Pismo Studentów
WUJ
Wiadomości Uniwersytetu Jagiellońskiego
MIESIĘCZNIK NR 4 (304) • ROK XXVIII • STYCZEŃ 2023 • ISSN 1429–995X
WWW.ISSUU.COM/PISMOWUJ • ROZDAWANY BEZPŁATNIE

Bolączki i wyzwania przyszłych pielęgniarek – str. 6

Jak gotować po studencku w dobie inflacji? – str. 15

Studentka z własną szkołą językową – str. 16

Pracowała przy „Wiedźminie" i „Cyberpunku". Rozmowa z Aleksandrą Motyką – str. 8

Felieton noworoczny

(Nie)moc noworocznych postanowień

Noworoczne postanowienia – kto z nas ich nie miał? Wraz z nimi wypełniają się siłownie, zmniejsza się sprzedaż papierosów, a wzrasta klientela diety pudełkowej. No dobra, przynajmniej w pierwszym tygodniu...

Styczeń to przełomowy miesiąc, przynajmniej z kalendarzowego punktu widzenia. Dla jednych zmiana cyfry w zapisywanej dacie roku to naturalne następstwo galopującego czasu, dla drugich zaś ten moment przejścia między nowym a starym to czas refleksji, zadumy, snucia planów i podejmowania ważnych życiowych decyzji. Które podejście jest lepsze? Całkowita rezygnacja z mitologizowania tej zmiany w kalendarzu czy pewna zaduma oraz przypływ sił i motywacji? Na to pytanie nie ma ani dobrej, ani jednoznacznej odpowiedzi.

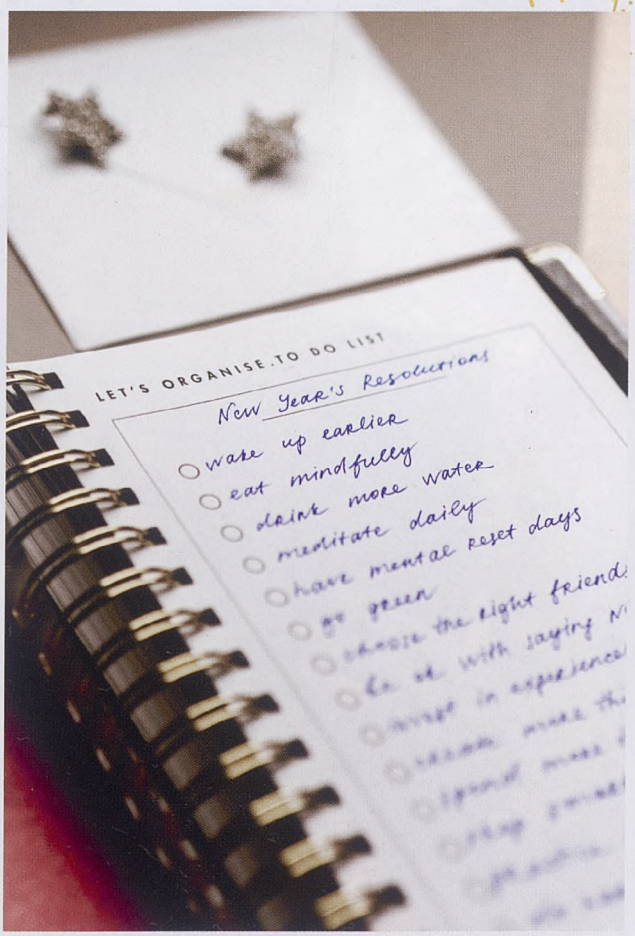
Postanowienia noworoczne od dawna cieszą się popularnością. Wstępujemy w nowy rok niby tacy sami, jednak ta drobna zmiana daty pcha do różnych zmian, a przynajmniej do ich zainicjowania. Rzucam palenie, będę regularnie uprawiać sport, zadbam o swoją dietę – słyszeliście już kiedyś takie hasła? Jeśli nie pojawiły się one w Waszych głowach, to pewnie nieraz przemknęły przez myśl komuś z najbliższego otoczenia. Czy jest w tym coś złego? Zupełnie nie! Każdy moment jest dobry, by zmienić coś na lepsze w swoim życiu.

Często pojawia się w ludzkich głowach pomysł „zacznę (wpisz właściwe) od jutra/od poniedziałku/od przyszłego miesiąca/w nowym roku". Można zacząć wszystko i w każdym momencie – biegać, uczyć się języka, ale także odpoczywać, poświęcać się pasjom, podróżować – ważne, by był to dobry moment dla nas. Jeśli jeszcze nie jesteśmy gotowi na chodzenie trzy razy w tygodniu na basen, to mimo najszczerszych chęci nie wytrwamy długo w takim postanowieniu. Czasem w życiu musi się wydarzyć coś, co będzie bardzo silnym motorem napędowym i co skłoni nas do realnych zmian – niekoniecznie tym bodźcem będzie wkroczenie w nowy rok kalendarzowy.

Dlaczego więc przełom grudnia i stycznia to czas, w którym pewnie połowa ludności świata coś sobie postanawia? Poniedziałek „wydarza się" co tydzień, więc może jeśli zaczniemy spektakularnie wraz z nastaniem nowego roku, który zdarza się tylko raz na 365 dni, będzie to miało większą siłę? A może dzieje się tak dlatego, że pojawia się przed nami najdłuższa możliwa perspektywa – perspektywa całego roku? To tak, jak gdybyśmy stali na początku górskiej drogi i teoretycznie wiedzieli, ile kilometrów jest do przejścia, przewidzieli kilka wzniesień i trudniejszych szczytów, ale tak naprawdę ten dziki szlak nie jest nam znany i dopiero w trakcie wędrówki poznamy jego uroki i zakręty.

Sylwester i Nowy Rok to czas bardzo symboliczny, a tradycja przez lata pielęgnowała to przejście od starego do nowego. Od pozostawienia za sobą tego, co złe, do wypatrywania tego, co dobre. Często życzymy sobie, by ten kolejny rok był po prostu „lepszy niż ten poprzedni" albo równie dobry, byle nie gorszy.

Postanowienia noworoczne mimo swojej wzniosłości bardzo często upadają, natrafiając na pierwszą przeszkodę. W styczniu siłownie są pełne, a karnety wykupione, jednak powtarzająca się rokrocznie tendencja spadkowa pozwala domniemywać, że w lutym znowu wszystko wróci do normy. Niestety duża część naszych celów i zadań do wykonania podejmowana jest w przypływie sylwestrowej euforii, świątecznego pozytywnego nastroju i tego sentymentalizmu, który niejako przywiązuje nas do zmiany roku. Czy te postanowienia są naprawdę nasze, czy może nie wypada ich nie mieć, więc obierzemy jakiś oklepany kierunek po to, by po krótkim czasie go porzucić? Nie bez przyczyny to właśnie trzeci poniedziałek stycznia nazwany został „Blue Monday", czyli najbardziej depresyjnym dniem roku, kiedy to nawarstwiają się czynniki meteorologiczne takie jak krótki dzień, czyli mniejsza ilość dostępnego światła, świadomość niedotrzymanych postanowień noworocznych, a nawet ekonomiczne skutki świątecznych wydatków; słowem – beznadzieja.



Niestety duża część naszych postanowień noworocznych podejmowana jest w przypływie sylwestrowej euforii, świątecznego pozytywnego nastroju i tego sentymentalizmu, który niejako przywiązuje nas do zmiany roku.

Chociaż z postanowieniami różnie bywa, to nasza chęć do zmiany na lepsze jest godna pochwały. Jednak również ich brak jest czymś, co zasługuje na słowa uznania. Być może oznacza to umiejętność przedsięwzięcia czegoś w swoim życiu ot tak, z dnia na dzień? Może to świadomość własnego słomianego zapału? Niezależnie od tego, jakie mamy podejście do postanowień noworocznych, warto sprawić, by był to czas podziękowań i docenienia tego, co nas spotkało w minionym roku. Nawet jeśli nie był on prosty, spróbujmy sobie przypomnieć momenty szczęścia i zróbmy wszystko, aby w nowym roku było ich więcej.

Justyna Arlet-Głowacka

fot. Pexels, HNKz/stock.adobe.com

1,49 mln euro na badanie wpływu sztucznej inteligencji na mobilność miejską

Jak roboty i maszyny zmienią podróżowanie w mieście?

Europejska Rada ds. Badań Naukowych opublikowała listę laureatów konkursu Starting Grants 2022. Wśród czterech polskich naukowców wyróżnionych w tegorocznej edycji konkursu znalazł się dr inż. Rafał Kucharski z Wydziału Matematyki i Informatyki Uniwersytetu Jagiellońskiego. Zbada on, czy sztuczna inteligencja może niekorzystnie wpłynąć na jakość poruszania się po mieście wśród niektórych grup.

Naukowiec w ramach projektu zbada, jaki wpływ sztuczna inteligencja będzie miała na mobilność miejską. Na badania Europejska Rada ds. Badań Naukowych przyznała mu 1,49 mln euro. Projekt potrwa pięć lat. Rafał Kucharski, specjalista od transportu i uczenia maszynowego, zajmował się tą tematyką, studiując i pracując na Politechnice Krakowskiej, Uniwersytecie La Sapienza w Rzymie, w KIT Karlsruhe oraz na Uniwersytecie Technicznym w Delft.

Projekt **„Playing urban mobility games with intelligent machines. Framework to discover and mitigate human-machine conflicts"** ma na celu sprawdzenie, czy istnieje ryzyko, że wprowadzenie sztucznej inteligencji przy ograniczonej przestrzeni miast może spowodować, że użytkownicy bez dostępu do technologii będą podróżować w gorszych warunkach. W przypadku gdyby wspomniane ryzyko miało występować, zaproponowane zostaną metody zaradcze.

– To, jak funkcjonują miasta i że pewne drogi się korkują, a linie tramwajowe czy autobusowe są bardziej obciążone, wynika z interakcji między ludźmi i z naszych decyzji, o której godzinie wyjechać, jaki środek transportu i trasę wybrać. Jeśli decyzje zaczną podejmować za nas roboty czy maszyny ze sztuczną inteligencją, to jest ryzyko, że z nami wygrają – powiedział dr inż. Rafał Kucharski cytowany przez Narodowe Centrum Nauki. – W moim projekcie chcę sprawdzić, czy faktycznie tak będzie, jak będziemy współistnieć z maszynami i jak ewentualnie tym negatywnym scenariuszom przeciwdziałać – dodaje.

Dr inż. Rafał Kucharski z Wydziału Matematyki i Informatyki Uniwersytetu Jagiellońskiego

W obecnym roku dofinansowanie otrzymało 408 projektów o łącznej kwocie 636 mln euro z 26 państw europejskich. Granty na nowatorskie badania na terenie UE oraz państw stowarzyszonych przyznawane są przez ERC od 2008 r.

Katarzyna Flaszczyńska

Konkurs „Camera Jagellonica"

Poznaliśmy najlepsze prace konkursu „Camera Jagellonica"

„Camera Jagellonica" to cieszący się ogromną popularnością konkurs fotograficzno-filmowy organizowany przez Uniwersytet Jagielloński. Uczestnicy w tym roku rywalizowali w kategoriach: „Architektura", „Życie studenckie", „Impresje" oraz dodatkowo – z okazji Roku Mikołaja Kopernika – w kategorii okolicznościowej „Wstrzymał Słońce, ruszył Ziemię".

Laureatów oraz wyróżnionych wyłoniło jury w składzie: Anna Wojnar (fotoreporterka UJ i miesięcznika „Alma Mater"), prof. Małgorzata Radkiewicz (filmoznawczyni związana z Instytutem Sztuk Audiowizualnych UJ oraz członkini Rady Muzeum Fotografii w Krakowie), Wojciech Matusik (fotograf i fotoedytor „Dziennika Polskiego" i „Gazety Krakowskiej") oraz Tomasz Markowski (specjalista fotografii sportowej, związany od lat z „Przeglądem Sportowym").

Nagrody główne zdobyli: kategoria „Architektura" – Zuzanna Janeczek za pracę „Natura Maxima"; „Impresje" – Marta Łabędź za pracę „CU@UJ"; „Życie studenckie" – Tomasz Jaworski za zdjęcie „Początek"; w kategorii okolicznościowej „Wstrzymał Słońce, ruszył Ziemię" główną nagrodę otrzymał Józef Cisło za pracę „Idź w stronę światła słonecznego odbitego od Ziemi". Najlepsze wideo (film pt. „Za co lubisz UJ?") nagrała Magdalena Szatanik.

Warto wspomnieć również laureatów nagród specjalnych: Nagrodę Rektora UJ otrzymali Kalina Smolarek za zdjęcie „Kolory na szkle" i Tomasz Jaworski za film „Autopoiesis", a nagrodę redakcji „Cafe Nauka" otrzymał Józef Cisło za nagrodzoną już w kategorii okolicznościowej pracę.

Laureatami nagrody specjalnej „Alma Mater", których zdjęcia będzie można zobaczyć na okładkach przyszłorocznych miesięczników AM, zostali Marta Łabędź za „CU@UJ" oraz dwukrotnie Jacek Cisło.

Nagrodzone zdjęcia można zobaczyć na stronie camerajagellonica.uj.edu.pl.

Martyna Lalik

Pismo Studentów „WUJ – Wiadomości Uniwersytetu Jagiellońskiego".
Redakcja: ul. Piastowska 47, 30-067 Kraków
Wydawca: Fundacja Studentów i Absolwentów UJ „Bratniak"
e-mail: wuj.redakcja@gmail.com; tel. 668 717 167
Strony internetowe: www.issuu.com/pismowuj oraz www.facebook.com/pismowuj
Redaktor naczelny: Adrian Burtan
Zespół: Justyna Arlet-Głowacka, Ewa Zwolińska, Olga Sochaczewska, Karolina Iwaniec, Jadwiga Wąsacz, Lucjan Kos (foto), Agata Kurzańska, Marcelina Koncewicz, Martyna Szulakiewicz-Gaweł (foto), Krzysztof Materny, Wiktoria Staniewska, Aleksandra Szmolke, Paulina Bednarek, Oliwia Wójciak, Katarzyna Flaszczyńska, Wojciech Skucha, Tomasz Łysoń, Martyna Lalik, Klaudia Katarzyńska, Alicja Bazan
Korekta: Ewa Zwolińska
Okładka: Martyna Szulakiewicz-Gaweł
Reklama: wuj_reklama@op.pl
Numer zamknięto: 27 grudnia 2022 roku

fot. uj.edu.pl, Joanna Radzicka

Co nowego na UJ?

Źródło informacji: www.uj.edu.pl

Doktorantka CM UJ na prestiżowej liście „Forbes Women"

Magazyn „Forbes Women" umieścił lek. med. Karolinę Brzegowy z Collegium Medicum UJ na liście najbardziej wpływowych przedstawicielek świata biznesu, polityki, kultury, sportu i nauki.

