



ΔΙΗΜΕΡΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΕ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΣΤΟ ΕΛΑΤΟΧΩΡΙ ΠΙΕΡΙΑΣ

Αντικρίζοντας τον Όλυμπο



Λαμβάνοντας υπόψη την πολύ θετική εμπειρία του 2023, το Παράρτημα Μακεδονίας της ΕΕΕΣ αποφάσισε να διοργανώσει και αυτή τη χρονιά, διήμερη εκπαιδευτική συνάντηση που περιλαμβάνει βιωματικά εργαστήρια και συνδυάζεται με απόδραση στη φύση.

Σ' έναν ιδιαίτερα γραφικό τόπο, το Ελατοχώρι Πιερίας, θα έχουμε τη δυνατότητα να συναντηθούμε, να ανταλλάξουμε απόψεις, να μοιραστούμε εμπειρίες, να εκπαιδευτούμε και να ψυχαγωγηθούμε μακριά από τις αίθουσες σεμιναρίων και τις αίθουσες ψυχοθεραπείας, όπως το συνηθίσαμε μέχρι τώρα.

Στο πλαίσιο αυτό, οργανώθηκαν βιωματικά εργαστήρια, που στόχο έχουν την ενίσχυση της προσωπικής μας επίγνωσης ως θεραπευτές και του θεραπευτικού μας ρόλου.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι-ες οι σπουδαστές/στριες και τα μέλη του Παραρτήματος.

Για την παρακολούθηση των σεμιναρίων οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε ομάδες, αφού επιλέξουν **2 εργαστήρια** της επιλογής τους.

Θα δοθεί βεβαίωση συμμετοχής

Το πρόγραμμα του διήμερου περιλαμβάνει τα παρακάτω εργαστήρια :

Έλενα Χάιντς

Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο : **Το σώμα ΜΟΥ!!!**

Το εργαστήριο αποσκοπεί να έρθουν οι συμμετέχοντες σε επαφή με το σώμα τους και να εντοπίσουν τα συναισθήματα τους για αυτό. Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στο συναίσθημα της ντροπής! Θα υπάρξουν βιωματικές ασκήσεις που θα οδηγήσουν σε «έναν διάλογο» με το σώμα και τις σχετικές προς αυτό συμπεριφορές και ίσως σε μια διαφορετική ματιά της σημασίας της εμφάνισης.

Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων μέχρι 12 άτομα και διάρκεια 120 λεπτά.

Σίλια Μπατρακούλη & Ντίνα Διαμαντίδου

Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο **«Η αυτοφροντίδα των θεραπειών: γιατί είναι σημαντική;»**

Πρόκειται για ένα εργαστήριο που στόχο έχει να αναγνωρίσουν οι συμμετέχοντες/-χουσες πόσο σημαντικό ζήτημα είναι η φροντίδα τους ως επαγγελματίες ψυχικής υγείας και να αναλογιστούν χρήσιμους τρόπους που μπορούν να υιοθετήσουν για την προσωπική τους φροντίδα. Θα εφαρμοστούν βιωματικές τεχνικές που δίνουν την ευκαιρία της προσωπικής διερεύνησης και της ενίσχυσης της προσωπικής επίγνωσης.

Διάρκεια: 2,5 ώρες Αριθμός συμμετεχόντων: Ως 15 άτομα.

Παναγιώτης Νικηφορίδης

Εργαστήριο εξοικείωσης με τεχνικές εστιασμένες στο συναίσθημα

Το εργαστήριο έχει στόχο να εξοικειωθούν οι συμμετέχοντες με βιωματικές τεχνικές εστιασμένες στο συναίσθημα όπως οι νοερές εικόνες και το chairwork . Σε ένα πλαίσιο εμπιστοσύνης μικρής ομάδας τα μέλη με ενεργό, δημιουργικό και θεραπευτικά χρήσιμο τρόπο θα χρησιμοποιήσουν κλινικές αφηγήσεις, παιχνίδια ρόλων και ζωντανή επίδειξη. Μέσω της χρήσης των συγκεκριμένων τεχνικών οι άνθρωποι έχουν την ευκαιρία να επεξεργαστούν δύσκολες συναισθηματικές εμπειρίες, να αλλάξουν, σε συναισθηματικό επίπεδο, βαθιά ριζωμένες γνωστικές πεποιθήσεις, να δοκιμάσουν και να αναπτύξουν νέες συμπεριφορικές απαντήσεις και δεξιότητες.

