství užilo vhodné osvětlení, řečník stál čelem k publiku, správně vyslovoval cizí slova a frázoval. Správnou sílu hlasu zvolilo 14 řečníků. 13 řečníků z celkového množství mluvilo správnou rychlostí. Řečníci sledovali reakce publika ve 12 případech. Správnou intonaci mělo 10 řečníků. Přítomnost slovní vaty byla zjištěna v 10 případech. Jen 9 řečníků z 20 četlo poznámky z papíru, používalo "berličky" a udržovalo stálý oční kontakt s publikem.

5. Diskuse

Hlavním cílem této práce bylo zjistit, zda úroveň prezentačních dovedností souvisí s přístupem sester ke vzdělávání, případně s jeho úrovní. Byly vybrány sestry z pražských zdravotnických zařízení a studentky z III. ročníku ZSF JCU kombinovaná forma. Studentek bylo osloveno 50, návratnost dotazníků byla 100% a všechny dotazníky byly správně vyplněny. Mezi ostatní sestry bylo rozdáno 200 dotazníků, vrátilo se jich 160, což je 80% návratnost, z toho bylo 10 chybně vyplněno a byly vyřazeny ze zpracování výzkumu. Dotazníky byly po sebrání rozděleny do čtyř skupin, sestry se středním nebo vyšším vzděláním bez aktivního přístupu k celoživotnímu vzdělávání, sestry se středním nebo vyšším vzděláním s aktivním přístupem k celoživotnímu vzdělávání, sestry studentky vysoké školy a sestry s vysokoškolským vzděláním. Sestry byly vybírány podle tohoto kritéria, z každé uvedené skupiny 50 sester. Při realizaci výzkumné části nás mile překvapil vysoký zájem sester o vyplnění dotazníků. Také bylo překvapující, jak obtížné je v praxi najít sestry s vysokoškolským vzděláním, tyto sestry obvykle nepracují u lůžka nebo v ambulancích. Předpokládáme, že respondenti uvítali možnost vyjádřit se prostřednictvím anonymního dotazníku k této problematice.

Pro řešení tématu práce byly stanoveny čtyři hypotézy. H1 – sestry, které mají vysokoškolské vzdělání, mají nejlepší prezentační dovednosti. H2 – sestry, které nestudují VŠ, ale aktivně navštěvují vzdělávací akce, mají lepší prezentační dovednosti než sestry, které je nenavštěvují. H3- sestry, které mají středoškolské nebo vyšší vzdělání a nemají aktivní přístup při návštěvách vzdělávacích akcí, nemají prezentační dovednosti. H4 – nejčastější chybou při přednášení je čtení textu. Hypotézy 1 – 3 byly ověřovány dotazníkem, hypotéza 4 kvantitativním pozorováním. Všechny čtyři výše uvedené skupiny obdržely stejný dotazník. Sebrané dotazníky byly dále rozděleny podle otázek č. 4, 5 a 8 do čtyř základních skupin a po zpracování výsledků došlo k jejich vzájemnému porovnání.

Před zpracováním výsledků jsme neočekávali, že typ oddělení, na kterém sestra pracuje, příliš nesouvisí s dosaženým vzděláním, ve všech skupinách byly jednotlivé typy oddělení zastoupeny relativně stejnoměrně. Jediný, nepříliš velký rozdíl je ve

skupině neaktivních sester, se SŠ nebo VOŠ, kde na standardním lůžkovém oddělení pracovala více jak polovina sester. Toto má zřejmě souvislost i s nejpočetnější skupinou sester do věku 25 let. Je předpoklad, že většina sester, které chtějí pracovat ve zdravotnictví, nastoupí po získání aspoň základního odborného vzdělání, právě na tento typ oddělení. Kde se postupně „rozkoukávají“ a zjišťují své další možnosti.

