

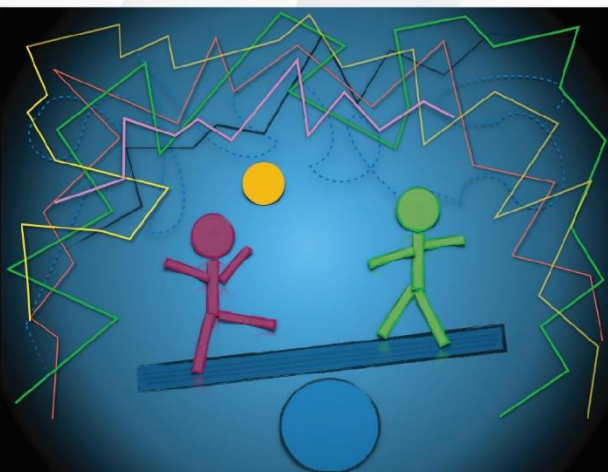
5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Προσεγγίσεων σε Παιδιά και Εφήβους

*«Σύγχρονες προκλήσεις σε έναν συνεχώς
μεταβαλλόμενο κόσμο»*

11-12 Μαρτίου 2023
Πάντειο Πανεπιστήμιο

www.childcbt2023.gr

Σε συνεργασία
με το Τμήμα Ψυχολογίας της
Σχολής Κοινωνικών Επιστημών
του Παντείου Πανεπιστημίου
Κοινωνικών και Πολιτικών
Επιστημών



*"Ποταμῷ οὐκ ἔστιν ἐμβῆναι δις τῷ αὐτῷ."
"Δεν μπορείς να μπεις δύο φορές στο ίδιο ποτάμι."
Ἡράκλειτος 6ος-5ος π.Χ. αἰώνας*

Υπό την αιγίδα:

- της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς
- της Ιατρικής Σχολής, Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

ΤΕΥΧΟΣ ΠΕΡΙΛΗΨΕΩΝ

Διοργάνωση:



Ινστιτούτο Έρευνας
και Θεραπείας της Συμπεριφοράς
ΑΣΤΙΚΗ ΜΗ ΚΕΡΑΟΣΚΟΠΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

Τμήμα Θεραπείας Παιδιών και Εφήβων

P.C.O. **διάζωμα**

Χορηγοί:



ΕΒΗΤΑ
medical arts
BHTA Ιατρικές Εκδόσεις



Ελληνικά
Γράμματα



ΕΚΔΟΣΕΙΣ
GUTENBERG

Περιεχόμενα

| | |
|--|----|
| ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ | 3 |
| ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023 | 9 |
| ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ ΚΥΡΙΑΚΗ 12 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023 | 32 |
| ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ | 54 |

5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Προσεγγίσεων σε Παιδιά και Εφήβους

Πάντειο Πανεπιστήμιο Αθηνών, 11-12/03/2023

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03/2023

| 8.00-10.00 | Εγγραφές Φουαγιέ Αμφ. Σ. Καράγιωργα II | | | | |
|-------------|--|---|--|--|---|
| | Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II | Αμφιθέατρο II | Αίθουσα A1 | Αίθουσα A5 | Αίθουσα B1 |
| 10.00-10.30 | <p>Ομιλία 1 Οι επιπτώσεις της πανδημίας COVID 19 στην ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων. Ερευνητικά δεδομένα και καλές πρακτικές.</p> <p><u>Ομιλήτρια:</u> Μανιαδάκη Κατερίνα, ΑΡΣΗ</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Γεωργουτσάκου Σοφία, ΙΕΘΣ</p> | <p>Ομιλία 2 Εφαρμογή ΓΣΘ στην κλινική πράξη- Μελέτες περίπτωσης.</p> <p><u>Ομιλήτριες:</u> Κοκκίνου Χρυσούλα, Ιδιώτης & Γαζή Δέσποινα, Πάντειο Πανεπιστήμιο, ΙΕΘΣ</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Αργαλιά Ευτυχία, ΙΕΘΣ</p> | <p>Εργαστήριο 1 Διαταραχές ΤΙΚ: Διάγνωση και Θεραπεία.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Μακρή Αθανασία, ΙΕΘΣ</p> | <p>Εργαστήριο 2 Προσβάσιμο εκπαιδευτικό υλικό για άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Γαλανοπούλου Μαρία, Τηλεσκόπιο & Δεφίγγου Γεωργία, Μιλιά</p> | <p>Εργαστήριο 3 Το μυστήριο της κόκκινης σπηλιάς: Εισαγωγή στο Γνωσιακό Συμπεριφορικό Δράμα.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Καρνέζη Χάρης, Κέντρο Συμπεριφορικού Δράματος</p> <p>ΑΚΥΡΩΘΗΚΕ</p> |
| 10.30-12.00 | <p>Συμπόσιο 1 (Προσκεκλημένο) Η συμβολή της Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Παρέμβασης στη Σχολική Ψυχολογία.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Κακλαμάνη Γεωργία, ΙΕΘΣ</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Πολυχρόνη Φωτεινή, ΕΚΠΑ</p> | <p>Συμπόσιο 2 (Προσκεκλημένο) Η ΓΣΘ σήμερα. Ρίχνοντας φως στο τρίτο κύμα ΓΣΘ θεραπειών σε παιδιά και εφήβους.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Σοφianoπούλου Κατερίνα, ΙΕΘΣ</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Γεωργουτσάκου Σοφία, Βαρβέρη Χριστίνα, ΙΕΘΣ</p> | | | |
| 12.00-12.30 | <p>Διάλειμμα Καφέ Φουαγιέ Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> | | | | |

| | | | | | |
|-------------|--|---|---|---|--|
| 12.30-14.00 | <p>Συμπόσιο 3 Η πρωτοβουλία για την ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων.</p> <p><u>Πρόεδρος & Συζητήτρια:</u> Κουμούλα Αναστασία, CAMHI</p> | <p>Συμπόσιο 4 Το Πρόγραμμα Synergy: Ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών σε τάξεις μαθητών με προβλήματα συμπεριφοράς.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Λασκαρίδη Αικατερίνη, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Γιουρούκου Έλενα, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη</p> | <p>Εργαστήριο 4 Διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία σε εφήβους πάσχοντες από διαταραχές πρόσληψης τροφής και οριακή διαταραχή προσωπικότητας.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Αντωνιάδου Μαρία-Ευαγγελία, Καλαφάτη Ευφροσύνη & Φραγκέτη-Κεραμά Φραντζέσκα, Αιγινήτειο Νοσοκομείο</p> | <p>Εργαστήριο 5 Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο Σχολείο: Προληπτικές Παρεμβάσεις.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Ζαφειριάδου Ελένη, Γλυμίτσα Ευθυμία & Γαλανάκη Ευαγγελία, ΕΚΠΑ</p> | <p>Εργαστήριο 6 «Όσα χρειαζόμαστε από εσάς...»: συμβουλευτική γονέων και εκπαιδευτικών για τις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών προσχολικής ηλικίας.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Κακλαμάνη Γεωργία, Λάιους Ρόζα & Μπακουρίνη Ντάρια, ΙΕΘΣ, ΕΕΘΣ</p> |
| 14.00-14.30 | <p>Ομιλία 3 Καινοτόμες τεχνολογίες στην ψυχική υγεία.</p> <p><u>Ομιλητής:</u> Γκούβας Νικόλαος, Ε.Ψ.Ε.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Γιαννοπούλου Ιωάννα, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ</p> | | | | |
| 14.30-15.30 | Μεσημβρινό Διάλειμμα | | | | |
| | Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II | Αμφιθέατρο II | Αίθουσα A1 | Αίθουσα A5 | Αίθουσα B1 |
| 15.30-17.00 | <p>Συμπόσιο 5 (Προσκεκλημένο) Παρεμβάσεις σε Καίριους Τομείς για τη Θεραπεία Παιδιών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος υπό το Πρίσμα της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς.</p> <p><u>Πρόεδροι:</u> Γενά Αγγελική & Τσιφρέμπολου Εριφύλλη, ΕΚΠΑ</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Παπούδη Δέσποινα, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας</p> | <p>Συμπόσιο 6 Μεταίχμιακή (οριακή) παθολογία στην εφηβεία: η διαλεκτική συμπεριφορική προσέγγιση.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Παπαδάκης Ευάγγελος, ΕΕΕΣ Μακεδονίας</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Τσέρτου Αιμιλία, ΕΚΠΑ</p> | <p>Εργαστήριο 7 Γραμμή Ψυχολογικής Στήριξης 11528- Δίπλα Σου: Μια συζήτηση για τις Καλές Πρακτικές & Βασικές Κατευθυντήριες Οδηγίες στη Συμβουλευτική με ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα.</p> <p><u>Οργανωτές:</u> Κασφίκης Γιώργος & Γεννατά Χριστιάνα, Γραμμή 11528 – Δίπλα Σου</p> | <p>Εργαστήριο 8 (Προσκεκλημένο) Προκλήσεις και τρόποι διαχείρισης: Μπορούν τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τα καταστροφικά γεγονότα;</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Ζαφειροπούλου Μαρία & Ψύλλου Ρίτσα, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας</p> | <p>Εργαστήριο 9 Πολιτισμικά προσαρμοσμένη γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Αναστασίου Θεοδώρα, ΙΕΘΣ</p> |
| 17.00-17.30 | <p>Ομιλία 4 Μετάβαση από την Ανάλυση της Συμπεριφοράς στη Συστημική Ανάλυση της Συμπεριφοράς ως Παρέμβαση Επιλογής για τη Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος.</p> <p><u>Ομιλήτρια:</u> Γενά Αγγελική, ΕΚΠΑ</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Γιαννοπούλου Ιωάννα, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ</p> | | | | |

| | |
|-------------|---|
| 17.30-18.00 | <p style="text-align: center;">Διάλειμμα Καφέ Φουαγιέ Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> |
| 18.00-20.00 | <p style="text-align: center;">Αμφ. Σ. Καράγιωργα II Έναρξη του Συνεδρίου – Χαιρετισμοί</p> <p style="text-align: center;"><u>Βράβευση Κας Ζαφειροπούλου Μαρίας</u></p> <p style="text-align: center;"><u>Εναρκτήρια Ομιλία Ζαφειροπούλου Μαρίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας</u> «ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΣΗ: Συναισθηματική ανθεκτικότητα, αυτορρύθμιση και Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία στα παιδιά» <u>Πρόεδρος:</u> Καλαντζή - Αζίζι Αναστασία, ΕΚΠΑ,ΙΕΘΣ</p> |
| 20.00-21.00 | <p style="text-align: center;">Δεξίωση Υποδοχής Συνεδρίου Φουαγιέ Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> |
| | |

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03/2023

| | Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II | Αμφιθέατρο II | Αίθουσα A1 | Αίθουσα A5 | Αίθουσα B1 |
|-------------|--|---|---|---|--|
| 9.00-9.30 | | <p>Ομιλία 5 Εκφραστικά μέσα, επιρροές από τη Θεραπεία Σχημάτων και άλλες προσεγγίσεις στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία παιδιών με Ιδιοψυχαναγκαστική Διαταραχή.</p> <p><u>Ομιλήτρια:</u> Τερτίπη Αγγελική, ΙΕΘΣ <u>Πρόεδρος:</u> Αγγελή Κατερίνα, ΕΕΘΣ</p> | <p>Εργαστήριο 10 Εφαρμόζοντας την Παιγνιοθεραπεία στο παιδί με προβλήματα διαχείρισης θυμού.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Βογοπούλου Μαριμπέλλα, Μητροπολιτικό Κολλέγιο</p> | <p>Εργαστήριο 11 Όχι άλλα μυστικά! Ένα πρόγραμμα πρόληψης παιδικής σεξουαλικής κακοποίησης στην ειδική εκπαίδευση.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Γιαννάκη Αναστασία & Νικολαδάκη Μαρία, Ειδικό Δημοτικό Σχολείο</p> | <p>Εργαστήριο 12 Η Εκπαίδευση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης στη Σχολική Κοινότητα.</p> <p><u>Οργανώτριες:</u> Παπαγεωργίου Μαρία & Μπουγονικολού Ελευθερία, Therapy Plan</p> |
| 9.30-11.00 | <p>Συμπόσιο 7 (Προσκεκλημένο) Γνωσιακές – συμπεριφορικές παρεμβάσεις εστιασμένες σε παιδιά και εφήβους στο χώρο της Ψυχολογίας της Υγείας.</p> <p><u>Πρόεδρος και Συζητητής:</u> Καραδήμας Ευάγγελος, Πανεπιστήμιο Κρήτης</p> | <p>Συμπόσιο 8 (Προσκεκλημένο) Σύγχρονες τάσεις και εξελίξεις στη Θεραπεία Σχημάτων σε παιδιά και εφήβους.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Κακλαμάνη Γεωργία, ΕΕΘΣ <u>Συζητήτρια:</u> Λάτση Ιωάννα, ΕΕΘΣ</p> | | | |
| 11.00-11.45 | <p align="center">Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> <p align="center"><u>Προσκεκλημένη Ομιλία:</u></p> <p align="center">Πώς συνδέομαι μαζί σου: Καλλιεργώντας τη συναισθηματική σύνδεση μεταξύ γονέων και παιδιών. Λάιους Ρόζα, ΕΚΠΑ, ΕΕΘΣ <u>Πρόεδρος:</u> Γαλανάκη Ευαγγελία, ΕΚΠΑ</p> | | | | |
| 11.45-12.15 | <p align="center">Διάλειμμα Καφέ <i>Φουαγιέ Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</i></p> | | | | |
| 12.15-13.00 | <p align="center">Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> <p align="center"><u>Προσκεκλημένη Ομιλία:</u></p> <p align="center">Transdiagnostic treatment for overcontrol and loneliness - Radically Open DBT. Mima Simic, MCCAED <u>Πρόεδρος:</u> Γιαννοπούλου Ιωάννα, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ</p> | | | | |

| | Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II | Αμφιθέατρο II | Αίθουσα A1 | Αίθουσα A5 | Αίθουσα B1 |
|--------------------|--|---|---|--|---|
| 13.00-14.30 | <p>Συμπόσιο 9 (Προσκεκλημένο) Συναντήσεις, Παρεμβάσεις, Αντιστίξεις για την Γνωσιακή Θεραπεία Παιδιών και Εφήβων.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Μπίμπου Ιωάννα, ΕΕΕΣ Μακεδονίας <u>Συζητήτρια:</u> Καλαντζή - Αζίζι Αναστασία, ΙΕΘΣ</p> | <p>Συμπόσιο 10 Ψυχοθεραπεία Γνωσιακής Συμπεριφορικής Θεραπείας σε μια Παιδοψυχιατρική Κλινική· Παραδείγματα από την περίπτωση του Ειδικού Ιατρού ΓΣΘ της Πανεπιστημιακής Παιδοψυχιατρικής Κλινικής ΓΝ Παίδων.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Σύρος Ιωάννης, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία" <u>Συζητήτρια:</u> Παπανικολάου Κατερίνα, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία"</p> | <p>Εργαστήριο 13 (Προσκεκλημένο) When Too Much Control Becomes the Issue: An Experiential Workshop on Radically Open Dialectical Behaviour Therapy for Adolescents (RO DBT- A) with Restrictive Eating Disorders.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Mima Simic, MCCAED</p> | <p>Εργαστήριο 14 «Έλεγχος βαλίτσας: Φουφούληδες για την αναπνοή, Μπούμ για τη σκέψη, Μηχανή του χρόνου για την αμφισβήτηση και... το ταξίδι στη ΓΣΘ ξεκινά». Χρησιμοποιώντας το παιχνίδι και τις δημιουργικές παρεμβάσεις στη θεραπεία με τα παιδιά και τους εφήβους.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Τσαβέλη Ευτυχία, ΕΓΣΣ, Μετ. Σεμ. ΓΣΘ Παν/μιο Κρήτης</p> | <p>Εργαστήριο 15 Γνωσιακή Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία - Αθλητική Ψυχολογία και αγχώδεις διαταραχές σε έφηβους και νέους αθλητές. Παρεμβάσεις- τεχνικές και τεκμηριωμένες έρευνες CBT σε αθλητικά περιβάλλοντα.</p> <p><u>Οργανωτές:</u> Βερτουδάκης Βασίλειος, Διεπιστημονικό Θεραπευτικό Κέντρο Βέροιας & Μανωλόπουλος- Δεκάριστος Ευάγγελος, ΕΚΠΑ</p> |
| 14.30-15.00 | <p>Ομιλία 6 Νοηματοδότηση και διαχείριση της ζωής στο μεταίχμιο: Μια πανελλαδική μελέτη για την ψυχική υγεία των ασυνόδευτων ανηλίκων.</p> <p><u>Ομιλήτρια:</u> Παπαδάτου Δανάη, ΕΚΠΑ <u>Πρόεδρος:</u> Καλαντζή-Αζίζι Αναστασία, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ</p> | | | | |
| 15.00-16.00 | Μεσημβρινό Διάλειμμα | | | | |
| 15.15-15.45 | <p>Αίθουσα B1</p> <p>Μία μικρή γεύση από Mindfulness... Παλαιολόγου Ροζίνα, ΙΕΘΣ</p> | | | | |

