



*Gyvenimo aprašymas*

## **Aidas Perminas**

*Jonavos g. 66 – 330, Kaunas*

*Tel. Nr.: +370 37 327 824*

*El. paštas: a.perminas@smf.vdu.lt*

### **AKADEMINĖS PAREIGOS**

---

- Teorinės psichologijos katedros profesorius (VDU).

### **IŠSILAVINIMAS**

---

- Sveikatos psichologijos magistro laipsnis, Vytauto Didžiojo universitetas, 2005.
- Biomedicinos mokslų (medicinos psichologija) daktaro laipsnis, Kauno medicinos universitetas, 1999. Disertacija „Psichologinių elegsenos veiksnių ryšys su miokardo infarkto išsivystymu ir mirtimi tarp vidutinio amžiaus vyrų 25 metų stebėjimo duomenimis“.
- Gydytojas, Kauno medicinos institutas (dabar universitetas), gydomasis fakultetas, 1993.

### **MOKSLINIŲ TYRIMŲ SRITYS**

---

- Streso psichofiziologiniai aspektai.
- Streso įveikos strategijų, asmenybės bryžių bei asmens psychosocialinės adaptacijos sąsajos.
- Psichologiniai išeminės širdies ligos rizikos veiksniai, A tipo asmenybė.
- Psichologinių sveikatos stiprinimo ir ligų profilaktikos metodų efektyvumas.
- Pykčio valgymo bei pasitenkinimo savo kūnu psychosocialiniai aspektai.

### **AKADEMINĖ PATIRTIS**

---

- Profesorius, Vytauto Didžiojo universitetas, Socialinių mokslų fakultetas, Teorinės psichologijos katedra, 2015 – iki dabar.
- VDU mokslo klasterio „Asmens psychosocialinis funkcionavimas ir psichologinės jo gerinimo galimybės organizacijose, ugdymo ir sveikatos institucijose“ vadovas, 2009 – iki dabar.
- Docentas, Vytauto Didžiojo universitetas, Socialinių mokslų fakultetas, Teorinės psichologijos katedra, 2002 – 2015.
- Mokslo darbuotojas, Vytauto Didžiojo universitetas, Socialinių mokslų fakultetas, Teorinės psichologijos katedra, 2001 – 2002.
- Mokslo darbuotojas, Kauno Medicinos Universitetas, Kardiologijos institutas, Medicininės psichologijos ir sociologinių tyrimų laboratorija, 2001 – 2003.
- Jaunesnis mokslo darbuotojas, Kauno Medicinos Universitetas, Kardiologijos institutas, Medicininės psichologijos ir sociologinių tyrimų laboratorija, 1993 – 2000.

---

## DĖSTOMI KURSAI

---

- Asmenybės psichologija (BA)
- Asmenybės raida (BA)
- Streso įveikimo modeliai (MA)
- Psichologiniai sveikatos stiprinimo ir ligų profilaktikos modeliai (MA)

