



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Εθνικόν και Καποδιστριακόν  
Πανεπιστήμιον Αθηνών  
— ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837 —

# Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος



# 1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α. σας καλωσορίζει στο Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης και συγκεκριμένα πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης με τίτλο **«Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος»**.

Η ανάγκη συνεχούς επιμόρφωσης και πιστοποίησης επαγγελματικών δεξιοτήτων οδήγησε το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στο σχεδιασμό των πρωτοποριακών αυτών Προγραμμάτων Επαγγελματικής Επιμόρφωσης και Κατάρτισης, με γνώμονα τη **διασύνδεση της θεωρητικής με την πρακτική γνώση**, αναπτύσσοντας κυρίως, την εφαρμοσμένη διάσταση των επιστημών στα αντίστοιχα επαγγελματικά πεδία.

Η ανάπτυξη των προγραμμάτων στηρίχτηκε κυρίως:

- ▶ στην **εμπειρία του Ε.Κ.Π.Α.** από πιλοτικά προγράμματα, τα οποία αποτέλεσαν το εφαλτήριο για τη δημιουργία των Προγραμμάτων Επαγγελματικής Επιμόρφωσης και Κατάρτισης,
- ▶ στη **γνώση των καθηγητών του**, αλλιά και καθηγητών άλλων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων,
- ▶ στην **πρακτική εμπειρία** ειδικευμένων επιστημόνων διεθνούς κύρους,
- ▶ στην **άρτια και σύγχρονη υλικοτεχνική υποδομή** του Ιδρύματος.

Ο σχεδιασμός των προγραμμάτων έγινε με γνώμονα τη δυνατότητα αναγνώρισης και μεταφοράς πιστωτικών μονάδων, με βάση το Ευρωπαϊκό σύστημα μεταφοράς πιστωτικών μονάδων ECVET.

Στη συνέχεια, σας παρουσιάζουμε αναλυτικά το πρόγραμμα σπουδών για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης: **«Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος»**, τις προϋποθέσεις συμμετοχής σας σε αυτό, καθώς και όλες τις λεπτομέρειες που πιστεύουμε ότι είναι χρήσιμες, για να έχετε μια ολοκληρωμένη εικόνα του προγράμματος.

## 2. ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ DQS DIN EN ISO 9001:2008 - ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ISO 9001:2015 & BS ISO 29990:2010

Το Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.), από τον **Ιούλιο του 2008**, και μετά από σχετική αξιολόγησή του από τον Ελληνικό Οργανισμό Τυποποίησης (ΕΛ.Ο.Τ.), διαθέτει Πιστοποίηση Διαχείρισης Συστήματος Ποιότητας, σύμφωνα με το πρότυπο ΕΛΟΤ EN ISO 9001:2008. Τον **Απρίλιο του 2012** το πρόγραμμα πιστοποιήθηκε από το Φορέα Πιστοποίησης **DQS** σύμφωνα με το πρότυπο **DIN EN ISO 9001:2008**. Από τον Μάιο του 2018 το Πρόγραμμα Συμπληρωματικής Εξ αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) διαθέτει Πιστοποίηση Διαχείρισης Συστήματος Ποιότητας κατά τα πρότυπα **ISO 9001:2015 & BS ISO 29990:2010**.

Το Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) διαθέτει επίσης **Πιστοποιητικό Συστήματος Διαχείρισης Ποιότητας από το Διεθνές Δίκτυο Πιστοποίησης (IQNET - International Certification Network)** το οποίο παρέχει ένα διεθνές διαβατήριο σε παγκόσμια αναγνώριση και πρόσβαση στις αγορές. (Πιστοποιητικό IQNET ISO 9001:2008).



### 3. ΣΥΣΤΗΜΑ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ ΠΙΣΤΩΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ECVET

Το ECVET (European Credit System for Vocational Education and Training) είναι το Ευρωπαϊκό Σύστημα Μεταφοράς Πιστωτικών Μονάδων στην επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση. Εισήχθηκε το 2009 με την Ευρωπαϊκή οδηγία 2009/C 155/2. Το ECVET αποτελεί ένα τεχνικό πλαίσιο για τη μεταφορά, την αναγνώριση και τη συσσώρευση των μαθησιακών αποτελεσμάτων ενός προσώπου με σκοπό την απόκτηση επαγγελματικού προσόντος.

Η εφαρμογή του ECVET στο Κέντρο e-learning περιλαμβάνει:

- **Την περιγραφή των τίτλων σπουδών σε ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων με την απόδοση βαθμών ECVET.**

Δομικό συστατικό του ECVET είναι η περιγραφή των προγραμμάτων σε ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων, όπου κάθε ενότητα περιλαμβάνει συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που θα πρέπει να κατακτήσει ο εκπαιδευόμενος. Η κατάκτηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων κάθε ενότητας αξιολογείται μέσω κατάλληλων ασκήσεων αξιολόγησης.

- **Τη διαδικασία μεταφοράς και συσσώρευσης πιστωτικών μονάδων.**

Σε κάθε ενότητα μαθησιακών αποτελεσμάτων αποδίδονται βαθμοί ECVET, με βάση τον εκτιμώμενο χρόνο ενασχόλησης του σπουδαστή με τα προγράμματα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης. Η χρήση των πιστωτικών βαθμών ECVET επιτρέπει την αναγνώριση, μεταφορά και συσσώρευση πιστωτικών μονάδων μεταξύ προγραμμάτων από διαφορετικά εκπαιδευτικά κέντρα. Πρακτικά αυτό σημαίνει ότι οι σπουδαστές του Κέντρου, θα μπορούν να αναγνωρίσουν μαθήματα που έχουν ολοκληρώσει στα πλαίσια των προγραμμάτων επιμόρφωσης και εξειδίκευσης. Η αναγνώριση μαθημάτων προϋποθέτει τη σύναψη διμερών συμφωνιών μεταξύ του Κέντρου e-learning και εκπαιδευτικών φορέων του εξωτερικού. Οι συμφωνίες ECVET που αφορούν την αναγνώριση και μεταφορά μαθημάτων θα ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα του Κέντρου.

- **Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass.**

Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass είναι ένα έγγραφο που συνοδεύει το πιστοποιητικό επιμόρφωσης που απονέμεται με την ολοκλήρωση του προγράμματος και το οποίο περιγράφει αναλυτικά το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης (μαθήματα, διάρκεια, βαθμοί ECVET, προϋποθέσεις εισαγωγής, διαδικασία αξιολόγησης). Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass συμβάλει στην αξία του χορηγούμενου πιστοποιητικού και μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους απόφοιτους για την εύρεση εργασίας ή τη συνέχιση των σπουδών τους.

