



ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ 2018

ΩΡΟΛΟΓΙΟ & ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 1 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018

- 09.00-10.00** Εγγραφές / Δηλώσεις συμμετοχής σε εργαστήρια
- 10.00-10.30** **ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ** Έναρξη & χαιρετισμός της Προέδρου Βίβιαν Σαχπάζη
- 10.30-12.00** **ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ**
«ΦΟΒΟΣ: ΑΤΟΜΙΚΟΣ- ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ»

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ: Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων, Μη Κατευθυντικός Σύμβουλος Ψυχοθεραπευτής-Εκπαιδευτής NDI.

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΑΤΣΑ: Ψυχίατρος, πρώην Δ/ντρια Μονάδας Απεξάρτησης στο 18 ΑΝΩ.

ΝΙΚΗ ΡΟΥΜΠΑΝΗ: Προέδρος του Ελληνικού Δικτύου Γυναικών Ευρώπης, Ιδρύτρια της Γραμμής Ψυχολογικής Στήριξης «Δίπλα σου» κατά της ενδοοικογενειακής βίας και του trafficking.

ΧΑΡΙΣ ΚΑΤΑΚΗ: Ψυχολόγος, Ιδρύτρια του Εργαστηρίου Διερεύνησης Ανθρώπινων Σχέσεων.

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ: Βίβιαν Σαχπάζη, πρόεδρος Ε.Ε.Σ.

12.00-12.30 Διάλειμμα - Καφές στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - μετάβαση στις αίθουσες

ΣΑΒΒΑΤΟ ΠΡΩΙ • 12.30-15.00 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «Ο ΦΟΒΟΣ ως ΠΡΩΤΟΓΕΝΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ»

Θεωρητική και βιωματική γνωριμία με τις αρχές της «Συστημικής Αναπαράστασης»

Δρ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ: Κοιν.-Ψυχ., πιστοποιημένος Θεραπευτής-Εκπαιδευτής-Επόπτης Σ.Α.

ΜΥΡΤΩ-ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΟΥΤΡΑ: B.Sc., M.P.H., Συστημική Σύμβουλος, ειδίκευση στην Σ.Α., πιστοποιημένη εκπαιδευτρια-επόπτρια Σ.Α.

2. «ΦΟΒΟΣ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ. ΑΤΟΜΙΚΟΣ-ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ»

ΙΩΑΝΝΗΣ ΨΑΡΡΑΣ: Ιδρυτής του χώρου Πολιτισμού και Έρευνας ΣΥΝΘΕΣΙΣ, εμπνευστής και εισηγητής της Συνθετικής Ψυχοενεργειακής Συμβουλευτικής μεθόδου, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής.

3. «Ο ΦΟΒΟΣ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ»

ΚΑΙΤΗ ΚΑΝΑΚΑΚΗ: Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια NDI.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΣΤΡΙΝΑΚΗΣ: Ψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής, Εκπαιδευτής στη μέθοδο Μη-Κατευθυντικής Παρεμβατικής ψυχοθεραπείας/συμβουλευτικής (NDI).

4. «ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ Ο ΦΟΒΟΣ ΜΟΥ»

Γενικός συντονισμός:

ΝΙΚΟΛΕΤΑ-ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΜΠΟΥΛΤΑΔΑΚΗ: Ψυχολόγος (BA University of Luton/Bedfordshire) και Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια και Επόπτρια (European Family Therapy Association – EFTA, ΕΕΣΣΚΕΨΟ) Βοηθεί συντονισμού:

ΜΕΛΙΝΑ ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ: Κοινωνική Λειτουργός/Εκπαιδευόμενη Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΠΟΛΛΑΚΗ: Εκπαιδευόμενη Συστημική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΦΡΑΓΚΙΟΥΔΑΚΗ: Ψυχολόγος, Εκπαιδευόμενη Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.

ΜΙΧΑΛΗΣ ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗΣ: Εκπαιδευόμενος Συστημική.

5. «ΟΙ ΜΑΣΚΕΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

“Από όλους τους ψεύτες σ’ αυτόν τον κόσμο, μερικές φορές οι χειρότεροι είναι οι φόβοι μας”.

Rudyard Kipling

ΕΛΕΝΑ Α. ΔΑΟΥΤΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, ειδίκευση στην Κλινική Ύπνωση-Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία, στο Συστημικό Ψυχόδραμα, Ειδικευόμενη στη Συστημική Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΡΑΜΑΝΩΛΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδική Παιδαγωγός. Υπ. Διδάκτωρ Ψυχολογίας, Φιλοσοφική Σχολή Αθηνών - MSc in Psychology, Oxford Brookes University - Πτυχίο Επικοινωνίας & ΜΜΕ, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών - Ειδίκευση στη Συμβουλευτική Ψυχικής Υγείας - Εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή & στη Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ANNA ΛΙΑΣΚΑ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Πτυχίο Προσχολικής Αγωγής - Σχολή Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας Τ.Ε.Ι Ηπείρου, Ειδίκευση στην Συμβουλευτική και στην Κλινική Ύπνωση - Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ΕΛΕΝΑ ΜΕΛΙΔΩΝΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδίκευση στη Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ), Πρόγραμμα Συμβουλευτικής Ψυχολογίας/Ψυχικής & Κοινωνικής Υγείας Πανεπιστημίου Αιγαίου, Ειδίκευση στη Συναισθηματική Νοημοσύνη.

ΔΡ. ΑΣΗΜΙΝΑ ΧΙΩΝΗ: Ψυχολόγος/Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ του UCL (University College London), MSc Ψυχολογίας & Συμπεριφοριστικής Ψυχολογίας, Ειδίκευση στη Γνωσιακή Συμπεριφορική & Γνωσιακή Αναλυτική Ψυχοθεραπεία, Ειδίκευση στην Κλινική Ύπνωση - Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία. Εξειδίκευση στις Διατροφικές Διαταραχές, Εξαρτήσεις, EFT Θεραπεία Ζεύγους και στο Συστημικό Ψυχόδραμα. Ειδικευόμενη στην Ομαδική Σχεσιακή Θεραπεία (κατά Ίρβιν Γιάλομ).

6. «ΔΙΝΟΝΤΑΣ ΧΡΩΜΑ ΚΑΙ ΜΟΡΦΗ ΣΤΟΥΣ ΦΟΒΟΥΣ»

ΕΛΕΝΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΟΠΟΥΛΟΥ: Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια NDI.

ΤΑΚΗΣ ΠΑΝΤΕΛΟΠΟΥΛΟΣ: Προγραμματιστής, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας NDI.

7. «Ο ΦΟΒΟΣ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ ΜΟΥ»

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΟΥΛΟΥΛΙΑ: Σωματική Ψυχοθεραπεύτρια κατά Bodydynamic με επιπλέον ειδίκευση στην θεραπεία μετατραυματικού στρες (PTSD) και επόπτρια ψυχοθεραπευτών.

15.00-16.30 Διάλειμμα για φαγητό στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - μετάβαση στις αίθουσες

ΣΑΒΒΑΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ • 16.30-19.00 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ»

Πρόληψη και παρέμβαση σύμφωνα με την ανθρωποκεντρική S.co.re προσέγγιση σε παιδιά προσχολικής ηλικίας και ενήλικες»

Δρ. ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΑΚΡΑΤΖΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοπαιδαγωγός.

2. «ΦΟΒΕ... ΦΟΒΕ ΕΙΣΑΙ ΕΔΩ;»

ΑΝΤΙΓΟΝΗ ΔΑΡΒΥΡΗ: Ψυχολόγος, Συνθετική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Εμπυχώτρια Ομάδων, Εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΒΟΥΤΣΙΝΑ: Συνθετική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Συντονίστρια-Εκπαιδύτρια Ομάδων Σχολών Γονέων Εμπυχώτρια Ομάδων, Εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI.

3. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΓΙΓΝΕΣΘΑΙ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ»

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΜΠΛΙΤΣΑΣ: Msc Ψυχολόγος, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης, Προσωποκεντρικός Ψυχοθεραπευτής, Παιδοκεντρικός Παιγνιοθεραπευτής, Πρόεδρος & Επιστημονικός Διευθυντής του Ε.Ψ.Μ.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΕΝΤΙΓΚΕΛΕΝΗ: Msc MD Prof.D., Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, Προσωποκεντρική Σύμβουλος & Παιγνιοθεραπεύτρια, Διευθύντρια του τμήματος Έρευνας & Μελέτης του Ε.Ψ.Μ.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΣΙΛΙΓΚΑΡΙΔΟΥ: Παιδαγωγός, Εμπυχώτρια, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Προσωποκεντρική Θεραπεύτρια

4. «ΣΥΣΤΗΜΙΚΕΣ ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ**Εποπτεία Μέσω Συστημικής Αναπαράστασης»**

Δρ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ: Κοιν.-Ψυχ., πιστοποιημένος Θεραπευτής, Εκπαιδευτής - επόπτης Σ.Α.

ΜΥΡΤΩ-ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΟΥΤΡΑ: B.Sc., M.P.H., Συστημική Σύμβουλος, ειδίκευση στην Σ.Α. πιστοποιημένη εκπαίδευση - επόπτης Σ.Α.

5. «ΠΑΙΡΝΩ ΤΟ ΦΟΒΟ ΜΟΥ ΑΓΚΑΛΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΧΩΡΑΩ!»**Ο ΦΟΒΟΣ: μονοπάτι αυτεπίγνωσης, προσωπικής εξέλιξης και συνύρπαξης**

ΕΙΡΗΝΗ ΡΕΠΠΑ: Οικογενειακή Θεραπεύτρια, Σύμβουλος επαγγελματικής σταδιοδρομίας.

ΙΟΥΛΙΑ ΚΟΥΡΤΗ: Πτυχίο ανθρωπιστικών σπουδών (ΕΚΠΑ), Σύμβουλος με ειδίκευση στη Συστημική Συμβουλευτική, Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας.

6. «ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΟΥΜΕ ΚΑΙ ΝΑ ΥΠΕΡΒΟΥΜΕ ΤΟ ΦΟΒΟ»**ΔΙΔΑΓΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥΣ ΣΤΗ ΣΗΜΕΡΙΝΗ ΕΠΟΧΗ**

ΙΩΑΝΝΗΣ ΧΟΥΡΔΑΚΗΣ: Metaskills Mentor – Coach, Personal and Professional Development.

7. ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΚΑΘΕ ΦΟΒΟ ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΑΝΤΑ ΜΙΑ ΙΔΕΑ»

ΙΩΑΝΝΗΣ ΣΑΒΒΟΠΟΥΛΟΣ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπευτής.

ΜΑΝΤΩ ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΜΥΡΩΝΑΣ ΜΠΟΛΟΒΙΝΟΣ: M.Ed., Λογοδυναμικός Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπευτής, τραυματοθεραπευτής EMDR, έγκριτο μέλος της ΕΕΣ.

8. «ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΣΘΕΝΕΙΑ ΣΤΟ ΣΘΕΝΟΣ»

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΑΥΡΟΥ, ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΙΟΥΣΗΣ: Σύμβουλοι Ψυχικής Υγείας, εθελοντές συντονιστές ομάδων αυτοβοήθειας στο ΜΑΖΙ (μη κερδοσκοπικό σωματείο) για άτομα με διαταραχές διάθεσης.

9. «Η ΣΥΝΘΕΤΙΚΗ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΩΣ ΜΕΘΟΔΟΣ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ & ΕΠΙΛΥΣΗΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

ΦΡΟΣΩ ΜΠΕΝΕΤΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας (κατεύθυνση Συνθετική Ψυχοενεργειακή), Ηθοποιός-Σκηνοθέτης.

ΚΥΡΙΑΚΗ 2 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018**ΚΥΡΙΑΚΗ ΠΡΩΙ • 10.00-12.30 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ****1. «ΘΑ ΣΟΥ ΔΕΙΞΩ ΤΟ ΦΟΒΟ ΣΕ ΜΙΑ ΧΟΥΦΤΑ ΧΩΜΑ». T.S. Eliot****Το υπαρξιακό άγχος ως οντολογική διάσταση του φόβου**

ANNA ΚΟΥΡΤΗ: Ch.Couns.Psychologist, AFBPsS, Συμβουλευτική Ψυχολόγος, Υπαρξιακή Θεραπεύτρια.

ΕΥΓΕΝΙΑ ΓΕΩΡΓΑΝΤΑ: Psy. D., ECP, Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια.

2. «Ο ΠΟΘΟΣ ΚΑΙ Ο ΦΟΒΟΣ»

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ: Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, μη κατευθυντικός σύμβουλος & ψυχοθεραπευτής (N.D.I.)

ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΠΑΤΕΡΑΚΗ-ΚΑΣΤΡΙΝΑΚΗ: Msc Ψυχολόγος, Σύμβουλος Ψυχικής υγείας, πιστοποιημένη Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια και επόπτης στην Προσωποκεντρική και στην Παρεμβαίνουσα μη Κατευθυντική N.D.I.

3. «Η ΑΞΙΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ, ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΠΡΟΣΩΠΟΚΕΝΤΡΙΚΑ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΧΕΣΗ».

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΜΠΛΙΤΣΑΣ: Msc Ψυχολόγος, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης, Προσωποκεντρικός Ψυχοθεραπευτής, Παιδοκεντρικός Παιγνιοθεραπευτής, Πρόεδρος & Επιστημονικός Διευθυντής του Ε.Ψ.Μ.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΕΝΤΙΓΚΕΛΕΝΗ: Msc MD Prof.D., Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, Προσωποκεντρική Σύμβουλος & Παιγνιοθεραπεύτρια, Διευθύντρια του τμήματος Έρευνας & Μελέτης του Ε.Ψ.Μ.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΣΙΛΙΓΚΑΡΙΔΟΥ: Παιδαγωγός, Εμπυχώτρια, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Προσωποκεντρική Θεραπεύτρια.

4. «ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ ΕΡΩΤΑ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΩΣ ΑΝΤΙΔΟΤΟ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

ΕΒΕΛΥΝ ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΝΑΤΑΣΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΥ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΜΑΡΙΑ ΣΚΑΜΠΑ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΕΛΛΗ ΣΚΑΡΒΕΛΗ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

5. «ΟΙ ΦΟΒΟΙ ΣΟΥ ΚΑΙ ΟΙ ΦΟΒΟΙ ΜΟΥ ΣΤΟ ΙΔΙΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ»

Θεραπεύοντας μέσα μου το φοβισμένο παιδί

ΕΙΡΗΝΗ ΡΕΠΠΑ: Οικογενειακή Θεραπεύτρια, Σύμβουλος επαγγελματικής σταδιοδρομίας.

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΣΑΡΙΓΙΑΝΝΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Εκπαιδευτικός.

6. «Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΑΙΜΟΔΕΤΗΣ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και Εκπαιδευτής πολεμικών τεχνών.

7. «ΦΟΒΟΣ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΩΣΗΣ ΤΟΥ ΑΥΤΟΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΥ»

ΔΑΝΗΣ ΑΠΤΟΣΟΓΛΟΥ: Ψυχολόγος, Δραματοθεραπευτής.

8. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ»

ΚΩΣΤΑΣ ΜΠΑΚΙΡΤΖΗΣ: Κλινικός Κοινωνικός Ψυχολόγος, Ψυχοπαιδαγωγός, πρ. αναπλ. Καθ. παιδαγωγικής σχολής ΑΠΘ, Εμπυχωτής ομάδων, Ψυχοθεραπευτής, Εκπαιδευτής NDI.