---

## MOKSLINĖS PUBLIKACIJOS (PASKUTINIŲ 5 METŲ)

---

- Pečiulienė, Ieva; Perminas, Aidai; Gustainienė, Loreta; Jarašiūnaitė, Gabija. Effectiveness of progressive muscle relaxation and biofeedback relaxation in lowering physiological arousal among students with regard to personality features // *Procedia : social and behavioral sciences*. Oxford: Elsevier Ltd. ISSN 1877-0428. 2015, vol. 205, p. 228-235.
- Urvelytė, Eglė; Perminas, Aidai. The dual pathway model of bulimia : replication and extension with anorexia // *Procedia : social and behavioral sciences*. Oxford: Elsevier Ltd. ISSN 1877-0428. 2015, vol. 205, p. 178-183.
- Jarašiūnaitė, Gabija; Perminas, Aidai. Quality of performance of attention-demanding task and emotional reactivity during a task of type a individuals // *Procedia : social and behavioral sciences*. Oxford: Elsevier Ltd. ISSN 1877-0428. 2014, vol. 140, p. 234-240.
- Jarašiūnaitė, Gabija; Perminas, Aidai; Gustainienė, Loreta; Pečiulienė, Ieva; Kavaliauskaitė-Keserauskienė, Rūta. Biofeedback-assisted relaxation and progressive muscle relaxation potential for enhancing students' distress tolerance // *European scientific journal (ESJ)*. Macedonia: European Scientific Institute. ISSN 1857-7881. 2015, Vol. 11, no. 2, p. 278-195.
- Gustainienė, Loreta; Perminas, Aidai; Pečiulienė, Ieva; Jarašiūnaitė, Gabija. Effectiveness of progressive muscle relaxation and biofeedback – assisted relaxation in reducing perceived stress among students with regard to personality features // *Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris = International journal of psychology: a biopsychosocial approach*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas. ISSN 1941-7233. 2015, [Nr.] 16, p. 67-91.
- Pečiulienė, Ieva; Perminas, Aidai; Gustainienė, Loreta; Valiūnė, Dovilė. Psychometric properties of the inventory of college students' recent life experiences (ICSRLE) : Lithuanian version // *European scientific journal (ESJ)*. Macedonia: European Scientific Institute. ISSN 1857-7881. 2015, Vol. 11, no. 2, p. 34-53.
- Šmitas, Andrius; Perminas, Aidai. Studentų D tipo asmenybės ir jos komponentų sąsajos su sveikata nepalankiu elgesiu // *Visuomenės sveikata = Public health*. Vilnius: Higienos institutas. ISSN 1392-2696. 2015, nr. 3(70), p. 68-74.
- Perminas, Aidai; Gustainienė, Loreta; Jarašiūnaitė, Gabija; Pečiulienė, Ieva. Efektyvūs streso mažinimo būdai : biogrįžtamuoju ryšiu paremta relaksacija ir progresuojančioji raumenų relaksacija : mokymo ir metodinė priemonė / Aidai Perminas, Loreta Gustainienė, Gabija Jarašiūnaitė, Ieva Pečiulienė. Kaunas : Vilnius : Vytauto Didžiojo universitetas ;\$Versus aureus, 2014. 96 p. : iliustr. ISBN 9786094670732.
- Perminas, Aidai; Pečiulienė, Ieva; Jarašiūnaitė, Gabija; Gustainienė, Loreta. Subjektyviai suvokto streso kitimas taikant progresuojančios raumenų bei biogrįžtamojo ryšio relaksacijas studentų grupėje // *Sveikatos mokslai = Health sciences*. Vilnius: "Sveikata". ISSN 1392-6373. T. 24, nr. 4, 2014, p. 22-33.
- Normantaitė, Dovilė; Perminas, Aidai. Changes in aggression of 13-17 year-old adolescents after intervention based on cognitive-behavioural therapy // *Socialiniai mokslai = Social sciences*. Kaunas: Technologija. ISSN 1392-0758. 2013, nr. 1(79), p. 46-55
- Perminas, Aidai; Viduolienė, Evelina [Kavaliauskaitė, Evelina]. The Lithuanian version of the parenting stress index (psi) : a psychometric and validity investigation // *European scientific journal*. Macedonia: European scientific institute. ISSN 1857-7881. Vol. 9, no. 20, 2013, p. 66-80.

