



Gyvenimo aprašymas

Erika Varnagirytė

*Jonavos g. 66-333
erika.varnagiryte@vdu.lt*

PAREIGOS

- Socialinių mokslų fakulteto Psichologijos katedros doktorantė
- Socialinių mokslų fakulteto Psichologijos katedros asistentė
- Socialinių mokslų fakulteto Psichologijos katedros jaunesnioji mokslo darbuotoja
- Socialinių mokslų fakulteto Psichologijos klinikos vyresnioji referentė

IŠSILAVINIMAS

- Socialinių mokslų magistro laipsnis, sveikatos psichologijos studijų programa, Vytauto Didžiojo universitetas, 2020 m.
- Psichologijos bakalauro laipsnis, Vytauto Didžiojo universitetas, 2018 m.

MOKSLINIŲ TYRIMŲ SRITYS

- Nėščiąjų ir pagimdžiusių moterų sveikatai palankų elgesį prognozuojantys psichosocialiniai veiksniai
- Nepasitenkinimą kūno vaizdu ir sutrikusį valgymo elgesį prognozuojantys psichosocialiniai veiksniai
- Intervencinių programų veiksmingumo tyrimai

DARBO PATIRTIS

- Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos katedros jaunesnioji mokslo darbuotoja, 2021–dabar
- Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos klinikos vyresnioji referentė, 2021–dabar
- Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos katedros asistentė, 2021–dabar
- VšĮ Lazdijų ligoninės medicinos psichologė, 2021–dabar

MOKSLINĖS PUBLIKACIJOS (PASKUTINIŲ 5 METŲ)

- **Varnagirytė, E., & Perminas, A.** (2022). The Impact of Appearance Comments by Parents, Peers and Romantic Partners on Eating Behaviour in the Sample of Young Women. *Health Psychology Report*, 10(2), 93–102. <https://doi.org/10.5114/hpr.2021.111294>
- **Varnagirytė, E., & Perminas, A.** (2021). Tėvų išsakomų negatyvių komentarų apie išvaizdą, ankstyvųjų neadaptivių kognityvinių schemų ir studentų valgymo elgesio sąsajos. *Visuomenės sveikata*, 4(95), 67-76.
- Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., **Varnagirytė, E.**, Vadvilavičius, T., Gustainienė, L. (2021). Dėmesingu įsisauganimo paremtos streso mažinimo programos taikymo policijos pareigūnų imtyje galimybės. Ukmergė: Valdo leidykla.
- Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., **Varnagirytė, E.**, & Perminas, A. (2021). The Differences in Response to Acute Stress of Individuals with Higher and Lower Neuroticism. *International Psychological Applications Conference and Trends (InPACT) 2021*, 369-373.
- **Varnagirytė, E.**, & Perminas, A. (2019). Studentų nepasitenkinimo kūnu sąsajos su romantinių partnerių išsakomais komentarais apie jų išvaizdą. *Visuomenės sveikata*, 3(86), 67-74.

MOKSLINĖS KONFERENCIJOS (PASKUTINIŲ 5 METŲ)

Pranešimai tarptautinėse konferencijose:

- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A., Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G. *The importance of psychosocial factors on health behaviour in pregnancy and postpartum: A systematic review*. Poster at 36th Annual Conference of the European Health Psychology Society, 2022.
- **Varnagirytė, E.**, Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Gustainienė, L., Vadvilavičius, T. *The potential of an online mindfulness-based stress reduction intervention for police officers*. Poster at 36th Annual Conference of the European Health Psychology Society, 2022.
- Vadvilavičius, T., Gustainienė, L., Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., **Varnagirytė, E.**, (2021). *Mindfulness-based Stress Management Programme for Police Officers: From Idea to Experience*. Oral presentation at 26th International Symposium Recent Research Topics in Psychology, VDU, UNK, 2021.
- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *The Importance of Appearance-related Comments on Eating Behavior in the Sample of Female Students*. Oral presentation at 25th International Symposium Recent Research Topics in Psychology, VDU, UNK, 2021.
- Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *The Differences in Response to Acute Stress of Individuals with Higher and Lower Neuroticism*. Oral presentation at InPACT: International Psychological Applications Conference and Trends. Virtual Conference, 2021.

