

■ Από τη Συντακτική Ομάδα
■ Έναρξη Εγγραφών Συμμετοχής
...σελ. 1

■ Εμπειρίες εκπαιδευόμενων στη Γ.Σ.Θ.
...σελ 2

■ Εκπαιδευτικά εργαστήρια (workshops) στις Γ.Σ.Θεραπείες
...σελ. 3-4

■ Επερχόμενα Συνέδρια
...σελ 4



Συντακτική ομάδα:

Κ. Διαμαντίδου,
Δ. Ζηλιασκοπούλου,
Γ. Νασιοπούλου,
Κ. Πασαλίδου,
Α. Πελέκης,
Π. Χατζηλάμπου,
Π. Χατζηβαλασαμά
Ε. Χριστοπούλου

Συνεργάτες από την ΕΕΕΣ στην Αθήνα:

Θ. Χαλιμούρδας
Ε. Ματσούκα

Υπεύθυνη σύνταξης:

Κ. Πασαλίδου
(passalidou2@hotmail.com)

Τεύχος 11ο



Ελληνική Εταιρεία Έρευνας
της Συμπεριφοράς-
Παράρτημα Μακεδονίας

Newsletter

Ιούλιος 2015



Ελληνική Εταιρεία Έρευνας
της Συμπεριφοράς
Επιστημονικό, μη κερδοσκοπικό σωματείο

Από τη Συντακτική Ομάδα...



**ΕΝΑΡΞΗ
ΕΓΓΡΑΦΩΝ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

**ΓΙΑ ΤΟΥΣ
ΚΥΚΛΟΥΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ
ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ
ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ
ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

Το Παράρτημα Μακεδονίας της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς (μέλος της European Association for Behavioural and Cognitive Therapies) διοργανώνει στη Θεσσαλονίκη κύκλους εκπαιδευτικών σεμιναρίων και εργαστηρίων στις Γνωστικές και Συμπεριφορικές Θεραπείες, διάρκειας 3 ετών.

Οι κύκλοι αυτοί είναι πιστοποιημένοι από την ΕΑΒCΤ. Η ολοκλήρωσή τους σε συνδυασμό με την παρεχόμενη πρακτική άσκηση προσφέρει τη δυνατότητα για πιστοποίηση στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία.

Οι αιτήσεις συμμετοχής για το νέο κύκλο σεμιναρίων έχουν ξεκινήσει ήδη και το διάστημα εγγραφών έχει οριστεί από 1 Ιουνίου ως 15 Οκτωβρίου 2015.

Πληροφορίες: www.cognitvebehaviour.gr

Εγκαινιάζουμε μια νέα στήλη στο Newsletter, φιλοξενώντας τις εμπειρίες εκπαιδευόμενων από τη συμμετοχή στους στο 4ετές πρόγραμμα στη Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία. Περιμένουμε, λοιπόν, να μοιραστείτε μαζί μας και τις δικές σας εμπειρίες και απόψεις σας για την προετοιμασία και την είσοδο σας στη Γ.ΣΘ.

Από τη συντακτική ομάδα

Μια τέτοια εμπειρία είναι αυτή που ακολουθεί:

«Η συμμετοχή μου στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα της ΕΕΕΣ είναι για μένα η εκπλήρωση ενός σημαντικού προσωπικού στόχου.

Ξεκίνησα με το εκπαιδευτικό πρόγραμμα στην Ομαδική Γνωστικό-Συμπεριφορική Θεραπεία, που ήταν λιγότερο απαιτητικό από άποψη χρόνου και χρήματος. Οι πρώτες μου επαφές με το εκπαιδευτικό προσωπικό και των υπαλλήλων της Εταιρίας επιβεβαίωσαν τις προσδοκίες μου να βρω ένα πλαίσιο, όπου να φροντίσω την εξέλιξη μου ως επαγγελματίας, αλλά και να συναντήσω ανθρώπους, με τους οποίους να συμμερίζομαι ίδιες ιδέες και αξίες. Στο πρόγραμμα της Ομαδικής τα μαθήματα ήταν καλά δομημένα, οι πληροφορίες προσεκτικά οργανωμένες, χρήσιμες και πρακτικές. Ο χρόνος αξιοποιούνταν στο μέγιστο και η πρακτική άσκηση ολοκλήρωνε τη διαδικασία, προσφέροντας τη μοναδική ευκαιρία εφαρμογής των καινούργιων γνώσεων σε ένα ασφαλές πλαίσιο. Αυτές οι πρώτες εμπειρίες στην Εταιρία, που κάλυπταν απόλυτα τις απαιτήσεις μου, ήταν ο λόγος να συνεχίσω την εκπαίδευση μου.

