

# Osobnostní rozvoj žáků Ji-Jitsu

*Teoretický fyzik a filosof Fritjof Capra ve své knize „Bod obratu“ rozvádí tuto myšlenku: Vnější technický rozvoj dosáhl svých hranic, pro další pokrok lidstva bude v budoucnu rozhodující rozvoj vnitřní, psychický, osobnostní.*

Prostudujte si také podrobně jeho knihu „Tao fyziky“.

V současné době jsou cenné a ceněné a mají velký význam osobní služby, které poskytují **individuální rozvoj osobnosti**. Může jít například o různé studijní aktivity, výuka jazyků, dále cvičení, meditace aj. Pokud chcete zvýšit svůj potenciál a osobní hodnotu, neváhejte. Nečekejte ovšem efekt za pět sekund. Máme ojedinělý obsah nově koncipovaného, komplexního cvičení sebeobrany a využití sebepoznávacích a zážitkových metod což povede žáky k získání dovedností, vědomostí a návyků, které žákům pomohou poznat sebe sama i způsoby, jak na svém rozvoji aktivně, celoživotně pracovat.

V tomto našem cvičení jde nejenom o rozvoj znalostí a vědomostí, ale především o **celkový osobnostní rozvoj žáka**, což by mu mělo významně pomoci na cestě k osobní zralosti. V našem systému univerzální obrany nabízíme žákům individuální cvičení a studium, které rozvíjí následující aktivity:

1. základní úpolová cvičení (pády, odpory, přetahy, přetlaky, hry)
2. cvičení sebeobrany beze zbraně
3. cvičení sebeobrany se zbraněmi
4. psychosomatika, údržba svalů, kostí, šlach, vnitřních orgánů aj.
5. principy bojových umění a sebeobrany
6. sebedůvěra, asertivita, neboli zdravé sebeprosazování
7. prevence a zvládání konfliktů
8. aplikace psychologie do sebeobrany
9. duševní relaxace, vnitřní energie
10. dýchání a pohyblivost
11. komunikační dovednosti
12. efektivní vedení sebe sama, sebeprogramování
13. rozvoj sociálních kompetencí
14. tvůrčí a kritické myšlení
15. základy společenských věd



V naší škole můžete získat kvalifikaci cvičitele (instruktora) sebeobrany, dále kvalifikace pro služby soukromých, civilních, bezpečnostních služeb (strážný, detektiv koncipient) I tímto způsobem můžete nastartovat, či doplnit svou profesní i osobní kariéru.

Realizujeme rovněž semináře: **Ji-Jitsu, CBS, psychologie, zenová cvičení.**

Naše psychologická poradna je k dispozici. Zde můžete mj. otestovat své osobnostní charakteristiky, svůj potenciál a vhodnost pro konkrétní povolání, studium atd.

Vážní zájemci mohou distančně studovat **aplikovanou psychologii** na St. George's v Praze. Žáci mají k dispozici webovou stránku [www.dr.cholerik.cz](http://www.dr.cholerik.cz) a celou řadu multimediálních CD pro výuku. [alois.konecny@volny.cz](mailto:alois.konecny@volny.cz)

**PhDr. Ing. Alois K o n e č n ý**

privátní psychologická poradna Olomouc  
soudní znalec sebeobrany, bojové sporty, bojová umění  
akreditovaná, autorizovaná osoba  
pro dílčí kvalifikaci strážný a detektiv koncipient

**Dr. I ng. A. Konecny**

---