

Studentų pilietinių, mokslinių, verslumo, kūrybinių ir sportinių projektų lėšų skyrimo, panaudojimo ir atsiskaitymo už panaudotas lėšas tvarkos aprašo
3 priedas

PROJEKTO SANTRAUKA

Projekto pavadinimas	Tobulėk ir pažink save
Projekto vykdytojas	Lietuvos sporto universiteto studentų atstovybė
Projekto įgyvendinimo laikotarpis	Nuo 2022/06/11 iki 2022/11/09
Projekto poreikio pagrindimas	<p>Lietuvos Sporto universiteto (toliau - LSU) studentai yra atsakingi akademinės visuomenės nariai, kurių aktyvumas turi įtakos kuriant visų studentų gerovę.</p> <p>Labai svarbu stiprinti LSU studentų bendruomenę, keliant tiek profesines, tiek minkštąsias kompetencijas, reikalingas efektyviai atstovauti studentams bei siekiant sumažinti emocinę apkrovą, padidinti pasitikėjimą savimi, save supančia aplinka. Visa tai skatina drauge analizuoti ir spręsti aukštojo mokslo problemas ir kurti palankią aplinką akademinėje bendruomenėje.</p> <p>Šio projekto aktualumas grįstas aiškia LSU SA Vizija – LSU geriausiai studentų vertinamas universitetas Lietuvoje, ugdamas ateities lyderius. Tačiau šuo metu ne visi LSU studentai, aiškiai supranta ir turi tam reikiamų įgūdžių ir žinių, kaip tinkamai bei kokybiškai atstovauti studentams, kaip tinkamai pateikti aktualią studentams informaciją ar vykdyti studentų akademinę aplinką praturtinančius projektus. Taip pat pandemijos kontekste pasimatė kita ryški problema - studentų emocinė sveikata. Šio projekto veiklomis būtų siekiama didinti LSU studentų žinias emocinio intelekto temomis. Jauni, aktyvūs žmonės, dažnai susiduria su stresinėmis situacijomis, neigiamomis emocijomis, kuriose negeba tinkamai elgtis ir nežino kaip padėti sau ar savo aplinkoje esantiems asmenims. Tai yra viena iš priežasčių, dėl ko suprastėja organizacijos darbo kokybė ir efektyvumas, dingsta motyvacija veikti.</p>
Projekto tikslas	Skatinti studentus pažinti emocijas, jų neslėpti, kurti psichologiškai saugią aplinką universitete bei kelti minkštąsias kompetencijas siekiant psichologinės gerovės studentų tarpe.

Projekto dalyviai, dalyvių skaičius	Sporto, sveikatingumo, reabilitacijos, humanitarinių, inžinerijos, biomedicinos mokslų, vadybos, kultūros, pedagogikos, menų, psichologijos, teisės, žemės ūkio, matematikos, informatikos, socialiniai, fizinių mokslų 201–400 studentų
Projekto veiklos	Išvažiuojamieji komandos formavimo mokymai (1 dalis). Mokymai- diskusija darbo santykiai, emocinis saugumas universiteto aplinkoje. Emocijos ir aš. Emocijų pažinimas, jų valdymas bei suvokimas. Išvažiuojamieji komandos formavimo mokymai (2 dalis). Mokymai grupių seniūnams apie atstovavimą. Seminaras studentams apie jų teises ir pareigas universitete. Dirbtuvės: aromaterapija ir emocijos. Aromaterapijos poveikis psichologinei sveikatai, nauda bei pagalba valdant emocijas
Laukiami projekto įgyvendinimo rezultatai	Projekto rezultatai: 1. Suformuota sociali ir emocinį intelektą ugdanti studentų bendruomenė, gebanti atpažinti ir valdyti savo emocijas, rūpintis savimi ir kitais, išsikelti asmeninius tikslus bei jų siekti, kurti pozityvius santykius, priimti atsakingus sprendimus ir gebėti konstruktyviai elgtis sudėtingose situacijose. 2. Sukurtas pagrindas minkštųjų kompetencijų ugdymui bei sukurta emociškai palanki aplinka. Mokymų metu 80% mokymų dalyvių suvoks emocinio intelekto svarbą ir susipažins su būdais, kaip jį ugdyti savarankiškai. Tęstinumas: Projekto tikslo ištakos – siekis vienyti LSU studentus, ugdyti studentų atstovus ir jų emocinį raštingumą. Siekis ateityje toliau ugdyti studentų emocinį raštingumą ir skatinti juos tobulėti individualiai bei perduoti įgautas žinias aplinkiniams.
Projekto partnerių pavadinimai	Vytauto Didžiojo universiteto student atstovybė, Lietuvos studentų sąjunga

Vadovas ar jo įgaliotas asmuo


