

3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

**18. – 20. Február  
2025**

Organizátor: Poradenské centrum STU spoločne s Knižnicou a Informačným centrom Stavebnej fakulty STU

STU

Partneri:



3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

18. – 20. Február 2025

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

## 1 deň

**18. Február 2025 – Utorok**  
**Univerzitné centrum STU**

11.30 – 12.30

**Šum: Chyby v ľudskom úsudku**

**Judita Malík** / klinická psychologička

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie, Poradenské centrum STU

### Anotácia:

Každý deň robíme desiatky rozhodnutí – od bežných až po zásadné. Veríme, že sme racionálni, no v skutočnosti naše myslenie nie je dokonalé. Prečo môžu dvaja ľudia dospieť k úplne odlišným záverom pri rovnakých faktoch? Prednáška je inšpirovaná konceptom „šumu“ (angl. **noise**) – nepredvídateľných chýb v úsudku, ktoré vedú k povrchným či nedbalým rozhodnutiam v osobnom, študentskom aj pracovnom živote.

Na základe výskumov z oblasti kognitívnej psychológie a neurovied si priblížime:

- ako prostredie a emócie ovplyvňujú rozhodovanie,
- ako je možné využívať „šum“ na manipuláciu,
- ako funguje prvý dojem, skreslenie krásy a prečo nesprávne čítame signály na rande.

Táto prednáška nebude nudná prednáška o psychológii. Priprav sa na diskusiu o realite, v ktorej žijeme, o tom, prečo a ako nás môžu manipulovať sociálne siete aj vlastný mozog – a ako si zachovať triezvy úsudok v chaose informácií.

### O lektorke:

Judita Malík je klinická psychologička. Pracuje na Výskumnom ústave detskej psychológie a patopsychológie a zároveň v Poradenskom centre STU v Bratislave. Venuje sa diagnostike, smútkovému poradenstvu, krízovej intervencii a racionálne-náhladovej terapii. Absolvovala výcvik v detskej paliatívnej starostlivosti, hrovej terapii a terapii založenej na dyadickej vývinovej psychoterapii pre klientov s adverznými skúsenosťami v ranom veku.

Organizátor: Poradenské centrum STU spoločne s Knížnicou a Informačným centrom Stavebnej fakulty STU

STU

Partneri:

eSet



3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

18. – 20. Február 2025

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

## 1 deň

**18. Február 2025 – Utorok**  
**Univerzitné centrum STU**

12.30 – 13.30

**Verte/neverte alebo nenechajte sa nachytať**

**Judita Malík** / klinická psychologička

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie, Poradenské centrum STU

### Anotácia:

Vstup len na vlastné riziko – možno sa pristihneš pri tom, že si niekedy naletel/a hoaxu. Alebo že tvoje rozhodnutia nie sú vždy tak logické a správne, ako si myslíš.

Na workshope sa pozrieme na:

- Ako funguje kognitívna manipulácia vo vzťahoch? – Rozpoznanie toxických vzorcov správania a emočného nátlaku.
- Ako sa nenechať zmanipulovať? – Tipy na budovanie kritického myslenia v každodennom živote.

Súčasťou workshopu budú aj praktické úlohy a diskusia, kde si môžeš vyskúšať, či dokážeš odhaliť manipuláciu v rôznych situáciách. Tento workshop ti pomôže stať sa odolnejším voči klamstvám, manipulácii a vlastným chybám v úsudku.

Príď a preskúmaj, ako funguje tvoja myseľ – a či si naozaj taký/á racionálny/á, ako si myslíš!

### O lektorke:

Judita Malík je klinická psychologička. Pracuje na Výskumnom ústave detskej psychológie a patopsychológie a zároveň v Poradenskom centre STU v Bratislave. Venuje sa diagnostike, smútkovému poradenstvu, krízovej intervencii a racionálne-náhľadovej terapii. Absolvovala výcvik v detskej paliatívnej starostlivosti, hrovej terapii a terapii založenej na dyadickej vývinovej psychoterapii pre klientov s adverznými skúsenosťami v ranom veku.

