

Kdy bude skupina probíhat?

Každý čtvrtek od začátku října 2024, v čase 18:00 – 19:30.

Kde nás najdete?

Školská 13a, 110 00 Praha 1

Pro koho je skupina určená?

Pro všechny studující Univerzity Karlovy pocházející z Ukrajiny – ať už žijí v ČR teprve krátce, nebo již delší dobu. Jedinou podmínkou je, abyste se v základu dokázali dorozumět v češtině.

Můžu se na skupinu přihlásit, i když neřeším žádný problém?

Určitě ano! Je to prostor pro seznámení se a vzájemnou podporu, vaše zkušenosti mohou být užitečné druhým.

Jak se mohu přihlásit ?

Pokud se chcete přihlásit, nebo pokud chcete doplňující informace, kontaktujte Veroniku Slávikovou na adrese veronika.slavikova@ruk.cuni.cz . Přihlásit se do skupiny bude možné i v jejím průběhu, pokud nebude kapacita naplněna.

Skupinu vede:

	<p>Mgr. Veronika Sláviková veronika.slavikova@ruk.cuni.cz</p> <p>Pětileté studium psychologie bylo mým prvním krokem k objevování sebe a skrze sebe i lidí kolem. Po studiu v Bratislavě jsem odešla studovat do Prahy, kde jsem absolvovala kurz krizové intervence, online poradenství a kurz individuálního koučování. Věnuji se lektorování workshopů na témata emocí, sebelásky, autenticity, práci se stresem, dechem a všímavostí. Mám zkušenosti s prací s lidmi s psychickými obtížemi a s oběťmi domácího násilí. Dlouhodobě pracuji s dospívajícími a mládeží v krizových situacích a těžkých životních obdobích. Zajímá mě holistický pohled na člověka a propojuji práci s tělem s koučovskými a poradenskými technikami. Společně s klienty spoluvytváříme podpurný prostor a hledáme jedinečné zdroje pro hledání své autentické cesty napříč životními výzvami..</p>
--	---

	<p>Mgr. Tomáš Holub tomas.holub@ruk.cuni.cz</p> <p>Vystudoval jsem psychologii na FF UK. Svou pracovní kariéru jsem začínal jako arteterapeut ve zdravotnickém zařízení, kde jsem se věnoval klientům se schizofrenií a úzkostně depresivními poruchami. Poté jsem se zaměřil na práci s třídními kolektivy a dětskými skupinami, působil jsem jako lektor primární prevence a osobnostně rozvojových skupin pro děti a dospívající, dělal jsem psychologické intervence v třídních kolektivech. Mám dvouletý výcvik v arteterapii a artefiletice a pětiletý sebezkušenostní výcvik v psychoanalytické psychoterapii. Aktuálně pracuji jako koordinátor podpory pro studenty s psychickými potížemi v Centru Carolina a jako oblastní metodik prevence pro Prahu 5.</p>
--	---

	Mgr. Hana Krajčiková
--	-----------------------------

Kurz bude probíhat formou osobních setkání **v prostorách poraden v Hyberské 4 a potrvá 8 týdnů od 21. 2. do 11. 4., zahrnuje tedy 8 setkání (+ 1 tzv. silent day, který bude v sobotu 29. 3. po 6. setkání). Setkání se budou konat vždy od 9 do 11.30 hod.**

Úvodní setkání se bude konat v prosinci 2024 na stejném místě.

Je důležité zúčastnit se pokud možno všech sezení, protože kurz má svou strukturu a návaznost, s vynecháním jednoho setkání může mít kurz menší vnitřní návaznost.

Je vhodné zvážit svoji účast, pokud byste nyní zažívali či v nedávné době prošli nějakým typem krizové události nebo psychologických obtíží. Nejde o terapeutický kurz a při některých aktivitách se tyto události mohou připomínat.

Účastníkům kurzu budeme ještě před jeho začátkem rozesílat stručný dotazník. Všechny informace uvedené v tomto dotazníku i během kurzu

jsou důvěrné.

Kurz povedou lektorky PhDr. Hedvika Boukalová, Ph.D. a PhDr. Katarína Loneková, Ph.D.; hlásit se můžete na emailu: hedvika.boukalova@gmail.com.

Univerzita Karlova pro Ukrajinu | ?????? ?????????????? ??? ????????

Rozcestník na pomoc s informacemi týkající se např. **stipendií**, možností **přerušeni studia** nebo **kurzů češtiny** pro cizince. |

?????????, ??? ???? ????? ? ?????????????? ????, ??????????, ??????????, ?????????????? ?????????? ?????????? ??? ?????? ?????????? ????

Přihlášky zdarma pro uchazeče/ky z Ukrajiny

Univerzita Karlova na základě Opatření rektora 5/2024 osvobozuje uchazeče/ky o studium z Ukrajiny, kteří mají v České republice přidělenou dočasnou ochranu, od zaplacení poplatku za přijímací řízení.

Pravidla pro proplácení přihlášek:

- Osvobození se vztahuje na poplatek za přijímací řízení bakalářského, magisterského i doktorského studia
- Platí pro uchazeče/ky, kterým byla udělena dočasná ochrana v ČR v souvislosti s ozbrojeným konfliktem na území Ukrajiny
- Uchazeč/ka si podá přihlášku a následně musí na fakultu dodat kopii svého osobního dokladu (viz OR 5/2024) či přijít osobně s dokladem Pravidla platí pro všechny přihlášky podané mezi 19. únorem 2024 a 31. srpnem 2025.

Kontakt v případě dotazů:

Bc. Tereza Smejkalová: tereza.smejkalova@ruk.cuni.cz