



11-17
MARCA



Wykłady

11 marca 2024, poniedziałek

Bydgoszcz, godz. 16.00

Prof. dr hab. Dominika Dudek: *Gdy życie traci sens – smutek, depresja, samobójstwo*

KPCEN, ul. Jagiellońska 9 + [transmisja online](#)

Toruń, godz. 18.00

Dr hab. Magdalene Szubielska: *Czy wszystkie mózgi lubią taki sam rodzaj sztuki?*

Instytut Psychologii, ul. Gagarina 39

12 marca 2024, wtorek

Bydgoszcz, godz. 16.00

Dr Sara Kierońska: *Neurochirurgiczne metody leczenia bólów głowy*

KPCEN, ul. Jagiellońska 9 + [transmisja online](#)

Toruń, godz. 18.00

Dr Alicja Puścian: *Czy jesteśmy niezależni w swoich wyborach? – perspektywa neuroekonomii*

Instytut Psychologii, ul. Gagarina 39

13 marca 2024, środa

Bydgoszcz, godz. 16.00

Dr hab. Marek Wypych: *Dlaczego niektórzy z nas odkładają wiele spraw na później, i czy badania mózgu pozwolą opracować lepsze metody radzenia sobie z prokrastynacją?*

KPCEN, ul. Jagiellońska 9 + [transmisja online](#)

Toruń, godz. 18.00

Dr Alicja Brenk-Krakowska: *Dyskretne aspekty widzenia. Odkrywanie wzrokowych wyzwań dysleksji rozwojowej oczami wiedzy o procesie widzenia*

Instytut Psychologii, ul. Gagarina 39

14 marca 2024, czwartek

Bydgoszcz, godz. 18.00

Dr Anna Antonina Nogaj: *Co się składa na dobrą jakość życia – czyli o tym jak dbać o kondycję psychiczną dzieci i młodzieży*

Młyny Rothera, ul. Mennica 10

Toruń, godz. 18.00

Dr hab. Ditta Baczała, prof. UMK i dr Jacek Matulewski, prof. UMK: *Różnorodne umysły – studiowanie z ASD (zaburzenia ze spektrum autyzmu)*

Instytut Psychologii, ul. Gagarina 39

15 marca 2024, piątek

Bydgoszcz, godz. 16.00

Dr Martyna Tadzik: *Co to znaczy, że sportowcy „trenują swój umysł tak, jak ciało”?*

Biblioteka UKW, ul. K. Szymanowskiego 3

Toruń, godz. 18.00

Dr hab. Maciej Stolarski, prof. UW: *Homo sapiens: Człowiek rozumny czy człowiek... czasowy? Mentalna podróż w czasie jako mechanizm adaptacji i samoregulacji*

Instytut Psychologii, ul. Gagarina 39

Warsztaty

organizowane na Wydziale Psychologii UKW

Warsztat 1

Temat: Pamiętaj o PAMIĘCI

Prowadzące: Julia Kostrzewska, Hanna Pawlicka, Zuzanna Pietrzak, Wiktoria Rekowska

Opieka merytoryczna: dr Ludmiła Zając-Lamparska, prof. UKW

Termin: 12 marca 2024, godz. 10.00-11.30

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Odbiorcy: Osoby w wieku lat 60 i więcej

Limit miejsc: 8-12 osób

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Opis warsztatu:

Warsztat ma na celu edukację na temat pamięci i sposobów jej polepszenia. Szczególnie ważną kwestią jest zbudowanie świadomości na temat sygnałów świadczących o pogorszeniu się pamięci, które często następuje wraz z wiekiem oraz świadomości tego, kiedy warto rozpocząć ćwiczenie własnej pamięci. Warsztaty dadzą również możliwość, żeby osobiście przekonać się o skuteczności krótkich mnemotechnik, które są przydatne w codziennym życiu. Zajęcia nie tylko dostarczą najważniejszych informacji dotyczących pamięci, ale również przez formę warsztatową pokażą ich praktyczne zastosowanie.

Warsztat 2

Temat: UWAGA! Warsztaty

Prowadzący: Maria Kowalska, Oliwia Lipińska, Fabian Tryba

Opieka merytoryczna: dr Ludmiła Zając-Lamparska, prof. UKW

Termin: 14 marca 2024, godz. 11.00-12.30

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Odbiorcy: Osoby w wieku lat 60 i więcej

Limit miejsc: 10-12 osób

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Opis warsztatu:

Czy wiesz, że czas reakcji wraz z wiekiem zaczyna się wydłużać? Czy zdarza Ci się tracić koncentrację podczas wykonywania zadań? Współcześnie utrzymanie uwagi może się wydawać coraz trudniejsze szczególnie kiedy świat zaczyna nas coraz bardziej pospieszać. Dzięki naszym warsztatom będziesz miał/a okazję poznać sposoby na ćwiczenie uwagi oraz strategie poprawiające pamięć i koncentrację, które mogą być szczególnie przydatne w codziennym życiu. Podczas warsztatu będziemy omawiać to, czym jest uwaga, jak wpływa ona na nasze życia oraz pokażemy, w jaki sposób można ją ćwiczyć. Dołącz do nas i spędź miło czas w przyjemnym gronie, jednocześnie rozwijając swoje możliwości poznawcze! Do zobaczenia na zajęciach

Warsztat 3

Temat: „Rzut okiem”. Warsztaty o wzroku – najważniejsze informacje z punktu widzenia psychologii i nie tylko

Prowadzący: Alicja Czarnecka, Magdalena Grzelaczyk, Maciej Zieliński, Julia Zudzin

