



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
Κέντρο Επιμόρφωσης & Διά Βίου Μάθησης



Άλυπιας Τέχνης
Εκπαίδευση στη Συνθετική
Ψυχοθεραπεία I

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΣ
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

Βόλος, 2020

Περιεχόμενα

1. Ίδρυση – Έγκριση Λειτουργίας	2
2. Αντικείμενο - Περιγραφή.....	2
2.1. Συνθετική Ψυχοθεραπεία	4
2.2. Συστημική Προσέγγιση	4
2.3. Υπαρξιακή Προσέγγιση	5
2.4. Πολιτισμική & Πολυπολιτισμική Προσέγγιση.....	6
3. Σκοπός Προγράμματος.....	6
4. Μαθησιακοί Στόχοι Προγράμματος.....	7
5. Μέθοδος Εκπαίδευσης – Τόπος & Ημέρες Μαθημάτων	9
6. Τύπος Πιστοποιητικού – Πιστοποίηση ISO – ΜΟ.ΔΙ.Π. – ΕΘ.Α.Α.Ε.....	9
7. Κατηγορίες Εισακτέων	10
8. Διαδικασία Εισαγωγής	11
9. Επιλογή Εισακτέων	12
10. Διδακτικές Ενότητες Προγράμματος.....	14
11. Περιγραφή Διδακτικών Ενότητων	16
12. Εκπαιδευτικό Υλικό - Πρόσθετες Πηγές	22
14. Επιστημονική Ευθύνη - Εκπαιδευτές	24
13. Αξιολόγηση Μαθημάτων & Προγράμματος.....	23
15. Μοριοδότηση Προγράμματος	25
16. Οικονομικές Προϋποθέσεις	26
17. Υποχρεώσεις Εκπαιδευόμενων	27
18. Περίοδος Υποβολής Υποψηφιοτήτων	28
19. Υποβολή Υποψηφιοτήτων	28
20. Πληροφορίες - Επικοινωνία	29
<u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ I: Συνθετική Ψυχοθεραπεία.....</u>	<u>30</u>
<u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ II: Συστημική Προσέγγιση</u>	<u>33</u>
<u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ III: Υπαρξιακή Προσέγγιση</u>	<u>35</u>
<u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ IV: Πολιτισμική & Πολυπολιτισμική Προσέγγιση.....</u>	<u>37</u>



1. Ίδρυση – Έγκριση Λειτουργίας

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) οργανώνει και λειτουργεί από το ακαδημαϊκό έτος 2020-2021 το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα με τίτλο «*Άλυσιας Τέχνη - Εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία Ι*», σύμφωνα με τις διατάξεις του νόμου 4485/2017 (ΦΕΚ 114/ τ.Α' / άρθρο 48/ 04-08-2017) και τις διατάξεις του άρθρου 3 του Εσωτερικού Κανονισμού Λειτουργίας του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (ΦΕΚ 1409/ τ.Β' / 15-04-2020), καθώς και τις αποφάσεις 11/03-04-2020 του Συμβουλίου του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. και 78/06-04-2020 του Πρυτανικού Συμβουλίου του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

2. Αντικείμενο - Περιγραφή

Η εκπαίδευση στις διάφορες προσεγγίσεις της Ψυχοθεραπείας και ειδικότερα στη Συνθετική Προσέγγιση προσελκύει ένα μεγάλο αριθμό επαγγελματιών στο χώρο της ψυχικής υγείας, αποφοίτων Τμημάτων Ανθρωπιστικών Επιστημών. Η εκπαίδευση αυτή είναι απολύτως ουσιαστική και απαραίτητη για κάθε επαγγελματία που εργάζεται ψυχοθεραπευτικά με άτομα τα οποία αντιμετωπίζουν ψυχολογικές δυσκολίες και προβλήματα ψυχικής υγείας.

Αντικείμενο του εκπαιδευτικού Προγράμματος «*Άλυσιας Τέχνη - Εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία Ι*» είναι η εκπαίδευση και εξειδίκευση επιστημόνων διάφορων ειδικοτήτων στη «*Συνθετική Ψυχοθεραπεία*». Το Πρόγραμμα απευθύνεται κατά κύριο λόγο σε ψυχολόγους, ψυχιάτρους, κοινωνικούς λειτουργούς και επαγγελματίες ψυχικής υγείας και υπό προϋποθέσεις και σε αποφοίτους άλλων Ανθρωπιστικών Επιστημών (εκπαιδευτικοί, κοινωνιολόγοι κ.λπ.). Πρόκειται για ετήσιο (10 μήνες) πρόγραμμα που στοχεύει στην εισαγωγή των εκπαιδευόμενων στη Συνθετική Προσέγγιση στη Ψυχοθεραπεία, σε θεωρητικό, εργαστηριακό, βιωματικό και πρακτικό επίπεδο. Η Συνθετική Προσέγγιση είναι η τελευταία εξέλιξη, αυτή τη στιγμή, στο χώρο της ψυχοθεραπείας, συνδυάζει περισσότερες της μίας προσεγγίσεις

και αναδύθηκε από ερευνητικά δεδομένα που δείχνουν το συγκριτικό της πλεονέκτημα σε σχέση με τις μεμονωμένες προσεγγίσεις όπως ψυχαναλυτική, γνωστική, συμπεριφορική, ανθρωπιστική, οικογενειακή, μορφολογική κ.λπ.

Στο παρόν Πρόγραμμα, παράλληλα με την ολοκληρωμένη εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία, δίνεται έμφαση στη σε βάθος κατανόηση τριών σημαντικών Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων, της Συστημικής, της Υπαρξιακής και της Πολιτισμικής-Πολυπολιτισμικής, καθώς και στη σύνθεσή τους στην κλινική πράξη. Δευτερευόντως δίνεται έμφαση στις **Ψυχοδυναμικές και Γνωστικο-συμπεριφορικές** Προσεγγίσεις με στόχο την καλλιέργεια της ψυχολογικής σκέψης και της όσο το δυνατόν πιο ολοκληρωμένης και σφαιρικής κατανόησης του ανθρώπινου ψυχισμού, ώστε να οδηγηθεί σταδιακά ο εκπαιδευόμενος σε μια ουσιαστικά Συνθετική Προσέγγιση στην αντιμετώπιση των ψυχολογικών προβλημάτων. Προκειμένου να επιτευχθούν ο σκοπός και οι μαθησιακοί στόχοι του Προγράμματος η εκπαίδευση γίνεται σε τέσσερα επίπεδα:

- **Θεωρητικό επίπεδο :** Θεωρητικά μαθήματα «Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων»,
- **Εργαστηριακό επίπεδο :** Εργαστηριακά μαθήματα «Ψυχοθεραπευτικών Τεχνικών»,
- **Βιωματικό επίπεδο :** Προσωπική ανάπτυξη μέσω «Ατομικής Ψυχοθεραπείας»,
- **Πρακτικό επίπεδο :** Εξάσκηση στην εφαρμογή των ψυχοθεραπευτικών τεχνικών μέσω «Πρακτικής Άσκησης» με «Ατομική και Ομαδική Εποπτεία».

Η επιτυχής ολοκλήρωση του παρόντος ετήσιου (10 μήνες) Προγράμματος (κύκλος I) οδηγεί στη λήψη Πιστοποιητικού Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης από το Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. **Το Πρόγραμμα είναι αυτόνομο, αλλά έχει συνέχεια με τρεις ακόμη ετήσιους κύκλους (II, III και IV), για όσους απόφοιτους του κύκλου I επιθυμούν να προχωρήσουν στον II και στη συνέχεια στον III και IV κύκλο,** με στόχο να ειδικευθούν στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία.

Η εκπαίδευση εναρμονίζεται και υπερκαλύπτει τα κριτήρια/στάνταρντ των Ελληνικών και Διεθνών εταιρειών ψυχοθεραπείας και με την ολοκλήρωση των τριών πρώτων κύκλων (I, II και III), **οι απόφοιτοι αποκτούν επάρκεια για άσκηση Συνθετικής Συμβουλευτικής** στο χώρο της ψυχικής υγείας, ενώ με την ολοκλήρωση και του IV κύκλου αποκτούν **επάρκεια για άσκηση Συνθετικής Ψυχοθεραπείας.** Με την ολοκλήρωση της τετραετούς ή της τριετούς εκπαίδευσής τους οι απόφοιτοι μπορούν να εγγραφούν σε Ελληνικές, Ευρωπαϊκές και Διεθνείς Εταιρείες Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής και ειδικότερα Συνθετικής Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής:

Προς αυτήν την κατεύθυνση, το παρόν Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα, **μετά από εξέταση του προγράμματος σπουδών του**, έχει συμπεριληφθεί μεταξύ των εκπαιδευτικών προγραμμάτων στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία της "**Society for the Exploration of Psychotherapy Intergration**" (SEPI).

Στη συνέχεια ακολουθεί μια σύντομη παρουσίαση της **Συνθετικής** Ψυχοθεραπείας καθώς και των τριών θεραπευτικών προσεγγίσεων, της **Συστημικής**, της **Υπαρξιακής** και της **Πολιτισμικής**, στις οποίες δίνεται έμφαση στο παρόν πρόγραμμα.

2.1. Συνθετική Ψυχοθεραπεία

Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία είναι μια πολυδιάστατη προσέγγιση που ενσωματώνει, θεωρίες, γνώσεις, δεξιότητες και τεχνικές από διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις σε ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο, επιτρέποντας στην ψυχοθεραπεία να ανταποκρίνεται σε διαφορετικές ανάγκες πελατών, τύπο προσωπικότητας, ενδιαφέροντα και θεραπευτικές προτιμήσεις. Ως εκ τούτου, πρόκειται για ένα συνθετικό προσανατολισμό στην ψυχοθεραπεία που αναπτύσσεται προς έναν εννοιολογικά συνεκτικό, επί τη βάση αρχών, θεωρητικό συνδυασμό δύο ή περισσότερων συγκεκριμένων προσεγγίσεων ή που από μόνος του αποτελεί ένα συνθετικό μοντέλο.

Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία ξεπερνά τους περιορισμούς ενός μόνο μοντέλου και διευρύνει τη θεωρητική βάση των ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων, προσπαθώντας να ανταποκριθεί στο συναισθηματικό, πνευματικό, συμπεριφορικό και σωματικό επίπεδο του ατόμου. Κεντρική θέση της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας είναι ότι καμία μεμονωμένη μορφή θεραπείας δεν είναι καλύτερη ή ακόμη και επαρκής σε όλες τις καταστάσεις, ενώ οι διάφορες προσεγγίσεις λαμβάνονται υπόψη σε μια δυναμική προοπτική συστημάτων. Καθένα παρέχει μια μερική εξήγηση της συμπεριφοράς και καθένα ενισχύεται όταν γίνεται επιλεκτική σύνθεσή του με άλλες πτυχές της προσέγγισης του θεραπευτή.

Αναλυτική παρουσίαση της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας γίνεται στο Παράρτημα Ι.

2.2. Συστημική Προσέγγιση

Η Συστημική Θεραπεία είναι η εφαρμογή της Συστημικής θεωρίας στον χώρο της ψυχικής υγείας, όπου ως σύστημα ορίζεται ένα σύνολο αλληλοεπηρεαζόμενων και αλληλεξαρτώμενων στοιχείων. Το σύστημα δεν είναι απλά το άθροισμα των μερών του, αλλά μια οργανική ενότητα που διαφέρει ποιοτικά από τα επιμέρους κομμάτια

που την απαρτίζουν, ενώ κάθε αλλαγή σε κάποιο στοιχείο του συστήματος επιφέρει αλλαγές σε ολόκληρο το σύστημα.

Σύμφωνα με την Συστημική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία γεννιόμαστε και εξελισσόμαστε μέσα σε συστήματα, δηλαδή, σε ομάδες ισχυρής επιρροής, με κυρίαρχη την οικογένεια. Σε κάθε σύστημα κάθε μέλος συνδέεται με όλα τα άλλα μέλη με ένα πλέγμα σχέσεων, που υπερβαίνει τα μέλη και καθορίζει την πορεία και την εξέλιξη όλων, ώστε να γίνεται ανέφικτη η εξέταση και η κατανόηση της συμπεριφοράς του ενός ανεξάρτητα από την συμπεριφορά του άλλου. Η ψυχική ασθένεια δεν γίνεται αντιληπτή αποκλειστικά και μόνο ως μια ατομική ενδοψυχική διεργασία, αλλά ως μια διαπροσωπική βιωματική εμπειρία μέσα στην οικογένεια, που μεταφέρει ένα νόημα, ένα μήνυμα, ένα αίτημα για την οικογένεια.

Αναλυτική παρουσίαση της Συστημικής Προσέγγισης γίνεται στο Παράρτημα II.

2.3. Υπαρξιακή Προσέγγιση

Σύμφωνα με την υπαρξιακή φιλοσοφία, αυτό που κάνει τον άνθρωπο, άνθρωπο, είναι ακριβώς η δυνατότητά του να επιλέγει και η ελευθερία να καθορίζει τη στάση του απέναντι στις δυνατότητες και τους περιορισμούς της ζωής. Η συνειδητοποίηση της ελευθερίας επιλογής, αν και θετική, ενέχει ταυτόχρονα και το βάρος της ευθύνης για την έκβαση της όποιας επιλογής, καθώς και για την απώλεια όσων δεν επελέγησαν.

Πολύ μεγάλη σημασία δίνεται στη συνειδητοποίηση και στη διαχείριση της αβεβαιότητας που χαρακτηρίζει τη ζωή, καθώς και των τεσσάρων βασικών επώδυνων γεγονότων της ανθρώπινης ύπαρξης: του θανάτου, του εύθραυστου της ανθρώπινης λογικής, της αποξένωσης και της υπαρξιακής μοναξιάς και τέλος της έλλειψης νοήματος. Συχνά αυτά τα γεγονότα βρίσκονται στη βάση εσωτερικών συγκρούσεων και υπαρξιακού άγχους, παίρνοντας ποικίλες μορφές δυσλειτουργικών συμπεριφορών και ψυχολογικών προβλημάτων.