Organizátor: Poradenské centrum STU spoločne s Knížnicou a Informačným centrom Stavebnej fakulty STU

STU

Partneri:

eSET



3. ročník Festival duševného zdravia

18. – 20. Február 2025

# #Mind Online

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

## 1 deň

**18. Február 2025 – Utorok**  
**Univerzitné centrum STU**

14.00 – 15.00

***Kedy vznikol hoax?***

***Dávid Púchovský*** / autor knihy *Republika hoaxu*

Anotácia:

Kedy vznikol prvý hoax? Prečo sú falošné správy na Slovensku také úspešné? Aký hoax prežil socializmus dodnes? A čo s tým všetkým môžeme robiť?

Na tieto otázky odpovie Dávid Púchovský – odborník na strategickú komunikáciu, ktorý pracoval 7 rokov v slovenskej polícii a bol viackrát ocenený za boj proti dezinformáciám. V roku 2024 napísal knihu *Republika hoaxu* a naďalej vedie projekt *Hoaxy* a podvody.

3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

18. – 20. Február 2025

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

## 2 deň

**19. Február 2025 – Streda**  
**Univerzitné centrum STU**

11.30 – 13.30

**Kedy brzdiť intuíciu a radšej myslieť vedecky?**

**Vladimíra Kurincová Čavojová** / vedecká pracovníčka experimentálnej psychológie  
Slovenská akadémia vied, Centrum spoločenských a psychologických vied SAV, v. v. i.

**Matej Lorko** / vedecký pracovník behaviorálnej a experimentálnej ekonómie  
Ekonomická univerzita v Bratislave

Anotácia:

Už sa vám stalo, že ste uverili niečomu, čo nebola pravda? Ako si môžeme overiť, že veci sú také, ako sa nám javia? Interaktívnou formou predstavíme niekoľko najčastejších chýb, ktorých sa dopúšťame pri vyhodnocovaní informácií a povieme si, ako nám vedecké myslenie môže pomôcť vyhodnocovať informácie lepšie. informácií.

O lektorke:

*Vladimíra Čavojová je vedecká pracovníčka na Ústave experimentálnej psychológie Centra spoločenských a psychologických vied SAV, v.v.i. Vo svojom výskume sa zameriava na skúmanie rôznych druhov nepodložených presvedčení, vedeckého myslenia a spôsobov znižovania šírenia dezinformácií. Okrem výskumu a písaniu vedeckých článkov sa venuje aj popularizácii vedy. Získala Cenu Slovenskej akadémie vied; napísala alebo editovala niekoľko populárno-vedeckých kníh a organizovala prednášky a workshopy pre širokú verejnosť o intuitívnom myslení a šírení dezinformácií. V súčasnosti učí aj na Trnavskej Univerzite.*

O lektorovi:

*Matej Lorko vyštudoval PhD program behaviorálnej a experimentálnej ekonómie na Macquarie University v Sydney. V súčasnosti pôsobí na Ekonomickej univerzite v Bratislave a tiež na Ústave experimentálnej psychológie Slovenskej akadémie vied. Vo svojom výskume sa venuje dobrovoľníckym a charitatívnym trom, ale aj plneniu daňových povinností, plánovaniu času na projektoch, a najnovšie aj boju proti dezinformáciám o vojne na Ukrajine. Neustále premýšľa o tom, ako funguje svet, a prečo ľudia robia to, čo robia. Rád pochybuje o status quo, experimentuje a navrhuje, ako fungovať lepšie.*

Organizátor: Poradenské centrum STU spoločne s Knihnicou a Informačným centrom Stavebnej fakulty STU

STU

Partneri:



3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

18. – 20. Február 2025

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

**2 deň**

**19. Február 2025 – Streda**  
**Univerzitné centrum STU**

13.30 – 15.30

**Cesta k odolnosti vo svete médií a titulkov**

**Lubica Staněk** / lektorka komunikácie a organizačnej odolnosti  
PDCS, o. z.

Anotácia:

Ako duševné zdravie ovplyvňujú média? Ako reagovať na záplavu negatívnych titulkov, správ či nepravdivých informácií? Je jediným odstrihnutie sa od spravodajstva? Aké hľadajú novinári a čo si z toho vieme vziať do našej komunikácie?