Nie jest to jedyny sukces Brzegowy w ostatnim okresie. Tydzień wcześniej została laureatką programu L'Oréal-UNESCO Dla Kobiet i Nauki.

Karolina Brzegowy już od drugiego roku studiów jest związana z Katedrą Anatomii UJ CM. Na co dzień pracuje nad zagadnieniami dotyczącymi unaczynienia ośrodkowego układu nerwowego. W trakcie studiów prowadziła badania nad anatomią układu żylnego mózgu oraz wpływu zmienności anatomicznych tętnic mózgowych na krążenie oboczne w udarze mózgu.

Krzysztof Materny

Wór piłkarskich sukcesów Jagiellonek

Kobieca drużyna AZS UJ prowadzona przez trenera Krzysztofa Kroka kończy pierwszą część sezonu 2022/2023 na czwartej pozycji. Dołożyła do tego świetne występy w Pucharze Polski; wygrywając w Kostrzynie nad Odrą (9:0) oraz w Wyszkowie (6:0), nasz zespół awansował do 1/8 finału tych rozgrywek.

Dobrymi wynikami w drugiej lidze może się pochwalić również druga drużyna AZS UJ, która po ośmiu zwycięstwach także zapewniła sobie czwarte miejsce w tabeli.

Sukcesami mogą się pochwalić także wszystkie uczelniane drużyny młodzieżowe. Najlepszy wynik osiągnął zespół U-13, który wywalczył awans i na wiosną będzie reprezentować Małopolskę na szczeblu centralnym.

Nasze reprezentantki godnie reprezentowały też kadrą narodową. Karolina Klabis i Anna Zapała grały dla seniorskiej reprezentacji Polski, a Paulina Guzik i Wiktoria Sroka dostawały powołania do drużyn młodzieżowych. Ponadto drużyna Jagiellonek, jak i indywidualnie trener Krzysztof Krok oraz zawodniczki Karolina Klabis, Anna Zapała, Wiktoria Sroka oraz Aleksandra Nieciąg dostali nominacje do nagrody w Plebiscycie Sportowym „Gazety Krakowskiej".

Krzysztof Materny

Polski naukowiec z doktoratem honoris causa UJ

Wybitny lekarz patolog prof. Andrzej Tadeusz Słomiński otrzymał tytuł doktora honoris causa UJ. To wyjątkowe wyróżnienie wręczono mu za pionierskie i przełomowe osiągnięcia naukowe w dziedzinie dermatologii, patomorfologii i endokrynologii oraz badanie związane z rolą melaniny w skórze i biologią czerniaka złośliwego skóry. Doceniono też odkrycia związane z rolą witaminy D w procesach fizjologicznych i patologicznych czy działalność na rzecz Uniwersytetu Jagiellońskiego, a w szczególności wspólnie prowadzone prace badawcze oraz rozwój kariery młodych naukowców. Na podkreślenie zasługuje też zaangażowanie profesora w działalność opozycji antykomunistycznej.

Prof. Andrzej Słomiński ukończył Gdańską Akademię Medyczną. W 1984 r. ze względu na swoją działalność opozycyjną został zmuszony do wyjazdu z Polski. Obecnie wykłada na Uniwersytecie Alabama w Birmingham.

Krzysztof Materny

Mamy nowych profesorów belwederskich

Prezydent RP Andrzej Duda wręczył nominacje profesorskie 61 naukowcom. Wśród nich znalazło się czterech wykładowców UJ: Kinga Góra-Marek – profesor nauk ścisłych i przyrodniczych, Maria Kózka – profesor nauk medycznych i nauk o zdrowiu, Artur Ludwin – profesor nauk medycznych i nauk o zdrowiu oraz Józef Twardosz – profesor nauk ścisłych i przyrodniczych.

Na mocy Ustawy o stopniach naukowych i tytułach naukowych oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki, tytuł profesora nadaje Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej na podstawie wniosku Centralnej Komisji do Spraw Stopni i Tytułów. Tytuł nadawany jest osobie, która uzyskała stopień doktora habilitowanego, ma osiągnięcia naukowe lub artystyczne znacznie przekraczające wymagania stawiane w przewodzie habilitacyjnym, może też pochwalić się sukcesami dydaktycznymi, w tym w kształceniu kadry naukowej lub artystycznej.

Krzysztof Materny

Studenci z UJ programują najlepiej w Europie Środkowej

Reprezentacja studentów informatyki analitycznej z Wydziału Matematyki i Informatyki UJ w składzie: Antoni Długosz, Grzegorz Gawryał oraz Jacek Salata zajęła pierwsze miejsce w Mistrzostwach Centralnej Europy w Programowaniu Zespołowym, które odbyły się pod koniec listopada w słoweńskiej Ljubljanie. To pierwsza wygrana Uniwersytetu Jagiellońskiego w ponad 20-letniej historii startów w mistrzostwach.

Dzięki tej wygranej nasi reprezentanci zakwalifikowali się do finałów Mistrzostw Świata w Programowaniu Zespołowym, które odbędą się jesienią 2023 r. w Egipcie. To niejedyny sukces studentów UJ w tym konkursie. Inna drużyna z naszej Alma Mater, którą reprezentowali pochodzący z Ukrainy stypendyści (Vladyslav Denysiuk, Oleh Naver, Roman Yanushevskyi), zajęła piąte miejsce. Pozostałe drużyny UJ zajęły 11., 13. i 17. miejsce. Nad reprezentantami UJ opiekę sprawuje dr Lech Duraj.

Krzysztof Materny

fot. uj.edu.pl, Anna Wojnar

Czytelnie Biblioteki Jagiellońskiej

Tajemnicze Lectorium,

czyli nauka w towarzystwie starych woluminów

Przed Wami kolejny artykuł z cyklu, w którym przybliżamy działalność i funkcjonowanie Biblioteki Jagiellońskiej. W tym tekście dowiecie się, z jakich czytelni mogą korzystać studenci oraz jakie zbiory są w nich dostępne.

Biblioteka Jagiellońska to skarbnica milionów egzemplarzy książek, czasopism i innych materiałów od lat gromadzonych zarówno przez jej pracowników, jak i badaczy uczelni. Nie wszystkie zakamarki są dostępne dla studentów. Na potrzeby tego tekstu odwiedziliśmy m.in. jedno z najbardziej majestatycznych miejsc biblioteki, Czytelnię Główną, do której wejść może każdy student UJ, aby nie tylko uczyć się i zdobywać wiedzę, ale też obcować z bogatą kulturą tego miejsca. Oczywiście to niejedyna czytelnia, którą znajdziemy w „Jagiellonce".

Czytelnia Główna znana jest też jako Lectorium. Warto ją odwiedzić nie tylko po to, by przygotować kolejny rozdział pracy, ale także, by zachwycić się jej klimatem i długimi rzędami półek wypełnionymi ponad 35-tysięcznym księgozbiorem podręcznym.

Zachwyć się klimatem

W Bibliotece Jagiellońskiej (wejście od ul. Oleandry 3) jest kilka przestrzeni dostępnych dla studentów – należą do nich między innymi różnego rodzaju czytelnie. W Nowym Gmachu mieści się Czytelnia Informacji Naukowej, Czytelnia Dokumentów Audiowizualnych oraz Czytelnia Materiałów Własnych. W Czytelni Informacji Naukowej można pracować w przyjaznym otoczeniu książek i roślin, a w razie potrzeby skorzystać z pomocy bibliotekarza, który zawsze jest na dyżurze i chętnie udzieli niezbędnych wskazówek.

Znajdują się tam także książkowe nowości, które właśnie pojawiły się w zbiorach biblioteki. Czytelnik może sięgnąć po wybraną pozycję z półki i na miejscu się z nią zapoznać. Do użytku studentów oddana została również Czytelnia Materiałów Własnych, która ulokowana jest nad Czytelnią Informacji Naukowej. Dla pracowników naukowych uczelni oraz doktorantów została wydzielona Czytelnia Pracowników Nauki. Natomiast w Starym Gmachu znajduje się Biblioteka Austriacka, o której pisaliśmy w październikowym numerze „WUJ-a", oraz Czytelnia Główna zwana również Lectorium. Warto ją odwiedzić nie tylko po to, by przygotować kolejny rozdział pracy, ale także, by zachwycić się jej klimatem i długimi rzędami półek wypełnionymi ponad 35-tysięcznym księgozbiorem podręcznym.

Jak postawić pierwszy krok w czytelniach?

Chociaż do czytelni Biblioteki Jagiellońskiej nie da się wejść „prosto z ulicy", po przełamaniu pierwszych lodów onieśmielenia wielkością budynku okazuje się, że cały proces poznawania wnętrza nie jest tak skomplikowany, jak wielu się wydaje. Najpierw musimy udać się do szatni, by zostawić tam odzież wierzchnią. Następnie ochrona udostępni nam kluczyk do szafki, aby schować w niej wszystko to, co niekoniecznie jest nam potrzebne do pracy czy nauki. Niezbędne rzeczy możemy włożyć do specjalnego koszyka i to z nim udajemy się w stronę wybranej czytelni. Po drodze będziemy musieli jeszcze okazać ważną kartę biblioteczną, czyli po prostu legitymację studencką, na której zakodowana jest informacja o aktywowanym (bądź nie) koncie w BJ (aktywacji dokonuje się w Wypożyczalni). Oczywiście można zabrać ze sobą także jedzenie i picie, ważne, by nie korzystać z nich na terenie czytelni, a np. na korytarzu.

W Czytelni Informacji Naukowej oraz w Czytelni Głównej obowiązuje dodatkowo rejestracja, która jest bezproblemowa i wymaga od nas tylko podejścia do pracownika biblioteki, od którego dostaniemy tabliczkę z numerem w zamian za pozostawioną legitymację. Dzięki temu możemy wybrać dowolne miejsce na sali i korzystać z niego tak długo, jak potrzebujemy.

Studenci powoli wracają

Jakie pozycje można znaleźć w Czytelni Głównej?

– Księgozbiór podręczny obejmuje różne dziedziny wiedzy ze szczególnym uwzględnieniem wydawnictw encyklopedycznych, słowników, leksykonów, monografii i kompediów oraz czasopism naukowych. Ponadto do czytelni można zamawiać wszystkie dzieła z magazynu ogólnego, także te, których nie można wypożyczać na zewnątrz – tłumaczy Aneta Giza, Kierownik Sekcji Czytelń Oddziału Udostępniania Zbiorów i Informacji Naukowej.

– Dodatkowo niedawno wzbogaciliśmy to miejsce o wysokiej jakości samoobsługowe skanery, z których można korzystać za darmo. Każde stanowisko zaopatrzone jest w światło oraz w gniazdko, a na terenie całej biblioteki dostępne jest WiFi. Warto wspomnieć, że w czasie egzaminów co roku na terenie BJ odbywała się akcja Sesyjna Nocna Nauka, w trakcie której studenci do późnych godzin nocnych mogli korzystać z przestrzeni w czytelniach – dodaje.

Czy po pandemii w czytelniach młodzi przebywają tak chętnie, jak przed nią?

– Patrząc na statystyki z poprzednich lat, widać, że studenci powoli wracają. Zmienia się również sposób korzystania czytelni. Mamy mniej czytelników zamawiających materiały tradycyjne, a więcej osób korzystających z baz danych i zasobów cyfrowych. Jest także spora grupa osób, która wybiera czytelnie jako ciche miejsce pracy i nauki – zachęca Aneta Giza.

Justyna Arlet-Głowacka

fot. Justyna Arlet-Głowacka

(Nie)zwykli studenci

Jak wygląda życie studentek i studentów pielęgniarstwa na UJ CM?

Uśmiechnięta, pomocna, zabiegana, zmęczona, ratująca życie i zdrowie – pielęgniarka (i pielęgniarz), czyli osoba, z którą w szpitalu pacjent ma najwięcej kontaktu, jest dla niego oparciem, a niejednokrotnie również ostatnią osobą, z którą może porozmawiać przed odejściem.

Pielęgniarka jest niejednokrotnie ostatnią osobą, z którą pacjent może porozmawiać przed odejściem.

To one, podobnie jak lekarze, muszą wykazywać się ogromną wiedzą, opanowaniem i profesjonalizmem, którego w pierwszych latach kariery uczą się na praktykach studenckich. Co wiemy o naszych koleżankach i kolegach uczących się w Collegium Medicum UJ? Ich życie studenckie nie opiera się tylko na nauce do kolokwiów i zaliczeniu sesji. Wykonują również niezwykle odpowiedzialną pracę, jaką jest pomoc chorym w szpitalach, klinikach oraz centrach zdrowia.

Rozbieżności, jakie dostrzega się między studiowaniem prawa, matematyki czy biologii a pielęgniarstwa są olbrzymie przede wszystkim w wymiarze praktyk, jakie muszą odbyć studenci UJ CM. Są to praktyki trwające całe miesiące, potem już traktowane jako forma zaliczenia przedmiotu lub kursu.

Logiczne jest, że studenci aspirujący w przyszłości do pracy w tak ważnym zawodzie muszą odbywać jak najwięcej zajęć praktycznych i mieć realny kontakt z pacjentem. A to dlatego, że niejednokrotnie teoria okazuje się niewystarczająca. Nauka przez praktykę jest w tym przypadku najlepszym rozwiązaniem.

Po pierwsze nie szkodzić

W myśl tej zasady pracuje i pomaga każdy członek ochrony zdrowia – w tym studenci i studentki pielęgniarstwa. Początkowo praktykę wykonują na manekinach – głównie zabiegi pielęgnacyjne, takie jak mycie i przebieranie pacjentów albo ścielenie łóżek. Z czasem dochodzą kolejne, bardziej inwazyjne zabiegi – mierzenie poziomu cukru, podłączanie kroplówek, zakładanie wenflonów, pobieranie krwi czy cewnikowanie, a to wszystko pod czujnym okiem opiekunów.

Jednak każda czynność, którą praktykant może zrobić źle, gdy nikt nie monitoruje jego działania, grozi utratą zdrowia lub życia pacjenta. To przysparza studentom większego stresu niż odpowiedzi na codziennych seminariach lub uczenie się do testów, z którymi i tak, podobnie jak każdy inny student niezależnie od kierunku, muszą się mierzyć pielęgniarki i pielęgniarze.

Ciężka praca, którą w ramach praktyk wykonują nasi koledzy, okazuje się niebagatelną pomocą dla zespołów pielęgniarskich, ale nie tylko. Fizjoterapeuci, dietetycy, opiekunowie – oni wszyscy mogą liczyć na pomoc praktykantów. Kilkanaście dodatkowych par rąk do pomocy okazuje się niezwykle kluczowe dla niewielkiej kadry szpitalnej, która pod opieką ma niekiedy nawet kilkudziesięciu pacjentów.