### 4. ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το τραύμα, όρος δανεισμένος από την ιατρική, είναι η συναισθηματική και ψυχική πληγή, που προκύπτει από μια ψυχοπαιστική και απειλητική κατάσταση, όπως είναι η κακοποίηση σε όλες τις μορφές (σωματική, ψυχολογική, σεξουαλική), ο θάνατος, η ασθένεια, το διαζύγιο, αλλά και οι διάφορες τραυματικές κρίσεις (φυσικές καταστροφές, τροχαία ατυχήματα, πολεμικές ενέργειες, οικονομική καταστροφή κτλ.). Το συναισθηματικό και ψυχικό τραύμα καταπνίγει την ανάπτυξη του ατόμου και δυσκολεύει τις προσπάθειες του να προχωρήσει στη ζωή του, αφού συχνά το

αποσυνδέει από τον εαυτό του, τους άλλους και το περιβάλλον. Στη συντριπτική πλειοψηφία των περιπτώσεων απαιτούνται εξειδικευμένες παρεμβάσεις από όλη τους εμπλεκόμενους φορείς (οικογένεια, σχολείο, ειδικούς ψυχικής υγείας) που θα παρέχουν στο τραυματισμένο παιδί ή ενήλικα ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο θα κατανοήσει και θα αντιμετωπίσει αυτό που του συνέβη, ώστε να αφήσει πίσω του το ψυχικό τραύμα και να κατορθώσει να συνεχίσει δημιουργικά τη ζωή του.

Σκοπός του εκπαιδευτικού προγράμματος «**Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος**» είναι η παροχή υψηλού επιπέδου επιμόρφωσης και κατάρτισης γύρω από το συγκεκριμένο θέμα, τόσο σε θεωρητικό επίπεδο, όσο και σε επίπεδο πρακτικών δεξιοτήτων. Με χρήση στοιχείων και αναφορών από διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, αλλά και παροχή υλικού από την θεωρία της παρέμβασης κρίσεων, ο εκπαιδευόμενος θα μπορέσει να αντλήσει από μια πλούσια δεξαμενή θεματολογίας σημαντικές πληροφορίες και έτσι να μπορεί να αναγνωρίζει την ύπαρξη συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος, να το αξιολογεί και τελικά να είναι σε θέση να το αντιμετωπίσει θεραπευτικά.

Πιο συγκεκριμένα, κατά τη διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας παρέχονται βασικές γνώσεις για την έννοια του συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος, τις συνέπειες του και τις θεραπευτικές παρεμβάσεις που χρησιμοποιούνται παγκοσμίως. Στη συνέχεια αναπτύσσονται διεξοδικά θεματικές που σχετίζονται με τις ειδικές κατηγορίες ψυχικών τραυμάτων (τραυματικές κρίσεις – κακοποίηση – απώλεια – διαζύγιο), με έμφαση στις στρατηγικές και τις δεξιότητες αντιμετώπισης τους.

Το παρόν πρόγραμμα συμπληρωματικής εκπαίδευσης απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας (ψυχολόγους, παιδοψυχιάτρους, συμβούλους, κοινωνικούς λειτουργούς και θεραπευτές ομάδων), με σκοπό να το αξιοποιήσουν στην επαγγελματική τους δραστηριότητα. Παράλληλα, απευθύνεται και σε εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων που έρχονται σε επαφή με τραυματισμένα παιδιά κάθε ηλικιακής φάσης, αλλά και σε γονείς που βρίσκονται αντιμέτωποι με τέτοια κρίσιμα γεγονότα. Τέλος, μπορεί να φανεί χρήσιμο σε κάθε ενδιαφερόμενο που προβληματίζεται και αναζητά επιστημονικές πληροφορίες που θα τον βοηθήσουν να κατανοήσει και να αντιμετωπίσει το συναισθηματικό και ψυχικό τραύμα.

## **5. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΔΕΚΤΟΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΤΡΟΠΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ**

Η έναρξη του Προγράμματος γίνεται με δημόσια αναγγελία (τόσο στον Τύπο, όσο και στο Διαδίκτυο), όπου καθορίζονται οι διαδικασίες που απαιτούνται για την ένταξη του ενδιαφερόμενου στο Πρόγραμμα.

Αίτηση συμμετοχής μπορούν να υποβάλουν:

- ▶ **απόφοιτοι ΑΕΙ και ΑΤΕΙ της ημεδαπής και της αλλοδαπής**
- ▶ **απόφοιτοι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης με συναφή στο αντικείμενο εργασιακή εμπειρία**

Η αίτηση συμμετοχής υποβάλλεται ηλεκτρονικά, μέσω της ιστοσελίδας <https://elearningekpa.gr>.

## 6. ΤΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

Η επιτυχής ολοκλήρωση των πέντε (5) θεματικών ενότητων που περιλαμβάνει το συγκεκριμένο πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης, οδηγεί στη χορήγηση Πιστοποιητικού Επιμόρφωσης για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης «Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος» συνοδευόμενου από το Συμπλήρωμα Πιστοποιητικού Europass.

## 7. ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ, ΒΑΘΜΟΙ ECVET ΚΑΙ ΚΟΣΤΟΣ ΦΟΙΤΗΣΗΣ

Η χρονική διάρκεια του Προγράμματος είναι τέσσερις (4) μήνες, ενώ ο απαιτούμενος “χρόνος ενασχόλησης” εκτιμάται στις 110 ώρες και αντιστοιχεί σε 9,17 βαθμούς ECVET.

