



Lepší vd'aka vzťahu	2
Online, quark.sk, 4. 6. 2025, 8:00	
Regina	3
Televízia - STVR 2, Regina, 4. 6. 2025, 16:30	
A klímaváltozáshoz igyekeznek alkalmazkodni az új fák kiültetésénél Kassán	4
Online, amikassa.sk, 4. 6. 2025, 18:16	
Štúdium zubného lekárstva sa skrátí zatiaľ na dvoch fakultách – v Košiciach a Martine	5
Tlač, Zdravotnícke noviny, 5. 6. 2025	



Lepší vďaka vzťahu

4. 6. 2025, 8:00, Zdroj: quark.sk, Autor: Lucia Kráľovičová, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach
Dosah: 575 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 111 EUR

Lepší vďaka vzťahu

- Aktuálne číslo, Biológia, Veda a technika

Romantické vzťahy sú podľa výskumu SAV príležitosťou na pozitívnu zmenu a rozvoj viacerých zručností.

Podľa poznatkov psychológie dochádza k pozitívnym zmenám u ľudí často práve vďaka ich partnerským vzťahom. Tím výskumníkov a výskumníkov zo Slovenskej akadémie vied a **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** prichádza s výskumom vysvetľujúcim tento proces. Partnerské a intímne vzťahy sú podľa zistení z nášho výskumného projektu najviac formatívnymi skúsenosťami u dospelých ľudí. Sú príležitosťou pre rozvoj viacerých zručností, hovorí vedúca projektu Nikola Kallová z Ústavu výskumu sociálnej komunikácie SAV, v. v. i. Participanti jej výskumov za posledných päť rokov spomínali romantické zážitky ako tie, ktoré ich najviac zmenili či z ktorých sa najviac naučili.

Foto Pexels/Sebastian Voortman

Tri typy učenia sa

Z výskumu SAV poznáme tri základné typy učenia sa zo vzťahov. Prvým je rozvoj v oblasti osobnej identity. Jednotlivci sa učia zodpovedať si otázky typu kto som alebo kým chcem byť. Takisto sa vo svojich očiach stávajú lepším človekom a učia sa rozoznávať svoje slabé stránky. K tomuto typu rozvoja môže dochádzať po bolestivom zážitku spojenom s rozchodom. V takých chvíľach sa jednotlivci nanovo definujú, spoznávajú a znovu nadobúdajú sebaúctu.

Druhým typom učenia sa zo vzťahov je tréning vzťahových zručností. Často k nemu dochádza snahou o udržiavanie existujúceho vzťahu. Ide o schopnosť byť vo vzťahu a byť dobrým partnerom. Spadá sem zdokonaľovanie schopnosti komunikovať či počúvať, ale napríklad aj riešiť konflikty efektívne, približuje vedkyňa.

Poslednou, treťou skupinou pozitívnych zmien, ktoré si zo vzťahov možno odniesť, sú lepšie partnerské rozhodnutia. Patrí sem schopnosť nastaviť si vo vzťahoch hranice a brániť sa proti netolerovateľnému správaniu. Stáva sa tak napríklad ponaučením sa z negatívnych partnerských skúseností. Podobne môžu ľudia získať presnejšiu predstavu o varovných signáloch a neželanom type partnerstva, ktorému sa chcú vyhnúť. Naučiť sa možno aj správne načasovať začiatok nového vzťahu a lepšie sa naň pripraviť.

Foto istockphoto.com/kitzcorner

Otvorení zmene

Z výskumov SAV a zahraničných tímov vyplýva, že vďaka romantickým vzťahom sa stávame nielen lepším človekom, ale aj lepšími partnerkami a partnermi. Háčik je však v tom, že schopnosť odnášať si zo vzťahov pozitívny efekt nie je u každého rovnaká, konštatuje Nikola Kallová.

Zmena v dôsledku vzťahov a zmena vo všeobecnosti môže u ľudí spôsobiť protichodné reakcie. Na jednej strane sú ľudia, ktorí na zmenu reagujú pozitívne. Ide o jednotlivcov s vysokou schopnosťou prispôbiť sa meniacim sa podmienkam a situáciám. Vo výskume sú označovaní ako psychologicky a kognitívne flexibilní. Na druhej strane sú ľudia, ktorí uprednostňujú stálosť, a to aj vo vlastných názoroch a správaní. Títo ľudia sa vyhýbajú zmenám, pretože so sebou nesú neistotu a nepredvídateľnosť. Vo výskume sú nazývaní kognitívne rigidnými.

Náš nový výskum s 1 300 Slovenkami a Slovákmi teraz preukázal, že medzi učením sa zo vzťahov a celkovým sklonom k zmene existuje silný vzťah, uvádza výskumníčka. Pozitívnemu efektu zo vzťahov sa viac tešia ľudia, ktorí majú pozitívnu orientáciu k zmene celkovo, teda flexibilní jednotlivci. Jednotlivci, ktorí sú menej flexibilní, sa zo svojich vzťahov učia menej. Z výskumu SAV je teraz zrejmé, že mať vzťah na takýto rozvoj zo vzťahu nestačí. Dôležitou zložkou učenia sa zo vzťahov je schopnosť využiť formatívny aspekt vzťahu vo svoj prospech, a teda byť na zmenu celkovo pozitívne nastavený.