Chwile zwątpienia

Można pomyśleć, że wrzucenie na głęboką wodę pielęgniarek już po pierwszym roku studiowania zniechęci wielu do pracy w zawodzie. Nie bez przyczyny. W rozmowie ze studentką trzeciego roku pielęgniarstwa dowiedziałam się, że zdarzają się podczas praktyk momenty bardzo trudne, niejednokrotnie łamiące zwykłego człowieka. To właśnie jest ten okres, podczas którego student musi skonfrontować się sam ze sobą i zastanowić, czy to jest jego miejsce.

– Wyjątkowo poruszającym zdarzeniem podczas praktyk była rozmowa z pacjentką, która przez okres pandemii nie mogła widywać się ze swoimi synami ze względu na zakaz odwiedzin. Trzymała ona mocno zdjęcie dzieci i bardzo martwiła się, że umrze, zanim ponownie je zobaczy – powiedziała nam wspomniana studentka.

Do takich dramatów dochodzi w szpitalach często, a wszechobecne cierpienie, któremu stara się zapobiec kadra, często okazuje się syzyfową pracą, zniechęcającą młodych pielęgniarzy i pielęgniarki. Studentka, z którą rozmawiałam, nie ukrywała, jak trudno jest jej czasami wstać na praktyki, a nieoczekiwana śmierć pacjenta nie tyle szokuje, ile stawia pytanie: czy moja praca ma sens?

Trudności, z jakimi muszą się mierzyć studenci podczas zajęć praktycznych, mają nauczyć ich sposobu pracy oraz warunków, w których będą pracować w przyszłości. Warto o tym wiedzieć, bo nasi „zwykli" znajomi dokonują tam „niezwykłych" rzeczy, które my możemy oglądać tylko na filmach.

Martyna Lalik

fot. Pexels

Cykl „Wokół kół"

Pierwsze do pomocy kobietom.

Tu wiedzę zdobywają położne

Czy wiecie, że w powiecie krakowskim, w gminie Liszki, znajduje się skała wapienna o nazwie Położna? W kole, o którym mowa w tym numerze, jest ich nawet kilkanaście.

SKN Opieki Położniczej
Uniwersytetu Jagiellońskiego
Collegium Medicum

Studenckie Koło Naukowe Opieki Położniczej działa przy Pracowni Podstaw Opieki Położniczej Instytutu Pielęgniarstwa i Położnictwa Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Jagiellońskiego – Collegium Medicum w Krakowie. Zrzesza studentki położnictwa studiów I stopnia oraz czynne zawodowo położne kontynuujące naukę na studiach II stopnia. Można tu pogłębić wiedzę z zakresu położnictwa i opieki położniczej, ginekologii i opieki ginekologicznej oraz pokrewnych kierunków dyscyplin nauk o zdrowiu.

Celem koła jest propagowanie wiedzy z zakresu nauk medycznych, humanistycznych i współczesnego położnictwa ze szczególnym uwzględnieniem najnowszych osiągnięć, a także kształtowanie odpowiedzialnej postawy zawodowej. Koło zostało nagrodzone wyróżnieniem Ministerstwa Edukacji i Nauki w konkursie StRuNa – Najlepsze Koło Naukowe Roku 2021 oraz tytułem Najlepszego Studenckiego Koła Naukowego działającego na Wydziale Nauk o Zdrowiu za działalność w roku akademickim 2020/2021 w konkursie dla kół zrzeszonych w Studenckim Towarzystwie Naukowym Uniwersytetu Jagiellońskiego – Collegium Medicum. Opiekunami koła są: mgr poł. Magdalena Humaj-Grysztar, mgr poł. Julia Nawrot, dr n. o zdr. Renata Madetko. Funkcję przewodniczącej sprawuje Aleksandra Borowiec.

Misja specjalna

Koło szczególną uwagę poświęca ukazywaniu roli położnej w opiece nad kobietą na każdym etapie życia, a nie jedynie w okresie ciąży, porodu czy połogu. Członkinie prowadzą edukację zdrowotną w szkołach, współpracują też z Klubem Seniora.

– Mając kontakt z młodzieżą i chcąc ją zachęcić do wyboru zawodu położnej lub położnego, pokazujemy nie tylko różne możliwości rozwoju zawodowego, ale również edukujemy o roli interdyscyplinarnego zespołu medycznego, w którym każdy zawód medyczny ma swoje równie ważne i odpowiedzialne miejsce – mówi Jadwiga Surówka, była przewodnicząca koła. Ponadto w cyklach postów w mediach społecznościowych „Czy wiesz, że położna..." i wywiadów SKNOP przybliża obserwatorom możliwości zawodowe oraz zadania położnej wynikające z prawa polskiego oraz w pracy na misjach.

Studenckie Koło Naukowe Opieki Położniczej UJ co roku wspiera działania Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.

W ramach działalności edukacyjnej koło organizuje wydarzenia w formie wykładów otwartych i szkoleń.

Stary temat, nowatorskie podejścia

W maju podczas IX Konferencji Naukowej z Okazji Dnia Położnej Julia Pałka, Aleksandra Borowiec i Joanna Ruszała zdobyły I miejsce w multimedialnej sesji plakatowej pracą pt. „Rola położnej w opiece nad kobietą z zespołem D-MER". – Ma on związek ze spadkiem stężenia dopaminy podczas odruchu wypływu mleka. Znajomość charakterystycznych objawów pomaga odróżnić go od baby blues czy depresji poporodowej – wyjaśnia Aleksandra, przewodnicząca koła.

W ramach działalności edukacyjnej koło organizuje wydarzenia w formie wykładów otwartych i szkoleń dla studentów Collegium Medicum bądź dedykowane wyłącznie studentom położnictwa. Dotychczas odbyły się spotkania m.in. z przedstawicielkami Fundacji Tęczowy Kocyk, instruktorką hipnoporodu mgr hipnoterapii klinicznej Kają Krawczyk czy dr Anną Kotlińską z Kliniki Laktacyjnej. Uczestnicy mają za sobą też szkolenie z położną Sylwią Ślęzak z zastosowań aromaterapii w okresie okołoporodowym.

Świadomie o sobie

Jednym z większych projektów było współorganizowanie w 2019 roku krakowskiej edycji wydarzenia sportowego Bieg Kobiet Zawsze PierWsi, podczas którego na stoisku edukacyjnym poruszone zostały zagadnienia dotyczące profilaktyki raka piersi oraz szyjki macicy.

Koło Naukowe Opieki Położniczej co roku wspiera również działania Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W ubiegłym roku współtworzyło kącik zdrowia i nauki w Galerii Serenada w Krakowie, co obejmowało m.in. naukę samobadania piersi, profilaktykę raka gruczołu sutkowego, prezentację badania cytologicznego, pokaz opieki nad noworodkiem i chustonoszenie.

Przedstawicielek koła nie brakuje także na Małopolskim Festiwalu Zawodów. Artykuł o ich działalności ukazał się już w Piśmie Małopolskiej Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Krakowie „Małopolskie Pielęgniarki i Położne".

Olga Sochaczewska

E-mail: sknopiekipolozniczej@gmail.com
Facebook: https://www.facebook.com/sknopiekipolozniczejujcm
Instagram: https://www.instagram.com/skn_opiekipolozniczej/

fot. archiwum prywatne

Rozmowa z Aleksandrą Motyką, scenarzystką gier i komiksów

Tworzyła dialogi do „Wiedźmina" i „Cyberpunka".

„Nie chciałabym robić nic innego"

O grach studia CD Projekt RED słyszał chyba każdy. Nie każdy jednak wie, kto odpowiada za zawarte w nich historie, emocje i bohaterów. Jedną z takich osób jest Aleksandra Motyka (pseud. Sasza Hady) – scenarzystka gier i komiksów, autorka powieści i absolwentka edytorstwa w naszej Alma Mater. Jaka była jej droga z UJ do branży gier? Jak powstał tekst kultowej już pieśni Priscilli i jak napisać książkę, gdy jest się... zapracowaną mamą?

Czy rozmawiam teraz z Aleksandrą Motyką, czy z Saszą Hady?

To zależy, o co będziesz mnie pytać. W pracy jestem Aleksandrą Motyką – tam tworzę komiksy i scenariusze do gier; a w domu, kiedy piszę wieczorami, jestem Saszą Hady. Pod tym pseudonimem wydałam cztery książki.

Skąd pomysł, by pisać pod pseudonimem?

Teraz już bym tak nie zrobiła (śmiech), ale to był moment, kiedy wreszcie udało mi się spełnić moje dziecięce marzenie – jako dziesięciolatka oświadczyłam, że będę pisarką – i gdy wreszcie miałam mieć swój debiut, pomyślałam: co jeszcze mogę mieć? Mam już wydawcę, okładkę i korektę, to może jeszcze pseudonim...? Stąd Sasza Hady. „Sasza" wzięła się od „Aleksandry", a „Hady" to nazwisko panieńskie mojej babci.

Jak to się stało, że udało Ci się spełnić to dziecięce marzenie?

Cały czas pisałam – na początku były to historie o księżniczkach i książętach w szesnastokartkowych zeszytach. Jak się nad tym zastanowić, to dalej piszę o księżniczkach i książętach, tylko już na laptopie. Miałam też okres poetycki – niektóre wiersze zostały nagrodzone i opublikowane.

Aleksandra Motyka jest nie tylko scenarzystką gier i komiksów, ale też autorką powieści.

W międzyczasie poszłaś na studia na edytorstwo na UJ. Dlaczego akurat taki kierunek?

To był wtedy nowy, dość prestiżowy kierunek. Imponował mi nowoczesny program z nauką InDesigna [Adobe InDesign – przyp. red.] i solidną porcją praktycznej wiedzy. Myślałam, że mogę potem liczyć na pracę w wydawnictwie. I rzeczywiście, zaraz po studiach przez jakiś czas pracowałam jako redaktorka.

A jak trafiłaś z wydawnictwa do pracy w branży gier?

Na koniec studiów przygotowaliśmy filmik wspominkowy pod tytułem „Na przemiał", w którym padło pytanie: „A co po edytorstwie?". Moja koleżanka, Karolina Stachyra, odpowiedziała: „Nie wiem". Zabrzmiało to dość gorzko. Nie byliśmy pewni, co dalej, jak przyda nam się ta cała wiedza... Kilka lat później Karolina napisała do mnie, że pracuje nad „Wiedźminem" i właśnie szukają więcej osób do zespołu. Stwierdziłam, że spróbuję i okazało się, że to coś dla mnie.

Jak wyglądały Twoje początki w CD Projekcie?

Początki były trudne. Zawsze lubiłam książki Sapkowskiego, ale nie za bardzo grałam w gry i musiałam się zorientować, na czym polega taka praca. Obejrzałam walkthrough [film dokumentujący przejście całej gry – przyp. red.] „Wiedźmina 2" i stwierdziłam: „Hmm, takie to chyba umiem". Dopiero potem okazało się, że osiągnięcie efektu naturalnych czy płynnych dialogów jest bardzo, bardzo trudne.

Kiedy zdałam wszystkie testy, moje próbki literackie się spodobały, a firma była gotowa dać mi szansę, musiałam się przenieść z Krakowa do Warszawy. To była trudna decyzja, zostawiłam spokojną, bezpieczną pracę i ruszyłam w nieznane. Moi pracodawcy trochę ryzykowali, mieli wątpliwości, czy odnajdę się w tym nowym dla mnie medium. Dziewięć lat później okazało się, że to był dobry wybór dla obu stron. Teraz sama prowadzę zespół pisarzy.

Na czym obecnie polega Twoja praca?

Nadal staram się pisać dialogi, ale mam na to mniej czasu, bo koordynuję pracę innych. Dużo bardziej niż kiedyś czuję presję – jestem odpowiedzialna za zespół i chcę, by efekt naszej pracy był jak najwyższej jakości i żeby wszyscy czuli się dumni, że uczestniczyli w czymś, co wyszło świetnie. Stanowisko lead writera jest bardziej wymagające, ale i tak nie chciałabym robić nic innego niż pracować tam, gdzie pracuję, więc... chyba daję radę.

fot. Martyna Szulakiewicz-Gaweł

– Zawsze lubiłam książki Sapkowskiego, ale nie za bardzo grałam w gry i musiałam się zorientować, na czym polega taka praca. Obejrzałam walkthrough [film dokumentujący przejście całej gry – przyp. red.] „Wiedźmina 2" i stwierdziłam: „Hmm, takie to chyba umiem". Dopiero potem okazało się, że osiągnięcie efektu naturalnych czy płynnych dialogów jest bardzo, bardzo trudne – wspomina Aleksandra Motyka.

A jak Twój typowy dzień pracy wyglądał w czasach produkcji „Wiedźmina 3"?

Różnie. Były dni, że edytor wywalał mi się co pięć minut, ktoś wołał mnie na spotkanie, naradę albo konsultację, nagłe sprawy domagały się mojej uwagi, i ostatecznie pisałam tylko jedną linijkę, co było frustrujące. A bywało i tak, że pisałam całe questy [zadania w grze – przyp. red.] w jeden dzień, bo trzeba było zrobić nową wersję, a czas gonił. Zdecydowanie wolę właśnie takie intensywne okresy pisania, kiedy można się skupić na jednej scenie czy queście. Teraz jest mniej takich okazji, bo mam dzieci i czasem trudno pogodzić jedno z drugim.

Czy bycie mamą zainspirowało Cię do pisania książek dla dzieci, czy pisałaś dla nich już wcześniej?

Zaczynałam właśnie od pisania dla dzieci – mam sporo rzeczy pochowanych w szufladach. Dopiero potem przeszłam na kryminały. Z kolei moja ostatnia książka, „Zefiryna i księga uroków", jest raczej dla nastolatków niż dla dzieci, ale powstała z powodu mojego dziecka. Byłam wtedy na urlopie macierzyńskim i bardzo chciałam oderwać się już od pieluch, a półroczny maluch zaczął spać trzy godziny dziennie – to był mój czas na pisanie, stąd „Zefiryna" ma takie krótkie rozdziały. W ten sposób udało mi się zamknąć pierwszą wersję książki w pół roku. Nigdy wcześniej nie napisałam niczego tak szybko (śmiech).

Wróćmy jeszcze do pisania do gier. Jak przebiega proces ich powstawania?

Najpierw dostajemy wytyczne od zarządu i dyrektorów. Oni nadają nam ramy, w jakich możemy się poruszać. Potem wychodzimy z inicjatywą i podrzucamy pomysły – jeżeli któryś spotka się z akceptacją, rozwijamy go coraz bardziej. Robimy brainstormy [burze mózgów – przyp. red.], research, wymyślamy postaci i główne wątki. Później całość dzielimy na mniejsze części i questy, a zespół quest designerów pomaga przełożyć naszą wizję na język gry. Pracujemy w tandemie writer-questowiec: my odpowiadamy za ogólny pomysł, fabułę i dialogi, questowcy – za implementację tego w silniku, kompozycję elementów questa i logikę jego przebiegu. Bardzo blisko współpracujemy też z cinematic designerami [projektanci filmowych sekwencji w grze – przyp. red.], którzy dbają o reżyserską wizję i pilnują, by zasady wybranego gatunku zostały zachowane. Staramy się przy tym, aby gra była przez cały czas spójną historią, a nie tylko zestawem wydarzeń i przechodzeniem z jednego miejsca w drugie.

