

## PRE-CONFERENCE WORKSHOPS

Thursday, October 17, 2017

### 13.00-16.30 Doliul - Suferință și pași psihologici spre vindecare

**Lectori: Ioana Monica CIOLAN, Lăcrămioara COJOCARU, Elena CAZACU; Organizator: Daniela MUNTELE HENDREȘ, Alexandru I. Cuza University**

Sala Hașdeu, Biblioteca centrală universitară, Iași

Workshop-ul se adresează celor interesați de comunicare pentru acordarea de sprijin în doliu. Pierderea persoanelor dragi aduc în viața noastră o serie de gânduri, experiențe dureroase, emoții la intensități necunoscute anterior, pentru care nu suntem niciodată suficient de pregătiți. Baza de atașament a individului suferă modificări importante, iar neprocesarea doliului aduce cu sine o serie de consecințe negative pe termen lung, care pot afecta calitatea vieții și nivelul de satisfacție generală. Workshop-ul își propune să prezinte participanților metode eclecticice de intervenție în procesul de doliu, să faciliteze schimbul de experiență și să pună la dispoziția participanților o serie de soluții practice pentru atenuarea suferinței și a singurătății.

### 14:00-15:30 Dezvoltarea identitatii profesionale prin mijloace narative

**Ovidiu GAVRILOVICI & Aliona DRONIC, Alexandru I. Cuza University**

Sala de Conferințe -Muzeul Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași – str. Titu Maiorescu nr. 12

Atelierul urmărește să descrie principiile narative și metodele de lucru dezvoltate de autor în ultimii 6 ani în programe de dezvoltare a identității profesionale la consilieri școlari, asistenți sociali, medici rezidenți, medici specialiști și masteranzi în psihologie. Participanții vor putea explora în exerciții interactive elemente ale competențelor necesare facilitării narative și vor urmări exemple practice din atelierele experientiale realizate până acum.

### 16.15-17:45 Mituri și realități în detecția minciunii

**Ani-Maria GHERGHEL, I.P.J. Iași, Expert criminalist autorizat în detecția comportamentului simulat (poligraf)**

D206

Datele empirice sugerează că, în general, oamenii sunt mai iscușiți în a-i minți pe ceilalți decât în a-i detecta pe cei care mint. Identificarea minciunii este o sarcină dificilă. Avem deseori păreri greșite despre semnele nonverbale și verbale ale simulării și comitem erori când încercăm să ne dăm seama dacă o persoană minte sau nu. Există o serie de mituri extrem de răspândite referitoare la detectarea minciunii și la indicatorii verbali și nonverbali ai simulării.

În cadrul acestui workshop participanții vor afla răspunsul la următoarele întrebări: De ce nu reușesc întotdeauna oamenii să îi demaște pe mincinoși? Și Cum putem să ne îmbunătățim abilitățile de identificare a minciunii?

Într-o manieră interactivă, vom îmbina aspectele teoretice cu cele practice prin prezentarea rezultatelor unor studii recente în domeniu, materiale video, analiza unor studii de caz preluate din practica judiciară.

### 16.15-17:45 Metacognitive strategies for enhancing text reading comprehension

**Florin-Vasile FRUMOS, Teacher's Training Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Alexandru I. Cuza University**

DME

Reading comprehension ability represents a main issue of researchers in metacomprehension area of metacognition and also a constant concern for many worldwide teachers. (McKeown & Beck, 2009).

Studies on metacomprehension conducted on texts comprehension shows that a number of metacognitive strategies are effective in dealing with text comprehension issues (McKeown & Beck, 2009; McNamara & Magliano, 2009). Question the Author (QtA, McKeown & Beck 2009) reading strategy is more useful than summarizing. In self-explanation, reading strategies as paraphrasing, bridging inferences, knowledge-building or prediction (McNamara & Magliano, 2009) activate different levels of comprehension (Kintsch, 1998) and differentially influence reading comprehension from different types of texts (e.g. narrative, science texts).

These findings could further support teaching practice, enabling teachers with useful strategies in enhancing reading comprehension of students. (McNamara & Magliano, 2009).