ΙΩΑΝΝΑ ΓΚΙΟΥΛΕ: Εμπυχώτρια Ομάδων, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI και ολιστικής γυμναστικής.

9. «ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΜΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

ΜΑΡΙΑ ΝΤΙΝΟΥ: Πιστοποιημένη Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπεύτρια στην Συνθετική και Υπαρξιακή προσέγγιση.

ΚΑΛΛΙ ΧΑΝΔΡΙΝΟΥ: Συνθετική Ψυχοθεραπεία, Συνθετική Συμβουλευτική, Εποπτεία.

12.30-14.00

Διάλειμμα για φαγητό στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - μετάβαση στις αίθουσες

ΚΥΡΙΑΚΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ • 14.00-16.30 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΟΒΟ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ» Ψυχοναυτική τέχνη-ars psyche-nautica

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ, Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, μη κατευθυντικός σύμβουλος & Ψυχοθεραπευτής (N.D.I.)

2. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ ΚΙ Η ΑΛΛΑΓΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»**ΕΛΕΝΑ ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΥ:** Ψυχολόγος, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.**ΕΛΕΝΑ ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΥ:** Ψυχολόγος, Msc, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.**3. «ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»****ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΡΑΜΑΝΩΛΗ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδική Παιδαγωγός.**ΕΛΕΝΗ ΚΡΗΤΙΚΟΥ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.**ΕΛΕΑΝΑ ΜΠΟΥΖΤΟΥ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Παιδαγωγός στην Δημόσια Επαγγελματική εκπαίδευση στον τομέα Υγείας-Πρόνοιας & Ευεξίας.**Εποπεύει η Δρ. ΝΑΤΑΛΙΑ ΚΟΥΤΡΟΥΛΗ:** Ψυχολόγος, Διευθύντρια Σπουδών στο Κέντρο Εφαρμοσμένης Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής.**4. «ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΠΑΝΩ ΣΤΟΝ ΦΟΒΟ ΤΗΣ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΗΣ – ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ»****ΜΑΡΤΙΝΑ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ:** Msc Ψυχολόγος, Σωματική Ψυχοθεραπεύτρια.**5. «ΦΟΒΟΣ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ» Ο φόβος κατάρρευσης και η θεραπευτική σχέση****ΜΑΡΙΑ ΣΚΟΠΕΛΙΤΗ:** Εκπαιδευτικός (Φιλοσοφική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών), εξειδικευμένη στην Αντλεριανή Ψυχοθεραπευτική Προσέγγιση (ΑΤΙ).**ΙΣΙΔΩΡΑ ΣΩΦΡΟΝΗ:** Msc Ψυχολογίας, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.**6. «ΑΓΧΟΣ, ΕΝΑ ΜΑΣΚΑΡΕΜΕΝΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ, ας το αναγνωρίσουμε και να μάθουμε πώς να το αντιμετωπίζουμε»****ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, βιοθυμικός Ψυχοθεραπευτής και Κλινικός Υπνοθεραπευτής.**7. «ΑΦΥΠΝΙΣΗ! Η ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»****ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΚΛΑΒΟΥ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Συντονίστρια εργαστηρίων Συστημικής Αναπαράστασης,**8. «ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΦΟΒΟΣ: ΜΙΑ ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΠΟΘΕΣΗ»****Η διαδρομή του φόβου με μέσο την τέχνη.****ΠΑΝΟΣ ΚΟΥΡΤΗΣ:** Msc Εικαστικός Ψυχοθεραπευτής.**16.30-17.00***Διάλειμμα για καφέ στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ***17.00-18.30 ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ****ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΕΣ:****ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΑΒΒΑΔΙΑ:** Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Μέλος του ΔΣ της Ε.Ε.Σ. & Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής.**ΖΩΓΡΑΦΙΑ ΒΑΚΑΛΟΓΛΟΥ:** Κοινωνιολόγος με μεταπτυχιακές σπουδές στην Εγκληματολογία και στην εκπαίδευση Ενηλίκων, Σύμβουλος με ειδίκευση στη Συστημική συμβουλευτική, Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας. Μέλος του ΔΣ της Ε.Ε.Σ. & μέλος της ΕΑΕ, υπεύθυνη της Επιτροπής Έγκρισης Νέων Μελών και Δεοντολογίας.**ΙΩΑΝΝΗΣ ΨΑΡΡΑΣ:** Αντιπρόεδρος Ε.Ε.Σ. & Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.**18.30****ΛΗΞΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ**

ΣΑΒΒΑΤΟ 1 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018

- 09.00-10.00** **Εγγραφές / Δηλώσεις συμμετοχής σε εργαστήρια**
- 10.00-10.30** **ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ** Έναρξη & χαιρετισμός της Προέδρου Βίβιαν Σαχπάζη
- 10.30-12.00** **ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ**
«ΦΟΒΟΣ: ΑΤΟΜΙΚΟΣ- ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ»

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ: Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων, Μη Κατευθυντικός Σύμβουλος Ψυχοθεραπευτής-Εκπαιδευτής NDI.

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΑΤΣΑ: Ψυχίατρος, πρώην Δ/ντρια Μονάδας Απεξάρτησης στο 18 ΑΝΩ.

ΝΙΚΗ ΡΟΥΜΠΑΝΗ: Προέδρος του Ελληνικού Δικτύου Γυναικών Ευρώπης, Ιδρύτρια της Γραμμής Ψυχολογικής Στήριξης «Δίπλα σου» κατά της ενδοοικογενειακής βίας και του trafficking.

ΧΑΡΙΣ ΚΑΤΑΚΗ: Ψυχολόγος, Ιδρύτρια του Εργαστηρίου Διερεύνησης Ανθρώπινων Σχέσεων.

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ: Βίβιαν Σαχπάζη, πρόεδρος Ε.Ε.Σ.

12.00-12.30 **Διάλειμμα - Καφές στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - Μετάβαση στις αίθουσες**

ΣΑΒΒΑΤΟ ΠΡΩΙ • 12.30-15.00 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «Ο ΦΟΒΟΣ ως ΠΡΩΤΟΓΕΝΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ»

Θεωρητική και βιωματική γνωριμία με τις αρχές της Συστημικής Αναπαράστασης»

Ο φόβος είναι πανανθρώπινο πρωτογενές συναίσθημα, σύμφυτο με το αμυντικό σύστημα, που σηματοδοτεί την ατομική ενεργοποίηση απέναντι στην απειλή, κυρίως αυτήν της ύπαρξης-μη ύπαρξης (ζωή-θάνατος). Μέσα από την βιωματική επεξεργασία προσωπικών αιτημάτων, θα ανιχνεύσουμε τις έως τώρα άδηλες συστημικές δυναμικές που διέπουν τα ανθρώπινα συστήματα και τροφοδοτούν τον φόβο, δυναμιτίζοντας την ποιότητα ζωής. Στη συνέχεια, η ομαδική ανταλλαγή θα επικεντρωθεί στην επεξεργασία και ανάλυση περιπτώσεων υπό το πρίσμα της διαχείρισης του φόβου. Ιδιαίτερη μεθοδολογική εστίαση θα δοθεί στην συστημική δυναμική των κρίσεων πανικού.

Δρ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ: Κοιν.-ψυχ., πιστοποιημένος θεραπευτής, Εκπαιδευτής, Επόπτης Σ.Α.

Γεννήθηκε στην Αθήνα. Απέκτησε διδακτορικό δίπλωμα στις εφαρμοσμένες επιστήμες και Μ.Α. στην Κοινωνιολογία-Ψυχολογία-Φιλοσοφία στο Πανεπιστήμιο Μονάχου. Εργάζεται από το 1978 στην Ελλάδα, ως Συστημικός και οικογενειακός Θεραπευτής, Εκπαιδευτής και Επόπτης. Είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Οικογενειακής Θεραπείας (EFTA), της Ελληνικής Εταιρείας Συστημικής Θεραπείας (ΕΛΕΣΥΘ) και της Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής (ΕΕΣ). Εισήγαγε στην Ελλάδα την μέθοδο της Συστημικής Αναπαράστασης (1998). Ίδρυσε το 'Ελληνικό Ινστιτούτο Συστημικής Αναπαράστασης Bert Hellinger' (2002). Είναι μέλος της Γερμανικής Εταιρείας Συστημικής Αναπαράστασης (DGfS), καθώς και ιδρυτικό μέλος της αντίστοιχης Διεθνούς Ομοσπονδίας 'International Systemic Constellations Association' (ISCA).

ΜΥΡΤΩ-ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΟΥΤΡΑ: Β.Sc., Μ.ΡΗ., Συστημική Σύμβουλος, ειδίκευση στην Σ.Α., πιστοποιημένη Εκπαιδευτρια, Επόπτρια Σ.Α. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Σπούδασε "Όργανωσιακή Συμπεριφορά/Ψυχολογία" και ολοκλήρωσε Μεταπτυχιακές Σπουδές στην "Δημόσια Υγεία" στις Η.Π.Α. Έχει διατελέσει στέλεχος διοίκησης σε υγειονομικούς φορείς στην Ελλάδα & το εξωτερικό. Μετεκπαιδεύτηκε στην "Βελτίωση Ψυχικής Υγείας Εργαζομένων" (ΕΚΠΑ) και στην "Συστημική Σκέψη & Αναπαράσταση" (Hellinger Scientia & E.I.S.A.). Η μαθητεία της δίπλα στον ιδρυτή της Συστημικής Αναπαράστασης Bert Hellinger και τον Δημήτρη Σταυρόπουλο, στην Ελλάδα, την καθόρισαν ως προς την κατεύθυνσή της στον χώρο της Συμβουλευτικής. Εξειδικεύεται στον τομέα της Οργανωσιακής και Επιχειρησιακής Αναπαράστασης. Διευθύνει το Ε.Ι.Σ.Α. από το 2007. Είναι μητέρα δύο παιδιών.

2. «ΦΟΒΟΣ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ. Ατομικός- Συλλογικός»

Το εργαστήρι έχει σαν σκοπό την αναγνώριση των αρχέγονων φόβων όσων συμμετάσχουν, όπως αυτοί παρουσιάζονται στο βιβλίο-δοκίμιο-πνευματική διαθήκη του D.W. Winnicott με τίτλο: «ΦΟΒΟΣ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ», εκδόσεις ΑΓΡΑ και όπως έχουν διερευνηθεί, τόσα ατομικά, όσο και ομαδικά στο σεμινάριο: «Λόγος περί φόβου».

The Tree

*Mother below is weeping
weeping
weeping.*

Thus I knew her.

*Once, stretched out on her lap
as now at dead tree*

*I learned to make her smile
to stern her tears
to undo her guilt
to cure her inward death.*

To enlived her was my living.

D.W. Winnicott

ΤΟ ΔΕΝΔΡΟ

*Η μητέρα κάτω κλαίει
κλαίει
κλαίει.*

Έτσι τη γνώρισα.

*Κάποτε, ξαπλωμένος στα γόνατά της
όπως τώρα στο πεθαμένο δέντρο.*

*Της έμαθα να χαμογελάει
να κρατάει τα δάκρυά της
να καταλύει την ενοχή της
να γιατρεύει το θάνατο μέσα της.*

Να της δίνω ζωή ήταν η ζωή μου.

Μετάφραση: Πάνος Αλούπης

ΙΩΑΝΝΗΣ ΨΑΡΡΑΣ: Ιδρυτής του χώρου Πολιτισμού και Έρευνας ΣΥΝΘΕΣΙΣ (1995), με έδρα το Χαλάνδρι, εμπνευστής και εισηγητής της Συνθετικής Ψυχοενεργειακής Συμβουλευτικής μεθόδου, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής.

Έχει γράψει πολλά άρθρα με θέμα τη θεραπευτική και τη σχέση θεραπευτή-θεραπευόμενου και έχει εκδώσει ένα δοκίμιο και τέσσερις ποιητικές συλλογές.

3. «Ο ΦΟΒΟΣ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ»

Διανύουμε ξανά μια εποχή φόβων! Οι φόβοι είναι αναρίθμητοι..! Κάποιοι απ' αυτούς είναι συγκεκριμένοι, όπως ο φόβος θανάτου, οδύνης, μοναξιάς, απόρριψης, φτώχειας, φυσικών καταστροφών... κ.ά. Άλλοι είναι ασαφείς, διάχυτοι, αποσπασμένοι από την πραγματικότητα, αιωρούνται χωρίς περιορισμό και μας στοιχειώνουν με αποτέλεσμα το άγχος, την ανασφάλεια, την κατάθλιψη... Μπροστά σ' αυτή τη λαίλαπα της εποχής μας προτείνουμε την επικέντρωση στις επιθυμίες και την προσπάθεια ανάδυσης των επιθυμιών που παραμένουν άγνωστες σ' εμάς λόγω του φόβου...

ΚΑΙΤΗ ΚΑΝΑΚΑΚΗ: Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια NDI, μαθήτρια του M. Lobrot, εκπαιδευμένη στην Παρεμβαίονουσα Μη-Κατευθυντικότητα (NDI) στο Ινστιτούτο ACORA, στο Παρίσι και στην Θεραπεία ζεύγους και οικογένειας στο Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.), με εμπειρία σε δομές αποασυλοποίησης.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΣΤΡΙΝΑΚΗΣ: Ψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής, Εκπαιδευτής στη μέθοδο Μη-Κατευθυντικής Παρεμβατικής ψυχοθεραπείας/συμβουλευτικής (NDI), ιδρυτικό μέλος του Κέντρου Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής «Βίλχελμ Ράιχ», μέλος της επιστημονικής επιτροπής του Ελληνικού Ινστιτούτου Νευροφυτοθεραπείας και Ανάλυσης του Χαρακτήρα (Ε.Ι.Ν.Α.), τ. Διευθυντής στο Ψ.Ν.Α. Δρομοκαΐτειο, με ενεργό συμμετοχή στο κίνημα της ψυχιατρικής μεταρρύθμισης.

4. «ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ Ο ΦΟΒΟΣ ΜΟΥ»

«Το άτομο δεν είναι το πρόβλημα. Το πρόβλημα είναι το πρόβλημα» Michael White

Όντας σε καθεστώς φόβου, το άτομο νιώθει ανήμπορο να αντιδράσει και να αποδράσει από τα δεσμά που νιώθει να το παραλύουν και να το υποτάσσουν. Σαν η ψυχή και το σώμα να υψώνουν λευκή σημαία παράδοσης των όπλων και να επιτρέπουν στο Φόβο να εισβάλλει και να ενσωματώνεται μέσα στον άνθρωπο.

Με οδηγό την αφηγηματική θεραπεία και τη μέθοδο Εξωτερίκευσης θα προσεγγίσουμε το φόβο ως μία αυθύπαρκτη οντότητα που δεν ταυτίζεται με τον πυρηνικό μας εαυτό και τον ψυχισμό μας. Θα επιχειρήσουμε να συνδέσουμε το σύμπτωμα με τα συστήματά μας και τους σημαντικούς μας Άλλους και να εξερευνήσουμε τη λειτουργία του.

Γενικός συντονισμός:

ΝΙΚΟΛΕΤΑ-ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΜΠΟΥΛΤΑΔΑΚΗ: Ψυχολόγος (BA University of Luton/Bedfordshire) και Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια και Επόπτρια (European Family Therapy Association – EFTA, ΕΕΣΣΚΕΨΟ).