Pranešimai nacionalinėse konferencijose:

- Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Gustainienė, L., **Varnagirytė, E.**, Vadvilavičius, T. *Dėmesingu įsisąmoninimu paremtos intervencijos galimybės mažinant policijos pareigūnų subjektyviai suvokiamą stresą ir su juo susijusius rodiklius*. Lietuvos psichologų kongresas (žodinis pranešimas), VDU, LPS, 2022.
- Vadvilavičius, T., **Varnagirytė, E.**, Gustainienė, L., Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G. *Dėmesingo įsisąmoninimo reikšmė aiškinant ryšį tarp policijos pareigūnų subjektyviai suvokiamo streso ir gaunamos socialinės paramos*. Lietuvos psichologų kongresas (stendinis pranešimas), VDU, LPS, 2022.
- Vadvilavičius, T., Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Gustainienė, L., **Varnagirytė, E.** *Streso mažinimo, pagrįsto dėmesingu sąmoningumu, intervencijos modelio taikymas policijos pareigūnams: Geroji patirtis*. X-oji mokslinė–praktinė organizacinės psichologijos konferencija (žodinis pranešimas), LPS, 2021.
- **Varnagirytė, E.** *Lietuvoje vyraujančios su šeimyniniu gyvenimu susijusios socialinės normos: kokie veiksniai jas gali paaiškinti?* Europos Socialinio tyrimo piknikas III (žodinis pranešimas), VDU, 2021.
- **Varnagirytė, E.**, Jarašiūnaitė-Fedosejeva, G., Gustainienė, L., Vadvilavičius, T. *Streso mažinimo, pagrįsto dėmesingu įsisąmoninimu, intervencijos modelio taikymas policininkų imtyje: įgyvendinimas, iššūkiai ir pirmieji rezultatai*. Šiuolaikinė mokyklinė, organizacinė ir sveikatos psichologija (žodinis pranešimas), 2021 VDU, 2021.
- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *Aplinkinių išsakomų pozityvių komentarų apie išvaizdą sąsajos su jaunų moterų valgymo elgesiu*. Jaunųjų mokslininkų konferencija (stendinis pranešimas), VU, 2021.
- **Varnagirytė, E.** *Socialinės normos: kokius lūkesčius formuojame vieni kitiems?* Europos Socialinio tyrimo piknikas II (žodinis pranešimas), VDU, 2020.
- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *Aplinkinių išsakomų komentarų apie išvaizdą sąsajos su studentų valgymo elgesiu*. Aktualių sprendimų paieškos psichologijos moksle ir praktikoje (stendinis pranešimas), LPS, 2020.
- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *Ankstyvųjų neadaptivių kognityvinių schemų sąsajos su studentų valgymo elgesiu*. Jaunųjų mokslininkų konferencija (žodinis pranešimas), VU, 2020.
- **Varnagirytė, E.** *Lietuvos gyventojų žmogiškųjų vertybių sąsajos su nuostatomis apie klimato kaitą*. Europos Socialinio tyrimo piknikas (žodinis pranešimas), VDU, 2019.
- **Varnagirytė, E.**, Perminas, A. *Studentų nepasitenkinimo kūno vaizdu sąsajos su romantinių partnerių išsakomais komentarais apie jų išvaizdą*. Jaunųjų mokslininkų konferencija (žodinis pranešimas), VU, 2019.

Konferencijų organizavimas:

- Lietuvos psichologų kongreso (LPK 2022) organizacinio komiteto narė, 2021–2022 m.

PROJEKGINĖ VEIKLA (PASKUTINIŲ 5 METŲ)

- Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerijos, Sveikatos stiprinimo fondo finansuojamas projektas „Streso mažinimo, pagrįstu dėmesingu sąmoningumu, intervencijos modelio taikymas Kauno apskrities vyriausiajame policijos komisariate“, sutarties Nr. S-665 (20-ST2-188). Projekto vykdytoja. 2021 m.

PROFESINĖS NARYSTĖS

- European Health Psychology Society (EHPS) narė nuo 2022 m.
- International Association for Cross Cultural Psychology (IACCP) narė nuo 2022 m.
- Vytauto Didžiojo universiteto Sveikatos psichologijos studijų programos komiteto narė nuo 2021 m.
- Lietuvos psichologų sąjungos narė nuo 2021 m.

PROFESINIS TOBULĖJIMAS (PASKUTINIŲ 5 METŲ)