Jak sprawiacie, by wszystkie elementy scenariusza tworzyły spójną całość? Jesteście przecież różnymi ludźmi używającymi różnych języków.

To rola szefów i szefowych zespołu, żeby dopilnować spójności języka oraz jego różnorodności tam, gdzie to potrzebne. Sposób mówienia Geralta, Ciri czy Yennefer w „Wiedźminie" musiał być zawsze taki sam, ale każdy quest miał swój unikalny styl i klimat. Nasz szef, Marcin Blacha, dawał nam wtedy dużą swobodę w doborze konwencji i pilnował tylko, by każdy był odpowiedzialny za jakąś postać i konsekwentnie ją prowadził. Różnorodność i bogactwo gatunkowe są siłą „Wiedźmina". Z kolei przy „Cyberpunku" kładliśmy większy nacisk na unifikację języka. Musieliśmy się nauczyć pisać tak, żeby dialogi współgrały z cyberpunkową estetyką. Tworzyliśmy ten język od nowa i to była świadoma wspólna praca.

Jak pracuje Ci się w zespole? Jest łatwiej czy trudniej w porównaniu z samodzielnym pisaniem?

Pisanie w zespole bardzo pomaga, jeśli chodzi o śrubowanie jakości. Kiedy przyszłam do pracy w CD Projekcie, to był dla mnie szok, jak ta jakość rośnie, gdy zbierze się więcej kreatywnych osób. Kiedy pracuje się samemu, człowiek czasem czuje, że gdzieś utknął, brakuje mu potwierdzenia od świata, że to, co napisał, już jest dobre. Z kolei praca w zespole pisarzy daje to, że zawsze można liczyć na odzew.

fot. Martyna Szulakiewicz-Gaweł

Poza tym przyjaźnimy się ze sobą – w tym zawodzie poznaje się super ludzi.

Bieg historii opowiadanej przez grę zależy od decyzji gracza. Jak radzisz sobie z tą nieliniowością scenariusza?

Im wcześniej wprowadza się te fabularne rozgałęzienia, tym lepiej, bo głowa się do tego przyzwyczaja. Jeśli zaczynasz od tego, że piszesz liniową fabułę, a potem próbujesz ją rozedrzeć na pół i wsadzić tam różne decyzje oraz ich konsekwencje, wychodzi to dużo gorzej. Ja bardzo lubię pracę nad wariantami scenariusza, szczególnie nad konsekwencjami emocjonalnymi – w wyniku jakiegoś wyboru w dwóch różnych liniach postaci rozmawiają ze sobą zupełnie inaczej, wychodzą na jaw ich inne cechy. To pozwala też kreować postaci wielowymiarowe, czego się uczymy i staramy się rozwijać.

Macie jakieś specjalizacje czy każdy ze scenarzystów zajmuje się wszystkim po trochę?

Każdy robi wszystko, natomiast są osoby, które świetnie radzą sobie w questach komediowych albo we wzruszających scenach, więc staramy się im przydzielać właśnie takie zadania. Oczywiście chcielibyśmy, żeby każdy u nas był „człowiekiem renesansu" i w razie czego był w stanie napisać całą grę, ale opieramy się na tym, co wychodzi im najlepiej i czego mogą nauczyć innych.

Tobie nieźle wyszedł tekst „Wilczej zamieci".

To było duże wyzwanie. Podczas pierwszych tygodni w firmie nie wiedziałam jeszcze do końca, co robię, ale mówiono mi, że warto być aktywną, więc entuzjastycznie zgłosiłam się do tego zadania. Wtedy usłyszałam od kolegi: „Oszalałaś? Nie ma nic trudniejszego niż pisanie piosenek!". W dodatku miał to być flagowy utwór naszej gry, który wszyscy powinni rozpoznawać i kojarzyć z „Wiedźminem". Oczekiwania były więc spore. Na początku napisałam biały wiersz, a Marcin Blacha powiedział: „Okej, to teraz zrób z tego balladę". Zrobiłam, Marcin poprawił dwie sylaby, żeby rytm był lepszy, a potem powstała muzyka.

Spodziewałaś się, że pieśń Priscilli będzie takim przebojem?

W ogóle nie czułam wtedy tej presji, która teraz jest dla mnie bardziej oczywista. Wtedy myślałam tylko, żeby wytrwać do końca miesiąca, a nie o jakiejś dalszej perspektywie. Nie spodziewałam się, że „Wiedźmin 3" będzie aż takim hitem. Po prostu miałam nadzieję, że to będzie udany projekt. Do dziś jestem trochę oszołomiona skalą tego sukcesu. Za nim poszła piosenka i jest bardzo znana. Zawsze mnie cieszy, kiedy słyszę jej różne wersje, a ta scena jest jednym z moich ulubionych momentów w grze – to duża zasługa cinematic designerów.

Czy sposób pracy pokazany w Twojej powieści „Na końcu wchodzą ninja" oddaje rzeczywistość polskiej branży gier?

To obraz czegoś, czego już nie ma, a przynajmniej nie powinno być. Ta książka była owocem mojej pasji i zachwytu tym, jacy ci ludzie są pozytywnie szaleni. Nasłuchałam się niezłych historii od weteranów branży z różnych firm. Ja przyszłam do pracy w momencie, kiedy ostry crunch [intensywna praca w nadgodzinach, by skończyć projekt na czas – przyp. red.] czy spanie pod biurkiem odchodziły powoli w niepamięć. Ta branża bardzo się zmienia i dorośleje. Rośnie świadomość tego, jak lepiej panować nad dynamicznym procesem produkcji gier. Jeśli chodzi o to, z jakimi problemami podczas pracy nad fabułą zmagają się scenarzyści, „Ninja" pokazują to dość wiernie.

– Jak wejść w tę branżę? Zrobić grę. Jest bardzo dużo platform, na których można stworzyć jakąś paragrafówkę czy visual novel. Warto zgadać się z kimś, kto ma talent do rysowania i opracować wspólnie prosty projekt – podpowiada nasza rozmówczyni.

A co poradziłabyś studentom, którzy chcieliby pracować w Twojej branży? Co mogą zrobić, by zwiększyć swoje szanse?

Zrobić grę. Jest bardzo dużo platform, na których można stworzyć jakąś paragrafówkę czy visual novel. Warto zgadać się z kimś, kto ma talent do rysowania i opracować wspólnie prosty projekt. Chcemy, żeby ktoś nas zaskoczył zapadającym w pamięć tekstem, pomysłem, który wydaje się świeży i oryginalny. Bycie graczem oczywiście pomaga, ale czasem wystarczy – tak jak w moim wypadku – pokazać, że umie się pisać. Wtedy jest szansa, że da się to przenieść na inne medium.

Co Twoim zdaniem przydaje się w tym zawodzie?

Myślę, że pokora i cierpliwość. I oczywiście otwartość na pracę zespołową. Zderzenie z tyloma innymi osobowościami, pomysłami i punktami widzenia daje człowiekowi zupełnie inną perspektywę na własną twórczość. Nie zawsze będziesz mieć rację, nie zawsze to Twój pomysł zostanie urzeczywistniony. A czasami jest tak, że Twój ulubiony wątek zrealizuje ktoś inny. Pomysły są odrzucane, wymieniane, przekształcane. Ostatecznie też pisanie świetnych fabuł i dialogów to nasza praca, a nie jakaś specjalna zasługa.

Już wkrótce sesja, a po niej czeka nas dłuższa przerwa od zajęć. Które ze swoich dzieł poleciłabyś studentom jako lekturę na ten czas?

To zależy, co kto lubi. Kryminały o Bendelinie [„Morderstwo na mokradłach" i „Trup z Nottingham" – przyp. red.] są dobre na zimę, bo dosyć lekko się je czyta i są takie „przytulne". „Zefiryna", choć była kierowana do młodszych czytelników, może spodobać się wszystkim, którzy lubią baśniową fantastykę. Z kolei „Na końcu wchodzą ninja" wymaga skupienia, bo to wielowątkowa, bardziej niszowa książka, która może przybliżyć historię i klimat pracy w branży gier.

Jakie są Twoje dalsze plany? Czy powstają kolejne książki lub inne projekty, o których jeszcze nie wiemy, a w których bierzesz udział?

Obecnie jestem bardzo skupiona na pracy, ale piszę też swoje rzeczy po godzinach, jak tylko mam chwilę wolnego. Myślę, że niedługo powstanie jakaś książka. Na razie wszystko jest jeszcze w szufladzie albo się tworzy. Trzymam też w zapasie mnóstwo pomysłów, które mam nadzieję kiedyś zrealizować.

Rozmawiała Ewa Zwolińska

fot. Martyna Szulakiewicz-Gaweł

Korepetycje na studiach

Studenci polskich uczelni chętnie korzystają z korepetycji. Dlaczego to robią?

W gimnazjum korzystanie z korepetycji dla wielu z nas było czymś naturalnym w przypadku trudnych zajęć. Z kolei w liceum decydowaliśmy się na nie głównie z tych przedmiotów, które zdawaliśmy na egzaminie maturalnym. Czy podjęcie studiów oznacza koniec z korkami? Przykład często bardzo trudnych studiów prawniczych pokazuje, że niekoniecznie.

Już w pierwszych tygodniach października na Facebooku obok licznych pytań pierwszaków na wydziałowych grupach polskich uczelni o dobór przedmiotów pojawiają się też liczne oferty korepetycji. Większość z nich dotyczy przedmiotów obligatoryjnych, choć zdarzają się nawet oferty odpłatnej pomocy z niektórych zajęć nieobowiązkowych. Zazwyczaj są prowadzone przez studentów starszych roczników, a czasem nawet przez osoby, które studia już mają dawno za sobą. Zapytaliśmy zarówno korepetytorów, jak i ich studentów, skąd popularność tych usług.

Nawet 100 zł za godzinę

Zdaniem osób biorących korepetycje powodów jest kilka: brak czasu na indywidualne podejście na zajęciach, ogromna ilość trudnego do opanowania materiału czy problemy z przygotowaniem się do często niełatwych egzaminów.

Adw. Piotr Baranowicz, od 2008 r. absolwent prawa na UJ, studia ma już dawno za sobą, ale chętnie łączy praktykę adwokacką z... udzielaniem korepetycji. Na co dzień specjalizuje się w pomaganiu w nauce prawa karnego, cywilnego, konstytucyjnego oraz procedur. Ponadto prowadzi także zajęcia przygotowujące do aplikacji radcowskiej i sędziowskiej. Cena jednej lekcji u niego wynosi od 75 do 100 zł za godzinę.

– Przede wszystkim problemem są kazusy z prawa cywilnego, które są bardzo trudne. Sprawiają one trudność nawet osobom po aplikacji. Często zdarza się, że właśnie z tego powodu zgłaszają się do mnie ci studenci, którzy od lat nie są w stanie zdać tego przedmiotu – mówi Piotr Baranowicz.

Adwokat zwraca też uwagę na inny problem.

– Na egzaminie występują zagadnienia, których wykładowcy i ćwiczeniowcy nie zdążyli omówić. W rezultacie klienci potrzebują ponownego wytłumaczenia w formie indywidualnej – tłumaczy.

Kto korzysta z korepetycji?

Piotr Drążyk jest na piątym roku prawa na Wydziale Prawa i Administracji UJ. Korepetycji z prawa karnego udziela już drugi rok. Cena za godzinę jego zajęć wynosi 60 zł. W trakcie zeszłego roku akademickiego pomagał tylko dwóm klientom. Dopiero w wakacje mógł sobie pozwolić na przyjęcie sześciu osób. Jego zdaniem problem leży w tym, że zarówno na zajęciach grupowych, jak i na dyżurach indywidualne podejście do studenta ze względu na ograniczoną ilość czasu jest po prostu niemożliwe.

– Wiadomo, że można podejść na dyżur do ćwiczeniowca, tylko trzeba stać w kolejce z kilkunastoma osobami. Tak samo jest na ćwiczeniach. Ponadto wiem, że takie szczegółowe sprawdzenie kazusu jest dosyć czasochłonne – uważa Drążyk.

Pytany, kto korzysta z jego zajęć, odpowiada, że zazwyczaj ci, dla których prawo karne nie jest mocną stroną.

– Jednak osoby, którym nie idzie ten przedmiot, należy podzielić na trzy grupy. Pierwszą i najczęściej spotykaną stanowią ci, którzy trzy lub cztery miesiące przed egzaminem czują, że im to nie podchodzi i wiedzą, że w ten sposób muszą temu zaradzić, aby zdać. Drugą grupę stanowią ci, którym tylko karne zostało na sesję wrześniową. Trzecią stanowią ci, którzy albo zdali kolokwium katedralne, albo test lub którąś z części pisemnych z sesji czerwcowej. Do tej samej grupy zaliczam też tych, którzy w sesji zasadniczej nie poradzili sobie z żadną z części egzaminu – mówi Drążyk.

Powodów brania korepetycji jest kilka: brak czasu na indywidualne podejście na zajęciach, ogromna ilość trudnego do opanowania materiału czy problemy z przygotowaniem się do często niełatwych egzaminów.

Jednym korki potrzebne, innym nie

Zdaniem Piotra Drążyka wiele osób decyduje się też na korepetycje, ponieważ studia prawnicze nie należą do najłatwiejszych;

– To dość obszerne studia. Zwłaszcza na wcześniejszych etapach należy zadeklarować dużo przedmiotów, by uzyskać punkty. W efekcie na drugim lub trzecim roku nagle przychodzi taki moment, że zostaje kilka miesięcy do egzaminu z karnego, który sam w sobie też jest dosyć trudny – dodaje.

Mimo że zdaniem Piotra Drążyka korki są dobrym pomysłem na dodatkowe przygotowanie się do egzaminu, on sam z tej formy nigdy nie skorzystał.

– Za moich czasów rynek korepetycji nie był tak rozbudowany, ponieważ portale społecznościowe, na których się ogłaszamy, nie były tak popularne jak dziś – mówi.

Jednak nie wszystkim dodatkowe odpłatne zajęcia są niezbędne w przygotowaniach do egzaminów. Jedną z osób, która nigdy nie skorzystała z tej formy pomocy, jest Monika Remsak, która właśnie kończy prawo na UJ. – Po prostu nigdy nie były mi potrzebne, zwłaszcza że zajęcia były prowadzone dobrze. Jednak bez posiłkowania się dodatkowymi materiałami, jak skrypty czy prezentacje z minionych lat, byłoby trudno – przyznaje.

Krzysztof Materny

fot. Pexels

Rozmowa z Julią Panek, studentką prawa i choreografką

Siła mięśni i talent to nie wszystko

Co wspólnego mają taniec, choreografia i... prawo? Poznajcie choreografkę Julię Panek, która dzięki temu nieoczywistemu połączeniu pokazuje, że warto dążyć do realizowania marzeń. – To, co można wyrazić ruchem i ciałem, jest nie do wyrażenia w żaden inny sposób. To także styl życia, który przekłada się na inne, prywatne płaszczyzny – mówi w rozmowie z nami.