Také je s podivem, že ve skupině neaktivní sestry se SŠ a VOŠ byla 2x uvedena publikační činnost a 1x dokonce vědecká činnost. Na rozdíl od skupiny aktivních sester, kde se tomuto nevěnuje nikdo a studentek VŠ, kde se vědecké činnosti nevěnuje také nikdo. Z 50 vysokoškolsky vzdělaných sester a 50 sester, které studují VŠ je poměrně velká část, která nikdy nepřednášela před publikem, a to jsme nepředpokládali. Z 50 sester, které mají VŠ se 12 nikdy neučilo prezentovat. Z průběhu sběru dotazníků také vyplývá, že i když se část sester stále věnuje svému vzdělávání z donucení, nejpočetnější skupinou jsou sestry, které mají SŠ nebo VOŠ a aktivní přístup ke svému vzdělávání, protože požadovaný počet respondentů z této skupiny byl získán velmi brzy. V otázce 17, která zjišťovala, co si respondent zkouší, byla nejčastější odpověď i ve skupinách, kde více sester mělo vzdělání v prezentačních dovednostech, možnost a) jen slovní projev. To je překvapivé s ohledem na poučky, které mimo jiných Buchtová uvádí ve své knize Rétorika, kde kvalitní přípravu popisuje, jako jeden z nejdůležitějších bodů prevence trémy. Přitom z grafu 23 je patrné, že většina respondentů ze všech skupin trpí trémou aspoň před velkým publikem. V grafu 14, ve kterém je zaznamenáno, v čem se zlepšily dovednosti dotazovaných po absolvování vzdělávání se zaměřením na prezentační dovednosti, není zvládnutí trémy příliš časté (ve skupině VŠ byla uvedena ve 5, ve skupině studentek VŠ 16, ve skupině SŠ nebo VOŠ s aktivním vzděláváním byla uvedena 1 a respondentů s SŠ nebo VOŠ s neaktivním přístupem byla uvedena 0). Proto je otázkou, zda mají respondenti dostatek vědomostí ze vzdělávacích akcí a nevyužívají jich nebo jestli je zvládnutí trémy podceňováno. U otázky č. 11 Kde jste se učil/a přednášet, uvedlo ve všech čtyřech skupinách jen malé množství respondentů možnost g) vlastní zkušenost – poučení z vlastních chyb. Otázkou je, zda je tento výsledek reálný a sestry se opravdu tak málo učí ze svých chyb, nebo jestli tuto otázku nesprávně pochopily. Drtivě nejvíce používanou technikou při prezentování je dataprojektor, jak ukazuje graf 21.

Hypotéza č. 1 – sestry, které mají vysokoškolské vzdělání, mají nejlepší prezentační dovednosti.

Tuto hypotézu jsme zvolili, proto, že většina sester, které mají tento typ vzdělání, studovala v době, kdy potřeba mít tyto dovednosti byla již veliká a předpokládá se, že oni budou prezentační dovednosti potřebovat ve své praxi. Z této skupiny přednášelo před publikem stejné množství sester jako ve skupině sester, které studují VŠ, ale výrazně víc než v ostatních skupinách, jak ukazuje graf 9. Při hodnocení výsledků jsme si všimli, že v této skupině z 36 sester, které přednášely, se učilo této dovednosti jen 24. Z tohoto počtu se většina učila prezentovat právě na vysoké škole (21), 6 zvolilo internetový kurz a samostudium, jen 4 se poučily se svých chyb a 7 sester si vybralo specializovaný kurz s praktickým nácvikem, z kterých 2 si tento kurz vybraly kvůli zaměstnání, 6 z vlastního zájmu a 1 se potřebuje zdokonalit, kvůli častému přednášení. V této skupině si 17 respondentů po absolvování vzdělání zlepšily prezentační dovednosti (viz. graf 14) . Z grafů 15 až 24 je patrné, že znalost teorie přednášení, ale i její využití v praxi mají sestry s VŠ vzděláním velmi dobře zvládnutou, dle grafu 15 je patrné, že 30 sester z této skupiny si zkouší svůj projev před přednášením. Z grafu 18 vyplývá, že více jak polovina 21 respondentů ze skupiny VŠ vzdělaných sester svůj projev částečně čte a částečně hovoří z paměti, ale pouze 6 z tohoto počtu, jak ukazuje graf 19, používá doporučené kartičky „velikosti do dlaně“, na kterých jsou pouze hesla, nejčastěji používaný podklad ve skupině VŠ, studující VŠ jsou stručné poznámky nebo hesla na papíru A4, ve skupině neaktivních sester se SŠ nebo VOŠ je to souvislý text z papíru formátu A4 a u aktivních sester se SŠ nebo VOŠ jsou ve stejném počtu uvedeny obě možnosti. S výjimkou skupiny neaktivních SŠ nebo VOŠ, kde tato možnost nebyla vůbec uvedena, byla také několikrát uvedena možnost, že nemají k dispozici poznámky v písemné podobě, ale jako vodítko používají obrazovku počítače, kde je zobrazen aktuální list Power Pointu, nebo mají k dispozici vytištěný koncept z tohoto programu. Většina vysokoškolsky vzdělaných sester z této skupiny umí např. používat mikrofon a laserové ukazovátko, ví jak se vhodně obléknout. Z této skupiny je také nejvíce sester, které by zajímalo případné zařazení seminářů s tématem prezentačních dovedností do systému celoživotního vzdělávání, jak je patrné z grafu 25.