| | | | | | |
|-------------|---|--|---|--|--|
| 16.00-17.30 | <p>Συμπόσιο 11 (Προσκεκλημένο) Ένα παιδικό βιβλίο μας ενώνει "Το μικρό εγώ είμαι εγώ".</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Καλαντζή-Αζίζι Αναστασία, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Γιωτσίδα Βασιλική, Πάντειο Πανεπιστήμιο</p> | <p>Συμπόσιο 12 (Προσκεκλημένο) Ενδυναμώνοντας τα παιδιά στο φάσμα του αυτισμού.</p> <p><u>Πρόεδρος:</u> Παπανικολάου Κατερίνα, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία"</p> <p><u>Συζητήτρια:</u> Αγγελή Κατερίνα, ΕΕΘΣ</p> | <p>Εργαστήριο 16 Ζητήματα Διαφορικής Διάγνωσης και Συννοσηρότητας στις Διαταραχές που επικρατεί το Άγχος.</p> <p><u>Οργανωτές:</u> Σύρος Ιωάννης, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία" & Αναστασίου- Χατζηχαράλαμους Ξένια, Πανεπιστήμιο Λευκωσίας</p> | <p>Εργαστήριο 17 (Προσκεκλημένο) Παιδί μου, πως να σε μεγαλώσω καλά;" Ένα ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα για παιδιά και γονείς βασισμένο στη θεραπεία σχημάτων.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Λάιους Ρόζα, ΕΚΠΑ, ΕΕΘΣ</p> | <p>Εργαστήριο 18 Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία για ψυχογενή ανορεξία: θεωρητικό πλαίσιο και τεχνικές.</p> <p><u>Οργανώτρια:</u> Μαδούρου Κατερίνα, ΙΕΘΣ</p> |
| 17.30-18.00 | <p>Ask the expert Τι πρέπει να κάνω για να γίνω ΓΣ θεραπευτής παιδιών και εφήβων ;</p> <p>Τμήμα Θεραπείας Παιδιών και Εφήβων ΙΕΘΣ</p> | | | | |
| 18.00-18.45 | <p align="center">Αμφ. Σ. Καράγιωργα II</p> <p align="center"><u>Προσκεκλημένη Ομιλία:</u> Εθισμός παιδιών και εφήβων στο Διαδίκτυο και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια: Κλινική προσέγγιση και ο ρόλος της Γνωσιακής Συμπεριφορικής Θεραπείας ως θεραπεία εκλογής.</p> <p align="center">Σιώμος Κωνσταντίνος, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας <u>Πρόεδρος:</u> Κακαβού Βασιλική, ΕΓΣΣ</p> | | | | |
| 18.45-19.15 | <p align="center">Αμφ. Σ. Καράγιωργα II Λήξη Συνεδρίου Σχόλια, Συμπεράσματα, Παρατηρήσεις</p> | | | | |
| | | | | | |

ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.00 - 10.30 ΟΜΙΛΙΑ 1

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Οι επιπτώσεις της Πανδημίας Covid-19 στην Ψυχική Υγεία των Παιδιών και Εφήβων: Έρευνα και καλές Πρακτικές

Πρόεδρος: **Γεωργουτσάκου Σοφία**, ΙΕΘΣ

Ομιλήτρια: **Μανιαδάκη Κατερίνα**, ΑΡΣΗ

Η κρίση που προκλήθηκε λόγω της πανδημίας COVID-19 σε παγκόσμιο επίπεδο έφερε τις κοινωνίες αντιμέτωπες με πρωτόγνωρες καταστάσεις και επηρέασε όλες τις πτυχές της καθημερινής ζωής, με μεγαλύτερες επιπτώσεις για τα παιδιά και τους/τις εφήβους, που αποτελούν μια ευαίσθητη ομάδα, ιδιαίτερα ευάλωτη σε κάθε αιφνίδια αλλαγή. Η κρίση της πανδημίας εισήλθε στην οικογένεια, στο σχολείο, στις εξωσχολικές δραστηριότητες και επηρέασε σε μεγάλο βαθμό την κοινωνικοποίησή τους με πιθανές μακροχρόνιες επιπτώσεις στη σωματική και ψυχοκοινωνική τους υγεία. Κατά την περίοδο της κρίσης, αναπτύχθηκαν ερευνητικές πρωτοβουλίες με στόχο τη διερεύνηση των επιπτώσεων της πανδημίας COVID-19 σε παιδιά και έφηβους και εφαρμόστηκαν προγράμματα και παρεμβάσεις οι οποίες θα μπορούσαν να αποτελέσουν «καλά» παραδείγματα οργάνωσης των Υπηρεσιών και της Κοινότητας. Στη παρούσα εισήγηση θα παρουσιαστούν δράσεις από το ερευνητικό εργαστήριο ΕΣΥΨΥΚΟΠ του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, της Εταιρείας για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων, και του Τμήματος Θεραπείας Παιδιών και Εφήβων του Ινστιτούτου Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς με στόχο την ανάδειξη της έρευνας και των εφαρμογών στο πεδίο. Εκτός από τις γενικότερες επιπτώσεις της πανδημίας στον τυπικά αναπτυσσόμενο πληθυσμό, ιδιαίτερη μνεία γίνεται στις περιπτώσεις παιδιών με νευροαναπτυξιακές διαταραχές καθώς και παιδιών προσφύγων και μεταναστών στην Ελλάδα και στην Κύπρο. Θα παρουσιαστούν επίσης ερευνητικά αποτελέσματα, καλές πρακτικές αλλά και χρήσιμο υλικό για τη αντιμετώπιση των συνεπειών της πανδημίας στα παιδιά και τους εφήβους. Τέλος, παρουσιάζεται ένα σύντομο βίντεο με την αποτύπωση του τρόπου που βιώνουν τα παιδιά την πανδημία COVID-19 μέσα από τις ζωγραφιές τους και συζητούνται ιδέες αξιοποίησης των παραπάνω ευρημάτων κατά τον σχεδιασμό μελλοντικών δράσεων και παρεμβάσεων υποστήριξης των παιδιών και των εφήβων.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.00 - 10.30 ΟΜΙΛΙΑ 2

Αμφιθέατρο II

Εφαρμογή ΓΣΘ στην κλινική πράξη- Μελέτες περίπτωσης

Ομιλήτριες: **Κοκκίνου Χρυσούλα**, Ιδιώτης & **Γαζή Δέσποινα**, Πάντειο Πανεπιστήμιο, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς Πρόεδρος: **Αργαλιά Ευτυχία**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Μελέτη περίπτωσης έφηβης με Κοινωνική Αγχώδη Διαταραχή (Κοινωνική Φοβία)

Κοκκίνου Χρυσούλα, Ιδιώτης

Ο σκοπός της προκειμένης μελέτης περίπτωσης είναι η παρουσίαση της θεραπευτικής πορείας της Ε. (17 ετών), που προσήλθε για ψυχοθεραπευτική παρέμβαση, λόγω προεξαρχόντων συμπτωμάτων κοινωνικής αγχώδους διαταραχής, με συνοδά δευτερογενή συμπτώματα διαταραχής της διάθεσης, παρουσία

διατροφικών δυσκολιών, με ταυτόχρονη εμφάνιση σωματικών οχλήσεων - πόνου στην κοιλιακή χώρα, μη οφειλόμενων σε μια γενική αιτιολογική νόσο και συνύπαρξη σχολικής άρνησης. Η θεραπευτική παρέμβαση που επιλέχθηκε για την παρούσα περίπτωση ήταν η διεξαγωγή 30 συνεδριών με βάση τη Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία και με στοιχεία παρεμβάσεων ενσυνειδητότητας (mindfulness based approaches), ως στοιχείων επίγνωσης (awareness) και διαδικασιών επανόρθωσης των λανθασμένων διεργασιών μνήμης, καθώς και τεχνικών αφηγηματικών παρεμβάσεων με ερικσονιακή χρήση της γλώσσας (narrative based approaches and ericksonian based techniques - telling a story), ως οδών προς την επαναδιατύπωση της προσωπικής ιστορίας του ατόμου (rewriting your story), η οποία βασίστηκε στην προαγωγή της γνώσης των λειτουργιών του συμπτώματος (psychoeducation) και περιλαμβάνει μια σειρά ψυχολογικών διεργασιών όπως η ερμηνεία αντίδρασης σε ένα απειλητικό γεγονός (η θεωρία της συγκινησιακής πειρατείας της αμυγδαλής, ύπαρξη αισθητηριακών και συναισθηματικών αντιδράσεων σε προλεκτικό επίπεδο μάθησης - Le Doux), οι αυτόματες αρνητικές σκέψεις, οι ενδιάμεσες και οι πυρηνικές πεποιθήσεις, οι αυθόρμητες νοερές εικόνες, οι συμπεριφορές ασφαλείας και αποφυγές, η λανθασμένη και εσφαλμένη εστιασμένη προσοχή - βασισμένη στη διέγερση και υπερλειτουργία του συμπαθητικού συστήματος - και ο αρνητικός εσωτερικός διάλογος, ως απότοκο των παραπάνω διεργασιών (negative self-talk / negative hypnosis). Κατ' ακολουθίαν, εφαρμόστηκαν τεχνικές απεικόνισης στη φαντασία, με σκηνικά που προάγουν και ευεργετούν την ενσυνειδητότητα, όπως το βουνό, η λίμνη, το ρυάκι, τα σύννεφα, το δέντρο, τεχνικές ενδυνάμωσης του εγώ για την προαγωγή του εσωτερικού σημείου ελέγχου και εστίασης του ατόμου. Οι προαναφερθείσες τεχνικές ενσωματώθηκαν στις συνεδρίες μέσω ειδικά διαμορφωμένων σεναρίων (mindfulness-based therapeutic scripts) που ακολουθούσαν μια συγκεκριμένη δομή (το μοντέλο των 12 σταδίων) και περιλάμβαναν εργασία με τη χαλάρωση μέσω της διαφραγματικής αναπνοής, τη νευρομυϊκή και προοδευτική χαλάρωση, την εμβάθυνση μέσω συγκεκριμένων εικόνων (safe-place), εργασία με τις σκέψεις (η τεχνική του βιβλίου), εργασία με τις σκέψεις μέσω ενσυνειδητότητας, καθώς και τεχνικές έκθεσης στη φαντασία και στην πραγματική ζωή (in vitro and in vivo exposure techniques).

Μελέτη Περίπτωσης: περιγραφή ατομικού προγράμματος σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης εφήβου με Διάχυτη Αναπτυξιακή Διαταραχή

Γαζή Δέσποινα, Πάντειο Πανεπιστήμιο, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η μελέτη περίπτωσης αναφέρεται σε έφηβο ηλικίας 13 ετών, ο οποίος έχει διαγνωστεί με αυτισμό το 2006. Κατόπιν αιτήματος των γονέων του ο Χ. κρίθηκε απαραίτητο να ενταχθεί σε πρόγραμμα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης όταν ξεκίνησε το γυμνάσιο με στόχο να διαχειριστεί τις επικείμενες αλλαγές της εφηβείας αλλά και να μπορέσει να προστατεύσει το σώμα του σε περίπτωση κάποιου συμβάντος, τόσο στον χώρο του σχολείου όσο και έξω από αυτόν.

Το πρόγραμμα διήρκεσε 6 χρόνια και ολοκληρώθηκε όταν ο Χ. αποφοίτησε από το λύκειο, (Σεπτέμβριο 2016 έως Ιούλιο 2022). Πραγματοποιούνταν μία εβδομαδιαία ατομική συνεδρία διάρκειας 45 λεπτών. Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε με την συνεργασία των γονέων στο σπίτι, της θεραπεύτριας και της ιδιωτικής παράλληλης στήριξης. Το πρόγραμμα χωρίστηκε σε κατηγορίες με αντίστοιχες ομάδες στόχων και χρησιμοποιήθηκαν οπτικά βοηθήματα. Οι στόχοι που τέθηκαν ήταν:

- η αναγνώριση, ονομασία και διάκριση των μερών του σώματος (ιδιωτικά και δημόσια μέρη του σώματος),
- η κατασκευή και τοποθέτηση οικείων προσώπων σε κοινωνικούς κύκλους (εγώ, οικογένεια, συγγενείς, δασκάλες στο κέντρο/ σπίτι, φίλοι/ συμμαθητές, γνωστοί, βοηθοί, ξένοι/ άγνωστοι) με στόχο να τα κατηγοριοποιεί αντίστοιχα,
- η διάκριση της έννοιας “γυμνός” και του τι επιτρέπεται,
- η ομαδοποίηση και κατηγοριοποίηση σωματικών συμπεριφορών, που επιτρέπονται να τις κάνει και να τις δέχεται ανάλογα τον κοινωνικό κύκλο που βρίσκονται τα άτομα,

- οι αλλαγές στην εφηβεία, προσωπικός χώρος, ατομική υγιεινή, διάκριση δημόσια/ ιδιωτικά πλαίσια.

Το πρόγραμμα ολοκληρώθηκε με επιτυχία, καθώς ο Χ. κατέκτησε όλους τους στόχους και μπορούσε να τους εφαρμόσει και γενικεύσει τόσο στον χώρο του σπιτιού όσο και του σχολείου αυτόνομα χωρίς την βοήθεια κάποιου προσώπου είτε οπτικού βοηθήματος.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.00 – 12.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 1

Αίθουσα Α1

Διαταραχές ΤΙΚ: Διάγνωση και Θεραπεία

Οργανώτρια: **Μακρή Αθανασία**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Οι διαταραχές τικ και ειδικότερα το σύνδρομο Gilles de la Tourette αποτελούν νευροαναπτυξιακές διαταραχές με παρουσία πολλαπλών κινητικών ή/και φωνητικών τικ. Τα περισσότερα παιδιά και έφηβοι με σύνδρομο Tourette είναι πολύ πιθανόν να εμφανίσουν συννοσηρές διαταραχές που δυσκολεύουν εξίσου ή και περισσότερο τη λειτουργικότητά τους.

Στόχος του εργαστηρίου είναι οι συμμετέχοντες να αποκτήσουν μια σφαιρική εικόνα σε σχέση με τη διάγνωση και τις παρεμβάσεις στις διαταραχές των τικ και ειδικότερα στο σύνδρομο Gilles de la Tourette. Ιδιαίτερη βάση θα δοθεί στις δύο συμπεριφοριστικές τεχνικές, που σύμφωνα με τις διεθνείς οδηγίες αποτελούν τις τεχνικές με την μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα στην παρέμβαση και συγκεκριμένα στην τεχνική της έκθεσης με παρεμπόδιση αντίδρασης και την αντιστροφή συνήθειας. Επιπλέον, θα γίνει μια παρουσίαση των τεχνικών που χρησιμοποιούνται στις διαταραχές με τη μεγαλύτερη συννοσηρότητα με τις διαταραχές τικ, όπως για παράδειγμα η Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή και η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής /Υπερκινητικότητα.

Αρχικά θα υπάρξει θεωρητικό μέρος με προβολή βίντεο και στη συνέχεια παρουσίαση των δύο βασικών συμπεριφοριστικών τεχνικών καθώς και άλλων τεχνικών που είναι αρκετά χρήσιμες κατά την παρέμβαση στις εν λόγω διαταραχές.

