

INFORMACJE OSOBISTE

Anna Dąbrowska-Zimakowska

✉ a.dabrowska@awf.edu.pl, annazimakowska@gmail.com

WYKSZTAŁCENIE I ODBYTE
SZKOLENIA

- 2002–2007** **doktor nauk humanistycznych**
Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii, Katedra Psychologii Rehabilitacyjnej
Praca doktorska *Stres rodzicielski a poczucie koherencji u rodziców dzieci z zaburzeniami rozwoju* przygotowana pod kierunkiem prof. dr hab. Ewy Pisuli
- 1997–2002** **magister psychologii**
Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii
Tytuł pracy: *Sposoby informowania o zespole Downa u dziecka. Doświadczenia matek na przestrzeni ostatnich 20 lat.* Promotor prof. dr hab. Ewa Pisula.
Ukończone specjalizacje: Psychologia kliniczna dziecka, Wspieranie rozwoju osobowości.
- 2003–2004** **studia podyplomowe**
Rehabilitacja Dzieci z Dysfunkcjami Rozwoju, Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii
- 2010–2012** **uczestnictwo w projekcie przygotowującym do kształcenia w zakresie terapii zajęciowej**
Projekt europejski pod patronatem ENOTHE „Dokształcanie potencjału dydaktyczno – naukowego w zakresie Terapii zajęciowej kluczem do rozwoju uczelni wyższych”, współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki.
- 05/11/2011–30/11/2011** **staż**
Queen Margaret University, Edynburg, Szkocja
Doświadczenie w zakresie systemu kształcenia na kierunku Terapia Zajęciowa
- 2007–2007** **kurs doskonalący „Patomechanizm zaburzeń emocjonalnych u dzieci, ich różnorodne objawy i metody terapii”**
Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej
- 2004–2004** **Szkolenie dla psychologów - biegłych sądowych w zakresie opiniowania psychologicznego w sprawach karnych dorosłych sprawców przestępstw.**
Warszawski Oddział Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- 2002–2002** **Praktyka w Ośrodku Terapeutycznym dla Dzieci i Młodzieży**
- 2002–2002** **staż w Laboratorium Psychoedukacji**

DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE

- 01/10/2008–Obecnie **adiunkt**
Akademia Wychowania Fizycznego J. Piłsudskiego w Warszawie, Wydział Rehabilitacji, Katedra Psychospołecznych Podstaw Rehabilitacji i Bioetyki
- 2008–Obecnie **wykładowca**
Uniwersytet Trzeciego Wieku; Fundacja Perpetuum Mobile
- 2007–2011 **pracownik naukowo-dydaktyczny**
Pedagogium Wyższa Szkoła Nauk Społecznych w Warszawie, Zakład Psychologii
- 2009–2011 **kierownik Zakładu Psychologii w Instytucie Pedagogiki i Pracy Socjalnej**
Pedagogium WSNS w Warszawie
- 2007–2008 **terapeuta**
Centrum Wczesnej Interwencji Krok po Kroku
- 2007–2008 **pracownik dydaktyczny**
Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie
- 2003–2008 **pracownik dydaktyczny**
Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii, Katedra Psychologii Rehabilitacyjnej
- 2002–2002 **terapeuta**
Środowiskowy Dom Samopomocy

INFORMACJE DODATKOWE

- Publikacje**
- Pisula E., Dąbrowska A. (2004). Doświadczenia matek związane z otrzymaniem informacji o zespole Downa u dziecka. *Pediatrica Polska*, 79 (6), 460-466.
- Dąbrowska A. (2006). To understand the parents of children with cerebral palsy. *Advances in Rehabilitation, Supplement*, 4 June, p.71-72.
- Dąbrowska A. (2006). Sense of coherence in parents of children with developmental disabilities. *Psychology and Health, Supplement*, 21 August, Abstracts books, p.35-36.
- Dąbrowska A. (2006). Stres u rodziców dzieci i młodzieży z mózgowym porażeniem dziecięcym jako element interakcji specjaliści rodzice. *Postępy Rehabilitacji*, 3, 25-32.
- Dąbrowska A. (2006). Czynniki wpływające na tworzenie się obrazu siebie u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym. W: T. Gałkowski, E. Pisula (red.), *Psychologia Rehabilitacyjna. Wybrane zagadnienia* (127-146). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Dąbrowska A. (2007). Poczucie koherencji u rodziców dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym. *Psychiatria Polska*, 2, 189-202.
- Dąbrowska A. (2008). Sense of coherence in fathers of children with developmental disabilities. *Polish Psychology Bulletin*, 39 (1), 29-34.
- Dąbrowska A. (2009). Poczucie koherencji u rodziców dzieci z autyzmem. W: M. Gambin i E. Łukowska (red.) *Wspomaganie rozwoju osób z autyzmem*. Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.
- Dąbrowska A. i Litawska K. (2009). Obraz siebie a lęk u młodzieży korzystające ze wsparcia świetlic socjoterapeutycznych. Zbiór pod red. B. Urbana.
- Dąbrowska A. (2009). Sprawowanie opieki nad dorastającym dzieckiem z zespołem Downa a stres i poczucie koherencji u rodziców. W: B.B. Kaczmarek (red.) *Trudna dorosłość osób z zespołem*

Downa. Jak możemy wspomóc? Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.