Sestry v této skupině mají lepší prezentační dovednosti než sestry s nižším vzděláním, ale není významný rozdíl mezi sestrami s vysokou školou a sestrami, které studují VŠ v současné době. Myslíme si, že toto souvisí se změnou ve způsobu výuky na školách, kdy je v posledních letech dbáno na rozvoj řečnických dovedností studentů.

Hypotéza č. 1 byla tedy potvrzena, i když mezi sestrami, které studují vysokou školu a sestrami, které jsou již vysokoškolsky vzdělané, není velký rozdíl

H2 - sestry, které nestudují vysokou školu, ale aktivně navštěvují vzdělávací akce, mají lepší prezentační dovednosti než sestry, které je nenavštěvují

Protože se domníváme, že úroveň prezentačních dovedností souvisí se vzděláním, zvolili jsme tuto hypotézu. Jak ukazuje graf 9, přednášelo z této skupiny 7 sester. Z těchto 7 sester se učily přednášet pouze 2 (viz. graf 10). Přičemž v další otázce byly uvedeny možnosti internetový kurz, samostudium, střední škola a poučení z vlastních chyb (viz. graf 11). Ve skupině neaktivních přednášelo pouze 5 respondentů a z těchto 5 se tomu učili jen 3 (1 byla uvedena vyšší škola, 1 střední škola a 1 poučení z vlastních chyb). Ani v jedné skupině nebyla uvedena možnost a) specializovaný kurz s praktickým nácvikem. Z grafů 14, 15, 16, 17, 18 a 22 je patrné, že sestry s aktivním přístupem ke vzdělávání mají lepší prezentační dovednosti, naučily se zvládnout trému (graf 14), zkouší si svůj projev (graf 15 a 16), zkouší si slovní projev i celkové vystupování (graf 17), více hovoří z paměti (graf 18), umí lépe používat laserové ukazovátko (graf 22). V otázkách podkladů k předčítání projevu (graf 19), používání mikrofonu (graf 20), přítomnost trémy (graf 23) mají obě skupiny téměř stejné výsledky. Ani jedna skupina nemá velký zájem nebo neuvažovala o zařazení akcí na téma prezentace do systému celoživotního vzdělávání (graf 25). Hypotéza č. 2 byla potvrzena.

H3 - sestry, které mají středoškolské nebo vyšší vzdělání a nemají aktivní přístup při návštěvách vzdělávacích akcí, nemají prezentační dovednosti

Z této skupiny přednášelo nejméně (5 respondentů) sester (viz. graf 9), a přitom se v tomto směru vzdělávalo více sester než ve skupině dotazovaných s aktivním přístupem ke vzdělávání, ale jejich výsledky o kvalitě přednášení tomu neodpovídají

(viz. graf 10). Toto tvrzení také dokazuje graf č. 13, který naznačuje, že pouze 1 sestře se zlepšily prezentační dovednosti po absolvování vzdělání v tomto oboru. V grafu č. 11 je názorně ukázáno, že 1 bylo uvedeno, že se tomu sestra učila na střední škole, 1 na vyšší škole a 1 se poučila z vlastních chyb. Také z dalších odpovědí je patrné, že nemají dobré prezentační dovednosti a většina z nich (45 respondentů) nikdy nepřednášela, což je největší část ze všech čtyř skupin respondentů.

H4 – nejčastější chybou při přednášení sester je čtení textu

Z pozorování vyplynulo, že toto není nejčastější chyba, hypotéza se nepotvrdila. Nejčastěji pochybením u řečníků – sester bylo to, že řečník čte poznámky z papíru, používá "berličky" a neudrží stálý oční kontakt s publikem. Toto ukazuje také výsledková tabulka.

Také z výsledků dotazníků, i když nebyly zaměřeny na tuto hypotézu, vyplynulo, že toto je relativně častá dovednost přednášejících sester. Ve skupině sester se středním vzděláním a aktivním přístupem všech 7 sester, které přednášelo, částečně projev čte a částečně hovoří z paměti (viz. graf 18). V ostatních skupinách to bylo méně – VŠ 58,3%, sestry se SŠ a neaktivním přístupem 60%, u studujících VŠ 63,9% dotazovaných. Z pozorování i dotazníkového šetření vyplynulo, že čtení textu není nejčastější chybou při přednášení sester. Také tato hypotéza byla potvrzena.

Z výsledků šetření je zřejmé, že v tomto ohledu je stále co zlepšovat. Celkově nejsou prezentační dovednosti sester na příliš dobré úrovni, i když je možno zde pozorovat jisté zlepšení ve výsledcích studujících VŠ a již VŠ sester, které již mnohem častěji přednášejí a jejich dovednosti jsou uspokojivé.

