

17 / Grudzień 2025

Newsletter Koła Naukowego Psychologii
Uniwersytetu Andrzeja Frycza Modrzewskiego w Krakowie



TO Talezy!



W tym numerze znajdziecie m.in.:

Opowiadanie
biograficzne osoby
po udarze
niedokrwiennym

Relację z wydarzenia
„Dbaj o Zdrowie!”

Mikołajkowy mrok czy
czar?

Co psychologia
odkrywa na temat
Świąt

Drodzy Czytelnicy!

Grudniowy numer naszego newslettera to dla mnie dobry moment, by podzielić się z Wami kilkoma słowami na zakończenie roku. Ten czas sprzyja spokojniejszym refleksjom, porządkowaniu myśli i docenianiu tego, co w naszej społeczności dzieje się na co dzień. To również chwila, by zobaczyć, jak wiele wnosicie w życie koła swoją obecnością, ciekawością i aktywnością.

Życzę Wam spokojnych, ciepłych świąt oraz odpoczynku, który pozwala naprawdę złapać oddech.

Niech nadchodzący rok przyniesie Wam dużo inspiracji, radości z rozwijania zainteresowań i satysfakcji z drobnych codziennych postępów. Mam nadzieję, że ten numer będzie dla Was chwilą wytchnienia w końcówce roku.







**Prezes Koła Naukowego
Psychologii UAFM**

Wiktoria Piątek


SPIIS TREŚCI

Kalendarz zapowiedzianych wydarzeń organizowanych przez KNP UAFM w grudniu	3
Informacje o Kalendarzu Wydarzeń KNP UAFM	4
Zdrowie pod Kontrolą. O ryzyku, profilaktyce i świadomości seksualnej – Relacja z wydarzenia „Dbaj o Zdrowie!”	5
Opowiadanie biograficzne osoby po udarze niedokrwiennym	7
Mikołajkowy mrok czy czar?	8
Co psychologia odkrywa na temat Świąt?	11
Z pamiętnika studenta	13
Grudniowe Bingo	14
Twórczy Zakątek	15
Świąteczny album pupili	18
Redakcja i autorzy numeru	19

KALENDARZ ZAPOWIEDZIANYCH WYDARZEŃ ORGANIZOWANYCH PRZEZ KNP UAFM W GRUDNIU

1.12	godz. 17:30	sala C337	 <i>Grupa Wsparcia - tematyczna</i>
3.12	godz. 18:30	sala B115	 <i>Spotkanie Koła Naukowego Psychologii + ćwiczenie integracyjne</i>
6.12	godz. 15:30	sala B016	 Sekcja Psychoterapii: <i>Wprowadzenie do Terapii Schematów</i>
8.12	godz. 18:00	sala: wkrótce	 <i>Seminarium Myśli Psychologicznej Temat przewodni: wkrótce</i>
15.12	godz. 16:00	sala: wkrótce	 Sekcja Psychoterapii: <i>szczegóły wkrótce</i>
18.12	godz. 16:00	sala C217	 <i>Grupa Wsparcia</i>

 Wydarzenie otwarte - wydarzenie przeznaczone dla WSZYSTKICH zainteresowanych - **RÓWNIEŻ SPOZA UAFM!**

 Wydarzenie zamknięte - wydarzenie przeznaczone wyłącznie dla CZŁONKÓW Koła Naukowego Psychologii - obowiązują zapisy.

 Wydarzenie przeznaczone dla CZŁONKÓW KNP oraz studentów PSYCHOLOGII UAFM.

KALENDARZ WYDARZEŃ KNP UAFM

Autor: **Wiktoria Piątek**

Co znajdziesz w Kalendarzu Wydarzeń?

- Regularnie aktualizowane informacje o nadchodzących wydarzeniach, takich jak zebrania, warsztaty, seminaria oraz inne inicjatywy organizowane przez KNP.
- Pliki do pobrania, w tym archiwalne oraz bieżące wydania newsletterów, zawierające podsumowania wydarzeń oraz zapowiedzi kolejnych inicjatyw.
- Materiały promocyjne, takie jak plakaty oraz grafiki konkretnych wydarzeń.
- Szczegółowe plany spotkań oraz ich opisy, które pozwalają zapoznać się z tematyką i zakresem tematycznym każdego wydarzenia.
- Wydarzenia zewnętrzne, wzbogacające kalendarz o dodatkowe możliwości rozwoju – każde z nich opatrzone jest aktywnym linkiem do zapisów lub dodatkowymi informacjami.

