

Uravnotežena navigacija doktorskim studijem:

Razvoj strategija za upravljanje
vremenom, stresom i karijerom

04.-05.
listopada
2024.

Filozofski fakultet
u Rijeci

Doktorska škola Sveučilišta u Rijeci,
Sveučilišni savjetovanišni centar i
Studentski zbor Sveučilišta u Rijeci

4
list

10.45 - 11.00

Dolazak sudionika_ca

11.00 - 11.15

Pozdravni govori

prof. dr. sc. Igor Prpić, dr. med., predstojnik Doktorske škole
prof. dr. sc. Zoran Sušan, predstojnik SSC-a

11.15 - 12.45

Gostujuće predavanje

Mojca Domiter, izvršna direktorica za Ljude i kulturu u Atlantic Grupi

12.45 - 13.00

Pauza za kavu

13.00 - 14.00

Upoznavanje, profil idealnog doktoranda_ice

Ivana Blašković, Maša Cek, Silvija Šikić i Nikoleta Zubić,
psihologinje Sveučilišnog savjetovanišnog centra

14.00 - 15.30

Upravljanje znanstvenom karijerom -
Tko sam i koje su moje mogućnosti
profesionalnog razvoja?

Maša Cek i Nikoleta Zubić, Savjetovanište za
profesionalno usmjeravanje i razvoj karijere SSC-a

15.30 - 16.30

Pauza za ručak

16.30 - 18.00

Upravljanje znanstvenom karijerom –
Čemu težim i kako ću to ostvariti?

Maša Cek i Nikoleta Zubić, Savjetovanište za
profesionalno usmjeravanje i razvoj karijere SSC-a

5
list

08.45 - 09.00

Dolazak sudionika_ca

09.00 - 10.30

Moje dragocjeno vrijeme

Maša Cek i Nikoleta Zubić, Savjetovanište za
profesionalno usmjeravanje i razvoj karijere SSC-a

10.30 - 10.45

Pauza za kavu

10.45 - 12.15

Psihološka otpornost – Kako upravljam
stresom?

Ivana Blašković i Silvija Šikić, Psihološko savjetovanište SSC-a

12.15 - 13.15

Mindfulness u svakodnevnom životu

Ivana Blašković i Silvija Šikić, Psihološko savjetovanište SSC-a

13.15 - 13.30

Sažetak radionice

13.30 - 14.00

Ručak

Uravnotežena navigacija doktorskim studijem

04.-05.
listopada
2024.

Filozofski fakultet u
Rijeci

Učionica 301