
Συμβουλευτική και
Θεραπεία Ζεύγους και
Οικογένειας

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του **Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.)** σας καλωσορίζει στο Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης και συγκεκριμένα στο πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης με τίτλο **«Συμβουλευτική και Θεραπεία Ζεύγους και Οικογένειας»**.

Η ανάγκη συνεχούς επιμόρφωσης και πιστοποίησης επαγγελματικών δεξιοτήτων οδήγησε το **Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (E-Learning)** του Ε.Κ.Π.Α. 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.

Στη συνέχεια, σας παρουσιάζουμε αναλυτικά το πρόγραμμα σπουδών για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης: **«Συμβουλευτική και Θεραπεία Ζεύγους και Οικογένειας»**, 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. ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το εν λόγω εκπαιδευτικό πρόγραμμα αποσκοπεί στο να εκπαιδεύσει, με θεωρητικό και πρακτικό-βιωματικό τρόπο, ειδικούς της ψυχικής υγείας και ευρύτερα επαγγελματίες του χώρου της υγείας, σε θέματα που αφορούν τη συμβουλευτική ζεύγους και οικογένειας, αλλά και σε ψυχοθεραπευτικές πρακτικές που εφαρμόζονται για την αντιμετώπιση ψυχολογικών δυσκολιών. Το πρόγραμμα έχει δύο σκέλη: ένα θεωρητικό που καλύπτεται μέσω της ανασκόπησης της σχετικής σύγχρονης βιβλιογραφίας, κι ένα πρακτικό-βιωματικό, που υλοποιείται μέσω παραδειγμάτων από την θεραπευτική πράξη και βιωματικών ασκήσεων.

Κατά την ανάπτυξη του προγράμματος θα προσδιοριστούν εννοιολογικά και θα περιγραφούν θέματα της συμβουλευτικής ζεύγους που εστιάζουν:

- (α) στη σημασία των διαπροσωπικών σχέσεων για την προσωπική, αλλά και κοινωνική ανάπτυξη του ατόμου
- (β) στα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν λόγω του αρνητικού τρόπου σκέψης των συντρόφων, τη διάψευση των προσδοκιών τους, τους ανελαστικούς κανόνες και την κακή επικοινωνία,
- (γ) σε πρακτικές που στοχεύουν στην ενδυνάμωση της συντροφικής σχέσης, μέσα από την ανάπτυξη του αισθήματος συνεργασίας των συντρόφων και της επίλυσης των παρεξηγήσεων μεταξύ τους
- (δ) στην εκπαίδευση στην τέχνη της επικοινωνίας μέσα από πρακτικά παραδείγματα, ώστε να αποφεύγονται οι διαστρεβλώσεις στις ερμηνείες των μηνυμάτων

(ε) στην εκπαίδευση στη διεκδικητική συμπεριφορά και οριοθέτηση, με στόχο να μπορεί ο καθένας να εκφράζεται με ειλικρινή, ευθύ και κατάλληλο τρόπο τις απόψεις και τα συναισθήματά του

(στ) στην εκπαίδευση σε δεξιότητες διαχείρισης θυμού

(ζ) στην εκπαίδευση σε δεξιότητες διαχείρισης προβλημάτων

Επίσης, θα προσδιοριστούν εννοιολογικά και θα περιγραφούν θέματα της συμβουλευτικής οικογένειας που εστιάζουν:

(α) στη μορφή της σύγχρονης οικογένειας και στην εκπαίδευση στους κατάλληλους-λειτουργικούς τρόπους επικοινωνίας των μελών,

(β) στο ρόλο των γονέων στις διάφορες ηλικιακές φάσεις των παιδιών καθώς και στην εξάσκηση στο ρόλο του «αποτελεσματικού» γονέα,

(γ) στη διαχείριση της κρίσης των σχέσεων μέσα στα όρια της οικογένειας

Κατά την διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας θα δοθούν πρακτικά παραδείγματα, από την ψυχοθεραπευτική πράξη, σχετικά με:

(α) πως μπορεί ο ειδικός να προσεγγίσει τα προβλήματα που αντιμετωπίζει μια οικογένεια μέσα στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία,

(β) ποιες δυσκολίες θα αντιμετωπίσει ο ειδικός και με ποια «εργαλεία» θα καταφέρει να βοηθήσει τα μέλη της οικογένειας,

(γ) ποια είναι τα πιο συνηθισμένα θέματα που απασχολούν τις οικογένειες, ανάλογα με τη φάση ζωής των γονέων και των παιδιών, και με ποιους πρακτικούς τρόπους μπορούν να επιλυθούν.

