**Mateusz Banaszkiewicz** – psycholog zdrowia, absolwent Wydziału Psychologii Uniwersytetu SWPS oraz Szkoły Trenerów Biznesu w Ośrodku Pomocy i Edukacji Psychologicznej – INTRA. Ukończył Studium Dialogu Motywującego przy Polskim Towarzystwie Terapii Motywującej i uzyskał tytuł terapeuty motywującego.

Prowadzi szkolenia i wykłady z obszaru radzenia sobie ze stresem, asertywności i efektywnej komunikacji. Posiada doświadczenie w pracy asesora w sesjach AC i DC. Prowadzi wykłady i warsztaty dla firm w ramach programów poprawy dobrostanu pracowników. Współpracował z Naczelną Izbą Lekarską wspierając lekarzy w rozwoju umiejętności komunikacji z pacjentami oraz radzeniu sobie ze stresem. W projekcie realizowanym przez firmę Nutricia Polska prowadził warsztaty dla personelu medycznego dotyczące radzenia w sytuacjach konfliktowych z pacjentami w szpitalach zlokalizowanych w różnych częściach Polski. W programie profilaktyki zakażeń miejsca operowanego firmy Johnson & Johnson wspierał instrumentariuszki w radzeniu sobie ze stresem związanym z wykonywaną pracą.

Jest członkiem Zespołu Pomocy Poszkodowanym (ZPP) stanowiącego część struktur kryzysowych Polskich Linii Lotniczych. Konsultował personel pokładowy w zakresie stresu po zaistniałych zdarzeniach lotniczych. Odpowiada za ocenę stanu psychospołecznego oraz wsparcie pacjentów powypadkowych w Centrum Medycznym Gamma w Warszawie. Prowadzi zajęcia akademickie na wydziale psychologii Uniwersytetu SWPS, głównie w obszarze radzenia sobie ze stresem oraz zmiany zachowań zdrowotnych. Jego misją jako psychologa zdrowia jest popularyzowanie nauki, wspieranie ludzi w radzeniu sobie ze stresem, zwiększaniu zadowolenia z życia oraz poprawie stanu zdrowia. Jest autorem bloga poświęconego podnoszeniu jakości życia. Publikacje, m.in.:

Boczkowska, M., Banaszkiewicz, M., Zięba, M. (2019). Women who experienced violence – an interpretative phenomenological analysis of the posttraumatic adaptation. Polskie Forum Psychologiczne, 24(1), 117-128.

Banaszkiewicz, M. (2017). It Is Good To Be Stressed: Improving Performance And Body Responses By Stress Reappraisal. Journal Of Education, Health And Sport, 7(4):447-453.

\*\*\*

***Uniwersytet SWPS*** *to nowoczesna uczelnia oparta na trwałych wartościach. Silną pozycję zawdzięcza połączeniu wysokiej jakości dydaktyki z badaniami naukowymi prowadzonymi na najwyższym poziomie. Oferuje programy studiów z psychologii, prawa, zarządzania, dziennikarstwa, filologii, kulturoznawstwa, nowych technologii czy wzornictwa, dostosowane do wymagań zmieniającego się rynku pracy. Kampusy Uniwersytetu SWPS znajdują się w sześciu miastach: Warszawie, Wrocławiu, Sopocie, Poznaniu, Katowicach i w Krakowie. Uczelnia posiada uprawnienia do nadawania stopnia naukowego doktora oraz doktora habilitowanego w siedmiu dyscyplinach: psychologia, nauki o kulturze i religii, literaturoznawstwo, nauki prawne, nauki socjologiczne, nauki o polityce i administracji, sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki.*

*Na Uniwersytecie SWPS funkcjonuje pięć instytutów naukowych, które zajmują się organizacją i koordynacją działalności naukowej pracowników badawczych i badawczo-dydaktycznych uczelni w poszczególnych dyscyplinach: Instytut Psychologii, Instytut Nauk Humanistycznych, Instytut Nauk Społecznych, Instytut Prawa oraz Instytut Projektowania.*

*Uniwersytet SWPS należy do sojuszu European Reform University Alliance (ERUA). Jest to sojusz uczelni zawarty w ramach Inicjatywy Uniwersytetów Europejskich, powołanej i finansowanej przez Komisję Europejską.*

*Więcej informacji:* [*www.swps.pl*](http://www.swps.pl)*,* [*Facebook*](https://www.facebook.com/UniwersytetSWPS/)*,* [*LinkedIn*](https://pl.linkedin.com/school/uniwersytet-swps/)*,* [*Instagram*](https://www.instagram.com/uniwersytet_swps/)*,* [*Twitter*](https://twitter.com/SWPSUniversity)