

# KINGA TUCHOLSKA



## Dane personalne

Telefon	+48 509 678 169
Adres e-mail	kinga@integralnie.pl
Strona www	www.integralnie.pl

Cele zawodowe: poznawać, towarzyszyć, wspierać, uczyć, badać, tworzyć

## Doświadczenie

od października 2005	<b>Uniwersytet Jagielloński, Instytut Psychologii Stosowanej</b>
Stanowisko	adiunkt
	Praca naukowo-dydaktyczna z zakresu psychologii ogólnej (procesy poznawcze, osobowość), psychologii różnic indywidualnych (inteligencja, temperament), psychologii komunikacji (rola dotyku, rozwiązywanie konfliktów) oraz psychologii pozytywnej (kompetencje w przeżywaniu czasu, dobre funkcjonowanie, zdrowie).
od lutego 2009	<b>Pracownia Rozwoju Osobistego "PoSkrzydła"</b>
Stanowisko	współorganizatorka Festiwalu Rozwojowego dla Kobiet PROGRESSteron
	Prowadzenie Biura Festiwalowego w Krakowie. Kontakt z klientkami, obsługa finansowa.
od października 2001 do czerwca 2005	<b>Katolicki Uniwersytet Lubelski</b>
Stanowisko	doktorantka
	Prowadzenie zajęć z zakresu diagnostyki inteligencji, diagnostyki parcjalnych deficytów rozwojowych, psychologii klinicznej dziecka oraz psychologii ogólnej. Przygotowywanie rozprawy doktorskiej.
od marca 2002 do kwietnia 2004	<b>Klinika Hematologii i Onkologii Dziecięcej AM w Lublinie</b>
Stanowisko	stażystka, wolontariuszka
	Diagnostyka i pomoc psychologiczna świadczona przebywającym na oddziale pacjentom. Wsparcie udzielane opiekunom dzieci. Uczestnictwo w programie rehabilitacyjno-wypoczynkowym w Ośrodku Fundacji Paula Newmana Barretstown (Irlandia) - opiekunka i tłumaczka chorych onkologicznie dzieci z Polski.

## Edukacja

od października 2001 do czerwca 2005	<b>Katolicki Uniwersytet Lubelski, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii</b>
Kierunek	studia doktoranckie
od października 1996 do czerwca 2001	<b>Katolicki Uniwersytet Lubelski, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii</b>
Kierunek	studia magisterskie
od stycznia 1992 do stycznia 1996	<b>I Liceum Ogólnokształcące im. St. Staszica w Lublinie</b>
Kierunek	profil biologiczno-chemiczny

## Informacje dodatkowe

### Języki

Angielski ★ ★ ★ ★ zaawansowany

### Udział w szkoleniach

2014 listopad :: Radical Possibility: Making the Impossible Possible. Prowadzący: Fleet Maull. Organizator: Szambala Polska.

2014 październik :: Racjonalna Terapia Zachowań. Prowadzący: Leszek Zawlocki. Organizator: Instytut Psychoedukacji i Rozwoju Integralnego.

2013 luty - 2014 styczeń :: Program Pomocy Psychologicznej. Prowadzący: Andrzej Wroński. Organizator: Instytut Integralnej Psychoterapii Gestalt.

2012 luty :: Kinezjologia edukacyjna "Brain Gym". Prowadząca: Danuta Kropiwnicka Szulc. Organizator: Polskie Stowarzyszenie Kinezjologów.

2008 czerwiec, listopad :: Technik badań EEG. Terapia EEG Biofeedback I stopnia. Prowadzący: Stefan Zamysłowski, Grażyna Rusek. Organizatorzy: AKSON, ELMIKO.

2009 styczeń :: Nonviolent Communication. Prowadząca: Eva Rambala. Organizator: International center For Nonviolent Communication, Pracownia Rozwoju Osobistego PoSkrzydła.

2006 sierpień :: Kurs pierwszej pomocy. Prowadzący: Krzysztof Łagan. Organizator: Polski Czerwony Krzyż.

2004 - 2006 :: Masaż klasyczny i leczniczy z elementami rehabilitacji. Prowadzący: Krzysztof Kuzioła, Leszek Magiera, Robert Walaszek, Dariusz Mucha. Organizatorzy: Ośrodek Doskonalenia Medycznego, Bio-relax.

2004 styczeń :: Mediator sądowy. Prowadzący: Władysław Socha. Organizator: Ośrodek Konsultacyjno-Mediacyjny w Lublinie.

2004 - 2005 :: Psychoterapia i poradnictwo. Prowadzący: Milena Karlińska i Andrzej Nehrebecki. Organizator: Polski Instytut Psychoterapii Krótkoterminowej.

