

2014

2016

Εκπαίδευση στη Συστημική Θεραπεία

Αναλυτικός Οδηγός του Εκπαιδευτικού
Προγράμματος
«Ψυχοθεραπευτικοί δρόμοι Αντιμετώπισης
στις Κλινικές Εικόνες»
2014-2016

Κέντρο Προσωπικής Ανάπτυξης και Ψυχοθεραπείας
Λευκωσία, Μιχαλακοπούλου 13, Γραφείο 32
www.kepapsy.com

Τ. 22 254585 Φ. 22.254575 Κ.96690646





Εκπαίδευση στη Συστημική Θεραπεία
Ψυχοθεραπευτικές Αντιμετωπίσεις στις Κλινικές Εικόνες

1. Συστημική σκέψη και πράξη...

«Είμαστε μέρη ενός διασυνδεδεμένου όλου...»

G. Batson

Η συστημική θεραπεία είναι μία ιδιαίτερη ψυχοθεραπευτική διαδικασία με πληθώρα μεθόδων και τομέων εφαρμογής. Αρχικά ξεκίνησε από την οικογενειακή θεραπεία και σήμερα εφαρμόζεται στη δουλειά με άτομα, ζευγάρια, οικογένειες και ομάδες. Βλέπει τον κάθε άνθρωπο μέσα στη συναρμογή των σχέσεων του περίγυρου του και τα συμπτώματα ως έκφραση ορισμένων σχημάτων σχέσεων. Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις στοχεύουν στο να καταστήσουν σαφή τα σχήματα αυτά, να ενεργοποιήσουν τα αποθέματα και να διευρύνουν τις δυνατότητες δράσης των συμμετεχόντων. (systimiki.gr)

Η Συστημικά προσανατολισμένη ψυχοθεραπεία αναφέρεται στη διαδικασία που συμβαίνει κατά τη συνάντηση δύο «ειδικών», ενός πελάτη που ζητά βοήθεια (ειδικός στα ζητήματα της προσωπικής του ζωής) κι ενός θεραπευτή που προσφέρει την εμπειρία, τις γνώσεις και ένα οργανωμένο πλαίσιο επικοινωνίας και ψυχοθεραπευτικής σχέσης για την ανακούφιση από τον ανθρώπινο πόνο, για την αναζήτηση απαντήσεων στα διλήμματα της καθημερινότητας, για τη διέξοδο από τα υποκειμενικά αδιέξοδα της ζωής, για την αντιμετώπιση της προσωπικής κρίσης.

Η εξειδικευμένη γνώση του θεραπευτή δε συνίσταται σε κάποια γνώση για το ποια πρέπει να είναι η λύση των προβλημάτων ή ακόμα και για το πώς πρέπει να ζει κάποιος τη ζωή του, ώστε να τη χαρακτηρίζει ως μια ζωή χωρίς προβλήματα. Συνίσταται στο ότι διαθέτει ορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες, που επιτρέπουν στον πελάτη να ρίξει μια καινούρια ματιά στον εαυτό του, η οποία θα κάνει δυνατές τις λύσεις.

Για να το κάνει αυτό η συστημική θεραπεία δε χρειάζεται ούτε κάποια ειδική θεωρία περί ψυχοπαθολογίας ούτε κάποιο όραμα περί υγείας που προσανατολίζεται σε προδιαγραφές –το αντίθετο: οι απόψεις και οι ιδέες για την ασθένεια γίνονται, εξίσου με τις ιδέες για τη λύση και την υγεία, αντικείμενο εξέτασης ως προς το κατά πόσον έχουν μια λειτουργία που εξυπηρετεί το στόχο στο πνεύμα του πελάτη και οδηγεί σ' αυτόν. Αυτό σε πολλές περιπτώσεις μπορεί να οδηγήσει στο να αμφισβητηθούν, να ρευστοποιηθούν, ακόμα και να διαλυθούν ορισμένες απόψεις και ιδέες για την ασθένεια.

2. Δομή και σκοπός προγράμματος...