Opieka merytoryczna: dr Ludmiła Zając-Lamparska, prof. UKW

Termin: 15 marca, godz. 13.15-15.15

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Odbiorcy: Osoby w wieku lat 60 i więcej

Limit miejsc: 12 osób

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Istnieje też możliwość zgłoszenia się telefonicznego w poniedziałki 4 marca i 11 marca w godzinach 15.00-16.30 pod numerem telefonu jednej ze studentek prowadzących warsztat: 886 468 968

Opis warsztatu:

Cel ogólny warsztatu stanowi przedstawienie jego Uczestnikom podstaw dbania o narząd wzroku oraz usprawnienie i doskonalenie ich funkcji wzrokowych. Cele szczegółowe obejmują natomiast

- usprawnienie analizy i syntezy wzrokowej
- doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej
- doskonalenie funkcji uwagi, przede wszystkim tzw. uwagi wzrokowej
- doskonalenie spostrzegawczości wzrokowej

Warsztat 4

Temat: Czy trenowanie umysłu z wykorzystaniem komputera jest dla mnie? Sprawdź to!
Ćwiczenie funkcji poznawczych przy wykorzystaniu platformy Cogamika z pomocą asystenta treningu

Prowadzący (asystenci treningu): Julia Mackiewicz, Hanna Lewandowska, Piotr Morawski, Alicja Kaczmarczyk (**Studenckie Koło Naukowe Neuronauk i Psychologii Poznawczej**, SKNiPP, Wydział Psychologii UKW)

Opieka merytoryczna: dr Ludmiła Zając-Lamparska, prof. UKW, mgr Monika Oziemblewska

Termin: 12 marca, godz. 11.30-13.30

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Odbiorcy: Osoby w wieku lat 60 i więcej

Limit miejsc: 16 osób

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Opis warsztatu:

Wykorzystywanie oprogramowania komputerowego do ćwiczenia funkcji poznawczych wśród osób starszych jest coraz bardziej popularne. Co więcej, badania dowodzą, że tego rodzaju treningi są skuteczne, tzn. poprawiają pamięć, uwagę i inne trenowane funkcje. Ponadto, stosowane regularnie, w perspektywie lat pozwalają one utrzymać sprawność umysłową na dobrym poziomie. Co ważne, korzystanie z komputerowych ćwiczeń funkcji poznawczych wcale nie wymaga biegłości w obsłudze komputera. Zapraszamy wszystkich, którzy chcieliby wypróbować ćwiczenia komputerowe dostępne na platformie Cogamika. Dotyczą one: pamięci, uwagi, myślenia, funkcje werbalnych i funkcji wzrokowo-przestrzennych

Warsztat 5

Temat: „Mózg za kierownicą – jakie procesy poznawcze wykorzystujemy, prowadząc pojazd?”

Prowadzący: dr Paulina Michalska, dr Anna Szymanik-Kostrzevska, **Studenckie Koło Naukowe Psychologii Transportu**

Termin: 15 marca, godz. 9:00-10:30,

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Do kogo kierowany jest warsztat: młodzież ze szkół średnich

Limit miejsc: 25-30 (lub 1 klasa)

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Opis warsztatu:

Warsztat dotyczy psychologii transportu, czyli dziedziny psychologii zajmującej się diagnozą sprawności wymaganych w prowadzeniu pojazdów. Dla bycia kierowcą kluczowe jest funkcjonowanie mózgu człowieka. To mózg odpowiada za szybkość reakcji, za naszą uwagę, za to, czy prawidłowo oceniamy sytuację na drodze i czy nie wpadniemy na irracjonalny pomysł, by nagle wjechać sobie w drzewo. Uczestnicy warsztatu/wykładu zapoznają się ze specyfiką badań psychologicznych kierowców, które prowadzi psycholog transportu. Dowiedzą się, co i jak jest badane, kto musi i kto powinien być zbadany oraz jakie metody można zastosować, aby określić predyspozycje człowieka do „siadania za kółko”. Odważni uczestnicy będą mogli sprawdzić na sobie, jak badanie wygląda i zdobędą wiedzę o tym, jakie procesy poznawcze i w jakim stopniu biorą udział w tym, jak nasz mózg kieruje pojazdem.

Warsztat 6

Temat: Kiedy mózg myśli inaczej – podstawy neurologiczne neuroróżnorodności, czyli osoby z ASD, ADHD, dysleksją i wysoką wrażliwością

Prowadzący: Olivia Trojanowska i Melania Skarupa (Studenckie Koło Naukowe „Neuroróżnorodność” na Wydziale Psychologii UKW)

Opieka merytoryczna: dr Anna Szymanik-Kostrzewska

Termin: 12 marca, godz. 12.00-13.30

Miejsce realizacji: Wydział Psychologii UKW, ul. L. Staffa 1, Bydgoszcz (osiedle Wyżyny)

Odbiorcy: młodzież i młodzi dorośli

Limit miejsc: 20-30 osób

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/3mRaFwwnb5tL9vFP7>

Opis warsztatu:

Warsztat dotyczy przede wszystkim neurologicznych podstaw zaburzeń takich jak: spektrum autyzmu (w tym zespół Aspergera), zespół zaburzeń hiperkinetycznych (ADHD), specyficzne trudności językowe (np. dysgrafia, dyskalkulia) i wysoka wrażliwość. Zostanie omówiona specyfika tych zaburzeń, ich rodzaje, panujące stereotypy oraz różnice w funkcjonowaniu osób z neuroróżnorodnością. Podczas warsztatu przewidziane są edukacyjne ćwiczenia aktywizujące grupę.