– Jak miałam trzy lata, rodzice zapisali mnie na zajęcia rytmiki. Chcieli, żebym próbowała różnych rzeczy, choć nie mam nikogo w rodzinie, kto zajmuje się tańcem czy muzyką. Widząc tancerki w pięknych butach do tańczenia pytałam mamę, czy też mogłabym takie dostać – wspomina Julia Panek, choreografka i tancerka.

Zacznijmy może od pierwszego elementu tej układanki. Jesteś uczennicą Krakowskiej Akademii Tańca, gdzie uczestniczysz w zajęciach przygotowujących do egzaminu dyplomowego dającego prawo do wykonywania zawodu tancerza. Jak wyglądają lekcje?

Taniec zawsze towarzyszył mi w życiu. Na początku był to tylko taniec współczesny i jazzowy, ale po pewnym czasie zauważyłam, że profesjonalny rozwój wymaga silnych podstaw technicznych, jakie daje taniec klasyczny. Myślę, że razem ze stylem neoklasycznym idealnie odzwierciedlają mój charakter i chciałabym dalej się w nich doskonalić.

Do KAT dołączyłam w ubiegłym roku, bo wcześniej kształciłam się w Warszawie, skąd pochodzę. W tym momencie w grupie, w której jestem, jest około piętnaście osób. Uczestniczymy w zajęciach z klasyki, tańca współczesnego i jazzowego. Lekcje tańca klasycznego prowadzi Pani Pedagog Paulina Duda, która jednocześnie przygotowuje nas do dyplomu. Zajęcia odbywają się do sześciu dni w tygodniu po nawet trzy godziny dziennie. Uczymy się tańca klasycznego w stylu szkoły rosyjskiej, czyli według zasad Agrippiny Waganowej. Na początku są to ćwiczenia przy drążku, odbywające się zawsze w tej samej sekwencji. Później wykonujemy ćwiczenia na środku sali, robimy piruety albo skoki – zazwyczaj już w tzw. pointach [usztywniane obuwie baletowe umożliwiające wzniesienie się na czubki palców – przyp. red.]. W zależności od tego, czy przygotowujemy się do spektaklu, końcówkę lekcji poświęcamy na doskonalenie choreografii.

Czym jest dla Ciebie taniec?

Przede wszystkim jest dla mnie najszlachetniejszą formą ekspresji. Według mnie to, co można wyrazić ruchem i ciałem, jest nie do wyrażenia w żaden inny sposób. To także styl życia, który przekłada się na inne, prywatne płaszczyzny.

Pamiętasz, jak zaczynałaś?

Jak miałam trzy lata, rodzice zapisali mnie na zajęcia rytmiki. Chcieli, żebym próbowała różnych rzeczy, choć nie mam nikogo w rodzinie, kto zajmuje się tańcem czy muzyką. Od małego chodziłam też do teatru. Widząc tancerki w pięknych pointach pytałam mamę, czy też mogłabym takie dostać, jednak oczywiście aby w nich tańczyć, trzeba wcześniej opanować podstawy techniczne. Nad podstawowymi ćwiczeniami tańca klasycznego pracuję od mniej więcej czwartej klasy szkoły podstawowej. Co ciekawe, te same ćwiczenia wykonują wszyscy – zarówno dzieci, jak i profesjonalni tancerze, z tym że wraz z poziomem zaawansowania zmienia się oczywiście trudność kombinacji. Aby wyrobić odpowiednią siłę mięśni, ich rozciągnięcie, ale też zakres ruchu, wymagana jest dyscyplina i solidne przygotowanie. Trzeba pamiętać przy tym, że na początkowych etapach rozwoju tancerza ciało dopiero się rozwija, więc nie chcemy go przeciążyć. Do pracy w pointach potrzebne są zatem lata.

W wieku 20 lat odnosisz już znaczne sukcesy. Kiedy zaczęłaś zajmować się choreografią i jak to wygląda obecnie?

To było od zawsze wewnątrz mnie – nigdy się nie zastanawiałam, dlaczego idę na zajęcia taneczne lub układam choreografie; po prostu uwielbiałam to robić. Będąc w drugiej klasie szkoły podstawowej, tworzyłam już układy dla koleżanek na konkursy talentów. Wiadomo, że nie były jeszcze na takim poziomie artystycznego wyrazu jak teraz (śmiech). Jako, że taniec i choreografia są ze sobą nieodłącznie powiązane, postanowiłam, że będę nieustannie rozwijać się w tych kierunkach. Byłam na warsztatach w Hadze, gdzie poznałam jednego z najwybitniejszych choreografów, jakim jest Jiří Kylián. Uczestniczyłam również w kursach tanecznych między innymi w Broadway Dance Center w Nowym Jorku czy w Millennium Dance Complex w Los Angeles. Dokładnie rok temu znalazłam informację w internecie, że zespół Ballet 5:8 z Chicago poszukuje młodych choreografów do współpracy z ich tancerzami. Oferowali cztery miejsca. Wysłałam zatem nagranie jednej z moich choreografii, którą prezentowałam na Międzynarodowym Konkursie Choreograficznym Uczniów Szkół Baletowych w Bytomiu. Ponieważ aplikacja spotkała się ze znaczącym zainteresowaniem ze strony Ballet 5:8, zostałam zaproszona na rozmowę rekrutacyjną online z dyrektor artystyczną zespołu, Julianną Rubio Slager, i dostałam się na wakacyjną rezydencję jako jedyna osoba spoza USA.

Dlaczego więc wybrałaś prawo na UJ?

Bardzo długo myślałam o tym, jaki kierunek będę chciała studiować i była to trudna decyzja. Poza rozwojem tanecznym bardzo ważna jest dla mnie edukacja akademicka. Zawsze interesował mnie człowiek, literatura czy filozofia. Nauka jest też niezwykle wartościowym źródłem inspiracji – moja choreografia „The Question", nad którą pracowałam, będąc w Chicago, jest oparta na dramacie Johanna Wolfganga von Goethego „Faust" i na najistotniejszych treściach filozoficznych w nim zawartych. Aktualnie pracuję nad choreografią inspirowaną naukami ścisłymi. Jeżeli natomiast chodzi o trochę dalszą perspektywę, to mam też już kilka pomysłów na to, jak w przyszłości połączyć prawo z choreografią.

Mistrz Polski, II Vicemistrz Europy, a w listopadzie nominowana do Nagrody „Pro Juvenes" w kategorii Student Artysta... Prowadzisz także profil na Instagramie @juliapanek.choreography. Skąd czerpiesz inspirację?

Moja działalność artystyczna jest nieodłącznie związana z wartościami, które chcę przekazywać przez sztukę. Są nimi autentyczność, wrażliwość i piękno. Od tego wychodzę przy każdej choreografii. Inspiracji jest wiele; często sam utwór muzyczny czy inny człowiek, np. George Balanchine, twórca stylu neoklasycznego.

Wychodzę z założenia, że choreograf jest jednocześnie i artystą, i pedagogiem, stąd jego praca polega na przekazywaniu wiedzy oraz wizji za pomocą nie tylko ruchu, ale i słów. Ta współpraca i komunikacja z tancerzami sama w sobie stanowi bardzo często odrębne źródło inspiracji. Dodatkowo na kształt mojej działalności wpływa na pewno chęć dbania o relację z odbiorcami i sprawiania, aby ich dzień stał się piękniejszy.

Rozmawiała Olga Sochaczewska

– Moja działalność artystyczna jest nieodłącznie związana z wartościami, które chcę przekazywać przez sztukę. Są nimi autentyczność, wrażliwość i piękno. Od tego wychodzę przy każdej choreografii. Inspiracji jest wiele; często sam utwór muzyczny czy inny człowiek – tłumaczy Julia Panek.

– To było od zawsze wewnątrz mnie – nigdy się nie zastanawiałam, dlaczego idę na zajęcia taneczne lub układam choreografie; po prostu uwielbiałam to robić. Będąc w drugiej klasie szkoły podstawowej, tworzyłam już układy dla koleżanek na konkursy talentów – mówi Julia Panek.

fot. Piotr Gurgul, Valenty/stock.adobe.com

fot. Grażyna Błazik, archiwum prywatne

Ulubione miejsca studentów

Wszystkie drogi prowadzą do... kawiarni

W starożytnej Grecji agory stanowiły przykład miejsc, w których gromadziły się pierwsze skupiska społeczne. Już wtedy ludzie wyrażali potrzebę spotkań na neutralnym gruncie i szukali miejsc na wyrażanie siebie. Współczesny koncept miejsca publicznego realizują... kawiarnie. Wszak to do nich udajemy się, by spotkać się ze znajomymi, pouczyć się czy nawet pracować. Dlaczego tak chętnie to robimy?

„Kawiarniana atmosfera bardzo sprzyja opowiadaniu historii i przesiadywaniu godzinami na rozmowach. Lubię też od czasu do czasu, gdy się uczę, pójść do takiej przestrzeni, żeby po prostu zmienić otoczenie".

Najpierw chwila dla wyobraźni. Wyobraźcie sobie specyficzną mieszankę słodkich nut i kawy roznoszącą się po otwarciu drzwi wejściowych. Przytłumiony gwar ulicy ustępuje na widok przytulnego wnętrza, przyozdobionego roślinami, półkami wypełnionymi książkami i ceramiką. Opadając na wygodny fotel, wyciągacie laptopa, notes z zapiskami i słuchawki. Do stolika dostajecie swoje zamówienie, uśmiechacie się mimowolnie i powoli zanurzacie się w stan pracy.

Miejsce, gdzie budzi się kreatywność

Znajome obrazki, prawda? Nie musisz pracować jako barista, by zauważyć pewne powtarzające się schematy. Jedną z grup odwiedzających kawiarnie stanowią osoby, które szukają w nich nie tylko dobrego smaku kawy czy okazji do rozmowy, ale też... skupienia.

Często zdarza się bowiem tak, że z naszych pokoi w domach czy mieszkaniach tworzymy biura, a naukę przenosimy na łóżko (ryzyko nieprzewidzianej drzemki wzrasta). Spędzając większość czasu w tym samym miejscu i starając się wykonywać wiele zadań, nasz mózg zaczyna się nudzić i przyswajać mniej bodźców z zewnątrz. Dlatego zmiana otoczenia może wpłynąć pozytywnie na efekty naszej pracy. Po to wiele osób idzie do kawiarni.

– Spotykanie się ze znajomymi daje mi zawsze niesamowitą energię, a kawiarniana atmosfera bardzo sprzyja opowiadaniu historii i przesiadywaniu godzinami na rozmowach. Lubię też od czasu do czasu, gdy się uczę, pójść do takiej przestrzeni, żeby po prostu zmienić otoczenie. Motywuje mnie to do działania i pobudza kreatywność – opowiada Julia, studentka studiów dziennikarskich II stopnia.

Kawiarnia, czyli „trzecie miejsce"

Kawiarnie to również sposób na spędzanie wolnego czasu. Są one miejscem spotkań większych i mniejszych grup, przestrzenią na poważne rozmowy czy dzielenie się nowinkami z życia. Dodatkowy walor stanowi wystrój wnętrza wpływający na atmosferę panującą w środku. Starając się odnaleźć odpowiedź na pytanie, dlaczego takie miejsca działają na nas jak magnes, w języku naukowym w latach 80. pojawiło się zjawisko określane mianem tzw. trzeciego miejsca. To nic innego jak przestrzeń oddzielająca dom od miejsca pracy.

Według badań prowadzonych przez amerykańskiego socjologa Raya Oldenburga (który stworzył także definicję trzeciego miejsca), przestrzenie określane nazwą „trzecich miejsc" służą celom rozrywkowym i pozwalają ludziom na spotkania oraz integrację. Oldenburg wyjaśniał, że takie punkty cechują się swobodą dostępu, a role społeczne nie grają w nich roli. Rozmowy stanowią główny punkt spotkań, a panująca atmosfera wewnątrz sprzyja odprężeniu. Uważał, że to, co przyciąga ludzi, to możliwość wyboru, ile czasu spędzi się w wybranej przestrzeni, oraz komfort psychiczny.

Kawiarnie można zaliczyć to tzw. „trzecich miejsc". Według badań prowadzonych przez amerykańskiego socjologa Raya Oldenburga przestrzenie określane tą nazwą służą celom rozrywkowym i pozwalają ludziom na spotkania oraz integrację.

Odpowiedzialność baristy

Co zatem przeważa o niesłabnącej popularności kawiarnianych zaciszy? Niemałą rolę odgrywają osoby pracujące za barem, baristi i kelnerzy. Ich profesjonalizm, podejście do klientów, a nawet uśmiech pojawiający się na twarzy ma wpływ na pozytywne wrażenia przybywających. Wyobraźcie sobie, że często odwiedzacie wybraną kawiarnię, udało Wam się poznać właścicieli, a zatrudniona w kawiarni baristka dobrze wie, co zamówicie i już zaczyna przygotowywać Wasze zamówienie, zanim zdążycie się odezwać.

To właśnie wygoda, komfort czy nawet potrzeba chwilowego schronienia przed nagłym deszczem sprawiają, że wybieramy takie miejsca. I często do nich wracamy.

Paulina Bednarek

fot. Paulina Bednarek

Studia z przymrużeniem oka

Kuchnia studencka,

czyli jak jeść w czasach inflacji

Nie samą nauką student żyje – czasem musi też coś zjeść. Co jednak położyć na talerz przy obecnych kosztach życia? Z pomocą przychodzą nam studencka pomysłowość, radykalna oszczędność i polowanie na okazje.

Jak znieść brak masła na kanapce? Użyjcie serka do smarowania lub keczupu. Ten drugi może również zastąpić dowolny inny składnik kanapki, o ile wykonacie nim na chlebie stosowny napis (np. „ser" lub „szynka") i wmówicie sobie, że symbol jest równoznaczny z obiektem.

Kuchnia studencka cechuje się prostotą, kreatywnością i niskim kosztem produkcji. Nic więc dziwnego, że zyskuje na popularności w czasach powszechnej drożyzny. Jeśli i Wy szukacie w niej ratunku, dobrze trafiliście. Przed Wami najważniejsze zasady odżywiania się według tej diety oraz lista źródeł potrzebnych produktów.

Chleb – z masłem czy bez?

Jeśli zamierzacie smarować chleb masłem, idźcie do najbliższego sklepu i sprawdźcie, ile kosztuje kostka – szybko przejdzie Wam ochota na ten zbędny luksus. Jeżeli jednak jesteście wśród szczęśliwców, którzy zaopatrzyli się w masło przed wzrostem cen, nie otwierajcie go! Potraktujcie je jako lokatę kapitału lub odsprzedajcie jakiemuś zdesperowanemu masłożercy.