Δουλεύει ιδιωτικά από το 2003 και το 2016 ίδρυσε το κέντρο εκπαίδευσης και ψυχοθεραπείας Systemic Education στα Χανιά. Επιπλέον έχει εργαστεί παράλληλα στο πρόγραμμα βοήθεια στο σπίτι, στο ΚΕΘΙ ως ερευνήτρια, στις σχολές επαγγελματικής κατάρτισης του ΟΑΕΔ ως καθηγήτρια και στις σχολές εκπαίδευσης Ινστιτούτο Οικογένειας και Ψυχολογικό κέντρο Χανίων ως Συστημική Εκπαιδευτρια και ομαδική Ψυχοθεραπεύτρια. Έχει λάβει μέρος με εισηγήσεις σε συνέδρια, έχει διεξάγει έρευνες, και έχει διεξάγει πολλά εκπαιδευτικά σεμινάρια. Ζει και εργάζεται στα Χανιά.

Βοηθοί συντονισμού:

ΜΕΛΙΝΑ ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ: Κοινωνική Λειτουργός/Εκπαιδευόμενη Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΠΟΛΛΑΚΗ: Εκπαιδευόμενη Συστημική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΦΡΑΓΚΙΟΥΔΑΚΗ: Ψυχολόγος, Εκπαιδευόμενη Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια.

ΜΙΧΑΛΗΣ ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗΣ: Εκπαιδευόμενος Συστημική.

5. «ΟΙ ΜΑΣΚΕΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

“Από όλους τους ψεύτες σ’ αυτόν τον κόσμο, μερικές φορές οι χειρότεροι είναι οι φόβοι μας”. Rudyard Kipling
 Πως άραγε βιώνουμε τους φόβους και τις φοβίες στη ζωή μας; Ένα εργαστήριο για να ανακαλύψουμε αν είμαστε αληθινοί μπροστά στις εμπειρίες που μας τρομάζουν ή μήπως αντίθετα επιλέγουμε να φοράμε μάσκες κρύβοντας τα αληθινά μας συναισθήματα παίζοντας ρόλους. Κάποιες φορές ίσως γινόμαστε αληθινοί δράκοι απλά φορώντας τη μάσκα του φόβου. Ενώ κάποιες άλλες φορές μεταμορφωνόμαστε στα αλήθεια γιατί θεωρούμε αληθινές τις τρομακτικές σκέψεις μας. Σε αυτό το εργαστήριο «το Δέντρο της Θεραπείας» θα προσπαθήσει να μπει στη χώρα των δράκων και να αναζητήσει τι κρύβεται πίσω από τις Μάσκες του Φόβου. Μια κόκκινη κλωστή θα ξετυλιχθεί με στόχο να αναγνωρίσουμε πως τις φοράμε και τι αντιπροσωπεύουν για εμάς.

ΕΛΕΝΑ Α. ΔΑΟΥΤΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδικευση στην Κλινική Ύπνωση-Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία, στο Συστημικό Ψυχοδράμα, Ειδικευόμενη στη Συστημική Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΡΑΜΑΝΩΛΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδική Παιδαγωγός. Υπ. Διδάκτωρ Ψυχολογίας, Φιλοσοφική Σχολή Αθηνών- M.Sc. in Psychology, Oxford Brookes University - Πτυχίο Επικοινωνίας & ΜΜΕ, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών- Ειδικευση στη Συμβουλευτική Ψυχικής Υγείας- Εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή, & στη Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ΑΝΝΑ ΛΙΑΣΚΑ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Πτυχίο Προσχολικής Αγωγής- Σχολή Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας Τ.Ε.Ι. Ηπείρου, Ειδικευση στην Συμβουλευτική και στην Κλινική Ύπνωση- Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ).

ΕΛΕΝΑ ΜΕΛΙΔΩΝΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδικευση στη Συμβουλευτική (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ), Πρόγραμμα Συμβουλευτικής Ψυχολογίας/Ψυχικής & Κοινωνικής Υγείας Πανεπιστημίου Αιγαίου, Ειδικευση στη Συναισθηματική Νοσημοσύνη.

Δρ. ΑΣΗΜΙΝΑ ΧΙΩΝΗ: Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτωρ του UCL (University College London), Msc Ψυχολογίας & Συμπεριφοριστικής Ψυχολογίας, Ειδικευση στη Γνωσιακή Συμπεριφορική & Γνωσιακή Αναλυτική Ψυχοθεραπεία, Ειδικευση στην Κλινική Ύπνωση-Βιοθυμική Ψυχοθεραπεία. Εξειδίκευση στις Διατροφικές Διαταραχές, Εξαρτήσεις, EFT Θεραπεία Ζεύγους και στο Συστημικό Ψυχοδράμα. Ειδικευόμενη στην Ομαδική Σχεσιακή Θεραπεία (κατά Ίρβιν Γιάλομ).

6. «ΔΙΝΟΝΤΑΣ ΧΡΩΜΑ ΚΑΙ ΜΟΡΦΗ ΣΤΟΥΣ ΦΟΒΟΥΣ»

Ατομικοί και συλλογικοί φόβοι.

Πολλές φορές δυσδιάκριτοι, άλλες απτοί.

Άλλες φορές μας διακατέχουν, άλλες πάλι τους πολεμάμε.

Πολλές φορές βγαίνουμε νικητές.

Έχει αξία να τους βλέπουμε; Να τους αγγίζουμε; Να τους μιλάμε; Ίσως αυτός να είναι ο τρόπος...

Στο εργαστήριο αυτό μέσω της μεθοδολογίας της Μη Κατευθυντικής Παρεμβατικότητας (NDI), δημιουργώντας ένα ζεστό και θετικό κλίμα ασφάλειας θα προσπαθήσουμε να διερευνήσουμε τους φόβους όπως ο καθένας τους αντιλαμβάνεται.

ΕΛΕΝΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΟΠΟΥΛΟΥ: Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια NDI. Έχει εκπαιδευτεί στην Μη Κατευθυντική Παρεμβατικότητα (NDI). Έχει εργαστεί σε δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς με στόχο την στήριξη και την ενδυνάμωση ιδιαίτερα ευάλωτων κοινωνικών ομάδων. Επιπλέον εργάζεται ψυχοθεραπευτικά με ενήλικες σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο.

ΤΑΚΗΣ ΠΑΝΤΕΛΟΠΟΥΛΟΣ: Προγραμματιστής, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας NDI, μια μέθοδο που βρίσκει εφαρμογή στην εκπαίδευση, την εμπύχωση ομάδων και την ψυχοθεραπεία.

7. «Ο ΦΟΒΟΣ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ ΜΟΥ»

- Τι φοβάμαι προκειμένου να δω την αλήθεια μου;
- Ποια συναισθήματα μου φοβάμαι ότι θα βιώσω αν βγω με την αλήθεια μου;
- Τι φαντάζομαι ότι θα μου συμβεί αν βγω με την αλήθεια μου;

Αυτά είναι μερικά ερωτήματα που θα απαντήσουμε ο καθένας μας χωριστά για τον εαυτό του σε αυτό το εργαστήριο. Επίσης, θα δούμε με ποιους τρόπους καταφέρνουμε να μην βλέπουμε την αλήθεια μας και με ποιους τρόπους το σώμα μας μπορεί να μας βοηθήσει όταν αποφασίσουμε να “ανοίξουμε” προς αυτήν.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΟΥΛΟΥΛΙΑ: Σωματική Ψυχοθεραπεύτρια κατά Bodydynamic με επιπλέον ειδίκευση στην θεραπεία μετατραυματικού στρες (PTSD), οπότετρια ψυχοθεραπευτών. Εργάζεται με ενήλικες, ζευγάρια και ομάδες μέσα από συνεδρίες ή βιωματικά σεμινάρια.

15.00-16.30

Διάλειμμα για φαγητό στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - μετάβαση στις αίθουσες

ΣΑΒΒΑΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ • 16.30-19.00 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ»

Πρόληψη και παρέμβαση σύμφωνα με την ανθρωποκεντρική S.co.re προσέγγιση σε παιδιά προσχολικής ηλικίας και ενήλικες»

Ο φόβος της απόρριψης συνιστά έναν παράγοντα ο οποίος συχνά λειτουργεί ανασταλτικά στην εξέλιξη του ανθρώπου και έχει τις ρίζες του στα πρώτα χρόνια της ζωής του. Η πρόληψη καθώς και η πρώιμη ανίχνευση και παρέμβαση κατά την προσχολική ηλικία μπορεί να συμβάλει στη δημιουργία των προϋποθέσεων πλήρως λειτουργικών ενήλικων ατόμων. Σε αυτό το εργαστήριο θα παρουσιαστεί: α) το βασικό θεωρητικό πλαίσιο το οποίο αφορά στην απόρριψη σύμφωνα με την ανθρωποκεντρική S.co.re προσέγγιση, β) θα λάβει χώρα βιωματικό εργαστήριο το οποίο θα αφορά στο φόβο της απόρριψης με ενήλικες.

Λέξεις κλειδιά: ο φόβος της απόρριψης, παιδιά προσχολικής ηλικίας, ενήλικες, πρόληψη, παρέμβαση, ανθρωποκεντρική S.co.re προσέγγιση.

Δρ. ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΑΚΡΑΤΖΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοπαιδαγωγός, Διδάκτωρ Παιδαγωγικής, ειδικευμένη στην αντίληψη του χωρόχρονου (S.T.D.) και τη δημιουργία εργαλείων πρώιμης ανίχνευσης, αναγνώρισης, εκπαίδευσης και παρεμβάσεων για παιδιά και ενήλικες. Εμπνευστής και ιδρυτής της ανθρωποκεντρικής S.co.re προσέγγισης, συγγραφέας της σειράς βιβλίων “Εν Λευκώ Εν Λεφκό”, εκδότης του on line επιστημονικού περιοδικού “Ανθρωποκεντρικό anthropocentric” και δημιουργός online μαθημάτων συμβουλευτικής και εκπαίδευσης για την ανθρωποκεντρική S.co.re προσέγγιση, ένα εκ των οποίων είναι το «Rejection: How and Why for Prevention and Therapy» (Απόρριψη: Πώς και γιατί, πρόληψη και θεραπεία).

2. «ΦΟΒΕ... ΦΟΒΕ, ΕΙΣΑΙ ΕΔΩ;»

Είναι γεγονός πως όλοι οι άνθρωποι φοβόμαστε αλλά κατά πόσο έχουμε κατανοήσει το συναίσθημα αυτό; Έχουμε ποτέ αναρωτηθεί τι σημαίνει ο φόβος μας; Τι μπορούμε να μάθουμε από αυτόν, τι μπορεί να μας χαρίσει και σε τι μπορεί να μας χρησιμεύσει; Ποιους από τους φόβους μας επιλέγουμε τελικά να «ακούσουμε» και να επηρεάσουν τις επιλογές μας και πώς αποφασίζουμε να τους «ερμηνεύσουμε»; Σε αυτό το βιωματικό εργαστήριο, θα διερευνήσουμε τι είναι πραγματικά ο φόβος, ποια είναι η αξία του και πώς μπορούμε να τον ενσωματώσουμε στη ζωή μας, σαν ένα παιχνίδι με ανοιχτά χαρτιά που δεν θα μοιάζει καθόλου με το κρυφτό.

ΑΝΤΙΓΟΝΗ ΔΑΡΒΥΡΗ: Ψυχολόγος, Συνθετική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Εμπυκώτρια Ομάδων, Εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI. Απόφοιτος Ψυχολογίας ΕΚΠΑ με μεταπτυχιακή εκπαίδευση στην Συνθετική Συμβουλευτική (Advanced Professional Diploma in Integrative Counselling). Εκπαιδευόμενη στο Ινστιτούτο «Μίτος: Η τέχνη του θεραπεύειν» στην Μη Κατευθυντική Παρέμβαση (NDI). Εργάζεται ιδιωτικά στην Σπάρτη παρέχοντας ψυχοθεραπευτική και συμβουλευτική υποστήριξη σε ενήλικες.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΒΟΥΤΣΙΝΑ: Συνθετική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Συντονίστρια-Εκπαιδύτρια Ομάδων Σχολών Γονέων Εμπυκώτρια Ομάδων, Εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI. Έχει εκπαιδευτεί στην Συνθετική Συμβουλευτική (Advanced Professional Diploma in Integrative Counselling) και ως Συντονίστρια - Εκπαιδύτρια Ομάδων Σχολών Γονέων (Μαρίας Χουρδάκη). Εκπαιδευόμενη στο Ινστιτούτο «Μίτος: Η τέχνη του θεραπεύειν» στην Μη Κατευθυντική Παρέμβαση (NDI). Έχει εργασθεί τρία χρόνια ως συντονίστρια σε ομάδα αδελφών-συντρόφων στο ΚΕΘΕΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ. Εργάζεται ιδιωτικά στην Κόρινθο παρέχοντας συμβουλευτικές και ψυχοθεραπευτικές υπηρεσίες σε ενήλικες.

3. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΓΙΓΝΕΣΘΑΙ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ»

Η μοναξιά, «ιδρυτική» της ανθρώπινης ύπαρξης, παρούσα από τη στιγμή της γέννησης του ανθρώπου, μπορεί να αποτελέσει ευκαιρία και δυνατότητα για ανάπτυξη, διαχωρισμό, σχέση και επικοινωνία εφόσον βιωθεί. Μπορεί ωστόσο να αποτελέσει απειλή και να ωθήσει σε μια καταναγκαστική τάση αποφυγής και εξοστρακισμού της και τελικά στην απομόνωση και την αποστροφή από τους άλλους μέχρι το σημείο της αποδιοργάνωσης και του θανάτου (συμβολικού ή φυσικού). Ο κάθε άνθρωπος έχει τη δυνατότητα να επιλέξει αν και σε ποιο βαθμό θα βιώσει και με ποιο τρόπο θα σχετιστεί με την υπαρξιακή μοναξιά του. Η σχέση αυτή μπορεί να αποβεί δυνητικά πολύ δημιουργική και να αποτελέσει δυνατότητα για σχέση με τον εαυτό του και το σύμπαν ολόκληρο και κατ'επέκταση για ολοκλήρωση του Προσώπου του. Στο συγκεκριμένο εργαστήριο λοιπόν θα έχουμε την ευκαιρία να διερευνήσουμε με βιωματικό τρόπο τη σχέση μας με το φόβο της μοναξιάς και στη συνέχεια μεταξύ άλλων να αναγνωρίσουμε τον ενδεχόμενο ρόλο και τη σημασία που διαδραματίζει η μοναξιά στη θεραπευτική σχέση.

