

Program konferencji

„Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży fundamentem rozwoju zawodowego”

Data: 27.10.2025 r., godz. 10:00 – 16:00

Akademia Nauk Stosowanych Stefana Batorego
ul. Stefana Batorego 64E, Skierniewice (AULA E218)

- 10:00 – 10:30 Rejestracja uczestników
- 10:30 – 10:45 Otwarcie konferencji – Ilona Pietrowska, p.o. dyrektor Centrum Rozwoju Edukacji Województwa Łódzkiego w Skierniewicach oraz dr Elżbieta Stokowska-Zagdan, prof. ANSB, Rektor Akademii Nauk Stosowanych Stefana Batorego
- 10:45 – 11:00 Przemówienia zaproszonych gości
- 11:00 – 11:30 Zdrowie psychiczne młodzieży a wybory edukacyjno-zawodowe – wyzwania dla szkolnictwa zawodowego - dr n.med. Aleksandra Lewandowska
- 11:30 – 12:00 Wzmocnienie zdrowia psychicznego przez nauczycieli u uczniów szkół średnich. Opinie i rekomendacje - dr Aleksandra Stankiewicz
- 12:00 – 12:30 **Przerwa kawowa.** W trakcie przerwy zapraszamy do „Strefy Świadomych emocji” oraz stoiska Biblioteki Pedagogicznej w Skierniewicach
- 12:30 – 13:15 Aktualne wyzwania w zakresie wsparcia zdrowia psychicznego młodzieży szkół ponadpodstawowych - dr hab. prof. UAM Jacek Pyżalski
- 13:20 – 14:50 Zajęcia warsztatowe w 4 grupach (jeden warsztat do wyboru):**
- Warsztat 1 Odporność psychiczna dorosłych – fundament wspierających relacji z dziećmi i młodzieżą - dr Monika Mularska-Kucharek. Uczestnicy warsztatów otrzymają książkę „Co dobrze?! Poezjoterapia”, Monika Mularska-Kucharek
- Warsztat 2 Od emocji do relacji – rola inteligencji emocjonalnej w pracy z dziećmi i młodzieżą - Radosław Kucharek. Uczestnicy warsztatów otrzymają książkę „Trudny czas dojrzewania. Jak pomóc nastolatkom radzić sobie z emocjami, osiągać cele i budować więzi”, Louise Hayes & Joseph Ciarrochi
- Warsztat 3 Zadbaj o siebie!... czyli o dobrostanie psychicznym w długoletniej pracy - dr Aleksandra Stankiewicz. Uczestnicy warsztatów otrzymają książkę „Zresetuj się. 75 technik redukcji stresu, aby ukoić ciało i umysł w kilka minut”, Jennifer L. Taitz
- Warsztat 4 Dbając o siebie dbasz o swój głos – warsztaty z emisji głosu - dr Agnieszka Płusajska-Otto. Uczestnicy warsztatów otrzymają książkę „Podręcznik pracy głosem. Ćwiczenia i wskazówki dla osób występujących publicznie”, Agnieszka Płusajska-Otto
- 14:50 Obiad

Informacje o prelegentach konferencji

dr hab. prof. UAM Jacek Pyżalski - profesor na Wydziale Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Pomysłodawca, kierownik i wykonawca ponad sześćdziesięciu międzynarodowych i krajowych projektów badawczych, w tym prestiżowych projektów międzynarodowych tj. ECIP, EU Kids Online, ySkills (Horyzont 2020), Lights4Violence (Horyzont 2020). Reprezentant Polski w sieciach naukowych COST (Europejskiego Programu Współpracy w Dziedzinie Nauki i Technologii). Autor licznych publikacji, w tym pierwszej na polskim rynku monografii naukowej dotyczącej cyberprzemocy. Wiceprezes Polskiego Towarzystwa Edukacji Medialnej. Członek Rady Centrum Edukacji Obywatelskiej oraz rady programowej Fundacji Orange. Członek Komitetu Nauk Pedagogicznych Polskiej Akademii Nauk. Członek Zespołu ds. Przeciwdziałania Uzależnieniom Behawioralnym w Krajowym Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom oraz członek Rady Naukowej Holistic Think Tank. Wielokrotnie nagradzany za działalność naukową, m. in. nagrodą im. prof. Tomasza Hofmokla w kategorii „Społeczeństwo Informacyjne” (NASK), nagrodą na stulecie UAM (Nagroda Doskonałość w nauce - użyteczność w praktyce). Czterokrotnie na liście 100 osób, które przyczyniły się do rozwoju kompetencji cyfrowej w Polsce decyzją Kapituły Polskiego Szerokiego Porozumienia na Rzecz Rozpowszechnienia Umiejętności Cyfrowych (obecnie na Liście Honorowej). Pomysłodawca i redaktor pierwszego w Polsce podręcznika do kryzysowej edukacji zdalnej „Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19. Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele”.

