

Psiholoģiskā atbalsta nodaļa

Apmācību programma IeM un IeVP amatpersonām

“Citāda dzīve: eksistenciālās krīzes ietekme uz personības psihoemocionālo stāvokli”

Apmācību programmas mērķis:

Veicināt izpratni par eksistenciālās krīzes ietekmi uz personības psihoemocionālo stāvokli.

Apmācību programmas uzdevumi:

1. Sniegt informāciju par eksistenciālās krīzes būtību un tās ietekmi uz personības vajadzībām;
2. Veicināt izpratni par emocijām, ar ko personība sastopas eksistenciālās krīzes ietekmē, kā tās apzināties un kā ar tām būt, kontrolējamie un nekontrolējamie aspekti;
3. Noskaidrot iespējamus pašpalīdzības resursus.

Apmācību programmas saturs:

- Eksistenciālās krīze, tās būtība. Pandēmijas un kara sekas uz cilvēka psihoemocionālo stāvokli;
- Vajadzība pēc drošības;
- Bailes un to apzināšanās;
- Trauksme un nenoteiktība;
- Rūpes par sevi. Iekšējie un ārējie resursi.

Apmācību programmas ilgums: 2,5 stundas

Apliecība par 3 akadēmiskām stundām.