ZAPRASZAMY DO SKORZYSTANIA Z OFICJALNEGO KALENDARZA WYDARZEŃ KOŁA NAUKOWEGO PSYCHOLOGII UAFM – NARZĘDZIA STWORZONEGO Z MYŚLĄ O WSZYSTKICH STUDENTACH ORAZ PASJONATACH PSYCHOLOGII, KTÓRZY CHCĄ NA BIEŻĄCO ŚLEDZIĆ AKTYWNOŚĆ NAUKOWĄ ORAZ ORGANIZACYJNĄ KOŁA.



Kalendarz jest dostępny w formie Google Calendar, co umożliwia jego subskrypcję oraz bezproblemową integrację z prywatnym kalendarzem użytkownika. Dzięki temu można otrzymywać automatyczne powiadomienia o nadchodzących wydarzeniach i nigdy więcej nie przegapić istotnych terminów. To narzędzie, które wspiera organizację, rozwój i aktywny udział w życiu Koła.

Zachęcamy do subskrypcji oraz aktywnego korzystania. Kalendarz Wydarzeń KNP to prosty sposób, by być na bieżąco z tym, co dzieje się w Kole!



**Kliknij, aby
otworzyć
Kalendarz Google**

**LUB ZESKANUJ
KOD QR**





ZDROWIE POD KONTROLĄ O RYZYKU, PROFILAKTYCE I ŚWIADOMOŚCI SEKSUALNEJ

Autor: Wiktoria Piątek

Wydarzenie było bardzo wartościowym dniem pełnym edukacji, profilaktyki i praktycznych doświadczeń, które w przystępny sposób zachęcały do troski o zdrowie fizyczne i psychiczne.

Rozpoczęło się o godzinie 13.00 i od samego początku angażowało uczestników w różnorodne aktywności.

Dostępne były szybkie testy na HIV, HCV i kiłę realizowane we współpracy ze Stowarzyszeniem Profilaktyki Zdrowotnej „Jeden Świat”.

Studenci Collegium Medicum UAFM zrzeczeni w IFMSA-Poland prowadzili naukę samobadania piersi, szkolenia z pierwszej pomocy oraz pomiary ciśnienia i glikemii, co pozwalało zdobyć praktyczne i przydatne umiejętności.

W wydarzeniu uczestniczyły Prezes KNP UAFM Wiktoria Piątek, Sekretarz Ada Słabczyńska oraz członkinie Zespołu ds. Bezpieczeństwa Psychologicznego i Etyki Sekcji Wsparcia i Samorozwoju KNP UAFM Jowita Czulak i Natalia

Sypka. Promowały one zdrowie psychiczne, przekazując informacje o dostępnych na uczelni formach wsparcia, numerach kryzysowych oraz miejscach, gdzie można uzyskać profesjonalną pomoc.

Uczestnicy wydarzenia mogli również skorzystać z alko- i narkogogli, które pozwalały doświadczyć, jak substancje psychoaktywne wpływają na percepcję i koordynację.

Dostępny był pomiar poziomu cukru, możliwość przećwiczenia resuscytacji na fantomie oraz wyjątkowa wystawa sensoryczna przygotowana przez Centrum Nauki i Zmysłów WOMAI, która umożliwiła spojrzenie na świat z całkowicie nowej perspektywy.

Całe wydarzenie przebiegło w atmosferze zaangażowania i życzliwości. Stanowiło cenną okazję do zdobycia wiedzy, rozmowy, refleksji i praktycznego sprawdzenia umiejętności związanych ze zdrowiem. Uczestnicy opuszczali je z większą świadomością dotyczącą troski o siebie i dostępnych źródeł wsparcia.





Autor: Sharon M.