Na základe tlačovej správy Slovenskej akadémie vied pripravila R

Viac takýchto článkov a exkluzívneho obsahu môžete získať vďaka predplatnému.

Autor: Lucia Kráľovičová



Regina [↗](#)

📺 4. 6. 2025, 16:30, Relácia: **Regina**, Stanica: **STVR 2**, Vydavateľ: **Slovenská televízia a rozhlas**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Fakulty a ústavy UPJŠ**, Kľúčové slová: **Martin Pizňák**
AVE: 171808 EUR

[strojový prepis] ...Na význam tohto dňa sa už spýtame **Martina pizňák** a odborného pracovníka Botanickkej záhrady upeješ v Košiciach. Vitajte. Dobrý deň. Dobrý deň. Tak povedzme si o význame tohto dňa, tohto víkendu. Tak hlavná myšlienka je predovšetkým sprístupniť hodnoty zeleného dedičstva....



A klímaváltozáshoz igyekeznek alkalmazkodni az új fák kiültetésénél Kassán

4. 6. 2025, 18:16, Zdroj: amikassa.sk, Autor: Eszter Pracu, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 49 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 35 EUR

A klímaváltozáshoz igyekeznek alkalmazkodni az új fák kiültetésénél Kassán

Copy URL

Kassán év eleje óta már több mint 340 fát ültettek el. A városi zöldterületek kezelője mellett fejlesztők is ültetnek fákat, akik gyakran nem őshonos fajokat hoznak a városba. Róbert Gregorek, a Kassai **UPJŠ** Botanikus Kertjének munkatársa szerint azonban ezek a fajok a változó ökoszisztémában nem feltétlenül jelentenek veszélyt:

„Az, hogy változatosabbá válik a fafajok összetétele, önmagában még nem nagy vétség. Fontos, hogy megfontoltan járjunk el, ne terjesszük az invazív fajokat. Ezért az új fajokat gondosan teszteljük, hogy biztosak lehessünk benne, nem okoznak nem kívánatos hatásokat a hazai ökoszisztémában. A városi környezetben így viszonylag toleránsak lehetünk.”

Az adott fafaj sikeres beilleszkedését olyan tényezők befolyásolják, mint a talaj- és fényviszonyok, a térbeli lehetőségek, a meglévő fák sűrűsége, illetve azok faji és életkori összetétele. A klímaváltozás azonban már a hazai, jól ismert fajokat is negatívan érinti.

„A lucfenyő például a kassai körülmények között jelentős kondícióromlást mutat. Ugyanez igaz az egyébként edzett, szárazságtűrő fenyőkre is, amelyeket eddig megbízhatónak tartottunk. Most már látjuk, hogy a klímaváltozás hatása olyan szintet ért el, hogy ezek a fajok sem feltétlenül megbízhatók, sőt, előfordul, hogy idő előtt elpusztulnak” – tette hozzá Gregorek.

A kassai Városi Zöldterületkezelő szóvivője, Marek Lukáč szerint az ültetésnél továbbra is az őshonos fajokat részesítik előnyben, de kisebb mértékben exotikusabb fajokat is alkalmaznak, főként a változatosság és a klímaállóság érdekében:

„Leginkább őshonos fafajokat és azok nemesített változatait használjuk, de kisebb mértékben idegen fajokat is, hogy növeljük az ültetések változatosságát, vagy a klímához való jobb alkalmazkodás miatt. Az ár nem döntő tényező, mivel a legtöbb fát saját faiskolánkban neveljük. A fontos szempontok: a fafaj tulajdonságai, a felhasználás célja és a terület adottságai.”

Átlagosan évente mintegy 700 fát ültetnek el Kassán. Az őshonos fafajok jobban bírják a hűvösebb éghajlatot, ezért az őszi faültetési szezon különösen fontos.

„Leggyakrabban hárs, cseresznye, juhar, kőris, platán, tölgy, gyertyán, nyír, berkenye, kisebb számban bükk, almafa és galagonya kerül kiültetésre. Elsősorban hazai fafajokat használunk” – zárta Lukáč.

Több nem őshonos faj már meg is honosodott Kassán. A szakértők szerint érdemes figyelni más országok – például Szerbia, Spanyolország, a Földközi-tenger térsége – tapasztalataira is, ahol már lezajlott hasonló alkalmazkodási folyamat. Ahogy másutt, úgy Kassa esetében is el kell fogadni a klímaváltozást, amely a városi zöldfelületek fajösszetételében is megmutatkozik.