Η οργάνωση της δομής του εξ Αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης προγράμματος βασίζεται σε μαθήματα/θεματικές ενότητες. Κάθε μάθημα περιλαμβάνει συγκεκριμένες διδακτικές ενότητες και κάθε διδακτική ενότητα αποτελεί το μικρότερο εκπαιδευτικό αντικείμενο που αξιολογείται αυτοτελώς ως προς τις αποκτηθείσες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες. Τέλος, κάθε θεματική ενότητα/μάθημα αποτελείται από διδακτικές ενότητες που όλες μαζί αποτελούν μια ολοκληρωμένη ενότητα μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Η εκτίμηση του απαιτούμενου χρόνου σε ώρες αποσκοπεί στην διευκόλυνση των ενδιαφερομένων αναφορικά με τον υπολογισμό του χρόνου ενασχόλησής τους με το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης. Τα παραπάνω βασίζονται σε εκτιμώμενα στοιχεία, ενώ, όπως είναι ευνόητο, η τελική εκτίμηση του χρόνου ενασχόλησης του εκπαιδευόμενου, υπόκειται σε υποκειμενικά στοιχεία, όπως για παράδειγμα το προηγούμενο γνωστικό του επίπεδο και η προσωπική ικανότητα αφομοίωσης γνώσεων.

Το συνολικό κόστος φοίτησης είναι 800 ευρώ. Τα δίδακτρα καταβάλλονται σε τραπεζικό λογαριασμό και εκδίδεται απόδειξη είσπραξης στα στοιχεία του μετέχοντα.

## 8. ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ

Τα προαπαιτούμενα για την παρακολούθηση του Προγράμματος από τους εκπαιδευόμενους είναι:

- ▶ Πρόσβαση στο Διαδίκτυο
- ▶ Κατοχή προσωπικού e-mail
- ▶ Βασικές γνώσεις χειρισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών

## 9. ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ ΘΕΜΑΤΙΚΩΝ ΕΝΟΤΗΤΩΝ

Το περιεχόμενο της κάθε θεματικής ενότητας, ανάλογα με το εκπαιδευτικό αντικείμενο, μπορεί να περιλαμβάνει:

- ▶ Θεωρία εμπλουτισμένη με εικόνες και links

- ▶ Παραδείγματα - Υποδειγματικές Ασκήσεις
- ▶ Μελέτες Περίπτωσης
- ▶ Σχήματα-Διαγράμματα-Πίνακες
- ▶ Πρόσθετη Βιβλιογραφία και Δικτυογραφία
- ▶ Βιντεοπαρουσιάσεις
- ▶ Μαγνητοσκοπημένες Διαλέξεις
- ▶ Ασκήσεις Αυτοαξιολόγησης
- ▶ Links σε Εξωτερικές Ιστοσελίδες
- ▶ Πρόσθετα Αρχεία pdf - excel - powerpoint

Μέσω του συγκεκριμένου τρόπου παρουσίασης των θεματικών ενοτήτων επιτυγχάνεται η εμπέδωση της θεωρίας με έναν πιο εποικοδομητικό τρόπο απ' ό,τι σε ένα "παραδοσιακού" τύπου έντυπο.

Παράλληλα, η δομή των μαθημάτων είναι διαμορφωμένη, έτσι ώστε το εκπαιδευτικό υλικό να:

- ▶ καθοδηγεί το σπουδαστή στη μελέτη του,
- ▶ προάγει την αλληλεπίδραση του σπουδαστή με το μαθησιακό υλικό,
- ▶ επεξηγεί δύσκολα σημεία και έννοιες,
- ▶ αξιολογεί και ενημερώνει το σπουδαστή για την πρόοδο του,
- ▶ εξειδικεύει τις θεωρητικές γνώσεις με τη χρήση πρακτικών εφαρμογών.

## 10. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η διδασκαλία στα προγράμματα εξ αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α. διεξάγεται μέσω του διαδικτύου, προσφέροντας στον εκπαιδευόμενο «αυτονομία», δηλαδή δυνατότητα μελέτης ανεξαρτήτως περιοριστικών παραγόντων, όπως η υποχρέωση της φυσικής του παρουσίας σε συγκεκριμένο χώρο και χρόνο.

Το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος διατίθεται σταδιακά, ανά διδακτική ενότητα, μέσω ειδικά διαμορφωμένων ηλεκτρονικών τάξεων. Κατά την εξέλιξη κάθε θεματικής ενότητας αναρτώνται σε σχετικό link οι απαραίτητες για την ομαλή διεξαγωγή της εκπαιδευτικής διαδικασίας ανακοινώσεις, όπως:

- ▶ Το Χρονοδιάγραμμα υποβολής των ασκήσεων το οποίο περιλαμβάνει τις ημερομηνίες διάθεσης των ενοτήτων και τις προθεσμίες υποβολής των αντίστοιχων tests,
- ▶ Ο Οδηγός Μελέτης ανά Διδακτική Ενότητα που στοχεύει στην διευκόλυνση της οργάνωσης της μελέτης του εκπαιδευόμενου,
- ▶ Η Τελική Εργασία η οποία διατίθεται κατά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας (εφόσον το απαιτεί η φύση του μαθήματος) και αφορά το σύνολο της διδακτέας ύλης.

Ο εκπαιδευόμενος, αφού ολοκληρώσει τη μελέτη της εκάστοτε διδακτικής ενότητας, καλείται να υποβάλει ηλεκτρονικά, το αντίστοιχο τεστ. Τα τεστ περιλαμβάνουν ερωτήσεις αντιστοίχισης ορθών απαντήσεων, πολλαπλής επιλογής, αληθούς/ψευδούς δήλωσης, ή upload, όπου ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να διατυπώσει και να επισυνάψει την απάντησή του.

Παράλληλα, παρέχεται πλήρης εκπαιδευτική υποστήριξη δεδομένου ότι ο εκπαιδευόμενος μπορεί να απευθύνεται ηλεκτρονικά (για το διάστημα που διαρκεί το εκάστοτε μάθημα) στον ορισμένο

εκπαιδευτή του, μέσω ενσωματωμένου στην πλατφόρμα ηλεκτρονικού συστήματος επικοινωνίας, για την άμεση επίλυση αποριών σχετιζόμενων με τις θεματικές ενότητες και τις ασκήσεις αξιολόγησης. Τέλος, το εκπαιδευτικό υλικό παρέχεται και σε ηλεκτρονική μορφή (e-book), προκειμένου να διευκολυνθούν οι εκπαιδευόμενοι σε περιπτώσεις που προτιμούν την έντυπη έκδοσή του.

## 11. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ (HELP DESK)

Μέσω του ενσωματωμένου στην εκπαιδευτική πλατφόρμα συστήματος επικοινωνίας, ο εκπαιδευόμενος έχει επίσης τη δυνατότητα να απευθυνθεί στην Διοικητική ή Τεχνική Υποστήριξη του προγράμματος, ανάλογα με τη φύση του ζητήματος που τον απασχολεί.

## 12. ΤΡΟΠΟΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Σε κάθε διδακτική ενότητα ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να επιλύει και να υποβάλλει ηλεκτρονικά το αντίστοιχο τεστ, τηρώντας το χρονοδιάγραμμα που έχει δοθεί από τον εκπαιδευτή του. Η βαθμολογία προηγούμενων διδακτικών ενότητων ανακοινώνεται στον εκπαιδευόμενο πριν την προθεσμία υποβολής του τεστ της επόμενης ενότητας. Η κλίμακα βαθμολογίας κυμαίνεται από 0 έως 100%. Συνολικά, η βαθμολογία κάθε θεματικής ενότητας προκύπτει κατά το 60% από τις ασκήσεις αξιολόγησης και κατά το υπόλοιπο 40% από την τελική εργασία, η οποία εκπονείται στο τέλος του συγκεκριμένου μαθήματος και εφόσον το απαιτεί η φύση αυτού.

Η χορήγηση του **Πιστοποιητικού Επιμόρφωσης** πραγματοποιείται, όταν ο εκπαιδευόμενος λάβει σε όλα τα μαθήματα βαθμό μεγαλύτερο ή ίσο του 50%. Σε περίπτωση που η συνολική βαθμολογία ενός ή περισσότερων μαθημάτων δεν ξεπερνά το 50%, ο εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα επανεξέτασης των μαθημάτων αυτών μετά την ολοκλήρωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας του προγράμματος. Η βαθμολογία που θα συγκεντρώσει κατά τη διαδικασία επανεξέτασής του είναι και η οριστική για τα εν λόγω μαθήματα, με την προϋπόθεση ότι ξεπερνά εκείνη που συγκέντρωσε κατά την κανονική διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Σε διαφορετική περίπτωση διατηρείται η αρχική βαθμολογία.

## 13. ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ - ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ

Πέρα από την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος για τη χορήγηση του Πιστοποιητικού απαιτούνται τα εξής:

- ▶ **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης**  
Η διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης Εκπαιδευόμενου στοχεύει στη διασφάλιση της ποιότητας των παρεχομένων εκπαιδευτικών υπηρεσιών. Συγκεκριμένα, εξουσιοδοτημένο στέλχος του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α., επικοινωνεί τηλεφωνικώς με ένα τυχαίο δείγμα εκπαιδευόμενων, προκειμένου να διαπιστωθεί εάν συμμετείχαν στις εκπαιδευτικές

διαδικασίες του προγράμματος, εάν αντιμετωπίσαν προβλήματα σε σχέση με το εκπαιδευτικό υλικό, την επικοινωνία με τον ορισμένο εκπαιδευτή τους, καθώς και με τη γενικότερη μαθησιακή διαδικασία. Η τηλεφωνική επικοινωνία διεξάγεται με την ολοκλήρωση του εκάστοτε προγράμματος, ενώ η μέση χρονική διάρκειά της συγκεκριμένης διαδικασίας είναι περίπου 2-3 λεπτά.

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης, εφόσον κληθεί, ή μη ταυτοποίησής του κατά τη διεξαγωγή της, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

▶ **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων**

Ο δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων διασφαλίζει την εγκυρότητα των στοιχείων που έχει δηλώσει ο εκπαιδευόμενος στην αίτηση συμμετοχής του στο Πρόγραμμα και βάσει των οποίων έχει αξιολογηθεί και εγκριθεί η αίτηση συμμετοχής του σε αυτό.

Κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του προγράμματος, πραγματοποιείται δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων από τη Γραμματεία. Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να είναι σε θέση να προσκομίσει τα απαραίτητα δικαιολογητικά τα οποία πιστοποιούν τα στοιχεία που έχει δηλώσει στην αίτηση συμμετοχής (Αντίγραφο Πτυχίου, Αντίγραφο Απολυτήριου Λυκείου, Βεβαίωση Εργασιακής Εμπειρίας, Γνώση Ξένων Γλωσσών κ.τ.λ.).

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων, εφόσον κληθεί, ή μη ύπαρξης των δικαιολογητικών αυτών, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

▶ **Αποπληρωμή του συνόλου των διδάκτρων**

Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να μην έχει οικονομικής φύσεως εκκρεμότητες. Σε περίπτωση που υπάρχουν τέτοιες, το πιστοποιητικό σπουδών διατηρείται στο αρχείο της Γραμματείας, μέχρι την ενήμερωση της για τη διευθέτηση της εκκρεμότητας.

Προαιρετικά οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να συμμετέχουν:

▶ **στη διαδικασία αξιολόγησης προτεινόμενων προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης**

Η διαδικασία αξιολόγησης των προτεινόμενων προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης διεξάγεται ηλεκτρονικά μέσω ειδικά διαμορφωμένου συνδέσμου, όπου ο μετέχων μπορεί να δει σύντομη περιγραφή των εν λόγω προγραμμάτων, καθώς και να υποβάλει ηλεκτρονικά τη φόρμα ταξινόμησής τους, με βάση το βαθμό προτίμησης που τους αποδίδει. Στοχεύει δε, στη μελέτη και τον σχεδιασμό ενεργειών, προς την κατεύθυνση της **κάλυψης πραγματικών εκπαιδευτικών αναγκών**, σύμφωνα με τη φιλοσοφία του Προγράμματος E-learning του ΕΚΠΑ.

▶ **στη διαδικασία αξιολόγησης των παρεχόμενων υπηρεσιών και της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης**

Η διαδικασία αξιολόγησης των παρεχόμενων υπηρεσιών και της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης διεξάγεται ηλεκτρονικά από τον εκπαιδευόμενο μέσω ειδικά διαμορφωμένου συνδέσμου μετά την περάτωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Στόχος της εν λόγω διαδικασίας αξιολόγησης είναι αφενός η βελτίωση της ποιότητας



των υπηρεσιών που εμπλέκονται στη διενέργεια της μαθησιακής διαδικασίας και αφορούν την εκπαιδευτική, γραμματειακή και τεχνική υποστήριξη, και αφετέρου στη μελέτη και το σχεδιασμό ενεργειών προς την κατεύθυνση της **διαρκούς αναβάθμισης** του Προγράμματος e-learning του ΕΚΠΑ, μέσω της ανάπτυξης νέων εκπαιδευτικών εργαλείων για την αποτελεσματικότερη αφομοίωση των προσφερόμενων γνώσεων, καθώς και στη διασφάλιση της πρακτικής εφαρμογής αυτών, σε πραγματικές συνθήκες εργασίας.