Η Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία αποσκοπεί στο να βοηθήσει το άτομο να αντιληφθεί το ουσιαστικό και το περιττό στη ζωή του και να συνειδητοποιήσει αυτό που αυθεντικά και πραγματικά θέλει και καλείται να εκπληρώσει, ώστε να οδηγηθεί στην αυτοπραγμάτωση και σε μια εσωτερική αίσθηση ηρεμίας και πληρότητας.

Αναλυτική παρουσίαση της Υπαρξιακής Προσέγγισης γίνεται στο Παράρτημα III.

2.4. Πολιτισμική & Πολυπολιτισμική Προσέγγιση

Η Πολιτισμική και Πολυπολιτισμική Προσέγγιση τοποθετεί την έννοια της κουλτούρας στο επίκεντρο της «εικόνας του προσώπου». Έχει ως αφετηρία της τη θέση ότι η συμμετοχή του ανθρώπου σε μία ή/και σε περισσότερες κουλτούρες (π.χ. φύλο, φυλή, εθνικότητα, κοινωνική τάξη, αναπηρία, θρησκεία, σεξουαλικό προσανατολισμό) αποτελεί μία από τις βασικές επιρροές για την ανάπτυξη της προσωπικής του ταυτότητας, καθοριστική για το πως αντιλαμβάνεται και δομεί τις έννοιες του εαυτού, του ατόμου ή της οικογένειας. Επιπλέον, προσπαθεί να ανταποκριθεί στις πολιτικές, κοινωνικές και προσωπικές πιέσεις που πηγάζουν από το κίνημα υπέρ των ίσων ευκαιριών, αλλά και από τις διαμάχες για το ρατσισμό και την ισονομία.

Κεντρικό σημείο της Πολυπολιτισμικής Ψυχοθεραπείας είναι η ανάπτυξη της πολιτισμικής ενημερότητας του ατόμου, που αναφέρεται σε μία διαδικασία μάθησης και εύρεσης κάποιας ισορροπίας μεταξύ προσωπικής και κοινωνικής ευθύνης. Βασική παραδοχή είναι ότι το «προσωπικό» είναι και «πολιτικό». Η πολιτισμική και πολυπολιτισμική θεραπεία, ενώ λαμβάνει υπόψη το άτομο και την οικογένεια, απευθύνεται επίσης και στην κοινότητα και το περιβάλλον (κοινωνικό και πολιτικό). Υπό αυτό το πρίσμα κάθε ατομικό πρόβλημα αντιμετωπίζεται ταυτοχρόνως και ως ένα πολύπλοκο κοινωνικό και πολιτικό ζήτημα.

Αναλυτική παρουσίαση της Πολιτισμικής – Πολυπολιτισμικής Προσέγγισης γίνεται στο Παράρτημα IV.

3. Σκοπός Προγράμματος

Το εκπαιδευτικό Πρόγραμμα «*Άλυπιας Τέχνη - Εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία I*» στοχεύει μέσα από ένα οργανωμένο περιβάλλον μάθησης και εκπαίδευσης να οδηγήσει τους εκπαιδευόμενους στη βαθμιαία απόκτηση νέων γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων, ώστε να αναπτύξουν σταδιακά την ψυχολογική τους σκέψη και την ικανότητά τους να αντιλαμβάνονται ολοκληρωμένα τον ανθρώπινο ψυχισμό και να κατανοούν τη φιλοσοφία της Συνθετικής Ψυχοθεραπευτικής Προσέγγισης στην αντιμετώπιση των ψυχολογικών δυσκολιών και προβλημάτων. Συγκεκριμένα αποσκοπεί:

- Στην κατανόηση της σημασίας της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας και την εισαγωγή στη φιλοσοφία της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας,

- Πρωτίστως, στην απόκτηση εισαγωγικών γνώσεων της θεωρίας και των τεχνικών της Συνθετικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία, με έμφαση στη σύνθεση τριών σημαντικών Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων, της Υπαρξιακής, της Συστημικής και της Πολιτισμικής/Πολυπολιτισμικής καθώς και στη σύνθεσή τους στην κλινική πράξη,
- Δευτερευόντως δίνεται έμφαση στις Ψυχοδυναμικές και Γνωστικο-συμπεριφορικές Προσεγγίσεις με στόχο την καλλιέργεια της ψυχολογικής σκέψης και της όσο το δυνατόν πιο ολοκληρωμένης και σφαιρικής κατανόησης του ανθρώπινου ψυχισμού,
- Στην κατανόηση, σε ένα πρώτο επίπεδο, των απαραίτητων δεξιοτήτων για την εφαρμογή των ψυχοθεραπευτικών μεθόδων και τεχνικών της Συνθετικής Προσέγγισης,
- Στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων των εκπαιδευόμενων,
- Στην ευαισθητοποίηση σε θέματα δεοντολογίας σε σχέση με την ψυχοθεραπευτική πράξη.

Οι παραπάνω επιμέρους σκοποί προσεγγίζονται σε ένα πρώτο επίπεδο στον παρόντα αυτόνομο ετήσιο «κύκλο Ι». Σταδιακά επιτυγχάνονται πλήρως με την ολοκλήρωση και των τριών επόμενων ετήσιων κύκλων II, III και IV.

4. Μαθησιακοί Στόχοι Προγράμματος

Οι μαθησιακοί στόχοι του εκπαιδευτικού Προγράμματος είναι, με την ολοκλήρωσή του, οι εκπαιδευόμενοι:

- Να αναπτύξουν την ψυχολογική τους σκέψη,
- Να αναπτύξουν σε μεγάλο βαθμό τη στάση και τη φιλοσοφία ζωής που θα πρέπει να διέπει τον επαγγελματία που ασκεί τη Συνθετική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία,
- Να γνωρίζουν τα βασικά στοιχεία της θεραπευτικής σχέσης, όπως αυτή γίνεται αντιληπτή μέσα από τη Συνθετική Προσέγγιση και να αναπτύξουν την ικανότητα για δημιουργία αποτελεσματικής θεραπευτικής σχέσης,
- Να καλλιεργήσουν ένα συνθετικό τρόπο σκέψης και προσέγγισης πολύπλοκων φαινομένων και διατύπωσης θεραπευτικών υποθέσεων,

- Να αναπτύξουν σταδιακά μια σταθερή βάση στη θεωρία και την πράξη της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας με ειδική αναφορά στην Υπαρξιακή, τη Συστημική και την Πολιτισμική/Πολυπολιτισμική Προσέγγιση,
- Να εξοικειωθούν με τις εισαγωγικές έννοιες στη Συστημική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία,
- Να γνωρίζουν τις βασικές έννοιες της Υπαρξιακής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία,
- Να κατανοούν τις βασικές έννοιες της Πολιτισμικής-Πολυπολιτισμικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία,
- Να μπορούν να κάνουν τη σύνθεση, σε ένα πρώτο επίπεδο, των τριών παραπάνω Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων (Υπαρξιακής, Συστημικής, Πολιτισμικής),
- Να εξοικειωθούν με τα βασικά στοιχεία των Ψυχοδυναμικών και Γνωστικο-συμπεριφορικών Προσεγγίσεων, ώστε να οδηγηθούν σταδιακά σε μια ουσιαστικά συνθετική προσέγγιση στην αντιμετώπιση των ψυχολογικών προβλημάτων,
- Να επιδεικνύουν σεβασμό και έμπρακτη αποδοχή στην κλινική πράξη της διαφορετικότητας των ατόμων, όπως για παράδειγμα φυλή, ηλικία, σεξουαλικός προσανατολισμός, φύλο, αναπηρία κ.λπ.,
- Να αναπτύξουν κατανόηση και κριτική σκέψη για σύγκριση διαφορετικών Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων,
- Να έχουν προχωρήσει την προσωπική τους ανάπτυξη, βελτιώνοντας την αυτογνωσία τους και δουλεύοντας ψυχοθεραπευτικά δικά τους προσωπικά θέματα και δυσκολίες,
- Να έχουν κατακτήσει θεωρητικά και πρακτικά ορισμένες βασικές τεχνικές ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων,
- Να μπορούν να παρακολουθήσουν ψυχοθεραπευτικά, σε ένα πρώτο επίπεδο και σε ασφαλές περιβάλλον ένα άτομο,
- Να γνωρίζουν και να αναπτύξουν μια σε βάθος κατανόηση ορισμένων θεμάτων δεοντολογίας που προκύπτουν στην κλινική πράξη.

Οι παραπάνω μαθησιακοί στόχοι προσεγγίζονται σε ένα πρώτο επίπεδο στον παρόντα αυτόνομο ετήσιο κύκλο I. Σταδιακά επιτυγχάνονται πλήρως με την ολοκλήρωση και των τριών επόμενων ετήσιων κύκλων II, III και IV.

5. Μέθοδος Εκπαίδευσης – Τόπος & Ημέρες Μαθημάτων

Ο εξοπλισμός που χρησιμοποιείται στο Πρόγραμμα είναι τελευταίας τεχνολογίας, ενώ υιοθετούνται σύγχρονες και καινοτόμες μέθοδοι εκπαίδευσης που στηρίζονται στις αρχές και τις διαδικασίες της μικτής μεθόδου, καθώς περιλαμβάνει:

- **Δια ζώσης εκπαίδευση**, όπου τα μαθήματα, προς διευκόλυνση των εκπαιδευόμενων που εργάζονται γίνονται Παρασκευή απόγευμα, Σάββατο πρωί και απόγευμα και ορισμένες φορές και Κυριακή πρωί. Συνολικά θα γίνουν 12 διήμερες συναντήσεις.
- **Εξ αποστάσεως σύγχρονη και ασύγχρονη εκπαίδευση**, κατά την οποία οι επιμορφούμενοι παρακολουθούν με ευέλικτο τρόπο, προσαρμοσμένο στις προσωπικές τους ανάγκες και προτεραιότητες, το υλικό του Προγράμματος, που περιλαμβάνει μαθήματα μέσω βίντεο, καθώς και σειρά πολυάριθμων βιντεοσκοπημένων συνεδριών ψυχοθεραπείας.

Ο τόπος διεξαγωγής των δια ζώσης μαθημάτων είναι η Αθήνα και αν υπάρξει επαρκής αριθμός ατόμων μπορεί να γίνουν και στο Βόλο. Για τις δια ζώσης συναντήσεις στην Αθήνα χρησιμοποιούνται κατάλληλα εξοπλισμένοι χώροι για τις ανάγκες της συγκεκριμένης εκπαίδευσης, ενώ στο Βόλο χρησιμοποιούνται οι χώροι του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Στην περίπτωση, που οι εκπαιδευόμενοι δεν μπορούν, κάποιες φορές, να μετακινηθούν για τη συμμετοχή τους στα δια ζώσης μαθήματα, υπάρχει ειδική μέριμνα για τη σύγχρονη εξ αποστάσεως παρακολούθησή τους. Πρόκειται μόνο για περιπτώσεις ανωτέρας βίας, καθώς το πρόγραμμα δεν διατίθεται για εξ ολοκλήρου εξ αποστάσεως παρακολούθηση.

6. Τύπος Πιστοποιητικού – Πιστοποίηση ISO – ΜΟ.ΔΙ.Π. – ΕΘ.Α.Α.Ε.

Η επιτυχής ολοκλήρωση του Προγράμματος οδηγεί στη λήψη **Πιστοποιητικού Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης** από το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δία Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. – Π.Θ.).





Το Κ.Ε.Δι.Βι.Μ. – Π.Θ. διαθέτει **πιστοποίηση ISO 9001:2015** και **αξιολογείται** από την **«Μονάδα Διασφάλισης Ποιότητας» (ΜΟ.ΔΙ.Π.)** του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, σύμφωνα με τις διατάξεις της παραγράφου 12 του άρθρου 48 του ν. 4485/2017, όπως αυτός ισχύει και για τα Προπτυχιακά και Μεταπτυχιακά Προγράμματα Σπουδών.

Η εξωτερική **αξιολόγηση και η πιστοποίηση της ποιότητας** των εκπαιδευτικών/επιμορφωτικών προγραμμάτων του Κ.Ε.Δι.Βι.Μ. – Π.Θ., όπως και για τα Προπτυχιακά και Μεταπτυχιακά Προγράμματα Σπουδών του Πανεπιστημίου, πραγματοποιείται **από την «Εθνική Αρχή Ανώτατης Εκπαίδευσης» (ΕΘ.Α.Α.Ε.)**, σύμφωνα με τις διατάξεις της υποπερίπτωσης ββ, της περίπτωσης β, της περίπτωσης δ, της παραγράφου 1 του άρθρου 2 του ν. 4653/2020.

7. Κατηγορίες Εισακτέων

Το εκπαιδευτικό Πρόγραμμα **«Άλμπιας Τέχνη - Εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία I»** απευθύνεται κατά κύριο λόγο σε ψυχολόγους, ψυχιάτρους, κοινωνικούς λειτουργούς και επαγγελματίες ψυχικής υγείας και υπό προϋποθέσεις και σε αποφοίτους άλλων Ανθρωπιστικών Επιστημών (π.χ. εκπαιδευτικούς, κοινωνιολόγους) που εργάζονται με άτομα ή ομάδες και ο επαγγελματικός τους ρόλος ενέχει μια συμβουλευτική ή/και ψυχοθεραπευτική διάσταση.

Κριτήρια Επιλεξιμότητας

- Ηλικία εισαγωγής είναι το 23 έτος κατ' ελάχιστο,
- Ύπαρξη πτυχίου τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (ΑΕΙ, ΤΕΙ, Κολλέγια) της ημεδαπής ή της αλλοδαπής,
- Γνώση της αγγλικής γλώσσας επιπέδου B2 τουλάχιστον.

Προαπαιτούμενα

- Γνώσεις ψυχολογίας στις βασικές σπουδές,
- Βασικές γνώσεις Η/Υ και χρήσης του διαδικτύου,
- Πρόσβαση στο διαδίκτυο,
- Κατοχή προσωπικού ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail).