- Nuotoliniai metodologiniai mokymai *Klasterinės analizės bendrieji principai socialiniams duomenims*. 1,2 val. VDU, 2022.
- *Klinikinių ir sveikatos psichologų konferencija*. 8 val., LPS, 2022.
- Nuotolinė konferencija *Tarptautinės ligų klasifikacijos (TLK-11) praktinio taikymo psichiatrijoje aspektai*. 6 val. LPA, 2022.
- *36th Annual Conference of the European Health Psychology Society*. 2022.
- *26th International Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychology*. 2022.
- Nuotoliniai metodologiniai mokymai *Sąlyginių procesų (moderacinės mediacijos) modeliai*. 1,5 val. VDU, 2022.
- Nuotoliniai mokymai *How to flip your classes?* 3 val. VDU, 2022.
- Lietuvos psichologų kongresas *Psichologija 360^o + 1*. 18 val. VDU, LPS, 2022.
- Seminaras *Lessons from running a Sex Clinic for 10 years*. 2 val. VDU, 2022.
- Nuotoliniai mokymai *Duomenų apsaugos reikalavimai šiuolaikiniuose tyrimuose: reglamentavimas ir praktika*. 2 val. VDU, 2022.
- Nuotolinis seminaras *Moksliniai tyrimo duomenys: duomenų tipai, duomenų valdymas, duomenų valdymo planai*. 1 val. VDU, 2022.
- Nuotolinis seminaras *Neuropsichologinės COVID-19 ligos pasekmės ir praktinės pagalbos rekomendacijos*. 4 val. LSMU, 2022.
- Nuotoliniai metodologiniai mokymai *Daugiapakopis modeliavimas su R*. 8 val. VDU, 2021.
- Nuotolinė konferencija *Depresijos diagnostika ir gydymas: atvejų analizė*. 8 val., LPA, 2021 m.
- Nuotoliniai kursai *Kaip šeimos ir kitų specialybių gydytojams, atpažinti ir gydyti depresiją*. 6 val., EVS Group, 2021 m.
- Nuotoliniai metodologiniai mokymai *Įvadas į statistinę duomenų analizę su R*. 4 val. VDU, 2021.

- Nuotolinė *Klinikinių ir sveikatos psichologų konferencija*. 8 val., LPS, 2021 m.
- Nuotolinė konferencija *Psichoterapijos mokymai Lietuvoje*. 11 val., Žmogaus psichologijos studija, 2021 m.
- Nuotoliniai mokymai *Psichologinės traumos ir adaptacijos sutrikimo atpažinimas bei psichologinio psichotraumatologinio įvertinimo pagrindai*. 4 val., VU Psichotraumatologijos centras, 2021.
- Nuotoliniai metodologiniai mokymai *Klasifikaciniai metodai kiekybinėje duomenų analizėje: Diskriminantinė analizė*. 2 val. VDU, 2021.
- Mokslinė–praktinė konferencija *Pagalba moteriai krizinio nėštumo metu*. 8 val. VšĮ Krizinio nėštumo centras kartu su LSMU, 2021.
- Metodologiniai mokymai *Mediacinių ir moderacinių ryšių modelių analizė panaudojant A. Hayes PROCESS makrokomandą SPSS programiniame pakete*. 2 val., VDU, 2021.
- Nuotolinis seminaras *Bendravimas su pagyvenusiais asmenimis, jų neigiamų emocijų valdymas*. 6 val. VšĮ Kapolė, 2021.
- Nuotolinė konferencija *Sveikatos psichologija Lietuvoje: kur atėjome ir kur einame?* 7 val. VDU, 2021.
- *X-oji tarptautinė Vilniaus traumų psichologijos nuotolinė konferencija*. 7 val., VU Psichotraumatologijos centras, 2021.
- Nuotoliniai mokymai *Praktinės rekomendacijos tėvams ir specialistams, minimizuojant skyrybų poveikį vaikams*. 8 val., Asmenybės brandos centras, 2021.
- Nuotolinė konferencija *Pagalba po krizinio įvykio asmenims ir organizacijoms*. 7 val., Krizių įveikimo centras, 2020.
- Nuotoliniai mokymai *Psichologinis konsultavimas nuotoliniu būdu psichikos sveikatos specialistams*. 8 val., EVS Group, 2020.
- *5-oji Vilniaus savižudybių intervencijos metodų nuotolinė konferencija*. 8 val., LPS, 2020.
- *Baziniai mediacijos mokymai*. 48 val., VšĮ Šeimos santykių institutas, Kaunas, 2020.
- *ASIST: Savižudybių intervencijos įgūdžių mokymai*. 16 val., Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Vilnius, 2019.
- *Klinikinių ir sveikatos psichologų konferencija*. 9 val., LPS, 2019.
- Konferencija *Neuropsichologija: Ką gali mūsų smegenys?* 9 val., VDU, Kaunas, 2019.
- *safeTALK: pasirengimo pastebėti savižudybės pavojų mokymai*. Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Kaunas, 2018.

- VDU Psichologijos klinikos psichologė–savanorė nuo 2022 m.
- Pranešimo „Ką girdi kitas, kai kalbu apie jo išvaizdą: negatyvių ir pozityvių komentarų reikšmė“ skaitymas konferencijoje „Psichologai mokiniams apie mokinius“, 2021 m.
- Paskaitos „Streso mažinimo, pagrįsto dėmesingu sąmoningumu (mindfulness), taikymas praktikoje“ skaitymas VDU Absolventų dienose, 2021 m.
- Pranešimo „Mielasis, pasakyk man komplimentą“ skaitymas konferencijoje „Psichologai mokiniams apie mokinius“, 2018 m.
- Emocinės paramos tarnybos „Jaunimo linija“ savanorė, 2018–2021 m.