Οι συμμετέχοντες, μετά το πέρας του εργαστηρίου να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν τις διαταραχές τικ και να μπορέσουν να δομήσουν το κατάλληλο πρόγραμμα παρέμβασης, όποτε αυτό κριθεί απαραίτητο

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.00 – 12.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 2

Αίθουσα Α5

Προσβάσιμο εκπαιδευτικό υλικό για άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες

Οργανώτριες: **Γαλανοπούλου Μαρία**, Τηλεσκόπιο Ινστιτούτου Ανάπτυξης & Ευζωίας, **Δεφίγγου Γεωργία**, Μιλιά

Σύμφωνα με τη σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία, το σχολείο οφείλει να δίνει τη δυνατότητα καθολικής πρόσβασης καθώς και τα εργαλεία, με σκοπό την κάλυψη των εκπαιδευτικών αναγκών των μαθητών με αναπηρία. Στο πλαίσιο του προγράμματος «Σχεδιασμός και ανάπτυξη προσβάσιμου εκπαιδευτικού και εποπτικού υλικού για μαθητές με αναπηρίες» του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής (ΙΕΠ), υλοποιήθηκε η προσαρμογή των βιβλίων της Γλώσσας, της Ιστορίας, των Θρησκευτικών, της Μελέτης Περιβάλλοντος και των Μαθηματικών αποσκοπώντας στη μαθησιακή και εκπαιδευτική συμπερίληψη των μαθητών με νοητική αναπηρία. Η προσαρμογή των σχολικών εγχειριδίων

έγινε βάσει των αρχών «Κείμενο για όλους-Easy to Read». Το παρόν εργαστήριο διδάσκει τη μεθοδολογία διαφοροποίησης κειμένων με τη χρήση της συγκεκριμένης μεθόδου σε ένα εύρος κειμένων τόσο των σχολικών βιβλίων κι άλλων τάξεων του δημοτικού, όσο και σε διαφορετικά είδη κειμένων. Μετά το τέλος του εργαστηρίου οι συμμετέχοντες θα έχουν εξοικειωθεί με τη διαφοροποίηση του εκπαιδευτικού υλικού, καθώς και με τη χρήση του λογισμικού των διαφοροποιημένων εγχειριδίων που στοχεύει στην αυτονομία του μαθητή με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες μέσω της πολυαισθητηριακής προσέγγισης και της ενίσχυσης των θετικών αποκρίσεων.

Λέξεις Κλειδιά: Βιβλία Γ Δημοτικού, Κείμενο για όλους, Νοητική Αναπηρία

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.30 – 12.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 1 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Η συμβολή της Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Παρέμβασης στη Σχολική Ψυχολογία.

Πρόεδρος: **Κακλαμάνη Γεωργία**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Συζητήτρια: **Πολυχρόνη Φωτεινή**, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Η Σχολική Ψυχολογία, ως κλάδος της ψυχολογίας, μέσα από τις εφαρμογές της, σκοπό έχει την προαγωγή της ψυχικής υγείας των μαθητών όλων των σχολικών βαθμίδων. Ο Σχολικός Ψυχολόγος αξιολογεί τις ανάγκες των μαθητών σε γνωστικό, συναισθηματικό, κοινωνικό και συμπεριφορικό επίπεδο. Μέσω ποικίλων και πολυεπίπεδων παρεμβάσεων υποστηρίζει μαθητές, εκπαιδευτικούς, γονείς, αλλά και όλο το σχολικό σύστημα για την κάλυψη των αναγκών αυτών, προβαίνοντας στο σχεδιασμό και την εφαρμογή πλάνων αντιμετώπισης ή και προληπτικών δράσεων. Η χρήση τεκμηριωμένων και βραχυπρόθεσμων παρεμβάσεων είναι απαραίτητη στο έργο του. Τα παραπάνω αποτελούν σημαντικό σημείο συνάντησης με τις αρχές και τις μεθόδους του Γνωσιακού Συμπεριφοριστικού Μοντέλου (ΓΣΜ), που προσφέρει στο Σχολικό Ψυχολόγο τόσο το θεωρητικό πλαίσιο, όσο και τις πρακτικές μεθόδους για την υλοποίηση των δράσεών του.

Στο συμπόσιο αυτό θα συζητηθεί η χρησιμότητα της αξιοποίησης των εργαλείων που διαθέτει το ΓΣΜ μέσα από εφαρμογές σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο σε σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, αλλά και σε σχολείο ειδικής αγωγής. Άλλο ένα πεδίο αξιοποίησης του ΓΣΜ που αφορά στην διαμόρφωση προληπτικών και ψυχοεκπαιδευτικών προγραμμάτων για μαθητές, θα παρουσιαστεί μέσα από το παράδειγμα ενός ευρωπαϊκού προγράμματος για την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση.

Ομιλία 1 - Εφαρμογές της Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Προσέγγισης σε εφήβους μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς, σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο στο χώρο του σχολείου.

Πολίνα Μαστραχά, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Ο χώρος του σχολείου είναι ένα πλαίσιο με πολλές και διαφορετικές ανάγκες, γεγονός που καθιστά τη παρουσία σχολικού ψυχολόγου απαραίτητη και το ρόλο αυτού πολυδιάστατο. Το θεωρητικό υπόβαθρο, αλλά και οι τεχνικές του Γνωσιακού Συμπεριφοριστικού Μοντέλου (ΓΣΜ) έχουν ευρεία εφαρμογή, καθώς και επιστημονικά τεκμηριωμένη αποτελεσματικότητα στον παιδικό και εφηβικό πληθυσμό και αποτελούν χρήσιμα εργαλεία στα χέρια των ειδικών που εργάζονται στα σχολεία όλων των βαθμίδων. Στόχος της παρούσας ομιλίας είναι να παρουσιαστούν οι ποικίλες εφαρμογές του ΓΣΜ, τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο, σε εφήβους μαθητές και στους ενήλικες που τους πλαισιώνουν (εκπαιδευτικούς και γονείς), όπως έλαβαν χώρα σε ιδιωτικό σχολείο δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Παραδείγματα τέτοιων

δράσεων είναι ένα ομαδικό πρόγραμμα διαχείρισης του άγχους των εξετάσεων για τους μαθητές της Γ' Λυκείου, βιωματικά σεμινάρια στους γονείς για την αντιμετώπιση αγχωδών εκδηλώσεων των παιδιών τους, καθώς και συμβουλευτική στους εκπαιδευτικούς για τη τροποποίηση μη επιθυμητών συμπεριφορών των μαθητών. Στο σύνολο τους οι παρεμβάσεις που βασίζονται στο ΓΣΜ φαίνεται να έχουν θετικά αποτελέσματα στην εξέλιξη των έφηβων μαθητών και στην ενδυνάμωση και ενίσχυση του ρόλου των γονέων και των εκπαιδευτικών.

Ομιλία 2 - Εφαρμογή θετικής συμπεριφοριστικής παρέμβασης για τη διαχείριση της σχολικής τάξης: Μελέτη περίπτωσης συνεργασίας σχολικού ψυχολόγου και εκπαιδευτικού πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης

Αγγελική Τσεβά, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η διαχείριση σχολικής τάξης αναφέρεται σε μια πολυεπίπεδη διαδικασία, κατά την οποία ο εκπαιδευτικός κατέχει δεξιότητες και εφαρμόζει τεχνικές, προκειμένου η τάξη να λειτουργεί σε ένα θετικό κλίμα, οι μαθητές να εμπλέκονται στην εκπαιδευτική διαδικασία, να αναπτύσσουν κοινωνικές δεξιότητες, αλλά και να προλαμβάνονται και να αντιμετωπίζονται προβλήματα συμπεριφοράς. Οι εκπαιδευτικοί κάθε βαθμίδας έρχονται αντιμέτωποι με δυσκολίες συμπεριφοράς που παρεμποδίζουν την διδακτική διαδικασία και, ως εκ τούτου, στη Σχολική Ψυχολογία εκδηλώνεται όλο και μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τη διαχείριση της σχολικής τάξης. Το θεωρητικό υπόβαθρο, αλλά και οι τεχνικές του Γνωσιακού Συμπεριφοριστικού Μοντέλου χρησιμοποιούνται ευρέως και αποτελούν βασικά εργαλεία για την αποτελεσματική διαχείρισή της. Στην παρούσα ομιλία παρουσιάζεται το θεωρητικό πλαίσιο και η εφαρμογή θετικής συμπεριφοριστικής παρέμβασης σε σχολική τάξη δημόσιου σχολείου πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Η παρέμβαση σχεδιάστηκε και υλοποιήθηκε μέσα από τη συνεργασία σχολικού ψυχολόγου και εκπαιδευτικού. Η εκπαιδευτικός της τάξης έλαβε ατομική συμβουλευτική για την εφαρμογή συμπεριφοριστικών τεχνικών στην τάξη. Παρουσιάζεται αναλυτικά το πλάνο της διαχείρισης των μη επιθυμητών συμπεριφορών μαθητών της τάξης και της αύξησης, της ενίσχυσης και της γενίκευσης των επιθυμητών.

Ομιλία 3 - Περιγραφή γνωσιακού-συμπεριφοριστικού τύπου παρέμβασης σε αγόρι σχολικής ηλικίας με αυτισμό μέτριας λειτουργικότητας για την αντιμετώπιση δυσκολιών συμμετοχής στο μάθημα της Μουσικής και στις σχολικές εορτές.

Ελένη Σοφιανίδου, 1ο Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Δραπετσώνας

Οι Γνωσιακές-Συμπεριφοριστικές Προσεγγίσεις είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές για την αντιμετώπιση ποικίλων δυσκολιών προσαρμογής και βελτίωσης της λειτουργικότητας παιδιών και εφήβων με αναπηρίες/ειδικές ανάγκες. Στην ομιλία αυτή γίνεται περιγραφή ατομικής περίπτωσης αγοριού με αυτισμό μέτριας λειτουργικότητας, που φοιτά σε Ειδικό Σχολείο και το οποίο παρουσιάζει δυσκολίες προσαρμογής στο Μάθημα της Μουσικής και δυσκολίες συμμετοχής σε Σχολικές Εορτές και Ομαδικές Εκδηλώσεις. Παρουσιάζεται το θεραπευτικό πλάνο, που ακολουθήθηκε και ο συνδυασμός τεχνικών για την αντιμετώπιση των δυσκολιών προσαρμογής του συγκεκριμένου μαθητή.

Ομιλία 4 - Green Game: Συνδυάζοντας το γνωσιακό – συμπεριφοριστικό μοντέλο, την ενσυνειδητότητα (mindfulness) και τις νέες τεχνολογίες για την επίτευξη συμπεριφορών φιλικών προς το περιβάλλον.

Φωτεινή Λέκκα, Θεοδώρα Αναστασίου, Α Παναγιωτοπούλου, Γεώργιος Ευσταθίου, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Το πρόγραμμα Green Game αποτελεί μια πολυεπίπεδη παρέμβαση για την καλλιέργεια και την ενίσχυση συμπεριφορών φιλικών προς το περιβάλλον σε μαθητές 10 – 14 ετών. Συνδυάζει τις αρχές και τεχνικές του γνωσιακού – συμπεριφοριστικού μοντέλου, την ενσυνειδητότητα (mindfulness) και τις νέες τεχνολογίες (video, εκπαιδευτικό ηλεκτρονικό παιχνίδι). Στόχος του είναι η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και η δέσμευση στην εκπλήρωση συμπεριφορικών στόχων σε 7 τομείς, οι οποίοι επηρεάζουν τις περιβαλλοντικές συνθήκες (ανακύκλωση, εξοικονόμηση στην κατανάλωση νερού και ενέργειας, επαναχρησιμοποίηση υλικών, κατάλληλη διαχείριση μη ανακυκλώσιμων υλικών, χρήση δημόσιων συγκοινωνιών και ποδηλάτου, κατανάλωση πράσινων προϊόντων). Η παρέμβαση θα πραγματοποιηθεί στο περιβάλλον του σχολείου με το συντονισμό των καθηγητών, οι οποίοι θα εκπαιδευτούν στη χρήση του ψυχοεκπαιδευτικού υλικού και τη διαδικασία υλοποίησης. Όλο το υλικό θα διατίθεται ηλεκτρονικά ώστε να μπορεί να αξιοποιηθεί από τις σχολικές κοινότητες στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση στο πλαίσιο του Erasmus +.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 10.30 – 12.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 2 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο II

Η Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεραπεία σήμερα: ρίχνοντας φως στο τρίτο κύμα ΓΣΘ Θεραπειών σε παιδιά και εφήβους.

Πρόεδρος: **Σοφιανοπούλου Κατερίνα**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς
Συζητήτριες: **Γεωργουτσάκου Σοφία**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς
Βαρβέρη Χριστίνα, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία (ΓΣΘ) έχει περάσει από πολλαπλά κύματα εξέλιξης. Το τρίτο κύμα ΓΣΘ βρίσκεται τώρα σε εξέλιξη καθώς η θεωρία και η πρακτική εφαρμογή έχουν προχωρήσει πέρα από τη συμπεριφορική θεραπεία και την ενσωμάτωση ιδεών από τη γνωστική ψυχολογία, σε πιο σύγχρονες προσαρμογές. Το τρίτο κύμα ΓΣΘ περιλαμβάνει προσεγγίσεις που βασίζονται στην ενσυνειδητότητα, τη Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία και τη Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης. Το βασικό χαρακτηριστικό είναι ότι αυτές οι θεραπείες βασίζονται λιγότερο σε ένα κλασικό βιοϊατρικό μοντέλο και ασχολούνται περισσότερο με την αντιμετώπιση προβλημάτων με πιο βιωματικό τρόπο (McDonald 2016). Στην πρώτη εισήγηση γίνεται αναφορά στην εφαρμογή της Διαλεκτικής Συμπεριφορικής Θεραπείας σε εφήβους με διαταραχές πρόσληψης τροφής με έμφαση στην διαμόρφωση της διατύπωσης περίπτωσης και τη θεραπευτική παρέμβαση. Στη δεύτερη εισήγηση περιγράφεται η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης και τα επιμέρους συστατικά της ενώ στην τρίτη εισήγηση γίνεται αναφορά στην εφαρμογή τεχνικών ενσυνειδητότητας (mindfulness) σε παιδιά προσχολικής ηλικίας όπου αναλύονται οι επιμέρους τεχνικές (επίγνωση, επικέντρωση του Νου στο «Εδώ και στο Τώρα») και η θετική τους επίδραση στη συγκέντρωση, τη μείωση του στρες, την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και τη βελτίωση της διάθεσης. Στην τέταρτη εισήγηση περιγράφεται η θεραπεία EMDR η οποία αν και δεν ανήκει στο τρίτο κύμα της ΓΣΘ, παρόλαυτά εμφανίζει πολλά σημεία σύγκλισης και διεκδικεί δικαίως όλο και περισσότερο χώρο στον τομέα της θεραπείας τραύματος, αφού η αποτελεσματικότητά της υποστηρίζεται από όλο και περισσότερες μελέτες. Στην εισήγηση αυτή περιγράφεται το θεωρητικό υπόβαθρο, ο τρόπος εφαρμογής της στα παιδιά και τους

εφήβους και δίνεται ένα παράδειγμα εφαρμογής της σε παιδί με κρίσεις άγχους μετά από τραυματικό διαζύγιο των γονέων.

Ομιλία 1 - Διαλεκτική Συμπεριφοριστική Θεραπεία προσαρμοσμένη σε εφηβικό πληθυσμό πασχόντων με Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής. Παρουσίαση μελέτης περίπτωσης ασθενούς με Διαταραχή Ψυχογενούς Βουλιμίας.

Αντωνιάδου Μαρία Ευαγγελία, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία δημιουργήθηκε από την από την καθηγήτρια ψυχολογίας Marsha Linehan τη δεκαετία του 1990 (Linehan, 1993) με στόχο τη διαχείριση της συναισθηματική απορρύθμισης των ατόμων που πάσχουν από Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας. Η Διαλεκτική Συμπεριφοριστική Θεραπεία έχει προσαρμοστεί για εφήβους με διάφορα ψυχιατρικές διαταραχές (δηλαδή ΟΔΠ, διαταραχές διάθεσης, διαταραχές των παρορμήσεων διατροφικές διαταραχές, τριχοτιλλομανία) και προβληματικές συμπεριφορές (δηλαδή ιδεασμός και συμπεριφορά αυτοκτονίας, παραυτοκτονικές συμπεριφορές, αυτοτραυματισμούς) όπως και σε διάφορες καταστάσεις (δηλαδή, εξωτερικός ασθενής, πρόγραμμα ημέρας, εσωτερικός ασθενής, κατοικία, σωφρονιστικό ίδρυμα). Το σκεπτικό της χρήσης της ΔΣΘ σε αυτούς τους εφήβους βασίζεται στην κοινή υποβόσκουσα δυσλειτουργία στη ρύθμιση των συναισθημάτων αναμεταξύ στις προαναφερθείσες ψυχιατρικές διαταραχές και προβληματικές συμπεριφορές. Οι προσαρμογές της θεραπείας και το μήκος ποικίλλει ανάλογα με το πρόβλημα που παρουσιάζεται και την σύνθεση. Ωστόσο, οι περισσότερες προσαρμογές διαμορφώνονται σύμφωνα με το εγχειρίδιο DBT για εφήβους (Miller et al. 2007b) και εμπλέκουν την ένταξη μελών της οικογένειας στην εκπαίδευση δεξιοτήτων, προσθήκη συνεδριών οικογενειακής θεραπείας, ένταξη νέου εφήβου – οικογενειακά διαλεκτικά διλήμματα, μείωση της διάρκειας θεραπείας, προσθήκη προαιρετικής ομάδας που έχουν αποφοιτήσει από το πρόγραμμα, υλοποίηση μιας νέας ενότητας δεξιοτήτων, και τροποποιήσεις στα φυλλάδια και στην παράδοση του περιεχομένου των διαλέξεων στις ομάδες δεξιοτήτων.

