

*European Association for Behavioural and Cognitive Therapies*

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Το Παράρτημα Μακεδονίας της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς (μέλος της European Association for Behavioural and Cognitive Therapies) προσφέρει στη Θεσσαλονίκη εκπαίδευση στις Γνωστικές και Συμπεριφορικές Θεραπείες, διάρκειας 4 ετών.

**Η εκπαίδευση αυτή είναι αναγνωρισμένη από την EABCT** και προσφέρει τη δυνατότητα για **πιστοποίηση στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία**.

Η εκπαίδευση οργανώνεται σε **5 ενότητες**:

# 1η Ενότητα: Θεωρητικά Εκπαιδευτικά Σεμινάρια

Η πρώτη ενότητα αποτελείται από 10 κύκλους οι οποίοι περιλαμβάνουν πεντάωρα ή εξάωρα σεμινάρια που αφορούν στις θεωρητικές αρχές και το πλαίσιο εφαρμογής των Γνωστικών Συμπεριφορικών Θεραπειών, συνολικής διάρκειας 260 ωρών.

# 2η Ενότητα: Συζήτηση και Ανάλυση Περιπτώσεων

Η δεύτερη ενότητα αποτελείται από 3 κύκλους οι οποίοι περιλαμβάνουν δεκαπενθήμερες συνεδρίες παρουσίασης και ανάλυσης κλινικών περιπτώσεων από επαγγελματίες ψυχικής υγείας, συνολικής διάρκειας 100 ωρών.

# 3η Ενότητα: Βιωματικά Σεμινάρια στις Τεχνικές Επικοινωνίας

Η τρίτη ενότητα αποτελείται από 2 κύκλους οι οποίοι περιλαμβάνουν σεμινάρια βιωματικού χαρακτήρα, με σκοπό την άσκηση σε τεχνικές επικοινωνίας και κλινικής συνέντευξης και τη σωστή χρήση τους στη θεραπευτική διαδικασία, συνολικής διάρκειας 36-48 ωρών.

# 4η Ενότητα: Ομάδες αυτογνωσίας

Η τέταρτη ενότητα αφορά τη συμμετοχή σε μικρότερες ομάδες αυτογνωσίας με στόχο την επίτευξη προσωπικής ανάπτυξης και αυτογνωσίας, που θα βοηθήσουν στον ρόλο του θεραπευτή και θα λειτουργήσουν υποστηρικτικά, συνολικής διάρκειας 80 ωρών. Συνολικά διεξάγονται 20 4ωρες συναντήσεις.

# 5η Ενότητα: Μελέτη βιβλιογραφίας

Η πέμπτη ενότητα περιλαμβάνει τη μελέτη και συζήτηση συγκεκριμένων θεμάτων της σύγχρονης διεθνούς βιβλιογραφίας που αφορούν την ψυχοθεραπευτική πρακτική και την θεωρία της ψυχοθεραπείας, συνολικής διάρκειας 36 ωρών.

# Παρουσίαση βιβλιογραφικών εργασιών

Κατά τη διάρκεια των δύο πρώτων ετών παρακολούθησης των εκπαιδευτικών σεμιναρίων κάθε εκπαιδευόμενος θα πρέπει να υποβάλλει συνολικά 4 βιβλιογραφικές εργασίες, έκτασης 1500 λέξεων περίπου η κάθε μία, επιλέγοντας το θέμα από τις προτεινόμενες ενότητες που αφορούν τη θεραπευτική διαδικασία της ΓΣΘ. Οι δύο εργασίες παραδίδονται στο Α έτος και οι άλλες δύο στο Β έτος της θεωρητικής κατάρτισης.

**Πρακτική άσκηση**

Η εποπτευόμενη πρακτική άσκηση αρχίζει μετά την ολοκλήρωση των υποχρεώσεων του Β’ έτους και περιλαμβάνει ανάληψη 8 περιστατικών τουλάχιστον.

Καλύπτει συνολικά τουλάχιστον 200 ώρες θεραπευτικών συνεδριών και 100 ώρες εποπτείας. Οι 25 ώρες εποπτείας είναι υποχρεωτικά ατομικές, ενώ μπορεί ο εποπτευόμενος να επιλέξει και 75 ώρες ομαδικής εποπτείας συμμετέχοντας σε μικρές ομάδες των 3-4 ατόμων. Επίσης, ο εκπαιδευόμενος χρειάζεται να επιλέξει τουλάχιστον 2 διαφορετικούς επόπτες από τον κατάλογο εποπτών του Παραρτήματος.