Το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Συστημικής Ψυχοθεραπείας «**Θεραπευτική Αντιμετώπιση στις βασικές Κλινικές Εικόνες**» απευθύνεται σε **Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας**

Το Πρόγραμμα είναι διετές (1+1) πρόγραμμα, με δυνατότητα για τους ενδιαφερόμενους να παρακολουθήσουν τον πρώτο κύκλο (Κλινικές Εικόνες I) ή τον δεύτερο κύκλο (Κλινικές Εικόνες II) ή και τους δύο.

Κάθε έτος περιλαμβάνει 19 εκπαιδευτικές συναντήσεις με θεωρητικό, πρακτικό και βιωματικό περιεχόμενο συνολικής διάρκειας 150 εκπαιδευτικών ωρών. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην Συστημική αντιμετώπιση των Κλινικών Εικόνων και στην εφαρμοσμένη εκπαίδευση στη Συστημική «εργαλειοθήκη». Όλοι οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν δανειστική πρόσβαση στην βιβλιοθήκη του Κέ.Π.Α.ΨΥ.. Κατά την διάρκεια του κάθε έτους θα δίνονται επίκαιρα και διαχρονικά κείμενα που αφορούν την συστημική σκέψη και πρακτική.

Συγκεκριμένα κάθε έτος περιλαμβάνει:

- I. **7 Διήμερα Εκπαιδευτικά Εργαστήρια Συστημικής ψυχοθεραπευτικής Αντιμετώπισης Κλινικών Εικόνων.** Σε κάθε έτος θα παρουσιάζονται με θεωρητικό, πρακτικό και βιωματικό τρόπο βασικές κλινικές εικόνες που απασχολούν την ψυχοθεραπευτική πρακτική
- II. **7 θεωρητικά Σεμινάρια.** Σε κάθε συνάντηση θα υπάρχει θεωρητική εισήγηση με θέματα Συστημικής θεωρίας, θα γίνεται παρουσίαση περιστατικών, ομαδική εποπτεία και εξάσκηση σε θεραπευτικές τεχνικές.
- III. **3 συναντήσεις Βιβλιογραφικής Μελέτης και Παρουσιάσεων.** Η ομάδα εκπαιδευομένων θα λειτουργεί βασισμένη στα πρότυπα Εκπαιδευτικής Κοινότητας με ομαδικές παρουσιάσεις, αναστοχαστικές συζητήσεις για κλασικά Συστημικά κείμενα.
- IV. **2 Βιωματικά Εργαστήρια Επαγγελματικής Ανάπτυξης.** Ανάπτυξη και καλλιέργεια του προσωπικού ύφους του κάθε θεραπευτή. Επαγγελματική και προσωπική αυτογνωσία.

3. Περιεχόμενα Προγράμματος...

1^ο Έτος Κλινικές Εικόνες I

A. Εκπαιδευτικά 2ήμερα Συστημικής Ψυχοθεραπευτικής αντιμετώπισης

Μέσα στα 7 διήμερα του 1^{ου} έτους θα παρουσιαστούν αναλυτικά Συστημικοί τρόποι αντιμετώπισης στις εξής βασικές κλινικές εικόνες:

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| - Αγχώδεις διαταραχές | - συγκρούσεις στις σχέσεις |
| - Φοβίες | - εξαρτήσεις |
| - Κρίσεις πανικού | - ενδοοικογενειακή βία |
| - border liner | - βουλμία ανορεξία |
| - Ψυχαναγκασμοί | - Solution focus therapy |

Τα διήμερα θα πραγματοποιηθούν Σαββατοκύριακα (περίπου 1 ανά μήνα) με ωρολόγιο πρόγραμμα 9:30 – 17:00

Στα διήμερα εργαστήρια θα προσεγγίσουμε θεωρητικά και με βιωματικές ασκήσεις τα φαινόμενα της κάθε Κλινικής εικόνας μέσα από τη σκοπιά της Συστημικής Θεραπείας. Θα ορίσουμε και θα αναπτύξουμε ένα Συστημικό μοντέλο της ψυχικής σύγκρουσης στην εκάστοτε συμπτωματολογία. Επίσης θα υπάρχουν βιωματικά παιχνίδια ρόλων, αναπαραστάσεις θεραπευτικών συνεδριών και προβολή βίντεο από θεραπευτικές συνεδρίες.