The workshop address to teachers that intend to improve their teaching practice, by testing, during workshop, some strategies for developing text comprehensions of their students. Other participants that would like to improve their own comprehension of reading texts are also welcome to the workshop.

The purposes of the workshop are:

- 1) to reveal to the participants the theoretical underlying of texts reading comprehension strategies, and
- 2) to offer guided practice of some of the comprehension strategies on different texts.

For the 90 minutes of workshop, the participants are asked to bring with them pencils and clipboards, because the proposed application involves reading and writing.

### **16.15-17:45 “Happy teachers-happy students”: importanța psihologiei pozitive în practica educațională**

**Bogdan Constantin NECULAU, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Al. I. Cuza University, Elvira ROTUNDU Colegiul Național, „Costache Negruzzi” Iași**

Centrul de Invățare ~Performanță Pas cu Pas!~ al Universității „Alexandru Ioan Cuza ” din Iași (în spatele Corpului B)

According to positive psychology approaches, happy children learn easier and better. Therefore, the development of a "culture of happiness" in schools has a positive effect on the behaviour and motivation of students, on academic achievement and on the students' relationship with their school.

By allotting time and resources to create a good feeling in the classroom, the teacher not only facilitates new knowledge but also ensures a positive climate of mutual respect, stimulating self-esteem and confidence in the success of each student. The learning environment of the educational institution or the classroom should be considered a priority because it will reflect the quality of the educational process – a criterion in achieving optimal results by the educator and the educated alike.

It is important to note that students learn differently, they are happy when they are fully engaged in learning, when they can experiment, explore, observe, communicate, when they feel comfortable in school and in the company of their teachers. At the same time, building positive relationships between teachers, students and parents has a positive impact on the general atmosphere of the school, helping to reduce conflicts and problems of discipline and leading towards a positive attitude towards school and education, which is the best possible investment. This approach encourages knowledge and the students' personal development, while fostering their academic, emotional and social needs.

School experiences and the pedagogic relationship with a teacher who has been assigned the status of a role model and mentor – a relationship that has contributed to the positive perception regarding the subject taught – can decisively influence the decisions students make regarding their future academic and professional path.

The workshop is aimed at school and university teachers, with presentations and debates based on the latest research, as well as on the educational practice of the attendees, concluding with proposals and suggestions that will hopefully benefit the educational community.

### **15.45-17:45 “Democratizarea” accesului la informațiile științifice versus monopolul marilor edituri; provocări actuale și evoluții viitoare.**

**Ticu CONSTANTIN, Gabriela NICUȚĂ, Alexandru I. Cuza University**

D310

În ultimele decenii s-a înregistrat o creștere a numărului articolelor publicate în jurnale științifice dedicate psihologiei dar, în ciuda acestor evoluții pozitive, informațiile pseudoștiințifice domină mass-media și rețele de socializare, datele certe ale cercetării științifice fiind greu de decelat/ diferențiat de "adevărurile" pseudoștiințifice. Psihologii practicieni, la fel ca publicul larg, datorită unor constrângeri legate de timp (un număr uriaș de articole noi), resurse financiare disponibile (costuri mari de acces la aceste articole) și competențe științifice (ultraspecializarea în diferite domenii de cercetare), nu au acces facil la informațiile științifice certe, ne având posibilitatea decelării/ verificării cu ușurință a adevărilor științifice de falsul științific.

Una dintre cauzele acestei informări deficitare fiind accesul restricționat la informație științifică sau validată empiric, în comunitatea științifică se vorbește tot mai mult de "democratizarea" accesului la informațiile științifice și de strategii de diseminare care să evite marile edituri care dețin monopolul asupra acestor informații. În ultimul deceniu au apărut noi modele de diseminare a informațiilor științifice și noi *tool*-uri web de sintetizare & diseminare a acestor informații iar familiarizarea cu aceste noi opțiuni de informare și de verificare a adevărului științific interesează deopotrivă, atât psihologii cercetători (interesați de cercetarea științifică fundamentală) cât și psihologii practicieni sau publicul larg

În prima lui parte, workshop-ul va fi focalizat pe analiza succintă a situației actuale în psihologie și pe prezentarea noilor modele și *tool*-urilor de sintetizare & diseminare a informațiilor științifice. În partea a doua participanții vor fi antrenați în identificarea unor scenarii optime de căutare și de sistematizare a informațiilor empirice relevante și în explorarea unor posibile evoluții viitoare în ceea ce privește accesul facil la informațiile psihologice științifice, validate empiric.

