

Akademická poradna PedF UK
2023/24, zimní semestr

Nabídka pro studenty Pedagogické fakulty UK

Individuální poradenství

Přešíte obtíže ve studiu? Zažíváte vztahové problémy? Máte potíže s plánováním času? Akademická poradna při Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy poskytuje studijní, psychologické, speciálně pedagogické a logopedické poradenství. Poskytovateli poradenství jsou pracovníci katedry psychologie a katedry speciální pedagogiky při PedF UK, kteří mají s touto prací dlouholeté zkušenosti.

Zájemci se mohou obracet na jednotlivé pracovníky poradny dle popisu problematiky, na kterou se zaměřují – od studijních problémů, přes vztahové, osobní, logopedické, ale i poradenství vyplývající ze zdravotního postižení či jiných specifických potřeb. Poradna zajišťuje poradenské služby i v jiných tématech, viz webové stránky poradny.

Veškeré poradenské služby jsou pro studenty a zaměstnance PedF zdarma, studentům a pracovníkům z jiných fakult jsou služby poskytovány na základě mezifakultní dohody. Přihlašování mailem na: poradna@pedf.cuni.cz

Další informace poskytnou:



doc. PhDr. PaedDr. Anna Kucharská, Ph.D.
221 900 715, anna.kucharska@pedf.cuni.cz

Mgr. Kristýna Janyšková, Ph.D.
221 900 220, kristyna.janyskova@pedf.cuni.cz

<https://pages.pedf.cuni.cz/poradna/>

Podpůrné skupiny pro studenty

Podpůrná skupina pro studenty – rodiče

Skupina je určena všem, kdo mají chuť setkávat se s lidmi, kteří se nacházejí v podobné životní situaci – jsou studenty a zároveň rodiči. Podpůrná skupina nabízí bezpečný prostor pro sdílení svých zkušeností, starostí a radostí. Pomáhá a inspiruje ke zvládnutí náročných situací spojených s mateřstvím v průběhu studia. Témata setkání nejprve vyplývají ze situace jednotlivých členů, v druhé polovině semestru budou tematicky rámované: prarodiče, time management, řešení konfliktů atd. Na konkrétním znění tématu se budou podílet všichni členové. V průběhu setkání budeme využívat arteterapeutické a relaxační

techniky. Mezi základní pravidla, kterými se řídí podpůrná skupina, je mlčenlivost všech členů.

Frekvence: 1 x za 14 dní, 90 minut.

Termín: bude studentům upřesněn

Počet účastníků: max. 12

Lektorky: Mgr. et Mgr. Olga Kučerová, Ph.D.,

Mgr. Gabriela Dymešová

Přihlašování mailem na:

poradna@pedf.cuni.cz

Rozvoj studijních strategií

Skupinová setkání mají za cíl rozvíjet u studentů funkční studijní strategie a další kompetence klíčové pro zdárný průběh vysokoškolského studia. Budeme se zaměřovat na studijní styly, práci s odbornou literaturou i dalšími studijními zdroji. Budeme reflektovat vhodné rozvržení časové přípravy, budeme pracovat s nápady, jak eliminovat prokrastinační tendence. Pozornost zaměříme na rozvoj studijního plánu přípravy na zkoušky a zápočty i dílčí úkoly s ohledem na studijní obor i na osobnost studenta. Nedílnou součástí skupinových setkání bude vzájemné sdílení příkladů dobré praxe.

Frekvence: 1 x za 14 dní, 90 minut.

Termín: bude studentům upřesněn

Počet účastníků: max. 12

Lektorky: PhDr. Pavla Presslerová, Ph.D.

a PhDr. Klára Špačková, Ph.D.

Přihlašování mailem na:

poradna@pedf.cuni.cz

Růstová skupina pro studenty se zdravotním znevýhodněním

Zveme studenty se zdravotním znevýhodněním (zrakovým, sluchovým, tělesným postižením, chronickými zdravotními obtížemi či jiným podobným nepříznivým zdravotním stavem)

k účasti na růstové skupině. Skupina bude probíhat v období říjen–prosinec 2023, periodicita 1× za 14 dnů (tj. 5× za semestr), zahájení skupiny: 25. 10. 2023

Bude se jednat o uzavřenou/polootevřenou skupinu – podle dohody s účastníky, v jejímž rámci budou řešena témata týkající se osobnostního rozvoje, vyrovnávání se s nároky studia i situací běžného života.

V případě zájmu o účast nám zašlete krátký text, v kterém upřesníte, v čem by pro vás skupina mohla být přínosná.

Počet účastníků: max. 12

Lektorky: Mgr. Kristýna Janyšková, Ph.D.

a PhDr. Hana Sotáková, Ph.D.

Přihlašování je možné na:

poradna@pedf.cuni.cz, a to do 16. 10. 2023.

Volitelné předměty pro studenty

Kód a název předmětu: OPBZOQ173C

Jóga pro studenty se znevýhodněním

Rozsah: 0/2. Způsob ověření: Z. Počet kreditů: 3

Kurz je určen pro studenty, kteří chtějí aktivně přispět ke zlepšení svého zdraví. Díky své koncepci je kurz vhodný pro jakéhokoli zájemce-lekce může být uzpůsobena dle specifických potřeb tak, aby došlo ke zdravému protažení celého těla. Každá lekce bude začínat a končit řízenou relaxací, studenti se naučí dechové techniky (základy a dle zájmu také pokročilé metody), jógové ásány (dle klasické hatha jógy), koncentrační techniky, naučí se cvičit své tělo s vědomou kontrolou a budou pracovat s vizualizací a terapií na neurofyziologickém podkladě. Součástí kurzu jsou i individuální konzultace, rady, doporučení a případné modifikace jednotlivých pohybů. Samotná výuka bude probíhat distanční formou.