Αριθμός συμμετεχόντων 8 άτομα. Διάρκεια 2,5 ώρες (Σάββατο Α Μέρος) + 2,5 ώρες (Κυριακή Β Μέρος)

Προτεραιότητα συμμετοχής θα έχουν όσες-οι δεν παρακολούθησαν το αντίστοιχο εργαστήριο το 2023

Δέσποινα Ζηλιασκοπούλου

ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: **Το «ταξίδι» του θεραπευτή μέσα από φωτογραφίες**

Η αυτογνωσία αναγνωρίζεται ως ιδιαίτερα σημαντικό στοιχείο της επαγγελματικής εξέλιξης του ψυχοθεραπευτή και κατ' επέκταση της παροχής αποτελεσματικού ψυχοθεραπευτικού έργου. Η προσωπική ανάπτυξη αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της επαγγελματικής εκπαίδευσης, μπορεί να υποστηριχθεί ότι σε κάποιο βαθμό βασίζεται σε προηγούμενες

εμπειρίες και εξακολουθεί να διαμορφώνεται μέσα από βιώματα, προσωπικά και επαγγελματικά, σε όλη τη διάρκεια του επαγγελματικού βίου του θεραπευτή.

Στόχος του εργαστηρίου είναι η βελτίωση της αυτογνωσίας μέσα από την εστίαση και την ανάδειξη των σημείων που «συναντιούνται» τα προσωπικά χαρακτηριστικά των θεραπευτών με τις επαγγελματικές τους δεξιότητες. Αξιοποιώντας την φωτογραφία ως θεραπευτικό μέσο, οι συμμετέχοντες στο εργαστήριο θα έχουν την δυνατότητα να αναστοχαστούν γύρω από την πορεία τους ως θεραπευτές, το σημείο προσωπικής εκκίνησης, αλλά και τους μελλοντικούς τους στόχους. Μέσα από την δημιουργία ενός φωτογραφικού άλμπουμ, συνταιριάζοντας εικόνες και αφηγήσεις, θα διερευνήσουν τα κίνητρα που τους οδήγησαν στην επιλογή του συγκεκριμένου επαγγελματικού ρόλου, τα συναισθήματα που βιώνουν, τις ανησυχίες και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν, τα δυνατά σημεία, αλλά και τα σημεία προς βελτίωση, και θα οραματιστούν τον μελλοντικό επαγγελματικό εαυτό τους.

Για την συμμετοχή στο εργαστήριο δεν απαιτούνται εξειδικευμένες γνώσεις στη χρήση φωτογραφικής μηχανής, αλλά είναι απαραίτητη η εξοικείωση με τη χρήση της φωτογραφικής μηχανής του κινητού τηλεφώνου.

Διάρκεια 2,5 ώρες & ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΕΩΣ: 10 άτομα

Άκης Πανταζούδης & Μαρία Ευαγγελοπούλου

Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο: «Ο "εσωτερικός κριτής" - Γνωρίζοντας και απαντώντας στην επικριτική φωνή μέσα μας».

Σκοπός του εργαστηρίου είναι να γνωρίσουν οι συμμετέχοντες μέσα από βιωματικές ασκήσεις τη φωνή του "εσωτερικού κριτή", να κατανοήσουν τον ρόλο και να βιώσουν την επίδραση του. Στον ασφαλή χώρο της ομάδας, θα έχουν την ευκαιρία να διερευνήσουν την προσωπική τους σχέση με αυτή την Πλευρά, να συνδεθούν συναισθηματικά και να μοιραστούν την εμπειρία τους. Η ομάδα θα επανατοποθετηθεί και μέσα από μια πιο ενδυναμωμένη ενήλικη θέση θα απαντήσει στον "εσωτερικό κριτή".

