Životopis

**Titul, jméno a příjmení:** Mgr. Tomáš Martínek

**Datum narození** 17. 12. 1998

**Adresa** Cejl 542/97

Brno

Česká republika

**Telefonní číslo** +420 607 832 252

**E-mail** thomasmartinek98@gmail.com

**Pracovní zkušenosti**

**2018-2021 Nemocnice Ostrov**

 Praktická sestra

Akutní psychiatrie a gerontopsychiatrické oddělení

Náplní práce bylo sledování fyziologických funkcí, podávání léčiv, odebírání biologického materiálu, příprava pacientů a asistence u diagnosticko-léčebných výkonů, administrativní činnost, poskytování ošetřovatelské péče, komunikace s pacienty a rodinou a jejich edukace. Dále řešení krizových situací a dekompenzací psychického stavu pacientů, podílení se zajištění psychosociální pohody pacientů. Péče byla poskytována nejčastěji pacientům s diagnózami organickými, afektivními, psychotickými, neurotickými a poruchami osobnosti.

**2015–2017 Karlovarská krajská nemocnice**

**S**anitář

Chirurgické oddělení, koronární jednotka, neurologické oddělení, interní oddělení

Součástí práce bylo provádění pomocné a obslužné činnosti nutné pro poskytování ošetřovatelské péče, preventivní, léčebné a diagnostické péče. Péče o hygienu pacientů, podávání stravy, krmení. Sběr, mytí a dezinfekce nádobí, transport biologického materiálu. Komunikace s pacienty, rodinami pacientů.

**Vzdělání**

**2022-2025 Masarykova Univerzita**

Fakulta sociálních studií, katedra psychologie

 Obor: navazující magisterská jednooborová psychologie

**2018–2022 Univerzita Palackého v Olomouci**

Filozofická fakulta, katedra psychologie

 Obor: bakalářská jednooborová psychologie

**2014–2018 Střední odborná škola zdravotnická a vyšší odborná škola zdravotnická Karlovy Vary**

Obor: zdravotnický asistent

**Další zkušenosti**

**Srpen 2023–listopad 2023 Crokidy Brno**

Byl jsem lektorem volnočasového kroužku pro děti na I. stupni základní školy. Jednalo se o kroužek ‚výtvarka‘, kde jsem pomáhal dětem tvořit nejrůznější výrobky. Vedení a náplň kroužků rozvíjel u dětí kreativní myšlení, jemnou a hrubou motoriku, fantazii a tvořivost.

**2021-2023 Nemocnice Ostrov**

 Stáž

Psychoterapeutické, akutně psychiatrické a gerontopsychiatrické oddělení, psychiatrická ambulance, denní stacionář

Diagnostika osobnosti, neurotických a psychotických onemocnění, neuropsychologická diagnostika a diferenciální diagnostika. Příležitostné zastupování vedení individuálních a skupinových terapií, provádění kognitivního tréninku. Činnosti byly supervidované klinickou psycholožkou Mgr. Romanou Hübnerovou, Ph.D.

**Říjen 2019–březen 2020 Projekt SPOLU, psychiatrická nemocnice Šternberk**

 Dobrovolník

Provádění kognitivního tréninku a relaxačních technik pod supervizí klinické psycholožky PhDr. Mgr. Naděždy Špatenkové, Ph.D., MBA.

**Duben 2019 XVI. ročník celostátní konference studentské psychologické organizace ČASP z.s., Olomouc**

Zajišťovatel odborné první pomoci, pomocník s organizací konference.

Podílel jsem na řešení logistických a technických záležitostí konference, komunikoval jsem s řečníky a posluchači, řešil jsem vyvstávající problémy a komplikace. Z pozice zajišťovatele první pomoci jsem řešil zdravotní obtíže účastníků konference, flexibilně jsem se tedy pohyboval mezi rolí organizátora a zdravotníka.

**Březen 2018 Dětské centrum Karlovy vary**

Stážista

Věnoval jsem se komplexní péči o tělesné potřeby dětí do 5 let. Vymýšlel jsem program pro děti a věnoval se jim. Rozvíjel jsem u nich jejich předškolní dovednosti pomocí her a různých aktivit.

**2016–2017 Beseda Hrou proti AIDS, Karlovy Vary**

 Moderátor týmu antikoncepčních metod

Interaktivní edukace studentů středních škol o možnostech antikoncepce a jejich vlastností, komunikace se studenty, hraní her se studenty. Prezentace a diskutování o tématu s žáky. Podílení se na tvorbě programu pro studenty.

**Znalosti a** **dovednosti**

**Jazykové** Angličtina: úroveň B2-C1 a státní maturitní zkouška, kurzy angličtiny pro psychology a akademického psaní

**Administrativní** Microsoft Office 365, Windows 11, práce s programem Medicalc4

**Zájmy**

Ve volném čase sleduji filmy a seriály. Poslouchám hudbu. Trávím čas s kamarády, chodím na procházky. Čtu knihy, navštěvuji kulturní akce. Trávím čas se svojí kočkou.