



WEBINARY I DYSKUSJE
ON-LINE

DYDAKTYCZNE DYGRESJE

WSPARCIE
NAUCZYCIELA
AKADEMICKIEGO

dla całej społeczności akademickiej
w roku 2021/2022

educational
ecosystem



ABC KRYZYSU JAK PRACOWAĆ W TRUDNYCH CZASACH?

W dzisiejszych czasach wszyscy zmagamy się z rzeczywistością, która może nas przytłaczać. Dotyczy to zarówno wykładowców, jak i studentów oraz pozostałej społeczności akademickiej. Całych społeczeństw. Jesteśmy w kryzysie środowiskowym związanym z działaniami wojennymi. Niedawno przez dłuższy czas tkwiliśmy w kryzysie związanym z pandemią. Wszystkie te zjawiska wpływają znacząco na nasz dobrostan psychiczny zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym. Pracując na uczelni jesteśmy w stałym kontakcie z ludźmi niejednokrotnie będącymi w swoich osobistych kryzysach, sami również zmagając się własnymi utratami czy stresem. Jak pracować w obliczu tylu wyzwań? Webinar ma na celu przekazanie podstawowych informacji na temat kryzysów i ma być zaczynem do refleksji na temat pracy z własnymi zasobami, umiejętnościami ułatwiającymi dbanie o odporność psychiczną, która jest podstawą dobrostanu i zdrowia.



mgr Jagna Kazienko – psycholożka, psychoterapeutka

Absolwentka psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Ukończyła całonocne szkolenie podyplomowe organizowane przez Katedrę Psychiatrii CMUJ przygotowujące do ubiegania się o certyfikat psychoterapeuty (obecnie w trakcie certyfikacji).

Jest certyfikowaną terapeutką środowiskową. Ukończyła kurs I stopnia Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.

Doświadczenie zawodowe zdobywała pracując w Krakowskim Instytucie Psychoterapii, Ośrodku Poradnictwa i Terapii Rodzin Fundacji „Dom Terapii”, Ośrodku Interwencji Kryzysowej w Bochni, oddziale dziennym PZP Pro-Psyche, oraz prowadząc własną praktykę w gabinecie.

Obecnie kierowniczką Studenckiego Ośrodka Wsparcia i Adaptacji SOWA UJ.