6. Závěr

Při případné přípravě seminářů s tímto tématem, by bylo dobré brát ohled na to, co je největší chybou při přednášení sester. Jeden z problémů při přednášení, který stále ve velké míře trvá, je tréma. Z šetření vyplynulo, že řada sester má vzdělání v oboru prezentace, ale také, že většina sester s tímto vzděláním stále trpí trémou. V tomto bodě je dobré si uvědomit, kteří lidé obecně přednášejí, většinou se nejedná o středoškoláky, ale právě spíše vysokoškolsky vzdělané lidi. A také platí, že většina lidí nemá s přednášením žádnou zkušenost. Tuto skutečnost uvádíme proto, abychom na prezentační dovednosti sester nehleděli příliš přísně. Faktem ale také je, že sestry by měly mít větší zájem, než ostatní příslušníci jiných povolání, o prezentační dovednosti, protože by je mohly velmi dobře využít v rámci svého celoživotního vzdělávání, a tím si ho i usnadnit a zpestřit. V malé míře se tyto dovednosti také dají využít při edukaci pacientů. Když bude sestra vědět, jak s pacientem mluvit, jak mu vysvětlit např. postup vyšetření, usnadní práci sobě a příjemní pacientovi pobyt v nemocnici. Pro zlepšení těchto dovedností u sester navrhujeme zařazení specializovaných kurzů s tímto tématem do systému celoživotního vzdělávání a při přípravě těchto kurzů by se mohly využít výsledky tohoto výzkumu, abychom věděli, na jaké konkrétní dovednosti je třeba se zaměřit, které sestram dělájí největší potíže. Součástí těchto kurzů by měl být také nácvik praktických dovedností. Teoretickou část, jak připravit přednášku (vyhledávání dat, logické řazení informací apod.) lze sdělit pouze ústně, ale způsob přednášení (jako je správná volba média, tónu hlasu, rychlosti mluvy apod.) je nutné doprovodit praktickým nácvikem. Když budou mít sestry dostatek znalostí jak správně vytvořit a přednést svůj projev,lepší se jejich sebevědomí a zvýší se počet těch, které budou přednášet.

Cílem práce bylo zjistit, zda souvisí úroveň prezentačních dovedností s přístupem sester ke vzdělávání. Z výsledků šetření vyplývá, že ano. Prezentační dovednosti a celkově aktivita při vyhledávání příležitostí k přednášení je nejnižší u sester, které mají SŠ nebo VOŠ vzdělání a aktivně si nevyhledávají vzdělávací akce a

přímou úměrou roste s přístupem a výší vzdělání. Protože byly porovnávány studentky 3. ročníku a sestry s VŠ je rozdíl mezi nimi zanedbatelný.

Hypotéza č. 1: sestry, které mají vysokoškolské vzdělání, mají nejlepší prezentační dovednosti, byla potvrzena, i když sestry, které studují vysokou školu a sestry, které jsou již vysokoškolsky vzdělané, mají tyto dovednosti na velmi podobné úrovni.

Hypotéza č. 2: sestry, které nestudují vysokou školu, ale aktivně navštěvují vzdělávací akce, mají lepší prezentační dovednosti než sestry, které je nenavštěvují se potvrdila zcela, jak je popsáno v předchozí kapitole.

Hypotéza č. 3: sestry, které mají středoškolské nebo vyšší vzdělání a nemají aktivní přístup při návštěvách vzdělávacích akcí, nemají prezentační dovednosti se potvrdila. Z důvodů, které jsou také popsány v předchozí kapitole.

Hypotéza č. 4: nejčastější chybou při přednášení sester je čtení textu, tato hypotéza se nepotvrdila.