► **στη διαδικασία αξιολόγησης των εκπαιδευτών**

Μετά το τέλος κάθε μαθήματος, ο εκάστοτε εκπαιδευόμενος δύναται να εισέλθει σε συγκεκριμένο δικτυακό τόπο και να απαντάει ανώνυμα, σε ένα ειδικό ερωτηματολόγιο, βάσει του οποίου προκύπτουν χρήσιμα συμπεράσματα, σχετικά με το επίπεδο και την ποιότητα των εκπαιδευτικών υπηρεσιών που παρέχει ο εκπαιδευτής του εκάστοτε μαθήματος.

## 14. ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

Οι συγγραφείς του εκπαιδευτικού υλικού είναι μέλη ΔΕΠ του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών ή και ειδικοί εμπειρογνώμονες με ιδιαίτερη συγγραφική καταξίωση, οι οποίοι κατέχουν πολύ βασικό ρόλο στην υλοποίηση του προγράμματος. Συγγράφουν τα βασικά κείμενα και αναλαμβάνουν την επιστημονική ευθύνη για την μετατροπή του εκπαιδευτικού υλικού σε e-learning μορφή.

## 15. Ο ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ

Η Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη του Προγράμματος είναι η **Ελένη Λαζαράτου**, Καθηγήτρια Παιδοψυχιατρικής, Α΄ Ψυχιατρική Κλινική, της Ιατρικής σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, η οποία έχει την ευθύνη για το σχεδιασμό, την υλοποίηση και την παρακολούθηση της ακαδημαϊκής διαδικασίας για το συγκεκριμένο πρόγραμμα.

## 16. ΠΩΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΕΤΑΙ Η ΎΛΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

### ΜΑΘΗΜΑ 1. Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΥ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ

#### Διδακτική Ενότητα 1. Η έννοια και οι μορφές του συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος

Κεντρικός άξονας της πρώτης διδακτικής ενότητας αποτελεί η έννοια του συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος, ενός εσωτερικού ρήγματος, δηλαδή, που οφείλεται σε εξαιρετικής έντασης στρεσογόνα γεγονότα, τα οποία το άτομο δεν μπορεί να επεξεργαστεί ψυχικά. Περιγράφονται οι διάφορες εμπειρίες που μπορεί να δημιουργήσουν ένα ψυχικό τραύμα, είτε αναφερόμαστε σε ενήλικες, είτε σε παιδιά και έφηβους, ενώ γίνεται και μια αναφορά στην ιστορία της έννοιας του συναισθηματικού τραύματος. Στόχος είναι να δημιουργηθεί ένα σαφές εννοιολογικό πλαίσιο μέσα στο οποίο θα κινηθούν όλες οι επόμενες διδακτικές ενότητες του προγράμματος.

## **Διδακτική Ενότητα 2. Επιπτώσεις του συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος**

Σκοπός της διδακτικής αυτής ενότητας είναι να παρουσιάσει τις επιπτώσεις του συναισθηματικού και ψυχικού τραύματος, σε όλα τα επίπεδα που αυτές συναντώνται (ατομικό, διαπροσωπικό, διαγενεολογικό), ώστε να γίνει κατανοητή η διάσταση που μπορεί να έχει ένα ψυχικό τραύμα στη ζωή ενός ανθρώπου και μιας οικογένειας. Περιγράφονται οι αρχικές αντιδράσεις σε ένα τραυματικό γεγονός, με έμφαση στις αναμενόμενες για κάθε ηλικιακό στάδιο, ενώ στη συνέχεια σκιαγραφούνται οι πιο συχνές μακροπρόθεσμες συνέπειες, οι οποίες έχουν συνδεθεί με σοβαρότερες ψυχικές και σωματικές δυσλειτουργίες.

## **Διδακτική Ενότητα 3. Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες**

Σκοπός της παρούσας ενότητας είναι η αναλυτική παρουσίαση και μελέτη της Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες, με ειδικές επισημάνσεις στις ιδιαιτερότητες της διαταραχής στην παιδική ηλικία. Παρουσιάζεται η κλινική εικόνα της διαταραχής, παρατίθενται τα κριτήρια διάγνωσης σύμφωνα με τα ταξινομικά συστήματα και αναλύονται οι δυσκολίες προσδιορισμού κριτηρίων στην ειδική περίπτωση του παιδικού τραύματος.

## **Διδακτική Ενότητα 4. Θεραπευτικές παρεμβάσεις στο ψυχικό τραύμα (Α)**

Η συγκεκριμένη ενότητα επιχειρεί την ανάλυση των παραμέτρων γύρω από τις θεραπευτικές παρεμβάσεις που εφαρμόζονται για την αποτελεσματική διαχείριση των συναισθηματικών τραυμάτων, είτε αφορούν γεγονότα του πρόσφατου παρελθόντος, είτε τραυματικές εμπειρίες της παιδικής ηλικίας. Στόχος της ενότητας είναι να κατανοήσουν οι εκπαιδευόμενοι τις πολλαπλές επιλογές που υπάρχουν για την αντιμετώπιση των ψυχικών τραυμάτων και να είναι σε θέση να επιλέξουν την κατάλληλη μέθοδο, ανάλογα με τα δεδομένα της κάθε περίπτωσης.

## **Διδακτική Ενότητα 5. Θεραπευτικές παρεμβάσεις στο ψυχικό τραύμα (Β):**

### **Η ΜΕΘΟΔΟΣ EMDR**

Αντικείμενο της παρούσας ενότητας είναι η περιγραφή της μεθόδου EMDR (Απευαισθητοποίηση και Επανεπεξεργασία μέσω οφθαλμικών Κινήσεων), μιας πρωτοποριακής μεθόδου ψυχοθεραπείας που εφαρμόζεται στην αντιμετώπιση του τραύματος. Περιγράφεται η φιλοσοφία της μεθόδου, η οποία συνδυάζει στοιχεία από διάφορες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, και παρουσιάζονται τα στάδια της δομημένης θεραπευτικής διαδικασίας που ακολουθείται μέσα από συγκεκριμένα θεραπευτικά πρωτόκολλα. Μέσα από θεωρητικές αναφορές, αλλά και την παρουσίαση κλινικών περιστατικών, ο εκπαιδευόμενος θα εισαχθεί στην εξειδικευμένη αυτή μέθοδο, κατανοώντας έτσι ακόμα περισσότερο τις πολλαπλές διαστάσεις ενός ψυχικού τραύματος.