OPOWIADANIE BIOGRAFICZNE OSOBY PO UDARZE NIEDOKRWIENNYM

ROZDZIAŁ III. REHABILITACJA JAKO DROGA PRZEZ MROK

Rehabilitacja nie miała w sobie nic z filmowego obrazu szybkiego powrotu do zdrowia. Była powolna, mozolna, często okrutnie męcząca. Każdy ruch stawał się wyzwaniem, a każdy krok wymagał determinacji, której nie dało się dostrzec na twarzy – rodziła się wewnątrz, pośród walki z własnym ciałem.

Sala ćwiczeń pachniała sterylnością i potem, a dźwięk ciężkich oddechów mieszał się z szelestem kroków innych pacjentów. W tym miejscu czas płynął inaczej. Godzina mogła zamieniać się w wieczność, gdy mięśnie odmawiały posłuszeństwa, a ciało zdawało się zapominać, jak należy żyć.

Były dni, w których chciał odpuścić. Gdy ciemność w sercu szeptała: „To nie ma sensu”. Ale wtedy pojawiała się myśl o córce, o bliskich, którzy czekali, aż znów stanie na nogi. Ta myśl była niczym cienka nić światła, prowadząca przez gęsty mrok.

Najtrudniejsze były porażki – chwile, gdy po tygodniach wysiłku postęp zdawał się znikać. Ciało uparcie stawiało granice. A jednak właśnie tam, na dnie zmęczenia, rodziła się wytrwałość. Każdy kolejny dzień w sali rehabilitacyjnej uczył go nie tylko pracy nad ciałem, lecz także cierpliwości wobec samego siebie.

Rehabilitacja była mrokiem, przez który przechodził krok po kroku. A jednak w tym mroku kryły się iskry – małe zwycięstwa: podniesiona dłoń, wyraźniej wypowiedziane słowo, spojrzenie pełne dumy córki. To one przypominały mu, że nawet najciemniejsza droga mogła prowadzić ku światłu.

MIKOŁAJOWY MROK CZY CZAR?

Autor: Oliwia Kąpielewska

Większości z nas towarzyszył kiedyś ten dobrze znany obraz: pan z białą brodą, w czerwonym stroju i z workiem pełnym prezentów. Z uśmiechem na buzi zostawialiśmy ciasteczko i mleko na stoliku, a potem schowani w naszych fortach z poduszek, walczyliśmy z sennością, by doczekać jego przyścia. Sen jednak zawsze wygrywał, a rano znajdowaliśmy wymarzone prezenty. W końcu nadszedł jednak moment, w którym czar przysł. Dziś z perspektywy czasu możemy zapytać: Czy dziecięca wiara w Mikołaja to jedynie czarujące wspomnienia czy może kryje w sobie odrobinę mroku?

Dzieci w wieku 3-4 lata zaczynają rozróżniać fikcję od rzeczywistości. Według koncepcji Jeana Piageta, w tym okresie trwa stadium przedoperacyjne, które charakteryzuje się między innymi myśleniem magicznym, animizmem, a także egocentryzmem poznawczym- dziecko zakłada, że inni widzą świat tak samo jak ono. Pełny sceptycyzm wobec tej postaci pojawia się zwykle dopiero w wieku 7-9 lat, kiedy dzieci wchodzi w stadium operacji konkretnych i zaczynają logicznie analizować świat. Średni wiek, w którym dzieci przestają wierzyć w Mikołaja, przypada więc na okres wczesnego dzieciństwa szkolnego.

Sam rozwój poznawczy jednak nie wyjaśnia w pełni, dlaczego wiara w Mikołaja utrzymuje się tak długo. Dużą rolę odgrywają rodzice i otaczająca dziecko kultura. Badania pokazują, że rodzinne rytuały – opowiadanie historii, zostawianie ciasteczek czy tworzenie śladów reniferów – skutecznie podtrzymują przekonanie o realności tej postaci. Kultura, poprzez powtarzalne zwyczaje, obecność Mikołaja w mediach i społeczne potwierdzanie mitu, wzmacnia ten obraz jeszcze bardziej.