7. Seznam použitých zdrojů

1. BĚLOHLÁVKOVÁ, V. *33 základních rad jak úspěšně prezentovat*. 1.vyd. Brno: Computer Press, 2004. 110 s. ISBN 80-251-0326-9.
2. Boloňský proces, Vytváření Evropského prostoru vysokoškolského vzdělávání. (cit. 28. 12. 2008). dostupné z WWW: <http://www.bologna.msmt.cz/>.
3. BUCHTOVÁ, B. *Rétorika*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. 212 s. ISBN 80-247-0868-X.
4. Časté chyby řečníků, Klíčové projevy řeči těla. (cit. 28. 12. 2008). dostupné z WWW: <http://www.uspesnaprezentace.cz/>.
5. DORAZILOVÁ, Radmila. Jak na celoživotní vzdělávání. *Sestra*, Praha:2006, číslo 6, str. 20. ISSN 1210-0404.
6. HALL, G. H. *Jak připravit úspěšnou přednášku*. Praha: Galén, 2006. 112 s. ISBN 80-7262-422-9.
7. HARTL, P. *Kompendium pedagogické psychologie dospělých*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1999. 231 s. ISBN 80-7184-841-7.
8. HIERHOLD, E. *Rétorika a prezentace*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2005. 408 s. ISBN 80-247-0782-9.
9. JURÁSKOVÁ, D. Celoživotní vzdělávání a role odborných společností. (cit. 29. 12. 2009). dostupné z WWW: http://www.cszt.cz/96/celoziv_vzdel.htm.
10. JURÁSKOVÁ, Dana. Celoživotní vzdělávání sester a kreditní systém. (cit. 4. 1. 2009).dostupné z WWW:<http://www.medicinapropraxi.cz/pdfs/med/2006/05/11.pdf>
11. KOHOUTOVÁ, Ivana. Problém z jiného úhlu. *Sestra*, Praha:2006, číslo 4, str. 18 – 19. ISSN 1210-0404.
12. KRÁLÍČKOVÁ, Ivana. Zkušenosti ze studia ošetřovatelství na vysoké škole. *Sestra*, Praha:2006, číslo 6, str. 16 – 17. ISSN 1210-0404.
13. LANGMEIER, J., KREJČÍKOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 4. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
14. MÁDLOVÁ, Ivana. Výchova samostatné a zodpovědné sestry na terciální úrovni vzdělávání. *Sestra*, Praha: 2006, číslo 4, str. 18 – 19. ISSN 1210-0404.

15. MALINKOVÁ, Marie. Specializační vzdělávání NZP středního a vrcholového managementu. *Sestra*, Praha:2007, číslo 1, str. 18. ISSN 1210-0404.
16. MEDLÍKOVÁ, O. *Přesvědčivá prezentace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008. 144 s. ISBN 978-80-247-2278-8.
17. MEŠKO, D., KATUŠČÁK, D. *Akademická příručka*. 1. vyd. Martin: Osveta, 2004. 316 s. ISBN 80-8063-150-6.
18. MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2003. 368 s. ISBN 247-0650-4.
19. MINIBERGOVÁ, Lenka. Vzdělávání v komunikaci. *Sestra*, Praha:2007, číslo 6, str. 17. ISSN 1210-0404.
20. MUŽÍK, Jaroslav. Andragogické aspekty celoživotního vzdělání sester. *Florence*. Praha: 2006, ročník II, číslo 11, str. 48. ISSN 1801-464X.
21. PETRÁČKOVÁ, V., KRAUS, J. a kol. *Akademický slovník cizích slov*. 1.vyd. Praha: Academia, 2001. 834 s. ISBN 80-200-0607-9.
22. POKOJOVÁ, Radomíra. Dopad modulového systému celoživotního vzdělávání do praxe. *Sestra*, Praha: 2006, číslo 11, str. 15-16. ISSN 1210-0404.
23. POKORNÁ, A. *Efektivní komunikační techniky v ošetrovatelství*. 2.vyd. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně, 2008. 100 s. ISBN 978-80-7013-466-5.
24. PROKOPIUSOVÁ, Dagmar. Specializační vzdělávání Rámcové vzdělávací programy. *Florence*. Praha: 2006, ročník II, číslo 7-8, str. 13 – 14. ISSN 1801-464X.
25. ŠKUBOVÁ, Jarmila. Zkouška k vydání osvědčení. *Florence*. Praha: 2006, ročník II, číslo 7-8, str. 12. ISSN 1801-464X.
26. TOMEK, Vratislav. Úhrada nákladů na celoživotní vzdělávání. *Sestra*, Praha:2007, číslo 7-8, str. 11. ISSN 1210-0404.
27. VÁGNEROVÁ, M. *Základy psychologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005. 356 s. ISBN 80-246-0841-3.
28. VIDOVIČ, Saša. E-Learning není nedostupné vzdělávání. *Florence*. Praha:2006, ročník II, číslo 11, str. 46. ISSN 1801-464X.

29. ŽALOUĐÍK, Jan., KUBEŠOVÁ, Hana. Chceme vysokoškolsky vzdělané sestry? A jak moc?. *Florence*. Praha: 2006, ročník II., číslo 6, str. 44. ISSN 1801-464X.

8. Klíčová slova

Sestra

Prezentace

Prezentační dovednosti

Vzdělání

System celozivotního vzdělávání

9. Přílohy

Příloha č. 1 – Kolik potřebujeme času na přípravu prezentace?