8. Διαδικασία Εισαγωγής

A. Οι ενδιαφερόμενοι καταθέτουν εμπρόθεσμα την αίτησή τους, που βρίσκεται στην ειδικά διαμορφωμένη φόρμα στην ιστοσελίδα του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.:

Αίτηση Συμμετοχής

και αναρτούν όλα τα παρακάτω απαραίτητα δικαιολογητικά σε μορφή «pdf» στα σχετικά πεδία της αίτησης:

- Αναλυτικό βιογραφικό σημείωμα,
- Φωτογραφία μικρού μεγέθους σε ηλεκτρονική μορφή,
- Αντίγραφο πτυχίου τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (ΑΕΙ, ΤΕΙ, Κολλέγια). Για τελειόφοιτους, υπεύθυνη δήλωση (άρθρο 8 παρ. 4, Ν. 1599/1986) προσκόμισης του πτυχίου πριν την ολοκλήρωση του Προγράμματος,
- Πιστοποιητικό Σπουδών με αναλυτική βαθμολογία όλων των ετών,
- Δύο συστατικές επιστολές, εκ των οποίων η μία, αν είναι εφικτό, από καθηγητή του υποψηφίου/ας στο πλαίσιο των πανεπιστημιακών σπουδών του/της,
- Σύντομη δακτυλογραφημένη επιστολή (ως μία σελίδα), με τους λόγους/κίνητρα που δικαιολογούν την επιθυμία εκπαίδευσης στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία,

- Φωτοτυπία Αστυνομικής Ταυτότητας (και των δύο όψεων).

Επίσης, εφόσον υπάρχουν, κατατίθενται:

- Άλλα πτυχία Τμημάτων ΑΕΙ, ΤΕΙ ή Κολλέγια,
- Μεταπτυχιακοί τίτλοι,
- Πιστοποιητικό εκπαίδευσης σε μια Ψυχοθεραπευτική Προσέγγιση,
- Βεβαιώσεις συμμετοχής σε σεμινάρια σχετικά με την Ψυχοθεραπεία¹,
- Βεβαιώσεις επαγγελματικής εμπειρίας¹,
- Βεβαιώσεις εμπειρίας στην Ψυχοθεραπεία ή τη Συμβουλευτική, που μπορεί να πιστοποιείται και με εργασία σε εθελοντική βάση¹,
- Πιστοποιητικό γνώσης της αγγλικής γλώσσας (επιπέδου B2 τουλάχιστον) ή πτυχίο ΑΕΙ στα αγγλικά. Αν δεν υπάρχουν, οι υποψήφιοι συμμετέχουν σε εξέταση κατανόησης επιστημονικού κειμένου ψυχολογίας στα αγγλικά.

B. Οι υποψήφιοι συμμετέχουν σε **προφορική συνέντευξη** ενώπιον επιτροπής με στόχο τη διερεύνηση:

- Της συγκρότησης της προσωπικότητάς τους,
- Της ύπαρξης χαρακτηριστικών επιθυμητών στην ψυχοθεραπεία,
- Των κινήτρων που τους ωθούν στη συγκεκριμένη ειδίκευση,
- Των ειδικών προσόντων/χαρακτηριστικών και δραστηριοτήτων τους,
- Άλλων στοιχείων που μπορεί να επηρεάσουν την ομαλή ένταξή τους στο Πρόγραμμα.

9. Επιλογή Εισακτέων

Η επιλογή των εισακτέων γίνεται με σύστημα μοριοδότησης σε συγκεκριμένα κριτήρια που αφορούν: α) τα ειδικά προσόντα του υποψηφίου και β) την απόδοσή του στην προφορική συνέντευξη. Με την ανακοίνωση των επιτυχόντων, ορίζονται προθεσμίες προεγγραφής και εγγραφής. Αν ορισμένοι υποψήφιοι δεν προσέλθουν για προεγγραφή ή εγγραφή, η γραμματεία του Προγράμματος καλεί τους επιλαχόντες με τη σειρά επιτυχίας τους.

¹ Να αναγράφονται ο **ακριβής χρόνος**, η **διάρκεια** και το **είδος** του σεμιναρίου ή της σχέσης εργασίας.

Η εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία απαιτεί εξατομικευμένη προσέγγιση και προσωπική δουλειά με κάθε άτομο ξεχωριστά, γεγονός που δεν επιτρέπει μεγάλο αριθμό εκπαιδευόμενων. Η επιλογή των εισακτέων γίνεται με τη μελέτη του βιογραφικού/φακέλου τους, καθώς και με προφορική συνέντευξη. **Σε περίπτωση ισοβαθμίας τηρείται σειρά προτεραιότητας με βάση την ημερομηνία κατάθεσης της αίτησης υποψηφιότητας.**

Το μέγιστο των μορίων που μπορεί να συγκεντρώσει ένας/μία υποψήφιος/α είναι εκατό (**100**) και υπολογίζονται ως ακολούθως:

Ειδικά Προσόντα με μέγιστο αριθμό μορίων εξήντα (**60**):

1. Βαθμός πτυχίου, με μέγιστο αριθμό μορίων πέντε (**5**) (βαθμός πτυχίου $\times \frac{1}{2}$). Για τελειόφοιτους, ως βαθμός πτυχίου θεωρείται ο μέσος όρος βαθμολογίας των ολοκληρωμένων μαθημάτων.
2. Μαθήματα σχετικά με την ψυχολογία στις προηγούμενες σπουδές, με μέγιστο αριθμό μορίων δέκα (**10**). Αξιολογούνται μέχρι 10 μαθήματα² και μοριοδοτούνται σύμφωνα με τον τύπο: (αριθμός μαθημάτων \times μέσος όρος βαθμολογίας) : 10
3. Τίτλος μεταπτυχιακών σπουδών από ΑΕΙ, ΤΕΙ ή Κολλέγιο της ημεδαπής ή της αλλοδαπής, με αριθμό μορίων πέντε (**5**).
4. Δεύτερο πτυχίο βασικών σπουδών από ελληνικό ΑΕΙ, ΤΕΙ ή Κολλέγιο της ημεδαπής ή της αλλοδαπής, με αριθμό μορίων τρία (**3**).
5. Δίπλωμα δεύτερης ξένης γλώσσας (επιπέδου B2 τουλάχιστον), με αριθμό μορίων δύο (**2**).
6. Εκπαίδευση σε μια Ψυχοθεραπευτική Προσέγγιση με μέγιστο αριθμό μορίων οκτώ (**8**) (2 μόρια για κάθε έτος εκπαίδευσης).
7. Παρακολούθηση σεμιναρίων σχετικών με την ψυχοθεραπεία, με μέγιστο αριθμό μορίων οκτώ (**8**), σύμφωνα με τη διάρκειά τους.
8. Αποδεδειγμένη εμπειρία σχετικά με την ψυχοθεραπεία, που μπορεί να πιστοποιείται και με εργασία σε εθελοντική βάση, με μέγιστο αριθμό μορίων δεκατέσσερα (**14**) (14 μόρια για 4 και άνω έτη, 11 μόρια για 3 έτη, 9 μόρια για 2 έτη, 6 μόρια για 1 έτος και 3 μόρια για $\frac{1}{2}$ έτος).
9. Αποδεδειγμένη επαγγελματική εμπειρία που εμπίπτει στην επιστημονική περιοχή των σπουδών του/της υποψηφίου/ας, με μέγιστο αριθμό μορίων πέντε (**5**) (5 μόρια για 4 και άνω έτη, 3 μόρια για 3 έτη, 2 μόρια για 2 έτη, 1 μόριο για 1 έτος).

² Επισημαίνονται τα μαθήματα αυτά πάνω στην αναλυτική βαθμολογία, που αναρτάται στο αντίστοιχο πεδίο της αίτησης υποψηφιότητας.

Προφορική Συνέντευξη με μέγιστο αριθμό μορίων σαράντα (**40**) (μέσος όρος μορίων των μελών της επιτροπής συνεντεύξεων). Υποψήφιος/α με 12 ή λιγότερα μόρια στη συνέντευξη αποκλείεται από τη διαδικασία εισαγωγής.

10. Διδακτικές Ενότητες Προγράμματος

Το εκπαιδευτικό Πρόγραμμα «*Άλυπιας Τέχνη - Εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία Ι*» είναι ένα απαιτητικό πρόγραμμα που περιλαμβάνει 11 διδακτικές ενότητες, συνολικού φόρτου εργασίας 1500 ωρών, που αντιστοιχούν σε 50 πιστωτικές μονάδες ECTS. Η εκπαίδευση είναι εντατική, γίνεται με τη μικτή μέθοδο και περιλαμβάνει εξ αποστάσεως και δια ζώσης μαθήματα (610 ώρες). Τα δια ζώσης μαθήματα γίνονται Παρασκευή απόγευμα, Σάββατο και Κυριακή.

Η εκπαίδευση γίνεται ταυτόχρονα σε θεωρητικό, εργαστηριακό, πρακτικό και βιωματικό επίπεδο, σύμφωνα με τον Πίνακα που ακολουθεί:

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ	ECTS
1. Ψυχοθεραπευτικές Προσεγγίσεις	3
2. Στάση & Φιλοσοφία Ζωής του Ψυχοθεραπευτή Συνθετικής Προσέγγισης	2
3. Βασικές Αρχές Συνθετικής Ψυχοθεραπείας Ι	1
4. Βασικές Αρχές Υπαρξιακής Ψυχοθεραπείας Ι	3
5. Βασικές Αρχές Συστημικής Ψυχοθεραπείας Ι	2
6. Βασικές Αρχές Πολιτισμικής/ Πολυπολιτισμικής Ψυχοθεραπείας Ι	2
7. Ψυχοθεραπευτικές Τεχνικές Συνθετικής Προσέγγισης Ι	3
8. Προπαρασκευαστική Πρακτική Άσκηση Ι	4
9. Εποπτεία Πρακτικής Άσκησης - Ατομική	1
10. Εποπτεία Πρακτικής Άσκησης - Ομαδική	1

11. Προσωπική Ανάπτυξη – Ατομική I	4
• Συγγραφή Εργασιών	19
• Αξιολόγηση με Γραπτή Εξέταση ή/και Παρουσίαση Εργασιών	5
ΣΥΝΟΛΟ	50

Επίσης, στο πλαίσιο του Προγράμματος μπορούν να διοργανώνονται εντατικά εξειδικευμένα «Σεμινάρια Ψυχοθεραπείας». Τα σεμινάρια αυτά έχουν κυρίως εφαρμοσμένο - εργαστηριακό χαρακτήρα και οι εκπαιδευόμενοι αξιολογούνται. Η παρακολούθηση των μαθημάτων καθώς και των σεμιναρίων, όταν πραγματοποιούνται, είναι υποχρεωτική. Το ανώτερο όριο των επιτρεπόμενων απουσιών ορίζεται στο 15% των ωρών διδασκαλίας του κάθε μαθήματος/σεμιναρίου. Υπέρβαση του ορίου αυτού γίνεται σε ειδικές περιπτώσεις μετά από τεκμηριωμένη αιτιολόγηση (ιατρικές γνωματεύσεις, βεβαιώσεις, δικαιολογητικά, κ.λπ.).

Ο τρόπος αξιολόγησης και η βαθμολόγηση των μαθημάτων-σεμιναρίων είναι αποκλειστική αρμοδιότητα των υπευθύνων εκπαιδευτών. Ο ελάχιστος αποδεκτός βαθμός είναι το 5 σε 10-βάθμια κλίμακα.

Η **Προπαρασκευαστική Πρακτική Άσκηση I** του παρόντος Προγράμματος (κύκλος I), προετοιμάζει τους εκπαιδευόμενους για την πρακτική άσκηση σε πραγματικό περιβάλλον, που θα ακολουθήσει στους επόμενους ετήσιους κύκλους (II, III και IV). Είναι υποχρεωτική, διάρκειας 60 ωρών, γίνεται με ατομική και ομαδική εποπτεία 25 ωρών και δίνει την ευκαιρία στους εκπαιδευόμενους, μέσα από συνεδρίες προσομοίωσης, να εξοικειωθούν και να εφαρμόσουν τις ψυχοθεραπευτικές τεχνικές που διδάχτηκαν.

Οι συνεδρίες προσομοίωσης γίνονται με άτομα του περιβάλλοντος των εκπαιδευόμενων, που δεν έχουν απαραίτητα κάποια ψυχολογική δυσκολία ή πρόβλημα. Οι συνεδρίες αυτές βιντεοσκοποούνται και στη συνέχεια απομαγνητοφωνούνται και μαζί με σχετικό σχολιασμό παραδίδονται στους επόπτες για αξιολόγηση και γραπτή ανατροφοδότηση.

Η **Προσωπική Ανάπτυξη – Ατομική I**, διάρκειας 40 συνεδριών προσωπικής θεραπείας, έχει ως στόχο να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να αναπτύξουν την αυτογνωσία τους, να αναγνωρίσουν και να διαχειριστούν δικά τους θέματα και προσωπικά προβλήματα και δυσκολίες. Η προσωπική ανάπτυξη ενισχύεται μέσω βιβλιοθεραπείας, με επιλεγμένα βιβλία που προτείνονται στους εκπαιδευόμενους.

11. Περιγραφή Διδακτικών Ενοτήτων

1. Ψυχοθεραπευτικές Προσεγγίσεις

- **Σκοπός:** Κατανόηση, εξοικείωση και σε βάθος γνώση των διαφορετικών Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να γνωρίζουν τις βασικές αρχές και τη φιλοσοφία που διέπει την κάθε Ψυχοθεραπευτική Προσέγγιση ως προς το πως αντιλαμβάνεται τα ψυχολογικά προβλήματα και τις ψυχικές διαταραχές, καθώς και το πως προσεγγίζει την ψυχοθεραπευτική τους αντιμετώπιση. Επιπρόσθετα, οι εκπαιδευόμενοι ενθαρρύνονται να έχουν μια κριτική κατανόηση των διαφορετικών προσεγγίσεων.
- **Περιεχόμενο:** 1. Πολιτισμικές και ιστορικές ρίζες της Ψυχοθεραπείας, 2. Ψυχοθεραπευτικές θεωρίες: ποικιλία και σύγκλιση, 3. Θεραπευτική σχέση, 4. Ψυχοδυναμικές Προσεγγίσεις, 5. Γνωστική-Συμπεριφορική Προσέγγιση, 6. Προσωπομετρική Προσέγγιση, 7. Συστημική Προσέγγιση, 8. Φεμινιστικές Προσεγγίσεις, 9. Αφηγηματικές Προσεγγίσεις, 10. Πολιτισμική/Πολυπολιτισμική Προσέγγιση, 11. Υπαρξιακή Προσέγγιση, 12. Διαδικασία της Ψυχοθ/πείας, 13. Πολιτική της Ψυχοθ/πείας, 14. Δεοντολογία Ψυχοθ/πείας, 15. Δεξιότητες και προσόντα του ψυχοθεραπευτή.