## **ΜΑΘΗΜΑ 2. ΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΕ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΡΙΣΕΩΝ**

### **Διδακτική Ενότητα 1. Όταν οι κρίσεις οδηγούν σε συναισθηματικό και ψυχικό τραύμα**

Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η μελέτη του φαινομένου της ψυχολογικής κρίσης, οι οποίες συχνά οδηγούν στην εμφάνιση συναισθηματικών τραυμάτων. Αρχικά, ορίζεται λεπτομερώς η έννοια της ψυχολογικής κρίσης και περιγράφονται τα είδη και οι μορφές που μπορεί να λάβει, ενώ στη συνέχεια αναλύονται οι συνέπειες στον ψυχισμό ενός ατόμου. Στόχος είναι να κατανοήσουν

οι εκπαιδευόμενοι τις πολύπλοκες διαστάσεις στην αναγνώριση και το χειρισμό μιας κατάστασης κρίσης, ώστε να είναι σε θέση να τη διαχειριστούν αποτελεσματικά και να μειώσουν, όσο είναι εφικτό, τις τραυματικές συνέπειες της.

## **Διδακτική Ενότητα 2. Ψυχολογικές διαστάσεις της κρίσης**

Στην ενότητα αυτή επιδιώκεται ο περαιτέρω εμπλουτισμός των γνώσεων των εκπαιδευόμενων σχετικά με τις ψυχολογικές διαστάσεις της κρίσης. Αναφέρονται οι πολλαπλοί παράγοντες που διαμορφώνουν την απάντηση ενός ατόμου στο τραυματικό γεγονός, με αναλυτική περιγραφή των εννοιών της ευαλωτότητας και της ψυχικής ανθεκτικότητας σε καταστάσεις κρίσεων, ενώ προσδιορίζονται και οι συνήθεις στρατηγικές που χρησιμοποιούν οι ενήλικες και τα παιδιά όταν έρχονται αντιμέτωποι με τραυματικά περιστατικά.

## **Διδακτική Ενότητα 3. Παρέμβαση στη ψυχολογική κρίση: Βασικές αρχές και παράγοντες αλλαγής**

Η συγκεκριμένη ενότητα επικεντρώνεται στις αποτελεσματικές παρεμβάσεις που μπορούν να εφαρμοστούν σε περιπτώσεις ψυχολογικών κρίσεων. Συγκεκριμένα, παρουσιάζονται οι σύγχρονοι τρόποι παρέμβασης στην κρίση και τα βασικά χαρακτηριστικά τους, με έμφαση στις γενικές αρχές και τους στόχους της συμβουλευτικής σε τέτοιες περιπτώσεις. Περιγράφονται επιλεγμένες τεχνικές-στρατηγικές που μπορούν να εφαρμοστούν σε διάφορα είδη σχέσεων, ενώ εξετάζονται και οι απαιτούμενες δεξιότητες που πρέπει να κατέχει ο ειδικός προκειμένου να οδηγηθεί σε μια αποτελεσματική παρέμβαση.

## **Διδακτική Ενότητα 4. Διαχείριση τραυματικών κρίσεων στη σχολική κοινότητα**

Στόχος της ενότητας είναι να σκιαγραφηθούν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που ενέχει η διαχείριση τραυματικών κρίσεων στη σχολική κοινότητα, με σκοπό την προετοιμασία των σημαντικών ενηλίκων (εκπαιδευτικών, γονέων, ειδικών ψυχικής υγείας), προκειμένου να είναι σε θέση να παρέμβουν αποτελεσματικά. Μέσα από θεωρητική ανάλυση και περιγραφή συγκεκριμένων μοντέλων πρόληψης και παρέμβασης διαχείρισης κρίσεων στο σχολικό πλαίσιο, δίνονται κατευθυντήριες οδηγίες και συμβουλές για την εφαρμογή συγκεκριμένων σχεδίων δράσης σε όλα τα στάδια μιας τέτοιας κρίσης.

# **ΜΑΘΗΜΑ 3. ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ: ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΝΕΠΙΛΥΤΩΝ ΠΑΙΔΙΚΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ**

## **Διδακτική Ενότητα 1. Κακοποίηση και ψυχικό τραύμα**

Έχει πλέον διαφανεί ότι η κακοποίηση, σε όποια της μορφή, συνδέεται με μακροπρόθεσμες συνέπειες, που επηρεάζουν και την μετέπειτα ζωή ενός παιδιού, μετατρέποντάς το σε έναν ενήλικα που αντιμετωπίζει δυσκολίες σε διάφορες σημαντικές πτυχές της ζωής του. Σκοπός της συγκεκριμένης ενότητας είναι η παρουσίαση του φαινομένου του ψυχικού τραύματος λόγω κακοποίησης, κυρίως στη παιδική ηλικία, ώστε οι εκπαιδευόμενοι να εξοικειωθούν με τις πολύπλοκες διαστάσεις του, ενώ δίνεται έμφαση σε θεραπευτικές τεχνικές που εφαρμόζονται για την διαχείριση τέτοιων ανεπίλυτων παιδικών τραυμάτων.

## **Διδακτική Ενότητα 2. Διαχείριση του τραύματος της σεξουαλικής κακοποίησης**

Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η μελέτη του φαινομένου της σεξουαλικής κακοποίησης και του ψυχικού τραύματος που προκαλεί μια τέτοια εμπειρία. Αρχικά, περιγράφονται οι μορφές σεξουαλικής κακοποίησης, δίνεται ο ορισμός και τα χαρακτηριστικά τους, ενώ στη συνέχεια δίνεται έμφαση στους τρόπους διαχείρισης ενός τέτοιου συναισθηματικού τραύματος. Συγκεκριμένα, προτείνονται διάφορες θεραπευτικές τεχνικές, οι οποίες στοχεύουν στην αντιμετώπιση του τραύματος από σεξουαλική κακοποίηση, ώστε ο εκπαιδευόμενος να αποκτήσει μια γνώση για τις δυνατότητες θεραπευτικής επεξεργασίας του.