Příloha č. 2 – Dechová cvičení

Příloha č. 3 – Tabulky správné výslovnosti

Příloha č. 4 – Změna negativních myšlenek na konstruktivní

Příloha č. 5 – Reichovy zóny svalové tenze

Příloha č. 6 – Dotazník pro sestry

Příloha č. 7 – Arch kvantitativního pozorování

Příloha č. 1 – Kolik potřebujeme času na přípravu prezentace?



zdroj: E. Hierhold – Rétorika a prezentace (8)

Příloha č. 2 – Dechová cvičení

Cvičení

Dechové cvičení s pohybem

- Po 10 krocích svižné chůze se na 2 kroky nadechneme, na 2 kroky dech zadržíme a na 6 kroků vydechujeme.
- Uděláme 5 dřepů – pak zkoušíme 5 nádechů a 5 výdechů.

Cvičení na prodloužení dechu

Hluboce se nadechneme. Na 1 nádech říkáme co nejdelší část textu, nad kterým nemusíme přemýšlet – například delší říkadla, text písně, měsíce v roce tam i zpět...

Cvičení hlavního nádechu a vedlejšího nádechu

Následující větu si rozdělíme na části a označíme si nádechy. Pak si zkusíme nahlas říci větu na 1 nádech, přičemž dbáme na vyrovnaný tón hlasu a pravidelný rytmus.

Plavil jsem se od přístavu k přístavu, poznával nové a nové lidi všech barev a jazyků, prodával jsem a kupoval zboží, až jsem se dočkal, že se loď obtížená bohatstvím obrátila na cestu k domovu.

(F. Hrubín: Pohádky z tisíce a jedné noci)

Demostenovo cvičení

- Hluboký nádech, potom šeptem při výdechu rychle počítáte.
- Hluboký nádech a nyní počítáte nahlas.
- Hluboký nádech a zkusíte čísla křičet.

zdroj: B. Buchtová – Rétorika (3)

Příloha č. 3 – Tabulky správné výslovnosti

Výslovnost souhlásek na tzv. švu složených slov

	správná	nesprávná
půlletý	půlletý	půletý
půllitr	půllitr	půlitr
zlomme	zlom me	zlome
uvědomme si	uvědom me si	uvědome si
dal-li	dal- li	dali
říkal-li	říkal- li	říkali
předtucha	př et tucha	přetucha
naddůlní	nadd ú lní	nadůlní
odtud	o tt ut	otut
nadto	na tt o	nato
rozsah	ross ach	rosach
rozzářit	rozz á řit	rozářit

Výslovnost souhlásek artikulačně příbuzných

	správná	nesprávná
být často	bít často	bítčasto
od času	otčasu	očasu
porotce	porotce	poroce
matce	matce	mace
Lidčín	Litčín	Ličín
Hradčany	Hratčany	Hračany
pražský	prašský	praský !
rozšířit	rossířit	rošířit
nahrad'te	nahraťte	nahraťe
nedopust'te	nedopust'te	nedopuste !
pusťte	pusťte	puste !

Výslovnost na začátku slov

	nesprávná		nesprávná		nesprávná
vždyť	dyť	vzdělaný	zdělaný	hřebík	řebík
vždycky	dycki !	vzbudit	zbudit	hřbitov	řbitov
				hřmí	řmí

Výslovnost uprostřed slov

	nesprávná		nesprávná
švestka	šveska	deštník	dešník
jestli	jesli	zvláštní	zvlášní ale i zlášní
prázdný	prázný	zvláště	zvlášně ale i zlášně
prázdniny	prázňiny		

Výslovnost dvou- až tříčlenných souhláskových spojení na konci slov

	nesprávná		nesprávná
jedenáct	jedenác ale i jedenást	dost	dos
radost	rados		

Výslovnost souhláskových spojení s nosovkami M,N,Ň

	nesprávná		nesprávná
ženská	žencká	menšina	menčina
slovenská	slovencká	hanba	hamba
plzeňský	plzenckí	klenba	klemba
loňský	lonckí	město	mjesto
menší	menčí	v zimě	vzimje