Dodatkowo, spotkania z „żywym” Mikołajem w centrach handlowych działają na dzieci wyjątkowo silnie. Bezpośredni kontakt – rozmowa, zdjęcie czy przytulenie – sprawia, że postać ta staje się dla nich bardziej realna niż historia opowiedziana przez dorosłych.

Najświeższe badania nad moralnością dzieci w okresie świątecznym, wskazują na interesujące zależności. Samo przekonanie dziecka, że Mikołaj istnieje, okazuje się niewystarczające do przewidywania pozytywnych zachowań. To właśnie obecność i intensywność świątecznych rytuałów – takich jak wspólne dekorowanie, przygotowywanie prezentów czy rodzinne tradycje – wiąże się ze wzrostem spontanicznych, prospołecznych zachowań u dzieci. Co ważne, badacze nie stwierdzili, aby inne potencjalne czynniki takie jak: nastrój rodziców, częste przypominanie o Mikołaju, ilość czasu wolnego czy aspekty religijne miały porównywalny wpływ. Zaobserwowano natomiast, że faktycznie zachowania dzieci w miarę zbliżania się świąt stają się bardziej prospołeczne.

Prędzej czy później dochodzi do momentu kiedy nasz świat wyobraźni rozpada się na naszych oczach. Te listy z obrazkami prosto z naszych marzeń? Trafiają do pudełka za telewizorem, a nie do biurka Mikołaja. Te ślady śnieżne reniferów? To tylko mąka z kuchni. A ciastka na talerzu? Jedzone przez rodziców.



Badania pokazują, że dzieci reagują na to w różny sposób. W jednym z nich dzieci, które nie wierzą już w Mikołaja, zgłosiły głównie pozytywne emocje towarzyszące odkryciu prawdy. Co ciekawe, w przeważającej mierze rodzice określali swoje emocje związane z odkryciem dziecka jako smutne. W dwóch innych badaniach, obejmujących 383 dorosłych i 48 dzieci, około 1/3 dzieci i połowa dorosłych zgłosiła negatywne emocje związane z momentem prawdy. Osoby dorosłe, które zgłaszały wyłącznie negatywne emocje, zwykle były starsze w tej kluczowej chwili, dowiedziały się nagle lub wprost z relacji innych osób, a nie poprzez stopniowe odkrywanie faktów samodzielnie. Jednak nawet wtedy negatywne emocje u dzieci są zazwyczaj krótkotrwałe i nie mają długotrwałego wpływu na ich rozwój.

Doświadczenie związane z wiarą w Mikołaja jest w dużej mierze subiektywne i kształtowane przez dziecko, ale jego charakter zależy od podejścia rodziców i kulturowego otoczenia. Cała otoczka świąt – ciepłe wieczory spędzone w gronie rodziny, wspólne tradycje i rytuały – sprzyja rozwojowi zachowań prospołecznych, podczas gdy sama wiara w Mikołaja nie jest wystarczającym czynnikiem. Badania pokazują, że wpływ wiary w Mikołaja bywa różnorodny: dzieci reagują na odkrycie prawdy w różny sposób, a nawet jeśli pojawiają się negatywne emocje, są one zazwyczaj krótkotrwałe. Ten okres dzieciństwa jest więc czasem pełnym magii i czaru, z drobną nutą mroku, która może wyłonić się w momencie zderzenia świata pięknej fikcji z rzeczywistością.



Bibliografia

- Anderson, C. J., & Prentice, N. M. (1994). Encounter with reality: children's reactions on discovering the Santa Claus myth. *Child psychiatry and human development*, 25(2), 67–84. <https://doi.org/10.1007/BF02253287>
- Goldstein, T. R., & Woolley, J. (2016). Ho! Ho! Who? Parent promotion of belief in and live encounters with Santa Claus. *Cognitive Development*, 39, 113–127. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2016.04.002>
- Kapitany, R., Francis, K., Wilks, M., Kavanagh, C., & Whitehouse, H. (2025). Children's belief in Santa Claus and Moral behavior: A two-wave longitudinal study of children's prosocial behavior during Christmas. *Current Research in Behavioural Sciences*, 9, 100188. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2025.100188>
- Mills, C. M., Goldstein, T. R., Kanumuru, P., Monroe, A. J., & Quintero, N. B. (2024). Debunking the Santa myth: The process and aftermath of becoming skeptical about Santa. *Developmental psychology*, 60(1), 1–16. <https://doi.org/10.1037/dev0001662>