- Katarskis, Andrius; Perminas, Aidai. Vilties didinimo ir palaikymo intervencijos efektyvumo įvertinimas slaugytojų grupėje // Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris = International journal of psychology: a biopsychosocial approach. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla. ISSN 1941-7233. 13 (2013), p. 9-29.
- Normantaitė, Dovilė; Perminas, Aidai. Jaunesnių ir vyresnių 13-17 metų paauglių agresyvaus elgesio palyginimas po intervencijos, grįstos kognityvine-elgesio terapija // Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2013. ISSN 2029-9958. 2013, Nr. 2, p. 13-17.
- Jarašiūnaitė, Gabija; Kavaliauskaitė-Keserauskienė, Rūta; Perminas, Aidai. Sirgti linkusios asmenybės tipų bei juos sudarančių psichologinių savybių analizė // Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2013. ISSN 2029-9958. 2013, Nr. 2, p. 22-26.
- Katarskis, Andrius; Perminas, Aidai. Slaugytojų subjektyviai suvokiamo streso bei vilties išgyvenimo sąsajos // Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2013. ISSN 2029-9958. 2013, Nr. 2, p. 5-8.
- Urvelytė, Eglė; Perminas, Aidai. Studentų pasitenkinimo kūno vaizdu sąsajos su seksualiniu pasitenkinimu poroje // Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2013. ISSN 2029-9958. 2013, Nr. 2, p. 99-103.
- Kavaliauskaitė-Keserauskienė, Rūta; Perminas, Aidai; Jarašiūnaitė, Gabija. Studentų aleksitimiskumo ir sveikatai nepalankaus elgesio sąsajos // Tiltai = Bridges = Brücken. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla. ISSN 1392-3137. 2012, nr. 4(61), p. 55-70.
- Perminas, Aidai; Normantaitė, Dovilė. 13–17 metų mokinių vidinės darnos pokyčiai, taikant intervenciją, grįstą kognityvine-elgesio terapija // Socialinių mokslų studijos = Social sciences studies. Vilnius: Mykolo Romerio universitetas. ISSN 2029-2236. 2012, Nr. 4(4), p. 1427-1442.
- Perminas, Aidai; Viduolienė, Evelina [Kavaliauskaitė, Evelina]. Maternal parenting stress and the health status of the child // Jaunųjų mokslininkų darbai = Journal of Young Scientists. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla. ISSN 1648-8776. 2012, nr. 2(35), p. 66-71.
- Jarašiūnaitė, Gabija; Kavaliauskaitė-Keserauskienė, Rūta; Perminas, Aidai. Reaction to an audiovisual stressor and health risk behavior in individuals having a type behavior pattern // Jaunųjų mokslininkų darbai = Journal of Young Scientists. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla. ISSN 1648-8776. 2012, nr. 2(35), p. 42-49.
- Sapranavičiūtė, Laura; Perminas, Aidai; Paužienė, Neringa. Stress coping and psychological adaptation in the international students // Central European journal of medicine. Warsaw: Versita. ISSN 1895-1058. 2012, vol. 7, iss. 3, p. 335-343.
- Kriščiūnaitė, Tija; Perminas, Aidai. Aukštesniųjų klasių mokinių kūrybiškumo ir emocingumo sąsajos // Ugdymo psichologija : mokslo darbai = Educational psychology. Vilnius: VPU leidykla. ISSN 1392-639X. Nr. 22 (2011), p. 40-47.
- Astrauskaitė, Milda; Vaitkevičius, Raimundas; Perminas, Aidai. Job Satisfaction Survey : A Confirmatory Factor Analysis Based on Secondary School Teachers' Sample // International Journal of Business and Management. Toronto: Canadian Center of Science and Education. ISSN 1833-3850. 2011, Vol. 6, no. 5, p. 41-50.
- Perminas, Aidai; Gustainienė, Loreta; Bukauskaitė, Indrė. Progresuojančios raumenų relaksacijos ir relaksacijos su klasikine muzika galimybės mažinti psichofiziologinę itampą // Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris = International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla. ISSN 1941-7233. 8 (2011), p. 83-97.
- Sapranavičiūtė, Laura; Perminas, Aidai. Universiteto studentų naudojamų streso įveikimo strategiijų ir nusiskundimų sveikata sąsajos // Visuomenės sveikata = Public health. Vilnius: Higienos institutas. ISSN 1392-2696. 2011, nr. 1(52), p. 98-107.
- Sapranavičiūtė, Laura; Perminas, Aidai; Kavaliauskaitė, Evelina. Universiteto studentų stresogeninių situacijų įveikos strategiijų struktūra // Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris = International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla. ISSN 1941-7233. 8 (2011), p. 9-28.

Pranešimai tarptautinėse konferencijose:

- Valiune, D.; Perminas, A. The relationship between academic achievement and psychological variables among adolescents// 3rd International Conference Gifted Children: Challenges and possibilities, Kaunas, 2015 spalio 22-24 d.
- Valiune, D., Perminas, A. Changes in Anger and Aggression after Intervention Based on Cognitive-Behavioural Theory among Adolescents// 45th annual EABCT Congress in Jerusalem, 2015 rugpjūčio 31 d. – rugsėjo 3 d.
- Dovile Valiune, Loreta Gustainiene, Aidas Perminas. The Relationship between Negative Automatic Thought and Perceived Social Support among Adolescents// 45th annual EABCT Congress in Jerusalem, 2015 rugpjūčio 31 d. – rugsėjo 3 d.
- Peciuliene, I., Perminas, A., Gustainiene, L., Jarasiunaite, G. Effectiveness of progressive muscle relaxation and biofeedback relaxation in lowering physiological arousal among students with regard to personality features// 6th World Conference on Psychology, Counseling and Guidance, Antalya, Turkey, 2015 gegužės 14-16 d.
- Urvelytė E., Perminas A. The dual pathway model of bulimia: Replication and extension with anorexia// 6th World Conference on Psychology, Counseling and Guidance, Antalya, Turkey, 2015 gegužės 14-16 d.
- Urvelytė E., Perminas A. The dual pathway model of bulimia: replication and extension with perfectionism// 29th Conference of the European Health Psychology Society, Limasol, Cyprus, 2015 rugsėjo 1-5 d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Biofeedback-assisted Relaxation Potential for Improving Ability to Relax in Type A Students// 29th Conference of the European Health Psychology Society, Limasol, Cyprus, 2015 rugsėjo 1-5 d.
- Kavaliauskaitė – Keserauskienė R., Perminas A. Type D Personality and Disease: Is Stress – Reactivity the Possible Mechanism? Present Situation and Future Directions// 28th Conference of the European Health Psychology Society, Innsbruck, Austria, 2014, rugpjūčio 26 – 30 d.
- Valiūnė D., Perminas A. The Relationship Between Sense Of Coherence Anger Management And Aggressive Behaviour Of 13-17 Year-Old Adolescents// 36th Annual Conference of International School Psychology Association (ISPA), Kaunas, 2014 liepos 15-18 d.
- Žibūdaite, J., Perminas A. Moterų įsitikinimų apie krūties vėžio profilaktiką reikšmė moterų įsitraukimui į pirminę ir antrinę krūties vėžio profilaktiką// II International Conference of Psycho-Oncology, Vilnius, 2014 gegužės 9 d.
- Peciuliene I., Jarasiunaite G., Perminas A. Biofeedback and Progressive Muscle Relaxations Potential for Reducing Students Academic Stress// 28th Conference of the European Health Psychology Society: Beyond prevention and intervention: increasing well-being, Innsbruck, Austria, 2014 rugpjūčio 26 – 30 d.
- Jarasiunaite G., Perminas A. Emotional and Psychophysiological Reactivity to Cognitive Stressor of Individuals Having Type a Behavior Pattern// 28th Conference of the European Health Psychology Society: Beyond prevention and intervention: increasing well-being, Innsbruck, Austria, 2014 rugpjūčio 26 – 30 d.
- Zibudaite J, Perminas A. The Link Between Women’s Spirituality, Health Beliefs and Prevention of Breast Cancer// 28th Conference of the European Health Psychology Society: Beyond prevention and intervention: increasing well-being, Innsbruck, Austria, 2014 rugpjūčio 26 – 30 d.
- Jarašiūnaitė G, Perminas A., Gustainienė L. "Skin-conductance Biofeedback Relaxation Potential for Changing Distress Tolerance in Students' Population"// 7th International Scientific Conference "Theory for Practice in the Education of Contemporary Societ Latvija, Ryga, 2014 balandžio 10-11 d.

- Jarašiūnaitė G., Pečiulienė I., Perminas A. Progressive muscle and biofeedback relaxations' potential for raising students' distress tolerance and lowering perceived stress// 13th International Congress of Behavioral Medicine, Olandija, Groningen, 2014 rugpjūčio 20-23 d.
- Viduoliene E., Perminas A. Authoritarian Parenting Style as Moderator of Associations Between Family Life Stressors and Child's Problems// 13th European Congress of Psychology, Sweden, 2013, birželio 9 – 13 d.
- Viduoliene E., Perminas A. The Mediating Role of Maternal Parenting Stress Between Parenting Style and Child's Internalizing and Externalizing Problems// 13th European Congress of Psychology, Sweden, 2013, birželio 9 – 13 d.
- Viduoliene E., Perminas A. Parenting Stress Impact on Child's Internalizing and Externalizing Problems in Highly Sensitive and Normal Children Sample// 13th European Congress of Psychology, Sweden, 2013, birželio 9 – 13 d.
- Maziliauskas A., Perminas A. Relationship between social anxiety and alcohol use among first year students// Recent Research Topics in psychology: International Experience. 12th International Symposium. Kaunas – Kearney, 2013 gruodžio 11d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A., Kavaliauskaitė-Keserauskienė R. Psychometric Properties of Lithuanian Version of Adolescent/Adult Type A Behavior Scale (AATABS-3)// 27th Conference of The European Health Psychology Society, Bordo, Prancūzija, 2013 liepos 16 – 20 d.
- Kavaliauskaitė-Keserauskienė R., Jarašiūnaitė G., Perminas A. Relationship Between Type D Personality and Health Risk Behaviors// 27th Conference of The European Health Psychology Society, Bordo, Prancūzija, 2013, liepos 16-20 d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Quality of Performance of Attention-Demanding Task and Emotional Reactivity During a Task of Type A Individuals// 2nd World Conference of Psychology and Sociology, Belgija, Briuselis, 2013 lapkričio 27-29 d.
- Gabija J., Perminas A., Kavaliauskaitė-Keserauskienė R., Antanaitienė M. Relationship between Student's Reaction to an Audiovisual Stressor and Anger Control// 26 th Conference of the European Health Psychology Society, Praha, Čekija, 2012, rugpjūčio 21-25 d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Reaction to an Audiovisual Stressor and its Change Due to Relaxation Training in Individuals with Positive and Negative Affectivity// 12th International Congress of Behavioral Medicine, Budapeštas, Vengrija, 2012, rugpjūčio 29 – rugsėjo 1 d.
- Jarašiūnaitė G., Pečiulienė I., Perminas A. Skin-conductance Biofeedback Relaxation Potential for Reducing Reactivity to an Audiovisual Stressor and Improving Ability to Relax in Subjects with Self-reported Depressive Symptoms// 16th Annual Meeting of the Biofeedback Federation of Europe CIC, Žešuvos, Lenkija, 2012 rugsėjo 11-15 d.
- Jarašiūnaitė G., Pečiulienė I., Perminas A. Progressive Muscle Relaxation and Skin-Conductance Biofeedback Relaxation Potential for Reducing Reactivity to an Audiovisual Stressor and Improving Ability to Relax in Subjects with Self-reported Depressive Symptoms// 1st International Symposium: The Biofeedback Method in the Diagnosis and Therapy for Non-psychosomatic Disorders, Vilnius, 2012 rugsėjo 20 d.
- Pečiulienė I., Perminas A. Impact of biofeedback and progressive muscle relaxation in reduction of physiological stress variables in more expressed depression group of students// 12th International Congress of Behavioral Medicine, Vengrija, Budapeštas, 2012 rugpjūčio 29-rugsėjo 1 d.
- Urvelytė E., Perminas A. The Association between body image and sexual satisfaction in overweight female students// 10th Symposium UNK/VMU, Kaunas, 2012, gruodžio 11 d.
- Kavaliauskaitė-Keserauskienė R., Perminas A. The Analysis of the Type A behavior pattern individuals' academic, personal life stress and stressors// 10th Symposium UNK/VMU, Kaunas, 2012, gruodžio 11 d.
- Astrauskaitė M., Kern R., Vaitkevičius R. Perminas A.. Job satisfaction survey: a confirmatory factor analysis based on secondary school teachers' sample// 15th conference of the European Association of Work and Organizational Psychology, Maastricht, Netherlands, 2011 gegužės 25 – 28 d.

- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Progressive muscle relaxation potential for change of reaction to an audiovisual stressor of subjects having type a behaviour pattern and alexithymia// 12th European congress of psychology, Istanbul,Turkey, 2011 liepos 4 – 8 d.
- Bagdonaitė A., Mačiulis V., Naujokas G., Perminas A. Distinct symptoms of delirium's significance to mortality of patients during treatment// The 10th International Conference on Alzheimer's and Parkinson's Diseases: Advances, Concepts and New Challenges, Barcelona, Spain, 2011 kovo 9 – 13 d.
- Pečiulienė I., Perminas A., Neverauska J., Jasulaitis M. Evaluation of the Relaxation Methods Efficiency in Students' Population Using Psychophysiological Variables// 15th Annual Biofeedback Foundation of Europe Meeting, Munich, 2011 vasario 23 – 24 d.
- Bagdonaitė A., Mačiulis V., Naujokas G., Perminas A., Carphologic symptoms are as a motor expression of delirium psychotic symptoms when verbalization is not present because of low mmse. 20th World Congress of Neurology, Marrakesh, Morocco 2011 lapkričio 12 – 17 d.
- Normantaitė D., Perminas A. Psichologinės intervencijos mokykloje efektyvumas, mažinant 13-17 metų paauglių agresyvių elgesį// Tarptautinė mokslinė-praktinė konferencija: psichologinė ir psichoterapinė pagalba vaikams: moksliniai tyrimai ir praktika, Vilnius, 2011 spalio 21 – 22 d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Biofeedback Relaxation Potential for Reduction of Students with Type A Behaviour Pattern Reaction to Stressor// 25th Conference of the European Health Psychology Society, Crete, 2011 rugsėjo 20 – 24 d.
- Jarašiūnaitė G., Perminas A. Relaxation Techniques Potential for Reduction of Alexithymic Subjects Reaction to Stressor//25th Conference of the European Health Psychology Society, Crete, 2011 rugsėjo 20 – 24 d.