NOTĂ: *Participanții la acest workshop au nevoie de un laptop/ smartphone și de acces la internet.*

## IN-CONFERENCE WORKSHOPS

Friday, October 18

### 18.00 – 19.30 Iertarea – tehnică psihoterapeutică sistemică

**Adina Karner HUTULEAC, Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania**

D206

#### **Descriere și Obiective**

Workshopul este creat pentru a ajuta studenții și profesioniștii din domeniul sănătății mentale să-și perfecționeze un set de abilități prin care să promoveze și să mențină schimbarea la nivelul clientului din consiliere sau psihoterapie.

Fiecare modul oferă activități specifice pe care profesionistul ce oferă asistență psihologică le poate folosi în întregul proces de consiliere și/sau terapie.

#### **Durata workshopului**

90 minute

La finalul modulului participanții vor fi capabili să:

Describe modele ale iertării în psihoterapie

Identifice forme de falsă iertare

Utilizeze iertarea în demersul psihoterapeutic sistemic în 4 faze după modelul R.D. Enright și modelul E. Worthington

Aplice demersul sistemic al iertării în două cazuri clinice

#### **Metode și tehnici utilizate**

Joc de rol, lucrul în grupe mici, interviu dirijat, discuții panel, studiul de caz, expunere

#### **Mijloace de predare**

Videoproiector, fișe de lucru, flipchart

### 18.00 – 19.30 Reflect Lab - predarea in scopul dezvoltarii gindirii reflectiv

**Elena SEGHEIN, Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania**

D3bis

Atelierul isi propune sa motiveze participantii in alegerea unor strategii de formare sau invatare care sa asigure apelul la reflectivitate. Se adreseaza studentilor si masteranzilor de la programe dezvoltate in Domeniul Socio-Uman, sau in cel al Resurselor Umane. Pot fi de asemenea interesati profesori din invatamintul preuniversitar sau universitar ce doresc sa isi extinda abilitatile de a utiliza strategii de invatare reflectiv. Dupa scurte motivatii teoretico-aplicative, participantii, vor putea exersa citeva metode si tehnici de predare-invatare de tip reflectiv. In acelasi timp, se vor prezenta detalii legate de proiectarea unei activitati tip Reflect Lab. Participantii vor afla si elemente utile legate de evaluarea capacitatilor de invatare reflectiv si responsabil, a celor pe care ii vor insoti ulterior in astfel de demersuri formative. Vor fi aduse si propuse spre dezbateri si exemplificari pentru tehnicile de predare - invatare si evaluare propuse, chiar si portofolii ale unor participant la Reflect Labs - din experienta trainerului.

Saturday, October 19

### 11.00 – 12.30 Using DBT psychosocial skills in current practice

**Bogdan BALAN, Université du Québec en Outaouais Gatineau, Rivière des Prairies Hospital, Montreal, QC,**

**Canada**

D206

Dialectical Behavioral Therapy (DBT) is widely accepted as the “gold standard” for treating people suffering from borderline personality disorder. A comprehensive DBT program includes several elements: individual therapy, group skills training, skill coaching and consultation. An interesting recent development in DBT is the use of DBT skills in different settings and for various types of clients and problems, from teenagers with emotional problems in school to couples therapy.

The main set of DBT skills has been proven to be potentially useful for many clinicians working with emotionally dysregulated patients, regardless of their theoretical orientation and practice setting. This workshop is intended for clinicians willing to explore whether the DBT skills could become a useful part of their clinical “toolbox”. After a brief theoretical introduction, several examples will be provided of specific DBT skills that can be integrated in most clinical practices. Case studies and case consultations will also be available.

