

Projekts „Veselības veicināšana Jelgavā” (Nr. 9.2.4.2/16/I/085)

**Bez
dalības
maksas!**

GUDRO VECĀKU SKOLA

vecākiem, audžuvecākiem un visiem, kuri audzina PUSAUDŽUS

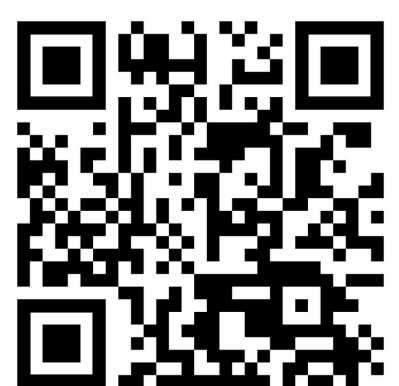
**11. oktobrī
plkst. 17.30**



Internets, telefoni, videospēles - problemātiskā jauno tehnoloģiju lietošana pusaudžu vecumposmā

- Harvardas universitātes pētnieku izstrādātais Problemātiskas tehnoloģiju lietošanas modelis
- Jauno tehnoloģiju radītās iespējamās grūtības
- Pētniecības atziņas par videospēļu un sociālo tīklu ietekmi uz pusaudžu mentālo veselību
- Praktiski piemēri, kā samazināt digitālos riskus

**15. novembrī
plkst. 17.30**



Problemātiska atkarību izraisošo vielu lietošana pusaudžu vecumposmā - praktiskas intervences

- Problēmsituāciju risināšana, kad pusaudzis uzsācis vielu lietošanu
- Izplatītākās vielas un pusaudžu lietošanas paradumu apskats
- Praktiski piemēri, kā samazināt vai novērst lietošanas riskus
- Motivējošas sarunas, ko pielietot sarunā ar pusaudzi, kurš uzsācis vielu lietošanu



Lektors: Nils Konstantinovs

Pusaudžu un jauniešu
psihoterapijas centra vadītājs,
bērnu un pusaudžu
psihoterapijas speciālists,
Latvijas Universitātes lektors,
Mančestras Metropolitēna
univesitāte zinātņu maģistra
grāds psiholoģijā

Informācija un pieteikšanās:

tālr.: 63082101; 63012158; 29222737

e-pasts: astra.vanaga@zrkac.jelgava.lv;

Svētes iela 33, Jelgava, LV-3001

www.zrkac.lv