

Dr. Tandari-Kovács Mariann WÉK Facilitátor rövid szakmai önéletrajza

Végzettség: pszichológus és pszichológia szakos tanár, az egészségtudományok doktora

Munkahely: Szegedi Tudományegyetem és A „hely” Életvezetési Tanácsadó Műhely

Beosztás: adjunktus és pszichológus



Fő szakmai tevékenységek: oktatás, kutatás (munkahelyi stressz, kiégés, érzelmi munka, megküzdés), egyéni beszélgetések, felnőtt pszichodiagnosztika, pár- és családterápia, WÉK stresszkezelő és kommunikációs tréningek vezetése, konfliktuskezelés, önismeret, kiégés témákban csoportok, előadások

WÉK tréningek hol, milyen célcsoportoknak: elsősorban Szegeden és Csongrád megyében tartok tréningeket, nincs preferált célcsoportom – bárkinek, aki fejlődni szeretne, akinek fontos az egészsége, aki szeretné tudatosabban kezelni a stresszhelyzeteit, felismerni a saját működésének elégtelenségeit és egy adaptívabb működést elérni.

Publikációk a Williams ÉletKészségek tréninghez kapcsolódóan:

1. Kovács Mariann – Kovács Eszter – Keresztes Noémi (2013): Csökkenthető-e a hallgatói kiégés stresszkezeléssel? Williams ÉletKészségek tréning tapasztalatai egyetemi hallgatók körében. Világunk kapcsolatai és kapcsolataink világa (szimpózium). Magyar Pszichológiai Társaság XXII. Országos Tudományos Nagygyűlése, Budapest, 2013. június 5.-7.
2. Keresztes Noémi – Kovács Mariann – Kovács Eszter (2013): WÉK tréning tapasztalatai egyetemisták körében: Egészségmagatartás és pszichoszociális egészség. Világunk kapcsolatai és kapcsolataink világa (szimpózium). Magyar Pszichológiai Társaság XXII. Országos Tudományos Nagygyűlése, Budapest, 2013. június 5.-7.
3. Tandari-Kovács Mariann – Keresztes Noémi – Kovács Eszter – Stauder Adrienne: Készségfejlesztés – általános jóllét növelése és szomatikus tünetek csökkentése a Williams ÉletKészségek tréning segítségével egyetemi hallgatók körében. XIII. Magatartástudományi Napok, Debrecen, 2013. június 20-21.
4. Mariann Kovacs – Eszter Kovacs – Noemi Keresztes (2013): Reducing student burnout by stress management? – Experiences of Williams Life Skills Training among university students. 11th ESA Conference 28-31 August 2013 Torino, Italy

5. Kovács Mariann – Kovács Eszter – Keresztes Noémi (2013): Williams ÉletKészségek tréningcsoporttal szerzett tapasztalatok – a közösségben való érvényesülés elősegítése. Magyar Individuálpaszichológiai Egyesület XVIII. Vándorgyűlése, Szeged, 2013.október 11-12.

Tudományos közéleti tevékenységek, társasági tagságok:

Tagja a **Magyar Pszichológiai Társaságnak**, a **Magyar Családterápiás Egyesületnek**, a **Selye János Magyar Magatartástudományi és Magatartásorvoslási Társaságnak**.

2014. *Ünnepi Könyvhét*, Csapody Kinga – Pásztóhy Panka: Tesó lettem! Csapody Kingával, a könyv szerzőjével Tandari-Kovács Mariann pszichológus beszélget a tesóvárással és a „tesóság” örömeiről és nehézségeiről.

2014. Vekerdy Tamás: Jól szeretni című könyve kapcsán beszélgetés moderátora.

2014. *Baba-mama klub* vezetése pszichológusként a Megálló „Tarján felett az ég” közösségépítő projekt keretében.

2012. *Eötvös Esték* programsorozat előadója - Lángoltam egykoron... - hallgatói kiegészítés és tanulmányok iránti elkötelezettség. Eötvös Lóránd Kollégium, Szeged, 2012. március 20.

Saját honlap: www.pszichologusszeged.eu

Elérhetőség: e-mail: kovacsmariann@hotmail.hu Tel.: +36 30 4958906