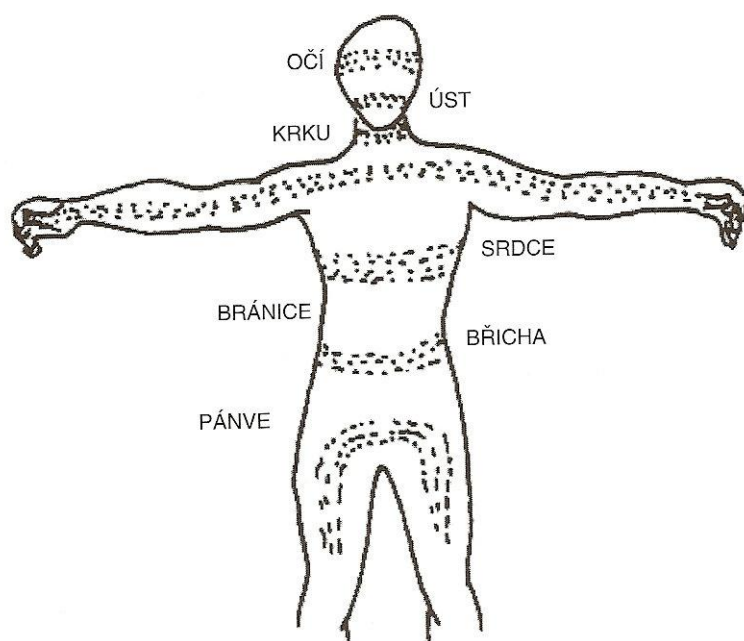
zdroj: B. Buchtová – Rétorika (3)

Příloha č. 4 – Změna negativních myšlenek na konstruktivní

Negativní myšlenky	Přerámování
Nezvládnou to!	Pokusím se to říci tak, jak jsem si to připravil, uvidím.
Určitě zapomenu, co mám říci dál.	Když nebudu vědět jak pokračovat, mám připravené body v předloze.
Všichni se budou smát, jak koftám a červenám se	Bude to nepříjemné, ale když budu mluvit pomalu a komentovat body v Powerpointu, zvládnou to.
Zase se budu dívat z okna nebo do papíru, hrůza, nikdo mě nebude poslouchat!	Určitě si najdu v publiku několik sympatických tváří. Budou to moje opěrné body.
Nepodaří se mi to a určitě se dozvím řadu kritických poznámek.	Nepříjemné to je, ale když to zvládli ostatní, podaří se to i mně. Žádná tragédie.

zdroj: B. Buchtová – Rétorika

Příloha č. 5 – Reichovy zóny svalové tenze



zdroj: B. Buchtová – Rétorika

Příloha č. 6 – Dotazník pro sestry

Dotazník pro sestry

Vážená kolegyně,

jmenuji se Lenka Vaníčková Suchá a jsem studentkou Jihočeské Univerzity Zdravotně sociální fakulty v Českých Budějovicích oboru Všeobecná sestra – bakalářské studium, kombinovaná forma. Má bakalářská práce má název Prezentační dovednosti sester. Vytvořila jsem tento dotazník, který Vám předkládám a žádám o jeho vyplnění. Ujišťuji Vás, že tento dotazník je zcela anonymní a údaje, které z něho získám, využiji pouze pro účely mojí práce.

Velmi děkuji za ochotnou spolupráci.

Lenka Vaníčková Suchá

1. Věk sestry:

- a) do 25 let
- b) 26 – 29 let
- c) 30 – 39 let
- d) 40 – 49 let
- e) nad 50 let

2. Jak dlouhou máte praxi:

- a) do 5 let
- b) 6 – 12 let
- c) 13 – 20 let
- d) 21 – 30 let
- e) nad 31 let

3. Na kterém typu oddělení pracujete?
- a) JIP, ARO
 - b) lůžkové standardní oddělení
 - c) ambulantní provoz
 - d) operační sál
4. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené ukončené vzdělání?
- a) úplné střední odborné
 - b) vyšší odborné
 - c) vysokoškolské bakalářské
 - d) vysokoškolské magisterské
5. Vyhledáváte si sám/a vzdělávací akce, které navštěvujete?
- a) ano
 - b) ne
6. Kolik vzdělávacích akcí do roka navštívíte?
- a) do 2
 - b) od 3 do 5
 - c) do 10
 - d) do 20
 - e) nad 20
7. Jakou formu celoživotního vzdělávání volíte? Je možno více odpovědí.
- a) semináře, školicí akce
 - b) účast na konferencích, kongresech
 - c) e-learningový kurz
 - d) publikační činnost
 - e) vědecká činnost
 - f) osobní účast na certifikovaném nebo inovačním kurzu

8. Studujete v současné době?

- a) ne
- b) ano

vysokou školu
specializační studium
vyšší školu

9. Přednášel/a jste někdy před publikem?

- a) ano
- b) ne

Z jakého důvodu jste nepřednášel/a?

tréma
neměl/a jsem dosud příležitost
strach
nemám zájem
jiné důvody.....

Pokud odpovíte ne, dotazník již dále nevyplňujte.

Děkuji za Váš čas.