dr n.med. Aleksandra Lewandowska - Konsultant Krajowa w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży. Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Od czasu studiów do chwili obecnej zaangażowana w działalność społeczną promującą zdrowy styl życia wśród dzieci i młodzieży, współpracując z fundacjami, stowarzyszeniami, samorządami, przedszkolami, szkołami oraz uczelniami. Od okresu studiów do chwili obecnej zaangażowana również w działalność naukową, zdobywając nagrody i wyróżnienia za prezentowane prace na konferencjach. Autorka i współautorka kilkunastu publikacji. Dydaktyk. Kierownik naukowa szkolenia specjalizacyjnego w dziedzinie psychoterapii dzieci i młodzieży. Lekarz praktyk, dla którego praca jest jednocześnie pasją. Pracuje z pacjentami w lecznictwie zamkniętym, ambulatoryjnym i w opiece środowiskowej. Koordynator medyczny Oddziału Psychiatrycznego dla Dzieci, Oddziału Psychiatrycznego Dziennego dla Dzieci i Młodzieży, Poradni Zdrowia Psychicznego dla Dzieci, Młodzieży i Ich Rodzin, Poradni Psychologiczno-Psychoterapeutycznej Środowiskowej, Poradni Specjalistycznej dla Osób z Całościowymi Zaburzeniami Rozwoju Szpitala im. J. Babińskiego w Łodzi. Wiceprzewodnicząca Rady do spraw Zdrowia Psychicznego przy Ministerstwie Zdrowia. Członek Rady Ekspertkiej

projektu „Zdrowe Życie”. Członek Międzyresortowego Zespołu do spraw podstawy programowej przedmiotu edukacja zdrowotna. Członek Zespołu ds. Prezydencji Polski w UE.

dr Aleksandra Stankiewicz - doktor nauk humanistycznych z zakresu socjologii, adiunkt w Akademii Nauk Stosowanych Stefana Batorego, coach, specjalista w zakresie kompetencji psycho-społecznych i ich rozwoju, wzmocnienia potencjału ludzkiego oraz zasobów dzieci i młodzieży, uzależnień i zjawisk patologii społecznej, społeczeństwa multigeneracyjnego. W ramach swoich zainteresowań naukowych prowadzi zarówno warsztaty, jak i badania naukowe, których rezultatem jest wiele publikacji naukowo - branżowych. Właścicielka firmy doradczo - szkoleniowej Good Way, współpracuje również z Happy Dealer, Leader Sheep oraz Łódzkim Centrum Geshtalt. Od dziewiętnastu lat prowadzi warsztaty i szkolenia zorientowane na realizowanie celów osobistych i organizacyjnych, podnoszenie filarów samooceny i budowania wizji życia opartego na równowadze. Prywatnie kocha sztukę, książki i muzykę oraz miasto Barcelona, gdzie pełni rolę przewodnika.

dr Monika Mularska-Kucharek – doktor nauk humanistycznych w zakresie socjologii, psycholog w trakcie kształcenia, terapeutka skoncentrowana na rozwiązaniach z 10-letnim doświadczeniem, trenerka umiejętności psychospołecznych i biznesu, ekspertka ds. rozwoju osobistego oraz propagatorka dobrostanu psychicznego. Właścicielka firmy szkoleniowo-doradczej ART OF TRAINING oraz wykładowczyni akademicka w Akademii WIT pod auspicjami PAN. Od ponad 18 lat prowadzi szkolenia, warsztaty i programy rozwojowe. Zrealizowała ponad 8000 godzin szkoleniowych dla kadry menadżerskiej, nauczycieli, osób dojrzałych oraz organizacji publicznych i biznesowych. Specjalizuje się w budowaniu odporności psychicznej, inteligencji emocjonalnej, zarządzaniu zespołem, wzmacnianiu poczucia własnej wartości oraz relacji opartych na empatii i szacunku. Pełni funkcję prezeski Fundacji Łódzka Akademia Kobiecości, jest członkinią Łódzkiej Rady Pożytku Publicznego, Komitetu Doradczego Stowarzyszenia Łódzki Obszar Metropolitalny oraz aktywnym członkiem Business Networking International (BNI). Jest autorką 5 książek naukowych, 6 książek popularnonaukowych oraz trzech tomików poezji terapeutycznej. Łącznie opublikowała blisko 100 artykułów poświęconych psychologii pozytywnej, jakości życia i rozwojowi osobistemu. Za swoje osiągnięcia naukowe otrzymała prestiżowe stypendium dla wybitnych młodych naukowców finansowane przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Za swoją działalność społeczną i edukacyjną została uhonorowana m.in.: Odznaką za Zasługi dla Miasta Łodzi, Statuetką „Kobieta, która inspiruje 2020”, Nagrodą „Kobieta Niezwykła 2023” za działania na rzecz poprawy jakości życia i dobrostanu psychicznego mieszkańców Łodzi. Jest inicjatorką kampanii społecznej „Ubrani w Siłę” oraz projektów takich jak Akademia Dojrzałych Relacji czy Ambasadorzy Odnalezionych Nadziei, które koncentrują się na budowaniu wartościowych relacji, przeciwdziałaniu wykluczeniu i wspieraniu osób w trudnych momentach życiowych.