### Wybrane publikacje naukowe (2010 - 2014)

:: 2014 ::

Tucholska S., Tucholska K., Gabryś M. Kompetencje temporalne młodzieży nieśmiałej. Czasopismo Psychologiczne, 20(1), 129-137.

Tucholska K., Wysocka-Pleczyk M. (red.) Człowiek zalogowany. Tom 3. Różnorodność sieciowej rzeczywistości. Kraków: Biblioteka Jagiellońska.

:: 2013 ::

Tucholska K. Cechy osobowości w wymiarze temperamentalnym i charakterologicznym według C.R. Cloningera a style aktualizacji siebie. W: Z. Uchnast (red.), Charakter. Jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II, s. 181-205.

Tucholska K., Celińska-Miszczuk A. Nastolatek otyły. Czy otyłość obciąża dorastanie? W: L.A. Wiśniewska, A. Celińska-Miszczuk (red.), Oblicza otyłości. Interdyscyplinarne ujęcie. Warszawa: Difin S.A., s. 44-64.

:: 2012 ::

Tucholska K., Fiedor M. Kompetencje do prowadzenia i udziału w mediacjach. W: Z. Nęcki, W.J. Maliszewski, K. Czerwiński (red.), Komunikacja społeczna – negocjacje – edukacja. Perspektywa wielu kultur. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek, Gnieźnieńska Szkoła Wyższa Milenium, s. 135-151.

Fiedor M., Tucholska K., Sawicki Z. Przyzwolenie na dotyk w relacjach interpersonalnych – badania porównawcze młodzieży polskiej i niemieckiej. W: K. Czerwiński, A. Knocińska, M. Okrasa (red.), Szkoła, komunikacja i edukacja. Komunikowanie w różnorodnych relacjach interpersonalnych. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek, Gnieźnieńska Szkoła Wyższa Milenium, s. 189-212.

Tylikowska A., Tucholska K. Psychologia pozytywna w świetle teorii integralnej Kena Wilbera. W: Z. Dziemianko, W. Stach (red.), Rzeczywistość społeczna w badaniach młodych naukowców. Poznań: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Handlu i Usług, s. 491-509.

:: 2011 ::

Tucholska K. Fenomen dotyku – refleksje psychologiczne. W: A. Tylikowska, M. Brachowicz (red.) Ciało. Zdrowie i choroba. Lublin - Nowy Sącz: TN KUL, WSB-NLU, s. 483-505.

Golonka K., Ogińska H., Fąfrowicz M., Marek T., Mojsa-Kaja J., Beldzik E., Domagalik A., Tucholska K.

Neuroobrazowania metodą funkcjonalnego rezonansu magnetycznego i subiektywna ocena stanu zmęczenia i senności. W: Juliszewski, T., Ogińska, H., Złowodzki M. (red.) Obciążenie psychiczne i subiektywna ocena stanu zmęczenia dla ergonomii, Komitet Ergonomii PAN, Kraków, s. 129-149.

Fąfrowicz, M., Ogińska, H., Mojsa-Kaja, J., Marek, T., Golonka, K., Tucholska, K. Funkcjonowanie uwagi ciągłej w stanie chronicznego deficytu snu – badanie okulograficzne. W: Juliszewski, T., Ogińska, H., Złowodzki M. (red.) Obciążenie psychiczne – nowe wyzwania dla ergonomii, Komitet Ergonomii PAN, Kraków, s. 151-162.

Tucholska K., Fiedor M. Aktywność komunikacyjna a tendencje do zachowań agresywnych u przyszłych nauczycieli wychowania fizycznego i trenerów sportowych. W: K. Czerwiński, W.J. Maliszewski, K. Węc (red.), Wielowymiarowość komunikacji społecznej i bezpieczeństwa w edukacji, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń, s. 221-236.

Marek, T., Fąfrowicz, M., Golonka, K., Mojsa-Kaja, J., Ogińska, H., Tucholska, K., Beldzik, E., Domagalik, A., Urbanik, A. Effort, fatigue, sleepiness, and attention networks activity - an fMRI study. W: G. Bedny, W. Karwowski (red.), Human-Computer Interaction and Operators' Performance. Optimizing Work Design with Activity Theory, s. 407-437. CRC Press, Taylor & Francis Group.

:: 2010 ::

Fąfrowicz M., Marek T., Golonka K., Mojsa-Kaja J., Ogińska H., Tucholska K., Beldzik E., Domagalik A., Urbanik A. Activity of alerting, orienting and executive neuronal network due to sustained attention task – diurnal fMRI study. W: T. Marek, W. Karwowski, V. Rice (eds.), Advances in Understanding Human Performance – Neuroergonomics, Human Factors Design, and Special Population, pp. 231-240. CRC Press, Taylor & Francis Group.

