



Latvijas

SKOLU PSIHOLOGU ASOCIĀCIJA

Krišjāņa Valdemāra ielā 5, Rīga, mob. 29193429

e-pasts: ivetagravite@inbox.lv

Aicinām Jūs piedalīties LSPA organizētā seminārā

2016. gada 15.aprīlī
Kaņieru ielā 15 -3.stāva zālē, Rīgā

Resursu izmantošana konsultēšanā

Seminārs paredzēts visu nozaru psihologiem, sociālajiem darbiniekiem, skolotājiem

Anotācija :

Lēmums konsultācijās iekļaut klienta pozitīvos /resursu aspektus balstās uz smadzeņu darbības principiem:

- Kad jūs koncentrējaties uz pozitīvo iznākumu, jūs ‘liekat’ smadzenēm uztvert informāciju, kas ir būtiska šim iznākumam, nevis pamanāt informāciju par problēmu. Jūs nevarat vienlaicīgi meklēt risinājumus un problēmas (Bannich)
- Ja jūs koncentrējaties uz problēmām, jūs drīzāk aktivizējat emocijas, kas ir saistītas ar šīm problēmām, kas attiecīgi rada vairāk stresa. Tas kavē izpratni. Koncentrēšanās uz risinājumiem veicina smadzeņu darbības aktivitāti, jo jūs kaut ko vēlaties. Jūs meklējat, nevis izvairāties. Tas palielina dopamīna līmeni, kas ir noderīgs izpratnei. Un, ja jūs cerat, ka varat atrast risinājumu, šīs pozitīvās cerības palīdzēs izdalīt arvien vairāk dopamīna.

Seminārā būs iespēja iegūt praktiskās iemaņas, kā izmantot klienta/ konsultanta resursus dzīves grūtību pārvarēšanai, kā vairo apzinātību un dzīvesprieku .

Seminārs veidot vadoties pēc jaunākajiem pētījumiem klīniskās psiholoģijas, apzinātības prakses un kognitīvi – biheiviorālās terapijas jomā.

Vada: **Dr.psych. Ilona Krone** , kognitīvi – biheiviorāla terapeite

Laiks: **10.00- 14.00**

Semināra dalībnieku skaits **80**

Pieteikties elektroniski iveta.gravite@riga.lv līdz 11.aprīlim

Semināra maksa (cenā ietilpst arī kafijas pauze):

LSPA biedriem 20 eiro

Citiem interesentiem 25 eiro

Maksājumu lūdzu veikt kontā

biedrība „Latvijas Skolu psihologu asociācija”

reģ. Nr. 40008036059

A/S SEB Unibanka

konts LV59UNLA0002 0414 69018

LSPA valde