Jak znieść brak masła na kanapce? Użyjcie serka do smarowania lub keczupu. Ten drugi może również zastąpić dowolny inny składnik kanapki, o ile wykonacie nim na chlebie stosowny napis (np. „ser" lub „szynka") i wmówicie sobie, że symbol jest równoznaczny z obiektem. Jeśli macie dobry kontakt z rodziną na wsi, poproście krewnych o miód lub dżem domowej roboty. Gruba warstwa słodyczy pozwoli zapomnieć o braku maślanej podstawy oraz pieniędzy w Waszych portfelach.

Nie tylko kanapka

Kromki bez masła smakują też nieźle jako tosty francuskie – maczacie je w miksturze z jajka, mleka, soli i innych przypraw, smażycie na oleju i po chwili otrzymujecie niebo w gębie. Pozostałe jajka możecie potem przeznaczyć na jajecznicę, jajko na twardo lub na miękko. W połączeniu z mąką nadadzą się także do placków ziemniaczanych lub racuchów. Osobom, dla których jajka czy wszelkie smarowidła do chleba to już szczyt burżujstwa, proponujemy chleb w zupie: w formie surowej – jako kawałki rozerwanej kromki – lub pod postacią grzanek. Zwiększy on uczucie sytości i złagodzi smak tej paskudnej brei, którą dumnie nazywacie swoją zupą.

Zupa ze słoika czy zupka chińska?

Skoro pojawił się już temat zup, poświęćmy kilka słów sposobom ich pozyskiwania. Najlepszą metodą jest import kilku pełnych słoików z rodzinnego domu. Pozwala to uniknąć ryzyka związanego z testowaniem własnych eksperymentów kulinarnych. Jeśli ta opcja nie wchodzi w grę, otwórzcie lodówkę i wrzućcie wszystkie znalezione w niej warzywa do wrzątku, dodając przyprawy i kostkę rosołową. Mięso możecie zastąpić bulionem warzywnym. Pamiętajcie też, że niektóre zupy mogą ewoluować – na przykład rosół łatwo zmienić w pomidorową.

A co z zupkami chińskimi? Cóż, to bezsprzecznie pozycja kultowa, czczona przez wszystkich studentów, dla niektórych wręcz podstawa piramidy żywieniowej. Kogo błyskawiczna zupka nie poratowała w czasie największej biedy i deficytu czasu, niech pierwszy rzuci kamieniem. Nie zachęcamy jednak do opierania na niej swojej diety, jeśli Wam zdrowie miłe. Zamiast truć się zupkami instant lepiej wrzucić na patelnię zwykły makaron z warzywami.

Gotowe jedzenie za grosze

Skąd brać składniki na studenckie potrawy? Można polować na promocje w marketach i wyławiać perły z morza przecenionych produktów, których data ważności dobiega końca. A jeśli wyjście do zatłoczonego supermarketu napawa Was lękiem, poszukajcie taniego żarcia w... swoich smartfonach. Aplikacje typu Too good to go czy Foodsi pomagają właścicielom sklepów i restauracji pozbyć się nadwyżek jedzenia z danego dnia. W ten sposób zdobędziecie tanią paczkę z jadłem i szacunek znajomych aktywistów. Istnieją również bary mleczne – magiczne miejsca, w których czas się zatrzymał, o czym świadczy ich wystrój i ceny w menu. Wizyta w nich to świetna okazja do networkingu – możliwe, że spotkacie tam innych poszukiwaczy taniego jedzenia, którzy przekażą Wam cenne informacje i rady. Warto rozejrzeć się za takim lokalem w swojej okolicy.

Jeśli dotarliście aż tutaj, to znak, że przyswoiliście już teorię. Wiecie, jak jeść po studencku i skąd pozyskiwać jedzenie. Mamy nadzieję, że zapamiętacie te rady i sięgniecie po nie w krytycznym momencie. Życzymy Wam jednak, by do tego nie doszło.

Ewa Zwolińska

fot. Ewa Zwolińska

Rozmowa z założycielką szkoły języka polskiego i angielskiego dla obcokrajowców

Połączyła biznes z pomaganiem. Businesswoman z pasją do uczenia innych

Aliaksandra Doinich to Białorusinka, studentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, która od dzieciństwa uczyła się polskiego. Nie tylko studiuje, ale prowadzi również zajęcia dla uczniów w ramach założonej przez siebie szkoły języka polskiego i angielskiego dla obcokrajowców. Jej działalność i postawa mogą stanowić wielką inspirację. – Jestem dumna, kiedy osoba odbywająca u nas kurs mówi mi, że udało jej się zrobić zakupy w sklepie, używając tylko języka, którego się u nas uczy, nie korzystając z pomocy tłumacza internetowego. Albo że udała się na wizytę u lekarza i zdołała opisać mu swoje objawy. Uczniowie zachwycają się postępami jak dzieci – opowiada w rozmowie z nami.

– Zaczęłam udzielać korepetycji z języka polskiego dla osób z zagranicy rok po przeprowadzce. Zrozumiałam, że bardzo lubię prowadzić lekcje i że cieszę się, widząc progres swoich uczniów. Postanowiłam zatrudnić się w szkole językowej, by móc uczyć w ramach stałej pracy, choć zdaniem rekrutujących nie miałam ku niej predyspozycji. Jednak ja nie zgadzałam się z tą opinią – mówi nam Aliaksandra Doinich, założycielka szkoły językowej dla obcokrajowców Language via Science.

Czy często słyszysz, że jesteś businesswoman?

Tak, ostatnio coraz częściej, chociaż ciągle nie mogę się do tego przyzwyczaić (śmiech). Mój biznes powstał niedawno i nie sądziłam, że rozwinie się w tak szybkim tempie, odnosząc duży sukces.

Pochodzisz z Białorusi. Kiedy podjęłaś decyzję o przeprowadzce do Polski? Dlaczego to zrobiłaś?

Moja mama bardzo chciała, żebym studiowała w Polsce. Mówiła o tym, kiedy byłam już w pierwszej klasie szkoły podstawowej. Wtedy jeszcze niewiele myślałam o przyszłości. Będąc w szkole średniej, zrozumiałam, że studiowanie tutaj faktycznie otworzy mi wiele perspektyw. W Białorusi w ogóle nie ma takiego kierunku jak kognitywistyka. Nauka na Uniwersytecie Jagiellońskim stała się moim marzeniem. Od razu po ukończeniu szkoły, w wieku 17 lat, przeniosłam się do Krakowa. W 2022 roku dołączyła do mnie mama.

Jak wyglądały początki Twojego pobytu w Polsce? Czy trudno było Ci się tutaj odnaleźć?

Uczyłam się polskiego od szóstego roku życia, więc nie miałam problemu z barierą językową. Zanim na stałe tu zamieszkałam, kilkakrotnie przyjeżdżałam do Polski na wycieczki, więc kraj nie był dla mnie zupełnie obcy.

Niestety moja przeprowadzka miała miejsce w 2020 roku, w trakcie trwania pandemii koronawirusa. Studiowanie online podczas kwarantanny, kiedy nie miałam nawet możliwości poznać innych osób ze swojego kierunku, było dla mnie trudnym doświadczeniem. To powodowało trudności w nawiązywaniu wzajemnych relacji. Taki stan utrzymywał się przez półtora roku. Ucieszyłam się bardzo, kiedy przywrócono nauczanie w trybie stacjonarnym.

Założyłaś działającą w trybie online szkołę języka polskiego i angielskiego dla cudzoziemców. Kiedy to się stało? Jak urodził się ten pomysł?

Zaczęłam udzielać korepetycji z języka polskiego dla osób z zagranicy rok po przeprowadzce. Zrozumiałam, że bardzo lubię prowadzić lekcje i że cieszę się, widząc progres swoich uczniów. Postanowiłam zatrudnić się w szkole językowej, by móc uczyć w ramach stałej pracy, choć zdaniem rekrutujących nie miałam ku niej predyspozycji. Jednak ja nie zgadzałam się z tą opinią. Moja mama od dwudziestu lat pracuje jako nauczycielka języka angielskiego. Upewniła mnie, że ta opinia była bezpodstawna. Miałam doświadczenie w prowadzeniu zajęć, a dodatkowo mogłam korzystać z doświadczenia mamy, która udzielała mi wielu rad; zresztą dalej to robi. Mieszkając z nią przez 18 lat obserwowałam jej pracę i metody nauczania języka obcego.

W szkole, do której aplikowałam, nauczały w dużej mierze osoby mające niewielkie doświadczenie i bez przygotowania do bycia nauczycielami. Uważałam, że uczniowie nie mają tam możliwości rozwijania w pełni umiejętności. Wierzyłam, że mogę uczyć lepiej. Studiuję kognitywistykę, bardzo interesuję się pracą mózgu. Wiedziałam, że mam możliwości i chęci, żeby uczyć języków kolejne osoby zza granicy, których wiele chce przeprowadzić się do Polski. I tak w sierpniu 2022 roku narodziła się moja szkoła – Language via Science.

Czy studia są w jakiś sposób pomocne w Twoim biznesie?

Od początku najważniejszym założeniem było to, żebym w pracy połączyła praktyczne doświadczenie, jakie zdobyłam od mojej mamy z naukowym podejściem do metod zdobywania wiedzy. W wolnym czasie dużo czytam o przebiegu procesu uczenia się. Trzeba zrozumieć, w jaki sposób zapamiętujemy informacje, aby móc je później skutecznie przekazywać innym osobom. Wiele przedmiotów na moim kierunku stanowi dla mnie inspirację w pracy. Dodatkowo studiuję psychologię w trybie zdalnym na Collegium Humanum, bo od zawsze wydawało mi się, że mam predyspozycje do pracy jako psycholożka i chciałam je rozwijać. Rozumienie ucznia i jego indywidualnych potrzeb jest konieczne, aby nauczanie było skuteczne. Dzięki temu można dostosować do niego metody pracy.

Czy nauka w Twojej szkole jest płatna? Kto może aplikować do szkoły?

Na ten moment nauka jest płatna. Aplikować może każda osoba, które chce się uczyć języka polskiego bądź angielskiego. Najczęściej zgłaszają się do nas osoby rosyjskojęzyczne, chociaż niedawno pracowałam z osobą anglojęzyczną, która chciała nauczyć się polskiego.

Planujemy poszerzyć ofertę szkoły, umożliwić naukę dodatkowych języków. Oprócz mnie w szkole pracuje czworo nauczycieli. Raz na kilka miesięcy organizujemy rekrutację dla potencjalnych nowych uczniów. Ogłaszamy nabór w naszych social mediach. Pomagamy chętnym wybrać odpowiednią grupę zajęciową, dostosowaną do ich potrzeb i zdobytych do tej pory umiejętności językowych.

Jak udaje Ci się łączyć studiowanie na dwóch kierunkach z prowadzeniem biznesu?

To najczęstsze pytanie, jakie słyszę. Odpowiedź jest bardzo prosta: mam trochę więcej godzin w dobie niż inni (śmiech). Oczywiście, czasami jestem zmęczona. Mam mieszkanie w Warszawie, stamtąd pracuję i tam spotykam się ze współpracownikami, a na te dni, kiedy mam wykłady, wracam do Krakowa i przebywam u mamy. Konieczność ciągłej zmiany miejsca pobytu też jest uciążliwa. Jednak zawsze górę bierze świadomość, że robię to, co od zawsze chciałam robić.

Czerpię radość z postępów moich uczniów i ich sukcesy, nawet te najmniejsze, napędzają mnie do dalszego działania. Jestem dumna, kiedy osoba odbywająca u nas kurs mówi mi, że udało jej się zrobić zakupy w sklepie, używając tylko języka, którego się u nas uczy, nie korzystając z pomocy tłumacza internetowego. Albo że udała się na wizytę u lekarza i zdołała opisać mu swoje objawy. Uczniowie zachwycają się postępami jak dzieci.

– Planujemy poszerzyć ofertę szkoły, umożliwić naukę dodatkowych języków. Oprócz mnie w szkole pracuje czworo nauczycieli. Raz na kilka miesięcy organizujemy rekrutację dla potencjalnych nowych uczniów. Ogłaszamy nabór w naszych social mediach – tłumaczy nasza rozmówczyni.

Co stanowi dla Ciebie największą trudność w prowadzeniu działalności?

Nie mam problemów ze współpracą z innymi nauczycielami ani z naszymi uczniami. Prowadzenie zajęć i organizacja rekrutacji też nie stanowią dla mnie trudności. Największym wyzwaniem są formalności, jakich muszę dopełnić. Bycie młodym przedsiębiorcą w Polsce nie jest łatwe, szczególnie kiedy tak jak ja nie ma się obywatelstwa polskiego.

Niecały rok temu rozpoczęła się inwazja Rosji na Ukrainę. Czy wiele osób pochodzenia ukraińskiego stara się teraz o naukę w Twojej szkole?

Jest tak szeroki wybór szkół i kursów, że Ukraińcy niekoniecznie trafiają do mnie, ale prowadziłam kurs dla uchodźców, który został im opłacony przez darczyńcę Szlachetnej Paczki. Bardzo wzruszył mnie ten gest. Jedna z kursantek, która wróciła niedawno do Ukrainy, wciąż pobiera u mnie lekcje. Jednak często jest to utrudnione – zdarza się, że brakuje prądu, więc nie ma możliwości nawiązania kontaktu. Osobom, które muszą uciekać ze swojego kraju, bardzo zależy, by nauczyć się języka, którego używają mieszkańcy państwa, do którego imigrują. Mam w szkole wiele osób z Białorusi, które przesiedliły się z powodów politycznych.

W Krakowie mieszka wielu obcokrajowców. Ich liczba znacznie się zwiększyła, odkąd prezydentem Białorusi po raz kolejny został Aleksander Łukaszenka, a w Ukrainie wybuchła wojna. Co my, Polacy, możemy dla nich zrobić?

Niestety wielu moich uczniów opowiadało mi ostatnio o tym, że spotykało ich niemiłe traktowanie ze strony Polaków. Bardzo często takie postępowanie wynika, moim zdaniem, z powielanych stereotypów lub z pojedynczych doświadczeń z przedstawicielami danego narodu. Sądzę, że najważniejsze do osiągnięcia porozumienia z drugim człowiekiem jest pozytywne nastawienie już na starcie, niezależnie od tego, skąd pochodzi. Brakuje integracji międzynarodowej. A przecież w tej chwili niemal w każdej klasie jest kilkoro przedstawicieli mniejszości narodowych.

Rozmawiała Alicja Bazan

fot. archiwum prywatne

Studenckie przepisy kulinarne

Podróż do Japonii – domowe sushi

Witam w nowym roku! Prawie każdy z nas rozpoczyna 2023 rok z jakimś celem. Ja przykładowo pragnę przybliżyć Wam w ciągu kolejnych 12 miesięcy potrawy z różnych stron świata. Przeniosę Was w najrozmaitsze zakątki globu, by zaskoczyć różnorodnością i zachęcić do zasmakowania nowych dań. Pokażę, że można przygotować w prosty i przystępny cenowo sposób każde danie. Zaczynamy od domowego sushi.