Διάρκεια 2.5 ώρες & ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΕΩΣ: 14 άτομα

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΗΜΕΡΟΥ

Σάββατο 25 Μαΐου

11:00-12:00 Άφιξη - καλωσόρισμα - τακτοποίηση

12:00-14:00: Ολομέλεια: οδηγίες για τη δραστηριότητα «Μαραμπού»: μια άσκηση/παιχνίδι για όλους του συμμετέχοντες για όλη τη διάρκεια του 2ήμερου, συντονισμός Π. Χατζηλάμπου

14:00-17:00: Ελαφρύ γεύμα, καφές

17:00-19:30: Συμμετοχή σε εργαστήρια:

- Παναγιώτης Νικηφορίδης. Εργαστήριο εξοικείωσης με **τεχνικές εστιασμένες στο συναίσθημα. Α΄ Μέρος.**
- Έλενα Χάιντς. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο : **Το σώμα ΜΟΥ!!!**
- Δέσποινα Ζηλιασκοπούλου. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο: **Το «ταξίδι» του θεραπευτή μέσα από φωτογραφίες.**
- Άκης Πανταζούδης & Μαρία Ευαγγελοπούλου. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο: **«Ο "εσωτερικός κριτής" - Γνωρίζοντας και απαντώντας στην επικριτική φωνή μέσα μας».**

21:00: Αίθουσα Bar - χορευτική βραδιά, party.

Κυριακή 26 Μαΐου

Πρωινό

10:30-13:30: Συμμετοχή σε εργαστήρια:

- Παναγιώτης Νικηφορίδης. Εργαστήριο εξοικείωσης με **τεχνικές εστιασμένες στο συναίσθημα. Β΄ Μέρος.**
- Έλενα Χάιντς. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο : **Το σώμα ΜΟΥ!!!**
- Άκης Πανταζούδης & Μαρία Ευαγγελοπούλου. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο: **«Ο "εσωτερικός κριτής" - Γνωρίζοντας και απαντώντας στην επικριτική φωνή μέσα μας».**
- Σίλια Μπατρακούλη & Ντίνα Διαμαντίδου. Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο **«Η αυτοφροντίδα των θεραπευτών: γιατί είναι σημαντική;».**

13:30-15:30: Δραστηριότητα «Μαραμπού», Ολομέλεια/ Κλείσιμο - Π. Χατζηλάμπου

15:30-17:30: Εορταστικό γεύμα

17:30: Αναχώρηση από Ελατοχώρι

Κόστος συμμετοχής για όλο το 2ήμερο **50€**

Περιλαμβάνει: μετακίνηση με μισθωμένο λεωφορείο από και προς το κέντρο της Θεσσαλονίκης, συμμετοχή στα εργαστήρια και Κυριακάτικο εορταστικό γεύμα.

ΔΕΝ καλύπτεται η διαμονή, το ελαφρύ γεύμα του Σαββάτου και τα ποτά στο bar

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑ ΔΩΜΑΤΙΟ (Διαμονή την 25/5/2024 με πρωινό).

ΔΙΑΜΟΝΗ	ATRION HIGHLAND HOTEL	ALSEIDES BOUTIQUE HOTEL	VAELA HOTEL CULTURAL RESORT
ΔΙΚΛΙΝΟ	70 Ευρώ	70 Ευρώ	70 Ευρώ
ΤΡΙΚΛΙΝΟ	-----	90 Ευρώ	90 Ευρώ
ΤΕΤΡΑΚΛΙΝΟ	-----	-----	100 Ευρώ

** Η τιμή είναι κατά δωμάτιο / δεν συμπεριλαμβάνεται φόρος διαμονής 3 Ευρώ ανά δωμάτιο
** Οι κρατήσεις των δωματίων γίνονται από τους συμμετέχοντες απευθείας με το ξενοδοχείο της προτίμησής τους.*

Δηλώσεις συμμετοχής **ως και την Τρίτη 14/5/2024** στο eesm@otenet.gr

** Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας*

*** Στη δήλωση συμμετοχής δηλώνονται 2 εργαστήρια της προτίμησής σας, πλην όσων επιλέξουν το εργαστήριο του κ. Νικηφορίδη, που διεξάγεται σε δύο μέρη.*

**** Στη δήλωση συμμετοχής δηλώνετε εάν επιθυμείτε μετακίνηση με λεωφορείο: Αναχώρηση από Αρχαιολογικό Μουσείο (Μ.Ανδρόνικου) ώρα 09.30 της 25/05 & επιστροφή από Παλιό Ελατοχώρι με ώρα αναχώρησης την 17.30 της 26/05.*

***** Για την τελική δέσμευση της θέσης θα χρειαστεί καταβολή ολόκληρου του ποσού συμμετοχής σύμφωνα με επιστολή που θα ακολουθήσει.*