B. 7 Αναστοχαστικά 3ώρα σεμινάρια (μια Δευτέρα του κάθε μήνα) τις ώρες 18:00-21:00.

Σε κάθε συνάντηση θα υπάρχει θεωρητική εισήγηση με θέματα Συστημικής θεωρίας, θα γίνεται παρουσίαση και ανάλυση περιστατικών, ομαδική εποπτεία σε περιστατικά των εκπαιδευομένων και εξάσκηση σε θεραπευτικές τεχνικές.

Γ. 3 συναντήσεις Βιβλιογραφικής Μελέτης και παρουσίασης

Κατά την διάρκεια του πρώτου έτους θα μελετηθούν σε Ομάδες εργασίας τα εξής κείμενα:

- Ασέβεια
- Εγχειρίδιο Συστημικής Θεραπείας
- Άρθρα και απομαγνητοφωνημένες θεραπευτικές Συνεδρίες

Δ. Βιωματικό Εργαστήριο Επαγγελματικής Ανάπτυξης**Αναλυτικό Πρόγραμμα 1^{ου} Έτους****Σεπτέμβριος (Παρασκευή απόγευμα & Σαββατοκύριακο 9:30 - 17:00)**

- Βιωματικό εργαστήριο γνωριμίας (Παρασκευή 18:00-21:00)
- Θεωρητικό-εισαγωγικό. Οι Βάσεις του Κονστρουκτιβισμού και της Συστημικής Θεωρίας
- Ασέβεια στις ιδέες σεβασμός στους ανθρώπους
- Κυκλικός έναντι γραμμικού τρόπου σκέψης
- Πραγματικότητα & κοινωνική κατασκευή.

Δευτέρα 18:00 – 21:00 Θεωρητικό θέμα: Γενεόγραμμα

- Η τεχνική γραφικής αναπαράστασης της δομής και των σχημάτων σχέσεων μιας οικογένειας.
- Υποσυστήματα – Όρια – Ιεραρχία – Patterns
- Ερωτήσεις που βοηθούν στην επέκταση και εμπάθυνση του γενεογράμματος από Mc Goldrick
- Παρουσίαση περιστατικού μέσω Γενεογράμματος
- Άσκηση: το οικογενειακό μου δέντρο
- Παραλλαγές: οργανόγραμμα

Οκτώβριος Σαββατοκύριακο (9:30 - 17:00)

- Δουλεύοντας με ζευγάρια: προκλήσεις, ευαισθησία προς το φύλλο
- Προβλήματα σχέσεων-Ζευγάρια- καυγάδες και συγκρούσεις,
- Συντροφικά και ερωτικά συστήματα νοήματος και επικοινωνίας.
- Solution Focus Therapy – προβολή και ανάλυση βιντεοσκοπημένων συνεδριών από την Insoo Kim Berg.

Δευτέρα 18:00 – 21:00 Θεωρητικό θέμα: Διαμόρφωση υποθέσεων

- Περιέργεια & ουδετερότητα: μια συστημική σχέση όπου η μία αποτελεί πλαίσιο για την άλλη.
- Η στάση της Μη γνώσης
- Σωστές και λάθος υποθέσεις;

Δευτέρα 18:00 – 21:00 Βιβλιογραφικές παρουσιάσεις

Νοέμβριος Σαββατοκύριακο (9:30 - 17:00)

- Εξαρτήσεις: ναρκωτικά-αλκοόλ-τζόγος
- Δουλεύοντας με το άτομο και την οικογένεια.
- Εξαρτητικές συμπεριφορές
- Συστημικές τεχνικές θεραπευτικής παρέμβασης
- Αποδόμηση της ιδέας του «ελλειμματικού» ψυχισμού

Δεκέμβριος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Θεωρητικό θέμα: Αποθέματα... η βασιλική οδός προς τις αλλαγές

- Αποθέματα του πελάτη και του θεραπευτή
- Έμφαση στις δυνάμεις και όχι στις αδυναμίες (παράκαμψη των ιδεών περί ψυχοπαθολογίας)
- Τετράλλημα: μια κατασκευή μετακίνησης