Składniki:
- 500 g ryżu do sushi
- 1 sztuka octu ryżowego
- 4 płatki nori
- 250 g świeżego łososia
- 1 opakowanie serka kanapkowego (np. Almette śmietankowy)
- 1 papryka
- 1 zielony ogórek
- 40 g gorącej wody
- cukier
- sól

Dodatkowo:
- 1 sztuka pasty wasabi
- 1 sztuka sosu sojowego
- 1 słoiczek marynowanego imbiru
- 1 pęczek dymki/kawior/mak
- mata do sushi

SUSHI
to japońska potrawa złożona z gotowanego ryżu zaprawionego octem ryżowym oraz różnego rodzaju dodatków w postaci przeważnie surowych ryb, owoców morza, wodorostów, warzyw czy też grzybów. Tradycyjnie spożywa się je palcami lub pałeczkami.

Przepis pozwala na zrobienie 4 rolek/ok. 35 sztuk sushi. Czas wykonania to 1,5 godziny. Cena za taki zestaw to ok. 45 zł.

Sposób przygotowania:

Przygotowanie sushi rozpoczynamy od usunięcia skrobi z ryżu. W tym celu płuczemy ryż około pięć razy, do momentu, w którym woda będzie przeźroczysta. Następnie gotujemy wcześniej opłukany ryż według instrukcji na opakowaniu. W czasie jego gotowania przygotowujemy zaprawę do ryżu: 40 g gorącej wody łączymy z 30 g octu ryżowego, połową łyżeczki soli oraz 20 g cukru.

Ugotowany ryż polewamy zalewą, następnie całość dokładnie mieszamy. Przykrywamy ściereczką i odkładamy do całkowitego ostudzenia. Kolejnym krokiem jest przygotowanie warzyw. Płuczemy je dokładnie, następnie kroimy wzdłuż, w cienkie paski.

Łososia kroimy w ten sam sposób. Do małej miseczki wlewamy zimną wodę – będzie nam służyła do zwilżenia rąk, aby łatwiej rozprowadzało się ryż. Rozkładamy matę do sushi, następnie kładziemy na nią listek nori (błyszczącą stroną do dołu). Zwilżamy dłoń i rozprowadzamy ostudzony ryż na ¾ listku nori. Na środku ryżu smarujemy serek, następnie układamy warzywa oraz łososia. Końcowym etapem jest zawinięcie rolki i pokrojenie jej na mniejsze kawałki. Domowe sushi podajemy z wasabi, sosem sojowym, marynowanym imbirem oraz innymi ulubionymi dodatkami (mak, pęczek dymki, kawior).

Smacznego!

Oliwia Wójciak

fot. Oliwia Wójciak

Rekomendacje kulturalne dziennikarzy „WUJ-a":

Dalej i więcej, czyli co jest w życiu naprawdę ważne

Martyny Wojciechowskiej nikomu raczej nie trzeba przedstawiać. Podróżniczka, dziennikarka i działaczka społeczna, znana ze swojej telewizyjnej serii „Kobieta na krańcu świata". To także kierowca rajdowy, zdobywczyni Korony Ziemi oraz autorka wielu książek. Co tym razem proponuje nam Wojciechowska? W kwietniu 2021 roku założyła na YouTube kanał „DALEJ", równolegle prowadząc konto na Spotify i innych platformach podcastowych. O czym jest ten podcast? Tak naprawdę o wszystkim... Mówi się, że jak coś jest o wszystkim, to jest o niczym, ale to powiedzenie zupełnie się tutaj nie sprawdza. Wojciechowska nie boi się trudnych tematów: rozmawia o seksie, chorobach psychicznych, o pieniądzach i o wojnie. Do programu zaprasza tych, którzy mają coś do powiedzenia w danej kwestii – ona słucha i zadaje pytania, oni dzielą się wiedzą.

Gościli już u niej dziennikarz i korespondent wojenny Wojciech Bojanowski, supermodelka i założycielka Fundacji SEXED.PL Anja Rubik, podróżniczka Elżbieta Dzikowska czy legenda światowego himalaizmu Krzysztof Wielicki. To ludzie, „którzy inspirują, dają energię do działania, chodzą własnymi ścieżkami i szukają odpowiedzi na pytanie, co jest w życiu naprawdę WAŻNE" – pisze Wojciechowska. Materiały są dobrze zrealizowane, profesjonalnie zmontowane i ciekawie poprowadzone. Trwają od 30 min. do godziny, za każdym razem skupiając skutecznie uwagę odbiorcy – zarówno śledzącego projekt w formacie wideo, jak i słuchającego podcastu.

Co autorka opowiada o kanale? „Mówi się, że ciekawość to pierwszy stopień do piekła, ale dla mnie był to zawsze pierwszy krok do odkrywania nowego, do sprawdzania, co kryje się za zamkniętymi drzwiami, za kolejnym zakrętem. Od najmłodszych lat zawsze chciałam wiedzieć i widzieć, co jest DALEJ. Chciałam i chcę doświadczać WIĘCEJ".

Justyna Arlet-Głowacka

„DALEJ Martyna Wojciechowska", Martyna Wojciechowska, 2021, Polska

Don Kichot w kryzysie wieku średniego

Czy można jeszcze na nowo ukazać historię Człowieka z La Manchy, docierając do współczesnego widza, a jednocześnie całkowicie nie utracić wartości, które Cervantes przekazuje w swoim utworze? Najnowszy spektakl Teatru Ludowego Michała Siegoczyńskiego na motywach „Don Kichota" jest tego najlepszym dowodem. Trwające ponad trzy godziny z dwiema przerwami widowisko przenosi widza w donkiszotowski świat, którego głównym bohaterem jest pięćdziesięcioletni mężczyzna borykający się ze współczesnym problemem kryzysu wieku średniego.

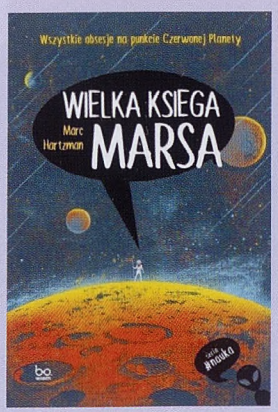
Kupienie motocyklu, poszukiwanie młodej kochanki, próba wznowienia biznesu paliwowego, tworzenie wokół siebie aury wiecznej młodości, a przy tym ciągłe uzależnienie od władczej matki i ojca alkoholika przedstawia naszego Don Kichota jako nieudacznika, który z perspektywy czasu uświadamia sobie, że nie osiągnął w życiu nic, czym mógłby się pochwalić. Poznajemy Don Kichota ze wszystkimi jego wadami, planami i marzeniami, choć całe jego życie to tylko sztuka teatralna, którą pisze ktoś inny.

Ta współczesna interpretacja, która przedstawia świat w kryzysie wartości, zawiera liczne nawiązania do historii Nowej Huty, biografii Cervantesa, ale również do wydarzeń, z których śmieje się cała Polska, choć jest to często śmiech przez łzy. Niesamowita scenografia Justyny Elminowskiej, która zmienia się jak kameleon, oraz gra aktorska Pawła Kumięgi pozwalają widzom utożsamić się z samym Don Kichotem i podobnie jak on przeżywać wszystkie niepowodzenia. Sztuka Siegoczyńskiego, który w tym roku podobnie jak główny bohater również kończy pięćdziesiąt lat, jest komedią pozostawiającą widza z wieloma pytaniami dotyczącymi własnego życia. Skłania też do namysłu, czy jesteśmy w stanie zaakceptować przeszłość taką, jaka była.

Martyna Lalik

„Don Kichot rzewne pieśni kobiety popularne seriale i rycerze", reż. Michał Siegoczyński, 2022, Kraków

Czerwona Planeta



Marc Hartzman zabiera czytelnika w podróż na Marsa. Autor przedstawia wiele punktów widzenia na jego temat. Zaczyna od opisania pierwszych obserwacji astronomów bez teleskopów, a kończy, pisząc o prawdopodobnej przyszłości planety. Opisuje naukowe fakty i historyczne perspektywy od czasów starożytnych aż do współczesności. Z książki dowiemy się, jakie związki z Marsem miała nauka, literatura i fantastyka. Przeczytamy nie tylko o tym, co zostało udowodnione, ale też o hipotezach stawianych odnośnie do Czerwonej Planety i życia na niej.

Pozycja ukazuje także nadzwyczajną ciekawość ludzi, którzy od wieków chcieli dowiedzieć się jak najwięcej o Marsie i życiu pozaziemskim. Planetą interesowali się m.in. Nikola Tesla, Stanisław Lem, David Bowie. Dziś z ciekawością przygląda się jej Elon Musk i Jeff Bezos.

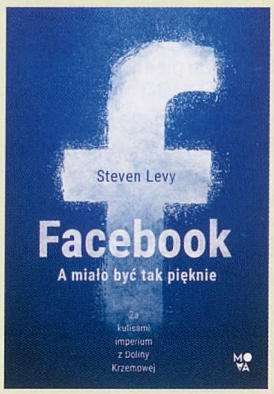
Autor zaznacza, jak duży wpływ miała „ognista planeta" na naukę i kulturę. Hartzman pisze o skomplikowanych i zawiłych teoriach w sposób zrozumiały i wzbogaca tekst mnóstwem ciekawostek. Książka jest bogato ilustrowana: znajdziemy w niej liczne zdjęcia naukowców, archiwalne dokumenty, wycinki z gazet, plakaty z Marsjanami i wykresy. Z pewnością pomogą one rozbudzić wyobraźnię czytelników. Czytając tę popularnonaukową publikację, można się wiele dowiedzieć, ale też pośmiać z – czasami – kuriozalnych historii. Książka będzie idealna nie tylko dla osób zainteresowanych astronomią czy życiem pozaziemskim, ale dla każdego, kto lubi poszerzać horyzonty. Z każdym rozdziałem czekają kolejne zaskoczenia, porcje wiedzy i rozrywki.

Klaudia Katarzyńska

Marc Hartzman, „Wielka księga Marsa. Wszystkie obsesje na punkcie Czerwonej Planety", Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2022

Rekomendacje kulturalne dziennikarzy „WUJ-a":

Grzechy główne Facebooka



Książka Stevena Levy'ego „Facebook. A miało być tak pięknie" nie mogła być sztampową dla laurką twórcy platformy Marka Zuckerberga. Powód jest oczywisty: czarne chmury, których w ostatnich latach nad największym na świecie portalem społecznościowym nazbierało się sporo. I rzeczywiście – to opowieść o wielkiej wizji połączenia miliardów ludzi na świecie, której ofiarą stała się prywatność użytkowników, ich dobrostan i uwaga.

Amerykański dziennikarz opisuje kolejne etapy rozwoju Facebooka, powstającego w małym pokoju akademika na Uniwersytecie Harvarda, którego pierwowzorem był portal do oceniania wyglądu studentek.

Autor nie stara się wybielać Facebooka; opisuje drogę do sukcesu, ale wskazuje też błędy jego twórców. Rozkłada na czynniki pierwsze skandale, które z roku na rok obniżały zaufanie społeczności do popularnego serwisu. Levy skrupulatnie zebrał „materiał dowodowy" świadczący o winach i grzechach założycieli platformy. Przeprowadził rozmowy z byłymi pracownikami korporacji, przysłuchiwał się najważniejszym osobom, które były obecne przy początkach Facebooka. Początkach, którym poza ciężką pracą towarzyszyły częste imprezy młodych programistów i hektolitry wypitych energetyków w wynajętym domu w Kalifornii – pierwszym biurze Facebooka.

„Facebook. A miało być tak pięknie" to też biografia samego Zuckerberga. Dowiadujemy się z niej m.in. skąd u twórcy Facebooka wzięło się zamiłowanie do technologii, dlaczego nie sprzedał swojej firmy za miliard dolarów ówczesnemu gigantowi cyfrowemu Yahoo! oraz co sprawiło, że w pewnym momencie zdecydował się jeść mięso tylko tych zwierząt, które... sam zabije. Tak naszkicowany profil osobowości miliardera pozwala czytelnikowi głębiej spojrzeć na samego Facebooka oraz jego wady. Umożliwia też zrozumienie, jak z portalu, który miał przede wszystkim łączyć ludzi, stał się maszyną do manipulowania wyborami politycznymi czy szerzenia mowy nienawiści.

Adrian Burtan

Steven Levy, „Facebook. A miało być tak pięknie", Wydawnictwo Mova, Białystok 2022

W grupie raźniej

Christie ma dość swojego życia. Choć właśnie z sukcesem zakończyła studia prawnicze i ma całe życie przed sobą, ciągle towarzyszy jej dojmujący smutek. Nie może zbudować trwałej relacji z mężczyzną, a do tego wróciły jej problemy z kompulsywnym jedzeniem. Zachęcona przez znajomą dołącza do grupy terapeutycznej prowadzonej przez charyzmatycznego doktora Rosena.

Dzięki relacjom nawiązanym z pozostałymi pacjentami oraz nietypowym zadaniom wyznaczonym przez terapeutę dziewczyna zaczyna lepiej czuć się sama ze sobą i podejmuje kolejne życiowe wyzwania, jak chociażby znalezienie lepszej pracy. Jednak czy niekonwencjonalne metody wykorzystywane w czasie terapii dadzą trwały efekt? I co się wydarzy, gdy Christie zakończy leczenie? Te pytania towarzyszą czytelnikowi w czasie lektury i sprawiają, że z przejęciem śledzi proces wracania do zdrowia bohaterki.

W swojej powieści „Grupa. Jak jeden terapeuta i kilkoro nieznajomych uratowali mi życie" Christie Tate oswaja temat korzystania z pomocy psychologicznej. Na terapię grupową przychodzą osoby z różnymi problemami, ale ich życie nie kończy się tylko na ich zaburzeniach. Mają swoje pasje, wyzwania zawodowe i chcą móc się cieszyć szczęśliwym życiem. Choć realia amerykańskie różnią się od polskich, „Grupa..." może przybliżyć czytelnikowi metody pomagania osobom z problemami psychicznymi. Poza tym dużą zaletą książki Christie Tate jest lekki styl pisania, sprawiający, że bez wysiłku pochłaniamy kolejne strony. Książka dobrze nadaje się na długie mroźne wieczory – na pewno rozgrzeje czytającego ciepłym humorem, a przy tym pokaże, że z każdej trudności można znaleźć wyjście.

Marcelina Koncewicz

Christie Tate, „Grupa. Jak jeden terapeuta i kilkoro nieznajomych uratowali mi życie", Wydawnictwo Czarna Owca, 2022

Szukamy dziennikarzy, rysowników i fotografów

Publikuj w „WUJ-u"!