Το δικό μου ενδιαφέρον όσον αφορά τη Γνωστικό-Συμπεριφορική προσέγγιση σχετίζεται συγκεκριμένα με την κλινική της εφαρμογή. Ως ελεύθερος επαγγελματίας στις υπηρεσίες συμβουλευτικής κλινικής ψυχολογίας, χρειαζόμουν εργαλεία για να ανταποκριθώ αποτελεσματικά στα αιτήματα των πελατών μου. Αυτή η ανάγκη και η πεποίθησή μου ότι ένας αρμόδιος επαγγελματίας καλείται συνέχεια να βελτιώνει τις δεξιότητες του και να συμπληρώνει τις γνώσεις του, με οδήγησαν στην απόφαση να παρακολουθήσω την βασική εκπαίδευση στη ΓΣΘ. Ανεξαρτήτως από τις απαιτήσεις του προγράμματος, η ικανοποίησή μου από αυτή την απόφαση είναι μεγάλη. Οι πληροφορίες και οι πρακτικές εφαρμογές που πρόσφεραν τα διάφορα σεμινάρια και εκπαιδευτικά εργαστήρια με βοήθησαν άμεσα να εμπλουτίσω και να βελτιώσω την συμβουλευτική μεθοδολογία που ακολουθούσα. Συγκεκριμενοποίησα και τακτοποίησα τον όγκο των γνώσεων που ήδη είχα και απέκτησα καινούργιες χρήσιμες γνώσεις, όπως και πρόσβαση σε πλούσιες βιβλιογραφικές πηγές. Οι ομάδες επικοινωνίας και αυτογνωσίας ήταν η αποθέωση όλων των εμπειριών στην εταιρία. Η δυνατότητα να αλληλεπιδράσω με άλλα άτομα στο ομαδικό πλαίσιο και να παρατηρήσω in vivo τη συμπεριφορά και τον τρόπο εργασίας των διάφορων εκπαιδευτικών είναι ανεκτίμητης αξίας για μένα. Βοηθήθηκα να επαναπροθετήσω και να επαναξιολογήσω τον επαγγελματικό μου ρόλο, όπως και να βελτιώσω τις έννοιες και την ορολογία, που μου χρειάζονται.

Η συμμετοχή μου στην Εταιρία ως μέλος της, μου δίνει την αίσθηση του ανήκειν σε ένα δίκτυο φίλων και συνεργατών, όπου μπορώ να απευθυνθώ για καθοδήγηση, εποπτεία, παραπομπές και έγκυρη πληροφόρηση. Παίρνω το ρίσκο να ακουστώ υπερβολικά θετική, αλλά μπορώ να περιγράψω την εμπειρία μου από την Εταιρία με ένα συναίσθημα – είμαι πραγματικά ευτυχισμένη που επένδυσα σε αυτή την διαδικασία. Νιώθω πιο επαρκής και σίγουρη στον επαγγελματικό μου ρόλο και περιμένω με ανυπομονησία την πρακτική άσκηση. Το πρόγραμμα είναι αρκετά καλά οργανωμένο για τα δεδομένα της χώρας αυτή τη στιγμή και οι βελτιώσεις που θα μπορούσαν να γίνουν αφορούν κάποιες λεπτομέρειες για την σωστή διαχείριση του χρόνου των μαθημάτων(και ίσως τα κριτήρια επιλογής των συμμετεχόντων).

Εύχομαι καλή συνέχεια στο επιστημονικό έργο με έμπνευση και υπευθυνότητα στο δύσκολο καθήκον μας.»