Η διάρκεια της πρακτικής άσκησης δεν μπορεί να είναι μικρότερη του ενός έτους ούτε να υπερβαίνει τα τρία έτη.

**Εργασίες μελέτης περιστατικών**

Οι εκπαιδευόμενοι κατά τη διάρκεια της πρακτικής τους άσκησης συντάσσουν 3 εργασίες μελέτης περιστατικών (Case Studies) επιλέγοντας από τα περιστατικά που αναλαμβάνουν. Οι **δύο** μελέτες θα πρέπει να έχουν έκταση γύρω στις 3000 λέξεις και η **μία** περί τις 5000 λέξεις.

**Ι. ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1ος Κύκλος: Θεραπευτικό πλαίσιο στις ΓΣΘ [29 ώρες]** | | |
| Γνωστικές Συμπεριφορικές θεραπείες και η σχέση τους με άλλες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις | Ν. Διαμαντίδου Ε. Χάιντς  Χ. Χιονίδου | 6 ώρες |
| Θέματα δεοντολογίας | Π. Χατζηβαλσαμά | 3 ώρες |
| Θεραπευτική σχέση και θεραπευτικό συμβόλαιο στη ΓΣΘ | Ν. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Θεραπευτική διαδικασία στη ΓΣΘ: [Αρχική συνέντευξη, Λήψη ιστορικού, Συμπεριφορική ανάλυση SORCK, Σχεδιασμός θεραπείας, Αξιολόγηση θεραπευτικής πορείας και αποτελέσματος, μεταθεραπευτική παρακολούθηση] | Ε. Χάιντς | 10 ώρες |
| Ομαδική ψυχοθεραπεία | Ν. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Λήψη Intake | Π. Πανταζούδης | 6 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2ος Κύκλος: Θεραπευτικά μοντέλα στις ΓΣΘ [26 ώρες]** | | |
| Κοινωνιογνωστική θεωρία (Α. Bandura & W. Mischel) | Ν. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Μοντέλα επίλυσης προβλημάτων και αυτοδιαχείρισης | N. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Λογικο-Συναισθηματική θεραπεία του Ellis | Β. Παπαδάκης | 6 ώρες |
| Γνωστική Θεραπεία του Beck | Σ. Μπατρακούλη | 5 ώρες |
| Κονστρακτιβιστικά / Γνωστικό-αφηγηματικά μοντέλα | Π. Νικηφορίδης | 5 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **3ος Κύκλος: Θεραπευτικά μοντέλα – Νέες τάσεις στις ΓΣΘ [25 ώρες]** | | |
| Schema focus therapy (J. Young) | Ε. Χάιντς | 5 ώρες |
| Θεραπεία Δέσμευσης & αποδοχής | A. Πίντο | 5 ώρες |
| Mindfulness | Ε. Χάιντς | 5 ώρες |
| Γνωστική συμπεριφορική θεραπεία οικογένειας | Β. Παπαδάκης | 5 ώρες |
| Συζυγική θεραπεία | Ε. Χάιντς | 5 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4ος Κύκλος: Θεραπευτικές τεχνικές στις ΓΣΘ [33 ώρες]** | | |
| Τεχνικές χαλάρωσης | Χ. Χιονίδου | 10 ώρες |
| Συστηματική αποευαισθητοποίηση - Τεχνικές τροποποίησης συμπεριφοράς | Π. Χατζηβαλσαμά | 6 ώρες |
| Παροχή μοντέλου, Συμπεριφορική πρόβα | Ν. Διαμαντίδου | 3 ώρες |
| Αυτοβεβαιωτική συμπεριφορά | Π. Νικηφορίδης | 3 ώρες |
| Γνωστική αναδόμηση: Θετικές σκέψεις | Σ. Μπατρακούλη | 5 ώρες |
| Νοερές εικόνες | Μ. Ευαγγελοπούλου | 6 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **5ος Κύκλος: Αντιμετώπιση ψυχοπαθολογικών προβλημάτων Α΄ [30 ώρες]** | | |