2. Στάση & Φιλοσοφία Ζωής του Ψυχοθεραπευτή Συνθετικής Προσέγγισης

- **Σκοπός:** Καλλιέργεια της στάσης και της φιλοσοφίας ζωής που θα πρέπει να διέπει τον ψυχοθεραπευτή και επιτρέπει την ουσιαστική και αυθεντική προσέγγιση του θεραπευόμενου και την ανάπτυξη της θεραπευτικής σχέσης.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν αναπτύξει: α) τη στάση και τη φιλοσοφία ζωής τους και συγκεκριμένα εκείνα τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους, που είναι απαραίτητα για μια ποιοτική θεραπευτική σχέση, όπως: στάση αποδοχής, κατανόηση, σεβασμός του άλλου ως υπαρξιακής ολότητας, αυθεντικότητα, ειλικρίνεια και ενσυναίσθηση, β) την ψυχολογική τους σκέψη και μια συνθετική προσέγγιση των προβλημάτων του ανθρώπινου ψυχισμού.
- **Περιεχόμενο:** 1. Στάση αποδοχής, 2. Εγωκεντρικότητα, 3. Κατανόηση, 4. Σεβασμός του άλλου ως υπαρξιακής ολότητας, 5. Το τυφλό της ανθρώπινης πορείας, 6. Εύθραυστο ανθρώπινης λογικής, 7. Αποξένωση, 8. Θάνατος, 9. Αυθεντικότητα, 10. Ειλικρίνεια, 11. Ενσυναίσθηση.

3. Βασικές Αρχές Συνθετικής Ψυχοθεραπείας I

- **Σκοπός:** Κατανόηση των βασικών εννοιών και αρχών της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας και καλλιέργεια ενός συνθετικού τρόπου σκέψης και προσέγγισης των ψυχολογικών προβλημάτων.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα γνωρίζουν και θα έχουν εξοικειωθεί με τις βασικές έννοιες και αρχές της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας και τις διαφορές μεταξύ της Συνθετικής Προσέγγισης και των υπόλοιπων Ψυχοθεραπευτικών Προσεγγίσεων, ενώ θα γνωρίζουν σε ένα πρώτο επίπεδο τον τρόπο και τις βασικές τεχνικές με τις οποίες ο συνθετικός θεραπευτής προσεγγίζει το άτομο που αντιμετωπίζει ψυχολογικά προβλήματα. Επιπρόσθετα, θα έχουν μέχρι ενός ορισμένου βαθμού αρχίσει να αναπτύσσουν το δικό τους προσωπικό συνθετικό μοντέλο, αφενός δίνοντας έμφαση στους παράγοντες εκείνους που είναι κοινοί σε όλες τις Ψυχοθεραπευτικές Προσεγγίσεις και θεωρούνται υπεύθυνοι για την αποτελεσματικότητά τους και αφετέρου μέσα από τη σταδιακή σύνθεση των τριών βασικών Προσεγγίσεων (Υπαρξιακής, Συστημικής και Πολιτισμικής) στις οποίες δίνεται έμφαση στην παρούσα εκπαίδευση.
- **Περιεχόμενο:** 1. Η φιλοσοφία και οι αξίες της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας, 2. Η ιστορία της σύνθεσης στην ψυχοθεραπεία, 3. Ερευνητικά δεδομένα που στηρίζουν το συνθετικό μοντέλο, 4. Κοινοί παράγοντες ως βάση της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας, 5. Η αποτελεσματικότητα της ψυχοθεραπείας, 6. Αναπτυξιακό - σχεσιακό μοντέλο σύνθεσης, 7. Η διαδικασία της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας.

4. Βασικές Αρχές Υπαρξιακής Ψυχοθεραπείας I

- **Σκοπός:** Κατανόηση των βασικών εννοιών και αρχών της Υπαρξιακής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία και καλλιέργεια ενός υπαρξιακού τρόπου σκέψης και προσέγγισης των ψυχολογικών προβλημάτων μέσα από τη μελέτη και ανάλυση σημαντικών υπαρξιακών φιλοσόφων και ψυχοθεραπευτών.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν μια καλή αρχική αντίληψη της Υπαρξιακής Ψυχοθεραπευτικής Προσέγγισης και θα είναι σε ένα πρώτο επίπεδο ικανοί να αντιληφθούν τις υπαρξιακές συνιστώσες που συχνά βρίσκονται στη ρίζα των ψυχολογικών προβλημάτων και των ψυχικών διαταραχών.
- **Περιεχόμενο:** 1. Ιστορία και υπαρξιακή φιλοσοφία, 2. Υπαρξιακοί φιλόσοφοι, 3. Υπαρξιακοί ψυχοθεραπευτές, 4. Θεωρητικές αρχές, 5. Λογοθεραπεία του Frankl, 6. Προσεγγίσεις των Yalom, May, Cooper, Van Deurzen κ.α., 7. Υπαρξιακό άγχος και αναζήτηση νοήματος, 8. Η θεραπευτική διαδικασία, 9. Αξιολόγηση.

5. Βασικές Αρχές Συστημικής Ψυχοθεραπείας I

- **Σκοπός:** Κατανόηση των βασικών εννοιών και αρχών της Συστημικής Ψυχοθεραπευτικής Προσέγγισης και καλλιέργεια ενός συστημικού τρόπου σκέψης και αντίληψης των ψυχολογικών προβλημάτων καθώς και της συστημικής δυναμικής αλληλεπίδρασης που διέπει τις ανθρώπινες σχέσεις.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να αντιληφθούν μέσα από μια συστημική οπτική την πολυπλοκότητα και τη δυναμική αλληλεξάρτηση που χαρακτηρίζει τις ανθρώπινες σχέσεις. Το ψυχολογικό πρόβλημα ενός ατόμου γίνεται πλέον αντιληπτό ως το σύμπτωμα ενός ευρύτερου συστήματος που νοσεί.
- **Περιεχόμενο:** 1. Κατανοώντας τα ανθρώπινα συστήματα, 2. Αρχές Συστημικής σκέψης, 3. Κυβερνητική Α' τάξης, 4. Συστημικές έννοιες, 5. Συστήματα ελέγχου και επικοινωνίας στην οικογένεια, 6. Δομή της οικογένειας, 7. Παθογένεια της οικογένειας, 8. Ιεραρχία, ισχύς, σύγκρουση και έλεγχος, 9. Σχολή του Μιλάνου.

6. Βασικές Αρχές Πολιτισμικής/Πολυπολιτισμικής Ψυχοθεραπείας I

- **Σκοπός:** Κατανόηση των βασικών εννοιών και αρχών της Πολιτισμικής και Πολυπολιτισμικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία και ανάπτυξη ενός πολιτισμικού και πολυπολιτισμικού τρόπου σκέψης και προσέγγισης των ψυχολογικών προβλημάτων.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να δουν μέσα από ένα πολιτισμικό πρίσμα τις ανθρώπινες σχέσεις και τα ψυχολογικά προβλήματα, ενώ θα μπορούν να επιδεικνύουν εμπράκτως αποδοχή της διαφορετικότητας και πολιτισμική ενσυναίσθηση στην κλινική θεραπευτική πράξη για θέματα, όπως φυλή, φύλο, σεξουαλικός προσανατολισμός, αναπηρία, ηλικία, κ.λπ.
- **Περιεχόμενο:** 1. Ιστορική εξέλιξη της Πολιτισμικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία, 2. Έννοια της κουλτούρας, 3. Βαθύτερες/καλυμμένες όψεις της κουλτούρας, 4. Έκδηλες όψεις της κουλτούρας, 5. Πολυπολιτισμική θεραπεία, 6. Πολιτισμική ταυτότητα, 7. Πολιτισμική/ πολυπολιτισμική ενσυναίσθηση, 8. Πολιτισμική και πολυπολιτισμική θεραπεία, 9. Πολιτισμική/πολυπολιτισμική θεραπευτική επάρκεια.

7. Ψυχοθεραπευτικές Τεχνικές Συνθετικής Προσέγγισης I

- **Σκοπός:** Εκμάθηση βασικών ψυχοθεραπευτικών δεξιοτήτων και τεχνικών Συνθετικής Προσέγγισης.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν γνωρίσει και απολύτως κατανοήσει τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο τις βασικές ψυχοθεραπευτικές δεξιότητες που είναι απαραίτητες για τη δημιουργία μιας ποιοτικής ψυχοθεραπευτικής σχέσης μεταξύ θεραπευτή και

θεραπευόμενου, όπως μη λεκτική επικοινωνία, ανοιχτές – κλειστές ερωτήσεις, ελάχιστη ενθάρρυνση, παράφραση, αντανάκλαση συναισθήματος, περίληψη κ.λπ.

- **Περιεχόμενο:** 1. Χώρος Ψυχοθεραπείας, 2. Κράτημα σημειώσεων – μαγνητοφώνηση – βιντεοσκόπηση συνεδριών, 3. Συμπεριφορές που πρέπει να αποφεύγονται, 4. Έναρξη συνεδρίας, 5. Γλώσσα επικοινωνίας – Σιωπή, 6. Μη λεκτική επικοινωνία στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία, 7. Ανοιχτές – κλειστές ερωτήσεις, 8. Απόσπαση παραδείγματος, 9. Ελάχιστη ενθάρρυνση, 10. Παράφραση, 11. Αντανάκλαση συναισθήματος, 12. Περίληψη, 13. Σύθεση ψυχοθεραπευτικών τεχνικών.

8. Προπαρασκευαστική Πρακτική Άσκηση I

- **Σκοπός:** Εφαρμογή σε πρακτικό επίπεδο των ψυχοθεραπευτικών δεξιοτήτων και τεχνικών που διδάχτηκαν στην προηγούμενη διδακτική ενότητα, μέσα από συνεδρίες προσομοίωσης.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση μέσα σε ένα ασφαλές και προστατευμένο περιβάλλον τόσο για τους ίδιους όσο και για τα άτομα που συμμετέχουν, να έχουν συνεδρίες προσομοίωσης αλλά και κάποιες πραγματικές συνεδρίες, ώστε να βάλουν σε εφαρμογή τις τεχνικές που διδάχτηκαν. Με τον τρόπο αυτό επιτυγχάνεται η πλήρης κατάκτηση των τεχνικών.
- **Περιεχόμενο:** 1. Συνεδρίες προσομοίωσης των εκπαιδευόμενων με άτομα χωρίς ψυχολογικά προβλήματα. Οι συνεδρίες βιντεοσκοποούνται και εστιάζουν κάθε φορά στην εφαρμογή μιας ψυχοθεραπευτικής τεχνικής, 2. Συνεδρίες με άτομα που έχουν διάφορες ανησυχίες και ήπιες δυσκολίες προσαρμογής που βιντεοσκοποούνται και εστιάζουν στην εφαρμογή μιας τεχνικής.

9. Εποπτεία Πρακτικής Άσκησης - Ατομική

- **Σκοπός:** Εμπέδωση και βελτίωση της εφαρμογής των ψυχοθεραπευτικών τεχνικών και δεξιοτήτων μέσα από την προσωπική ανατροφοδότηση έμπειρων ψυχοθεραπευτών.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν τελειοποιήσει τον τρόπο με τον οποίο εφαρμόζουν στην πράξη τις ψυχοθεραπευτικές τεχνικές και δεξιότητες που διδάχτηκαν. Η ατομική εποπτεία γίνεται εξ αποστάσεως, μέσω ατομικής γραπτής προσωπικής ανατροφοδότησης από έμπειρους ψυχοθεραπευτές επί των βιντεοσκοπημένων συνεδριών και των εργασιών που γίνονται επί αυτών των συνεδριών από τους εκπαιδευόμενους.
- **Περιεχόμενο:** Γραπτή ανατροφοδότηση έμπειρων ψυχοθεραπευτών επί των βιντεοσκοπημένων συνεδριών. Η ανατροφοδότηση γίνεται σε τρία επίπεδα: 1.

Στην αρτιότητα της εφαρμογής της διδαχθείσας ψυχοθεραπευτικής τεχνικής, 2. Στο πόσο καλά έχουν αντιληφθεί στην πράξη το τι είναι η θεραπευτική διαδικασία, 3. Στο πόσο καλά στέκονται ως θεραπευτές στην όλη συνεδρία.

10. Εποπτεία Πρακτικής Άσκησης - Ομαδική

- **Σκοπός:** Όπως και η ατομική, η ομαδική εποπτεία αποσκοπεί στην εμπέδωση και βελτίωση της εφαρμογής των ψυχοθεραπευτικών τεχνικών και δεξιοτήτων μέσα από την ομαδική ανατροφοδότηση από έμπειρους ψυχοθεραπευτές.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι επωφελούνται πολλαπλά από την όλη διαδικασία όχι μόνο μέσα από την ανατροφοδότηση για τα δικά τους περιστατικά, αλλά και από τις ανατροφοδοτήσεις που δέχονται οι υπόλοιποι εκπαιδευόμενοι για τα περιστατικά τους. Η ομαδική εποπτεία γίνεται δια ζώσης στο Πανεπιστήμιο.
- **Περιεχόμενο:** Συζήτηση, ανάλυση και ανατροφοδότηση σε όλη την ομάδα των εκπαιδευόμενων από έμπειρους ψυχοθεραπευτές επί των περιστατικών που φέρνουν: 1. Οι εκπαιδευόμενοι από τις συνεδρίες τους, 2. Οι επόπτες από την ψυχοθεραπευτική τους εμπειρία.