Autor: Ada Słabczyńska

CO PSYCHOLOGIA ODKRYWA NA TEMAT ŚWIĄT

Święta Bożego Narodzenia dla wielu osób są czasem ciepła rodzinnego, odpoczynku i pielęgnowania tradycji. Jednocześnie jednak niosą ze sobą sporą dawkę stresu związanego z przygotowaniami, organizacją spotkań czy presją stworzenia „idealnej” atmosfery. W ostatnich latach temat ten zaczął przyciągać uwagę naukowców, którzy w swoich badaniach próbują zrozumieć, w jaki sposób okres świąteczny wpływa na nasze ciało i mózg. Jak więc naprawdę wpływają na nas Święta? Oto, co mówią naukowcy i co ich odkrycia mówią o nas samych.



Śpiewanie kolęd

Śpiewanie kolęd to tradycja sięgająca setek lat i stanowiąca jeden z najbardziej rozpoznawalnych elementów Bożego Narodzenia. Wspólne wykonywanie kolęd nie tylko buduje świąteczną atmosferę, lecz także realnie wpływa na nasze samopoczucie. W swoim badaniu z roku 2015, Keller i współpracownicy wykazali, że wspólne śpiewanie poprawia zarówno fizyczny, jak i psychologiczny dobrostan uczestników, a także wzmacnia więzi społeczne między nimi.



Co więcej, osoby śpiewające w grupie charakteryzowały się niższym poziomem hormonu adrenokortykotropowego (ACTH), który pobudza korę nadnerczy do wydzielania kortyzolu. Co istotne, improwizowane grupowe śpiewanie podniosło także poziom oksytocyny, która sprzyja umacnianiu więzi społecznych.

Kupowanie prezentów

Niezależnie od wieku w każdym z nas może obudzić się wewnętrzne dziecko na widok prezentów pod choinką. Kupowanie ich może wiązać się z dużymi wydatkami, ale to nie oznacza, że nie przynosi również radości. W badaniu przeprowadzonym w 2008 roku przez Dunn i współpracowników uczestnicy zostali poproszeni o ocenę swojego szczęścia rano. Następnie każdy z nich otrzymał kopertę z pieniędzmi (5 lub 20 dolarów), które mieli wydać do godziny 17:00 tego samego dnia. Uczestnicy zostali losowo przydzieleni do różnych sposobów wydatkowania pieniędzy – mogli je przeznaczyć na rachunki, własne potrzeby, prezent dla siebie lub prezent dla kogoś innego. Po godzinie 17:00 naukowcy ponownie ocenili ich poczucie szczęścia. Okazało się, że niezależnie od kwoty, największy wzrost szczęścia odnotowali ci, którzy kupili prezent dla kogoś innego.



Niewydolność serca

Święta Bożego Narodzenia mogą być dużym obciążeniem dla serca – zarówno stres emocjonalny, jak i niezdrowe wybory życiowe mogą negatywnie wpływać na kondycję układu sercowo-naczyniowego. W jednym z badań przeprowadzonych przez Shah i współpracowników w 2016 roku w Pensylwanii badano, czy okres świąteczny rzeczywiście wiąże się ze wzrostem przypadków niewydolności serca. Naukowcy przeanalizowali w tym celu przyjęcia pacjentów do Einstein Medical Center w Filadelfii w latach 2003–2013. Naukowcy doszli do wniosku, że w okresie Bożego Narodzenia faktycznie odnotowano większą liczbę hospitalizacji z powodu niewydolności serca. Autorzy badania wskazali, że do tego wzrostu mogą przyczyniać się stres emocjonalny, objadanie się, mniejsza aktywność fizyczna oraz odkładanie wizyt lekarskich w czasie świąt.