Γενάρης (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Θεωρητικό θέμα: Πρώτη συνέντευξη – θεραπευτική δομή (setting)

- Στάση υποδοχής
- Θεραπευτικό αίτημα (πελάτης – παραπονούμενος - επισκέπτης)
- Κλινικά ερωτηματολόγια συστημικής συνέντευξης
- Άσκηση: παιχνίδια ρόλων

Γενάρης Σαββατοκύριακο (9-17:00)

- Διατροφικές διαταραχές: Βουλιμία-ανορεξία-συναισθηματική υπερφαγία
- Συστημικά προσανατολισμένη διαφοροδιάγνωση
- Συστημικές τεχνικές θεραπευτικής παρέμβασης
- Μεταίχμιακή προβληματική (borderline)- Θεραπευτικοί δρόμοι

Φεβρουάριος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Θεωρητικό θέμα: Κυκλικό ερωτηματολόγιο.

- Η τέχνη του να παράγεις διαφορές (ερωτήσεις προς ένα παρατηρητή)
- Ερωτήσεις που στοχεύουν στην γέννηση νέων πληροφοριών για τους πελάτες
- Ερωτήσεις για την κατασκευή δυνατοτήτων (μελλοντικές ερωτήσεις, τεχνικές αποστασιοποίησης)

Φεβρουάριος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Βιβλιογραφικές παρουσιάσεις**Φεβρουάριος Σαββατοκύριακο (9-17:00)**

- **Ψυχαναγκασμοί:** Ψυχαναγκαστικές σκέψεις και φόβοι, ψυχαναγκασμοί ελέγχου, ψυχαναγκαστικές πράξεις και τελετουργίες
- Τεχνικές άμεσης ανακούφισης και θεραπευτικής αντιμετώπισης

Μάρτιος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Θεωρητικό θέμα: Επικοινωνία – η λειτουργία (και λειτουργικότητα) των συμπτωμάτων

- Επικοινωνώ άρα υπάρχω; το αδύνατο της μη επικοινωνίας
- Η συστημική στάση απέναντι στα συμπτώματα
- Πότε το πρόβλημα αποτελεί λύση και πότε η λύση πρόβλημα: ρευστοποίηση των μεγάλων ιδεών περί ψυχοπαθολογικών προβλημάτων

Μάρτιος Σαββατοκύριακο (9-17:00)

- Άγχος - κρίσεις πανικού Φοβίες. Κοινωνική φοβία και Ειδικές φοβίες
- Συστημική στάση υποδοχής απέναντι στο άγχος
- Σχέση ελέγχου, αποδοχής και αξιοποίησης απέναντι στο άγχος
- Τεχνικές χαλάρωσης

Απρίλιος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Θεωρητικό θέμα: Σύνδεση-Αποσύνδεση

- Θεραπευτικός ρυθμός
- Ανάληψη της ευθύνης & απόδοση της ευθύνης
- Αύξηση και μείωση της πολυπλοκότητας

Απρίλιος (Δευτέρα 18:00 – 21:00) Βιβλιογραφικές παρουσιάσεις

Μάιος (Παρασκευή απόγευμα & Σαββατοκύριακο 9-17:00)

- Τραυμα, τραυματικά βιώματα – παιδική κακοποίηση
- Θύτης-θύμα και παρατηρητής
- Η πρό(σ)κληση της ουδετερότητας
- Βιωματικό εργαστήριο επαγγελματικής ανάπτυξης: προσωπικό ύφος θεραπευτή (κλείσιμο πρώτου έτους)

2^ο Έτος Κλινικές Εικόνες II

A. Εκπαιδευτικά 2ήμερα Συστημικής Ψυχοθεραπευτικής αντιμετώπισης

Μέσα στα 7 διήμερα του 2^{ου} έτους θα παρουσιαστούν αναλυτικά τρόποι αντιμετώπισης στις εξής βασικές κλινικές εικόνες:

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| – Κατάθλιψη | – Σεξουαλικές δυσκολίες |
| – Αυτοκτονίες | – Θάνατος – πένθος |
| – Τραύμα | – Ψυχώσεις |
| – Εξωσυζυγικές σχέσεις | – Διπολική «διαταραχή» |
| – Χωρισμός-Διαζύγιο | – ΔΕΠΥ-παραβατικότητα |
| – Ψυχοσωματικά προβλήματα | – Χρόνιες ασθένειες |

B. 8 θεωρητικά 3ώρα σεμινάρια

1. Τελετουργίες αναθέσεις – 1/3 Διαμόρφωση των παρεμβάσεων: δοσολογία, δόμηση, χρονική στιγμή και εξέλιξη των τελικών σχολίων
2. Διπλός δεσμός: επικοινωνία μέσω της μη επικοινωνίας
3. Γλυπτά και οικογενειακές αναπαραστάσεις
4. Προσωπική/επαγγελματική ανάπτυξη
5. Διαμόρφωση υποθέσεων
6. Δίπολα
7. Οικογενειακή θεραπεία χωρίς οικογένεια
8. Τεχνικές εποπτείας 2

Γ. 3 συναντήσεις Βιβλιογραφικής Μελέτης και παρουσίασης

- Οικογενειακή θεραπεία του Μιλάνου
- Άρθρα και απομαγνητοφωνημένες θεραπευτικές Συνεδρίες

Δ. Βιωματικό Εργαστήρι Επαγγελματικής Ανάπτυξης

4. ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ...

Απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, κοινωνικούς επιστήμονες ή/και φοιτητές του χώρου που ενδιαφέρονται για τις υπηρεσίες συμβουλευτικής ή / και ψυχοθεραπείας. Σε όλους δηλαδή τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας που στοχεύουν στην ανάπτυξη των γνώσεων και της εμπειρίας τους πάνω στην θεωρία και τις τεχνικές της Συστημικής Θεραπείας. Προτεραιότητα θα δοθεί σε επαγγελματίες που έχουν την δυνατότητα να εφαρμόσουν την Συστημική προσέγγιση στο χώρο εργασίας τους. Απαραίτητη προϋπόθεση για ένταξη στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα είναι το υψηλό κίνητρο για μελέτη!

Σημείωση: Η ολοκλήρωση του 2ετούς εκπαιδευτικού προγράμματος ΔΕΝ παρέχει κάποια άδεια ασκήσεως επαγγέλματος (ΚΑΝΕΝΑ πρόγραμμα ψυχοθεραπευτικής εκπαίδευσης δεν παρέχει άδεια ασκήσεως στην Κύπρο). Προσφέρει όμως μια πλούσια σειρά από εργαλεία, γνώσεις και τεχνικές απαραίτητες σε κάθε επαγγελματία.

Κόστος και υποχρεώσεις:

Το κόστος του εκπαιδευτικού προγράμματος ανέρχεται στα 1.200 ευρώ το έτος. Στο κόστος συμπεριλαμβάνεται και το εκπαιδευτικό υλικό που θα δοθεί (Βιβλία, άρθρα και σημειώσεις).

Έναρξη: Σεπτέμβριος 2014

Εκπαιδευτές Προγράμματος 1^{ου} Έτους:

Σταύρος Γκουγκουσκίδης, Κλινικός Ψυχολόγος, Συστημικός Ψυχοθεραπευτής,
Επιστημονικά Υπεύθυνος Κε.Σ.Με.Θ.Θ. – Κέντρο Συστημικής Μελέτης και Θεραπείας
Θεσσαλονίκης

Ασπρής Νίκος, Συμβουλευτικός Ψυχολόγος, Συστημικός Ψυχοθεραπευτής,
Επιστημονικά Υπεύθυνος Κέ.Π.Α.ΨΥ.

Αίτηση Συμμετοχής (στο kepapsy@yahoo.gr)

Όνομα:

Επίθετο:

Τηλέφωνο:

Ηλεκτρονική διεύθυνση:

Σπουδές:

Επαγγελματική πείρα:

Πιθανές γνώσεις στη Συστημική Θεραπεία:

Περιορισμένος αριθμός θέσεων.

Για πληροφορίες στο 22 254585 & kepapsy@yahoo.gr