Marek T., Fąfrowicz, M., Golonka, K., Mojsa-Kaja, J., Ogińska, H., Tucholska, K., Urbanik, A., Beldzik, E., Domagalik, A. Diurnal patterns of activity of the orienting and executive attention neuronal networks in subjects performing a Stroop-like task: an fMRI study. Chronobiology International, The Journal of Biological and Medical Rhythm Research, 27(5), 945-958.

Fiedor, M., Tucholska, K. Zachowania wspierające trenerów sportowych a funkcjonowanie psychologiczne studentów krakowskiej AWF. W: A. Karpinińska (red.), Dialog o edukacji wobec zmian w globalizującym się świecie. Białystok, Wyd. Uniwersyteckie; Trans Humana, s. 451- 468.

### Wystąpienia konferencyjne (2010 - 2015)

J. Maciszek, A. Kawula, K. Tucholska: „Związek perspektyw postrzegania czasu i hierarchii wartości z satysfakcją z życia – porównanie międzykulturowe (Polska – Uganda – Kenia – Meksyk)” (referat). K. Tucholska, A. Tylikowska: “Siły i cnoty w filmach” (plakat). K. Tucholska, M. Fiedor: “Aktualizacja siebie a charakter” (plakat). A. Tylikowska, K. Tucholska: “Kino kategorii F... czyli zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania w filmie” (plakat). K. Tucholska: “E\_wolucja? Mózg i umysł czlowieka zalogowanego.” (wystąpienie). K. Tucholska, B. Gulla, M. Wysocka-Pleczyk, P. Piotrowski: "Perspektywa czasu a orientacja temporalna osób skazanych na kary izolacyjne" (wystąpienie). B. Gulla, K. Tucholska: "Prężność psychiczna a przestępczość" (wystąpienie). K. Tucholska, B. Gulla: "Children's time experience and childhood memories – legal aspects" (plakat). B. Gulla, K. Tucholska: "Time perspective and the nuisance of the isolation penalty" (plakat). K. Tucholska: "Prospective and Retrospective Orientation – the model and the measure" (plakat). K. Tucholska: "Nadzieja – na zdrowie!" (plakat). A. Tylikowska, K. Tucholska: "Zdrowie z perspektywy integralnej psychologii pozytywnej" (plakat). K. Tucholska, A. Tylikowska: "Psychological time in films" (plakat). K. Tucholska: "Balanced time perspective and temporal competence as health indicators" (wystąpienie).

### Popularyzacja wiedzy

Prowadzenie wykładów dla słuchaczy Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz Uniwersytetu Dzieci w Krakowie.

Publikacje w Poradniku Psychologicznym Polityki "Ja, My, Oni", czasopismach "Charaktery", "Psychologia Dziś" oraz "Sens".

Współorganizacja i opieka merytoryczna nad kolejnymi edycjami Przeglądu Filmów Psychologicznych WGLĄD.

### Prace organizacyjne

Członkini Komitetu Naukowych i współorganizatorka cyklicznych konferencji naukowych: "Psychika -Zdrowie - Choroba" (WSB-NLU w Nowym Sączu), "Człowiek zalogowany" (NAUK), "Psychodebiuty" (UJ), "Dziecko - świadek wyjątkowy" (UJ). Przewodnicząca sesjom, moderowanie debat naukowych.

Prace na rzecz IPS UJ: Kierowniczka Pracowni Gęstego Zapisu EEG. Sekretarz Komisji Rekrutacyjnej. Opiekunka poszczególnych roczników studentów psychologii Stosowanej. Członkini zespołu ds oceny efektów kształcenia na kierunkach studiów psychologii stosowanej.

### Nagrody i wyróżnienia

Nagrody JM Rektora UJ za uzyskanie wysokich ocen prowadzonych zajęć dydaktycznych w studenckiej ankiecie w roku akademickim 2008/2009, 2009/2010, 2010/2011 oraz 2013/2014.

Nagrody JM Rektora UJ w uznaniu szczególnych osiągnięć w pracy naukowej (indywidualna - przyznana w 2008 r. oraz zespołowa - przyznana w 2011 r.).

Wyróżnienie studentów IPS UJ w kategorii: "Najbardziej inspirujący wykładowca" (2009), "Osobowość roku" (2011), "Kreatywny wykładowca" (2014).

Wyróżnienie za pracę magisterską na temat: „Korelaty osobowościowe aktualizacji siebie u młodzieży” (2001).