Na co dzień prowadzi gabinet terapeutyczny w nurcie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach oraz liczne szkolenia i warsztaty, podkreślając, że dobrostan psychiczny jest kluczowym fundamentem wspierania rozwoju dzieci i młodzieży.

Jej motto brzmi: „Nie możesz zmienić całego świata, ale możesz zmienić świat jednej osoby.”

Radosław Kucharek – psycholog, trener biznesu, doświadczony dyrektor ds. projektów rozwojowych, inżynier i przedsiębiorca. Od 2012 roku wspiera organizacje w realizacji kompleksowych projektów szkoleniowych i doradczych, pomagając zarówno firmom prywatnym, jak i instytucjom publicznym w rozwijaniu kompetencji pracowników i podnoszeniu efektywności działania. Specjalizuje się w zarządzaniu emocjami, budowaniu odporności psychicznej, komunikacji interpersonalnej oraz radzeniu sobie ze stresem. Zrealizował łącznie ponad 5000 godzin szkoleń, w tym ponad 1500 godzin dedykowanych tematyce zarządzania emocjami oraz ponad 1000 godzin poświęconych radzeniu sobie ze stresem. Pracuje z różnorodnymi grupami: od kadry menedżerskiej i pracowników firm po nauczycieli i przedstawicieli instytucji publicznych. Jako absolwent Szkoły Trenerów Biznesu Akademii SET, studiów podyplomowych na SWPS oraz Politechnice Łódzkiej, łączy w pracy trenerskiej wiedzę psychologiczną, menedżerską i techniczną. Uczestnicy jego warsztatów cenią go za rzeczowość, spokój, profesjonalizm oraz umiejętność przekładania teorii na praktyczne, realne działania. Pełni funkcję wiceprezesa Fundacji Łódzka Akademia Kobiecości, angażując się w projekty społeczne dotyczące dobrostanu i jakości życia, w tym kampanię „Ubrani w Siłę” oraz działania wspierające kobiety i osoby w trudnych sytuacjach życiowych. W firmie ART OF TRAINING pełni opiekę merytoryczną nad studentami i stażystami, wspierając ich rozwój zawodowy oraz wdrażając ich w praktykę prowadzenia projektów szkoleniowych i doradczych. Poza działalnością zawodową dzieli się swoją wiedzą z zakresu MS Excel, ucząc innych efektywnego wykorzystywania tego narzędzia w codziennej pracy.

dr Agnieszka Płusajska-Otto – pedagożka, logopedka, trenerka emisji głosu i wystąpień publicznych, a także redaktorka. Miłośniczka języka ojczystego i brzmienia ludzkich głosów. Specjalizuje się w emisji i ekspresji głosu oraz w wystąpieniach publicznych. Pasję tę łączy z pracą nad słowem pisanym – redaguje rozmaite teksty, nie tylko dla potrzeb przemówień czy prezentacji. Na co dzień dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami ze studentami. Ma wieloletnie doświadczenia pracy ze studentami Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej im. Leona Schillera w Łodzi, Uniwersytetu Łódzkiego i Akademii Nauk Stosowanych Stefana Batorego. Współpracuje także z Fundacją Centrum Logopedyczne. Przez 8 lat kierowała studiami podyplomowymi: Logopedia z emisją głosu na Uniwersytecie Łódzkim. Prowadzi także szkolenia, warsztaty i indywidualne konsultacje dla menedżerów, dziennikarzy, polityków, nauczycieli i innych osób realizujących się w roli

mówcy. Pracuje także w obszarze rehabilitacji realizując m.in. zajęcia dla rad pedagogicznych w zakresie profilaktyki chorób narządu głosu oraz indywidualne dla osób doświadczających problemów ze swoim najważniejszym narzędziem pracy. Głos i wszystko to, co się z nim wiąże to jej kluczowe zainteresowania badawcze, a także pasja. Ma na koncie udział w kilku interdyscyplinarnych zespołach badawczych (m.in. z Politechniką Łódzką), które realizowały projekty logopedyczne. Swoją wiedzę dzieli się w mediach społecznościowych: fb: [inspiruj.slowem](#) ig: [inspiruj_slowem](#)

Do jej najpopularniejszych publikacji należą seria gier logopedycznych „Ładnie mówię głoski...” (Wyd. Palatum) oraz „Podręcznik pracy głosem. Ćwiczenia i wskazówki dla osób występujących publicznie” (Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego).

Darzy bezgraniczną i bezkrytyczną miłością teatr i greckie wyspy.