



ATVIROS PSICHOLOGIJOS PASKAITOS

2016 m. gegužės 16 - 18 dienomis

Vilniaus universiteto Teatro salėje

Universiteto g. 3.

Paskaitas bendruomenei organizuoja VU Filosofijos fakulteto Psichologinio konsultavimo ir mokymų centras (PKMC) Dalyvavimas atvirose paskaitose nemokamas, be išankstinės registracijos.

Gegužės 16 d., pirmadienis

- **17 val. BŪTI AR NEBŪTI? HAMLETO KLAUSIMAS VADOVO DARBE**

Dr. Rita Rekašiūtė-Balsienė, VU Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedros lektorė, vadybos konsultantė

- **18 val. VISOS LAIMINGOS ŠEIMOS YRA LAIMINGOS VIENODAI, O KIEKVIENA NELAIMINGA – NELAIMINGA SAVAIP?**

Prof. dr. Roma Jusienė, VU Bendrosios psichologijos katedros profesorė, PKMC vedėja, psichologė psichoterapeutė

„Visos laimingos šeimos panašios viena į kitą, kiekviena nelaiminga šeima nelaiminga savaip“ – Levas Tolstojus šiuo teiginiu pradėjo vieną išskirtinių savo romanų „Ana Karenina“. Ar iš tiesų taip yra? O kurios šeimos yra laimingos, kurios – nelaimingos? Kaip tai suprantame, atpažįstame? Pasiskolinusi garsaus rusų rašytojo teiginį paskaitos lektorė pakeičia jį klausimu ir savo paskaitoje kviečia diskutuoti apie šeimas, apie savo patirtį šeimose, apie santykius bei jų subtilybes.

- **19 val. ĮPROČIŲ PSICHOLOGIJA: KODĖL ŽLUNGA 92% NAUJAMETINIŲ PAŽADŲ?**

Dokt. Ieva Vasionytė, VU Bendrosios psichologijos katedros doktorantė, PKMC konsultantė, sveikatos psichologė

Gydytojai, sveikatingumo ir gyvenimo būdo specialistai dažnai sako: „Meskite rūkyti, pradėkite sportuoti, sveikai maitinkitės ir mažiau stresuokite. Viskas! Būsite sveikas kaip ridikėlis!“, sudaro mums mitybos, sporto ir gyvenimo planus, bet... Retas kuris pasako, kaip tai padaryti, jei 20 metų sėdėjote už taksi vairo, pietums valgėte dešrainius ir stresą malšinote cigarete, jei nesveiki įpročiai jau tapo Jūsų antrąja prigimtimi. Šioje paskaitoje bus pristatomos pagrindinės klaidos, kurias žmonės daro keisdami įpročius ir ką galime padaryti, kad šis procesas būtų ne kančia, o malonumas.

Gegužės 17 d., antradienis

- **16 val. KANITERAPIJA: AR ŽMONES KEIČIA BENDRAVIMAS SU ŠUNIMI?**

Doc. dr. Vilmantė Pakalniškienė, VU Bendrosios psichologijos katedros docentė, Kaniterapijos asociacijos prezidentė

Paskaitoje bus kalbama apie žmogaus ir šuns ryšį bei kaip tas ryšys gali pagelbėti asmeniui. Taip pat bus aptariama, kas yra kaniterapija, kaip ji suprantama, kur ir kada naudojama, kokie klaidingi žmonių įsitikinimai apie ją, gyvuojantys mitai ir tikri faktai, kuo kaniterapija gali padėti žmogui, o kur – nelabai.

- **17 val. SVEIKATA ŠIUOLAIKINIAME PASAULYJE – KAD NEPASIMESTUMĖM, SUKURKIM ŽEMĖLAPI!**

Dr. Donatas Noreika, VU Bendrosios psichologijos katedros lektorius, PKMC konsultantas, psichologas

Nors apibūdinant sveikatą šiuolaikiniame pasaulyje yra labai akcentuojamas tarpdiscipliniškumas ir biopsichosocialinis – t.y., integruotas, daugelį aspektų apimantis – požiūris, realybėje jį įgyvendinti yra sunku, nes sveikatai svarbių veiksnių yra tiek daug, kad tarp jų lengva pasimesti... Paskaitoje lektorius pasidalins savo išvalgomis apie kai kuriuos svarbius psichinės sveikatos aspektus ir pabandys juos sujungti į vieną modelį – tokį, kokį pats susikūrė, kad nepasimestų.

- **18 val. VYRIŠKUMO ARCHETIPO ĮTAKA MOTERS ASMENYBĖS BRANDAI**

Elona Ilgiuvienė, psichologė psichoterapeutė, jungiškiosios krypties psichoanalitikė, Lietuvos analitinės psichologijos asociacijos tarybos narė

Paskaitoje bus kalbama apie vyriškumo vaizdinius psichikoje, jų kaitą asmenybei bręstant, moters vyriškumą kaip sąveikos su pasąmone archetipą. Taip pat bus aptariama vidinių vyro vaizdinių įtaka tarpasmeniniams santykiams su vyrais.

Gegužės 18 d., trečiadienis

- **16.30 val. KAIP (NE)IŠMOKTI GERTI?**

Dr. Tomas Kajokas, medicinos mokslų daktaras, Tarptautinės psichoanalizės asociacijos psichoanalitikas

Labai trumpai – paskaitoje bus kalbama apie kasdieninio išgėrimo žavesį ir akivarus.

- **17.30 val. GERAIS NORAIS PRAGARAS GRĮSTAS: KAIP PADĖTI Į SAVIŽUDYBĘ LINKUSIAM ŽMOGUI**

Dr. Vaiva Klimaitė, PKMC konsultantė, Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro psichologė

Dažnas, susitikęs su savižudybės krizėje esančiu ar apie savižudybę galvojančiu žmogumi, jaučiamės neužtikrintai, nežinome, ką galime sakyti ir ko geriau sakyti nereikėtų, kad mūsų mėginimas padėti iš tiesų ir būtų pagalba. Taigi paskaitoje bus diskutuojama, kokia emocinė parama ir pagalba reikalinga ketinantiems nusižudyti žmonėms ir kada pagalba gali tapti ne pagalba.

- **18.30 val. SMEGENŲ SENĖJIMAS: SVEIKAS, NORMALUS IR NENORMALUS?**

Prof. dr. Albinas Bagdonas, VU Bendrosios psichologijos katedros profesorius, VU Specialiosios psichologijos laboratorijos vedėjas

Paskaitos tikslas – supažindinti klausytoją su bendrais smegenų sandaros ir veikimo dėsniniais, pademonstruoti smegenų sandaros ir funkcijų kismą su amžiumi. Daugiausiai dėmesio paskaitoje bus skiriama smegenų sandaros ir veikimo pokyčiams senatvėje, ieškant atsakymo į klausimus: kam reikalingas smegenų senėjimas, ką galėtų reikšti normalus jų senėjimas (jei toks įmanomas), ar senatvėje padažnėjusios smegenų ligos – normalus ar nenormalus reiškinys?

Daugiau informacijos apie paskaitas: www.pkmc.fsf.vu.lt, tel.: 8 5 2687254, el. p.: pkmc@fsf.vu.lt