Βασικός σκοπός του εκπαιδευτικού προγράμματος είναι η εκπαίδευση και η εξοικείωση με τις δυσκολίες, αλλά και τους τρόπους επίλυσης και διαχείρισης ψυχολογικών δυσκολιών και θεμάτων που σχετίζονται με την ενδυνάμωση των διαπροσωπικών σχέσεων, τόσο σε επίπεδο ζεύγους όσο και οικογένειας, σε ένα επιστημονικό πλαίσιο που ορίζεται από το βιο-ψυχο-κοινωνικό μοντέλο προσέγγισης της ψυχικής υγείας.

3. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΔΕΚΤΟΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΤΡΟΠΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ

Αίτηση συμμετοχής μπορούν να υποβάλλουν:

- ▶ απόφοιτοι Πανεπιστημίου/ΤΕΙ 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/>

4. ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ

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

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

5. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η διδασκαλία στα προγράμματα εξ αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του ΕΚΠΑ 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.

Ο εκπαιδευόμενος, αφού ολοκληρώσει τη μελέτη της εκάστοτε διδακτικής ενότητας, καλείται να υποβάλει ηλεκτρονικά, το αντίστοιχο τεστ αξιολόγησης. Τα τεστ μπορεί να 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. Η θεματική ενότητα μπορεί να συνοδεύεται από τελική εργασία, η οποία διατίθεται κατά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας (εφόσον το απαιτεί η φύση της θεματικής ενότητας) και αφορά το σύνολο της διδακτέας ύλης.

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 ή την τελική εργασία.

6. 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

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 συγκεντρώνει κατά την κανονική διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Σε διαφορετική περίπτωση διατηρείται η αρχική βαθμολογία.

7. 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 στέλεχος του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του ΕΚΠΑ, επικοινωνεί τηλεφωνικά με ένα τυχαίο δείγμα εκπαιδευόμενων, προκειμένου να διαπιστωθεί εάν συμμετείχαν στις εκπαιδευτικές διαδικασίες του προγράμματος, εάν αντιμετώπισαν 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 ενημέρωση της για τη διευθέτηση της εκκρεμότητας.

Αναλυτική περιγραφή των παραπάνω υπάρχει στον Κανονισμό Σπουδών:

<https://elearningekpa.gr/regulation>

8. 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.

9. ΠΩΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΕΤΑΙ Η ΥΛΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης περιλαμβάνει **2 θεματικές ενότητες (μαθήματα)**.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

Μαθημα 1 – Συμβουλευτική Ζεύγους

Διδακτική Ενότητα 1: Εγώ και οι άλλοι: Η σημασία των διαπροσωπικών σχέσεων στην ατομική εξέλιξη

Διδακτική Ενότητα 2: Προβλήματα στη σχέση του ζευγαριού

Διδακτική Ενότητα 3: Ενδυνάμωση της συντροφικής σχέσης

Διδακτική Ενότητα 4: Η τέχνη της επικοινωνίας

Διδακτική Ενότητα 5: Διεκδικητική συμπεριφορά και οριοθέτηση

Διδακτική Ενότητα 6: Κοινωνικές δεξιότητες και διαφυλικές σχέσεις

Διδακτική Ενότητα 7: Διαχείριση θυμού

Διδακτική Ενότητα 8: Τεχνικές Επίλυσης Προβλημάτων

Διδακτική Ενότητα 9: Θεραπεία ζεύγους

Μαθημα 2 – Συμβουλευτική Οικογένειας

Διδακτική Ενότητα 1: Σύγχρονος γάμος και οικογένεια

Διδακτική Ενότητα 2: Μετάβαση στον κόσμο των γονέων

Διδακτική Ενότητα 3: Ο αποτελεσματικός γονέας-Στυλ γονεϊκής συμπεριφοράς

Διδακτική Ενότητα 4: Επικοινωνία οικογένειας

Διδακτική Ενότητα 5: Τύποι ορίων στην οικογένεια

Διδακτική Ενότητα 6: Διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και ενίσχυση της αυτοεκτίμησης του παιδιού

Διδακτική Ενότητα 7: Αρμονική συμβίωση με τον έφηβο

Διδακτική Ενότητα 8: Η κρίση στην οικογένεια

Διδακτική Ενότητα 9: Θεραπεία οικογένειας