Bibliografia

Dunn, E., Aknin, L., Norton, M. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319, 1687–1688. DOI:10.1126/science.1150952

Keeler, J. R., Roth, E. A., Neuser, B. L., Spitsbergen, J. M., Waters, D. J., & Vianney, J. M. (2015). The neurochemistry and social flow of singing: bonding and oxytocin. *Frontiers in human neuroscience*, 9, 518. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00518>

Shah, M., Bhalla, V., Patnaik, S., Maludum, O., Lu, M., & Figueredo, V. M. (2016). Heart failure and the holidays. *Clinical research in cardiology: official journal of the German Cardiac Society*, 105(10), 865–872. <https://doi.org/10.1007/s00392-016-0995-8>

Z PAMIĘTNIKA STUDENTA

Każdy z nas ma jakieś wspomnienia ze studiów, które zostają w pamięci na dłużej. Może jest to zabawna sytuacja z zajęć, trudny moment, który dziś wspominasz z uśmiechem, albo historia o przyjaźni, pasji czy odkrywaniu siebie.

Chcemy stworzyć wspólny „pamiętnik” studentów i absolwentów, czyli przestrzeń pełną historii, wspomnień oraz emocji związanych ze studiowaniem.

NAPISZ DO NAS!

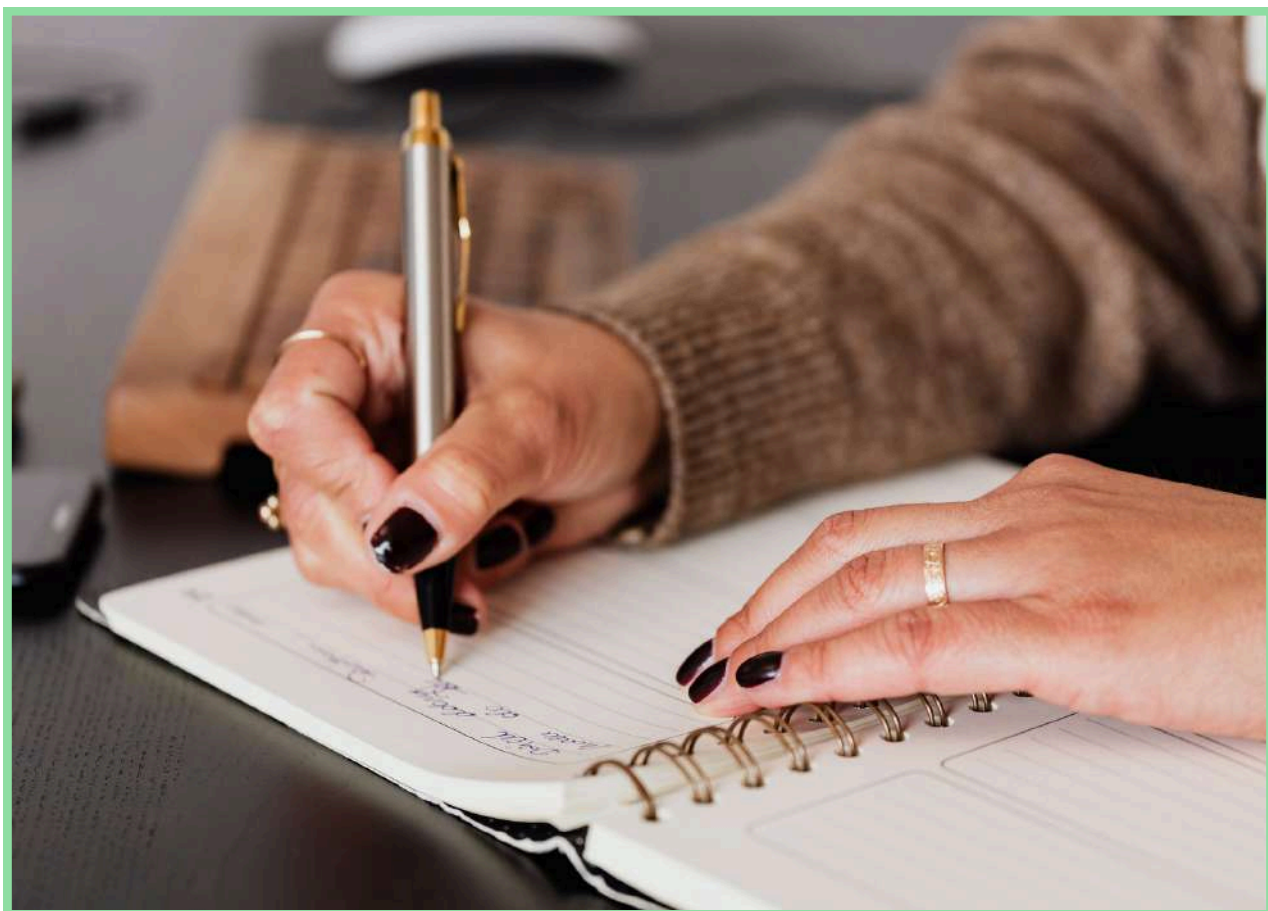
Możesz opowiedzieć coś sentymentalnego, zabawnego, inspirującego lub po prostu *SWOJEGO*.

