
Poskytovatelé psychologického poradenství pro všechny studující a zaměstnance UK

Konzultaci u konkrétního poradce nebo poradkyně si zarezervujte [v aplikaci](#). Pokud v aplikaci nenajdete volný termín, napište nám na poradny@cuni.cz

Naši psychologičtí poradci:

Mgr. Kristina Křivková



osobně | online

Klienti se na mě obrací s tématy:

- práce s akutním stresem a jeho zvládnání
- změny v životě, adaptace v nových životních etapách
- problémy při studiu
- úzkosti, deprese
- screening ADHD
- budování sebehodnoty, mezilidských vztahů

Vystudovala jsem psychologii na Fakultě sociálních studií Masarykovy univerzity. Absolvovala jsem výcvik komplexní krizové intervence, koučovací výcvik pro psychology a roční výcvik v terapii přijetí a odhodlání. Zkušenosti jsem získala na krizové lince pro děti a studenty, v chatové poradně a v rámci osobní psychologické podpory klientů s psychickými obtížemi. Také jsem se věnovala online psychologickému poradenství a lektorování workshopů o duševním zdraví. Při práci s klienty čerpám z různých přístupů, abych se přizpůsobila jejich individuálním potřebám.

Mgr. Gabriela Malíková



osobně | online

Klienti se na mě obrací s tématy:

- náročné emoce, emoční autoregulace, práce s akutním stresem
- úzkostné a depresivní stavy
- práce se stresem, motivace, práce s energií
- sebepojetí a sebehodnota, vztah k sobě, hledání sama sebe, vztah k tělu
- nespokojenost ve vztazích
- změny v životě, adaptace v nových životních etapách

Jsem psycholožka a krizová interventka. Aktuálně jsem frekventantkou psychoterapeutického výcviku v integrativní gestalt psychoterapii. Profesionální zkušenosti jsem doposud čerpala zdravotnictvím, školstvím i sociální sférou. Působila jsem na dětské psychiatrii a v denní stacionáři. Na lince bezpečí jsem pracovala jako krizový intervent v nonstop službě na telefonu. S Linkou bezpečí spolupracuji i nadále, a to jako lektorka. Ve školství jsem se pohybovala na různých pozicích – jako lektorka preventivních programů pro třídy, dále jsem poskytovala intervenční služby kolektivům se vztahovými problémy a šikanou. Působila jsem jako školní psycholožka na gymnáziu. V současné době pracuji soukromě s klienty

a realizují kurzy a workshopy pro státní i soukromý sektor v oblastech well-beingu, komunikace a zvládnání vysoce stresových situací.

Mgr. Lukáš Pánek



osobně | online

Klienti se na mě obrací s tématy:

- problémy při studiu
- úzkosti
- těžkosti ve vztazích
- podpora v těžkých životních situacích

Vystudoval jsem jednooborovou psychologii a pracoval jako školní psycholog na základní a střední škole. V současné době jsem v supervizní části psychoterapeutického výcviku v metodě Biosyntéza a pracuji s klienty v soukromé praxi.

Mgr. Ivana Kuglerová



online

Vystudovala jsem sociální práci na Evangelické akademii a psychologii na Filosofické fakultě Univerzity Karlovy. Dlouhodobě se věnuji psychologickému poradenství a krizové intervenci, v tomto směru jsem kromě základního výcviku absolvovala rozsáhlé následné vzdělávání. Třetím rokem jsem v dynamickém psychoterapeutickém výcviku typu SUR a mám i vlastní psychoterapeutickou praxi.

Mezi témata, na která se především zaměřuji, patří práce s traumatem, úzkosti, deprese, sebevražedné myšlenky, sebepoškozování. Obrátit se na mě však lze i s jinými tématy.

Poradna Karlovy Univerzity může být prvním krokem, jak pro sebe najít pomoc, jak se vydat na cestu, která povede ke změně. Věřím, že nikdo si nezaslouží zůstat na své trápení sám a že už samotné autentické setkání člověka s člověkem může mít léčivý efekt.

Mgr. Tereza Komárková, Ph.D.



osobně | online

Klienti se na mě obrací s tématy:

- obtíže při studiu
- psychické obtíže
- vztahové problémy
- náročné životní situac

Vystudovala jsem psychologii a speciální pedagogiku na PedF UK, kde jsem získala také doktorský titul z pedagogické psychologie. Poradenské práci se věnuji již 14 let. Mám zkušenosti s psychologickou diagnostikou dětí a dospělých, s individuální poradenskou a terapeutickou prací, prací se skupinami, i rodinami.

Absolvovala jsem psychoterapeutický výcvik v dynamické a hlubinně orientované psychoterapii (model SUR), a dále celou řadu odborných výcviků a kurzů v oblasti psychodiagnostiky a poradenské intervence. Působím rovněž jako akademický pracovník na FF UK na katedře pedagogiky a posledních několik let jsem pracovala také jako poradenský pracovník v Poradenském centru Hybernská při FF UK.