Η θεραπεία προσπαθεί να πετύχει τη διαλεκτική ισορροπία στην αποδοχή της εξωτερικής και εσωτερικής πραγματικότητας του πάσχοντος και στην εκπαίδευση σε δεξιότητες που στοχεύουν στην αλλαγή δυσλειτουργικών συμπεριφορών. Η μελέτη αφορά την περίπτωση ασθενούς η οποία έχει λάβει την διάγνωση της Ψυχογενούς Βουλιμίας και έχει οριακά στοιχεία προσωπικότητας χωρίς να πληρεί τα απαραίτητα κριτήρια για να λάβει την πλήρη διάγνωση. Στο παρελθόν είχε λάβει γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία, η οποία δεν λειτούργησε. Η θεραπευτική παρέμβαση που ακολουθήθηκε είχε ως στόχο την εξάλειψη των υπερφαγικών επεισοδίων και των αντισταθμιστικών συμπεριφορών που χρησιμοποιούσε η ασθενής καθώς και την εκμάθηση και αντικατάσταση των δυσλειτουργικών συμπεριφορών από πιο αποτελεσματικές δεξιότητες διαχείρισης του συναισθήματος. Το μοντέλο θεραπείας που ακολουθήσε η ασθενής ήταν το ολοκληρωμένο πρόγραμμα ΔΣΘ το οποίο περιλάμβανε 1 εβδομαδιαία ατομική συνεδρία και μια 2ωρη συνέδρια με την ομάδα δεξιοτήτων την οποία παρακολουθούσε μαζί με έναν γονέα. Η ομάδα έχει χαρακτήρα ψυχοεκπαιδευτικό και όχι ψυχοθεραπευτικό. Η περιγραφή της περίπτωσης θα περιλαμβάνει στοιχεία από το ιστορικό, τη διατύπωση περίπτωσης όπως διατυπώνεται στην διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία, τη θεραπευτική παρέμβαση και τη διαμόρφωση των στόχων. Επιπλέον, θα δοθεί έμφαση στον τρόπο δόμησης της θεραπευτικής σχέσης, καθώς και στη διαχείριση προκλήσεων και δυσκολιών κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας. Η θεραπεία ολοκληρώθηκε σε συνεδρίες κατά το διάστημα 1 έτους με πλήρη εξάλειψη της συμπτωματολογίας της εφήβης.

Ομιλία 2 – Η Εφαρμογή της Θεραπείας Αποδοχής και Δέσμευσης (ΘΑΔ) στη Θεραπεία των Παιδιών και των Εφήβων.

Παναγιωτοπούλου Αγγελική, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης (ΘΑΔ) ανήκει στις θεραπείες τρίτου κύματος της Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Προσέγγισης. Η ΘΑΔ εισαγάγει τις έννοιες της ενσυνειδητότητας, της αποδοχής και των αξιών όπως και πολλών δεξιοτήτων με στόχο την απόκτηση ψυχολογικής ευελιξίας του θεραπευόμενου. Υπάρχουν πλούσια ερευνητικά δεδομένα για την αποτελεσματικότητά της στους ενήλικες και τα τελευταία χρόνια το ενδιαφέρον έχει στραφεί και στην μελέτη της εφαρμογής της στα παιδιά και τους εφήβους. Στην παρουσίαση περιγράφεται συνοπτικά το θεωρητικό πλαίσιο της ΘΑΔ και η προσαρμογή της στον πληθυσμό των παιδιών και των εφήβων. Περιγράφονται τα κοινά χαρακτηριστικά της αλλά και οι διαφοροποιήσεις της από την γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία με παραδείγματα παρεμβάσεων σε εφήβους.

Ομιλία 3 – Εφαρμογή τεχνικών Ενσυνειδητότητας (mindfulness) σε παιδιά προσχολικής ηλικίας

Παπαγεωργίου Αθηνά, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Τα τελευταία χρόνια τα μοντέλα του Τρίτου Κύματος Γνωσιακών Θεραπειών, έχουν συγκεντρώσει το ενδιαφέρον αναφορικά με την χρησιμότητα και τον τρόπο εφαρμογής στην θεραπευτική διαδικασία, σε πληθυσμό ενηλίκων, παιδιών και εφήβων. Η ενσυνειδητότητα, η οποία αποτελεί βασικό στοιχείο του Τρίτου Κύματος, όπως αναφέρει ο βασικός εκπρόσωπος του «mindfulness», Jon Kabat-Zinn, είναι η επίγνωση και η επικέντρωση του Νου στο «Εδώ και στο Τώρα». Αυτό προκύπτει από την επικέντρωση της προσοχής στην παρούσα κατάσταση, χωρίς επικριτική διάθεση. Ουσιαστικά είναι μια διαδικασία κατά την οποία το άτομο παρατηρεί και αντιλαμβάνεται τι συμβαίνει πραγματικά στον νου του, χωρίς να απομακρύνει ή να επικρίνει οποιαδήποτε σκέψη λαμβάνει χώρα εκείνη την στιγμή που παρατηρεί τον νου του. Η εφαρμογή των τεχνικών της ενσυνειδητότητας στα παιδιά και στους εφήβους, φαίνεται να έχει θετική επίδραση. Συγκεκριμένα, επιδρά στον ανθρώπινο εγκέφαλο, συμβάλλοντας στην μείωση του στρες, στην αντιμετώπιση αγχογόνων καταστάσεων, στην μείωση των δυσκολιών προσοχής και προσαρμογής, στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και αυτοπεποίθησης τους, στην βελτίωση της ψυχικής υγείας και ευεξίας τους. Ακόμη, ενισχύει το αίσθημα της γενναιοδωρίας, της συμπόνιας και της αποδοχής και συμβάλλει στην καλύτερη και μεγαλύτερη επίγνωση του εαυτού τους και των άλλων. Βελτιώνει την μνήμη, αυξάνει την αυτοπεποίθηση, την δημιουργικότητα, την ικανότητα συγκέντρωσης, συνεισφέροντας θετικά σε όλο το φάσμα της αναπτυξιακής εξέλιξης των παιδιών και στον τρόπο επικοινωνίας και συνδιαλλαγής. Ακόμη, φαίνεται πως με την κατάλληλη αξιολόγηση, θεραπευτική παρέμβαση και τροποποίηση, οι ασκήσεις ενσυνειδητότητας μπορούν να ωφελήσουν και τα παιδιά με νευροαναπτυξιακές διαταραχές (όπως ΔΕΠ-Υ, ΔΑΦ). Η εφαρμογή τεχνικών μπορεί να περιλαμβάνει συνδυασμό ασκήσεων μέσω αφηγήσεων, ζωγραφικής, σε συνδυασμό με χαλαρωτική μουσική και ψυχοεκπαίδευση στην ενσυνειδητότητα, μέσω προβολής οπτικοακουστικού υλικού.

Ομιλία 4 - Η θεραπεία EMDR (για παιδιά και εφήβους), Σημεία Σύγκλισης με την ΓΣΘ και Παρουσίαση Περίπτωσης

Κωνσταντουλάκη Μαντώ, EMDR HELLAS

Η Θεραπεία EMDR

Παρουσιάζεται συνοπτικά η θεραπεία EMDR και η εφαρμογή της σε παιδιά και εφήβους. Η θεραπεία EMDR συνδυάζει αρμονικά πολλά επιτυχή στοιχεία από διάφορες αποτελεσματικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις όπως: τη γνωσιακή-συμπεριφορική, τη ψυχοδυναμική, τη διαπροσωπική θεραπευτική προσέγγιση, τη βιωματική καθώς και τη σωματική ψυχοθεραπεία. Χρησιμοποιεί μία προσέγγιση οκτώ φάσεων για την αντιμετώπιση ενός ευρέως φάσματος παθολογίας. Ο όρος Eye Movement Desensitization and Reprocessing, αποδίδεται στα ελληνικά ως «απευαισθητοποίηση και επανεπεξεργασία μέσω

οφθαλμικών κινήσεων». Ένα βασικό στοιχείο της θεραπευτικής διαδικασίας είναι τα διεστιακά (αμφίπλευρα) αισθητηριακά ερεθίσματα (οπτικά, ακουστικά, απτικά). Κατά τη διάρκεια των φάσεων θεραπευτικής επεξεργασίας ενώ ο θεραπευόμενος εστιάζει την προσοχή του σε στρεσογόνες αναμνήσεις, ταυτόχρονα καλείται να παρακολουθήσει τα διεστιακά αυτά ερεθίσματα. Με αυτό τον τρόπο ενισχύονται οι συνειρμικές διαδικασίες, με αποτέλεσμα ο θεραπευόμενος να βιώνει αλλαγές σε επίπεδο γνωστικό, συναισθηματικό, νευροφυσιολογικό και στο επίπεδο των σωματικών αισθήσεων (EMDR Hellas, 2023).

Σημεία Σύγκλισης και Απόκλισης με την ΓΣΘ

Η θεραπεία EMDR, δημιουργήθηκε και παρουσιάστηκε αρχικά από την Francine Shapiro το 1989 ως μία θεραπεία Συμπεριφοράς επονομαζόμενη EMD (Smyth & Poole, 2002). Η ΓΘΣ σύμφωνα με τον Leeds (2009), δέχεται την κλασική εξαρτημένη μάθηση ως την βάση για την κατανόηση των μετα-τραυματικών συνδρόμων (και άλλων διαταραχών άγχους), αλλά στρέφεται προς μοντέλα επεξεργασίας πληροφοριών και την έννοια της συναισθηματικής επεξεργασίας για σχηματοποίηση εκ νέου της μάθησης που έχει λάβει μέρος ως αποτέλεσμα δυσμενών γεγονότων. Είναι τα λιγότερο γνωστά, γνωστικά συμπεριφοριστικά μοντέλα επεξεργασίας συναισθηματικών πληροφοριών (όπως Trauma-Focused CBT) που είναι κεντρικά για την κατανόηση των βασικών αρχών που διέπουν το βασικό μοντέλο της θεραπείας EMDR. Ένα θεμελιώδες αξίωμα στο οποίο βασίζεται η θεραπεία EMDR, είναι αυτό του μοντέλου της προσαρμοσμένης επεξεργασίας πληροφοριών (Adapted Information Processing). Σύμφωνα με αυτό, το νευροψυχοφυσιολογικό σύστημα είναι ικανό να επεξεργάζεται και να αφομοιώνει πληροφορίες για την αποκατάσταση της ψυχικής υγείας. Μια στρεσογόνα επίδραση, όπως μία τραυματική εμπειρία, διαταράσσει την ροή της επεξεργασίας πληροφοριών. Οι πληροφορίες που συνδέονται με το τραυματικό βίωμα (συναισθήματα, σκέψεις, συμπεριφορές, σωματικές αισθήσεις) δεν αφομοιώνονται, «παγώνουν», και πυροδοτούνται ανά πάσα στιγμή, με την αφορμή ενός ερεθίσματος, προκαλώντας μετατραυματικά συμπτώματα (Shapiro, 2001 στο Βεντουράτου, 2009). Γίνεται αναφορά πιο συγκεκριμένα σε κάποια από τα σημεία σύγκλισης και απόκλισης της θεραπείας EMDR με την ΓΘΣ.

Παρουσίαση Περίπτωσης

Η περίπτωση που παρουσιάζεται αφορά ένα τραυματικό συναισθηματικά διαζύγιο, με το παιδί να φοβάται τον πατέρα της και να βιώνει κρίσεις άγχους. Παρουσιάζεται συνοπτικά ένα κομμάτι επεξεργασίας με χρήση ζωγραφικής. Ως αποτέλεσμα της θεραπείας EMDR το παιδί σταμάτησε να έχει κρίσεις πανικού και ψυχοσωματικά συμπτώματα, σταμάτησε να φοβάται τον πατέρα της, και μπορεί να του μιλήσει για τις προτιμήσεις της και να βάλει όρια.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 12.30 – 14.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 3

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Η πρωτοβουλία για την ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων

Πρόεδρος & Συζητήτρια: **Κουμούλα Αναστασία**, Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Η έγκαιρη αναγνώριση και κατάλληλη παρέμβαση των δυσκολιών που παρουσιάζονται στην Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων, συχνά παρεμποδίζονται ή αποτυγχάνουν, λόγω του φόβου στιγματισμού, της απουσίας σωστής πληροφόρησης σχετικά με την αναζήτηση βοήθειας, ή / και της απουσίας κατάλληλου πλαισίου σε κάποιες περιοχές, με αποτέλεσμα τις δυσμενείς επιπτώσεις στην ανάπτυξη και την συνολική ευημερία τους. Οι δομές Ψυχικής Υγείας και Παιδικής Προστασίας συχνά υποχρηματοδοτούνται και υποστελεχώνονται, και οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας και πρόνοιας καλούνται να αντιμετωπίσουν τις απαιτήσεις του κλάδου τους, με πενιχρούς πόρους. Ελλείψεις υπάρχουν επίσης στην ιατρική έρευνα και στην δικτύωση των υπηρεσιών.

Αναγνωρίζοντας τις δυσκολίες αυτές, στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Πρωτοβουλίας για την Υγεία, το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος σε συνεργασία με το Child Mind Institute (CMI), εγκαινίασε μια πενταετή δράση, με στόχο την ενδυνάμωση των παρόχων Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων και την ενίσχυση των αντίστοιχων υποδομών πρόληψης, αξιολόγησης και θεραπείας στην Ελλάδα. Δημιουργήθηκε έτσι, ένα Εθνικό Δίκτυο Ψυχικής Υγείας για Παιδιά και Εφήβους, η Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων (CAMHI). Πέντε ελληνικές πόλεις (Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Αλεξανδρούπολη, Ιωάννινα, Ηράκλειο), ήδη φιλοξενούν τους τοπικούς Κόμβους (Hubs) της Πρωτοβουλίας (CAMHI), που στελεχώνονται από επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας του δημόσιου τομέα. Όραμα της Πρωτοβουλίας (CAMHI) είναι η επέκταση της πρόσβασης στην περίθαλψη Ψυχικής Υγείας και η προσφορά βασικών πόρων στους παρόχους Ψυχικής Υγείας και Παιδικής Προστασίας. Στόχοι της είναι η αύξηση του γραμματισμού και της ευαισθητοποίησης σχετικά με τα θέματα Ψυχικής Υγείας, η αύξηση της πρόσβασης σε ερευνητικά τεκμηριωμένη φροντίδα Ψυχικής Υγείας, η ανάπτυξη τεχνολογικών ικανοτήτων και η δημιουργία ενός Πανελλαδικού Δικτύου Παραπομπών για φροντίδα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων. Οι τομείς δράσης της περιλαμβάνουν την Έρευνα, την Δωρεάν Επιμόρφωση εκπαιδευτικών, φροντιστών και επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας και το Πρόγραμμα Νεανικής Συμμετοχής – Youth Engagement Scheme (YES)

Ομιλία 1 - Ερευνητικά πρωτόκολλα και αποτελέσματα

Καράγιωργα Βασιλική, Child Mind Institute

Η Πρωτοβουλία (CAMHI) ακολούθησε τρεις βασικές ερευνητικές προσεγγίσεις:

- Συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με μελέτες εκτίμησης επιπολασμού καταστάσεων Ψυχικής Υγείας, πειραματικές παρεμβάσεις σε Διαταραχές Ψυχικής Υγείας ή στην Προαγωγή Ψυχικής Υγείας και δεδομένα για εργαλεία αξιολόγησης, στην Ελλάδα
- Έρευνα (survey) σε αντιπροσωπευτικό δείγμα Παιδιών, Εφήβων, Φροντιστών, Εκπαιδευτικών και Επαγγελματιών Υγείας, η οποία αξιολόγησε την ποιότητα ζωής και την ευημερία, τα συμπτώματα κοινών Ψυχικών Διαταραχών, τις ανάγκες Ψυχικής Υγείας, τα επίπεδα στιγματισμού, τον γραμματισμό και τις ανάγκες εκπαίδευσης.
- Ομάδες εστίασης (focus-groups), με απεύθυνση στον γενικό πληθυσμό και την επαγγελματική κοινότητα η οποία εμπλέκεται στην ευημερία και την περίθαλψη Παιδιών και Εφήβων.