O lektorke:

*Lubica má veľmi blízko ku komunikácii spoločenských javov a udalostí, ktoré sú zasiahnuté predsudkami a iným emocionálnym nákladom. Srdcom aj hlavou verí, že kvalitná komunikácia dokáže prispieť k spoločenskej zmene, zmiernovať napätie a budovať dôležité prepojenia medzi rôznymi skupinami ľudí.*

*Je spoluzakladateľka prestížneho ocenenia Novinárska cena a Fondu investigatívnej žurnalistiky (NOS-OSF). Podieľala sa na vzniku relácie Silná zostava (RTVS), kde následne pracovala ako dramaturgička, odborná spolupracovníčka a scenáristka, za čo získala opakovane Novinársku cenu."*

3. ročník Festival duševného zdravia

18. – 20. Február 2025

# #Mind Online

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

**2 deň**

**19. Február 2025 – Streda**  
**Univerzitné centrum STU**

15.30 – 17.30

***Digitálne bezpečie: Špecifické výzvy pre ženy v online priestore***

***Lada Šatalová*** / lektorka programu Security Girl  
Aj Ty v IT, o. z.

Anotácia:

Workshop zameraný na ochranu pred kybernetickými hrozbami s dôrazom na špecifické riziká, ktorým čelia ženy v online prostredí. Účastníčky/účastníci získajú praktické rady na posilnenie digitálnej bezpečnosti – od tvorby silných hesiel až po prevenciu pred kyberstalkingom a manipuláciou. Program zahŕňa interaktívne aktivity, diskusie o reálnych prípadoch a reflexiu digitálnych návykov. Keďže riziká, ako je vydieranie či zneužitie citlivých údajov, často ohrozujú (nielen) ženy, workshop ponúka bezpečný priestor na riešenie týchto výziev a budovanie zdravých pravidiel pre bezpečné online prostredie.

O lektorke:

*Lada je súčasťou programu Security Girl, ktorý organizuje AJ TY V IT v spolupráci s ESET. Špecializuje sa na vzdelávanie dievčat a žien v oblasti kybernetickej bezpečnosti. Vedie interaktívne workshopy a prednášky zamerané na rozpoznávanie kybernetických hrozieb a ochranu digitálneho súkromia. Jej práca podporuje myšlienku technickej rovnosti a motivuje ženy, aby sa stali sebavedomými a aktívnymi účastníčkami digitálneho sveta.*

3. ročník Festival duševného zdravia

# #Mind Online

18. – 20. Február 2025

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

**3 deň**

**20. Február 2025 – Štvrtok**  
**Univerzitné centrum STU**

11.30 – 13.30

**Používanie umelej inteligencie pri učení**

**Monika Macháňová** / lektorka digitálnych kompetencií  
AL HARMONY, z. ú.

Anotácia:

Umelá inteligencia umožňuje optimalizovať proces učenia pomocou kombinácie rôznych činností a techník a uľahčiť rozvoj zručností alebo mapovanie vlastného pokroku v učení. Na tomto seminári sa budeme zaoberať tým, aké nástroje umelej inteligencie si vybrať a ako ich efektívne zapojiť v kontexte učenia.

O lektorke:

Monika Macháňová je metodička a lektorka vzdelávacích programov pre učiteľov a knihovníkov na podporu rozvoja digitálnych kompetencií pre neziskovú organizáciu AI Harmony. Pôsobí tiež na Masarykovej univerzite v Brne.



3. ročník Festival duševného zdravia

18. – 20. Február 2025

# #Mind Online

*Ako si zachovať chladnú hlavu  
v digitálnom svete*

**3 deň**

**20. Február 2025 – Štvrtok**  
**Univerzitné centrum STU**

13.30 – 15.30

***Si dobre (dez)informovaný?***

**Ondrej Kubovič** / špecialista na digitálnu bezpečnosť  
ESET

Anotácia / O Lektorovi:

Myslíš si, že rozoznáš dezinformáciu od spoľahlivej správy aj o polnoci? Máš bezchybnú pamäť a nikdy sa nemýliš? Hoaxy a podvody na internete sú ti na smiech a teba by na nič z toho nenachytali? Príď sa otestovať na môj interaktívny workshop, kde ťa ako špecialista na digitálnu bezpečnosť z ESET-u prevediem svetom manipulácie, falošných správ a online podvodov. Možno budeš prekvapený, ako ľahko môžeš naletieť!