## **Διδακτική Ενότητα 3. Ενδοσχολική βία και συναισθηματικό τραύμα**

Αντικείμενο της παρούσας ενότητας είναι η παρουσίαση του φαινομένου της ενδοσχολικής βίας και του συναισθηματικού τραύματος που μπορεί να δημιουργήσει. Αναλύονται οι μορφές που μπορεί να πάρει ο σχολικός εκφοβισμός (bullying), η επιδημιολογία του φαινομένου, το προφίλ των δραστών και των θυμάτων, ενώ ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις που έχουν τέτοια φαινόμενα. Βασικός στόχος της ενότητας είναι η εκπαίδευση σε στρατηγικές και τεχνικές πρωτοβάθμιας, δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας πρόληψης, που μπορούν να εφαρμόσουν γονείς, εκπαιδευτικοί και ειδικοί ψυχικής υγείας για να αντιμετωπίσουν το φαινόμενο και να διαχειριστούν με τον πιο αποτελεσματικό τρόπο τις ψυχικές συνέπειες του.

## **Διδακτική Ενότητα 4. Στρατηγικές αυτοβοήθειας για την αντιμετώπιση του παιδικού τραύματος της κακοποίησης**

Τα θέματα που αναπτύσσονται στη παρούσα ενότητα αναφέρονται σε συγκεκριμένες στρατηγικές αυτοβοήθειας για την αντιμετώπιση του παιδικού τραύματος της κακοποίησης, όπως αυτές έχουν προταθεί από θεραπευτικά μοντέλα της Γνωσιακής – Συμπεριφορικής προσέγγισης. Αν και τα μοντέλα αυτά αρχικά σχεδιάστηκαν σαν μια θεραπεία ελεγχόμενη από θεραπευτή, στη συνέχεια οι αρχές και η δομή τους έχουν προσαρμοστεί και για αυτοθεραπεία. Οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν τεχνικές διαχείρισης συναισθημάτων, στρατηγικές αντιμετώπισης των δύσκολων αναμνήσεων από το παιδικό και όχι μόνο τραύμα, καθώς και τρόπους επεξεργασίας των σημαντικών θεμάτων.

# **ΜΑΘΗΜΑ 4. ΠΑΙΔΙΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΑ ΜΕ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΤΗΣ ΑΠΩΛΕΙΑΣ**

## **Διδακτική Ενότητα 1. Η χρόνια ασθένεια ως τραυματική κρίση μιας οικογένειας**

Η χρόνια ασθένεια συγκαταλέγεται στα γεγονότα εκείνα που μπορεί να οδηγήσουν στον ψυχικό τραυματισμό τόσο των ενηλίκων, όσο και των παιδιών και εφήβων. Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η μελέτη των ψυχοκοινωνικών επιπτώσεων μιας χρόνιας ασθένειας και η αντιμετώπισή τους μέσα από ένα ολοκληρωμένο σύστημα παρέμβασης που εστιάζεται τόσο στο παιδί, όσο και στο οικογενειακό και εκπαιδευτικό πλαίσιο.

## **Διδακτική Ενότητα 2. Ενήλικες και παιδιά αντιμετώποι με το θάνατο αγαπημένων προσώπων**

Η διεργασία του πένθους συνιστά διαδικασία ζωής, την οποία όλοι οι άνθρωποι καλούνται



κάποια στιγμή να βιώσουν. Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η κατανόηση της διαδικασίας του πένθους και των παραγόντων που διαμορφώνουν την προσωπική αντίδραση του ατόμου όσον αφορά αυτή τη διαδικασία. Αρχικά, αναφέρονται τα φυσιολογικά στάδια και τα χαρακτηριστικά του πένθους και της απώλειας, όπως και οι παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν τη φυσιολογική αυτή διαδικασία της ζωής. Στη συνέχεια περιγράφονται οι παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν την προσωπική αντίδραση του ατόμου απέναντι στην απώλεια, οι παράγοντες που βοηθούν στην αποτελεσματικότερη αντιμετώπισή της, αλλιώς και οι παράγοντες που τη δυσχεραίνουν με συνέπεια την εμφάνιση ψυχολογικών δυσκολιών. Τέλος, εξετάζονται ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις που έχουν σχεδιαστεί για τη διαχείριση του πένθους.

### **Διδακτική Ενότητα 3. Στηρίζοντας το παιδί που θρηνεί**

Σκοπός της διδακτικής αυτής ενότητας είναι η εκπαίδευση σε τρόπους στήριξης ενός παιδιού που θρηνεί, ώστε οι εκπαιδευόμενοι να είναι σε θέση να κατανοήσουν καλύτερα τις αντιδράσεις και τις ανάγκες του στη δύσκολη αυτή περίοδο που διανύει. Περιγράφονται οι ιδιαιτερότητες στην κατανόηση της έννοιας του θανάτου στα διάφορα στάδια της παιδικής ηλικίας και παρουσιάζονται οι ομοιότητες και οι διαφορές στον τρόπο που θρηνεί ένα παιδί από ότι ένας ενήλικας, με επισήμανση στις ενδείξεις που θα πρέπει να μας ανησυχούν. Αναλύονται διεξοδικά οι ανάγκες ενός παιδιού που αντιμετωπίζει μια σοβαρή απώλεια και υποδεικνύονται τρόποι διαχείρισης όλων των ειδικών θεμάτων, όπως είναι η ενημέρωση του παιδιού για το γεγονός, η ενθάρρυνση της έκφρασης συναισθημάτων, η διατήρηση της ανάμνησης και η προώθηση της σταθερότητας σε μια οικογένεια.

### **Διδακτική Ενότητα 4. Αντιμετωπίζοντας το πένθος και την απώλεια στο σχολείο**

Στην ενότητα αυτή επιδιώκεται ο περαιτέρω εμπλουτισμός των γνώσεων των εκπαιδευόμενων σχετικά με τη διαχείριση του πένθους στο σχολικό πλαίσιο. Συχνά οι εκπαιδευτικοί διστάζουν να αναφερθούν σε θέματα απώλειας κάθε φορά που το γεγονός του θανάτου επηρεάζει άμεσα (θάνατος αγαπημένου προσώπου) ή έμμεσα (φυσικές καταστροφές/δυστυχήματα) τη ζωή ενός μαθητή. Όμως, η αμηχανία αυτή στερεί από τα παιδιά τη δυνατότητα να βοηθηθούν για να ξεπεράσουν ένα τόσο σοβαρό τραύμα. Σκοπός της ενότητας είναι να απαντηθούν ερωτήματα, όπως με ποιο τρόπο πρέπει να αντιδρούν οι εκπαιδευτικοί στις συμπεριφορές ή τις ερωτήσεις των παιδιών, καθώς και ποια είναι εκείνα τα κλινικά χαρακτηριστικά που δείχνουν τα ψυχικές δυσκολίες των παιδιών, με τελικό στόχο να είναι σε θέση οι εκπαιδευόμενοι να φέρουν το παιδί σε επαφή με το τελευταίο στάδιο του βιολογικού κύκλου και να συμβάλουν στην αποδοχή, εκ μέρους του παιδιού, όλων των συναισθημάτων που προκαλεί η απώλεια, η θλίψη και το πένθος.