| Διαταραχή πανικού – Μετατραυματική διαταραχή | Π. Νικηφορίδης | 5 ώρες |
| Φοβίες | Ν. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Γενικευμένη Αγχώδης Διαταραχή / Υποχονδρίαση | Β. Παπαδάκης | 5 ώρες |
| Καταναγκασμοί – Ιδεοψυχαναγκασμοί | Κ. Πασσαλίδου | 5 ώρες |
| Συναισθηματικές διαταραχές – Κατάθλιψη | Σ. Μπατρακούλη | 5 ώρες |
| Σεξουαλικές δυσλειτουργίες | Λ. Αθανασιάδης | 5 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **6ος Κύκλος: Αντιμετώπιση ψυχοπαθολογικών προβλημάτων Β΄ [31 ώρες]** | | |
| Διαταραχές προσωπικότητας | Β. Παπαδάκης | 10 ώρες |
| Διαταραχές λήψης τροφής: Παχυσαρκία – Βουλιμία – Ανορεξία | Ε. Χάιντς | 10 ώρες |
| Ψυχοσωματικές διαταραχές – Μετατρεπτική νεύρωση | Ν. Διαμαντίδου | 5 ώρες |
| Ψυχώσεις – Στήριξη οικογένειας | Δ. Ζηλιασκοπούλου | 6 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7ος Κύκλος: Θεραπευτικές παρεμβάσεις σε προβλήματα παιδικής και εφηβικής ηλικίας [30 ώρες]** | | |
| Εισαγωγή στη δεοντολογία και θεραπευτική σχέση με παιδιά και εφήβους | Σ. Μπατρακούλη | 5 ώρες |
| Κατάθλιψη παιδιών και εφήβων | Π. Χατζηλάμπου | 5 ώρες |
| Άγχος στα παιδιά και εφήβους | Φ. Σιαμούλη | 5 ώρες |
| Πένθος στα παιδιά και εφήβους | Χ. Χιονίδου | 5 ώρες |
| ΓΣΘ στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων σε εφήβους και αντιμετώπιση επιθετικής συμπεριφοράς | Π. Νικηφορίδης | 5 ώρες |
| ΓΣΘ στην ενίσχυση αυτοεκτίμησης στους  εφήβους | Β. Παπαδάκης | 5 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **8ος Κύκλος: Θεραπευτικές παρεμβάσεις σε προβλήματα παιδικής ηλικίας [18**  **ώρες]** | | |
| Διαταραχές λήψης τροφής στα παιδιά | Ε. Χάιντς | 5 ώρες |
| Φοβίες στα παιδιά | Μ. Ακριτίδου | 5 ώρες |
| Ενούρηση / Εγκόπριση | Μ. Ακριτίδου | 4 ώρες |
| Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής -  Υπερκινητικότητα | Μ. Ακριτίδου | 4 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **9ος Κύκλος: Θεραπευτικές παρεμβάσεις σε προβλήματα ειδικών ομάδων A΄ [22**  **ώρες]** | | |
| Προβλήματα πένθους (ενήλικες) | Π. Νικηφορίδης | 5 ώρες |
| Χρόνιες ασθένειες | Χ. Χιονίδου & Δ. Ζηλιασκοπούλου | 6 ώρες |
| Στήριξη οικογένειας ατόμων με χρόνια ασθένεια | Χ. Χιονίδου & Δ. Ζηλιασκοπούλου | 6 ώρες |
| Αρρώστιες με κοινωνικό στίγμα | Χ. Χιονίδου | 5 ώρες |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **10ος Κύκλος: Θεραπευτικές παρεμβάσεις σε προβλήματα ειδικών ομάδων Β΄ [16**  **ώρες]** | | |
| Ενδο-οικογενειακή κακοποίηση/ βία: παρεμβάσεις σε θύματα και σε θύτες με χρήση ΓΣΘ τεχνικών | Θ. Καρανίκος | 5 ώρες |
| Χρήση ουσιών / Εξαρτήσεις | Π. Νικηφορίδης | 5 ώρες |
| Υποστηρικτική Θεραπεία σε ΛΟΑΤΚΙ + πληθυσμό | Μ. Ευαγγελοπούλου | 6 ώρες |