Twój wpis może być anonimowy lub podpisany – JAK WOLISZ!

Najciekawsze historie opublikujemy w kolejnym numerze naszego newslettera.

PODZIEL SIĘ Z NAMI SWOJĄ HISTORIĄ!

[Kliknij i napisz kilka słów od siebie.](#)



GRUDNIOWE BINGO

PODSUMUJ
MIJAJĄCY ROK

ZRÓB
ŚWIADOMĄ
PRZERWĘ OD
OBOWIĄZKÓW

OBEJRZYJ FILM
O TEMATYCE
ZIMOWEJ

ODWIEDŹ
JARMARK
ŚWIĄTECZNY

PRZYPOMNIJ
SOBIE SVOJE
MOCNE STRONY

ZANOTUJ
POSTANOWIENIA
NA NOWY ROK

ZAUWAŹ W
SOBIE COŚ Z
CZEGO JESTEŚ
DUMNA/Y

ZRÓB COŚ
KREATYWNEGO

WYJDŹ NA
ZIMOWY
SPACER I
POCZUJ MRÓZ
NA POLICZKACH

ZANOTUJ
NAJWIĘKSZE
LEKCJE
MIJAJĄCEGO
ROKU

PRZECZYTAJ
KSIĄŻKĘ
KOJARZĄCĄ CI
SIĘ Z ZIMĄ

ZRÓB LISTĘ
RZECZY, KTÓRE
CHCESZ
KONTYNUOWAĆ

FREE
SPACE

ROZKOSZUJ SIĘ
ŚWIĄTECZNYMI
ZAPACHAMI
(GOŹDZIKI,
POMARAŃCZE,
CYNAMON)

ZRÓB COŚ
KOJĄCEGO DLA
CIAŁA

WYŚLIJ KOMUŚ
SERDECZNĄ
WIADOMOŚĆ

PRZYGOTUJ
PRZEMYŚLANE I
PEŁNE CIEPŁA
PREZENTY DLA
BISKICH

UPORZĄDKUJ
PRZESTRZEŃ
WOKÓŁ CIEBIE

POSŁUCHAJ
PIOSENEK
KOJARZĄCYCH
CI SIĘ Z ZIMĄ

PRZEJRZYJ
ZDJEĆCIA Z
CAŁEGO ROKU I
WYBIERZ
ULUBIONE

ZNAJDŹ MOTTO/
CYTAT/MYŚL,
KTÓRYM
BĘDZIESZ SIĘ
KIĘROWAĆ W
PRZYSZŁYM
ROKU

WYŚLIJ
ODRĘCZNIE
NAPISANE
ŻYCZENIA DO
NAJBLIŻSZYCH
CI OSÓB

PRZYGOTUJ
ŚWIĄTECZNY
NAPÓJ, KTÓRY
LUBISZ
NAJBARDZIEJ

PRZYPOMNIJ
SOBIE JEDNO
MIŁE
WSPOMNIENIE
ŚWIĄTECZNE

PODSUMUJ
SWÓJ
LISTOPAD

Ten miesiąc bywa intensywny – pełen przygotowań, oczekiwań, kończenia spraw, świątełek i emocji. Każde pole w tym bingo to drobna przyjemność, mały rytuał albo chwila oddechu, które pomagają zadbać o ciepło, równowagę i zdrowie psychiczne w najciemniejszej porze roku.