11. Προσωπική Ανάπτυξη – Ατομική I

- **Σκοπός:** Προσωπική ανάπτυξη των εκπαιδευόμενων μέσα από προσωπική θεραπεία που οι ίδιοι κάνουν με έμπειρους ψυχοθεραπευτές/ριες (40 ώρες δια ζώσης), καθώς και βιβλιοθεραπείας (20 ώρες εξ αποστάσεως), ώστε οι επιμορφούμενοι να αναγνωρίσουν και να διαχειριστούν δικά τους θέματα και προσωπικά τους προβλήματα και δυσκολίες.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν, μέχρι ενός ορισμένου σημείου, βελτιώσει την αυτογνωσία τους ως προς τις ψυχολογικές δυσκολίες και τα προβλήματα που οι ίδιοι αντιμετωπίζουν, καθώς και ως προς τις αιτίες που τα προκάλεσαν. Αυτή η διαδικασία είναι απολύτως απαραίτητη, καθώς ένας ψυχοθεραπευτής δεν μπορεί να βοηθήσει ένα άλλο άτομο στην πορεία ζωής του, αν ο ίδιος δεν έχει πρώτα αναγνωρίσει και διαχειριστεί τα δικά του προσωπικά προβλήματα και δυσκολίες.
- **Διαδικασία:**
 - ✓ Η προσωπική ανάπτυξη μέσω ατομικής θεραπείας, γίνεται από έμπειρους πιστοποιημένους θεραπευτές που έχουν πλήρη τετραετή εκπαίδευση σε μία από τις ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, στις οποίες δίνεται έμφαση σε αυτό το Πρόγραμμα: Συνθετική, Συστημική, Υπαρξιακή.
 - ✓ Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να επιλέξουν τον/την θεραπευτή/ριά τους από τη λίστα των εγκεκριμένων θεραπευτών/συνεργατών του Προγράμματος ή μπορεί να προτείνουν άλλο/η θεραπευτή/ρια της προτίμησής τους, εφόσον καλύπτει τις προϋποθέσεις που θέτει το Πρόγραμμα.

- ✓ Όσοι εκπαιδευόμενοι πρόκειται να συνεχίσουν την εκπαίδευσή τους στην συνθετική ψυχοθεραπεία, μπορούν να κάνουν μόνο τις 20 ώρες θεραπείας σε αυτόν τον «κύκλο I» και τις υπόλοιπες 20 ώρες στον δεύτερο «κύκλο II».
- ✓ Σε κάθε περίπτωση το κόστος των 40 ωρών θεραπείας, που γίνονται δια ζώσης, βαρύνει αποκλειστικά τους εκπαιδευόμενους και είναι επιπρόσθετο του κόστους των διδάκτρων του Προγράμματος. Ενδεικτικά, σε περίπτωση επιλογής θεραπευτή/ριας από τη λίστα των εγκεκριμένων θεραπευτών/συνεργατών του Προγράμματος, το επιπρόσθετο κόστος για τις 40 ώρες ανέρχεται στο ποσό των 800 ευρώ.

• Συγγραφή Εργασιών

- **Σκοπός:** Ανάπτυξη ψυχολογικής σκέψης, εμπέδωση διδαχθέντων γνώσεων, καλλιέργεια της στάσης και της φιλοσοφίας ζωής και κατάκτηση των ψυχοθεραπευτικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων που διδάχτηκαν και εφαρμοστήκαν στις ενότητες 7 και 8.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση των 17 περίπου θεωρητικών και εφαρμοσμένων/πρακτικών εργασιών, οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν πλήρως καλύψει τους σκοπούς και τους στόχους αυτού του Προγράμματος σε θεωρητικό, πρακτικό, εφαρμοσμένο και βιωματικό επίπεδο.
- **Μέθοδος:** Σύμφωνα με τη φύση της εργασίας μπορεί να γίνει:
 - ✓ Αναζήτηση βιβλιογραφίας καθώς και ανάλυση και σύνθεση ευρημάτων,
 - ✓ Πλήρης απομαγνητοφώνηση, ανάλυση και σχολιασμός συνεδρίας προσομοίωσης,
 - ✓ Αναζήτηση, ανάλυση και επεξεργασία προσωπικών βιωμάτων σχετικών με τη στάση και τη φιλοσοφία ζωής τους.

• Αξιολόγηση με Γραπτή Εξέταση ή/και Παρουσίαση Εργασιών

- **Σκοπός:** Όπως και στην προηγούμενη ενότητα, σκοπός αυτής της ενότητας είναι η πλήρης και σε βάθος κατανόηση και αφομοίωση των διδαχθέντων θεωρητικών και εφαρμοσμένων γνώσεων.
- **Στόχοι:** Με την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας και σε συνδυασμό με την προηγούμενη, οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν πλήρως εμπεδώσει τις θεωρητικές γνώσεις και απολύτως κατακτήσει τις ψυχοθεραπευτικές τεχνικές που διδάχτηκαν. Συνεπώς θα έχουν απολύτως ικανοποιηθεί οι στόχοι και οι προσδοκίες του παρόντος Προγράμματος.

➤ **Μέθοδος:** Σύμφωνα με τον τύπο του μαθήματος μπορεί να γίνει ένα από τα παρακάτω ή συνδυασμός τους:

- ✓ Γραπτές εξετάσεις σε συγκεκριμένη ύλη,
- ✓ Παρουσίαση εργασιών σε ένα συγκεκριμένο θέμα σχετικό με το μάθημα μετά από συνεννόηση με τον/την εκπαιδευτή/ρια.

12. Εκπαιδευτικό Υλικό - Πρόσθετες Πηγές

Οι εκπαιδευόμενοι έχουν πρόσβαση στην έντυπη και ηλεκτρονική βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, σε μια μεγάλη και συνεχώς αναπτυσσόμενη συλλογή ποικίλων πληροφοριακών υλικών (μονογραφίες, περιοδικές εκδόσεις, αρχαιακό και μουσειακό υλικό). Ιδιαίτερα σημαντική είναι η **ηλεκτρονική “online” πρόσβαση** σε μεγάλο αριθμό ηλεκτρονικών επιστημονικών περιοδικών και βιβλίων σε θέματα ψυχολογίας, ψυχιατρικής, ψυχοθεραπείας και συμβουλευτικής.

Το εκπαιδευτικό υλικό των διδακτικών ενοτήτων έχει σχεδιαστεί και αναπτυχθεί για τις ανάγκες του συγκεκριμένου Προγράμματος, από επιστημονική ομάδα ειδικών επιστημόνων στο χώρο της ψυχολογίας, της ψυχοθεραπείας και της συμβουλευτικής, υπό την εποπτεία του επιστημονικού υπευθύνου του Προγράμματος. Το διδακτικό υλικό περιλαμβάνει εξειδικευμένα βιβλία σε έντυπη και ηλεκτρονική μορφή, εκπαιδευτικές σημειώσεις, παρουσιάσεις (power-point), εκπαιδευτικά βίντεο και βιντεοσκοπημένες ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες με έμφαση στη Συνθετική, την Υπαρξιακή, τη Συστημική και την Πολιτισμική-Πολυπολιτισμική Προσέγγιση.

Επιπρόσθετα, δίνεται εξειδικευμένη επιστημονική αρθρογραφία, βιντεοσκοπημένες διαλέξεις και βιντεοπαρουσιάσεις, καθώς και ιστοσελίδες σχετικές με τα προς διαπραγμάτευση επιστημονικά θέματα. Ο σχεδιασμός και η προετοιμασία του εκπαιδευτικού υλικού ακολουθεί τις αρχές της δια ζώσης και της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, καθώς επίσης και της εκπαίδευσης ενηλίκων.

Οι δια ζώσης διδασκαλίες εστιάζουν κατά κύριο λόγο στον εκπαιδευόμενο, δηλαδή είναι περισσότερο «μαθητοκεντρικές» και λιγότερο «δασκαλοκεντρικές», στηρίζονται στη μεθοδολογία των διαλέξεων, της διαλεκτικής των ερωτήσεων-απαντήσεων, της εργασίας σε μικρές ομάδες, των βιωματικών ασκήσεων, ενώ γίνεται εκτεταμένη χρήση του «παιχνιδιού-ρόλων».

Τέλος, δίνεται στους εκπαιδευόμενους η δυνατότητα πρόσβασης σε μια μεγάλη συλλογή από ψυχομετρικά εργαλεία, ερωτηματολόγια, δοκιμασίες και προβολικά τεστ, που επιτρέπουν την αξιολόγηση των δυσκολιών, των προβλημάτων ή και των διαταραχών που παρουσιάζει ένα άτομο. Η συγκεκριμένη αξιολόγηση είναι σημαντική για τον σχεδιασμό και την αποτελεσματικότητα των συμβουλευτικών και ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων που επιλέγονται για εφαρμογή στη συνέχεια.

13. Αξιολόγηση Μαθημάτων & Προγράμματος

➤ Αξιολόγηση Εκπαιδευομένων

Η αξιολόγηση και βαθμολόγηση των επιμορφούμενων ως προς την κατάκτηση των μαθησιακών στόχων της κάθε θεματικής ενότητας του Προγράμματος γίνεται με συνδυασμό μεθόδων αξιολόγησης, σύμφωνα με το είδος της εκπαίδευσης και του γνωστικού αντικειμένου, καθώς και την εκτίμηση των διδασκόντων. Περιλαμβάνει κατά περίπτωση, θεωρητικές εργασίες, βιωματικές εργασίες, βιντεοσκοπημένες συνεδρίες των επιμορφούμενων στις ψυχοθεραπευτικές τεχνικές, εξετάσεις, πρακτικές ασκήσεις και μελέτες περίπτωσης ψυχοθεραπευτικού περιεχομένου.

➤ Αξιολόγηση Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Η αξιολόγηση του Προγράμματος από τους επιμορφούμενους γίνεται ανώνυμα με τη συμπλήρωση ερωτηματολογίου που έχει κατασκευαστεί για τις ανάγκες του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Πέρα από αυτή την τυπική αξιολόγηση, οι διδάσκοντες πραγματοποιούν αξιολογήσεις και άλλων τύπων, όπως ανοιχτή συζήτηση σχετικά με τα θετικά και αρνητικά του περιεχομένου του μαθήματος και της διδασκαλίας, όπου αναπτύσσονται προτάσεις για βελτίωση. Σε αυτό το πλαίσιο, οι επιμορφούμενοι ενθαρρύνονται να αναστοχαστούν και τη δική τους στάση κατά τη διάρκεια της επιμόρφωσης και να κάνουν την αυτοκριτική/ αυτοαξιολόγησή τους.

Δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στα αποτελέσματα της αξιολόγησης, καθώς στη βάση αυτών γίνεται στη συνέχεια η όποια αναθεώρηση, αναμόρφωση και τροποποίηση του Προγράμματος, τόσο ως προς τις εκπαιδευτικές ανάγκες των εκπαιδευόμενων όσο και ως προς την αξιολόγηση της διδακτικής ικανότητας και μεταδοτικότητας των διδασκόντων.

- **Επιστημονικός υπεύθυνος** του εκπαιδευτικού Προγράμματος είναι ο κ. **Γεώργιος Κλεφτάρας, Καθηγητής «Κλινικής Ψυχολογίας – Ψυχοπαθολογίας»** στο Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, ο οποίος φέρει την ευθύνη για το σχεδιασμό, την υλοποίηση και την παρακολούθηση της ακαδημαϊκής διαδικασίας του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού Προγράμματος (e-mail: gkleftaras@uth.gr, [Βιογραφικό](#)).

Ο κ. Γεώργιος Κλεφτάρας, με προπτυχιακές, μεταπτυχιακές και διδακτορικές σπουδές Ψυχολογίας στην Ελλάδα, τον Καναδά και τη Γαλλία, είναι κάτοχος Διπλώματος Συνθετικής Ψυχοθεραπείας και έχει διατελέσει Κοσμήτορας της Σχολής Ανθρωπιστικών & Κοινωνικών Επιστημών του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Είναι Διευθυντής του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών: «*Συμβουλευτική Ψυχολογία & Συμβουλευτική στην Ειδική Αγωγή, την Εκπαίδευση και την Υγεία*» και του «*Εργαστηρίου Ψυχολογίας και Εφαρμογών στην Εκπαίδευση*» του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Έχει σημαντικό ψυχοθεραπευτικό έργο και η ψυχοθεραπευτική του προσέγγιση είναι «Συνθετική» με έντονα «Υπαρξιακό» προσανατολισμό. Είναι συγγραφέας πολυάριθμων επιστημονικών εργασιών και βιβλίων και έχει πλούσια ερευνητική και διδακτική εμπειρία σε πολλά Πανεπιστήμια, ενώ τα επιστημονικά και ερευνητικά του ενδιαφέροντά εστιάζονται σε θέματα συνθετικής, υπαρξιακής και πολιτισμικής-πολυπολιτισμικής ψυχοθεραπείας, νοήματος ζωής, πνευματικότητας, μοναξιάς και κατάθλιψης σε παιδιά, νέους, ηλικιωμένους, άτομα με ειδικές ανάγκες και άτομα μειονοτήτων, καθώς και στην ψυχοθεραπευτική αξία των ζώων.

- **Αναπληρώτρια Επιστημονική Υπεύθυνη** του Προγράμματος είναι η κ. **Αναστασία Βλάχου, Καθηγήτρια «Ειδικής Αγωγής – Εκπαιδευτικής Ένταξης»** στο Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (e-mail: anavlachou@uth.gr, [Βιογραφικό](#)). Έχει βασικές σπουδές Ψυχολογίας (Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων), μεταπτυχιακό (M.Sc.) Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας και Συμβουλευτικής (Πανεπιστήμιο McGill, Καναδάς) και διδακτορικό στην Εκπαιδευτική Ένταξη Παιδιών με Αναπηρία (Πανεπιστήμιο Sheffield, Αγγλία).