Dąbrowska A. i Pisula E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down's syndrome *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(3), 266-280.

Cabak A, Podgórski J, Rekowski W, Wysoczyński B, Dąbrowska-Zimakowska A. (2013). Application of thermal imaging in the assessment of skin warming after Classic massage and Cupping massage. A pilot study. *Complementary Alternative Medicine in Science* 1

Dąbrowska-Zimakowska A. (2014) Poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez młodych dorosłych z porażeniem mózgowym, porażeniem dziecięcym. *Postępy Rehabilitacji*, 4.

Cabak A, Dąbrowska-Zimakowska A, Tomaszewski P, Fijałkowska B, Tomaszewski W, Kotela I. (2014) Selected aspects of mental health of elderly patients with chronic back pain treated in primary care centres. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*.

Prace popularyzatorskie

Dąbrowska A., Pisula E. (2004). Chłód, nieczułość i niewiedza. *Bardziej Kochani*, 36(4), 8-11.

Dąbrowska A. (2004). Wymagając za dużo - krzywdzisz. *Integracja Magazyn dla Niepełnosprawnych*, 3, 40-41.

Dąbrowska A. (2007). Przełamując stres. *Bardziej Kochani*, 1 (47), 10-13.

Dąbrowska A. (2008). Zrozumieć siebie. *Bardziej Kochani*, 2 (46), 30-39.

Dąbrowska A. (2009). Jak pomóc sobie? *Jak pomóc sobie. Dziecko z zespołem Downa pierwsze dni*. Warszawa: Wyd. Stowarzyszenie Bardziej Kochani.

Dąbrowska A. (2010). Rodzice w obliczu otrzymania diagnozy zespołu Downa u dziecka.

Konferencje

Konferencje międzynarodowe

Dąbrowska-Zimakowska (2014). Poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez młodych dorosłych z porażeniem mózgowym. Wystąpienie w ramach IV Międzynarodowej Konferencji Myśli Rehabilitacyjnej Prof. Andrzeja Seyfrieda, Warszawa.

Cabak A., Dąbrowska-Zimakowska A. (2014). Strategie radzenia sobie z przewlekłym bólem u pacjentów podstawowej opieki zdrowia. Plakat w ramach IV Międzynarodowej Konferencji Myśli Rehabilitacyjnej Prof. Andrzeja Seyfrieda, Warszawa.

Dąbrowska A. (2008). *Poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez rodziców dzieci z zespołem Downa* - wystąpienie na Międzynarodowej Konferencji Naukowej nt. Zespół Downa postępy w leczeniu, rehabilitacji i edukacji organizowanej przez Oddział Wojewódzki TWK we Wrocławiu i Dolnośląskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Zespołem Downa „Razem w ramach XXXII Ogólnokrajowego Dnia Rehabilitacji Dziecka; 17-18. październik, Wrocław.

Dąbrowska A. (2006). *Sense of coherence in parents of children and adults with developmental disabilities* poster; 20-th European Health Psychology Conference, 31.08-03.09, Warszawa.

Dąbrowska A. (2006). *To understand the parents of children with cerebral palsy* poster; East European and Mediterranean Meeting on Cerebral Palsy and Developmental Medicine; konferencja pod auspicjum American Academy for Cerebral Palsy and Developmental Medicine, 8-10 czerwiec, Warszawa.

Dąbrowska A. (2005). *Sposoby informowania matek o zespole Downa u dziecka*; wystąpienie na Międzynarodowej Konferencji Twoje dziecko ma zespół Downa. Lekarze i personel medyczny wobec sytuacji matki rodzącej niepełnosprawne dziecko. Sytuacja w Polsce i krajach Europy Wschodniej. Konferencja koordynowana przez Fundację im. Stefana Batorego, 12-13 marca, Warszawa.

Konferencje krajowe

Dąbrowska-Zimakowska A. Seksualność dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością z perspektywy ich rodziców. Wystąpienie na konferencji Szkoleniowo-Naukowej Współczesna Rehabilitacja Seksualna, Warszawa, 13.12.2013

Dąbrowska A. (2010). ABC skutecznej komunikacji z pacjentem jak przekazywać niekorzystne rozpoznanie. Wykład podczas Warszawskiej Jesieni Pediatrycznej. Warszawa, 16.10.2010.