### 11.00 – 12.30 Fascinatia citirii și interpretării faciale

**Catalin DIRTU, Camelia SOPONARU, Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania**

D316

Suntem dintotdeauna fascinați de chipul celuilalt, chiar dacă cel mai adesea această fascinație se declanșează spontan, fără să fim neaparat conștienți de ea. Fața este oglinda sufletului și nici un om nu poate și nu trebuie să rămână indiferent la ceea ce

are să ne comunice această oglindă. Copii sau adulți, bărbați sau femei, oameni de bună credință sau escroci, teologi, filosofi sau oameni de știință, cu toții suntem cititori și interpreți ai personalității celuilalt atunci când îl putem vedea, atunci când avem șansa să comunicăm cu el "față către față". Scopul acestui workshop este să răspundă cât mai adecvat la întrebări precum: de ce?, cum? și cât? de importantă este citirea și interpretarea facială pentru înțelegerea personalității aproapelui nostru.

## **11.00 – 12.30 Mindfulness in viata cotidiana**

**Adrian CODOREAN, Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania**

D310

Foarte multe programe de tip mindfulness care au fost implementate cu succes în școli, spitale, centre de bătrâni, centre pentru veterani, penitenciare dar și în alte medii pentru a crește concentrarea atenției, reducerea stresului și a anxietății, reducerea simptomelor de depresie precum și în tratamentul adicțiilor (Davidson.R, 2005). Herbert Benson, fondatorul institutului Benson-Henry pentru sanatatea mintii și trupului de la Massachusetts General Hospital. Cartea lansată în 1975 „The Relaxation Response” (B.Buchholz, 2015)

Exemple de programe de acest gen în universități putem menționa "Mindfulness based stress reduction" (MBSR) dezvoltat de Jon Kabat la Universitatea din Massachusetts sau "Mindfulness based cognitive therapy" folosit pentru tratarea depresiilor dezvoltată în cadrul Universității Oxford, mai apoi devenind program de masterat. Tot în cadrul Universității Oxford găsim și un centru care oferă cursuri de tip mindfulness studenților interesați de această practică dar care sunt în afara programului de masterat în scopul realizării unei lumi plină de compasiune care este atentă în mod conștient. (Kabat-Zinn, 2013)

În elaborarea propriei lucrări de licență "Cresterea concentrării atenției prin exerciții de tip mindfulness" din 2018 coordonată de Domnul Profesor Ovidiu Gavrilovici, pentru partea practică, având și experiența practicii mindfulnessului de aproape 10 ani, am realizat un program de intervenție, similar celui realizat de Lidia Zylowska, pentru a studia efectele practicii de mindfulness asupra elevilor de clasa a 10-a.

Obiectivele Programului de Mindfulness la UAIC este dezvoltarea concentrării atenției, menținerea atenției asupra obiectului de concentrare dorit, reducerea numărului și duratei distragerilor, dezvoltarea vitezei cognitive, relaxarea și eliberarea de stres. Metoda folosită cuprinde exercițiile de mindfulness, concentrarea atenției într-un singur punct asupra respirației, constientizarea stimulilor din mediul inconjurator, constientizarea dialogului interior, concentrarea pe o parte a propriului corp, scanarea propriului corp cu atenție.

Workshopul de mindfulness se va derula în două etape : prima etapă va oferi participanților o familiarizare și o experiență directă a practicii mindfulness pentru o îmbunătățire a concentrării atenției care va cuprinde următoarele exerciții și tehnici:

Mindfulness of breath ca primul exercițiu de mindfulness introdus în Psihologie de Americanul Jon Kabat Zinn de la University of Massachusetts

Mindfulness of our Body mai numit și Body scan după Programul MAP al Lidiei Zylowska

Mindfulness of walking dar simulat ca mersul pe loc inspirat din Japonia

Mindfulness of heartbeat

Mindfulness of listening to others

Mindfulness of room

Apoi o a doua etapă de integrare a exercițiilor de mindfulness în activitățile cotidiene, mindfulness of daily activities sau cum facem mindfulness în timpul oricărei activități cotidiene de la a curăța un morcov la a asculta pe cineva care vorbește. Acest workshop este destinat oricui dorește să își îmbunătățească capacitatea de concentrare a atenției și să reducă numărul de distrageri în timpul oricărei activități, fiind o metodă de a crește eficiența activităților necesare studiilor universitare cuprinzând: cititul, sinteza informației și rezolvarea de probleme dar și îmbunătățirea concentrării în orice activități cotidiene sau sportive și reducerea distragerilor de la aceste activități.