Έχει διδάξει και έχει εργαστεί σε διάφορα εκπαιδευτικά ιδρύματα σε Καναδά, Η.Π.Α., Αγγλία και Ελλάδα. Τα κύρια ερευνητικά της ενδιαφέροντα επικεντρώνονται σε ζητήματα που αφορούν την εκπαιδευτική, κοινωνική και εργασιακή ένταξη ατόμων με αναπηρία (με ιδιαίτερη έμφαση σε άτομα με νοητική αναπηρία), ζητήματα ενταξιακής εκπαιδευτικής πολιτικής, θέματα ισότητας και

ποιότητας των υπηρεσιών, παρεμβάσεις κοινωνικής και ψυχολογικής υποστήριξης ατόμων με αναπηρία, καθώς και ζητήματα πολιτισμικής και πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής.

Έχει πλούσιο διδακτικό, ερευνητικό, και συγγραφικό έργο με περισσότερες από 150 δημοσιεύσεις σε διεθνή και ελληνικά επιστημονικά περιοδικά και έχει συμμετάσχει σε πλήθος διεθνών και ευρωπαϊκών-εθνικών συνεδρίων και χρηματοδοτούμενων εθνικών και ευρωπαϊκών προγραμμάτων. Το δημοσιευμένο της έργο έχει λάβει περισσότερες από 1700 έτερο-αναφορές σε διεθνή περιοδικά.

- **Διδάσκοντες/εκπαιδευτές** στο Πρόγραμμα, εκτός των δύο παραπάνω μελών ΔΕΠ που έχουν και την επιστημονική ευθύνη του Προγράμματος, είναι μέλη ΔΕΠ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και άλλων Πανεπιστημίων, ερευνητές κάτοχοι διδακτορικού διπλώματος με εξειδίκευση στα θέματα που αναπτύσσονται στο πρόγραμμα, καθώς και επαγγελματίες ψυχοθεραπευτές αναγνωρισμένου κύρους, με πλήρη εκπαίδευση στη Συνθετική, τη Συστημική ή την Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία.

Ενδεικτικά διδάσκοντες/εκπαιδευτές και επόπτες είναι:

- **Αγγελική Κωλέττη**, Ψυχολόγος, Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια, ΕΤΕΠ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,
- **Αγάθη Λακιώτη**, Ψυχολόγος, Προσωποκεντρική Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτορας Ψυχολογίας Παντείου Πανεπιστημίου,
- **Κυριάκος Πλατρίτης**, Ψυχολόγος, Συνθετικός Ψυχοθεραπευτής, Διδάκτορας Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Κρήτης,
- **Ευγενία Γεωργαντά**, Ψυχολόγος, Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεύτρια, Διδάκτορας Ψυχολογίας, Massachusetts School of Professional Psychology,
- **Ειρήνη Κατσογιάννη**, Ψυχολόγος, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Υποψήφια Διδάκτορας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,
- **Αντωνία Αλεξοπούλου**, Ψυχολόγος, Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια.

15. Μοριοδότηση Προγράμματος

Το παρόν επιμορφωτικό Πρόγραμμα αναγνωρίζεται και μοριοδοτείται σύμφωνα με σχετική νομοθεσία. Ειδικότερα, παρέχει στους συμμετέχοντες, εφόσον ενδιαφέρονται για το χώρο της εκπαίδευσης, σύμφωνα με την ειδικότητά τους, τη δυνατότητα:

A. Διορισμού ως μόνιμοι ή πρόσληψης ως αναπληρωτές/ωρομίσθιοι με το σύστημα του ΑΣΕΠ (νόμος 4589/2019) **(2 μονάδες)**:

- Εκπαιδευτικοί Γενικής Εκπαίδευσης (άρθρο 57),
- Εκπαιδευτικοί Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης - Ε.Α.Ε. (άρθρο 58),
- Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό - Ε.Ε.Π. (άρθρο 59),
- Ειδικό Βοηθητικό Προσωπικό - Ε.Β.Π. (άρθρο 60).

B. Μοριοδότησης για την επιλογή των εκπαιδευτικών ΤΕ και ΔΕ της Γενικής Εκπαίδευσης και της Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης (νόμος 4589/2019) **(10 μονάδες)**.

Γ. Κατάταξης στους πίνακες επιλογής στελεχών πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (νόμος 4547/2018, άρθρο 21 & 24) **(0,5 μονάδες)**.

16. Οικονομικές Προϋποθέσεις

Το κόστος λειτουργίας του Προγράμματος καλύπτεται αποκλειστικά από τα διδάκτρα που καταβάλλουν οι εκπαιδευόμενοι και ανέρχονται στο ποσό των **2300** ευρώ.

Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι επιβαρύνονται με το κόστος της προσωπικής τους ψυχοθεραπείας, που μπορεί να γίνει:

- α) είτε με ψυχοθεραπευτή της επιλογής τους, οπότε το Πρόγραμμα δεν εμπλέκεται στο ύψος της αμοιβής και στον τρόπο καταβολής της,
- β) είτε με ψυχοθεραπευτή/συνεργάτη του Προγράμματος με συγκεκριμένο χαμηλό ύψος αμοιβής, που καταβάλλεται απευθείας στον ίδιο (βλέπε Ενότητα 11: Προσωπική Ανάπτυξη – Ατομική Ι).

Η καταβολή των διδάκτρων γίνεται σε τρεις δόσεις, με τον ακόλουθο τρόπο:

1. **1000** ευρώ τον Οκτώβριο του 2020 με την εγγραφή,
2. **650** ευρώ τον Ιανουάριο του 2021,
3. **650** ευρώ τον Απρίλιο του 2021.

Η καταβολή του ποσού της δόσης των διδάκτρων γίνεται εντός του πρώτου δεκαπενθημέρου του μήνα, στον ειδικό τραπεζικό λογαριασμό του Προγράμματος:

- Τράπεζα: **ALPHA BANK**,
- Τραπεζικός Λογαριασμός: **310-00-2002-020935**

- **IBAN: GR6401403100310002002020935**
- *Δικαιούχος: Επιτροπή Ερευνών - Ειδικός Λογαριασμός Κονδυλίων Έρευνας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας*

Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει να αναγράφονται υποχρεωτικά:

- *Το ονοματεπώνυμο του/της εκπαιδευόμενου/ης,*
- *Ο κωδικός έργου του Προγράμματος: **4165.0117***

Ο/η εκπαιδευόμενος/η οφείλει να αποστείλει το αποδεικτικό κατάθεσης, έπειτα από κάθε συναλλαγή του, στο **learning@uth.gr**.

Οι ενδιαφερόμενοι έχουν το δικαίωμα να αποσύρουν το ενδιαφέρον τους από το Πρόγραμμα με επιστροφή του ποσού που κατέβαλαν, μέχρι και μία (1) ημέρα πριν την έναρξη του Προγράμματος. Δεν προβλέπεται επιστροφή χρημάτων μετά την ημερομηνία έναρξης του Προγράμματος.

17. Υποχρεώσεις Εκπαιδευόμενων

Οι εκπαιδευόμενοι, που γίνονται δεκτοί στο Πρόγραμμα, είναι υποχρεωμένοι:

- Να παρακολουθούν τις διαλέξεις των θεωρητικών και εργαστηριακών μαθημάτων και των σεμιναρίων,
- Να συμμετέχουν στην ατομική διαδικασία προσωπικής ανάπτυξης,
- Να συμμετέχουν στην προβλεπόμενη πρακτική άσκηση,
- Να υποβάλλουν μέσα στις προβλεπόμενες προθεσμίες τις απαιτούμενες εργασίες για το κάθε μάθημα,
- Να προσέρχονται στις εξετάσεις,
- Να καταβάλλουν τα δίδακτρα στις προβλεπόμενες ημερομηνίες,
- Να σέβονται τις αποφάσεις του Πανεπιστημίου που αφορούν το Πρόγραμμα,
- Να τηρούν την ακαδημαϊκή δεοντολογία,
- Να συμπληρώνουν τα ανώνυμα ερωτηματολόγια αξιολόγησης, βάσει αντικειμενικής και ακαδημαϊκής κρίσης, μετά το πέρας και πριν την εξέταση του κάθε μαθήματος/σεμιναρίου με σκοπό την βελτίωση του Προγράμματος.

Η μη τήρηση των παραπάνω, χωρίς σοβαρή και τεκμηριωμένη δικαιολογία, αποτελεί λόγο αποκλεισμού από το Πρόγραμμα.

18. Περίοδος Υποβολής Υποψηφιοτήτων

- **Έναρξη** υποβολής υποψηφιοτήτων: **1^η Ιουνίου 2020.**
- **Λήξη** υποβολής υποψηφιοτήτων: **25^η Σεπτεμβρίου 2020.**
- Η εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία απαιτεί εξατομικευμένη προσέγγιση και προσωπική δουλειά με κάθε άτομο ξεχωριστά, γεγονός που δεν επιτρέπει μεγάλο αριθμό εκπαιδευόμενων. Η επιλογή των εισακτέων γίνεται βάσει των μορίων που παίρνουν από το βιογραφικό/φάκελό τους, καθώς και από την προφορική συνέντευξη. **Σε περίπτωση ισοβαθμίας τηρείται σειρά προτεραιότητας με βάση την ημερομηνία υποβολής της υποψηφιοτήτας.**
- Στην περίπτωση που ο βέλτιστος αριθμός αιτήσεων συμπληρωθεί πριν τη λήξη της περιόδου υποβολής υποψηφιοτήτων, η διαχείριση του Προγράμματος **διατηρεί το δικαίωμα να σταματήσει νωρίτερα να δέχεται υποψηφιοτήτες.**

19. Υποβολή Υποψηφιοτήτων

Η αίτηση υποψηφιοτήτας βρίσκεται στην ιστοσελίδα του Κέντρου Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας:

[Αίτηση Συμμετοχής](#)

20. Πληροφορίες - Επικοινωνία

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να απευθύνεστε:

- Στην ιστοσελίδα του Προγράμματος:

alypias-tehni.ii-learning.uth.gr

- Στη γραμματεία του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας:

@ **learning@uth.gr**

☎ **24210-06366** (9:00 – 15:00),

📍 Γιαννιτσών & Λαχανά, Παλαιά, Συγκρότημα Τσαλαπάτα, Τ.Κ.: 38334, Βόλος.

- Στη γραμματεία του Προγράμματος:

@ **alypias-tehni@uth.gr**

☎ **24210-74738** (Τετάρτη έως Σάββατο: 14:00 – 17:00),

6945330772 (12:00 – 17:00),

📍 **Γεώργιος Κλεφτάρας**, Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Παραλιακό Συγκρότημα Παπαστράτου, Νέο Κτίριο, Γραφείο 12, Αργοναυτών & Φιλελλήνων, Τ.Κ.: 38221 Βόλος.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι

Συνθετική Ψυχοθεραπεία

➤ Βασικές Έννοιες

Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία είναι μια πολυδιάστατη προσέγγιση που ενσωματώνει γνώσεις και δεξιότητες από διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις σε ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο, επιτρέποντας στην ψυχοθεραπεία να ανταποκρίνεται σε διαφορετικές ανάγκες πελατών, τύπο προσωπικότητας, ενδιαφέροντα και θεραπευτικές προτιμήσεις. Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία ξεπερνά τους περιορισμούς ενός μόνο μοντέλου και διευρύνει τη θεωρητική βάση των ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων, προσπαθώντας να ανταποκριθεί στο συναισθηματικό, πνευματικό, συμπεριφορικό και σωματικό επίπεδο του ατόμου.

➤ Θεωρία Προσωπικότητας

Ο όρος «συνθετική» στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία, αναφέρεται στη διαδικασία ενσωμάτωσης/σύνθεσης των διαφόρων πλευρών της προσωπικότητας και κυρίως αυτών που το ίδιο το άτομο έχει απορρίψει, αγνοεί ή αποτελούν ανεπίλυτες πτυχές του εαυτού του. Στόχος είναι να τις καταστήσει μέρος μιας συνεκτικής προσωπικότητας, μειώνοντας τη χρήση αμυντικών μηχανισμών που αναστέλλουν τον αυθορμητισμό και περιορίζουν την ευελιξία στην επίλυση προβλημάτων και την δημιουργία σχέσεων, με ταυτόχρονη πλήρη επανασύνδεση με τον κόσμο. Πρόκειται για τη διαδικασία της ολοκλήρωσης και της αίσθησης εσωτερικής ενότητας και συνοχής. Μέσω της σύνθεσης, καθίσταται δυνατό για το άτομο να αντιμετωπίζει την κάθε στιγμή ανοικτά και με μια φρέσκια ματιά, χωρίς την προσφυγή στην προστασία μιας προσχηματισμένης γνώμης, θέσης, στάσης ή προσδοκίας.

Η προσέγγιση μιας τέτοιας ποιότητας σύνθεσης των διαφόρων πτυχών της ύπαρξης του ατόμου σε ενδοψυχικό, διαπροσωπικό και κοινωνικοπολιτικό επίπεδο, μεγιστοποιεί τη λειτουργικότητά του, εντός των προσωπικών ορίων και των εξωτερικών περιορισμών του. Σε αυτό το πλαίσιο είναι σημαντικό να αναγνωρισθεί ότι η «σύνθεση» είναι μια διαδικασία στην οποία θα πρέπει να δεσμευτούν και οι ίδιοι οι θεραπευτές σε προσωπικό επίπεδο, μέσω της προσωπικής τους ανάπτυξης. Ωστόσο, αναγνωρίζεται ότι ενώ η εστίαση στην προσωπική ανάπτυξη του θεραπευτή είναι απαραίτητη, πρέπει επίσης να υπάρχει μία συνεχής αναζήτηση γνώσης στον τομέα της ψυχοθεραπείας και των σχετικών τομέων της.