Εκπαιδευτικά εργαστήρια (workshops) στις Γνωστικές-Συμπεριφορικές Θεραπείες

<u>Ημερομηνία</u>	<u>Τίτλος εργαστηρίου</u>	<u>Εισηγητής/τρια</u>
27/9/2015	«Mindfulness [ενσυνειδητότητα] και Γνωστική Θεραπεία»	Έλενα Χάιντς, Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ Α.Π.Θ. ----- Βαγγέλης Παπαδάκης, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπευτής, Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Κλινικής Ψυχολογίας Α.Π.Θ.
18/10/2015	«Θεραπευτικές προσεγγίσεις για τις συνέπειες του σχολικού εκφοβισμού σε παιδιά/εφήβους»	Άννα Μπίμπου, Αν. Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας Α.Π.Θ.
8/11/2015	«Όταν τα μάτια μας δε βλέπουν το σώμα μας: Τεχνικές αντιμετώπισης της διαστρέβλωσης της εικόνας του σώματος και της απορρέουσας εξ αυτής δυσαρέσκειας»	Έλενα Χάιντς, Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ Α.Π.Θ.
29/11/2015	«Εφαρμογές της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας στον αθλητισμό»	Άννα Καλυμνιού, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια, Msc Αθλητικής Ψυχολογίας και Ψυχολογίας της Άσκησης
13/12/2015	«Διαχείριση της αυτοκτονικής και αυτο-τραυματικής συμπεριφοράς στη Γνωστική - συμπεριφορική θεραπεία»	Αποστόλης Πελέτης, Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπευτής
24/1/2016	«Η χαμηλή αυτοεκτίμηση στη Γνωστική-Συμπεριφορική Θεραπεία. Επιπτώσεις στην κλινική πρακτική και τεχνικές παρέμβασης»	Έλενα Χριστοπούλου, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια
28/2/2016	«Βραχεία Θεραπεία Εστιασμένη στη Λύση(Solution-Focused Brief Therapy): Ένα Μοντέλο Παρέμβασης στη Σχολική Κοινότητα»	Σίλια Μπατρακούλη, MSc, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια
20/3/2016	«Η χρήση των ιστοριών και των μεταφορών στη γνωστική- συμπεριφορική ψυχοθεραπεία»	Δέσποινα Ζηλιασκοπούλου, Κλινική Ψυχολόγος MSc - Ψυχοθεραπεύτρια
17/4/2016	«Εφαρμογή στην κλινική πράξη των βασικών αρχών και θεραπευτικών τεχνικών της Διαλεκτικής Συμπεριφορικής Θεραπείας στην ιδιωτική πρακτική»	Βαγγέλης Παπαδάκης, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπευτής, Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Κλινικής Ψυχολογίας Α.Π.Θ.
22/5/2016	«Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή στη Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία. Από τη θεωρία στην πράξη: πρακτικές εφαρμογές θεραπευτικών τεχνικών και ολοκληρωμένα θεραπευτικά πρωτόκολλα»	Κρίστη Πασαλίδου, Γνωστική Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπεύτρια, MSc
12/6/2016	«Δουλεύοντας με πελάτες που πενθούν: συνηθισμένες δυσκολίες και η αντιμετώπισή τους»	Χριστίνα Χιονίδου, Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ Παν/μίου Αθηνών

Εκπαιδευτικά εργαστήρια (workshops) στις Γνωστικές-Συμπεριφορικές Θεραπείες

Τα εκπαιδευτικά εργαστήρια (workshops) που πραγματοποιούνται στο Παράρτημα Μακεδονίας της ΕΕΕΣ αναφέρονται σε εξειδικευμένα θέματα της Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας, διαρκούν 8 εκπαιδευτικές ώρες και απευθύνονται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας και φοιτητές. Για την περίοδο 2015-16 τα εργαστήρια που θα πραγματοποιηθούν θα αναρτώνται στην ιστοσελίδα του Παραρτήματος (www.eeespm.gr).

Για την περίοδο **Σεπτεμβρίου 2015 έως Οκτωβρίου 2015** έχουν προγραμματιστεί τα παρακάτω εργαστήρια:

■ **«Mindfulness [ενσυνειδητότητα] και Γνωστική Θεραπεία», Έλενα Χάιντς, Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ Α.Π.Θ.**

Βαγγέλης Παπαδάκης, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπευτής, Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Κλινικής Ψυχολογίας Α.Π.Θ., 27 Σεπτεμβρίου 2015

Στόχος του εργαστηρίου είναι να παρουσιασθεί η νέα αυτή θεραπευτική προσέγγιση και η σχέση της με την Γνωστική Θεραπεία

Περιεχόμενο εργαστηρίου:

Προηγείται η θεωρητική παρουσίαση του μοντέλου και η σχέση του με την γνωστική συμπεριφορική θεραπεία. Ακολουθούν βιωματικές ασκήσεις και παρουσιάζεται το πρόγραμμα των οκτώ εβδομάδων.

■ **«Θεραπευτικές προσεγγίσεις για τις συνέπειες του σχολικού εκφοβισμού σε παιδιά/εφήβους»**

Άννα Μπίμπου, Αν. Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, Α.Π.Θ., 18 Οκτωβρίου 2015

Στόχος του εργαστηρίου: α) η οριοθέτηση του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο της διαπραγμάτευσης των κοινωνικών σχέσεων των παιδιών και των νέων με τους συνομηλικούς τους β) η παρουσίαση θεραπευτικών προσεγγίσεων αντιμετώπισης για την άσκηση δύναμης και τον ψυχικό πόνο στις περιπτώσεις ενδοσχολικής βίας.