Dąbrowska A. (2010). ABC skutecznej komunikacji z pacjentem jak przekazywać niekorzystne rozpoznanie. Wykład podczas Krakowskiej Jesieni Pediatrycznej. Kraków, 24.09.2010.

Dąbrowska A. (2010). *Stres u rodziców dzieci z porażeniem mózgowym*. Warsztaty dla rodziców dzieci z porażeniem mózgowym zorganizowanym przez Stowarzyszenie Rodziców Dzieci z Porażeniem Mózgowym. 24.01.2010, Warszawa

- Dąbrowska A. (2009). *Wiek dziecka z zaburzeniem rozwoju a poczucie koherencji u rodziców*. Wystąpienie na Ogólnopolskiej Konferencji Rodzice i Dzieci z Różnych Systemach Rodzinnych, 18-19.09.2009, Łódź.
- Dąbrowska A. (2007). *Poczucie koherencji u rodziców dzieci z autyzmem*. Wystąpienie na konferencji *Autyzm współczesne metody terapii*, Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii, 17 listopada 2007.
- Dąbrowska A. (2006). *Skąd czerpać siły czynniki pomagające rodzicom dzieci z zespołem Downa w radzeniu sobie z wyzwaniami codzienności* wystąpienie na XIII Konferencji z cyklu *Czas dla rodziców*, Stowarzyszenie Bardziej Kochani, 18-19 listopada 2006, Warszawa.
- Dąbrowska A. (2006). *Radzenie sobie ze stresem przez matki dzieci z zaburzeniami rozwoju* wystąpienie na XV Ogólnopolskiej Konferencji Psychologii Rozwojowej, 22-25 czerwca, Ustroń.
- Dąbrowska A. (2005). *Poczucie koherencji u rodziców dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym* wystąpienie na XIV Ogólnopolskiej Konferencji Psychologii Rozwojowej, 23-26 czerwca, Warszawa.
- Dąbrowska A. (2005). *Rozwój emocjonalny i poznawczy dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym w wieku przedszkolnym*, wykład wygłoszony na Drugiej Sesji organizowanej przez Polskie Towarzystwo Kierowanego Nauczania i Polskie Towarzystwo Rehabilitacji dotyczącej *Usprawniania dziecka w wieku przedszkolnym w Systemie Kierowanego Nauczania*; 14 stycznia, Warszawa.
- Dąbrowska A. (2005). *Niepełnosprawny rówieśnik* - wykład dla młodzieży gimnazjalnej w ramach akcji na rzecz integracji młodzieży sprawnej z dziećmi i młodzieżą z zaburzeniami genetycznymi; 14 maja, Otwock.
- Pisula E., Dąbrowska A. i Sikora R. (2004). *Przyczyny stresu u młodzieży w wieku 12-17 lat* plakat; XIII Ogólnopolska Konferencja Psychologii Rozwojowej *Człowiek w Świecie, Świat w Człowieku*, 1-3 czerwca, Augustów.

Projekty

Projekty samodzielne:

2008/2009 *Retrospektywna ocena postaw rodzicielskich a poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez młodych dorosłych z porażeniem mózgowym w sytuacjach stresowych*. Badania Własne, Wydział Rehabilitacji, AWF J. Piłsudskiego w Warszawie.

2006/2007 *Przeżycia emocjonalne ojców na informację o zespole Downa u dziecka*; BST, Wydział Psychologii UW

2005/2006 - *Poczucie koherencji u rodziców młodych dorosłych osób z zaburzeniami rozwoju*; BST, Wydział Psychologii UW.

2004/2005 *Poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez matki dzieci z zaburzeniami rozwoju*; BST, Wydział Psychologii UW.

2003/2004 *Poczucie koherencji i radzenie sobie ze stresem przez ojców małych dzieci z zaburzeniami rozwoju*; BW, Wydział Psychologii UW.

Udział w innych projektach badawczych:

2006 Udział w realizacji grantu *Interakcje dzieci z autyzmem z ojcami podczas swobodnej zabawy oraz w sytuacji zadaniowej* (H01F 01227) (2004-2006) (Wydział Psychologii UW); Samodzielny projekt badawczy prowadzony przez prof. dr hab. Ewę Pisulę, finansowany przez KBN.

2003 współtworzenie i realizacja projektu *Postawy utajone matek wobec dzieci z zespołem Downa*; BW, Wydział Psychologii UW; kierownik dr hab. D. Maison.

Źródła stresu u młodzieży - współudział w projekcie badawczym prowadzonym przez dr hab. Ewę Pisulę.

2001 Udział w realizacji grantu *Przywiązanie w autyzmie. Analiza zachowania dzieci autystycznych w sytuacji z obcym*. Samodzielny projekt badawczy prowadzony przez dr hab. Ewę Pisulę, finansowany przez KBN nr 1H01F 023 19.

Dyplomy i nagrody

Nagroda Rektora Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie