



10–12 klasių mokiniams, besidomintiems psichologija

Konferencija

Psichologai mokiniams apie mokinius – 7

2016 m. gruodžio 8 d., ketvirtadieni, KAUNE

Vytauto Didžiojo universiteto Socialinių mokslų fakultete

Jonavos g. 66, Kaunas

Konferencijos metu VDU psichologijos dėstytojai ir studentai pristatys savo moksliniais tyrimais pagrįstus pranešimus ir pakvies dalyvauti kūrybinėse dirbtuvėse. Daugiau apie mus <http://smf.vdu.lt/katedros/psichologijos-katedra/>

Programa

I dalis. Moksliniai pranešimai. Vieta: 206 a.

13:30 – 14:00 **Registracija**

14:00 – 14:05 **Sveikinimo žodis**

14:05 – 14:20 **„Psichologija ir religingumas: skirtingai mąstome - skirtingai tikime?“** stud. Liucija Ašmantavičiūtė, doc.dr. Loreta Gustainienė

14:20 – 14:35 **„IDK ar IDC? Galimi pavojai bendraujant internetu“** dokt. Ugnė Paluckaitė, dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė

14:35 – 14:50 **„Intelektu vaidmuo mokykloje ir po jos: ar karalius tikrai su karūna?“** stud. Odeta Šakėnaitė, dr. Jurga Misiūnienė

14.50 – 15:00 **Diskusija**

II dalis. Kūrybinės dirbtuvės

15:00 – 16:30 Vieta: 324 a. **„Pasitikėjimo savimi pratybos“** dokt. Eglė Urvelytė

15:00 – 16:30 Vieta: 209 a. **„Kaip sumažinti stresą artėjant egzaminams?“** dokt. Andrius Šmitas

15:00 – 16:30 Vieta: 201 a. **„Kaip tapti atminties sporto rekordininku?“** dr. Aurelija Stelmokienė, stud. Tadas Vadvilavičius

15:00 – 16:30 Vieta: 210 a. **„Mokomės bendrauti: įgūdžiai, padedantys išvengti nesusipratimų“** prof. dr. Loreta Bukšnytė - Marmienė

15:00 – 16.30 Vieta: 325 a. **„Bendravimas lyg vaidinimas scenoje: koks mano tikrasis Aš?“** dr. Jurga Misiūnienė

15:00 – 16:30 Vieta: 110 a. **„Pirmo pasimatymo sėkmė: kaip sukurti teigiamą įspūdį?“** dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė, dr. Gabija Jarašiūnaitė

MOKYTOJAMS

15:00 – 16:30 Vieta: 323 a. **„Ko trūksta, kai trūksta laiko“** dr. Loreta Zajančauskaitė-Staskevičienė

Renginys nemokamas. Dalyviams elektroniniu paštu išsiųsime e-pažymėjimus

Prašome **registruotis iki gruodžio 2 d.** [registraciją rasite nuorodoje:](https://goo.gl/forms/a0ktSsHAhDKvLsVk1)

<https://goo.gl/forms/a0ktSsHAhDKvLsVk1>

Kontaktai pasiteirauti:

Raimonda Petrolienė, VDU Psichologijos klinika, Tel.: 8-37 32 78 25 (I ir IV-tadieni,9-11val.); El. paštas:

pk@smf.vdu.lt

Kūrybinės dirbtuvės plačiau:

15:00 – 16:30 Vieta: 324 a. „Pasitikėjimo savimi pratybos“ dokt. Eglė Urvelytė

Pasitikėjimas savimi – tai pirmoji sėkmės paslaptis. Pozityviai nusiteikęs ir savimi pasitikintis žmogus lengviau įveikia sunkumus, arba jų net nepastebi. Praktinių užsiėmimų metu kviečiu patirti daugiau teigiamų emocijų apie save ir atsakyti į klausimą – kas yra tikrasis pasitikėjimas savimi ir kaip jo įgyti? Dalyvių skaičius iki 20.



15:00 – 16:30 Vieta: 209 a. „Kaip sumažinti stresą artėjant egzaminams?“ dokt. Andrius Šmitas

Neramu dėl ateities? Išgirdus žodį egzaminas pasijunti blogai? Ateik ir patirk tai kas tau gali padėti! Dirbtuvės metu pasimokysime kaip padėti sau, kad lengviau susidorotumėt su egzaminų nerimu, įtampa ir, kad atėjus tai egzaminų dienai jūsų "nesurakintų" nerimas ir įtampa. Dalyvių skaičius iki 40.



15:00 – 16:30 Vieta: 201 a. „Kaip tapti atminties sporto rekordininku?“ dr. Aurelija Stelmokienė, stud. Tadas Vadvilavičius

Ar norėtumėte prisiminti daugiau, nei galite dabar? Ar ryžtumėtės išbandyti kitokią sporto šaką? Jei mėgstate iššūkius ir norite išmokti mokytis linksmi bei produktyviai, šis užsiėmimas jums. Renginio metu planuojama išbandyti, kaip veikia skirtingos įsiminimo technikos, įvertinti, kuri jums tinka labiausiai. Dalyvių skaičius iki 20.



15:00 – 16:30 Vieta: 210 a. „Mokomės bendrauti: įgūdžiai, padedantys išvengti nesusipratimų“ prof. dr. Loreta Bukšnytė – Marmienė

Tai praktinis užsiėmimas, kurio metu aptarsime ir pasimokysime kelių bendravimo įgūdžių, padedančių išsiaiškinti "keblią" arba kaip psichologai vadina prieškonfliktinę situaciją tokiu būdu, kad nekiltų konfliktas. Mes mokysimės suvokimo patikslinimo technikos ir perfrazavimo. Taip pat analizuosime, kokia yra konfliktogeninė kalba. Užsiėmime diskutuosime, ką reiškia kalbėti "Aš" kalba, kuo ji skiriasi nuo "Tu" kalbos, mokysimės "Aš" kalbos ir aptarsime jos naudą bendravime. Dalyvių skaičius iki 20.



15:00 – 16.30 Vieta: 325 a. „Bendravimas lyg vaidinimas scenoje: koks mano tikrasis Aš? “

dr. Jurga Misiūnienė

Užsiėmimo metu dalyviai sužinos, kas yra Aš vaizdas, ir grupinių bei individualių užduočių metu susipažins su įvairiais savojo Aš lygiais. Saugioje aplinkoje diskutuosime apie tai, kaip savęs vertinimas veikia mūsų bendravimą ir savijautą. Dalyvių skaičius: iki 15 žmonių.



P.S. VDU Rasos gimnazijos IV kl. mokiniams, lankiusiems psichologijos pamokas, siūlome registruotis į kitus užsiėmimus ☺

15:00 – 16:30 Vieta: 109 a., 110 a. „Pirmo pasimatymo sėkmė: kaip sukurti teigiamą įspūdį?“ dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė, dr. Gabija Jarašiūnaitė

Ar kada nors susimąstėte, kodėl vieniems puikiai sekasi net ir be pastangų patraukti priešingos



lyties atstovo dėmesį, o kitiems, net ir labai stengiantis, nepavyksta? Ar yra kažkas, kas patraukia vien vaikus ar merginas? Renginio metu planuojama praktiškai patikrinti savęs pristatymo būdo svarbą pirmam įspūdžiui sukurti ir padiskutuoti kiek ir kokios savybės yra reikšmingos mezgant pažintis. Dalyvių skaičius: 10 vaikinių ir 10 merginų.

MOKYTOJAMS

15:00 – 16:30 Vieta: 323 a. „Ko trūksta, kai trūksta laiko“ dr. Loreta Zajančkauskaitė-Staskevičienė

Susitikimo metu kalbėsime apie psichikos higienos dalykus, darbą ir kitus gyvenimo būdus.



Išbandysime keletą pratimų, kuriuos galima taikyti prioritetų sumaišties situacijose. Dalyvių skaičius neribojamas.

Pastaba: dėl riboto vietų skaičiaus organizatoriai atsiprašo, kad galbūt ne visus pageidaujančius galės priimti – neatidėliokite registruotis. Kūrybinės dirbtuvės – tai ne smagus laiko leidimas, o darbas su savimi, todėl kviečiame motyvuotus gilintis į save.