Ομιλία 2 – Βασική Επιμόρφωση – Ερευνητική Προσέγγιση

Καψιμάλλη Ευσταθία, Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Το Πρόγραμμα Επιμόρφωσης Εκπαιδευτικών βασίστηκε στα ερευνητικά δεδομένα που προέκυψαν από δύο πηγές:

- Ανάλυση Πεδίου, βασισμένη στην έρευνα (survey) σε 404 Ελλήνων Εκπαιδευτικών και σε ομάδες εστίασης (focus groups) Ελλήνων Εκπαιδευτικών, με στόχο την συζήτηση σχετικά με τις απόψεις για την ψυχική υγεία, το στίγμα, τις διακρίσεις και τις ανάγκες επιμόρφωσης.
- Αξιολόγηση Τοπικών Αναγκών, η οποία διενεργήθηκε με επισκέψεις σε σχολεία των περιοχών-κόμβων (HUBS) κατά τις οποίες παρουσιάστηκε το πρόγραμμα της βασικής επιμόρφωσης και ξεκίνησε μια άμεση συζήτηση με τους εκπαιδευτικούς σχετικά με τις ανάγκες τους. Οι εκπαιδευτικοί κλήθηκαν επίσης να απαντήσουν σε ερωτήσεις εκτίμησης των αναγκών τους, μέσω συνδέσμου (survey link) που τους δόθηκε

Ομιλία 3 – Βασική Επιμόρφωση – Εφαρμογή

Μπαλίκου Παναγιώτα, Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Το πρόγραμμα βασικής επιμόρφωσης αναπτύσσεται με την συνεργασία επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας του CMI και της Ελλάδας και βασίζεται στην προσωποκεντρική θεώρηση, αξιοποιεί τα ερευνητικά και επιστημονικά δεδομένα, είναι εξελίξιμο και μετρήσιμο, υποστηρίζεται από αξιολογικές μετρήσεις της επίπτωσης, καθώς και την παροχή διαδικασίας πιστοποίησης. Έχει σχεδιαστεί με επίκεντρο τον Γραμματισμό στην Ψυχική Υγεία και στην Παιδική Προστασία και περιλαμβάνει δύο σκέλη:

- Ασύγχρονο, το οποίο απαρτίζεται από δέκα διαδικτυακές ομιλίες διάρκειας μιας ώρας
- Σύγχρονο, το οποίο απαρτίζεται από έξι τρίωρες επιμορφωτικές συνεδρίες

Ομιλία 4 – Εκπαίδευση σε ψυχοθεραπευτικές τεχνικές

Κουμούλα Αναστασία, Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Στόχος του προγράμματος είναι η ανάπτυξη επιστημονικά τεκμηριωμένων και πολιτισμικά ευαίσθητων θεραπευτικών πρωτοκόλλων, για την εκπαίδευση Ψυχιάτρων Παιδιών και Εφήβων και Ψυχολόγων του δημοσίου τομέα στην Ελλάδα.

Αναπτύσσονται εγχειρίδια για ειδικές ψυχοθεραπευτικές τεχνικές, όπως Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT) για κατάθλιψη σε Εφήβους, Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT) για αγχώδεις διαταραχές σε Παιδιά και Εφήβους και Συμπεριφορικές Τεχνικές για γονείς (Behavior Management Training). Επιπλέον θα αναπτυχθούν εγχειρίδια για Ψυχοθεραπεία Βασισμένη στην Εν-νόηση (Mentalization Based Treatment) και Συστημική Ψυχοθεραπεία. Η εκπαίδευση θα γίνεται από εκπαιδευτές-επόπτες ψυχοθεραπευτές και θα παρέχεται εποπτεία κατά την εφαρμογή τους. Η πιλοτική εφαρμογή πρόκειται να ξεκινήσει σύντομα.

Ομιλία 5 – Πρόγραμμα νεανικής συμμετοχής – Youth engagement Scheme (YES)

Μόσχος Γιώργος, Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Το Πρόγραμμα Νεανικής Συμμετοχής για την Ψυχική Υγεία (YES), περιλαμβάνει την ίδρυση πέντε Εφηβικών Συμβουλευτικών Ομάδων, στις πέντε ελληνικές πόλεις που φιλοξενούν τους τοπικούς Κόμβους (Hubs) της Πρωτοβουλίας (CAMHI). Μέσα από συζητήσεις και δράσεις σχετικές με θέματα Ψυχικής Υγείας, το Πρόγραμμα Νεανικής Συμμετοχής (YES) στοχεύει στην αύξηση της επίγνωσης, την κινητοποίηση της μαθητικής κοινότητας, στην ενεργητική και συστηματική ακρόαση των απόψεων των εφήβων σχετικά με θέματα Ψυχικής Υγείας που τους απασχολούν και την ενσωμάτωση των ιδεών τους σε όλες τις πτυχές της Πρωτοβουλίας.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 12.30 – 14.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 4

Αμφιθέατρο II

Το Πρόγραμμα Synergy: Ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών σε τάξεις μαθητών με προβλήματα συμπεριφοράς

Πρόεδρος: **Λασκαρίδη Αικατερίνη**, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη

Συζητήτρια: **Έλενα Γιουρούκου**, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη

Το Πρόγραμμα Synergy είναι ένα πρόγραμμα του Ιδρύματος Αικατερίνης Λασκαρίδη, το οποίο εφαρμόζεται από το 2014 σε ελληνικά σχολεία πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Στοχεύει στην ενίσχυση των εκπαιδευτικών σε τάξεις που έχουν μαθητές με προβλήματα συμπεριφοράς όπως διαταραχές του

φάσματος αυτισμού. Βασίζεται στην υποστήριξη εξωτερικών μεντόρων από το Ίδρυμα Λασκαρίδη σε μέντορα εκπαιδευτικό εντός του σχολείου, ο οποίος συνεργάζεται με μικρό αριθμό εκπαιδευτικών σε δύσκολες τάξεις που προαναφέρθηκαν (<http://mentalhealth.laskaridisfoundation.org/synergy-2/>). Το πρόγραμμα Synergy έχει τις ρίζες του στις αρχές της στωϊκής φιλοσοφία της ανεκτικότητας, του σεβασμού και της σκέψης, και αξιοποιεί τις θεωρίες της ψυχολογίας, φυσιολογίας και κοινωνιολογίας. Στο ψυχολογικό πλαίσιο, δίνεται έμφαση στην κατανόηση του εαυτού και των γνωσιακών λαθών. Εξετάζονται το πως η συμπεριφορά του παιδιού μπορεί να επηρεαστεί από τις προκαταλήψεις και εσφαλμένες υποθέσεις των ενηλίκων και το μοντέλο παρέμβασης στηρίζεται επίσης στη γνώση του πώς μαθαίνουμε και αναπτυσσόμαστε, και την αναγνώριση της σημασίας των προτύπων στις ανθρώπινες σχέσεις. Το μοντέλο του Synergy εστιάζει όχι απλώς στο να δίνουμε συμβουλές, αλλά να προσφέρουμε ενδυνάμωση και δεξιότητες για σχεδιασμό, επίλυση προβλημάτων, ενεργή ακρόαση και σκέψη (Kahneman, Rogers, Bandura).

Συνολικά από το 2014 έχει εφαρμοστεί σε 30 σχολεία ενώ η αξιολόγηση του προγράμματος για το σχολικό έτος 2021-2022 αφορά σε 7 δημόσια δημοτικά σχολεία της Αττικής και πραγματοποιήθηκε με 3 κλίμακες που συμπλήρωσαν οι εκπαιδευτικοί και οι διευθυντές των 7 σχολείων που συμμετείχαν στο πρόγραμμα. Η πρώτη αφορούσε τη διδακτική και παιδαγωγική πρακτική, η δεύτερη, Perceived Stress Scale (PSS), το επίπεδο άγχους και η τρίτη, Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), την ψυχική ανθεκτικότητα.

Από την αξιολόγηση προκύπτει ότι το πρόγραμμα συνέβαλε καθοριστικά στη βελτίωση των εκπαιδευτικών σε ό,τι αφορά τη διδακτική και παιδαγωγική τους πρακτική συνολικά αλλά και κυρίως ως προς τα παιδιά που είτε εμπίπτουν στο φάσμα του αυτισμού είτε αντιμετωπίζουν άλλες δυσκολίες στην καθημερινότητά τους. Είχε επίσης σημαντικό αντίκτυπο και στα επίπεδα άγχους των εκπαιδευτικών αλλά και στην ψυχική τους ανθεκτικότητα, μέσω κυρίως της ενίσχυσης των τελευταίων ακριβώς σε ό,τι έχει να κάνει με το άγχος.

Ομιλία 1 - Θεωρητικό υπόβαθρο και η αμφισβήτηση των πεποιθήσεων γύρω από την προκλητική συμπεριφορά

Κατερίνα Λασκαρίδη, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη
Έλενα Γιουρούκου, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη

Το πρόγραμμα Synergy χρησιμοποιεί τις αρχές της στωϊκής φιλοσοφίας, της ψυχολογίας της μάθησης και της φυσιολογίας του στρες. Ο σκοπός είναι να διαμορφώσει το μοντέλο του αναστοχαστικού δασκάλου βάζοντας τον εκπαιδευτικό να αμφισβητήσει τις αντιλήψεις που μπορεί να έχει γύρω από τα προβλήματα συμπεριφοράς και την αιτιολογία τους. Επίσης δίνεται έμφαση στο να καταλάβει ο εκπαιδευτικός τους μηχανισμούς και τις συνέπειες του στρες στην συμπεριφορά πρωτίστως του ίδιου και μετά του παιδιού ώστε έτσι να αποδαιμονοποιήσει το πρόβλημα συμπεριφοράς και να μπορέσει να δει την κατάσταση συνολικά με βαθιά κατανόηση για το βίωμα του παιδιού.

Ομιλία 2 - Δεξιότητες και προκλήσεις στη σχολική κοινότητα και η εφαρμογή του Προγράμματος Synergy στην Ελλάδα από το 2014 μέχρι σήμερα

Κατερίνα Λασκαρίδη, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη
Έλενα Γιουρούκου, Ίδρυμα Αικατερίνης Λασκαρίδη

Από το 2014 ως σήμερα το Synergy έχει εφαρμοστεί σε 30 σχολικές μονάδες και έχουν συμμετάσχει 90 εκπαιδευτικοί πρωτοβάθμιας οι οποίοι έχουν εκπαιδευτεί και υποστηριχθεί στην εφαρμογή των δεξιοτήτων ενεργητικής ακρόασης, γνωστικής αναπλαισίωσης-αναδόμησης και συμβουλευτικής υποστήριξη/Mentoring στην σχολική τους μονάδα..

Ομιλία 3 - Case studies δουλεύοντας με εκπαιδευτικούς, διευθυντές και την ομάδα των ΚΕΔΑΣΥ στην υποστήριξη της σχολικής κοινότητας

Ζοζεφίνα Τζονάκα, Εκπαιδευτικός
Κατερίνα Σοφianoπούλου, Ψυχολόγος
Καίτη Σερέτη, Ψυχοπαιδαγωγός

Θα παρουσιαστούν παραδείγματα εφαρμογής του προγράμματος από το 2014 μέχρι σήμερα από την μεριά του μέντορα του προγράμματος, από εκπαιδευτικούς και από μέλος της ομάδας των ΚΕΔΑΣΥ που συμμετέχουν στο πρόγραμμα.

Ομιλία 4 - Αξιολόγηση του Προγράμματος Synergy

Αθανάσιος Κούλης, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου
Γιώργος Μπαγάκης, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου

Θα παρουσιαστούν συνοπτικά το πλαίσιο της αξιολόγησης του προγράμματος το σχολικό έτος 2021-2022, οι τρεις κλίμακες για τη συλλογή δεδομένων της αξιολόγησης, ο τρόπος που χρησιμοποιήθηκαν οι κλίμακες στην αρχή και στο τέλος του σχολικού έτους, ο τρόπος ανάλυσης των ποσοτικών και των ποιοτικών δεδομένων καθώς και τα κύρια συμπεράσματα αναφορικά με την παρέμβαση του Προγράμματος Synergy.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 12.30 – 14.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 4

Αίθουσα Α1

Διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία σε εφήβους πάσχοντες από διαταραχές πρόσληψης τροφής και οριακή διαταραχή προσωπικότητας

Οργανώτριες: **Μαρία-Ευαγγελία Αντωνιάδου**, Αιγινήτειο νοσοκομείο
Φραντζέσκα Φραγκέτη – κεραμά, **Ευφροσύνη Καλαφάτη**, Αιγινήτειο νοσοκομείο

Πρώτο μέρος (εισηγήτρια: Μαρία-Ευαγγελία Αντωνιάδου)

Παρουσίαση του θεωρητικού μοντέλου της διαλεκτικής συμπεριφοριστικής θεραπείας προσαρμοσμένο στην πληθυσμιακή ομάδα των εφήβων και πιο συγκεκριμένα εφήβων πασχόντων από διαταραχές πρόσληψης τροφής. Η διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία δημιουργήθηκε από την από την καθηγήτρια ψυχολογίας marsha linehan τη δεκαετία του 1990 (linehan, 1993) με στόχο τη διαχείριση της συναισθηματική απορρύθμισης των ατόμων που πάσχουν από οριακή διαταραχή προσωπικότητας.

Τα τελευταία έτη η διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία έχει βρεθεί ότι είναι αποτελεσματική και για την αντιμετώπιση και άλλων παθήσεων όπως είναι η κατάθλιψη, η ουσιοεξάρτηση και οι διαταραχές πρόσληψης τροφής και έχει προσαρμοστεί κατάλληλα για να μπορεί να εφαρμοστεί και σε άλλες πληθυσμιακές ομάδες όπως παιδιά, εφήβους, νεαρούς ενήλικες , τρίτη ηλικία. (telch et al, 2001, safer et a, 2010). Η θεραπεία προσπαθεί να πετύχει τη διαλεκτική ισορροπία στην αποδοχή της εξωτερικής και εσωτερικής πραγματικότητας του πάσχοντος και στην εκπαίδευση σε δεξιότητες που στοχεύουν στην αλλαγή δυσλειτουργικών συμπεριφορών.

Στο πρώτο μέρος του εργαστηρίου θα αναλυθεί διεξοδικά ο τρόπος που πραγματοποιείται η ατομική θεραπεία των πασχόντων.

Δεύτερο μέρος (εισηγήτριες : Φραντζέσκα Φραγκέτη – Κεραμά & Ευφροσύνη Καλαφάτη)

Παρουσίαση της ομάδας δεξιοτήτων. Στην θεραπεία που αφορά τον εφηβικό πληθυσμό η ομάδα δεξιοτήτων που έχει ψυχοεκπαιδευτικό χαρακτήρα συμπεριλαμβάνει και την συμμετοχή ενός εκ των δυο γονέων ή κηδεμόνων μαζί με τον θεραπευόμενο. στο εργαστήριο θα αναλυθεί η σύσταση και ο τρόπος διεξαγωγής της ομάδας και τους τομείς στους οποίους εκπαιδεύονται τα μέλη της.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 12.30 – 14.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 5

Αίθουσα Α5

Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο Σχολείο: Προληπτικές Παρεμβάσεις

Οργανώτριες: **Ζαφειριάδου Ελένη, Γλυμίτσα Ευθυμία, Γαλανάκη Ευαγγελία** Πανεπιστήμιο Αθηνών

Το παρόν Εργαστήριο παρουσιάζει δύο προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Αγωγής τα οποία σχεδιάστηκαν και εφαρμόστηκαν στις Β', Γ' και Δ' τάξεις Δημοτικών Σχολείων για ένα διδακτικό έτος. Τα προγράμματα αυτά αξιοποιούν και συνθέτουν ένα μεγάλο εύρος προληπτικών προγραμμάτων παρέμβασης (Αρχοντάκη & Φιλίππου, 2003· Κάντζου, Δαμηλάκη, & Λαμπρινέα, 2009· Κυριακίδου & Φυλακτού, 2006· Plummer, 2013, 2016· Stallard, 2006· Τριλίβα & Chimienti, 1998· Χατζηχρήστου, 2011· Ψύλλου & Ζαφειροπούλου, 2012· Κουρμούση, 2009· ΚΕ.Θ.Ε.Α., 2003), περιλαμβάνουν όμως και πρωτότυπες δραστηριότητες. Τα προγράμματα σχεδιάστηκαν από τις δύο εμπυχωτρίες, ως δραστηριότητα του Εργαστηρίου Ψυχολογίας του Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Αθηνών και η αποτελεσματικότητά τους αξιολογήθηκε στα πλαίσια των διπλωματικών εργασιών των εμπυχωτριών στο ΠΜΣ «Εφαρμοσμένη Ψυχολογία στην Εκπαίδευση» του ίδιου Τμήματος (επιβλέπουσα: Καθηγήτρια Ευαγγελία Γαλανάκη). Οι επιμέρους στόχοι των προγραμμάτων ήταν: (α) η αναγνώριση, έκφραση και διαχείριση των συναισθημάτων, (β) η καλλιέργεια της αυτοαντίληψης και η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και (γ) η διαχείριση των συγκρούσεων των παιδιών.