Redakcja pisma „WUJ – Wiadomości Uniwersytetu Jagiellońskiego" poszukuje młodych dziennikarzy chętnych do współpracy. Szukamy osób piszących, fotografujących oraz rysowników. Jesteśmy otwarci na tych, którzy mają swoje pomysły na materiały, ale podpowiemy też, o czym warto napisać. Skupiamy się na tematach związanych ze studentami i naszą uczelnią. Zapraszamy do współtworzenia pisma wydawanego od 1990 roku na Uniwersytecie Jagiellońskim. Zainteresowane osoby prosimy o kontakt pod adresem e-mail: wuj.redakcja@gmail.com. Do zobaczenia w redakcji!

Wiesz, że dzieje się coś ciekawego? Daj nam znać!

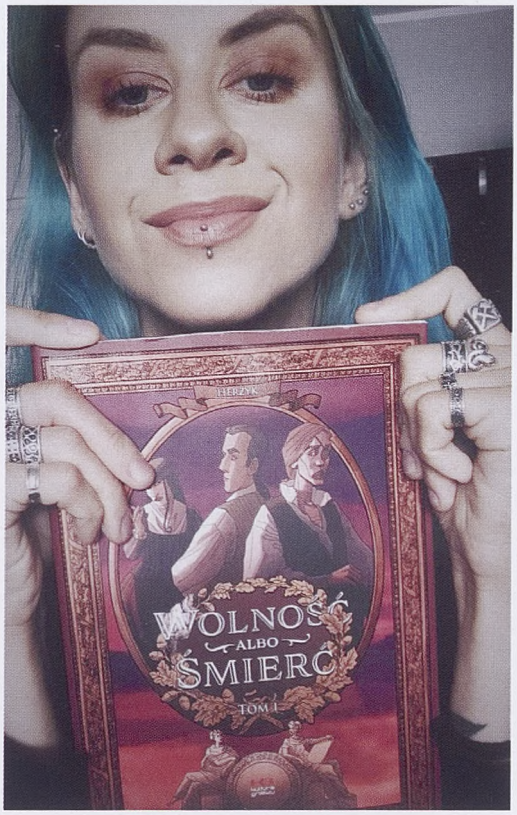
Organizujesz ciekawą inicjatywę na UJ, którą chcesz nagłośnić? Wiesz, że na UJ powstaje coś, co warto przedstawić naszej społeczności akademickiej? Znasz kogoś z naszej uczelni, kto ma niecodzienną pasję lub dokonał czegoś wyjątkowego? Ruszasz z nowym projektem skierowanym do studentów? Skontaktuj się z nami pod adresem: wuj.redakcja@gmail.com, przesyłając szczegóły. Chętnie pomożemy!

Rozmowa z ilustratorką i autorką komiksu „Wolność albo śmierć"

Komiks to tylko forma rozrywki?

Nie, to też sposób wyrażania poglądów

– Na potrzeby książki czytałam dzieła Woltera. To on mnie zainspirował, aby w „Wolności albo śmierci" wspomnieć o Bogu z mąki albo skrytykować „boski porządek" ustami bohaterki Klary Lacombe. W ten sposób chciałam wyrazić ówczesny klimat, który często był bardzo obrazoburczy – mówi w rozmowie z „WUJ-em" o swoim niedawno wydanym komiksie Aleksandra Herzyk, ilustratorka, absolwentka krakowskiej ASP oraz studentka piątego roku prawa na UJ.



Aleksandra Herzyk od kilku lat publikuje swoje komiksy. W 2022 roku ukazał się jej jeden z nich o tytule „Wolność albo śmierć".

Aleksandra od kilku lat publikuje swoje komiksy w sieci. Współpracowała m.in. z Amnesty International, Krytyką Polityczną, Magazynem Kontakt i TVN24. Tworzyła też ilustracje i komiksy do książek popularnonaukowych. Jest zaangażowana w działania proekologiczne, szczególnie w promocję energetyki jądrowej. Interesuje ją historia i inne nauki społeczne. W 2022 roku ukazał się jej komiks „Wolność albo śmierć".

Jesteś znana z wyrażania poglądów poprzez tworzenie komiksów. Dlaczego zdecydowałaś się akurat na tę formę?

Specjalizuję się w dwóch rodzajach komiksów. Jeden z nich to paski satyryczne, które są publikowane w internecie. Poruszam w nich tematy związane ze sprawami światopoglądowymi czy społecznymi, jak np. z feminizmem. Zdarza mi się w ten sposób popularyzować treści pronaukowe, jak np. temat energii jądrowej czy szczepionek na COVID-19. Dzięki temu wiele organizacji naukowych chce ze mną współpracować. W związku z tym współpracuję na przykład z czasopismem „Genetyka". Rysowałam także dla Amnesty International czy „Krytyki Politycznej".

Długo musiałaś do tej formy twórczości przekonywać takie podmioty, jak np. wspomnianą Amnesty International? Organizacja ta na co dzień znana jest z koordynacji akcji o zupełnie innym charakterze.

Nie, dlatego że oni sami się do mnie zgłosili. Myślę, że komiksy internetowe zwracają uwagę i bardzo dobrze się sprawdzają, bo przyciągają wzrok bardziej niż tekst.

Czy w Twoich komiksach poruszasz wątki prawne, zwłaszcza że właśnie kończysz na UJ ten kierunek?

Raczej nie. Nie jestem pewna, czy prawo nadaje się do skondensowania do takiej formy. Jeżeli już poruszam jakieś wątki prawne, to raczej w dłuższych formach tekstowych. Natomiast na pewno studia prawnicze dały mi ogólne rozeznanie w sprawach społecznych i światopoglądowych, które wykorzystuję w komiksach. Bardzo duża część mojej działalności z 2017, 2018 i 2019 roku wiązała się również z tzw. błędami w argumentacji, przez co wówczas tworzyłam dużo treści z tym związanych. I jestem pewna, że miały na to duży wpływ studia prawnicze i wykładane na nich przedmioty związane z logiką.

Bardzo mnie irytowała erystyka w Internecie. To znaczy tendencja, żeby używać erystyki w dyskusjach natury etycznej czy rozmowach politycznych przez np. stosowanie argumentów ad personam czy jakichś odwołań do emocji. Szczerze powiedziawszy, widzę to po obu stronach sporu społeczno-politycznego w Polsce. Dlatego się tym zajmowałam przez jakiś czas, choć ostatnio od tego trochę odeszłam. Jednak mam zamiar wrócić do tego tematu.

Jednak w Twoim komiksie „Wolność albo śmierć" pojawiły się elementy związane z historią prawa.

Tak. Pojawiła się tam wzmianka o wprowadzeniu nowego kodeksu karnego, czyli Józefiny, na mocy której główna bohaterka uniknęła kary śmierci. To zupełnie inna forma niż paski z internetu i tam znalazło się miejsce na wątki prawne. Chcę, aby w kolejnych częściach tego komiksu też znalazły się takie odwołania, szczególnie że zamierzam zajmować się prawem karnym rewolucji francuskiej.

Czy Twoja pasja do tworzenia komiksów miała wpływ na wybór studiów na ASP, które niedawno ukończyłaś? I czy wzbogaciły one Twój warsztat rysowniczy?

ASP nauczyła mnie dobrze rysować. Obroniłam pracę magisterską w pracowni rysunku narracyjnego. Pierwsze trzy rozdziały „Wolności albo śmierci" były właśnie moją magisterką, do której dołączona była praca teoretyczna związana z narracją obrazem wobec przemian historycznych. Dużo zmieniło np. pojawienie się druku, który bardzo wpłynął na rozwój idei. I tak przy pisaniu wspierałam się przykładami np. „wizualnych bitew" pomiędzy protestantami a zwolennikami papieża, którzy nawzajem obrażali się na najróżniejsze śmieszne sposoby, tworząc różne grafiki i rozpowszechniając je masowo.

Czerpałam także z czasów rewolucji francuskiej, podczas której pojawiały się rozmaite, może niezbyt ambitne pod względem humoru grafiki, na przykład przedstawiające Ludwika XVI jako prosię. Uważam, że to one bardziej zasługują na miano sztuki zaangażowanej niż hermetyczne instalacje prezentowane w muzeach sztuki współczesnej.

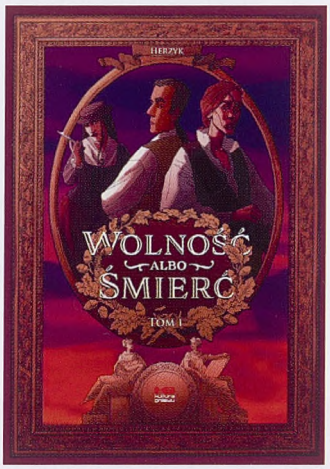
fot. archiwum prywatne

Akcja „Wolności albo śmierci" odbywa się w trakcie rewolucji francuskiej. Dlaczego zdecydowałaś się właśnie na ten okres?

Mam słabość do oświecenia. Jest ono dla mnie niezwykle pociągające, ponieważ jest połączeniem nowoczesnej myśli i jednocześnie obfituje w zjawiska i instytucje, które dla nas są już zupełnie nieznane i nie mają w sobie nic nowoczesnego. Takimi bliskimi dla nas kwestiami z tej epoki są koncept obywateli czy konstytucje. W oświeceniu lubię również to, że ówcześni autorzy byli bezkompromisowi w swojej krytyce. Potrafili skrytykować Kościół oraz króla, co wówczas było niebezpieczne.

Jakie elementy oświeceniowe można znaleźć w Twoim ostatnim komiksie?

Na potrzeby książki czytałam dzieła Woltera. To on mnie zainspirował, aby w „Wolności albo śmierci" wspomnieć o Bogu z mąki. To określenie padło w czasie rewolucji w jednym z przemówień i było bardzo wolteriańskie w swoim brzmieniu. Albo skrytykować „boski porządek" ustami Klary Lacombe w rozmowie z Franciszką, główną bohaterką. W ten sposób chciałam wyrazić ówczesny klimat, który często był bardzo obrazoburczy.



– Na potrzeby książki czytałam dzieła Woltera. To on mnie zainspirował, aby w „Wolności albo śmierci" wspomnieć np. o Bogu z mąki – opowiada Aleksandra Herzyk.

Ile czasu zajmuje Ci praca nad stworzeniem komisu?

Mały komiks do internetu to ok. godzina pracy. Duży – dwie godziny. Z kolei przygotowanie komiksu w formie książkowej zajęło mi trzy lata.

Kiedy możemy spodziewać się kolejnych tomów komiksów z tej serii o Franciszce?

Myślę, że za co najmniej dwa lata, bo dopiero teraz rozpoczęłam pracę nad drugą częścią.

Mogłabyś uchylić rąbka tajemnicy, o czym będzie kolejny tom „Wolności albo śmierci"?

Myślę, że doprowadzę do rozwiązania część wątku postaci, która pojawiła się w pierwszym tomie, a na którą nikt nie zwrócił uwagi. Okaże się, że ma ona jednak istotne znaczenie fabularne. Pojawi się także wątek przyjaciół Franciszki, którzy znaleźli się w Paryżu.

Czy któryś z bohaterów jest Twoim pierwowzorem?

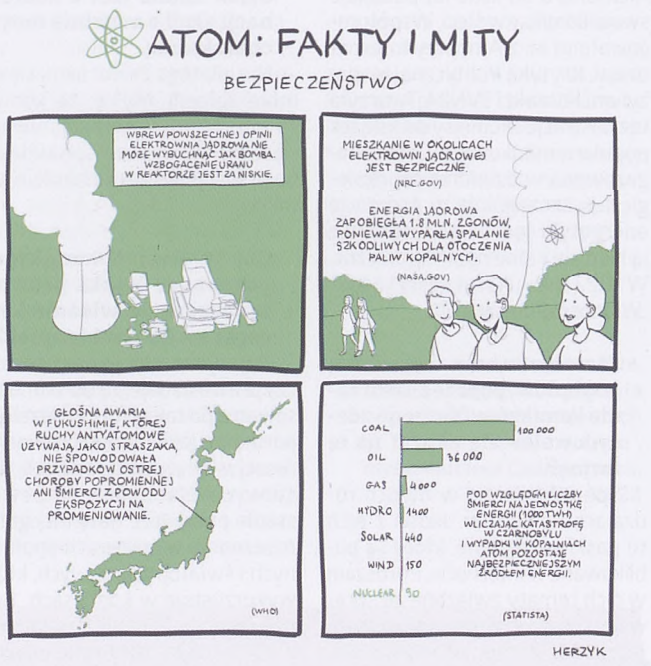
Tak. Franciszka jest moją alter ego. Tak jak ja jest aseksualna. To chyba pierwszy przykład aseksualności w polskim komiksie. Jest ona do mnie podobna również dlatego, że dałam jej jedną cechę mojej twarzy, której u siebie nie lubiłam – blisko osadzone oczy. Wiele osób po zapoznaniu się z komiksem pisze mi, że Franciszka z wyglądu jest do mnie bardzo podobna. Z wyglądu, bo z zachowania jest zupełnym przeciwieństwem – ja nie piję, nie palę i lubię się myć.

Teraz piszesz wraz z Twoją przyjaciółką Patrycją Wieczorkiewicz reportaż „Przegryw". Na jakim etapie są przygotowania do jego wydania i o czym on jest? Jak się odnajdujesz w roli reporterki, w której dopiero debiutujesz?

Przypadkiem zajęłyśmy się tematem związanym z incelami. Po prostu lubię pisać. Jestem też trochę nerdem, jeżeli chodzi o siedzenie w książkach. Uwielbiam je czytać, przez co świetnie mi się pisało ten reportaż. Podzieliłyśmy się pracą w ten sposób, że Patrycja przeprowadziła wywiady z naszymi bohaterami, a ja siedziałam w książkach i pisałam teorię. To będzie coś, czego jeszcze nie było na rynku wydawniczym. Ta książka będzie o incelach, internetowej subkulturze skupionej na analizowaniu swoich braków na rynku matrymonialnym.

W książce pojawią się nie tylko wywiady z takimi osobami, ale też rozmowy z psychologami i seksuologami. Poruszymy również wątki feministyczne. Zastanowimy się także, czy mężczyzna, jak sądzą incele, musi być silny, umięśniony i agresywny, aby spodobał się kobiecie. Poruszymy na pewno kwestię aplikacji randkowych, na które wielu inceli narzeka, bo z powodu ich algorytmów i niedoboru kobiecych profili mają o wiele mniejszą szansę na sukces w relacji niż płeć przeciwna.

Rozmawiał
Krzysztof Materny



Próbki twórczości komiksowej Aleksandry Herzyk

Twórczość Aleksandry Herzyk możecie śledzić na jej profilach w social mediach:

Facebook: facebook.com/herzykaleksandra
Fnstagram: instagram.com/aleksandraherzyk

FOTOREPORTAŻ

Świąteczny Kraków

Zdjęcia: Justyna Arlet-Głowacka

FOTOREPORTAŻ

Świąteczny Kraków

Zdjęcia: Justyna Arlet-Głowacka