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΜΠΛΙΤΣΑΣ: Msc Ψυχολόγος-Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης, Προσωποκεντρικός Ψυχοθεραπευτής, Παιδοκεντρικός Παιγνιοθεραπευτής, Πρόεδρος & Επιστημονικός Διευθυντής του Ε.Ψ.Μ. Από το 1998 έως το 2000 συνεργάστηκε με το Δρομοκαίτειο Θεραπευτήριο, ενώ από το 1999 δουλεύει ως ψυχολόγος/ψυχοθεραπευτής με άτομα και ομάδες. Το 2005 ήταν συνιδρυτής του «Εργαστηρίου Ψυχοκοινωνικών Μελετών», το οποίο έχει πολυσιδηρή δραστηριότητα στο χώρο της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας προσφέροντας δυνατότητες για βιωματική μάθηση, αυτογνωσία, προσωπική ανάπτυξη, ψυχοκοινωνική υποστήριξη και θεραπεία. Σήμερα το ΕΨΜ αποτελεί εκπαιδευτικό κέντρο στην PCA & την CCPT.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΕΝΤΙΓΚΕΛΕΝΗ: Msc MD Prof.D., Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, Προσωποκεντρική Σύμβουλος & Παιγνιοθεραπεύτρια, Διευθύντρια του τμήματος Έρευνας & Μελέτης του ΕΨΜ. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της στην Ιατρική το 2007. Συνέχισε και ολοκλήρωσε την ειδίκευσή της στην Ψυχιατρική Παιδιών και Εφήβων. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της στο MSc στην «Κοινωνική Ψυχιατρική» στο ΔΠΘ το 2015 και στο MSc στη «Διοίκηση Μονάδων Υγείας» στο ΕΑΠ το 2017. Είναι Προσωποκεντρική Σύμβουλος & Παιγνιοθεραπεύτρια. Δουλεύει με παιδιά, εφήβους και ενήλικες. Είναι υπεύθυνη του Τμήματος Έρευνας και Μελέτης του ΕΨΜ καθώς τρέφει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για το χώρο της έρευνας και διαθέτει σημαντικό ερευνητικό υπόβαθρο.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΣΙΛΙΓΚΑΡΙΔΟΥ: Παιδαγωγός, εμπυκώτρια, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Προσωποκεντρική Θεραπεύτρια. Εκπαιδευμένη προσωποκεντρική σύμβουλος και παιγνιοθεραπεύτρια στο Εργαστήρι Ψυχοκοινωνικών Μελετών. Εργάζεται ως νηπιαγωγός σε ιδιωτικό νηπιαγωγείο - παιδικό σταθμό. Ασκεί παιδοκεντρική Play Therapy σε συνεργασία με τα Παιδικά Χωριά SOS Θράκης. Είναι συνεργάτης του Ε.Ψ.Μ. όπου ασκεί προσωποκεντρική συμβουλευτική ατομικά με ενήλικες και παιγνιοθεραπεία με παιδιά, συμμετέχει ως διευκολύντρια σε εκπαιδευτικές ομάδες και σε ομάδες προσωπικής ανάπτυξης.

4. «ΣΥΣΤΗΜΙΚΕΣ ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ

Εποπτεία Μέσω Συστημικής Αναπαράστασης»

Η Συστημική Αναπαράσταση διευρύνει το πεδίο ανίχνευσης λύσεων, φέρνοντας στην επιφάνεια τις ασυνείδητες δυναμικές τόσο στα συστήματα των πελατών όσο και των ίδιων των θεραπειών/συμβούλων. Στο εργαστήρι αυτό, θα διερευνήσουμε βιωματικά την επιρροή του φόβου, ατομικού-συλλογικού, καθώς και την διαχείρισή του, μέσα από εποπτικά αιτήματα συμμετεχόντων. Εστίαση θα δοθεί στο αίτιο της προσωπικής δυσκολίας του θεραπευτού/συμβούλου, όπως π.χ. πιθανή εκπροσώπηση στοιχείων του συστήματος που καλείται να διαχειριστεί. Θα ακολουθήσει μεθοδολογική προσέγγιση της βιωματικής διεργασίας. Κατόπιν θα προχωρήσουμε σε επεξεργασία θεμάτων εφαρμοσμένης συμβουλευτικής (π.χ. διαχείριση αντιστάσεων, όρια), εστιάζοντας στις συστημικές δυναμικές που επηρεάζουν την πορεία διαχείρισης του ατομικού και συλλογικού φόβου και την αποτελεσματικότητα της συμβουλευτικής σχέσης.

Δρ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ: Κοιν.-Ψυχ., πιστοποιημένος θεραπευτής, Εκπαιδευτή, Επόπτης Σ.Α. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Απέκτησε διδακτορικό δίπλωμα στις εφαρμοσμένες επιστήμες και Μ.Α. στην Κοινωνιολογία-Ψυχολογία-Φιλοσοφία στο Πανεπιστήμιο Μονάχου. Εργάζεται από το 1978 στην Ελλάδα, ως Συστημικός και οικογενειακός Θεραπευτής, εκπαιδευτής και επόπτης. Είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Οικογενειακής Θεραπείας (EFTA), της Ελληνικής Εταιρείας Συστημικής Θεραπείας (ΕΛΕΣΥΘ) και της Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής (ΕΕΣ). Εισήγαγε στην Ελλάδα την μέθοδο της Συστημικής Αναπαράστασης (1998). Ίδρυσε το 'Ελληνικό Ινστιτούτο Συστημικής Αναπαράστασης Bert Hellinger' (2002). Είναι μέλος της Γερμανικής Εταιρείας Συστημικής Αναπαράστασης (DGfS), καθώς και ιδρυτικό μέλος της αντίστοιχης Διεθνούς Ομοσπονδίας 'International Systemic Constellations Association' (ISCA).

ΜΥΡΤΩ-ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΟΥΤΡΑ: B.Sc., M.P.H., Συστημική Σύμβουλος, ειδίκευση στην Σ.Α., πιστοποιημένη εκπαιδευτήρια, επόπτρια Σ.Α. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Σπούδασε "Οργανωσιακή Συμπεριφορά/Ψυχολογία" και ολοκλήρωσε Μεταπτυχιακές Σπουδές στην "Δημόσια Υγεία" στις Η.Π.Α. Έχει διατελέσει στέλεχος διοίκησης σε υγειονομικούς φορείς στην Ελλάδα & το εξωτερικό. Μετεκπαιδεύτηκε στην "Βελτίωση Ψυχικής Υγείας Εργαζομένων" (ΕΚΠΑ) και στην "Συστημική Σκέψη & Αναπαράσταση" (Hellinger Sciencia & E.I.S.A.). Η μαθητεία της δίπλα στον ιδρυτή της Συστημικής Αναπαράστασης Bert Hellinger και τον Δημήτρη Σταυρόπουλο, στην Ελλάδα, την καθόρισαν ως προς την κατεύθυνσή της στον χώρο της Συμβουλευτικής. Εξειδικεύεται στον τομέα της Οργανωσιακής και Επιχειρησιακής Αναπαράστασης. Διευθύνει το Ε.Ι.Σ.Α. από το 2007. Είναι μητέρα δύο παιδιών.

5. «ΠΑΙΡΝΩ ΤΟ ΦΟΒΟ ΜΟΥ ΑΓΚΑΛΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΧΩΡΑΩ!»

Ο ΦΟΒΟΣ: μονοπάτι αυτεπίγνωσης, προσωπικής εξέλιξης και συνύρπαξης

«Όταν φοβάσαι και ακινητοποιείσαι, τότε χρειάζεται να θυμηθείς τις «περήφανες στιγμές σου», το ποιος είσαι και τι μπορείς να κάνεις, να έρθεις σε επαφή με τις ξεχασμένες πηγές δύναμής σου, τα εφόδια σου και να ξαναβρείς νόημα, θάρρος και θέληση ώστε να προχωρήσεις μπροστά». Στο εργαστήριο με βιωματικό τρόπο θα αλληλοεπιδράσουμε και θα ενισχύσουμε ο ένας τον άλλον, αξιοποιώντας τις αρχές της Θετικής Ψυχολογίας και χρησιμοποιώντας τεχνικές και εργαλεία της Καταξιοτικής προσέγγισης που στοχεύουν στην αύξηση των θετικών συναισθημάτων στη ζωή των ανθρώπων, στη μείωση ή την αντιμετώπιση των αρνητικών και στην οικοδόμηση ψυχολογικών εφοδίων.

ΕΙΡΗΝΗ ΡΕΠΠΑ: Οικογενειακή θεραπεύτρια, Σύμβουλος επαγγελματικής σταδιοδρομίας. Έχει Msc. στη Σχολική Ψυχολογία & Συμβουλευτική από το Παν. Πατρών, κατέχει Πιστοποιητικό Ειδίκευσης στη Συμβουλευτική και τον Επαγγελματικό Προσανατολισμό και ειδικεύτηκε στη Συστημική Οικογενειακή Θεραπεία στο Ε.Δ.Α.Σ. Έχει εργαστεί ως σύμβουλος ΣΕΠ στη Β/θμια Εκπ/ση, έχει συντονίσει ως Ψυχοθεραπεύτρια σχολές γονέων, ομάδες εφήβων, ανέργων, εκπαιδευτικών, προσφέροντας θεραπευτικό και συμβουλευτικό έργο σε άτομα, ομάδες και οικογένειες. Έχει συμμετάσχει σε πολλά συνέδρια και ημερίδες ως ομιλήτρια ή συντονίστρια βιωματικών εργαστηρίων. Είναι μέλος των εταιρειών: Ε. Ε. Σ, ΕΛΕΣΥΘ και (ΕΦΤΑ).

ΙΟΥΛΙΑ ΚΟΥΡΤΗ: Πτυχίο ανθρωπιστικών σπουδών (ΕΚΠΑ), Σύμβουλος με ειδίκευση στη Συστημική Συμβουλευτική, Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας. Είναι απόφοιτος της Θεολογικής Σχολής (ΕΚΠΑ) και έχει Πιστοποιητικό Ειδίκευσης στη Συμβουλευτική και τον Επαγγελματικό Προσανατολισμό στην ειδική αγωγή (ΕΚΠΑ). Ειδικεύτηκε στη Συστημική Συμβουλευτική στο Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρώπινων Σχέσεων (Ε.Δ.Α.Σ.) και εκπαιδύεται στη θεραπευτική αντιμετώπιση των εξαρτήσεων (18 ΑΝΩ). Έχει εργαστεί στη Συμβουλευτική υποστήριξη εφήβων, ενηλίκων και ευάλωτων κοινωνικά ομάδων. Έχει συντονίσει δράσεις Συμβουλευτικής σε προγράμματα ανάπτυξης ανθρώπινου δυναμικού, εκπαίδευσης και δια βίου μάθησης, όπως και εμφύκωσης ομάδων. Συμμετέχει σε μελετητικές δράσεις και έχει δημοσιεύσει σε θέματα κοινωνικής πολιτικής και απασχόλησης (ΕΙΕΑΔ). Υποστηρίζει εθελοντικές δράσεις, είναι υπεύθυνη των Συμβούλων Χωρίς Σύνορα (ΣχΣ), μέλος του Δ.Σ. της Ε.Ε.Σ. και μέλος της ΕΑΚ.

6. «ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΟΥΜΕ ΚΑΙ ΝΑ ΥΠΕΡΒΟΥΜΕ ΤΟ ΦΟΒΟ»

ΔΙΔΑΓΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ & ΤΡΟΠΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΤΗ ΣΗΜΕΡΙΝΗ ΕΠΟΧΗ

Ο φόβος, συνειδητός και ασυνειδητός, καθορίζει κατά μεγάλο μέρος τη συμπεριφορά μας στην καθημερινότητα. Με τις ποικίλες αποχρώσεις του, επηρεάζει την κρίση μας και την ικανότητα να διαχειριστούμε καταστάσεις με πρόδηλα αποτελέσματα στην προσωπική, οικογενειακή και επαγγελματική μας ζωή καθώς και τη σωματική και ψυχική μας υγεία. Ο Νίκος Καζαντζάκης έγραψε: *«Δεν ελπίζω τίποτα, δε φοβούμαι τίποτα, είμαι λήπτερος»*. Κατανοώντας βαθύτερα τη φύση του φόβου, τον τρόπο που συνδέεται με την εικόνα του εγώ, όπως επίσης και με την ελπίδα και την πίστη, ανοίγουμε το δρόμο για την επιτυχημένη διαχείριση του και, τελικά, την υπέρβαση και την απελευθέρωση. Το βιωματικό αυτό εργαστήριο περιέχει πολύτιμη γνώση από τις σημαντικότερες πνευματικές παραδόσεις της Δύσης και της Ανατολής, χρήσιμες σε κάθε επαγγελματία ψυχικής υγείας. Θα συζητηθεί επίσης η σχέση με άλλες γνωστές τεχνικές που ίσως έχουν εκπαιδευτεί οι συμμετέχοντες όπως διαλογισμός, NLP, mindfulness, θεραπευτική ύπνωση, yoga και άλλες.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΧΟΥΡΔΑΚΗΣ: Metaskills Mentor – Coach, Personal and Professional Development. Έχει μεταπτυχιακές σπουδές στη Συμβουλευτική & Ψυχοθεραπεία (Συνθετική Προσέγγιση) κι ακόμα σπουδές στο Coaching & Mentoring, Οικονομικά, Διοίκηση και Πληροφορική. Ασχολείται 40 χρόνια με την πνευματική ανάπτυξη και συνεργάζεται από 25ετίας με πολυεθνικές εταιρείες στην Ελλάδα, Ευρώπη και Αμερική. Είναι Πρόεδρος και μέλος Δ.Σ. οκτώ εταιρειών, Οργανισμών & ΜΚΟ καθώς και μέλος διεθνών επαγγελματικών και λοιπών συλλόγων (ΕΕΑΨ, ΕΑΚ, ICF, EMCC, IMA, TCE, ICPSA (Harvard), ΕΕΔΕ/ΕΙΜΑΔ, MENSA, ECG). Έχει επίσης διατελέσει μέλος του Δ.Σ. της Ε.Ε.Σ.

7. ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΚΑΘΕ ΦΟΒΟ ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΑΝΤΑ ΜΙΑ ΙΔΕΑ»

Σύμφωνα με τον Πλάτωνα, ο άνθρωπος μπορεί να φτάσει στις Ιδέες που θα τον καταστήσουν Ελεύθερο, μόνο μέσω της, απαλλαγμένης από τις αισθήσεις, Λογικής, ενώ ο Αριστοτέλης με τη σειρά του, θεμελιώνει και αποδεικνύει ότι Ελεύθερος πραγματικά άνθρωπος είναι αυτός που ξεπερνά τους φόβους του. τα ανθρώπινα δηλαδή δημιουργήματα που σαν σκοπό έχουν τον έλεγχο του νου.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΣΑΒΒΟΠΟΥΛΟΣ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπευτής. Diploma in Psychology SAC Dip ASET 5, Diploma in Cognitive and Behavioral Psychotherapy NCFE 5, Pg.C in Borderline Disorder Harvard Medical School. Πρόεδρος της Ακαδημίας της Ελευθερίας του Πνεύματος, Διδάκτωρ και θεμελιωτής Λογοδυναμικής Θεραπείας.

ΜΑΝΤΩ ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Πτυχιούχος τμήματος ΦΠΨ Πανεπιστημίου Αθηνών, Μεταφράστρια Αγγλικής γλώσσας, Λογοδυναμική Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ψυχοθεραπεύτρια.

ΜΥΡΩΝΑΣ ΜΠΟΛΟΒΙΝΟΣ: Μ.Εδ, Λογοδυναμικός Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπευτής, τραυματοθεραπευτής EMDR, έγκριτο μέλος της Ε.Ε.Σ.

