

# Wsparcie psychologiczne na UAM

## Psychologiczny konsultant ds. trudności w procesie studiowania

Psychologiczny konsultant ds. trudności w procesie studiowania dla Studentów UAM może pomóc Ci w **efektywnym uczeniu się i studiowaniu**:

- opanowaniu nowych technik uczenia się,
- skutecznym zarządzaniu własnym czasem,
- nadrabianiu ewentualnych zaległości w studiach,
- radzeniu sobie ze stresem, m.in. w sytuacjach egzaminacyjnych,
- podejmowaniu i realizacji ambitnych wyzwań życiowych,
- odnalezieniu się w roli studenta w grupie i satysfakcjonującym spełnianiu się w relacjach z innymi ludźmi,
- pokonywaniu barier w studiowaniu wynikających z trudności natury poznawczej lub emocjonalno-motywacyjnej.

Ponadto Psychologiczny Konsultant jest jedyną osobą uprawnioną do przygotowywania opinii w zakresie Racjonalnych Dostosowań (RD). Jeśli będziesz potrzebować, np. wydłużenia czasu egzaminu, zmiany jego formy lub innych form wsparcia w ramach RD, koniecznie musisz spotkać się z psychologicznym konsultantem.

### Jak umówić się na spotkanie?

Na spotkanie można zapisać się **telefonicznie, mailowo lub osobiście na dyżurze**.

1. Telefonicznie – zadzwoń

**mgr Szymon Hejmanowski**

tel. 730 591 791

2. Mailowo – napisz

e-mail: [szymon.hejmanowski@amu.edu.pl](mailto:szymon.hejmanowski@amu.edu.pl)

3. Osobiście – przyjdź na dyżur

Aktualne dyżury w wiadomościach na stronie:

<https://amu.edu.pl/studenci/studenci-z-niepelnosprawnosciami>

Dyżury każdorazowo odbywają się w Kolegium Heliodora Święcickiego UAM

ul. Grunwaldzka 6, pok. 113

60-780 Poznań

**Zachęcamy do kontaktu i indywidualnego ustalenia dogodnego terminu spotkania.**

### Jak wygląda spotkanie?

Po wcześniejszym umówieniu spotkanie odbywa się w:

Kolegium Heliodora Święcickiego UAM

ul. Grunwaldzka 6

pok. 113

60-780 Poznań

Spotkanie trwa zwykle około godziny. Na pierwsze spotkanie warto przynieść aktualną dokumentację medyczną do wglądu, jeśli jednak nie posiadasz żadnych dokumentów, również możesz przyjść na spotkanie.

**Kontakt:**

Psychologiczny Konsultant ds. trudności w procesie studiowania dla Studentów UAM

mgr Szymon Hejmanowski

e-mail: [szymon.hejmanowski@amu.edu.pl](mailto:szymon.hejmanowski@amu.edu.pl)

tel. [730 591 791](tel:730591791)

[Zobacz więcej informacji o Psychologicznym Konsultancie](#)