

Rozvoj studijních strategií pro studenty s akademickou úzkostí a dalšími psychickými obtížemi

11.2.2025 - | Pedagogická fakulta UK

Vážené studentky, vážení studenti, Akademická poradna Pedagogické fakulty UK nabízí v letním semestru 2024/2025 růstové skupiny pro studenty. Skupiny probíhají v rámci projektu ESF na UK a mohou sloužit pro rozvoj vašich studijních, ale i osobních a profesních kompetencí. Skupiny se budou konat ve stanovených časech, vždy v učebně poradny ve Spálené 10 (2. patro) nebo v budově M. Rettigové či Myslíkové. Kapacita předmětů je omezená, neváhejte proto s přihláškou! Přihlašování na

Rozvoj studijních strategií pro studenty s akademickou úzkostí a dalšími psychickými obtížemi

Skupina je určena pro studenty, kteří prožívají akademickou úzkost, stres i další psychické potíže, které jim komplikují vysokoškolské studium. Uvítáme studující, kteří mají za sebou první zkouškové období, studující v různých ročnících a stupních studia, ale i studující, kteří se už připravují na státní závěrečné zkoušky. Na setkávání pojmenujeme konkrétní překážky ve studiu, budeme se snažit najít cestu, jak je překonávat a zvládat. Naučíme se volit spektrum strategií učení pro různé akademické výzvy, pracovat s plánováním, stanovováním dílčích cílů a pracovat tak na zlepšování odolnosti vůči stresu a zátěži. V neposlední řadě můžeme zkoušet posouvat i komunikační dovednosti při ústní zkoušce či vystupování před publikem. Skupina bude fungovat v menším počtu studujících (3-5), skupinu povede pracovnice Akademické poradny PedF UK, dr. Presslerová, Ph.D.

Skupina A se bude setkávat vždy ve středu 19. 2., 5. 3., 19. 3., 23. 4. a 14. 5. 2025 od 12.45 do 14.15 v místnosti Sp213 (budova Spálená 10).

Skupina B se bude setkávat vždy ve čtvrtek 20. 2., 6. 3., 20. 3., 3. 4., 24. 4. a 15. 5. 2025 od 10.00 do 11.30 v místnosti Sp213 (budova Spálená 10).

Všechny růstové skupiny včetně termínů naleznete v příloženém dokumentu.

<https://pedf.cuni.cz/PEDF-61.html?event=29445&lang=cz>