➤ **Θεωρία Ψυχοθεραπείας**

Ως εκ τούτου, ορίζεται ως «Συνθετική» κάθε μεθοδολογία και συνθετικός προσανατολισμός στην ψυχοθεραπεία που αναπτύσσεται προς έναν εννοιολογικά συνεκτικό, επί τη βάσει αρχών, θεωρητικό συνδυασμό δύο ή περισσότερων συγκεκριμένων προσεγγίσεων ή που από μόνος του αποτελεί ένα συνθετικό μοντέλο. Από αυτήν την άποψη, υπάρχει μια ιδιαίτερη δεοντολογική υποχρέωση των συνθετικών ψυχοθεραπευτών να συνομιλούν με συναδέλφους διαφορετικών προσανατολισμών και να είναι ενήμεροι για τις εξελίξεις στον ευρύτερο χώρο της ψυχοθεραπείας.

Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία λαμβάνει υπόψη πολλές απόψεις της ανθρώπινης λειτουργίας. Οι Ψυχοδυναμικές, Πελατοκεντρικές, Υπαρξιακές, Συμπεριφορικές, Γνωστικές και Συστημικές/Οικογενειακές Θεραπείες, οι Θεωρίες Αντικειμενότροπων Σχέσεων, η Πολιτισμική Προσέγγιση, η Συνδιαλεκτική Ανάλυση κ.λπ. λαμβάνονται υπόψη σε μια δυναμική προοπτική συστημάτων. Καθένα παρέχει μια μερική εξήγηση της συμπεριφοράς και το καθένα ενισχύεται όταν γίνεται επιλεκτική σύνθεσή του με άλλες πτυχές της προσέγγισης του θεραπευτή. Η σύνθεση στον ίδιο τον ψυχοθεραπευτή έχει να κάνει με την ικανότητά του να αφομοιώσει και να εναρμονίσει όλες αυτές τις διάφορες έννοιες και προσεγγίσεις με τρόπο συμβατό με τη δική του προσωπικότητα καθώς εμπλέκεται στον διυποκειμενικό χώρο με κάθε πελάτη.

Κεντρική θέση της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας είναι ότι καμία μεμονωμένη μορφή θεραπείας δεν είναι καλύτερη ή ακόμη και επαρκής σε όλες τις καταστάσεις. Συνεπώς, η Συνθετική Ψυχοθεραπεία προωθεί την ευελιξία στην προσέγγιση των ψυχολογικών προβλημάτων, ενώ προσυπογράφει ταυτόχρονα τη διατήρηση ενός επιπέδου αριστείας στις προσφερόμενες υπηρεσίες, στην εποπτεία και στην εκπαίδευση. Έτσι, όταν οι συνθετικοί θεραπευτές επιλέγουν διαφορετικές στρατηγικές, τεχνικές και εννοιολογικές κατασκευές στην αντιμετώπιση συγκεκριμένων καταστάσεων, αυτό δεν γίνεται τυχαία, αλλά μέσα από μια διαδικασία που στηρίζεται τόσο στην κλινική διαίσθηση όσο και σε μια καλή γνώση και κατανόηση των προβλημάτων που αντιμετωπίζονται και των παρεμβάσεων που πρόκειται να εφαρμοστούν.

➤ **Ψυχοθεραπευτική Σχέση**

Τελικά, η Συνθετική Ψυχοθεραπεία, ενώ επιβεβαιώνει τη σημασία συγκεκριμένων προσεγγίσεων ή συνδυασμών προσεγγίσεων σε σχέση με συγκεκριμένα προβλήματα, δίνει ωστόσο, πολύ μεγάλη σημασία σε εκείνους τους παράγοντες που είναι κοινί σε όλες τις ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, με έμφαση στη θεραπευτική σχέση σε όλες της τις εκδοχές. Ειδικά, όσον αφορά τη θεραπευτική σχέση, ιδιαίτερη σημασία δίνεται στη διατήρηση μιας στάσης σεβασμού, καλοσύνης, εντιμότητας και ισότητας ως προς την ίδια την υπαρξιακή οντότητα και την προσωπικότητα του πελάτη. Η Συνθετική Ψυχοθεραπεία εστιάζει στη σημαντικότητα της παροχής ενός ασφαλούς

περιβάλλοντος, στο οποίο η ανάπτυξη και η θεραπεία μπορούν να πραγματοποιηθούν σε έναν διυποκειμενικό χώρο, που έχει από κοινού διαμορφωθεί τόσο από τον πελάτη όσο και από τον θεραπευτή.

➤ **Η Συνθετική Προσέγγιση στο Παρόν Πρόγραμμα**

Στο παρόν Πρόγραμμα, παράλληλα με την εκπαίδευση στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία, δίνεται έμφαση στη σύνθεση της Συστημικής, της Υπαρξιακής και της Πολιτισμικής-Πολυπολιτισμικής Προσέγγισης, με σημαντικά στοιχεία Ψυχοδυναμικών και Γνωστικο-συμπεριφορικών θεωριών, ενώ οι εκπαιδευόμενοι ενθαρρύνονται να κάνουν τη δική τους σύνθεση και να αναπτύξουν ο καθένας και η καθεμία το δικό του/της προσωπικό εξελισσόμενο μοντέλο Συνθετικής Ψυχοθεραπείας. Στη συνέχεια γίνεται μια σύντομη παρουσίαση των τριών κύριων προσεγγίσεων, της **Συστημικής**, της **Υπαρξιακής** και της **Πολιτισμικής**, στη σύνθεση των οποίων δίνεται έμφαση σε αυτό το Πρόγραμμα.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ

Συστημική Προσέγγιση

➤ Βασικές Έννοιες

Η Συστημική Θεραπεία είναι η εφαρμογή της Συστημικής θεωρίας στον χώρο της ψυχικής υγείας, όπου ως σύστημα ορίζεται ένα σύνολο αλληλοεπηρεαζόμενων και αλληλεξαρτώμενων στοιχείων. Το σύστημα δεν είναι απλά το άθροισμα των μερών του, αλλά μια οργανική ενότητα που διαφέρει ποιοτικά από τα επιμέρους κομμάτια που την απαρτίζουν, ενώ κάθε αλλαγή σε κάποιο στοιχείο του συστήματος επιφέρει αλλαγές σε ολόκληρο το σύστημα.

Η Συστημική Προσέγγιση αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα ως ένα σύνολο και ως μια προνομιακή μέθοδο για την προσέγγιση πολύπλοκων φαινομένων. Στρέφει την ψυχολογική ματιά από το άτομο στο «όλον» και από τις προσωπικές ιδιότητες στις σχέσεις, ενώ κάθε φαινόμενο μελετάται ως ολότητα και με τη λογική της κυκλικής σχέσης και όχι της γραμμικής αιτιότητας, δίνοντας επίσης σημασία στις σχέσεις του κάθε συστήματος και με τα ευρύτερα συστήματα που το περιβάλλουν. Σύμφωνα με την Συστημική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία και τη Συμβουλευτική γεννιόμαστε και εξελισσόμαστε μέσα σε συστήματα, δηλαδή, σε ομάδες ισχυρής επιρροής, με κυρίαρχη την οικογένεια. Σε κάθε σύστημα κάθε μέλος συνδέεται με όλα τα άλλα μέλη με ένα πλέγμα σχέσεων που υπερβαίνει τα μέλη και καθορίζει την πορεία και την εξέλιξη όλων.

➤ Η οικογένεια ως Σύστημα

Η οικογένεια αποτελεί μια σύνθετη ολότητα με δική της δομή, κανόνες και στόχους, στην οποία οι αλληλεπιδράσεις των μελών είναι εξίσου ή και πιο σημαντικές από τα δρώντα μέλη. Τα μέλη μιας οικογένειας αλληλοεπηρεάζονται και αλληλοπροσδιορίζονται με τέτοιο τρόπο, ώστε να γίνεται ανέφικτη η εξέταση και η κατανόηση της συμπεριφοράς του ενός ανεξάρτητα από την συμπεριφορά του άλλου.

Χαρακτηριστικό γνώρισμα ενός συστήματος και συνεπώς και της οικογένειας είναι η προσπάθεια διατήρησης σταθερών των συνθηκών στο εσωτερικό της, αλλά και η αντίσταση σε οποιαδήποτε αλλαγή απειλεί αυτήν την σταθερότητα. Σύμφωνα με τη συστημική θεώρηση, ακόμη και ένα ψυχολογικό πρόβλημα μπορεί να συντηρείται (όχι πάντα συνειδητά) από το σύστημα/οικογένεια προκειμένου να διατηρηθεί η ισορροπία του, ενώ αλλαγές στο σύστημα μπορεί να το κλονίσουν συθέμελα και να οδηγήσουν σε ανακατατάξεις. Η ψυχική ασθένεια δεν γίνεται αντιληπτή αποκλειστικά και μόνο ως μια ατομική ενδοψυχική διεργασία, αλλά ως μια διαπροσωπική βιωματική

εμπειρία μέσα στην οικογένεια, που μεταφέρει ένα νόημα, ένα μήνυμα, ένα αίτημα για την οικογένεια.

Με την εφαρμογή της Συστημικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία και τη Συμβουλευτική διευρύνεται πολύ το πλαίσιο αναφοράς του ατόμου, αλλά και το πεδίο δράσης του θεραπευτή. Το άτομο βγαίνει από τη θέση του προβληματικού που λόγω της δικής του και μόνο αδυναμίας δεν μπορεί να προχωρήσει στη ζωή του. Η προσωπική του πορεία συναρτάται με τις φάσεις εξέλιξης των άλλων συστημάτων, εντός των οποίων βρίσκεται, χωρίς ταυτόχρονα να θεωρείται ανεύθυνο και απλό υποχέριο της δυναμικής αυτών των συστημάτων.

➤ **Ψυχοθεραπευτική Σχέση**

Στο επίπεδο της θεραπευτικής σχέσης, το αίτημα για βοήθεια του ατόμου ή της οικογένειας, γίνεται κατανοητό σε σχέση με τους ρόλους και τη θέση του καθενός στο συγκεκριμένο σύστημα και στη συγκεκριμένη φάση της εξέλιξής τους. Στόχος είναι να περάσουμε από μία στατική κατανόηση της προσωπικής και οικογενειακής εμπειρίας, σε μία δυναμική κατανόηση, όπου η οικογένεια μπαίνει σε τροχιά επανεκκίνησης με πολλαπλές αναδυόμενες επιλογές ζωής, ενώ αποδεσμεύεται από τον φαύλο κύκλο των αδιεξόδων του παρελθόντος.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ

Υπαρξιακή Προσέγγιση

➤ Βασικές Έννοιες - Φιλοσοφία

Η Υπαρξιακή Προσέγγιση αντιτίθεται στην ντετερμινιστική άποψη των Ψυχοδυναμικών και των Συμπεριφορικών θεωριών, οι οποίες, με διαφορετικό τρόπο μεταξύ τους, αντιλαμβάνονται τη ζωή και τον άνθρωπο ως το προβλέψιμο αποτέλεσμα του παρελθόντος. Η Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία θεωρεί το παρελθόν σημαντικό παράγοντα στην διαμόρφωση του ανθρώπου, αλλά όχι καθοριστικό.

Σύμφωνα με την υπαρξιακή φιλοσοφία από την οποία προέρχεται η υπαρξιακή ψυχοθεραπεία, αυτό που κάνει τον άνθρωπο, άνθρωπο, είναι ακριβώς η δυνατότητα που έχει να επιλέγει και η ελευθερία να καθορίζει τη στάση του απέναντι στις δυνατότητες και τους περιορισμούς της ζωής. Ο άνθρωπος, μάλιστα, θεωρείται υπεύθυνος όχι μόνο για όσα επιλέγει να κάνει αλλά και για όσα δεν κάνει, καθώς επιλογή θεωρείται και η μη επιλογή, όπως θέση είναι και η αποφυγή θέσης. Ο άνθρωπος δεν μπορεί να αποφύγει να παίρνει αποφάσεις και όσο πιο συνειδητά και υπεύθυνα αποφασίζει τόσο πιο πολύ εκπληρώνει την ανθρώπινη φύση του. Η συνειδητοποίηση της ελευθερίας επιλογής, αν και θετική, ενέχει ταυτόχρονα και το βάρος της ευθύνης για την έκβαση της οποίας επιλογής καθώς και για την απώλεια όσων δεν επελέγησαν.

➤ Βασικές Αρχές

Από υπαρξιακής άποψης, πολύ μεγάλη σημασία για την κατανόηση του ανθρώπινου ψυχισμού, σε ψυχοθεραπευτικό επίπεδο, είναι η συνειδητοποίηση και η διαχείριση της αβεβαιότητας που χαρακτηρίζει τη ζωή, καθώς και των τεσσάρων βασικών επώδυνων γεγονότων της ανθρώπινης ύπαρξης. Γεγονότα, με τα οποία ερχόμαστε συνεχώς σε επαφή, δεν μπορούμε να αποφύγουμε και θα πρέπει να αποδεχτούμε και να αντιμετωπίσουμε:

- Ο θάνατος, ως η μοναδική βεβαιότητα της ζωής και η συνεπακόλουθη συνειδητοποίηση του ουσιαστικού και του περιττού,
- Το εύθραυστο της ανθρώπινης λογικής, την οποία δεν μπορούμε να εμπιστευτούμε, καθώς ο «θαυμαστός» ανθρώπινος νους είναι ικανός για το καλύτερο, αλλά αποδεδειγμένα και για το χειρότερο.

- Η αποξένωση και η υπαρξιακή μοναξιά, ως η βαθιά εσωτερική επίγνωση ότι είμαστε μόνοι, ανεξάρτητα από το αν έχουμε ή όχι καλές σχέσεις, συνειδητοποιώντας ότι γεννηθήκαμε και θα πεθάνουμε μόνοι.
- Η έλλειψη νοήματος, η ανάγκη για νόημα και η συνειδητοποίηση ότι η ζωή δεν έχει εγγενές νόημα, με συνέπεια την ευθύνη του καθενός να ανακαλύψει το δικό του προσωπικό νόημα στη ζωή.