Pracu Eszter

Share

Autor: Eszter Pracu

Štúdium zubného lekárstva sa skrúti zatiaľ na dvoch fakultách – v Košiciach a Martine

5. 6. 2025, Zdroj: **Zdravotnícke noviny**, Strana: 5, Vydavateľ: MAFRA Slovakia, a.s., Autor: Peter Lošonský, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Dosah: 14 000 GRP: 0,31 OTS: 0,00 AVE: 3340 EUR

Štúdium zubného lekárstva sa skrúti zatiaľ na dvoch fakultách – v Košiciach a Martine

Rubrika: Štúdium

Vo väčšine krajín Európskej únie, vrátane Českej republiky, už štúdium zubného lekárstva trvá päť rokov

Ministerstvo školstva od budúceho akademického roka 2025/2026 skrúti štúdium zubného lekárstva zo súčasných šiestich rokov na päť rokov na Jesseniovej lekárskej fakulte Univerzity Komenského (UK) v Martine a Lekárskej fakulte **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. V budúcnosti rovnaké úpravy čakajú aj Lekársku fakultu Slovenskej zdravotníckej univerzity a Lekársku fakultu UK v Bratislave.

Podľa prezidenta Slovenskej komory zubných lekárov (SKZL) MUDr. Igora Moravčíka nie je rozhodujúce, či štúdium trvá päť alebo šesť rokov, ale predovšetkým to, ako je nastavené. Myslí si, že päťročný študijný program zubného lekárstva môže plne zabezpečiť potrebné odborné a manuálne zručnosti, ak sú jednotlivé segmenty výučby starostlivo navrhnuté a vyvážené medzi teóriou a praxou.

„Kľúčové je vykonať minimálne 1500 hodín priamej klinickej práce s pacientmi pod vedením skúsených pedagógov a k tomu je potrebné intenzívne využitie moderných simulačných technológií vrátane fantómových laboratórií, 3D-tlače a iných inovatívnych metód, ako aj priebežné overovanie schopností študentov prostredníctvom objektívne štruktúrovaných klinických skúšok,“ vysvetľuje prezident SKZL.

Nové predmety

Od budúceho akademického roka sa podľa študijného plánu budú vyučovať nové predmety ako športové zubné lekárstvo, ale aj gerontostomatológia, regeneratívne zubné lekárstvo a implantológia, ktoré významne rozšíria odbornú pripravenosť budúcich absolventov.

„Športové zubné lekárstvo ich pripraví na prevenciu a manažment úrazov chrupu a parafunkcií v športovom prostredí, gerontostomatológia sa zameria na špecifiká ošetrovania starších pacientov vrátane protetickej a periodontálnej starostlivosti, regeneratívne zubné lekárstvo prinesie poznatky o najnovších technikách tkanivového inžinierstva a biologickej podpory hojenia a implantológia poskytne praktické zručnosti pri plánovaní a výkone dentálnych implantácií,“ objasňuje MUDr. Moravčík. Má sa tak zabezpečiť, že absolventi budú pripravení na rozmanité klinické situácie a budú schopní využívať pokročilé technológie modernej stomatológie.

Až neskôr

LekárskafakultaUK v Bratislave je jednou z tých, kde sa skrúti štúdium zubného lekárstva až neskôr. Podľa prodekanu doc. MUDr. Andreja Thurza, PhD., MPH, MHA sa rozhodli pripraviť moderné kurikulum, ktoré bude predstavovať aj reálnu obsahovú inováciu, vrátane nových predmetov, tém, postupov a zároveň vypustenie tých zastaraných. Zaradenie nových predmetov si vyžaduje do výučby prijímanie skúsených pedagógov s potrebnou kvalifikáciou, čo predstavuje pre univerzity dlhodobý problém, pretože pre lekárov nie je akademické pôsobenie po finančnej stránke motivujúce.

„V prípade zmeny kurikula už od akademického roka 2025/2026 by sme na celý tento proces prípravy a zabezpečenia pedagógov mali tri mesiace. Preto sme sa rozhodli inovovať kurikulum až od nasledujúceho akademického roka a nechceli sme tento proces uponáhľať,“ vysvetľuje prodekan dôvody. V septembri 2026 už musia všetky fakulty na Slovensku svojimi inovovanými kurikulumami spĺňať nové kritériá definované smernicou Európskej komisie. Preto od akademického roka 2026/2027 bude štúdium zubného lekárstva aj na Lekárskej fakulte UK v Bratislave už päťročné a zmodernizované.

V súlade so smernicou Európskej komisie zavádzajú na fakulte aj nové požadované predmety ako sú regeneratívna medicína či digitálne technológie, vrátane umelej inteligencie a telemedicíny.

Košická lekárska fakulta nám odpovedala, že zmena dĺžky štúdia si vyžiadala komplexnú reformu učebného plánu, ktorú implementovala ako prvá. Dôležitým princípom bolo zachovanie rozsahu výučby zubného lekárstva, pričom došlo k zvýšeniu počtu vyučovacích hodín, vytvoreniu nových predmetov a úprave harmonogramu štúdia.

Vo väčšine krajín Európskej únie, vrátane Česka, už štúdium zubného lekárstva trvá päť rokov. V Česku je kratší program zavedený už od akademického roka 2003/2004.

Foto: dreamstime

Pribudnú športové zubné lekárstvo, ale aj geronto- -stomatológia, regeneratívne zubné lekárstvo či implantológia.



Autor: Peter Lošonský