Στο παρόν Εργαστήριο, οι συμμετέχοντες/ουσες αναμένεται:

1. να εξοικειωθούν με τη δομή και το περιεχόμενο των προγραμμάτων, τα οποία αξιοποιούν σε μεγάλο βαθμό τις γνωσιακές συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις,
2. να εκπαιδευτούν στην εφαρμογή αυτών των προγραμμάτων, μέσω (α) της άμεσης διδασκαλίας και (β) των βιωματικών δραστηριοτήτων στις οποίες θα κληθούν να συμμετάσχουν και
3. να αναστοχαστούν πάνω στο βίωμά τους από τη συμμετοχή τους στο Εργαστήριο, καθώς και πάνω στη σπουδαιότητα της εφαρμογής προληπτικών προγραμμάτων στο σχολείο, ώστε να ενισχύσουν το κίνητρό τους για εφαρμογή τέτοιων προγραμμάτων.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 12.30 – 14.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 6

Αίθουσα Β1

«Όσα χρειάζομαι από εσάς...»: συμβουλευτική γονέων και εκπαιδευτικών για τις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών προσχολικής ηλικίας

Οργανώτριες: **Κακλαμάνη Γεωργία, Ρόζα Λάιους, Ντάρια Μπακουρίνη**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Ο ρόλος της πρώιμης εμπειρίας και της γονεϊκής φροντίδας είναι ύψιστης σημασίας για την ανάπτυξη του παιδιού και της ψυχικής του υγείας. Το είδος του δεσμού που θα αναπτύξει το βρέφος με τη μητέρα του

και τους άλλους σημαντικούς ενήλικες θα θέσει τις βάσεις για την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του ατόμου και την εξέλιξη των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας που εξελίσσονται και σταθεροποιούνται μέσα στα επόμενα χρόνια. Παρότι κάθε παιδί είναι διαφορετικό με τη δική του μοναδική ιδιοσυγκρασία, έχει φυσικές και συναισθηματικές ανάγκες που είναι για όλα τα παιδιά καθολικές. Ένα αρκετά καλό περιβάλλον είναι αυτό που αφουγκράζεται και συνδέεται με τις ανάγκες αυτές με κύριο στόχο την κάλυψή τους. Η διαδικασία αυτή δεν είναι πάντα εύκολη καθώς ο ενήλικας φέρει τις δικές του πεποιθήσεις, συναισθήματα και βιώματα και συχνά δημιουργούνται φαύλοι κύκλοι αρνητικών αλληλεπιδράσεων με το παιδί. Το εργαστήριο απευθύνεται σε ψυχολόγους και εκπαιδευτικούς. Σκοπός του είναι η εξοικείωση με την έννοια του δεσμού και την κάλυψη των συναισθηματικών αναγκών του παιδιού προσχολικής ηλικίας, μέσω της κατάλληλης αντιμετώπισης συχνών καταστάσεων και συμπεριφορών που εκδηλώνουν. Μέσα από θεωρητικά και βιωματικά παραδείγματα οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν γνώσεις χρήσιμες για την κατανόηση των παιδιών αυτής της ηλικίας και το θεραπευτικό σχεδιασμό στο κλινικό έργο με τα παιδιά και τους γονείς τους.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 14.00 – 14.30 ΟΜΙΛΙΑ 3

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Καινοτόμες τεχνολογίες στην ψυχική υγεία

Ομιλητής: **Γκούβας Νίκος**, Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρεία

Πρόεδρος: **Γιαννοπούλου Ιωάννα**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Αν και η χρήση νέων τεχνολογιών στη Ψυχική υγεία προϋπήρχε αισθητά από παλιά, η πανδημία ανέδειξε την ανάγκη αλλά και τα οφέλη τους στις παρεμβάσεις των ειδικών. Τηλεψυχιατρική, τεχνητή νοημοσύνη αλλά και άλλες εφαρμογές είναι ήδη στη φαρέτρα του ειδικού, γεγονός που καθιστά την ενημέρωση για αυτά αλλά και τους κανόνες για τη χρήση τους αναγκαία στην εποχή που διανύουμε.

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Παρεμβάσεις σε Καίριους Τομείς για τη Θεραπεία Παιδιών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος υπό το Πρίσμα της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς

Πρόεδροι: **Αγγελική Γενά**, Πανεπιστήμιο Αθηνών **Εριφύλλη Τσιρέμπολου**, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Συζητήτρια: **Δέσποινα Παπούδη**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας,

Η Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) χαρακτηριζόταν παλαιότερα ως «διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή» για να τονιστεί η πολύπλευρη ελλειμματικότητα που συνοδεύει την εν λόγω διαταραχή. Το παρόν συμπόσιο αποσκοπεί στο να καταδείξει τη σημασία πολύ-επίπεδων παρεμβάσεων που στοχεύουν στην βελτίωση των παιδιών με ΔΑΦ σε καίριους τομείς για τη θεραπευτική έκβαση. Η καθεμιά από τις τρεις εισηγήσεις στοχεύει και σ' ένα διαφορετικό αναπτυξιακό τομέα, με σκοπό να δοθούν τρία απτά παραδείγματα για το πώς, με συστηματικότητα, και προγραμματίζοντας εξ αρχής τη γενίκευση και τη διατήρηση των θεραπευτικών οφελών των παρεμβάσεων, μπορούμε να αναστρέψουμε μια αποκλίνουσα πορεία, επιτυγχάνοντας θεραπευτικές αλλαγές που έχουν βιωσιμότητα και που προάγουν μια γενικευμένη βελτίωση στη λειτουργικότητα του παιδιού με ΔΑΦ.

Η πρώτη εισήγηση, με τίτλο «Η Συμπλοκότητα της Ενωσιολογικής Αποσαφήνισης και της Σύναψης Θεραπευτικής Σχέσης με Παιδιά με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος», περιλαμβάνει τα ευρήματα τριών διαδοχικών ερευνών και αποσκοπεί στο να καταδείξει τα βήματα που θα πρέπει να ακολουθήσουμε προκειμένου να επιτευχθεί ο ορισμός και η σύναψη της θεραπευτικής σχέσης με παιδιά με ΔΑΦ υπό το πρίσμα του επιστημολογικού παραδείγματος της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς.

Η δεύτερη εισήγηση με τίτλο, «Η εφαρμογή ενός συστηματικού συμπεριφορικο-αναλυτικού σχεδιασμού με σκοπό τη μείωση της υπερεπιλεκτικότητας σε παιδιά με ΔΑΦ και Νοητική Υστέρηση» συνιστά μια πρωτοπόρα παρέμβαση για την αντιμετώπιση μιας γνωστικής δυσλειτουργίας, συνυφασμένης με τη ΔΑΦ και την Νοητική Αναπηρία, για την αντιμετώπιση της οποίας υπάρχει ένδεια ερευνών. Πρόκειται για την υπερεπιλεκτικότητα και η παρούσα έρευνα αποσκοπεί στο να επισημανθούν τρόποι αντιμετώπισης της που βασίζονται σε μια ενδεδειγμένη αξιολόγηση για το ποιες πτυχές της μάθησης επηρεάζονται για τον καθένα από τους μαθητές με ΔΑΦ ξεχωριστά.

Η τρίτη εισήγηση με τίτλο, «Επιτελικές Λειτουργίες και Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος: Μια Συμπεριφορική-Αναλυτική Παρέμβαση», εντάσσεται στις ελάχιστες έρευνες που αποσκοπούν στην αντιμετώπιση των μεταγνωστικών ελλειμμάτων των παιδιών με ΔΑΦ. Η παρούσα έρευνα αποσκοπεί να καταδείξει την αποτελεσματικότητα μιας συστηματικής συμπεριφορικο-αναλυτικής παρέμβασης στην βελτίωση των επιτελικών λειτουργιών.

Ομιλία 1 - Η Συμπλοκότητα της Ενωσιολογικής Αποσαφήνισης και της Σύναψης Θεραπευτικής Σχέσης με Παιδιά με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος

Μπέριου Αικατερίνη, Ινστιτούτο Συστημικής Ανάλυσης της Συμπεριφοράς

Η παρούσα εισήγηση περιλαμβάνει τα ευρήματα τριών διαδοχικών ερευνών και αποσκοπεί στο να καταδείξει τη συστηματικότητα με την οποία θα πρέπει να οριστεί, να αξιολογηθεί και να προαχθεί η θεραπευτική σχέση με παιδιά με ΔΑΦ. Η πρώτη έρευνα κατέδειξε ότι μπορούμε να ορίσουμε, με όρους της εφαρμοσμένης ανάλυσης της συμπεριφοράς, τη θεραπευτική σχέση και να την αξιολογήσουμε αντιπαραθέτοντας τις πρακτικές θεραπειών με μεγαλύτερη και μικρότερη κλινική εμπειρία. Η δεύτερη έρευνα αναδεικνύει ότι, εκτός από την κλινική εμπειρία, η ενεργός ενσυναίσθηση, καθώς και μια σειρά από

άλλα χαρακτηριστικά της σχέσης που αναπτύσσεται μεταξύ παιδιού με ΔΑΦ και θεραπευτή σε συνθήκες παιχνιδιού, επίσης αποτελούν σημαντικούς δείκτες για την ανάπτυξη θεραπευτικής σχέσης. Η τρίτη έρευνα, αξιοποιώντας τα ευρήματα των δύο προγενέστερων, καταδεικνύει ότι η συστηματική εκπαίδευση του θεραπευτή σε δεξιότητες που συνάδουν με την θεραπευτική σχέση επιφέρει πολύ θετικά αποτελέσματα στην πρόοδο των παιδιών με ΔΑΦ.

Συνεπώς, από τις πρώτες αυτές πιλοτικές έρευνες, διαφαίνεται ότι η θεραπευτική σχέση μπορεί να συνδεθεί με την επίτευξη βέλτιστων θεραπευτικών αποτελεσμάτων σε παιδιά με ΔΑΦ υπό το πρίσμα του επιστημολογικού παραδείγματος της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς.

Λέξεις – Κλειδιά: Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος, Εφαρμοσμένη Ανάλυση της Συμπεριφοράς, θεραπευτική σχέση, ενεργός ενσυναίσθηση, σύνδεση θεραπευτή και παιδιού με ΔΑΦ

Ομιλία 2 - Η εφαρμογή ενός συστηματικού συμπεριφορικο-αναλυτικού σχεδιασμού με σκοπό τη μείωση της υπερεπιλεκτικότητας σε παιδιά με ΔΑΦ και Νοητική Υστέρηση

Ιορδανίδου Δέσποινα, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Η Υπερεπιλεκτικότητα (Overselectivity) αναφέρεται στην επιλεκτική εστίαση της προσοχής ενός ατόμου με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος, ή με Νοητική Υστέρηση, σε επιμέρους στοιχεία, και όχι στο όλον, όταν αυτό επεξεργάζεται τα ποικίλα ερεθίσματα του περιβάλλοντος. Το να «βλέπει το δέντρο και να χάνει το δάσος» - δυσκολία που συνιστά τροχοπέδη στη μάθηση εάν δεν αντιμετωπιστεί έγκαιρα και συστηματικά. Στόχος της παρούσας έρευνας ήταν αφενός μια ενδελεχής αξιολόγηση των δυσκολιών δύο παιδιών προσχολικής ηλικίας, το ένα με διάγνωση Δ.Α.Φ. και το άλλο με Νοητική Υστέρηση, και στη συνέχεια η συστηματική εφαρμογή μιας Συμπεριφορικής-Αναλυτικής παρέμβασης, που περιλάμβανε τεχνικές, όπως ο Κύκλος Συστηματικής Διδασκαλίας, η Τμηματική Βοήθεια και η Κοινωνική Ενίσχυση και αποσκοπούσε στην αντιμετώπιση της υπερεπιλεκτικής εστίασης της προσοχής των συμμετεχόντων. Από την ανάλυση των ποσοτικών δεδομένων που συλλέχθηκαν με άμεση παρατήρηση, διαπιστώθηκε μείωση της υπερεπιλεκτικότητας των συμμετεχόντων. Συγκεκριμένα, η παρέμβαση συνέβαλλε στη βελτίωση της ικανότητας των συμμετεχόντων να διακρίνουν ερεθίσματα βάσει πολλαπλών τους χαρακτηριστικών, να ανταποκρίνονται βασιζόμενα στην οπτική μνήμη, καθώς και να ανταποκρίνονται βάσει των εντολών που τους απηύθυνε η θεραπεύτριά τους και όχι βάσει της θέσης του αντικειμένου στο πεδίο ή της εξοικείωσής τους με τη συγκεκριμένη εντολή. Τα αποτελέσματα γενικεύτηκαν σε νέες δοκιμασίες και διατηρήθηκαν ένα μήνα μετά την ολοκλήρωση της παρέμβασης καταδεικνύοντας ότι, παρά τη σοβαρότητα αυτής της δυσκολίας, είναι εφικτή η αντιμετώπισή της εφόσον ακολουθηθεί μια συστηματική συμπεριφορική-αναλυτική παρέμβαση.

Λέξεις – Κλειδιά: Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος, Κύκλος Συστηματικής Διδασκαλίας, Νοητική Υστέρηση, Τμηματική Βοήθεια, Υπερεπιλεκτικότητα

Ομιλία 3 - Επιτελικές Λειτουργίες και Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος: Μια Συμπεριφορική-Αναλυτική Παρέμβαση

Μπασδέκη Δήμητρα, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τα άτομα με ΔΑΦ εμφανίζουν ελλείμματα στις Επιτελικές Λειτουργίες, οι οποίες αποτελούν ανώτερες γνωστικές διεργασίες και περιλαμβάνουν δεξιότητες, όπως η Εργαζόμενη Μνήμη και η Γνωστική Ευελιξία. Οι Επιτελικές Λειτουργίες ρυθμίζουν ποικίλες πτυχές της καθημερινότητας του ατόμου, όπως η προσαρμοστική συμπεριφορά, οι μαθησιακές επιδόσεις και η κοινωνική αλληλεπίδραση. Σκοπός της παρούσας πιλοτικής έρευνας ήταν η εκπαίδευση ενός αγοριού σχολικής ηλικίας με ΔΑΦ σε δεξιότητες Επιτελικών Λειτουργιών και ειδικότερα στη Λεκτική και Οπτικοχωρική Εργαζόμενη Μνήμη και στη Γνωστική

Ευελιξία. Διερευνήθηκε η αποτελεσματικότητα μίας συμπεριφορικής-αναλυτικής παρέμβασης ως προς τη βελτίωση της επίδοσης του συμμετέχοντα στις προαναφερθείσες μεταβλητές. Πραγματοποιήθηκε, επίσης, συλλογή κανονιστικών δεδομένων, με στόχο τη σύγκριση των αποτελεσμάτων της παρέμβασης με την επίδοση συνομηλικών τυπικής ανάπτυξης. Η αποτελεσματικότητα του προγράμματος αξιολογήθηκε μέσω άμεσης παρατήρησης και χρήσης ενός πειραματικού σχεδιασμού πολλαπλών γραμμών βάσεως ανά κατηγορία αντιδράσεων. Το πρόγραμμα παρέμβασης περιλάμβανε τμηματική βοήθεια, παροχή προτύπου προς μίμηση και κοινωνική ενίσχυση.