### **Διδακτική Ενότητα 5. "Το Δέντρο της Ζωής": Μια αφηγηματική προσέγγιση για την διαχείριση του τραύματος της απώλειας**

Κεντρικό άξονα της συγκεκριμένης διδακτικής ενότητας αποτελεί η προσέγγιση του «Δέντρου της Ζωής», μια συλλογική αφηγηματική μέθοδο, η οποία αναπτύχθηκε ως απάντηση στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα παιδιά που έχουν υποστεί κάποια τραυματική εμπειρία ή απώλεια. Στόχος της μεθόδου είναι να μπορέσει το τραυματισμένο παιδί να διαχειριστεί τις συνέπειες του τραύματος που βίωσε και να φέρει στο φως δεξιότητες και γνώσεις που μπορούν να αυξήσουν την επαφή με τον εαυτό και τους σημαντικούς άλλους. Περιγράφονται αναλυτικά τα στάδια της μεθόδου στην κλασική της μορφή, ενώ παρουσιάζονται και κάποιες παραλλαγές της.

# ΜΑΘΗΜΑ 5. ΕΠΟΥΛΩΝΟΝΤΑΣ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΕΝΟΣ ΔΙΑΖΥΓΙΟΥ

## Διδακτική Ενότητα 1. Το διαζύγιο ως τραυματικό γεγονός

Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι να αποσαφηνιστεί η συνθήκη του διαζυγίου ως μια κατάσταση κρίσης στην οικογένεια, που δεν αφήνει ανεπηρέαστο κανένα μέλος της. Συγκεκριμένα, προβάλλονται οι δυναμικές και οι αλληλεπιδράσεις εντός της οικογένειας στην περίπτωση ενός χωρισμού και οι επιπτώσεις στον ψυχισμό των μελών, όταν η διαχείριση των θεμάτων που ανακύπτουν οδηγεί σε συναισθηματικό τραυματισμό.

## Διδακτική Ενότητα 2. Παιδί και διαζύγιο: Άγχος εγκατάλειψης και ψυχικό τραύμα

Αντικείμενο αυτής της ενότητας αποτελεί η διερεύνηση των αντιδράσεων και των συναισθημάτων των παιδιών στο χωρισμό των γονιών τους, ανάλογα με την ηλικία και την ιδιοσυγκρασία τους. Παρουσιάζεται διεξοδικά το άγχος της εγκατάλειψης που κάποια παιδιά βιώνουν, το οποίο έχει συνδεθεί με συγκεκριμένες συμπεριφορές που μπορεί να εμφανιστούν στις διάφορες φάσεις ενός διαζυγίου, ενώ δίνεται έμφαση στην ανάδειξη τρόπων και μεθόδων, ώστε οι γονείς να αποκτήσουν κάποιες δεξιότητες σε σχέση με την διαχείριση των συναισθημάτων των παιδιών, πριν και κατά τη διάρκεια του χωρισμού.

## Διδακτική Ενότητα 3. Παιδί και διαζύγιο: Κατευθυντήριες γραμμές για τη πρόληψη και τη διαχείριση του συναισθηματικού τραύματος

Σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι να υποδείξει στους εκπαιδευόμενους τρόπους προφύλαξης των παιδιών από το ψυχικό τραύμα που μπορεί να προκαλέσει το διαζύγιο σε μια οικογένεια. Παρουσιάζονται βασικές κατευθυντήριες γραμμές για μια αποτελεσματική προσέγγιση των παιδιών, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες, όπως την ηλικία των παιδιών, τις συνθήκες του χωρισμού, καθώς και τη φάση στην οποία βρίσκεται η σχέση των δύο πρώην συντρόφων, ενώ παραθέτονται τεχνικές που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι γονείς προκειμένου στο αρχικό στάδιο να εξηγήσουν την απόφαση του διαζυγίου στα παιδιά και σε μεταγενέστερες φάσεις να διαχειριστούν αποτελεσματικά τα συναισθήματα των παιδιών. Ειδική αναφορά γίνεται, επίσης, στο ρόλο των εκπαιδευτικών όταν έρχονται σε επαφή με παιδιά που βιώνουν την εμπειρία ενός διαζυγίου.

## Διδακτική Ενότητα 4. Ξεπερνώντας το τραύμα του διαζυγίου

Η συγκεκριμένη ενότητα επικεντρώνεται κυρίως σε προτάσεις και στρατηγικές με στόχο αφενός την ομαλότερη προσαρμογή των μελών μιας οικογένειας στις νέες συνθήκες και ισορροπίες που δημιουργεί ένα διαζύγιο και αφετέρου την αποτελεσματική διαχείριση των συναισθηματικών τραυμάτων που αυτό αφήνει πίσω του. Παρουσιάζονται χρήσιμες πρακτικές αντιμετώπισης ψυχικών θεμάτων μετά το διαζύγιο, καθώς και στρατηγικές προσωπικής εξέλιξης και στήριξης, ώστε οι εκπαιδευόμενοι να είναι σε θέση να προωθήσουν μια θετική προσέγγιση για την διαχείριση του τραύματος ενός χωρισμού.

# 17. ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΧΟΡΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ

## ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

Η/Ο ..... ΤΟΥ .....

παρακολούθησε επιτυχώς το εκπαιδευτικό πρόγραμμα με τίτλο:  
**«Διαχείριση Συναισθηματικού, Ψυχικού Τραύματος»**

που διοργανώθηκε από το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ 201.. - 201..

Διάρκεια: .. μήνες/.. ώρες

Μέθοδος Υλοποίησης: Εξ αποστάσεως (E-Learning)

Αθήνα, Ημέρα Μήνας Έτος

Ο Πρόεδρος του Κέντρου

Ο Διευθυντής του Κέντρου

Ο Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος  
του Προγράμματος