## **18.00 – 19.30 Improving student retention in higher education: policies and practices**

**Mariana MOMANU, Nicoleta Laura POPA Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania**

D3bis

High dropout rates and corresponding low retention rates in higher education are currently concerns shared by policy-makers, institutions, and academic communities. Although efforts in improving overall students' adjustment to academic life and program standards gradually increased, significant results are still to be expected. The slow process of improvement in student retention rates is poorly reflected in educational research on triggers determining both dropout and retention in higher education. Institutional practices indicate an emphasis on early interventions for new students at risk (low socio-economic and/or ethnic and migration background; modest achievement levels in secondary education; disabled etc.), but also the need for comprehensive strategies covering complex social and educational issues at the beginning of university education. The proposed workshop aims to introduce a brief review of international research, policies and practices on the

topic, but also to offer a structured opportunity to share institutional experiences in programs and projects addressing student retention.

### **18.00 – 19.30 Managementul incidentelor critice psihosociale**

***Iuliana ZAVADOVSKI, Camelia SOPONARU, Alexandru Ioan Cuza University of Iași, Romania***

D310

---

Incidentul critic descrie orice situație care determină o persoană să experimenteze reacții puternice de stres pe care persoana le percepe ca deranjante sau dezactivatoare, are un potențial traumatic care survine neașteptat și o semnificație negativă pentru persoanele direct implicate, putând duce la o criză psihologică. Declanșarea unei crize nu este o situație liniară, ci se poate produce prin acțiunea unor evenimente ce pot acționa secvențial sau conjugat, acțiune care subminează progresiv competența de coping a individului. Nu este vorba despre acțiunea cumulativă a unor factori stresanți ci, mai mult, de deteriorarea progresivă, cumulativă a capacității individuale de coping, de reactivarea unor scheme maladaptative cognitive care-l conduc pe individ la fixație într-o ipostază de incertitudine, negativism și defensă; factorii cognitivi precum atribuțiile, expectațiile, credințele, atitudinile, joacă un rol esențial la fel ca și situarea locusului de control în afara sau înăuntrul subiectului.

Ca alternativă la îngrijirea medicală specializată, modelele de îngrijire primară promovează importanța educării participanților/militarilor prin familiarizarea cu simptomele stresului, durerii, a tehnicilor de ajutor psihologic și intervenție în criză, oferind competență în managementul stresului incidentelor critice, construind echipe de suport care să intervină imediat, specializate în intervențiile peer-to-peer, în defusing și debriefing, în consilierea familiilor.

Programul de management al incidentelor critice este un program complex și multidisciplinar care trebuie gestionat printr-o structură organizațională din care să facă parte echipe suport care să intervină imediat, specialiști din domeniul sănătății mintale, psihologi, psihiatrii, asistenți medicali, subofițeri sanitari, cât și militarii participanți în teatrele de operațiuni, cu competență în managementul stresului incidentelor critice.

### **18.00 – 19.30 Oxford House in Romania**

***Andreea URSU (Alexandru Ioan Cuza University of Iași) and Ronald HARVEY (American University in Bulgaria, Philosophy and Psychology Department, Sofia, Bulgaria)***

DIV

---

In this participant-inclusive workshop, the idea of implementing communal housing to support recovery from substance abuse in Romania will be presented. We will present preliminary data from the Attitudes towards People in Substance Abuse Recovery scale. We will then describe the characteristics of Oxford Houses, a U.S.-based communal housing model to support recovery from substance abuse. We will then ask workshop attendees to represent different potential barriers to implementing this model in Romania and discuss possible community psychology methods to overcome these barriers.