

01 SEPTEMBER 2014

**FORM LAPORAN KEGIATAN PERJALANAN DINAS/PELATIHAN DAN
PENGEMBANGAN**

Nama Pelapor : Linda Wati, M. Psi., Psikolog.
NIK : 10710007
Hari/Tanggal Perjalanan : Minggu/10 Oktober 2021
Jenis Kegiatan : Seminar Daring
Tema/Topik : Art Therapy and *Overthinking*
Peran Pelapor : Narasumber
Tempat Kegiatan : Zoom
Penyelenggara : Vajra Cipta Nirvana

Intisari

a. Tujuan Kegiatan:

- Bentuk pengabdian kepada masyarakat.
- Bentuk edukasi kepada masyarakat mengenai terapi seni dan *overthinking*.

b. Deskripsi Jalannya Acara:

- Acara berjalan dengan lancar dimulai dari jam 13.00 – 15.30 WIB.
- Kegiatan dibuat dalam rangka World Health Mental Day di mana diadakan 21 kelas edukasi yang akan dilakukan dalam waktu bersamaan yang ditujukan kepada masyarakat umum di mana bisa memilih salah satu topik yang diinginkannya.
- Topik Art Therapy and Overthinking yang saya sampaikan merupakan kelas edukasi ke-21 yang menjadi bagian dari rangkaian kegiatan yang dibuat oleh Vajra Cipta Nirvana yang juga didukung oleh Indonesian Art Therapy Community, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, dan Ikatan Alumni Psikologi Psikologi Universitas Tarumanagara.
- Dosen memberikan paparan mengenai pengertian *overthinking*, ciri dan karakteristik dari individu yang mengalami *overthinking*, serta penggunaan terapi seni dalam upaya untuk menurunkan atau mengurangi *overthinking*.

01 SEPTEMBER 2014

**FORM LAPORAN KEGIATAN PERJALANAN DINAS/PELATIHAN DAN
PENGEMBANGAN**

- Setelah itu dilakukan kegiatan praktek seni dengan meminta peserta hadir untuk membuat jurnal dari apa yang dipikirkannya dan kemudian menghiasnya dengan sebarang mungkin dan dilanjutkan dengan sharing mengenai apa yang sudah dibuatnya.
- Terakhir ditutup dengan tanya jawab.

c. Manfaat Bagi Subyek

- Saya mendapatkan kesempatan untuk melakukan pengabdian masyarakat di mana merupakan kewajiban saya sebagai dosen.
- Saya mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan saya berbicara di depan umum dengan menggunakan bahasa sederhana yang mudah dipahami mereka untuk menyampaikan informasi yang sifatnya teoretis dan ilmiah.

d. Manfaat Bagi Lembaga:

- Mendukung fakultas dan universitas untuk melakukan tugas dosen untuk pengabdian masyarakat yang menjadi syarat untuk pengisian BKD dan prosedur lainnya.
- Mendukung fakultas dan universitas untuk memiliki dosen yang aktif dan berkualitas sesuai dengan yang ditentukan pemerintah.

e. Rekomendasi:

- Dosen dapat mengikuti kegiatan serupa agar masyarakat menjadi lebih baik.

Penilaian Pelapor Terhadap Kegiatan : Puas

Lampiran yang diserahkan:

a. Laporan Kegiatan



UNTAR

Tarumanagara University

FAKULTAS
PSIKOLOGI

FR-FP-10-07/R1

**HAL.
3/3**

01 SEPTEMBER 2014

**FORM LAPORAN KEGIATAN PERJALANAN DINAS/PELATIHAN DAN
PENGEMBANGAN**

- b. Sertifikat
- c. Poster kegiatan

Tertanda,

Linda Wati, M. Psi., Psikolog

(Pelapor)

01 SEPTEMBER 2014

**FORM LAPORAN KEGIATAN PERJALANAN DINAS/PELATIHAN DAN
 PENGEMBANGAN**

Lampiran:

The screenshot shows a Zoom meeting in progress. The main window displays a grid of 16 participants. The chat window on the right shows a conversation from Farida H Prames... to Everyone at 04:33 PM, where she asks for advice on art therapy. Tanty Hartanty replies with 'Terima kasih kak' at 04:45 PM. The Windows taskbar at the bottom shows the date as 17/10/2021 and the time as 16:45.

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This certificate is awarded to:
Linda Wati, M.Psi., Psikolog
 As a Speaker
**Workshop Online Art and Overthinking in
 World Mental Health Day 2021**
 Sunday, 10 October 2021
 at Vajra Cipta Nirvana, Central Jakarta

Untung
Untung Subroto, M. Psi., Psikolog
 Head of Indonesian Art Therapy Community

Logos for ILUPSI and UNTAR FAKULTAS PSIKOLOGI are visible at the top.



UNTAR

Tarumanagara University

FAKULTAS
PSIKOLOGI

FR-FP-10-07/R1

**HAL.
5/3**

01 SEPTEMBER 2014

**FORM LAPORAN KEGIATAN PERJALANAN DINAS/PELATIHAN DAN
PENGEMBANGAN**