

Preveninių veiklų programa Klaipėdoje

Seminaras „Savi-pagalba patyrus neigiamus (potrauminius) emocinius išgyvenimus“

Seminaro metu psichologė pristatys metodus, padedančius kovoti su potrauminėmis baimėmis bei papasakos, kaip susikurti teigiamų emocijų ir minčių srautą. Taip pat supažindins su savi-pagalbos ir saviugdos metodais, kurie padės jums jaustis geriau.

- Seminarą veda psichologė Viktorija Tarozienė.
- Laikas: vasario 24 d., 15:30–17:00 val.
- Vieta: Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, 240-241 aud. (S. Neries g. 5, Klaipėda).
- Registracija: bit.ly/VIII_Seminaras_Klaipėdoje

Seminaras „Priklausomybė technologijoms“

Seminaro metu kalbėsime apie tai, ar egzistuoja priklausomybė technologijoms, kas jai būdinga ir kodėl technologijos lengvai „užkabina“. Bendrų diskusijų metu ieškosite ir aptarsite būdus, galinčius padėti efektyviau valdyti technologijoms skiriamą laiką.

- Seminarą veda psichologė Viktorija Tarozienė.
- Laikas: Kovo 9 d., 15:30–17:00 val.
- Vieta: Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, 240-241 aud. (S. Neries g. 5, Klaipėda).
- Registracija: bit.ly/iX_Seminaras_Klaipėdoje

Seminaras „Teigiamų įpročių psichologija“

Seminaro metu studentai sužinos kaip atsisakyti žalingų įpročių, tokių kaip rūkymas, alkoholio vartojimas bei panašios priklausomybės. Taip pat psichologė pristatys elgesio pokyčių formavimo modelius, kuriuos naudojant galima įgyti teigiamus žmogui įpročius.

- Seminarą veda psichologė Viktorija Tarozienė.
- Laikas: Kovo 23 d., 15:30–17:00 val.
- Vieta: Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, 240-241 aud. (S. Neries g. 5, Klaipėda).
- Registracija: bit.ly/X_Seminaras_Klaipėdoje

Seminaras „Seksualinis priekabiavimas: kaip pasireiškia, kaip atpažinti ir kur kreiptis?“

Seminaro metu studentai bus supažindinami su seksualinio priekabiavimo ir emocinio smurto problemomis aukštosiose mokyklose. Psichologė pristatys seksualinio priekabiavimo apraiškų formas, supažindins kaip tai atpažinti, o atpažinus – kur kreiptis.

- Seminarą veda psichologė Viktorija Tarozienė.
- Laikas: Balandžio 20 d., 15:30–17:00 val.
- Vieta: Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, 240-241aud. (S. Neries g. 5, Klaipėda).
- Registracija: bit.ly/XIV_Seminaras_Klaipėdoje

Seminaras „Savi-pagalba, saviugda patyrus neigiamus (potrauminius) emocinius išgyvenimus“

Seminaro metu psichologė pristatys metodus, padedančius kovoti su potrauminėmis baimėmis bei papasakos, kaip susikurti teigiamų emocijų ir minčių srautą. Taip pat supažindins su savi-pagalbos ir saviugdodos metodais, kurie padės jaustis geriau.

- Seminarą veda psichologė Viktorija Tarozienė.
- Laikas: Gegužės 4 d., 15:30–17:00 val.
- Vieta: Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, 240-241aud. (S. Neries g. 5, Klaipėda).
- Registracija: bit.ly/XIII_Seminaras_Klaipėdoje