

## Boð á ráðstefnu í Vín

Náms- og starfsráðgjöfum, kennurum, leiðbeinendum, sálfræðingum og öðrum sérfræðingum er starfa á sviði menntunar og/eða lýðheilsu og hafa áhuga á hugtakinu seigla stendur til boða að taka þátt í ráðstefnu sem verður haldin í Vín í Austurríki í haust.

Á ráðstefnunni verða afurðir

Resilience verkefnisins um seiglu kynntar. Afurðirnar eru verkefnakista, sem inniheldur æfingar sem þjálf seiglu með einstaklingum, viðtalsform sem sérfræðingar geta nýtt í viðtölum við þá sem standa á krossgötum og tölvuleikur sem getur aukið sjálfstraust, styrkt sjálfsmynd og þjálfað kvíðastjórnun ásamt því að efla seiglu. Jafnframt verða kynntar leiðbeiningar sem fylgja með afurðunum. Sérfræðingar munu lýsa kostum þess að efla seiglu við mismunandi aðstæður og boðið verður upp á umræður um hvernig hægt er að þjálf seiglu

**Ráðstefnan verður haldin fimmtudaginn 6. nóvember 2014.** Skráning og frekari upplýsingar fást með því að senda póst á Önnu Sigurðardóttur eða Björgu J. Birgisdóttur eða á netfangið [office@blickpunkt-identitaet.eu](mailto:office@blickpunkt-identitaet.eu)



## Seigla kynnt á Grænlandi

Resilience verkefnið var kynnt við góðar undirtektir á norrænni ráðstefnu í Nuuk á Grænlandi í mars. (<http://www.nordvux.net/>). Á ráðstefnunna mættu yfir 60 þátttakendur frá öllum Norðurlöndum.

Anna Sigurðardóttir starfar hjá Mími-símenntun og kynnti hún helstu afurðir seiglu verkefnisins á ráðstefnunni. Hún ásamt Björgu J. Birgisdóttur, sem starfar hjá Listaháskóla Íslands og er þáttakandi í verkefninu, sáu um undirbúning kynningarinnar sem viðstaddir kunnu vel að meta.



## Kynningar á Bretlandi

Í Norton Radstock framhaldsskólanum og hjá fyrirtækinu Boingboing sem er hluti af Háskólanum í Brighton voru aðferðir verkefnisins kynntar fyrir starfstéttum sem vinna með ungmenni <http://www.boingboing.org.uk/> Viðbrögð við kynningunni voru mjög jákvæð og munu nýtast við lokagerð seigluæfinganna í verkefnakistunni.



## Hversu mikla seiglu hefur þú?

Í verkefninu um seiglu er kynnt hvernig aðstoða má einstaklinga við að takast á við breytingar og mótlæti sem geta mætt þeim á lífsleiðinni. Breytingar eins og að missa vinnuna kalla á að einstaklingurinn geti notað þá varnarhætti og seiglu sem hann hefur til að bera. Á heimasíðu verkefnisins verða afurðir verkefnisins kynntar en þær eru seigluæfingar, viðtalsform fyrir sérfræðinga sem nota má með einstaklingum sem standa á tímamótum eða eru í brotthvarfshættu og tölvuleikur.

*Seigla -  
Hæfni til að standast eða styrkjast við  
erfiðleika eða mótlæti í daglegu lífi.*



Nánari upplýsingar má  
nálgast hjá:

Anna Sigurðardóttir

Mímir – símenntun  
[anna@svan.is](mailto:anna@svan.is)  
 00354/6952081

Björg J. Birgisdóttir

Listaháskóli Íslands  
[bjorg@lhi.is](mailto:bjorg@lhi.is)  
 00354/8936360

Vefsíða verkefnisins:

**[www.resilience-project.eu](http://www.resilience-project.eu)**

This project has been funded with support  
from the European Commission.

This communication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