Όλοι οι άνθρωποι, με τον ένα ή τον άλλο τρόπο, έχουμε μια βαθύτερη διαισθητική γνώση αυτών των γεγονότων, αν και όχι πάντα ευκρινώς συνειδητοποιημένων, τα οποία τείνουν τελικά να καθορίζουν την στάση του καθενός μας απέναντι στην ζωή, τις σχέσεις μας με τους άλλους, αλλά και με τον εαυτό μας. Βρίσκονται συχνά στη βάση εσωτερικών συγκρούσεων και υπαρξιακού άγχους, παίρνοντας ποικίλες μορφές δυσλειτουργικών συμπεριφορών και ψυχολογικών προβλημάτων. Ο ψυχοθεραπευτής καλείται να έχει δουλέψει τα θέματα αυτά σε προσωπικό επίπεδο, ώστε να μπορέσει, με την κατάλληλη εκπαίδευση, να βοηθήσει τον θεραπευόμενο να τα διαχειριστεί και να κάνει νέες, πιο ελεύθερες και αυθεντικότερες επιλογές.

➤ **Ψυχοθεραπευτική Σχέση**

Στη διαδικασία αυτή, το κυριότερο εργαλείο του θεραπευτή είναι ο εαυτός του. Ένας υπαρξιακός ψυχοθεραπευτής προσπαθεί ενεργά να κατανοήσει τις εμπειρίες του και την αντίληψη που έχει για την ζωή, έχοντας πάντα κατά νου ότι συνεχώς αλλάζει και επηρεάζεται από τους άλλους ανθρώπους, ενώ πάντα είναι «εν-τω-γίγνεσθαι». Απαραίτητη προϋπόθεση της επιτυχούς θεραπείας είναι η ανάγκη δημιουργίας μίας ιδιαίτερης θεραπευτικής σχέσης. Πρόκειται για μια σχέση γνήσια, ανθρώπινη, ουσιαστική, ανοιχτή που χαρακτηρίζεται από εμπιστοσύνη, αποδοχή και ασφάλεια, η δημιουργία της οποίας απαιτεί από τον θεραπευτή να είναι αληθινά και γνήσια παρών στη θεραπευτική διαδικασία. Σχέση με αναγνώριση των ορίων, που αν και προσωρινή, προσφέρει μια εμπειρία εγγύτητας που είναι μόνιμη και θεραπευτική. Η σημαντικότητα, μάλιστα, της θεραπευτικής σχέσης είναι τέτοια, ώστε έχει υποστηριχθεί από ορισμένους υπαρξιακούς θεραπευτές, ότι είναι η σχέση αυτή καθαυτή που θεραπεύει.

Τελειώνοντας, η Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία αποσκοπεί στο να φέρει το άτομο σε επαφή με το βαθύτερο εαυτό του, να το βοηθήσει να αντιληφθεί το ουσιαστικό και το περιττό στη ζωή του και να συνειδητοποιήσει αυτό που αυθεντικά και πραγματικά θέλει και καλείται να εκπληρώσει. Ζώντας κάποιος αυθεντικά, ζει σκόπιμα, βάσει των πεποιθήσεων και των αξιών του και σε συμφωνία με τα πραγματικά συναισθήματα, τις προτεραιότητες και τις ανάγκες του, έχοντας συνείδηση του εαυτού του, της δύναμής του, αλλά και των περιορισμών του. Τότε και μόνο τότε κάνει ουσιαστικά ελεύθερες και αυθεντικές επιλογές, που οδηγούν στην αυτοπραγμάτωση και σε μια εσωτερική αίσθηση ηρεμίας και πληρότητας.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ IV

Πολιτισμική & Πολυπολιτισμική Προσέγγιση

➤ Βασικές Έννοιες

Η Πολιτισμική και Πολυπολιτισμική Ψυχοθεραπεία τοποθετεί την έννοια της κουλτούρας στο επίκεντρο της «εικόνας του προσώπου» και έχει ως αφετηρία της τη θέση ότι η συμμετοχή του ανθρώπου σε μία ή/και σε περισσότερες κουλτούρες (π.χ. φύλο, φυλή, εθνικότητα, κοινωνική τάξη, αναπηρία, θρησκεία, σεξουαλικό προσανατολισμό) αποτελεί μία από τις βασικές επιρροές για την ανάπτυξη της προσωπικής του ταυτότητας. Επιπλέον, η συγκεκριμένη ψυχοθεραπευτική προσέγγιση προσπαθεί να ανταποκριθεί στις πολιτικές, κοινωνικές και προσωπικές πιέσεις που πηγάζουν από το κίνημα υπέρ των ίσων ευκαιριών, αλλά και από τις διαμάχες για το ρατσισμό και την ισονομία.

Η Πολιτισμική και Πολυπολιτισμική Ψυχοθεραπεία θεωρείται από ορισμένους ως η τέταρτη δύναμη στην Ψυχοθεραπεία και τη Συμβουλευτική, ισότιμη με τις τρεις άλλες παραδοσιακές δυνάμεις στην ψυχοθεραπεία (Ψυχανάλυση, Συμπεριφορισμός, Ανθρωπισμός). Κεντρικό σημείο της Πολυπολιτισμικής Ψυχοθεραπείας είναι η ανάπτυξη της πολιτισμικής ενημερότητας του ατόμου, που αναφέρεται σε μία διαδικασία μάθησης και εύρεσης κάποιας ισορροπίας μεταξύ προσωπικής και κοινωνικής ευθύνης. Πρόκειται με άλλα λόγια, για τη συνειδητοποίηση ότι ο εαυτός βρίσκεται σε συσχέτιση με τα κοινωνικοπολιτικά, περιβαλλοντικά και πολιτισμικά θέματα, γεγονός που οδηγεί και στην ανάλογη λήψη αποφάσεων και ενεργειών. Η αποτελεσματικότητα της Πολυπολιτισμικής Ψυχοθεραπείας και Συμβουλευτικής συνδέεται με την ικανότητα του ψυχοθεραπευτή να εστιαστεί και να παρέμβει σε θέματα ρατσισμού, σεξισμού, καθώς και προσωπικής, κοινωνικής, σεξουαλικής, οικονομικής και άλλων μορφών καταπίεσης.

Κάθε άτομο που έρχεται για ψυχοθεραπεία συχνά αποτελεί τη συνισταμένη ενός μίγματος διαφορετικών πολιτισμικών πλαισίων αναφοράς, που έχει αντιληφθεί και δομήσει τις έννοιες του εαυτού, του ατόμου ή της οικογένειας με τον δικό του τρόπο. Στόχος μας είναι αφενός να κατανοηθεί πώς τα άτομα πολιτισμικών ή εθνικών μειονοτήτων κατασκευάζουν, αντιλαμβάνονται και νοηματοδοτούν τον κόσμο και αφετέρου να μελετηθεί η φύση των συστημάτων ανάδειξης νοήματος που χρησιμοποιούν. Με αυτή την έννοια είναι σημαντικό να αξιολογηθεί η προσωπική, οικογενειακή, πολιτισμική και κοινωνικοπολιτική εμπειρία ενός ατόμου, έτσι ώστε να κατανοηθεί πώς το ίδιο το άτομο κατασκευάζει και νοηματοδοτεί τον κόσμο.

➤ Πολιτισμική Συνείδηση

Η πολιτισμική συνείδηση και ενημερότητα του ψυχοθεραπευτή που ασχολείται με άτομα πολιτισμικών και εθνικών μειονοτήτων αποτελεί ένα θεμελιώδες ζήτημα αυτής της προσέγγισης. Στην εκπαίδευσή του, δίνεται έμφαση στην έννοια της διαφορετικότητας και στην ανάπτυξη στρατηγικών για την προαγωγή της ευαισθησίας σε ζητήματα κουλτούρας, ενώ δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στην ανάπτυξη της επίγνωσης των προσωπικών αξιών, στάσεων και πεποιθήσεων σε σχέση με την ψυχοθεραπεία σε πολυ-πολιτισμικά πλαίσια.

Η εκπαίδευση αυτή απαιτεί από τον ψυχοθεραπευτή να αποδομήσει την κοινωνικά κατασκευασμένη έννοια της «φυσιολογικότητας» και κατ' επέκταση την έννοια της «διαταραχής» και της «παθολογίας». Ο αποτελεσματικός ψυχοθεραπευτής θα πρέπει: α) να έχει αναπτύξει την πολιτισμική του ταυτότητα σε σχέση με τα πολιτισμικά θέματα που αφορούν τον πελάτη του (αρνητικές στάσεις, στερεότυπα, κοινωνικές διακρίσεις κ.λπ.) και β) να έχει συνείδηση, ότι, όπως συχνά συμβαίνει, ο ίδιος ανήκει στην κυρίαρχη κουλτούρα, τι ακριβώς αυτό σημαίνει κοινωνικά και ποια τα κοινωνικά οφέλη και προνόμια που απολαμβάνει λόγω αυτής της θέσης.

➤ Θεωρία Ψυχοθεραπείας

Κατά ανάλογο τρόπο, κύριος στόχος της Πολυπολιτισμικής Προσέγγισης στην Ψυχοθεραπεία είναι να βοηθηθεί και το άτομο, που ανήκει σε πολιτισμικές ή εθνικές μειονότητες, να αναπτύξει την πολιτισμική του ταυτότητα ή με άλλα λόγια να ευαισθητοποιηθεί και να αποκτήσει πλήρη συνείδηση του γεγονότος ότι ανήκει σε μια μειονοτική κουλτούρα, σε σχέση με την κυρίαρχη, με όλα τα θετικά και αρνητικά (κοινωνική καταπίεση, ρατσισμός, διακρίσεις κ.λπ.) που αυτό εμπεριέχει. Στόχος είναι ο πελάτης να συνειδητοποιήσει τα δικά του στερεότυπα, καθώς και τις κοινωνικά κατασκευασμένες αντιλήψεις τόσο της δικής του όσο και της κυρίαρχης κουλτούρας και να κατανοήσει πως το ψυχολογικό του πρόβλημα μπορεί τελικά να έχει τις ρίζες του στην κοινωνική/πολιτική καταπίεση που έχει δεχτεί. Μέσα από αυτή τη διαδικασία το άτομο μπορεί να εκτιμήσει την κουλτούρα από την οποία προέρχεται και να αποκτήσει μια δυνατή μειονοτική ταυτότητα, ενώ ταυτόχρονα είναι σε θέση να αναγνωρίσει και να δεχτεί τις θετικές πλευρές της κυρίαρχης κουλτούρας, προσπαθώντας να αλλάξει τις αρνητικές, μέσα από συγκεκριμένες κοινωνικές ή/και πολιτικές δράσεις.

Στην ψυχοθεραπεία ατόμων που ανήκουν σε διαφορετική κουλτούρα ή σε εθνικές μειονότητες είναι επιβεβλημένο οι ψυχοθεραπευτές να αποκτήσουν την αρτιότερη δυνατή γνώση όσον αφορά την κουλτούρα των συγκεκριμένων ομάδων, που αποτελεί προϋπόθεση για την επίδειξη πολιτισμικής ενσυναίσθησης εκ μέρους τους. Διαφορετικές κουλτούρες προσεγγίζουν τις δυσλειτουργικές συμπεριφορές και τα ψυχολογικά προβλήματα με διαφορετικό τρόπο, ενώ οι ενδείξεις και τα συμπτώματα

των διαφόρων ψυχολογικών διαταραχών και κυρίως η έκφραση και η εκδήλωσή τους μπορεί να είναι πολιτισμικά καθορισμένα και να διαφέρουν από τη μια εθνική ή μειονοτική ομάδα στην άλλη.

Κάθε άτομο είναι μοναδικό και ιδιαίτερο και είναι πολύ σημαντικό για τον ψυχοθεραπευτή να μην αντιλαμβάνεται τους πελάτες στερεοτυπικά, να αξιολογεί το επίπεδο ενημερότητας ή πολιτισμικής ταυτότητας ενός πελάτη, έτσι ώστε να προσαρμόζει τις παρεμβάσεις του στο επίπεδο πολιτισμικής ενημερότητας του πελάτη και να ανταποκρίνεται στις ανάγκες του. Ο όρος «πολιτισμική ταυτότητα» αναφέρεται στην πολιτισμική συνείδηση και ενημερότητα ενός ατόμου και μπορεί να ιδωθεί ως μέρος της αυτοαντίληψής του, που προέρχεται από τη γνώση ότι ανήκει σε μια κοινωνική ομάδα καθώς και από την αξία ή το συναισθηματικό νόημα που αποδίδει στο ότι αποτελεί μέλος αυτής της ομάδας.

➤ **Βασική Παραδοχή**

Βασική παραδοχή είναι ότι το «προσωπικό» είναι και «πολιτικό». Η πολιτισμική και πολυπολιτισμική θεραπεία, ενώ λαμβάνει υπόψη το άτομο και την οικογένεια, απευθύνεται επίσης και στην κοινότητα και το περιβάλλον (κοινωνικό και πολιτικό) δίνοντας έμφαση στη σημασία της αλληλεξάρτησης και του «εαυτού σε δράση». Πολλαπλές και πολυεπίπεδες παρεμβάσεις είναι απαραίτητες προκειμένου να στηριχτεί η όποια ατομική αλλαγή.

Ένας από τους μακροπρόθεσμους στόχους της Πολιτισμικής Προσέγγισης είναι να αποτελέσει ο ίδιος ο ψυχοθεραπευτής φορέα αλλαγής πρακτικών, ιδεών και συμπεριφορών που δημιουργούν περιβάλλοντα καταπίεσης για πολλές και διαφορετικές ομάδες πολιτών-πελατών. Υπό αυτό το πρίσμα κάθε ατομικό πρόβλημα αντιμετωπίζεται ταυτοχρόνως και ως ένα πολύπλοκο κοινωνικό και πολιτικό ζήτημα. Αυτό προϋποθέτει ότι ο σύμβουλος έχει εκπαιδευτεί, ώστε να μπορεί να εντοπίσει σχέσεις και πρακτικές δύναμης και εξουσίας, ακόμη και όταν αυτές συντελούνται στο πλαίσιο της δυαδικής ψυχοθεραπευτικής σχέσης.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Κέντρο Επιμόρφωσης & Διά Βίου Μάθησης



Προγράμματα Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης

Γιαννιτσών και Λαχανά, Παλαιά, Συγκρότημα Τσαλαπάτα,
38334-Βόλος

Τηλ. 24210 06366, Φαξ. 24210 06487

www.learning.uth.gr

learning@uth.gr