Περιεχόμενο εργαστηρίου: Ο εκφοβισμός στο σχολικό πλαίσιο αναγνωρίζεται ως μια πρακτική βίας που ασκείται σκόπιμα και επανειλημμένα από ένα ή περισσότερα άτομα προς άλλα άτομα, με κύριο χαρακτηριστικό τις ασύμμετρες σχέσεις εξουσίας. Οι κοινωνικές αντιδράσεις από τους ενήλικες, ειδικούς και μη, επενδύονται με έντονο άγχος και πανικό και παρουσιάζουν την βία στα παιδιά και στους νέους ως μια "κρίση" για την οποία χρειάζεται να ληφθούν άμεσα και δραστικά μέτρα, εδώ και τώρα. Αυτή η αίσθηση του επείγοντος και του ηθικού πανικού φαίνεται να συνδέεται κυρίως με το γεγονός ότι πρόκειται για "παιδιά και νέους", όχι και τόσο αθώα τελικά, που είναι σε θέση να κάνουν κακό σε συνομηλικούς τους. Κατά συνέπεια, οι παραδοσιακές μας βεβαιότητες για το νόημα και το status της παιδικής/ νεανικής ηλικίας αρχίζουν να διαβρώνονται. Είμαστε αναγκασμένοι ως ενήλικες να συζητήσουμε για παιδιά που «κινδυνεύουν» και για "επικίνδυνα" παιδιά. Το παρόν εργαστήριο απέχει από την προσέγγιση του εκφοβισμού ως ζητήματος παιδικής προστασίας που παραγνωρίζει τις σύνθετες σχέσεις οικογένειας, σχολείου, κουλτούρας συνομηλικών και στηρίζεται :

- 1) Στη Νέα κοινωνιολογία της Παιδικής Ηλικίας
- 2) Στην αξιοποίηση της Σύμβασης για τα Δικαιώματα των Παιδιών
- 3) Στην Κοινωνική δόμηση και την διαλογική προσέγγιση.

Το εργαστήριο σκοπεύει να παρουσιάσει τις νεότερες ερευνητικές και κλινικές μελέτες που καταδεικνύουν: α) τις απόψεις των παιδιών/εφήβων για επιτυχείς στρατηγικές αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού, β) τον ρόλο της οικογένειας και του σχολείου ως πλαισίων αναφοράς του εκφοβισμού και προγράμματα παρέμβασης και πρόληψης, γ) ερευνητικό υλικό για την ρητορική οργάνωση του εκφοβισμού σε παιδιά και εφήβους, δ) την γνωστική συμπεριφορική προσέγγιση για την θεραπευτική αντιμετώπιση των εκδηλώσεων και των συνεπειών του εκφοβισμού. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται σε ένα μοντέλο εκπαίδευσης για την κοινωνική επάρκεια των παιδιών και εφήβων και την ανάπτυξη στρατηγικών αντιμετώπισης που στηρίζονται στα παιδιά ως ενεργητικούς φορείς δράσης στην καθημερινότητά τους, και ε) την αρχική εξοικείωση με την θεραπευτική τεχνική Video Interaction Guidance (Kennedy et al., 2011).

Επερχόμενα συνέδρια

■ **1ο Πανελλήνιο Συνέδριο Σχολικής Ψυχολογίας**, από το Τμήμα Ψυχολογίας και το Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών σε συνεργασία με τον Κλάδο Σχολικής Ψυχολογίας της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας, **Αθήνα 19-22 Νοεμβρίου 2015**

■ **5th Young Psychiatrist's Network Meeting "Between past and future"**, Πόρτο Χέλι, **30/9-4/10/15**

■ **2ο Πολυθεματικό Συνέδριο Ψυχιατρικής και Εκπαίδευσης & 3ο Συνέδριο Ψυχοτροδικαστικής Βόρειας Ελλάδας**, Ελληνική Ψυχοτροδικαστική Εταιρεία, **Κοζάνη, 1-4/10/15**

**Ελληνική Εταιρεία Έρευνας
της Συμπεριφοράς-
Παράρτημα Μακεδονίας**

**Ερμού 48, 6^{ος} όρ.,
Τηλ.: 2310 274 610**

**www.eeespm.gr, e-mail:
eeesm@otenet.gr**