#### Pranešimai nacionalinėse konferencijose:

- Perminienė M., Kern R. M., Perminas A. Gyvenimo stilius, konfliktų sprendimo stiliai ir patiriamos patyčios darbe: medicininio modelio analizė// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Šmitas A., Perminas A. Studentų a tipo asmenybės bruožų sąsajos su stresogeninių situacijų įveikimo strategijomis// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Matonytė M., Perminas A., Viduolienė E. Lėtinėmis alerginėmis ligomis sergančius vaikus auginančių motinų motinystės streso ypatumai// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Žibūdaite J., Perminas A. Socialinių demografinių rodiklių sąsajos su moterų įsitraukimo į krūtų savitikrą stadijomis pagal transteorinį modelį// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Urvelytė E., Dinigevičiūtė K., Perminas A. Vyresnių klasių merginų iš tėvų patiriamos emocinės prievartos ir nepasitenkinimo kūnu sąsajos// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Valiūnė D., Perminas A. 13–17 metų mokinių pykčio kontrolės ir agresijos sąsajos// Lietuvos psichologų kongresas: Ieškoti, atrasti, dalintis, Vilnius, 2015 gegužės 8-9 d.
- Pečiulienė I., Perminas A. Studentų subjektyviai suvoktos sveikatos bei sveikatai nepalankaus elgesio sąsajos su subjektyviai suvoktu stresu// Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? 2014 gegužės 9-10 d.
- Pečiulienė I., Perminas A. Biogrižtamojo ryšio relaksacijos ir progresuojančios raumenų relaksacijos galimybės mažinant studentų akademinį stresą// Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? 2014 gegužės 9-10 d.
- Šmitas A., Perminas A. Studentų adaptyvaus ir neadaptyvaus perfekcionizmo ir nerimo sąsajos Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? , 2014 gegužės 9-10 d.