Mgr. Klára Horáková



osobně | online

Věnuji se integrativní psychoterapii a arteterapii. Absolvovala jsem dvouletý výcvik arteterapie a artefletiky, kurz krizové intervence a psychiatrické minimum. Nyní dokončuji pětiletý sebezkušenostní výcvik v integrativní psychoterapii ve Skálově institutu.

Ve své praxi čerpám ze zkušeností jak z profesního, tak i soukromého života. Působila jsem v neziskovém sektoru, kde jsem se věnovala lidem s lehčími i závažnějšími formami duševního onemocnění. Důležitou část své profesní kariéry jsem pracovala ve vedoucí pozici v korporátu, kde jsem se naučila zejména to, jak je podstatné mít v životě i práci definovaný cíl. Poslední čtyři roky jsem pracovala také jako vedoucí skupin arteterapie a poradenský pracovník v Poradenském centru Hyberská při FF UK.

Pokud právě nyní cítíte, že nevíte jakým směrem se vydat, nebo kde vzít sílu, budu Vám ráda oporou. Věřím, že změna je možná.

Jak pracuji: Při své práci se snažím přizpůsobit terapii na míru danému klientovi. Na první schůzce vždy mapuji životní situaci klienta a jeho představy o tom, co by si přál změnit a s čím se potýká. Poté nastavujeme délku a způsob spolupráce.

Mgr. Dita Perníková



osobně | online

Vystudovala jsem jednooborovou psychologii. Profesně jsem se několik let věnovala krizové intervenci na lince důvěry a lektorování primární prevence na školách. Nyní pracuji jako školní psycholožka na osmiletém gymnáziu v Praze. Zároveň jsem frekventantkou psychoterapeutického výcviku v biosyntéze.

V rámci psychologických konzultací se často setkávám s tématy úzkosti, work/study-life balance, zvládání náročných životních situací, vztahových a studijních obtíží. Nabízím podporu, spolupráci při zmapování problému a hledání řešení, pomoc s porozuměním vlastním potřebám a hranicím. Vycházím z přesvědčení, že vždy se dá najít něco, co funguje, a od toho se můžeme odrazit.

Každou konzultaci se snažím přizpůsobit potřebám klienta. Společně s klientem si stanovíme cíle naší spolupráce a od toho se odvíjející odhad počtu setkání. Na schůzku se není potřeba nijak chystat, celým procesem vás provedu.

Mgr. Anna-Marie Pospíšilová



osobně | online

Klienti se na mě obrací s tématy:

- work/study-life balance
- sebepéče
- témata vysoké citlivosti
- nácvik relaxačních technik
- zvládání náročných životních situací

Vystudovala jsem jednooborovou psychologii na FF Univerzity Palackého. Působila jsem 3 roky jako krizová konzultantka na lince bezpečí a jako lektorka programů o duševním zdraví v organizaci Nevypust' duši.

V současnosti jsem ve výcviku Somatického koučování.

Mgr. Hana Drazdíková



osobně | online

Vystudovala jsem psychologii na FF Univerzity Karlovy v Praze, zároveň jsem v psychoterapeutickém výcviku v systemické terapii (Umění terapie, GI) a mám hotové kurzy Kompletní krizové intervence a Motivačních rozhovorů. Pracuji jako krizová interventka na lince důvěry a zároveň také jako psycholožka a terapeutka pro jeden z komunitních týmů Fokusu Praha ve Středočeském kraji. Do konce roku 2022 jsem pracovala jako psycholožka pro čerčanský hospic Dobrého Pastýře.

Je pro mě důležité respektovat individualitu každého člověka a jeho/její vybranou životní cestu. V terapii i poradenství se řídím heslem: "pomoci klientům, aby si mohli pomoci sami", zkrátka věřím tomu, že každý má v sobě potenciál se svými obtížemi dobře naložit, a že ho stačí "jen" najít a rozvinout.

Consultations are also possible in English.

Mgr. Karolína Čermáková



osobně | online

Vystudovala jsem jednooborovou psychologii na Univerzitě Karlově. Po skončení studia se snažím v oboru vzdělávat a získávat další zkušenosti. Prošla jsem výcvikem komplexní krizové intervence a absolvovala také výcvik v ACTu. ACT je zkratkou pro terapeutický směr Acceptance and Commitment Therapy (v českém jazyce: Terapie přijetí a odhodlání). Také plánuji do budoucna absolvovat koučovací výcvik a nastoupit do integrativně zaměřeného psychoterapeutického výcviku.

Současně pracuji jako školní psycholožka na gymnáziu a v neziskové organizaci. V přístupu ke klientovi je pro mě klíčový partnerský přístup a respekt k individualitě klienta. Při poradenství se zaměřuji na to, abych podpořila klienty v nalezení jejich vlastní cesty. Věřím, že každý v sobě má schopnost vypořádat se s obtížemi, a že je potřeba tento potenciál pouze objevit a rozvíjet.