8. «ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΣΘΕΝΕΙΑ ΣΤΟ ΣΘΕΝΟΣ»

Αρρώστια - Ασθένεια - Νόσος. Τρεις λέξεις/έννοιες που ξυπνούν έναν από τους βαθύτερους φόβους του σύγχρονου ανθρώπου. Ο φόβος του θανάτου, πρωταρχικός και προαιώνιος, συμμαχεί με την αβεβαιότητα, την ανασφάλεια, την αλματώδη πρόοδο της τεχνολογίας, την αμφισβήτηση παραδοσιακών αξιών και ρόλων, την έλλειψη κατεύθυνσης, οδηγώντας πολλούς από εμάς σε μια ζωή “χωρίς οδηγίες χρήσης”. Φόβος ανημπόριας και απώλειας που μεταλλάσσεται σε φόβο για την ίδια τη ζωή. Φόβος που σωματοποιείται. Καρκίνος, αυτοάνοσα, αλλεργίες, άγχος και κάθε είδους ψυχικές διαταραχές. Οι ασθένειες της εποχής. Τυχαίο;

Ένα βιωματικό εργαστήριο που πραγματεύεται στη στάση μας απέναντι στο φόβο της ασθένειας. Τόσο του συμβουλευόμενου όσο και του ίδιου του συμβούλου. Ενός φόβου που ταυτίζεται με την ίδια μας την ύπαρξη. Ένα εργαστήριο για την αναγνώριση, την πρόληψη, την αποδοχή, την ίαση, τη μετουσίωση.

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΑΥΡΟΥ, ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΙΟΥΣΗΣ: Σύμβουλοι Ψυχικής Υγείας, εθελοντές συντονιστές ομάδων αυτοβοήθειας στο MAZI (μη κερδοσκοπικό σωματείο) για άτομα με διαταραχές διάθεσης.

Ο Χρήστος Κιούσης εκπαιδεύεται στη Σχεσιακή Ψυχανάλυση στο Ινστιτούτο Σχεσιακής και Ομαδικής Ψυχοθεραπείας. Συντονίζει ομάδες αυτοβοήθειας για ενήλικα άτομα με διαταραχές διάθεσης (κατάθλιψη, διπολική διαταραχή) ως εθελοντής και μέλος του μη κερδοσκοπικού οργανισμού MAZI.

9. «Η ΣΥΝΘΕΤΙΚΗ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΩΣ ΜΕΘΟΔΟΣ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ & ΕΠΙΛΥΣΗΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Μια βιωματική προσέγγιση αναγνώρισης του φόβου & των φοβιών. Μέσα από την εμπύκωση, το παιχνίδι & τις τέχνες θα δούμε πώς ο Σύμβουλος - Εμπυκωτής μπορεί να συμβάλλει στην ανάδειξη τεχνικών αναγνώρισης, επεξεργασίας & επίλυσης των φόβων. Πώς η βιωματική εμπειρία μπορεί να ενθαρρύνει την προσωπική εξέλιξη & τη διάθεση ανεύρεσης τρόπων διαχείρισης & ανατροφοδότησης. Τέλος, με ποιό τρόπο, η δυναμική συνθετικών δράσεων δύναται να συμβάλλει αποφασιστικά στην υιοθέτηση αποτελεσματικών παρεμβάσεων για να μάθουμε να ζούμε, από θέση, την καθημερινότητά μας με χαρά, εμπιστοσύνη & γενναιότητα.

Φορέστε άνετα ρούχα & κάλτσες (το εργαστήριο γίνεται χωρίς παπούτσια).

ΦΡΟΣΩ ΜΠΕΝΕΤΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας (κατεύθυνση Συνθετική Ψυχοενεργειακή), Ηθοποιός, Σκηνοθέτης. Εργάζεται με ενήλικες ομαδικά & ατομικά και παρέχει εποπτεία σε εκπαιδευόμενους. Είναι εμπυκωτής ομάδων στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Συμβουλευτικής & Εμπύκωσης με τη μέθοδο της Συνθετικής Παιγνιόδρασης στην εταιρεία Εμπύκωσης - παιχνίδι - τέχνη - τρόπος ζωής (2002), την οποία και διευθύνει. Η προσέγγισή της είναι βιωματική και στοχεύει να συνθέσει τη Συμβουλευτική & την Εμπύκωση με το παιχνίδι & τις τέχνες.

ΚΥΡΙΑΚΗ 2 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018

ΚΥΡΙΑΚΗ ΠΡΩΙ • 10.00-12.30 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «ΘΑ ΣΟΥ ΔΕΙΞΩ ΤΟ ΦΟΒΟ ΣΕ ΜΙΑ ΧΟΥΦΤΑ ΧΩΜΑ». T.S. Eliot

Το υπαρξιακό άγχος ως οντολογική διάσταση του φόβου

Σύμφωνα με την Υπαρξιακή προσέγγιση ο φόβος είναι συναίσθημα οντικό, δηλαδή διαμορφωμένο σύμφωνα με ένα αποβλεπτικό αντικείμενο και σχετικό με το πώς ο κάθε άνθρωπος βρίσκεται σε μία συγκεκριμένη στιγμή. Το υπαρξιακό άγχος είναι η οντολογική διάσταση του φόβου, το ότι αγωνιούμε για την ύπαρξή και τη μη-ύπαρξή μας. Τι σημαίνει αυτό όμως; Και για ποιό λόγο χρειαζόμαστε αυτόν το διαχωρισμό στη ζωή μας και στην δουλειά μας ως σύμβουλοι; Μέσα από αυτό το εργαστήριο, θα διερευνήσουμε τα ερωτήματά μας πάνω στα παραπάνω καθώς και πώς μπορούμε να διαχωρίζουμε αυτές τις δύο έννοιες. Βιωματικά θα επεξεργαστούμε το πως ίσως διαχειριζόμαστε ο καθένας τον φόβο ως έκφανση του υπαρξιακού άγχους.

ANNA ΚΟΥΡΤΗ: Ch.Couns.Psychologist, AFBPsS, Συμβουλευτική Ψυχολόγος, Υπαρξιακή Θεραπεύτρια. Δουλεύει ιδιωτικά με ενήλικες και παρέχει κλινική εποπτεία σε εκπαιδευόμενους και επαγγελματίες της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Είναι Εκπαιδύτρια στην Ελληνική Εταιρεία Υπαρξιακής Ψυχολογίας “γίγνεσθαι”.

ΕΥΓΕΝΙΑ ΓΕΩΡΓΑΝΤΑ: Psy. D., ECP, Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια. Psy.D., ECP, τελείωσε το διδακτορικό της στην Κλινική Ψυχολογία το 1986 στην Βοστώνη. Από το 1987 ζει και εργάζεται στην Ελλάδα ως ψυχοθεραπεύτρια. Είναι ιδρυτικό μέλος του «γίγνεσθαι» της Ελληνικής Εταιρείας Υπαρξιακής Ψυχολογίας, όπου είναι Εκπαιδύτρια και επόπτρια.

2. «Ο ΠΟΘΟΣ ΚΑΙ Ο ΦΟΒΟΣ»

Σ' αυτό το εργαστήρι θα μιλήσουμε για τον πόθο και το φόβο και την άρρηκτα συνδεδεμένη σχέση τους. Ο φόβος αυτό το δύσκολο διεισδυτικό, οδυνηρό αλλά και αποτελεσματικό πολλές φορές συναίσθημα ίσως κρύβει πολλές από τις επιθυμίες και πόθους μας.

Θα προσπαθήσουμε να ρίξουμε λίγο φως γι' αυτό που κρύβεται πίσω από κάποιους φόβους και μπορεί κάτι να έχουν να μας πουν. Ο φόβος μας δυναμώνει όλο και περισσότερο όταν δεν τον βλέπουμε καθαρά και έτσι ζει στη σκιά στα μπερδεμένα λόγια και στους ρόλους που περνούμε.

Οι φόβοι που μας διακατέχουν συνιστούν ένα από τα ισχυρότερα δηλητήρια της ζωής μας. Έχουμε απίστευτη ικανότητα να δημιουργούμε νέους φόβους, να συντηρούμε τους παλιούς, να ανανεώνουμε και να ενημερώνουμε το αστείρευτο απόθεμα των φόβων μας.

Στο εργαστήρι θα προσπαθήσουμε να δούμε πίσω από το φόβο ποια επιθυμία ποιος πόθος υπάρχει ...φοβάμαι γιατί ποθώ ...όπου πόθος και φόβος;;; ή όπου φόβος και πόθος;;;

Θα μοιραστούμε πόθους και φόβους και πως αυτοί συναντιούνται στη ζωή μας και θα προσπαθήσουμε να μάθουμε πως θα καταλαβαίνουμε ποιος πόθος είναι εκεί και κινεί το φόβο ...ή ποιος φόβος κλέβει τον πόθο μας.

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ: Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων, μη κατευθυντικός Σύμβουλος και Ψυχοθεραπευτής (N.D.I.)

Γεννήθηκε στην Αθήνα το 1971. Σπούδασε ιατρική και απέκτησε την ειδικότητα της ψυχιατρικής παιδιών και εφήβων στο Παιδο-ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής. Παράλληλα, εκπαιδεύτηκε στην Ψυχοθεραπεία και εμπύκωση ομάδων ακολουθώντας το ψυχο-παιδαγωγικό σύστημα της Mn-Κατευθυντικής Παρέμβασης (NDI) με δάσκαλο τον γάλλο ψυχοπαιδαγωγό και διανοητή Michel Lobrot. Από τις αρχές του 2008 μεταφέρει την έδρα του Ινστιτούτου "μίτος" στην Κρήτη και ξεκινά συνεργατικές δράσεις με την ψυχοθεραπεύτρια Ν. Πατεράκη που συνεχίζουν μέχρι και σήμερα. Ασχολείται ενεργά με την ψυχοθεραπεία (>2000 ωρών/έτος), ενώ το 2013 παρουσιάζει για πρώτη φορά ένα νέο συνθετικό σύστημα θεραπείας του τραύματος με το όνομα Mn-Κατευθυντική Εργασία μέσω της Αναπνοής (Non Directive Breathwork) ή Ψυχοναυτική τέχνη και ασχολείται ιδιαίτερα με την εκπαίδευση εμπυκτών, ψυχοθεραπευτών, εκπαιδευτικών και άλλων επαγγελματιών ομάδων.

ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΠΑΤΕΡΑΚΗ-ΚΑΣΤΡΙΝΑΚΗ: Msc Ψυχολόγος, Σύμβουλος ψυχικής υγείας, πιστοποιημένη Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδύτρια και επόπτρια στην Προσωποκεντρική και στην Παρεμβαίνουσα Mn-Κατευθυντική N.D.I. Η ψυχοθεραπευτική της εκπαίδευση είναι στη συστημική, στη προσωποκεντρική και στη μη κατευθυντική παρέμβαση N.D.I καθώς και στη θεραπεία ζεύγους στη συγκινησιακά εστιασμένη θεραπεία (e.f.t) της Sue Johnson. Είναι συνιδρύτρια του κέντρου «μίτος: η τέχνη του θεραπεύειν», στο οποίο είναι «Εκπαιδύτρια και επόπτρια σε εκπαιδευτικά προγράμματα τεσσάρων ετών στην εκπαίδευση ενηλίκων στη Συμβουλευτική και Ψυχοθεραπεία Προσωποκεντρικής και Mn-Κατευθυντικής παρέμβασης όπου είναι αναγνωρισμένα από την ελληνική και Ευρωπαϊκή Εταιρία Συμβουλευτικής καθώς και από τον παγκόσμιο οργανισμό της NDI. Παράλληλα εργάζεται ιδιωτικά στα Χανιά παρέχοντας Συμβουλευτική και Ψυχοθεραπευτική υποστήριξη σε εφήβους, ενήλικες, ζευγάρια και οικογένειες. Επιπρόσθετα, συντονίζει ομάδες γονέων, εφήβων και δασκάλων με τη μέθοδο εκπαίδευσης αποτελεσματικού γονέα και δασκάλου (EAG και EAD του Tomas Gordon) καθώς και ομάδες προσωπικής ανάπτυξης, σεξουαλικότητας και ερωτικών σχέσεων, στήριξης στο πένθος και την απώλεια, υποστήριξης στην Υπογονιμότητα. Στα Χανιά παραδίδει σε εβδομαδιαία βάση, σε σχολεία, διαλέξεις σε θέματα που αφορούν τόσο το παιδί όσο το σχολείο και την οικογένεια. Όσον αφορά τις ενεργειακές σωματικές θεραπείες, είναι εκπαιδευμένη στην κраниοιερή στη σωματοσυναίσθηματική απελευθέρωση και Reiki master.

3. «Η ΑΞΙΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ, ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΠΡΟΣΩΠΟΚΕΝΤΡΙΚΑ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΧΕΣΗ».

Ο φόβος, σε οποιαδήποτε μορφή του, μπορεί να αποτελέσει δυνατότητα για το άτομο. Δυνατότητα για ανάπτυξη και βαθύτερη σχέση με τον εαυτό, η οποία μπορεί να αναδυθεί στη θεραπευτική σχέση, έτσι όπως χτίζεται μέσα από τις τρεις πυρηνικές συνθήκες της Προσωποκεντρικής προσέγγισης την ενσυναίσθηση, την άνευ όρων αποδοχή και την αυθεντικότητα. Στο εργαστήριο αυτό, θα έχουμε τη δυνατότητα με βιωματικό τρόπο, να αναγνωρίσουμε την αξία του φόβου, υποκειμενικά για τον καθένα μας και να διερευνήσουμε νέες δυνατότητες σχέσης με τον εαυτό και τους άλλους. Έτσι μυριάδες φόβοι, (όπως φόβος μέλλοντος, φόβος αποτυχίας, φόβος του πόνου, ο φόβος του θανάτου, ο φόβος του ίδιου του φόβου μαζί με τις μυριάδες φοβίες και κρίσεις πανικού) από εμπόδια ίσως μπορούν να γίνουν εργαλεία ανάπτυξης του εαυτού μέσα στη θεραπεία!

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΜΠΛΙΤΣΑΣ: Msc Ψυχολόγος, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης Προσωποκεντρικός Ψυχοθεραπευτής, Παιδοκεντρικός Παιγνιοθεραπευτής Πρόεδρος & Επιστημονικός Διευθυντής του Ε.Ψ.Μ. Από το 1998 έως το 2000 συνεργάστηκε με το Δρομοκαϊτείο Θεραπευτήριο, ενώ από το 1999 εργάζεται ατομικά με ενήλικες και ομάδες. Το 2005 ήταν συνιδρυτής του «Εργαστηρίου Ψυχοκοινωνικών Μελετών» το οποίο έχει πολυσιχδή δραστηριότητα στο χώρο της Συμβουλευτικής και της Ψυχοθεραπείας προσφέροντας δυνατότητες για βιωματική μάθηση, αυτογνωσία, προσωπική ανάπτυξη, ψυχοκοινωνική υποστήριξη και θεραπεία. Σήμερα το ΕΨΜ αποτελεί εκπαιδευτικό κέντρο στην PCA & την CCPT.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΕΝΤΙΓΚΕΛΕΝΗ: Msc MD Prof.D., Ψυχίατρος παιδιών & εφήβων, Προσωποκεντρική Σύμβουλος & Παιγνιοθεραπεύτρια, Διευθύντρια του τμήματος Έρευνας & Μελέτης του Ε.Ψ.Μ. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της στην Ιατρική το 2007. Συνέχισε και ολο-

κλήρωσε την ειδίκευσή της στην Ψυχιατρική Παιδιών και Εφήβων. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της στο MSc στην «Κοινωνική Ψυχιατρική» στο ΔΠΘ το 2015 και στο MSc στη «Διοίκηση Μονάδων Υγείας» στο ΕΑΠ το 2017. Ασκεί Προσωποκεντρική Ψυχοθεραπεία, Συμβουλευτική και Παιγνιοθεραπεία σε παιδιά, έφηβους και ενήλικες. Είναι υπεύθυνη του Τμήματος Έρευνας και Μελέτης του ΕΨΜ καθώς τρέφει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για το χώρο της έρευνας και διαθέτει σημαντικό ερευνητικό υπόβαθρο.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΣΙΛΙΓΚΑΡΙΔΟΥ: Παιδαγωγός, εμπυχωτρία, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Προσωποκεντρική Θεραπεύτρια. Εκπαιδευμένη προσωποκεντρική σύμβουλος και παιγνιοθεραπεύτρια στο Εργαστήριο Ψυχοκοινωνικών Μελετών. Εργάζεται ως νηπιαγωγός σε ιδιωτικό νηπιαγωγείο - παιδικό σταθμό. Ασκεί παιδοκεντρική Play Therapy σε συνεργασία με τα Παιδικά Χωριά SOS Θράκης. Είναι συνεργάτης του Ε.Ψ.Μ. όπου ασκεί προσωποκεντρική συμβουλευτική ατομικά με ενήλικες και παιγνιοθεραπεία με παιδιά, συμμετέχει ως διευκολύντρια σε εκπαιδευτικές ομάδες και σε ομάδες προσωπικής ανάπτυξης.