- Urvelytė E., Perminas A. Dvigubo kelio bulimijos modelio kintamųjų išreikštumo palyginimas adaptyvaus ir neadaptyvaus perfekcionizmo grupėse Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? 2014 gegužės 9-10 d.
- Normantaitė D., Perminas A. Jaunesnio ir vyresnio amžiaus paauglių pykčio kontrolės ir agresyvaus elgesio skirtumai. Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? 2014 gegužės 9-10 d.
- Žibūdaite J., Perminas A. Įsitikinimų apie krūties vėžio profilaktiką reikšmė moterų įsitraukimui į pirminę ir antrinę krūties vėžio profilaktiką Lietuvos psichologų kongresas: Quo vadis, psichologija? 2014 gegužės 9-10 d.
- Viduolienė E., Perminas A. Motinystės streso, stresogeninių įvykių šeimos gyvenime ir vaiko agresyvaus elgesio sąsajos// Lietuvos psichologų kongresas: Psichologija sveikatai ir gerovei, Vilnius, 2013 m. balandžio 25-27 d.
- Viduolienė E., Perminas A., Kvakšytė D. Motinystės streso sąsajos su vaiko somatiniais ir miego nusiskundimais// Lietuvos psichologų kongresas: Psichologija sveikatai ir gerovei, Vilnius, 2013 m. balandžio 25-27 d.
- Pečiulienė I., Normantaitė D., Perminas A. Studentų subjektyviai suvokiamo streso ir subjektyviai vertinamos sveikatos rodiklių sąsajos // Lietuvos psichologų kongresas: Psichologija sveikatai ir gerovei, Vilnius, 2013 m. balandžio 25-27 d.
- Urvelytė E., Perminas A. Skirtingo kūno masės indekso studentų pasitenkinimo kūno vaizdu ypatumai// Lietuvos psichologų kongresas: Psichologija sveikatai ir gerovei, Vilnius, 2013 m. balandžio 25-27 d.
- Viduolienė E., Perminas A. „Motinystės streso ir motinų elgesio su vaiku sąsajos su jo internaliais sunkumais po vienerių metų: auklėjimo stiliaus kaip mediatoriaus reikšmė“// Mokslinė praktinė konferencija: Rūpi vaikai – padėkim tėvams, Vilnius, 2013 m. gruodžio 6 d.
- Perminas A., Jarašiūnaitė G. Paprasti būdai įveikti stresą// Respublikinė mokslinė – praktinė konferencija: Pacientų sveikatos poreikiai – iššūkiai sveikatos priežiūros specialistams, Kaunas, 2013 balandžio 9 d.
- Perminas A., Kavaliauskaitė – Keserauskienė R. Bioatgalinio ryšio aparato panaudojimas valdant stresą// Psichologas organizacijoje: Sprendimai darbuotojų gerovei kurti, Vilnius, 2013 balandžio 13 d.
- Perminas A., Normantaitė D. 13-17 metų paauglių pykčio kontrolės pokyčiai, taikant intervenciją, grįstą kognityvine-elgesio terapija// Lietuvos psichologų kongresas: Mokslas praktikai – praktika mokslui, Klaipėda, Lietuva, 2012 m. gegužės 10-13 d.
- Perminas A., Viduolienė E. Motinystės streso sąsajos su vaiko lytimi ir elgesio bei emociniais sunkumais// Lietuvos psichologų kongresas: Mokslas praktikai – praktika mokslui, Klaipėda, Lietuva, 2012 m. gegužės 10-13 d.
- Pečiulienė I., Perminas A. Nerimo ir depresiškumo pokyčiai taikant biogrįžtamojo ryšio bei progresuojančių raumenų relaksacijas studentams// Lietuvos psichologų kongresas: Mokslas praktikai – praktika mokslui, Klaipėda, Lietuva, 2012 m. gegužės 10-13 d.
- Jarašiūnaitė G., Kavaliauskaitė-Keserauskienė R., Perminas A. Aleksitimiškumo ir sveikatai nepalankaus elgesio sąsajos// Lietuvos psichologų kongresas: Mokslas praktikai – praktika mokslui, Klaipėda, Lietuva, 2012 m. gegužės 10-13 d.
- Jarašiūnaitė G.; Perminas A. Pečiulienė I. Biogrįžtamojo ryšio relaksacijos galimybės mažinant A tipo elgsena pasižyminčių studentų reakciją į stresorių// Psichologija pokyčių laikotarpiu: Lietuvos psichologų kongresas, Kaunas, 2011 m. gegužės 6 – 7 d.
- Tarnauskienė, K., Perminas A. Merginų asmenybės bruožų pagal H. J. Eysencko teoriją sąsajos su valgymo elgsniu// Psichologija pokyčių laikotarpiu: Lietuvos psichologų kongresas, Kaunas, 2011 m. gegužės 6 – 7 d.

- Pečiulienė I., Jarašiūnaitė G., Perminas A. Psichofiziologinių pokyčių taikant progresuojančią raumenų relaksaciją įvertinimas// Psichologija pokyčių laikotarpiu: Lietuvos psichologų kongresas, Kaunas, 2011 m. gegužės 6 – 7 d.
- Sapranačiūtė L., Perminas A. Universiteto studentų stresogeninių situacijų įveikos strategijų ir pablogėjusios nuotaikos sąsajos// Psichologija pokyčių laikotarpiu: Lietuvos psichologų kongresas, Kaunas, 2011 m. gegužės 6 – 7 d.

#### Konferencijų organizavimas

- Psichologija pokyčių laikotarpiu: Lietuvos psichologų kongresas, Kaunas, 2011 m. gegužės 6 – 7 d. mokslinio komiteto narys

### **PROJEKGINĖ VEIKLA (PASKUTINIŲ 5 METŲ)**

---

- "Psichofiziologinės įtampos mažinimo metodų efektyvumo įvertinimas studentų populiacijoje“, paraiška pagal III LMT kvietimą "Mokslininkų grupių projektai" projektams finansuoti, 2012-2014, vadovas

### **MOKSLINĖS PREMIJOS IR APDOVANOJIMAI**

---

- Lietuvos studentų atstovybių sąjungos (LSAS) įvertintas už akademinį sąžiningumą, 2010 m.
- VDU metų dėstytojas, 2010 m.

### **TARNYSTĖ VISUOMENEI**

---

- Skaito paskaitas įvairiose Lietuvos mokyklose, studentų, verslo ir kt. organizacijose streso, įveikimo bei kt. psichologinėmis temomis