Niech ten grudzień będzie bardziej o spokoju niż perfekcji, bardziej o ciepłe niż obowiązkach, bardziej o byciu niż działaniu.

Spróbuj wypełnić bingo – dla siebie, nie dla punktów.



"Where the world ceases to be the scene of our personal hopes and wishes, where we face it as free beings, admiring, asking and observing, there we enter the realm of art and science."

Albert Einstein

TWÓRCZY



ZAKĄTEK

Koło Naukowe to nie tylko przestrzeń dla pasjonatów nauki, lecz także dla osób otwartych na kreatywność, sztukę i nieszablonowe myślenie.

Wbrew stereotypom, nauka i twórczość nie są od siebie oddalone – przeciwnie, często się spotykają, uzupełniają i inspirują nawzajem. Bo kreatywność i ciekawość to przecież wspólne źródła zarówno dla artysty, jak i naukowca. Przeglądając karty historii, zauważymy, iż karty są pełne od uczonych, którzy z równą pasją oddawali się badaniom, co malarstwu, muzyce czy literaturze. To właśnie takie połączenia pozwalają spojrzeć na problemy z innej perspektywy i przekraczać granice utartych schematów.

Twórczy Zakątek jest właśnie takim miejscem gdzie nauka i sztuka stoją ramię w ramię. To miejsce dla tych, którzy chcą wyrażać siebie inaczej: słowem, obrazem, emocją.

Nie stawiamy granic!

Piszesz wiersze, eseje? Malujesz obrazy? Robisz zdjęcia? Tworzysz grafiki? A może komponujesz piosenki? Nie chowaj swojej twórczości do szuflady! Podziel się swoją pasją. Daj się poznać z innej strony. Zainspiruj innych.

Jak podzielić się swoją twórczością?

Wyślij swoją pracę na adres mailowy Koła, podając również informację jak Ciebie podpisać. Możesz użyć swojego imienia i nazwiska lub pseudonimu – wybór należy do Ciebie!

✉ koło.psychologia@afm.edu.pl



ECHO

Autor anonimowy

Czy możesz istnieć, gdy nikt cię nie widzi?
Tak jak upadające drzewo, czy wyda dźwięk
gdy nikt go nie słyszy?
Czy ty krzycząc w nicość tak naprawdę
milczysz?

W centrum samotności zobaczyłam błoto,
rozdeptane ślady kogoś.
Oni byli lecz się starli, mnie nie było gdy upadli.
Stałam tak wpatrzona w pustkę lecz niczego nie
dostrzegłam. Oni stali tuż nade mną, czy
zapłaczą czy się zegną?

Patrząc w siebie nic nie widząc, jestem czymś
czy niczym wcale? Oni widząc me cierpienie nie
zważają, że jest stałe. Zagłuszając nowe lęki, w
środku gdzieś wciąż szepczą stare. To demony
mej przeszłości wylewają krew mą trwale.

Muszę cię winić i klękać przed tobą. Muszę was
zabić i zostać ze sobą.
Bo to wy zagubione dusze, skłamałam.
Bo to my zagubieni duchem, umarłam.



Autor: Michał Faron



ŚWIĄTECZNY ALBUM PUPILI

Mała przerwa od nauki – świąteczne zdjęcia zwierzaków, które poprawią humor każdemu.



Kinaj śpiący na świątecznym kocyku.



Romuś pożerający bombki choinkowe.



Romuś pozujący przed choinką.



Czesiu pilnujący swojego prezentu pod choinką.

TO Zależy!

Newsletter Koła Naukowego Psychologii
Uniwersytetu Andrzeja Frycza Modrzewskiego w Krakowie

REDAKCJA I AUTORZY NUMERU

17 / Grudzień 2025

Redaktorka naczelna

Ada Słabczyńska

Zespół redakcyjny numeru

Wiktoria Piątek

Oliwia Kąpielewska

Michał Faron

