**Predavanje na temu „Strah od javnog nastupa“**

**MMD, Gradska knjižnica**

**15.12.2014.**

**Od 17.00 do 18.00 sati**

***Većina ljudi u situacijama kada moraju održati javni nastup ima manju ili veću tremu. Određena količina treme potpuno je normalna i uobičajena, ali postoje ljudi kod kojih se trema pretvara u strah pa čak i u paniku. U ovom predavanju definirat će se strah od javnog nastupa, zašto se javlja, kako ga savladati te na koji način unaprijediti vještine nastupanja. Sudionici će također moći sudjelovati u kratkim vježbama namijenjenima umanjivanju straha od javnog nastupa. Predavanje je namijenjeno studentima, ali i svima onima koji javno nastupaju, ili žele javno nastupati, te naučiti kako prevladati tremu.***

***Predavanje će održati Marina Milivojević, prof. psihologije i psihoterapeut.***

***Ulaz je slobodan.***

**Kratki životopis predavača**:

Marina Milivojević psihologiju je završila na Sveučilištu u Zadru , a zatim petogodišnju edukaciju iz

„ gestalt“ psihoterapije.

Ima višegodišnje iskustvo u savjetovanju i psihoterapiji, te u radu sa djecom i mladima s poremećajem u ponašanju i teškoćama mentalnog zdravlja.

Sudjelovala je na brojnim seminarima i radionicama, a na nekima od njih i kao predavač, odnosno izlagač.

Drugu godinu za redom izlaže na Seminaru o sustavu ranog upozoravanja u slučaju pojave novih psihoaktivnih tvari u RH, kojeg organizira Ured za droge Vlade RH, s temom:“ Uporaba novih droga među mladima u riziku- primjer iz prakse.“

Također je sudjelovala u Antistigma kampanji u sklopu Tjedna mentalnog zdravlja, s temom „Poremećaji u ponašanju kod djece i adolescenata, u organizaciji Savjeta za socijalnu skrb Zadarske zupanije.