4. «ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ ΕΡΩΤΑ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΩΣ ΑΝΤΙΔΟΤΟ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Ποιο είναι τελικά το κλειδί για την χαρά, για μια ζωή πέρα από τη σκιά του φόβου;

Το παραμύθι ως θεραπευτικό μέσο μας επιτρέπει μέσα από την πανανθρώπινη διάστασή του να εντοπίσουμε το ατομικό μας μονοπάτι. Κάπως έτσι το όλον αγγίζει το μέρος και το μέρος προσφέρει στο όλον μέσω της δημιουργίας. Άλλωστε η δημιουργικότητα είναι μια απάντηση στον φόβο και η δημιουργία ένας τρόπος να τον μετουσιώσουμε. Σε αυτό το βιωματικό εργαστήριο, ακολουθώντας τη διαδρομή της πρωταγωνίστριας ενός πλούσιου σε συμβολισμούς και νοήματα παραμυθιού, θα ανακαλύψουμε πώς μπορούμε να γίνουμε εμείς πρωταγωνιστές της ζωής μας κάνοντας όχημα ό,τι μέχρι σήμερα ήταν εμπόδιο. Θα διαπιστώσουμε πώς εμείς μπορούμε να μετατρέψουμε την τρομακτική αβεβαιότητα της ζωής σε ενδιαφέρον και απολαυστικό παιχνίδι ύπαρξης.

Άραγε τι μπορεί να συμβεί αν επιτρέψουμε στο φως και το σκοτάδι να σχετιστούν;

Αν γίνουμε εμείς οι ίδιοι η γέφυρα ανάμεσά τους; Ο καθένας από εμάς θα βρει τις δικές του απαντήσεις στα παραπάνω ερωτήματα μέσα από βιωματικές ασκήσεις, δημιουργία προσωπικών συμβόλων, διάδραση και φυσικά μέσα από την δική του προσωπική νοηματοδότηση του παραμυθιού που θα ακουστεί.

ΕΒΕΛΥΝ ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling of Strathclyde University U.K., Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Έχει παρακολουθήσει τον τετραετή κύκλο σεμιναρίων της «Γέφυρας του Ουράνιου Τόξου» της Ψυχοεργειακής Προσέγγισης στη ΣΥΝΘΕΣΙΣ. Είναι απόφοιτος του Deree College. Εργάζεται ως Προσωποκεντρική Σύμβουλος μέσα από ατομικές συνεδρίες και ως συντονίστρια σε ομάδες προσωπικής ανάπτυξης καθώς και ως εκπαιδύτρια της Προσωποκεντρικής Προσέγγισης. Είναι γραμματέας του Δ.Σ. της Ε.Ε.Σ. και μέλος της ΕΑΚ.

ΝΑΤΑΣΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΥ: Pg Dip, Msc in Person Centred Counselling of Strathclyde University U.K., Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Έχει παρακολουθήσει τον τετραετή κύκλο σεμιναρίων της Ψυχοεργειακής Προσέγγισης στη ΣΥΝΘΕΣΙΣ. Είναι απόφοιτος της Γαλλικής Φιλολογίας, ΕΚΠΑ και συγγραφέας του βιβλίου ΤΑ ΜΑΥΡΑ ΒΟΛΙΑ εκδ. ΝΙΚΑΣ. Εργάζεται ως Προσωποκεντρική Σύμβουλος.

ΜΑΡΙΑ ΣΚΑΜΠΑ: Pg Dip, MSc in Person Centred Counselling of Strathclyde University U.K. Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Είναι κάτοχος πτυχίου του τμήματος Φιλοσοφία, Παιδαγωγικά και Ψυχολογία του ΕΚΠΑ, με κατεύθυνση στην Ψυχολογία. Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια Art-therapy, Play-therapy και τα τελευταία έξι χρόνια ασχολείται με το θέατρο. Εργάζεται ως Προσωποκεντρική Σύμβουλος και ως Φιλολόγος.

ΕΛΛΗ ΣΚΑΡΒΕΛΗ: Pg Dip, MSc in Person Centred Counselling of Strathclyde University U.K. Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Έχει παρακολουθήσει για δύο χρόνια σεμινάρια της Ψυχοεργειακής προσέγγισης στη ΣΥΝΘΕΣΙΣ. Είναι Παιδαγωγός με ειδίκευση στην Δημιουργική Εκπαίδευση. Έχει εργαστεί εθελοντικά ως συντονίστρια σε ομάδα στην ΜΚΟ ΜΑΖΙ. Εργάζεται ως Προσωποκεντρική Σύμβουλος και ως συντονίστρια σε ομάδες προσωπικής ανάπτυξης.

5. «ΟΙ ΦΟΒΟΙ ΣΟΥ ΚΑΙ ΟΙ ΦΟΒΟΙ ΜΟΥ ΣΤΟ ΙΔΙΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ»

Θεραπεύοντας μέσα μου το φοβισμένο παιδί

«Έλα λοιπόν κάνε ένα θαρραλέο βήμα, πες ότι φοβάσαι, άσε το σώμα σου να το νιώσει, δέξου το, μοιράσου το, χάιδεψε το φόβο του και δες πέρα και πίσω από αυτόν... μόνο μη σταματάς, προχώρα και ας φοβάσαι... μη ντραπείς, μίλα μου, γιατί δεν είσαι ο μόνος και δεν είσαι μόνος!» Με οδηγό την αφηγηματική προσέγγιση, την «αντλεριανή» ανάλυση των παιδικών αναμνήσεων και κυρίως μέσα από τη δυναμική και την αλληλεπίδραση της ομάδας θα θεραπεύσουμε το φοβισμένο παιδί μέσα μας, θα αναλύσουμε προσωπικές μας παιδικές αναμνήσεις και θα αφηγηθούμε «άφοβα» ιστορίες φόβου!

Στο εργαστήριο αυτό θα ενδυναμώσουμε και θα στηρίξουμε ο ένας τον άλλον δημιουργώντας ένα περιβάλλον αποδοχής, και εμπιστοσύνης, έτσι ώστε να συνδεθούμε με την εσωτερική πηγή δύναμης μας κατασκευάζοντας μια νέα αφήγηση, στην οποία ο φόβος ήρθε μόνο και μόνο για να μας προστατέψει, να μας μεγαλώσει και να μας εξελίξει!

ΕΙΡΗΝΗ ΡΕΠΠΑ: Οικογενειακή Θεραπεύτρια, Σύμβουλος επαγγελματικής σταδιοδρομίας. Έχει Msc στη Σχολική Ψυχολογία & Συμβουλευτική από το Παν/μιο Πατρών, κατέχει Πιστοποιητικό Ειδικεύσεως στη Συμβουλευτική και τον Επαγγελματικό Προσανατολισμό και ειδικεύτηκε στη Συστημική Οικογενειακή Θεραπεία στο Ε.Δ.Α.Σ. Έχει εργαστεί ως σύμβουλος ΣΕΠ στη Β/θμια Εκπ/ση, έχει συντονίσει ως Ψυχοθεραπεύτρια σχολές γονέων, ομάδες εφήβων, ανέργων, εκπαιδευτικών, προσφέροντας θεραπευτικό και συμβουλευτικό έργο σε άτομα, ομάδες και οικογένειες. Έχει συμμετάσχει σε πολλά συνέδρια και ημερίδες ως ομιλήτρια ή συντονίστρια βιωματικών εργαστηρίων. Είναι μέλος των εταιρειών: Ε. Ε. Σ., ΕΛΕΣΥΘ και (ΕΦΤΑ).

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΣΑΡΙΓΙΑΝΝΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Εκπαιδευτικός, Πτυχιούχος του ΤΕΑΠΗ Αθηνών. Ειδικεύτηκε στη Συστημική Συμβουλευτική στο Ε.Δ.Α.Σ. Διετέλεσε επί δύο δεκαετίες διευθύντρια στον τομέα προσχολικής αγωγής στο Νηπιαγωγείο Παράλληλα επί σειρά ετών παρείχε υπηρεσίες Συμβουλευτικής και δραστηριοποιήθηκε στους τομείς: Συμβουλευτικής Γονέων, Συμβουλευτικής και Εποπτείας του Νηπιαγωγείου και του Βρεφονηπιακού Σταθμού, Κατάρτισης και λειτουργίας Ετήσιου Προγράμματος Ανάπτυξης Συναισθηματικής Νοημοσύνης στο Νηπιαγωγείο, Δημιουργίας και εφαρμογής προγραμμάτων Ανάπτυξης Συναισθηματικής Νοημοσύνης σε παιδιά.

6. «Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Ο φόβος είναι ένας βασικός παράγοντας που περιορίζει την ανάπτυξη και την εξέλιξή μας.

Είναι παρών σχεδόν σε κάθε βήμα μας από την γέννηση έως τον θάνατο μας και μπορεί να είναι ένας σθεναρός εχθρός ή ένας σύμμαχος. Στο παρόν εργαστήριο θα δούμε διάφορες τεχνικές για την καλλίτερη κατανόηση, ιεράρχηση και καταπολέμηση των προσωπικών μας φόβων.

"Το μόνο πράγμα που πρέπει να φοβόμαστε, είναι.. ο φόβος" (Φραγ. Ρούσβελτ).

ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΑΙΜΟΔΕΤΗΣ: Σύμβουλος ψυχικής υγείας και Εκπαιδευτής πολεμικών τεχνών. Κατέχει bachelor στην ψυχολογία (Brussels cap.university), δίπλωμα στην Συμβουλευτική (cosca). Εκπαιδεύτηκε στη Συνθετική Συμβουλευτική και στην ομαδική Ψυχοθεραπεία στο Athens Synthesis Centre – Π. Ασημάκης και ειδικεύτηκε σε θέματα αυτοπεποίθησης και ενδυνάμωσης. Εισηγητής στην Ελληνική Εταιρία Φιλοσοφίας, Ψυχολογίας και Έρευνας. Διδάσκει αυτοάμυνα επί 28 χρόνια (Ph.D στην φιλοσοφία των πολεμικών τεχνών - San Diego University) και είναι εισηγητής σε συνέδρια σε Ευρώπη, Ασία και Η.Π.Α. Έχει εισαχθεί 5 φορές στο London hall of fame και στην εγκυκλοπαίδεια who is who. Είναι μέλος του Δ.Σ. της Ε.Ε.Σ. και μέλος της ΕΑΚ.

7. «ΦΟΒΟΣ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΩΣΗΣ ΤΟΥ ΑΥΤΟΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΥ»

Στόχος του εργαστηρίου είναι να αναδείξει μια σημαντική ροπή της εποχής μας: Την τάση των ανθρώπων σήμερα να αυτοπροσδιοριστούν και να πραγματώσουν αυτή την τόσο υπαρξιακή τους ανάγκη όχι σύμφωνα με τις επιταγές κάποιας ιδεολογίας ή κοινωνικού προστάγματος, αλλά σύμφωνα με την εσωτερική τους αλήθεια. Κατά τη διαδικασία αυτή παρεισφρέει ο φόβος να εγκαταλείψουν παλιές δομές σκέψεων και συμπεριφορών. Νιώθουν ότι, αν το πράξουν, θα εγκαταλειφθούν από το οικείο περιβάλλον. Πορεύονται υπό την απειλή της καθολικής κατάρρευσης. Η βιωματική προσέγγιση θα γίνει δραματοθεραπευτικά χρησιμοποιώντας ως βάση αναφοράς το Μύθο της Οδύσσειας. Το θεωρητικό και θεραπευτικό υπόβαθρο είναι από τη Διδασκαλία της Προαιώνιας Σοφίας, της Αλίκης Μπέλι. Οι συμμετέχοντες θα παροτρυνθούν να δημιουργήσουν κείμενα τα οποία θα αποτελέσουν βάση θεατρικού αυτοσχεδιασμού. Η ομάδα θα ενθαρρυνθεί να εκφράσει το συγκεκριμένο φόβο δημιουργικά, καταργώντας έστω και προς στιγμήν την παντοδυναμία του φόβου να νεκρώνει τη Χαρά της δημιουργίας.

ΔΑΝΗΣ ΑΠΤΟΣΟΓΛΟΥ: Ψυχολόγος, Δραματοθεραπευτής. Βασική εκπαίδευση Ψυχοενεργειακής Προσέγγισης στο Κέντρο πολιτισμού και τέχνης Σύνθεση (2015), ίδρυση Κέντρου Ψυχοθεραπείας και θεατρικής έκφρασης ΖΕΥΞΗ, όπου εργάζεται ιδιωτικά ως θεραπευτής (2007), Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας Αιών (2004), Deere College (1998), Quincy College, Boston USA (1994).

8. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ»

Μέσω τεχνικών αυτοματισμού (αυτόματη γραφή, σχέδιο, φαντασία, κ.ά.) επιδιώκεται η ανάδυση επιθυμών στο εδώ και τώρα του εργαστηρίου, και το μοίρασμα τους βιωματικά, προφορικά, γραπτά, θεατρικά, χορευτικά, κ.ά. με στόχο την κατανόηση του φόβου έκφρασης της επιθυμίας και την ενεργοποίηση των δυνάμεων αυτοπραγμάτωσης των συμμετεχόντων. Επιδιώκεται η από κοινού δημιουργία της μορφής και του περιεχομένου του εργαστηρίου δίχως πρωθύστερους σχεδιασμούς και θεματολογία. Πρόκειται για άσκηση ελευθερίας, έκφρασης και επικοινωνίας, σύμφωνα με τις ανάγκες και τις επιθυμίες των συμμετεχόντων. Βασικές αρχές της εμπύκωσης: Ακούω-Προτείνω-Συνοδεύω, με Ενσυναίσθηση, Γνησιότητα, Ανεπιφύλακτα θετική αποδοχή.

ΚΩΣΤΑΣ ΜΠΑΚΙΡΤΖΗΣ: Κλινικός κοινωνικός Ψυχολόγος, Ψυχοπαιδαγωγός, πρ. αναπλ. καθ. παιδαγωγικής σχολής ΑΠΘ, εμπνευστής ομάδων, Ψυχοθεραπευτής, Εκπαιδευτής ΝΔΙ. Σπούδασε φυσική (ΑΠΘ, 1964-1970), Επιστήμες της Παιδείας (Paris 8, 1974-78, διδακτ. 1987), Κλινική και Κοινωνική Ψυχολογία (Paris 7, 1981-1986). Εκπαιδεύτηκε σε 4ετή προγράμματα ραϊκικής ψυχοθερα-

πείας (Bionergetics) και NDI του M.Lobrot. Ιδρυτικό μέλος της Fédération Internationale de la Non Directivité Intervenante, του Πανελληνίου Συλλόγου NDI, του Ινστιτούτου Βιωματική Παρέμβαση NDI. Συγγραφέας βιβλίων, δοκιμίων και επιστημονικών άρθρων.