10. Učil/a jste se jak správně přednášet/prezentovat?

- a) ano
- b) ne

Pokud ne, přejděte, prosím, až na otázku č. 15.

11. Kde jste se tomu učil/a? Můžete uvést více odpovědí.

- a) specializovaný kurz s praktickým nácvikem
- b) internetový kurz
- c) samostudium – internet, literatura, apod.
- d) střední škola
- e) vyšší škola
- f) vysoká škola
- g) vlastní zkušenosti – poučení z vlastních chyb

Pokud jste uvedl/a možnost a) odpovězte i na další otázku, pokud ne pokračujte k otázce č. 13.

12. Z jakého důvodu jste se rozhodla pro tento kurz? Je možno více odpovědí.
potřebujete tuto dovednost při zaměstnání

- a) vlastní zájem
- b) často přednášíte a potřebujete se zdokonalit
- c) jiné.....

13. Zlepšily se Vaše prezentační dovednosti po absolvování tohoto vzdělávání?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím, neumím posoudit

Pokud ne pokračujte, prosím, na otázku č. 15.

14. V jakém ohledu se nejvíce zlepšily vaše dovednosti? Je možno více odpovědí.
používání prezentační techniky (např. dataprojektor, diaprojektor)

- a) získání základních teoretických znalostí jak připravit prezentaci
- b) získání vyššího sebevědomí
- c) zvládnutí trémy
- d) slovní projev

15. Zkoušíte si před vlastním přednášením (prezentací) svůj projev?

- a) ano
- b) ne

16. Kde si ho zkoušíte? Je možno více odpovědí.

- a) před zrcadlem
- b) před rodinou /přáteli
- c) přednášku si říkám nahlas
- d) pouze si svoji přednášku pročítám
- e) přednášku si nezkouším

17. Zkoušíte si:

- a) jen slovní projev
- b) slovní projev a celkové vystupování
- c) nezkouším si nic

18. Při přednášení:

- a) celý text čtu z připravených materiálů
- b) hovořím z paměti
- c) částečně projev čtu a částečně hovořím z paměti

Pokud jste v otázce č. 18 uvedl/a možnost b) pokračujte, prosím, až otázkou č. 20.

19. Z jakých podkladů svůj projev předčítáte?

- a) souvislý text z papíru formátu A4
- b) pouze stručné poznámky nebo hesla z papíru formátu A4
- c) z připravených kartiček „velikosti do dlaně“, na kterých jsou pouze hesla
- d) jiná možnost.....

20. Umíte používat při přednášení mikrofon?

- a) ano
- b) ne
- c) mikrofon nepoužívám

21. Jakou prezentační techniku při přednášení (prezentaci) používáte? Je možno více odpovědí.

- a) dataprojektor
- b) diaprojektor
- c) flipchart
- d) zpětný projektor (Meotar)
- e) nepoužívám žádnou techniku

22. Používáte při přednášení (prezentaci) laserové ukazovátko?

- a) ano, vždy
- b) ano, ale pouze když je to vhodné např. na velkých konferencích
- c) ne, nemám ho k dispozici
- d) ne, neumím ho používat
- e) jiná možnost.....

23. Máte při přednášení tému?

- a) ano
- b) ne
- c) občas např. před velkým publikem

24. Věnujete se přípravě oblečení, které si obléknete na prezentaci?

- a) ano, používám pohodlné oblečení
- b) ano, používám co nejelegantnější oblečení bez ohledu na pohodlnost
- c) ne

25. Zajímaly by Vás semináře v rámci celoživotního vzdělávání s tématem prezentační dovednosti?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím – neuvažoval/a jsem nad tím

Děkuji Vám za čas, který jste strávil/a nad tímto dotazníkem.

Příloha č. 7 – Arch kvantitativního pozorování

POZOROVÁNÍ		
MÍSTO KONÁNÍ VZDĚL. AKCE, TÉMA:		
	ano	ne
správně zvolené médium		
typ média:		
projekce při denním světle		
Flipchart		
diaprojekce		
napichovací tabule		
dataprojektor		
správné dýchání		
vhodná síla hlasu		
spisovná výslovnost		
správné frázování		
správná intonace		
správné mluvní tempo		
přítomnost slovní vaty		
správná výslovnost cizích slov		
řečník čte poznámky z papíru		
řečník sleduje reakce publika		
řečník stojí čelem k publiku		
řečník nepoužívá zbytečné pohyby		
řečník používá "berličky"		
vhodné oblečení		
vhodné osvětlení		
vhodné použití nonverbální komunikace		
stálý oční kontakt s publikem		
logický sled informací		
používání příkladů		
dodržení pevné struktury prezentace		
byla prezentace dobře připravená		