ΙΩΑΝΝΑ ΓΚΙΟΥΛΕ: Εμπυχώτρια Ομάδων, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, εκπαιδευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια NDI και ολιστικής γυμναστικής. Σπούδασε Φυσική στο ΑΠΘ. Εκπαιδεύτηκε με τον M.Lobrot και τον Κ.Μπακιρτζή στη θεωρία και μεθοδολογία της NDI. Ιδρυτικό μέλος και εκπρόσωπος του Ινστιτούτου Βιωματική Παρέμβαση NDI. Είναι μέλος εκπαιδευτικού team στο μεταπτυχιακό Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης του ΑΠΘ και εμπυκώνει βιωματικά-επιμορφωτικά εργαστήρια εκπαιδευτικών και άλλων επαγγελματιών κατηγοριών.

9. «ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΜΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Μια, συνήθως πρώιμη, αλλά μερικές φορές και μεταγενέστερη εγγραφή ενός πραγματικού ή πλασματικού κινδύνου οδηγεί όλο μας το είναι (ύπαρξη) σε συρρίκνωση. Κλεινόμαστε μέσα στα ψηλά τείχη και τις αποχρώσεις του φόβου, ξεκινώντας από τη μικρή ενόχληση, «τσίμπημα», δυσφορία, ανατριχίλα μέχρι τον πανικό που μπορεί να θεριεύσει και να αλώσει ολόκληρη την ψυχή. Θα παρακολουθήσουμε βήμα-βήμα την εξέλιξη της κατασκευής του φόβου και την σταδιακή αποδόμηση του. Θα αντιληφθούμε πως κατασκευάζονται τα τείχη του φόβου από εμάς τους ίδιους και θα πειραματιστούμε (βιωματικά) στην αποδόμησή τους.

Σε αυτό το εργαστήριο θα έρθουμε σε επαφή με ένα από τα πρότυπα εργαλεία της σωματοδυναμικής εκπαίδευσης του Bodynamic: «το σωματικό κόμπο». Ο Σωματικός κόμπος χρησιμοποιείται ως πρότυπο αναζήτησης που εξερευνά μέσα από εννέα στοιχεία, ή τμηματικές διαδικασίες, τι είναι αυτό το οποίο ηγαίνει στραβά τόσο στην επικοινωνία με τους άλλους όσο και στην επικοινωνία με τον εαυτό μας. Διερευνά τι παραλείπεται, που αρχίζουν οι παρανοήσεις και δρα προς την εκ νέου νοηματοδότηση.

ΜΑΡΙΑ ΝΤΙΝΟΥ: Πιστοποιημένη Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ψυχοθεραπεύτρια στην Συνθετική και Υπαρξιακή προσέγγιση. Diploma in Integrative Counselling & Counselling Skills Cosca BCA, Counselling & Psychotherapy in Scotland, BA in Integrative Counselling, Middlesex University of London, International Diploma in Bodynamic Foundation Training, Μετεκπαιδευτικό στην Κλινική Ψυχοπαθολογία του Αιγινήτειου, 4ετή εκπαίδευση στη Υπαρξιακή Συμβουλευτική και Ψυχοθεραπεία της Ελληνικής Εταιρείας Υπαρξιακής Ψυχολογίας «Γίνεσθαι». Τακτικό μέλος: Ε.Ε.Σ., Ε.Α.Σ., ΕΕΑΣΘΣΨ, Μέλος του Δ.Σ. της Ε.Ε.Σ. (2015).

ΚΑΛΛΙ ΧΑΝΔΡΙΝΟΥ: Συνθετική Ψυχοθεραπεία, Συνθετική Συμβουλευτική και εποπτεία. Συνθετική Ψυχοθεραπεία (Advanced Diploma in Integrative Psychotherapy/Athens Synthesis Center Athens), Συνθετική Συμβουλευτική (BA in Integrative Counselling /Middlesex London), Εποπτεία (Certificate in Counselling Supervision/Cosca Scotland), Προγεννητική Ψυχολογία (Cosmoanelix Athens), Σωματοδυναμική Ψυχοθεραπεία & Ανάλυση (Bodynamic Athens) - ΕΕΨΕ - ΕΑΡ - ΕCΡ - ΕΕΑΣΘΣΨ.

12.30-14.00

Διάλειμμα για φαγητό στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ - μετάβαση στις αίθουσες

ΚΥΡΙΑΚΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ • 14.00-16.30 ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1. «ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΟΒΟ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ» Ψυχοναυτική τέχνη-ars psyche-nautica

Ινστιτούτο «μίτος-η τέχνη του θεραπεύειν» Χανιά

Η Ψυχοναυτική τέχνη ή Μη Κατευθυντική Εργασία μέσω της Αναπνοής (Non Directive Breathwork) αποτελεί ένα συνθετικό ομαδικό ψυχοθεραπευτικό σχήμα που χρησιμοποιεί την αναπνοή σαν θεραπευτικό όχημα και την δυνατή βιωματική εμπειρία για την ανάδυση του εσωτερικού εαυτού. Αποτελεί γέφυρα που συνδέει τις πνευματικές διαστάσεις με την συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία σε μια πορεία προς την ολοκλήρωση. Με οδηγό την αναπνοή, την βασική δραστηριότητα της ανθρώπινης ύπαρξης, το άτομο ταξιδεύει στην προσωπική του ιστορία με ένα τελειώς ξεχωριστό, ζωντανό και ανεπανάληπτο τρόπο. Το τι θα προκύψει διαφέρει από άτομο σε άτομο και από συνεδρία σε συνεδρία, αλλά το αποτέλεσμα είναι πάντα θεραπευτικό και συνοδεύεται από βιώματα βαθιάς χαλάρωσης, ηρεμίας, όξυνσης των αισθήσεων και απελευθέρωσης προσομοιάζοντας σε μία μυστικιστική εμπειρία. Επίσης, είναι μια ευθεία θεραπευτική οδός προς το εσωτερικό τραύμα βαδίζοντας με ασφάλεια σε θεραπευτικά μονοπάτια που ίσως η λεκτική θεραπεία δεν θα φτάσει ποτέ. Ο τελικός στόχος είναι η ενεργοποίηση της αυτο-ίασης, η προσωπική ανάπτυξη, η αντιμετώπιση τραυμάτων, η θεραπευτική ανακατανομή των θεμάτων που απασχολούν το άτομο, η ενεργοποίηση μέσα μας μιας «άλλης ματιάς απέναντι στα πράγματα».

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΣΤΟΥΡΝΑΡΑΣ: Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων, Μν-Κατευθυντικός Σύμβουλος και Ψυχοθεραπευτής (Ν.Δ.Ι.) Γεννήθηκε στην Αθήνα το 1971. Σπούδασε ιατρική και απέκτησε την ειδικότητα της ψυχιατρικής παιδιών και εφήβων στο Παιδο-ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής. Παράλληλα, εκπαιδεύτηκε στην ψυχοθεραπεία και εμπύκωση ομάδων ακολουθώντας το ψυχο-παιδαγωγικό σύστημα της Μν-Κατευθυντικής Παρέμβασης (NDI) με δάσκαλο τον γάλλο ψυχοπαιδαγωγό και διανοητή Michel Lobrot. Από τις αρχές του 2008 μεταφέρει την έδρα του Ινστιτούτου "μίτος" στην Κρήτη και ξεκινά συνεργατικές δράσεις με την ψυχοθεραπεύτρια Ν. Πατεράκη που συνεχίζουν μέχρι και σήμερα. Ασχολείται ενεργά με την ψυχοθεραπεία (>2000 ωρών/έτος), ενώ το 2013 παρουσιάζει για πρώτη φορά ένα νέο συνθετικό σύστημα θεραπείας του τραύματος με το όνομα Μν-Κατευθυντική Εργασία μέσω της Αναπνοής (Non Directive Breathwork) ή ψυχοναυτική τέχνη και ασχολείται ιδιαίτερα με την εκπαίδευση εμπυ-χωτών, ψυχοθεραπευτών, εκπαιδευτικών και άλλων επαγγελματιών ομάδων.

2. «Ο ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ ΚΙ Η ΑΛΛΑΓΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Η ανθρώπινη φύση είναι συνυφασμένη με την αλλαγή (βιολογικά, εξελικτικά, κοινωνικά, ψυχοσυναισθηματικά) και τόσο η επιβίωση όσο κι η καλή λειτουργικότητα διαμορφώνεται υπό τη δυναμική της προσαρμοστικότητας. Καθώς όμως, ο άνθρωπος χαρακτηρίζεται συγχρόνως από την ανάγκη σταθερότητας, ελέγχου και προβλεψιμότητας, η αλλαγή - ατομική ή συλλογική - εγείρει το συναίσθημα του φόβου. Ο φόβος της αλλαγής απασχολεί και τη συμβουλευτική σχέση, αναδύοντας ερωτήματα, όπως: Φοβόμαστε ή/και επιθυμούμε τις αλλαγές; Θεραπεία κι αλλαγή είναι ταυτόσημες; Ακούμε ή φοβόμαστε το φόβο; Στο εργαστήριο, μοιραζόμενοι προσωπικές κι επαγγελματικές εμπειρίες, θα αναζητήσουμε βιωματικά τις απαντήσεις, μελετώντας κι επανορίζοντας τις έννοιες «φόβος/αλλαγή» και εμπλουτίζοντας τους τρόπους επεξεργασίας τους εντός της συμβουλευτικής διαδικασίας.

ΕΛΕΝΑ ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΥ: Ψυχολόγος, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια. Ολοκλήρωσε τις σπουδές ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών κι εκπαιδεύτηκε ως Ψυχοθεραπεύτρια στη Συστημική Ψυχοθεραπεία SANE και στην Υπαρξιακή Συστημική Ψυχοθεραπεία. Εργάζεται ιδιωτικά, πραγματοποιώντας συνεδρίες ατομικές, ζεύγους, οικογενειακές, ομαδικές, καθώς και σεμινάρια ψυχολογίας. Επίσης, συνεργάζεται με κέντρα θεραπειών ως σύμβουλος γονέων και σύμβουλος ψυχογριατρικής φροντίδας.

ΕΛΕΝΑ ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΥ: Ψυχολόγος, Msc - Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια. Έχει εργαστεί σε δομές ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης, ως συντονίστρια ομάδων γονέων & παιδαγωγών σε κέντρα προσχολικής εκπαίδευσης, ως καθηγήτρια σε προγράμματα Συμβουλευτικής & Ψυχολογίας κι ως ιδιώτης ψυχολόγος και ψυχοθεραπεύτρια ατόμων, ζευγαριών κι οικογενειών. Είναι εκπαιδευτρια συστημικών συμβούλων κι επόπτρια ειδικών ψυχικής υγείας.

3. «ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Η λέξη ΦΟΒΟΣ σημαίνει:

Φ ρενάρω

Ό ταν χρειάζονται

Β ήματα δράσης για την

Ο λοκλήρωση

Σ τόχου

«Ο φόβος ακυρώνει τη μνήμη και η τέχνη χωρίς θάρρος δεν ωφελεί σε τίποτα» (Θουκυδίδης 460-394 π.Χ.)

Από όλα τα δυσάρεστα συναισθήματα που μπορεί να βιώσουμε, ο φόβος ίσως βρίσκεται στην κορυφή της λίστας. Ο φόβος δεν είναι δυσάρεστος μόνο σωματικά. Μπορεί να μας κρατήσει μακριά από πράγματα που αφορούν στην λειτουργικότητά μας και έχουν μεγάλη σημασία, όπως το να ακολουθήσουμε τα όνειρά μας ή να αναπτύξουμε σημαντικές διαπροσωπικές σχέσεις. Ως βασικό ανθρώπινο συναίσθημα...δεν εξαφανίζεται... Σε αυτό λοιπόν το εργαστήριο θα προσπαθήσουμε να δώσουμε στο φόβο φωνή, γνωρίζοντάς τον...ώστε να μάθουμε πώς μπορούμε να τον διαχειριστούμε και να τον κάνουμε παραγωγικό στο εδώ και τώρα, μέσω μιας πιο βιωματικής προσέγγισης και διεκδικώντας μια πιο ελεύθερη ζωή.

Το εργαστήριο συντονίζουν οι:

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΡΑΜΑΝΩΛΗ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Ειδική Παιδαγωγός. Υπ. Διδάκτωρ Ψυχολογίας, Φιλοσοφική Σχολή Αθηνών - Msc in Psychology, Oxford Brookes University - Πτυχίο Επικοινωνίας και ΜΜΕ, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών - Ειδικευση στη Συμβουλευτική Ψυχικής Υγείας - Εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή.

ΕΛΕΝΗ ΚΡΗΤΙΚΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Κάτοχος Master στη Θετική Ψυχολογία του East London University, MBA στη Διοίκηση Επιχειρήσεων της ΕΕΔΕ, Πτυχίο Στατιστικής του Πανεπιστημίου Πειραιά. Ειδικευση στη Συμβουλευτική και την Βιοθυμική Θεραπεία (Κλινική Ύπνωση).

ΕΛΕΑΝΑ ΜΠΟΥΖΤΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Παιδαγωγός στην Δημόσια Επαγγελματική εκπαίδευση στον τομέα Υγείας-Πρόνοιας & Ευεξίας. Ειδικευση στη Συμβουλευτική Ψυχικής Υγείας, στις Δεξιότητες Συμβουλευτικής, στις Τεχνικές Συναισθηματι-

κής Απελευθέρωσης- EFT Practitioner και στην Βιοθυμική θεραπεία (Κλινική Ύπνωση)- Πιστοποίηση στην Αξιολόγηση & Αντιμετώπιση Μαθησιακών Δυσκολιών.

Εποπτεύει η Δρ. ΝΑΤΑΛΙΑ ΚΟΥΤΡΟΥΛΗ: Δρ. Ναταλία Κουτρούλη, Ψυχολόγος - Διευθύντρια Σπουδών στο Κέντρο Εφαρμοσμένης Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής. Κάτοχος διδακτορικού διπλώματος στην Κλινική Ψυχολογία, Μεταπτυχιακού διπλώματος στην Ψυχολογία Υγείας και πτυχίου Ψυχολογίας. Ειδικευση στην Γνωσιακή Ψυχοθεραπεία, την Διάγνωση Ειδικών Μαθησιακών Δυσκολιών και την Συμβουλευτική. Πιστοποίηση στην Κλινική Εποπτεία.

4. «ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΠΑΝΩ ΣΤΟΝ ΦΟΒΟ ΤΗΣ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΗΣ – ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ»

Η πλειονότητα των ανθρώπων, μεγαλώνει με τουλάχιστον ένα κύριο φροντιστή “caregiver” με τον οποίο και καλείται να αναπτύξει την πρώτη σχέση φροντίδας-εξάρτησης της ζωής της. Εκεί, σύμφωνα με θεωρίες όπως εκείνη του Bowlby, η επαφή μας με τους άλλους επηρεάζεται και διαμορφώνεται δραματικά. Ο φόβος της εγκατάλειψης παίρνει σάρκα και οστά, καθώς υπό την απουσία του φροντιστή μας, οι ανάγκες μας κινδυνεύουν να μείνουν ακάλυπτες. Η αγωνία και ο φόβος να μην εγκαταλειφθούμε ξανά στη ζωή μας, μας συνοδεύει έως και τα ενήλικα μας χρόνια, όπου ξεσπάμε πλέον σε νέα πρόσωπα που έχουμε ταυτίσει με την ανάγκη μας για φροντίδα από κάποιον έξω από εμάς. Το εργαστήριο αυτό θα έχει ως στόχο την εξερεύνηση του φόβου της εγκατάλειψης βιωματικά, πηγαίνοντας πίσω στην ηλικία όπου ξεκίνησαν όλα. Ταυτόχρονα, θα ενθαρρύνει την ανάδυση και συνειδητοποίηση του βαθμού ανάγκης - εξάρτησης μας από τους άλλους. Τέλος, θα επιχειρηθεί η σύνδεση των παραπάνω φόβων με τα πρώτα άτομα που συνδεθήκαμε επιτυχώς ή και ανεπιτυχώς: τους γονείς μας.

MARTINA ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ: Msc Ψυχολόγος, Σωματική Ψυχοθεραπεύτρια. Διατηρεί δικό της γραφείο στο Δήμο Ωρωπού. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της στην Αγγλία, όπου πήρε το πτυχίο της στην ψυχολογία και αμέσως μετά το μεταπτυχιακό της από το University of Southampton. Συνέχισε την εκπαίδευσή της στην Ελλάδα, παρακολουθώντας σπουδές επάνω στη σωματική ψυχοθεραπεία στο κέντρο Ράιχ. Η ειδικευση της στο πτυχίο και τα μεταπτυχιακά της ήταν επάνω στις ανθρώπινες σχέσεις, τους φόβους και τα ψυχοσωματικά συμπτώματα. Έχει παρακολουθήσει πέντε μαρθατώνιους ψυχοθεραπείας με trainers από όλη την Ευρώπη, μαθαίνοντας έτσι πέντε διαφορετικούς τρόπους σύγχρονης θεραπείας. Είναι μέλος του Βρετανικού Συλλόγου Ψυχολόγων (BPS), καθώς και της Πανελλαδικής & Ευρωπαϊκής Ένωσης Σωματικών Ψυχοθεραπευτών (ΠΕΣΩΨ & EABP).

5. «ΦΟΒΟΣ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗΣ» Ο φόβος κατάρρευσης και η θεραπευτική σχέση

Ο Φόβος, γιος του Άρν και της Αφροδίτης, ήταν η προσωποποίηση του τρόμου και συνόδευε τον πατέρα του στον πόλεμο. Κατά την Αντλεριανή Θεραπευτική Προσέγγιση, στην εχθρική στάση ενός ανθρώπου βρίσκουμε συχνά στοιχεία φόβου που δίνουν στον χαρακτήρα αυτού του ανθρώπου μια ιδιαίτερη απόχρωση, αυτήν της εχθρικής απομόνωσης. Ο φόβος κατάρρευσης ως μία ψυχική λειτουργία που έχει βιωθεί αλλά δεν έχει νοηματοδοτηθεί, γίνεται συχνά η επιθυμία για υπεροχή και επιβολή εξουσίας. Ο θεραπευτικός χώρος, ως ενδιάμεσος χώρος, επεξεργάζεται αυτό το ψυχικό υλικό και η σχέση θεραπευτή - θεραπευόμενου, μέσω της μεταβίβασης δίνει τη δυνατότητα στο ζωντανό αίσθημα κατωτερότητας - που μεταφράζεται ως φόβος κατάρρευσης - να μετουσιωθεί στην ανάπτυξη της κοινωνικότητας και του Κοινωνικού Ενδιαφέροντος.

Στο εργαστήριο αυτό θα διερευνήσουμε μέσω των Αντλεριανών τεχνικών του Σχεδίου Ζωής, των Πρώιμων Αναμνήσεων και των Μύθων, τις δυνατότητες κατανόησης του φόβου κατάρρευσης, την νοηματοδότησή του από τον θεραπευόμενο και την αναπλαισίωσή του σε Κοινωνικό Ενδιαφέρον.

MARIA ΣΚΟΠΕΛΙΤΗ: Εκπαιδευτικός (Φιλοσοφική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών), εξειδικευμένη στην Αντλεριανή Ψυχοθεραπευτική Προσέγγιση (ATI). Γεννήθηκε στο Μαρκόπουλο Αττικής. Σπούδασε στην Φιλοσοφική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών και εργάστηκε 25 χρόνια ως εκπαιδευτικός. Τα τελευταία 10 χρόνια ασχολείται επαγγελματικά με την Συμβουλευτική Υποστήριξη ατόμων και τον συντονισμό ομάδων. Εργάζεται ιδιωτικά. Είναι Μέλος της ΕΕΑΨ από το 2005, μέλος του ASIIP, μέλος του Δ.Σ. της ΕΕΑΨ ως Γεν. Γραμματέας και μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του Προγράμματος Εκπαίδευσης στην Αντλεριανή Ψυχολογία και Προσέγγιση.

ΙΣΙΔΩΡΑ ΣΩΦΡΟΝΗ: Msc Ψυχολογίας και Συμβουλευτικής, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Σπούδασε Ψυχολογία στο Αμερικανικό Κολλέγιο Ελλάδος και έκανε μεταπτυχιακό στην Ψυχολογία και την Συμβουλευτική στο Πανεπιστήμιο του Sheffield (Μεγ. Βρετανία), όπου εξειδικεύθηκε στην Συναισθηματική Νοημοσύνη. Έχει συμμετάσχει σε ερευνητικά προγράμματα ιδρυμάτων στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Είναι εκπαιδευμένη σε Νευροψυχιατρικά Διαγνωστικά Εργαλεία καθώς και σε Προβολικά Ψυχοδυναμικά Τεστ. Έχει ειδικευτεί στην Αντλεριανή Ψυχολογία και Προσέγγιση(ATI) και στην Συνθετική Ψυχολογία. Είναι μέλος της ΕΕΑΨ από το 2009. Μέλος του Δ.Σ. της ΕΕΑΨ ως Υπεύθυνη Σεμιναρίων, Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του Προγράμματος Εκπαίδευσης στην Αντλεριανή Ψυχολογία και Προσέγγιση. Είναι μέλος της Βρετανικής Ένωσης Ψυχολόγων, και της Αμερικανικής αντίστοιχα, καθώς και του ASIIP. Εργάζεται ιδιωτικά με άτομα και ομάδες περισσότερο από 12 χρόνια.

6. «ΑΓΧΟΣ, ΕΝΑ ΜΑΣΚΑΡΕΜΕΝΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Ας το αναγνωρίσουμε και να μάθουμε πώς να το αντιμετωπίζουμε

Στο βιωματικό εργαστήριο θα δούμε τί ορίζεται άγχος, ποιό είναι το λειτουργικό και το δυσλειτουργικό άγχος, ποιος ο βιοεξελικτικός μηχανισμός αντιμετώπισης κινδύνου και η αιτιοπαθογένεια. Επίσης, θα αναλύσουμε την κλινική του εικόνα στις συναισθηματικές και σωματικές μας λειτουργίες. Θα μιλήσουμε για το Φαύλο κύκλο του άγχους (cbt) και εν συνεχεία θα δούμε τους τρόπους αντιμετώπισης συμβουλευτικά με διάφορα "θεραπευτικά εργαλεία" εργαλεία από το cbt, το art therapy και την Κλινική Υπνοθεραπεία.

ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, βιοθυμικός Ψυχοθεραπευτής και κλινικός Υπνοθεραπευτής. Εισηγητής βιωματικών εργαστηρίων και εκπαιδευτικών σεμιναρίων. Είναι απόφοιτος τριετούς εκπαίδευσης στη συμβουλευτική από το Κέντρο Εφαρμοσμένης Συμβουλευτικής και Ψυχοθεραπείας. Έχει ολοκληρώσει σπουδές στη βιοθυμική Ψυχοθεραπεία και κλινική υπνοθεραπεία αναγνωρισμένες από την GHSC, έχει εξειδίκευση στην Ιατρική Ψυχολογία σε πρόγραμμα επιμόρφωσης και επαγγελματικής εξειδίκευσης του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου. Ολοκλήρωσε στο Γ.Ν.Α. Αμαλία Φλέμινγκ - Γ. Γεννηματάς το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Ψυχιατρικής Κλινικής Ενηλίκων, στο νοσοκομείο Ευαγγελισμός το εκπαιδευτικό πρόγραμμα για Θέματα Ψυχικής Υγείας παιδιών και εφήβων όπως και στο Ανοικτό Λαϊκό Πανεπιστήμιο το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Ολιστική Ιατρική για Ψυχική και Σωματική Υγεία. Έχει δικό του γραφείο στην Αθήνα στο οποίο παρέχει Συμβουλευτική - Ψυχοθεραπεία και ομαδικά βιωματικά εργαστήρια.

7. «ΑΦΥΠΝΙΣΗ! Η ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ»

Φόβος θανάτου, φόβος ζωής, φόβος της αρρώστιας, του μέλλοντος, της αποτυχίας, της καταστροφής, φόβος του φόβου... Η ανθρωπότητα είναι αιχμάλωτη του φόβου! Ο θεραπευτής σαστισμένος, στιγματισμένος από την ευθύνη και το βάρος του ρόλου καλείται να αντιμετωπίσει το «θερίο»! Φοβισμένος ο ίδιος, προσπαθεί να κρύψει την ανεπάρκειά του πίσω από τεχνικές, μεθόδους, την μάσκα του ειδήμονος θεραπευτή. Ωστόσο μέσα του γνωρίζει πως είναι και αυτός αιχμάλωτος! Η ρίζα κάθε φόβου βρίσκεται στο γεγονός ότι ο άνθρωπος έχει αποσυνδεθεί από την μόνη πραγματική ασφάλεια: Την ασφάλεια της Πηγής του. Μπορούμε άραγε να δούμε τον φόβο σαν φίλο και σύμμαχο; Σαν την γροθιά που κάνει ρωγή στην πυκνή μορφή που ονομάζουμε εαυτό, και επιτρέπει στο Φως της Αλήθειας του Εαυτού να διεισδύσει; Σ' αυτό το βιωματικό εργαστήριο, με την μέθοδο της συστημικής αναπαράστασης θα δούμε τον φόβο του θεραπευτή αλλά και οποιοδήποτε άλλο ανθρώπινο φόβο σαν την μεγάλη ευκαιρία για λύτρωση από την βάρος του πράττοντος. Θα επικαλεστούμε την Δημιουργό Αιτία που είναι η Άχρονη Πηγή Αγάπης, Δύναμης, Σοφίας, με σκοπό να αντιληφθούμε βιωματικά πως αυτός είναι ο Αληθινός Πράττων Εαυτός, παρών μέσα σε κάθε φαινομενική μορφή. Η αφύπνιση της ανθρωπότητας σ' αυτήν την αλήθεια είναι η αρχή της ελευθερίας και το τέλος του φόβου. Οι θεραπευτές της Νέας Εποχής, ως πρωτοπόροι της φυλής των ανθρώπων, καλούνται να βαδίσουν την ατραπό της επιστροφής και ως «Άστωι Υιοί» να γυρίσουν πίσω στον «Οίκο του Πατρός», ανοίγοντας τον «Δρόμο» για την φυλακισμένη ανθρωπότητα. Οι καιροί είναι ώριμοι, η ευκαιρία μεγάλη! Οι θεραπευτές μπορούν και πρέπει ν' αντιμετωπίσουν την πρόκληση σύσσωμοι!

ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΚΛΑΒΟΥ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Συντονίστρια εργαστηρίων Συστημικής Αναπαράστασης. Εισηγήτρια σεμιναρίων, συντονίστρια συστημικών αναπαραστάσεων, δασκάλα Γιόγκα, ιδρύτρια του κέντρου «Αένας Κύκλος». Εκπαιδεύτηκε από τον Ιωάννη Ψάρρα στην ψυχοενεργειακή και από τον Δημήτρη Σταυρόπουλο και τον Burt Hellinger στην συστημική αναπαράσταση.

8. «ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΦΟΒΟΣ: ΜΙΑ ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΠΟΘΕΣΗ» Η διαδρομή του φόβου με μέσο την τέχνη.

Το εργαστήρι χωρίζεται σε 3 μέρη 45 λεπτών. Κάθε μέρος θα έχει 15 λεπτά παρουσίαση κειμένου πάνω στον συλλογικό και στον ατομικό φόβο και 30 λεπτά εικαστική δραστηριότητα, όπου οι συμμετέχοντες καλούνται να δημιουργήσουν ένα έργο με υλικά που θα τους δοθούν. Οι 3 θεματικές ενότητες είναι οι εξής:

1: Φόβος και παιδική ηλικία (κειμένα από Γουίνικοτ, Γκρίν, αναπτυξιακή ψυχολογία)

2: Φόβος και εφηβεία (Βιολογία του φόβου, εγκέφαλος)

3: Η θραύση του φόβου (Ανάπτυξη του σκοπού, της θέλησης και της δημιουργικής φαντασίας).

Σε όλες τις θεματικές υπάρχουν συγκεκριμένες εικαστικές δραστηριότητες και συγκεκριμένη παρουσίαση κειμένων για την διερεύνηση του φόβου. Στόχος του εργαστηρίου είναι να αναδυθούν στην συνείδηση οι φόβοι μέσω της δημιουργικότητας και να βρεθούν τρόποι αντιμετώπισης του στο εδώ και τώρα.

ΠΑΝΟΣ ΚΟΥΡΤΗΣ: Msc Εικαστικός Ψυχοθεραπευτής. Με μεταπτυχιακό στην εικαστική ψυχοθεραπεία στην Σκωτία, εργάστηκε στην κλινική πόνο της Γλασκόβης και σε δημόσια σχολεία με παιδιά που ζουν με εξαρτημένους γονείς. Υπήρξε μέλος της ερευνητικής ομάδας για την κατανόηση της αφασίας μέσω της τέχνης. Εργάστηκε σε ατομικό επίπεδο για τέσσερα έτη με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες (αυτισμό). Το 2018 παρακολούθησε το σεμινάριο "Λόγος περί φόβου" στον χώρο της Σύνθεσης.

16.30-17.00 Διάλειμμα για καφέ στο κυλικείο του ΙΕΚ ΔΕΛΤΑ

17.00-18.30 ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

Μετά από ένα γεμάτο διήμερο, σας προσκαλούμε σε μια δημιουργική συνάντηση “εφ’ όλης της ύλης” για να μοιραστούμε όλοι μαζί, συναισθήματα, σκέψεις, βιώματα.

ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΕΣ:

ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΑΒΒΑΔΙΑ: Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Μέλος του ΔΣ της Ε.Ε.Σ. & Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής.

ΖΩΓΡΑΦΙΑ ΒΑΚΑΛΟΓΛΟΥ: Κοινωνιολόγος με μεταπτυχιακές σπουδές στην Εγκληματολογία και στην εκπαίδευση Ενηλίκων, Σύμβουλος με ειδίκευση στη Συστημική συμβουλευτική, Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας. Μέλος του ΔΣ της Ε.Ε.Σ. & μέλος της ΕΑΕ, υπεύθυνη της Επιτροπής Έγκρισης Νέων Μελών και Δεοντολογίας.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΨΑΡΡΑΣ: Αντιπρόεδρος Ε.Ε.Σ. & Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας.

18.30 ΛΗΞΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Lined writing area with 21 horizontal lines.