Πρόεκυψε σημαντική βελτίωση στην επίδοση του συμμετέχοντα και στις τρεις μεταβλητές, καθώς και διατήρηση των κεκτημένων της παρέμβασης κατά τον επανέλεγχο. Εν συγκρίσει με τα κανονιστικά δεδομένα, παρατηρήθηκε ότι η επίδοση του συμμετέχοντα μετά το πέρας της παρέμβασης είχε ελάχιστη έως μηδαμινή απόκλιση από αυτή των συνομηλικών του νευροτυπικής ανάπτυξης. Αν και απαιτείται περαιτέρω διερεύνηση, μπορούμε να υποθέσουμε πως οι επιτελικές λειτουργίες ενδεχομένως συνιστούν συντελεστικές μορφές συμπεριφοράς, δηλαδή συμπεριφορά που δεν εξαρτάται μόνο από αναπτυξιακούς παράγοντες, αλλά υπόκειται και σε περιβαλλοντικές επιδράσεις.

Λέξεις-Κλειδιά: Ανάλυση Συμπεριφοράς, Γνωστική Ευελιξία, ΔΑΦ, Επιτελικές Λειτουργίες, Εργαζόμενη Μνήμη

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 15.30 – 17.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 6

Μετايχιμακή (οριακή) παθολογία στην εφηβεία: η διαλεκτική συμπεριφορική προσέγγιση

Πρόεδρος: **Παπαδάκης Ευάγγελος**, Ελληνική Εταιρία Έρευνας της Συμπεριφοράς- Παράρτημα Μακεδονίας

Συζητήτρια: **Τσέρτου Αιμιλία**, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες υπάρχει μία συνεχής αύξηση επιστημονικά τεκμηριωμένων αποδείξεων ότι μπορεί να γίνει διάγνωση παθολογικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας σε νέους ανθρώπους που δεν έχουν ακόμη ενηλικιωθεί (Newton-Howes, Clark, & Chanen, 2015).

Ιδιαίτερα για τη μετايχιμακή (οριακή) προσωπικότητα στην εφηβεία πολυάριθμες έρευνες έχουν συμπεράνει ότι αποτελεί ένα συνεχές με την οριακή παθολογία στην ενήλικη ζωή, και μεταξύ αυτών των δύο χρονικών περιόδων υπάρχουν περισσότερες ομοιότητες, τόσο φαινομενολογικά όσο και δομικά, παρά διαφορές (Kaess, Brunner, & Chanen, 2014).

Επιπλέον, καθώς η μετايχιμακή παθολογία σχετίζεται με σοβαρή ψυχοκοινωνική έκπτωση των νέων ανθρώπων και αποτελεί ισχυρό παράγοντα κινδύνου για αυτοτραυματικές συμπεριφορές, αυτοκτονικότητα και συννοσηρότητα, τεκμηριωμένα αποτελεσματικές παρεμβάσεις για τον/την έφηβο και την οικογένειά του καθίστανται αναγκαίες (Mehlum et al., 2014).

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία για Εφήβους, η οποία αποτελεί σύνθεση της συμπεριφορικής θεραπείας με στρατηγικές βασισμένες στην ενσυνειδητότητα, έχει φανεί πολλά υποσχόμενη όσον αφορά στην αποτελεσματικότητά της στο συγκεκριμένο πληθυσμό (έφηβοι και οικογένειες) (Fleischhaker et al., 2011).

Στόχος του συγκεκριμένου συμποσίου είναι να παρουσιάσει το σκεπτικό της διαλεκτικής συμπεριφορικής προσέγγισης, και την εφαρμογή της σε εφήβους και τις οικογένειές τους στον ελληνικό πληθυσμό.

Ομιλία 1 - Μεταιχμιακή ψυχοπαθολογία στην εφηβεία: είναι (η) Διαλεκτική η απάντηση ?

Παπαδάκης Ευάγγελος, Ελληνική Εταιρία Έρευνας της Συμπεριφοράς- Παράρτημα Μακεδονίας

Αν, και σε ποιό βαθμό, είναι έγκυρη και αξιόπιστη η διάγνωση “διαταραχή προσωπικότητας” στην εφηβική ηλικία, είναι ένα ερώτημα για το οποίο υπάρχουν αντικρουόμενες απαντήσεις τουλάχιστον εδώ και δύο δεκαετίες (Meijer, Goedhart, & Treffers, 1998)

Ένας μεγάλος αριθμός ερευνών καταδεικνύει ότι τα διαγνωστικά κριτήρια για τις διαταραχές προσωπικότητας στην εφηβεία είναι έγκυρα, αξιόπιστα και σταθερά σε παρόμοιο βαθμό με αυτά των ενηλίκων (Westen, Shedler, Durrett, et al. , 2003).

Η μεταιχμιακή διαταραχή προσωπικότητας στην εφηβική ηλικία συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές αυτοτραυματισμού, αυτοκτονική συμπεριφορά και συννοσηρότητα (Miller et al., 2008).

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία, η οποία ανήκει στις θεραπείες του τρίτου κύματος, για Εφήβους και τις οικογένειες τους έχει να επιδείξει, συγκριτικά με τη παραδοσιακή γνωστική συμπεριφορική θεραπεία (Wood et al., 2001), αρκετά καλή αποτελεσματικότητα στη διατήρηση της μείωσης αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών.

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία βασίζεται θεωρητικά στο συμπεριφορισμό, σε πρακτικές του Zen και στη διαλεκτική. Η διαλεκτική όπως περιγράφεται από τη Linehan (1993) αποτελεί στην ουσία μία κοσμοθεωρία η οποία χαρακτηρίζεται από τις αρχές της αλληλοσυσχέτισης και της ολότητας, της πώλωσης και της σύνθεσης, και της διαρκούς αλλαγής. Τα άτομα με μεταιχμιακή διαταραχή προσωπικότητας συχνά εναλλάσσονται μεταξύ δυο συμπεριφορικών άκρων τα οποία ή υπερτονίζουν ή καταπιέζουν το συναίσθημα. Οι διαλεκτικοί συμπεριφορικοί θεραπευτές αντιμετωπίζουν αυτά τα μοτίβα εναλλαγών ανάμεσα στα δύο συμπεριφορικά άκρα ως “διαλεκτικά διλήμματα”, καθώς ο έφηβος χρησιμοποιεί ανά περίπτωση ένα από τα δύο άκρα προκειμένου να διαχειριστεί τη συναισθηματική του απορύθμιση. Αυτός ο τρόπος διαχείρισης είναι συχνά αναποτελεσματικός και οδηγεί σε περαιτέρω συναισθηματική απορύθμιση και δυσλειτουργικές συμπεριφορές.

Στόχος της συγκεκριμένης ανακοίνωσης είναι να παρουσιάσει τα “διαλεκτικά διλήμματα” που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι, οι οικογένειές τους και οι θεραπευτές καθώς η “πρόκληση” για όλους είναι η σύνθεση αυτών των συμπεριφορικών άκρων, μέσω του διαλεκτικού τρόπου σκέψης και συμπεριφοράς, η οποία θα οδηγήσει και στη θεραπευτική αλλαγή (Rathus, & Miller, 2000).

Ομιλία 2 - Η διαλεκτική συμπεριφορική Θεραπεία προσαρμοσμένη στον εφηβικό πληθυσμό- Αποτελεσματικότητα της παρέμβασης

Καραπάτσια Μαρία, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Τα τελευταία έτη η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία έχει βρεθεί ότι είναι αποτελεσματική και για την αντιμετώπιση και άλλων παθήσεων όπως είναι η κατάθλιψη, η ουσιοεξάρτηση και οι διαταραχές πρόσληψης τροφής και έχει προσαρμοστεί κατάλληλα για να μπορεί να εφαρμοστεί και σε άλλες πληθυσμιακές ομάδες όπως παιδιά, εφήβους, νεαρούς ενήλικες , τρίτη ηλικία. (Telch et al, 2001, Safer et a, 2010).

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία έχει προσαρμοστεί για εφήβους με διάφορα ψυχιατρικές διαταραχές (δηλαδή ΟΔΠ, διαταραχές διάθεσης, διαταραχές των παρορμήσεων διατροφικές διαταραχές, τριχοτιλλομανία) και προβληματικές συμπεριφορές (δηλαδή ιδεασμός και συμπεριφορά αυτοκτονίας,

παραυτοκτονικές συμπεριφορές, αυτοτραυματισμούς) όπως και σε διάφορες καταστάσεις (δηλαδή, εξωτερικός ασθενής, πρόγραμμα ημέρας, εσωτερικός ασθενής, κατοικία, σωφρονιστικό ίδρυμα). Το σκεπτικό της χρήσης της ΔΣΘ με αυτούς τους εφήβους βασίζεται στην κοινή υποβόσκουσα δυσλειτουργία στη ρύθμιση των συναισθημάτων αναμεταξύ στις προαναφερθείσες ψυχιατρικές διαταραχές και προβληματικές συμπεριφορές.

Ομιλία 3 - Γονείς και Έφηβοι στη Διαλεκτική Θεραπευτική Διαδικασία: Συμμετοχή - Εμπόδια – Προοπτικές

Φραγκέτη - Κεραμά Φραντζέσκα, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Η Διαλεκτική – Συμπεριφορική θεραπεία αρχικά αναπτύχθηκε σε ενήλικο πληθυσμό. Η προσαρμογή της Διαλεκτικής Συμπεριφορικής Θεραπείας σε εφηβικό πληθυσμό ξεκίνησε με σκοπό να αντιμετωπίσει ανάλογες με αυτές των ενηλίκων δυσκολίες, συμπεριλαμβάνοντας και έναν ή και τους δύο γονείς σε ομάδα εκμάθησής δεξιοτήτων πολλαπλών οικογενειών.

Η συμμετοχή και των γονέων στην ομάδα δεξιοτήτων έχει στόχο την αποτελεσματικότερη συνεργασία τους στη θεραπεία του εφήβου αλλά και την αντιμετώπιση των δυσκολιών που προκύπτουν στις σχέσεις μεταξύ γονέων και εφήβων αναπτύσσοντας νέες δεξιότητες. Παράλληλα δίνεται η δυνατότητα παροχής υποστήριξης στην οικογένεια και τηλεφωνικής καθοδήγησης όποτε αυτή χρειάζεται (Rathus & Miller, 2015).

Η βελτίωση της οικογενειακής λειτουργικότητας και επικοινωνίας έχει φανεί να παίζει καθοριστικό ρόλο και να αποτελεί παράγοντα ασφάλειας στη θεραπεία εφήβων με αυτοκτονική συμπεριφορά (Brent et al., 2016) ενώ αντίστοιχα οι οικογενειακές συγκρούσεις αποτελούν παράγοντα κινδύνου για εφήβους με αυτοτραυματιστική συμπεριφορά (Bridge et al., 2006). Ωστόσο, σε συγκεκριμένες περιπτώσεις η συμμετοχή της οικογένειας στην ομάδα δεξιοτήτων εμποδίζεται είτε γιατί δεν υπάρχει σχέση μεταξύ του εφήβου και των γονέων είτε γιατί ενώ υπάρχει σχέση αυτή είναι τόσο συγκρουσιακή που η παρουσία του ενός ή του άλλου γονέα στην ομάδα θα προκαλούσε δυσφορία που θα δυσκόλευε τη θεραπεία (Vogelzang, 2017). Σε μία ομάδα με πολλούς εφήβους και τις οικογένειές τους, είναι αναμενόμενο να εμφανιστούν δυσκολίες. Η μείωση της εμφάνισης συμπεριφορών και πεποιθήσεων που εμποδίζουν την εύρυθμη λειτουργία της ομάδας δεξιοτήτων και κατά συνέπεια επηρεάζουν αρνητικά το θεραπευτικό αποτέλεσμα είναι μόνιμω σε προτεραιότητα (Rathus & Miller, 2015).

Η παρουσίαση θα επικεντρωθεί στο ρόλο και τη συμμετοχή των γονέων στην ομάδα δεξιοτήτων. Θα συζητηθούν επίσης εμπόδια, προκλήσεις αλλά και προοπτικές που προκύπτουν κατά τη συμμετοχή της οικογένειας στο θεραπευτικό πλαίσιο.

Ομιλία 4 - Οι Δεξιότητες στη Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία: Πως εφαρμόζονται και ο ρόλος των θεραπευτών

Καλαφάτη Ευφροσύνη, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Από τις πιο πρόσφατες μελέτες ανασκόπησης ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων για την αντιμετώπιση αυτό-τραυματιστικών σκέψεων και συμπεριφορών των εφήβων η Διαλεκτική συμπεριφοριστική θεραπεία καθορίστηκε η πιο δομημένη και εδραιωμένη μέθοδος σε σχέση με άλλες θεραπείες (Glenn 2019).

Ο ατομικός θεραπευτής του εφήβου λειτουργεί και ως οικογενειακός θεραπευτής όταν παραστεί ανάγκη, ενώ οι εκπαιδευτές δεξιοτήτων (skills trainers) βοηθούν στην εκμάθηση των απαραίτητων δεξιοτήτων αλλά και στα όποια ελλείμματα εμφανίζουν τα μέλη της οικογένειας στο πλαίσιο της καθημερινής τους αλληλεπίδρασης τους. Η οικογένεια, πλαισιωμένη από τον ατομικό θεραπευτή και τους εκπαιδευτές δεξιοτήτων της Διαλεκτικής Συμπεριφορικής Θεραπείας, ξεκινά την αναγνώριση και παρατήρηση των

συμπεριφορών και σκέψεων, ενώ παράλληλα διδάσκεται δεξιότητες με στόχο την γενίκευση τους σε διαφορετικά πλαίσια-περιβάλλοντα (Rathus & Miller 2015).

Η ανατροφοδότηση που λαμβάνουν οι οικογένειες από τους εκπαιδευτές δεξιοτήτων είναι ένας από τους βασικούς πυλώνες για την αναθεώρηση σκέψεων και συμπεριφορών των εφήβων και των οικογενειών τους. Η ομάδα δεξιοτήτων εμπλέκει τα μέλη της με το να τα προσκαλεί να μοιραστούν, μη επικριτικά, τις δυσκολίες - εμπόδια που προκύπτουν στην καθημερινότητα και με το να επεξεργαστούν, με αυτοεπίγνωση και με ενεργητική ακρόαση, το νόημα της πρακτικής άσκησης των δεξιοτήτων (Fruzzetti et al. 2021).

Μακροπρόθεσμος στόχος της ΔΣΘ είναι η γενίκευση των δεξιοτήτων τόσο σε διαφορετικά πλαίσια-περιβάλλοντα όσο και στις ενδοοικογενειακές σχέσεις. Η παρουσίαση θα επικεντρωθεί στους βασικούς άξονες των δεξιοτήτων: αυτοεπίγνωση, αντοχή στο δύσφορο συναίσθημα, περπατώντας την μέση οδό, ρύθμιση συναισθήματος και διαπροσωπική αποτελεσματικότητα. Επίσης, θα συζητηθούν τα πιο συνήθη εμπόδια που συναντούν οι έφηβοι και οι οικογένειες τους στην καθημερινή τους ζωή και τα οποία παρεμβαίνουν στην εκτέλεση και γενίκευση των δεξιοτήτων, αλλά και πως ο ρόλος των εκπαιδευτών (skills trainers) συμβάλει στην αντιμετώπιση τους.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 15.30 – 17.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 7

Αίθουσα Α1

Γραμμή Ψυχολογικής Στήριξης 11528- Δίπλα Σου: Μια συζήτηση για τις Καλές Πρακτικές & Βασικές Κατευθυντήριες Οδηγίες στη Συμβουλευτική με ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα

Οργανωτές: **Γιώργος Κασφίκης**, Ψυχολόγος/Ψυχοθεραπευτής, Επιστημονικός Συνεργάτης Γραμμής 11528- Δίπλα Σου, **Χριστιάνα Γεννατά**, Ψυχολόγος/εκπ. Ψυχοθεραπεύτρια, Επιστημονική Συνεργάτιδα Γραμμής 11528 - Δίπλα Σου

Το εργαστήριο αυτό έχει ως στόχο την ευαισθητοποίηση ειδικών ψυχικής υγείας σε ζητήματα που ανακύπτουν συχνά στην συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία με ΛΟΑΤΚΙ+ παιδιά και έφηβα άτομα, την εμπάθυση των συμμετεχόντων-συμμετεχουσών και σε θεματικές γύρω από το σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα, την έκφραση και τα χαρακτηριστικά φύλου.

Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου θα αναλυθεί η απαραίτητη ορολογία που χρησιμοποιείται στα σχετικά ζητήματα, θα αποσαφηνιστούν τα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα και οι καλές πρακτικές καθώς και θα δοθεί βάρος στη λογικοθυμική συμπεριφορική και γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 15.30 – 17.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 8 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αίθουσα Α5

“Προκλήσεις και τρόποι διαχείρισης: Μπορούν τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τα καταστροφικά γεγονότα;”

Οργανώτριες: **Ζαφειροπούλου Μαρία**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας **Ψύλλου Ρίτσα**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Η ανατροφή των παιδιών εμπεριέχει την εξασφάλιση των πόρων που συμβάλουν στην ομαλή ανάπτυξη τους σε όλους τους τομείς – γνωστικούς, κοινωνικούς και ψυχο-συναισθηματικούς. Ωστόσο, σε παγκόσμιο επίπεδο η αναπτυξιακή πορεία των παιδιών φαίνεται πως βρίσκεται υπό την απειλή απροσδόκητων,

γεγονότων, ανατροπών και καταστροφών. Πρόκειται για συμβάντα που προκαλούν κρίση στη ζωή τους, και μπορεί να οφείλονται σε φυσικά φαινόμενα, στην κλιματική αλλαγή, σε μια πανδημία, αλλά και σε αντίξοα γεγονότα που αλλάζουν την ομαλή ροή της ζωής και έχουν έντονες επιπτώσεις τόσο στα παιδιά όσο και στις οικογένειες τους. Το αίσθημα άγχους, τα προβλήματα ύπνου, καθώς και άλλα προβλήματα όπως η κατάθλιψη, είναι κοινές αντιδράσεις πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από μια καταστροφή.

Στόχος του σεμιναρίου είναι να φέρει σε επαφή τους συμμετέχοντες με:

- Τρόπους και τεχνικές, που μπορούν να χρησιμοποιηθούν από παιδιά κι εφήβους για την αντιμετώπιση προκλήσεων και συγκεκριμένα καταστροφικών γεγονότων όπως είναι φυσικές καταστροφές, οι καταστροφές, τα περιστατικά μαζικής βίας και γενικώς τα περιστατικά μαζικού τραύματος, συμπεριλαμβανομένου του πολέμου, καθώς και περιστατικά παγκόσμιας κρίσης όπως ο COVID-19 και η κλιματική κρίση.

- Τεχνικές ενίσχυσης της ανθεκτικότητας σε συνθήκες αντιμετώπισης κρίσιμων γεγονότων.

Γιατί να το παρακολουθήσει κανείς;

Οι συμμετέχοντες στο Σεμινάριο θα έχουν την ευκαιρία να εκπαιδευτούν σε θέματα που αφορούν :

- Τη διαχείριση αντιδράσεων των παιδιών κι εφήβων σε ακραία γεγονότα και ψυχική ανθεκτικότητα
- Τους προστατευτικούς παράγοντες που προάγουν την ανθεκτικότητα σε αντίξοες περιόδους
- Την Ψυχολογική ανθεκτικότητα και τον τρόπο που ενισχύεται σε παιδιά και εφήβους σε καταστάσεις κρίσεων
- Τα επτά βήματα που πρέπει να ακολουθούμε όταν ένα παιδί βρίσκεται σε κρίση
- Τον τρόπο που προσαρμόζονται τα παιδιά και οι έφηβοι στο φαινόμενο της κλιματικής αλλαγής, της πανδημίας, των κακών ειδήσεων και του πολέμου.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 15.30 – 17.30 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 9

Αίθουσα Β1

. Πολιτισμικά προσαρμοσμένη γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων

Οργανώτρια: **Αναστασίου Θεοδώρα**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Τα τελευταία χρόνια πολλές χώρες καθίστανται όλο και περισσότερο πολιτισμικά, θρησκευτικά και φυλετικά ποικιλόμορφες (Naeem et al., 2019), καλώντας τους θεραπευτές να διαχειριστούν τα θέματα ψυχικής υγείας και τη θεραπευτική πρακτική υπό ένα διαπολιτισμικό πρίσμα. Η μελέτη των πολιτισμικών παραγόντων στη διαπολιτισμική εφαρμογή της ψυχοθεραπείας είναι ένα αναδυόμενο πεδίο (Naeem et al., 2019). Η βιβλιογραφία επισημαίνει ότι οι πολιτισμικές διαφορές και η αδυναμία παροχής πολιτισμικά ικανών και προσαρμοσμένων ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων οδηγεί σε ανισότητες, με κακή πρόσβαση στις διαθέσιμες υπηρεσίες και αρνητική επιρροή της θεραπευτικής διαδικασίας και του θεραπευτικού αποτελέσματος για άτομα εθνοτικών μειονοτήτων (Bhui 2010; Kirmayer 2012; Barrera 2013; Rathod 2014; Edge 2018). Η πλειοψηφία των θεραπευτικών παρεμβάσεων, μεταξύ των οποίων και η γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία (CBT) αναπτύχθηκαν στη Δύση και διακατέχονται από δυτικές πολιτισμικές αξίες (Scorzelli 1994). Ως εκ τούτου, απαιτούνται προσπάθειες πολιτισμικής προσαρμογής της CBT για θεραπευόμενους που αποτελούν εθνοτικές μειονότητες στη Δύση και τοπικούς πληθυσμούς εκτός Δύσης.

Μία σημαντική πτυχή της είναι η εξατομίκευση στις ιδιαίτερες ανάγκες του ατόμου, καθιστώντας την ιδανική για πολιτιστική προσαρμογή. Σε μια πρόσφατη ανασκόπηση μετα-αναλύσεων πολιτισμικά προσαρμοσμένων παρεμβάσεων, διαπιστώθηκε ότι η CBT ήταν η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη, πολιτισμικά προσαρμοσμένη θεραπεία (Rathod 2018). Πρόκειται κυρίως για προσαρμογή στον τρόπο παροχής της θεραπείας και επικεντρώνεται σε τρεις κύριους τομείς: i) ευαισθητοποίηση ως προς την εκάστοτε κουλτούρα και συναφή θέματα, ii) αξιολόγηση και iii) προσαρμογή των θεραπευτικών τεχνικών, χωρίς ωστόσο συμβιβασμούς στη θεωρητική βάση της CBT (Naeem, 2012 & 2020).

Στο εργαστήριο θα συζητηθούν βασικά θέματα και κλινικά παραδείγματα που αφορούν την πολιτισμική προσαρμογή της γνωσιακής συμπεριφοριστικής θεραπείας παιδιών και εφήβων, την ενίσχυση της πολιτισμικής επάρκειας του θεραπευτή και τις απαιτήσεις που ενέχει η θεραπεία για τον ίδιο αφού καλείται να εξετάσει και τη δική του κουλτούρα ώστε να διαμορφώσει μία αυθεντική και αποτελεσματική θεραπευτική σχέση.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 17.00 – 17.30 ΟΜΙΛΙΑ 4

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Μετάβαση από την Ανάλυση της Συμπεριφοράς στη Συστημική Ανάλυση της Συμπεριφοράς ως Παρέμβαση Επιλογής για τη Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος

Ομιλήτρια: **Γενά Αγγελική**, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Πρόεδρος: **Γιαννοπούλου Ιωάννα**, ΕΚΠΑ, ΙΕΘΣ

Η Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ), εκτός του ότι συνδέεται με έναν διαρκώς αυξανόμενο επιπολασμό, εξακολουθεί να παραμένει μια διαταραχή τα αίτια της οποίας δεν έχουν εντοπιστεί και με φαινότυπο ιδιαίτερος ανομοιογενή που εκτείνεται σε ένα ευρύ φάσμα. Συνεπώς, υπάρχουν πολλά ερωτήματα σχετικά με τη ΔΑΦ που παραμένουν αναπάντητα και μια αέναη προσπάθεια να προσδιορίσουμε την πολυπλοκότητα των παρεμβάσεων που θα καταφέρουν να καλύψουν σφαιρικά τις ανάγκες του παιδιού με ΔΑΦ και της οικογένειάς του. Η παρούσα εισήγηση αποτελεί μια προσπάθεια απάντησης στα πολλαπλά ερωτήματα που ανακύπτουν σε σχέση με την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών παρεμβάσεων και αναδεικνύει την ανάγκη σύνθεσης επιστημολογικών παραδειγμάτων ώστε να καλυφθούν πληρέστερα οι ανάγκες του παιδιού, της οικογένειας και του εκπαιδευτικού πλαισίου. Συγκεκριμένα, προτείνεται η σύνθεση δύο παραδειγμάτων: της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς και της Γενικής Θεωρίας Συστημάτων καθώς κρίνονται ως συμβατά μεταξύ τους, αλλά και συμπληρωματικά, και, επιπλέον, αμφότερα διαθέτουν τόσο ένα πλούσιο θεωρητικό υπόβαθρο όσο και πλήθος εφαρμογών για το ίδιο το παιδί και για την οικογένειά του. Θα τεθούν κάποια καίρια ερωτήματα σχετικά με το τι συνιστά βέλτιστη θεραπευτική παρέμβαση για την ΔΑΦ τα οποία θα απαντηθούν βάσει των παραδοχών της προτεινόμενης σύνθεσης την οποία ονομάζουμε Συστημική Ανάλυση της Συμπεριφοράς.

Λέξεις Κλειδιά: Ανάλυση της Συμπεριφοράς, Γενική Θεωρία Συστημάτων, ΔΑΦ, θεραπευτικές παρεμβάσεις

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03_ 18.00 – 20.00 ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΟΜΙΛΙΑ

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΣΗ: Συναισθηματική ανθεκτικότητα, αυτορρύθμιση και Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία στα παιδιά

Ομιλήτρια: **Ζαφειροπούλου Μαρία**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πρόεδρος: **Καλαντζή - Αζίζι Αναστασία**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Βράβευση της **Ζαφειροπούλου Μαρίας**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ ΚΥΡΙΑΚΗ 12 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.00 – 09.30 ΟΜΙΛΙΑ 5

Αμφιθέατρο II

Εκφραστικά μέσα, επιρροές από τη Θεραπεία Σχημάτων και άλλες προσεγγίσεις στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία παιδιών με Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή

Ομιλήτρια: **Αγγελική Τερτίπη**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς
Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Η Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεραπεία είναι η θεραπεία εκλογής για την Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή σε παιδιά. Για να είναι η θεραπεία αποτελεσματική, είναι απαραίτητο να είναι κατανοητή και ελκυστική, προσαρμοσμένη στις αναπτυξιακές και συναισθηματικές ανάγκες του κάθε παιδιού.

Με κεντρικό άξονα το θεραπευτικό πρωτόκολλο της ΓΣΘ των March & Mullen, "Talking back to OCD", θα παρουσιαστούν διάφορα εκφραστικά μέσα, δημιουργικές και βιωματικές τεχνικές, με βασική επιρροή από το σκεπτικό κατανόησης και διατύπωσης περίπτωσης της Θεραπείας Σχημάτων, αλλά επιπλέον από την παιγνιοθεραπεία, την αφηγηματική θεραπεία, τη δραματοθεραπεία κ.ά., τα οποία μπορούν να ενσωματωθούν στη θεραπεία των παιδιών στη φάση της ψυχοεκπαίδευσης, καθώς και της έκθεσης και παρεμπόδισης αντίδρασης. Σκοπός της παρουσίασης είναι η έμφαση στην ανάγκη για μια θεραπεία ευέλικτη, δημιουργική και προσαρμοσμένη στις ανάγκες του κάθε παιδιού με ΙΨΔ, και ο εμπλουτισμός της προσέγγισης των ΓΣ θεραπευτών που ασχολούνται με τη θεραπεία παιδιών με ΙΨΔ, με βιωματικές και δημιουργικές τεχνικές που θα ενισχύσουν την κατανόηση και το κίνητρο των παιδιών για τη θεραπεία, τη θεραπευτική σχέση και εν τέλει την αποτελεσματικότητα της θεραπείας.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.00 – 11.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 10

Αίθουσα Α1

Εφαρμόζοντας την Παιγνιοθεραπεία στο παιδί με προβλήματα διαχείρισης θυμού

Οργανώτρια: **Βογοπούλου Μαριμπέλλα**, Μητροπολιτικό Κολλέγιο

Ο θυμός στα παιδιά και η διαχείριση αυτού αποτελούν ένα πολύ συχνό λόγο παραπομπής σε ειδικούς της ψυχικής υγείας. Πρόκειται για ένα από τα 6 βασικά συναισθήματα το οποίο χαρακτηρίζεται από μεγάλη ετερογένεια και πολυπλοκότητα στη προέλευση του, στα χαρακτηριστικά γνωρίσματά του, στις παρατηρούμενες συμπεριφορές του θυμωμένου παιδιού, καθώς τέλος και στις προσεγγίσεις και μεθόδους αντιμετώπισής του.

Στο εργαστήριο αυτό στοχεύουμε στο να παρουσιάσουμε στους συμμετέχοντες τον τρόπο αξιοποίησης της Παιγνιοθεραπείας σε παιδιά με προβλήματα διαχείρισης θυμού.

Η Παιγνιοθεραπεία θεωρείται μια από τις πιο αποτελεσματικές θεραπευτικές παρεμβάσεις, αφού σε αυτές τις ηλικίες, το παιχνίδι είναι το κατεξοχήν μέσο έκφρασης και επικοινωνίας τους. Η Παιγνιοθεραπεία δίνει τη δυνατότητα σε όσους εμπλέκονται με παιδιά και εφήβους (μέσα από τους πολλαπλούς τομείς της ψυχικής υγείας, της εκπαίδευσης, της ειδικής αγωγής) να συναντήσουν και να δουλέψουν με το παιδί ως ολότητα, σε πολλές διαστάσεις και μέσω όλων των αισθήσεών του. Μέσω του παιχνιδιού, το παιδί αναπτύσσει μια συμπληρωματική γλώσσα –συχνά πιο συμβατή με τον τρόπο λειτουργίας και σκέψης του.

Κατά τη διάρκεια αυτού του εργαστηρίου, θα παρουσιαστούν αρχικά οι λόγοι που οδηγούν ένα παιδί να υιοθετεί συμπεριφορές που χαρακτηρίζονται από θυμό και επιθετικότητα και θα αναλυθούν στη συνέχεια οι τρόποι με τους οποίους η Παιγνιοθεραπεία και οι δημιουργικές τέχνες μπορούν να βοηθήσουν στη διαχείριση του θυμού και των ξεσπασμάτων οργής. Θα ακολουθήσει γνωριμία με βιωματικό τρόπο με τα βασικά παιγνιοθεραπευτικά εργαλεία και την αξιοποίηση αυτών στην παρέμβαση σε παιδιά με προβλήματα διαχείρισης θυμού. Μέσα από την ενεργό συμμετοχή του, το κοινό θα έχει την ευκαιρία να βιώσει τη θεραπευτική δύναμη της Παιγνιοθεραπείας και να κατανοήσει αυτό που ο Gary Landreth εύστοχα παρατήρησε για το παιχνίδι: «Στην Παιγνιοθεραπεία τα παιχνίδια είναι οι λέξεις και το παιχνίδι η γλώσσα του παιδιού».

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.00 – 11.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 11

Αίθουσα Α5

Όχι άλλα μυστικά! Ένα πρόγραμμα πρόληψης παιδικής σεξουαλικής κακοποίησης στην ειδική εκπαίδευση

Οργανώτριες: **Γιαννάκη Αναστασία**, Ειδικό Δημοτικό Σχολείο & **Νικολαδάκη Μαρία**, Ειδικό Δημοτικό Σχολείο

Το πρόγραμμα «Όχι άλλα μυστικά» δημιουργήθηκε σε Ειδικό δημοτικό σχολείο, με στόχο την πρόληψη της παιδικής σεξουαλικής κακοποίησης. Η ανάγκη εφαρμογής αυτού του προγράμματος προέκυψε από την κοινή διαπίστωση της απουσίας ουσιαστικής εκπαίδευσης στην αυτοπροστασία. Στην ομάδα συμμετείχαν τέσσερα αγόρια και ένα κορίτσι σε προ-εφηβική και εφηβική ηλικία. Βασικές επιδιώξεις ήταν η πρόληψη και η αντίδραση των παιδιών σε μια ενδεχόμενη κακοποίηση, καθώς και η ενεργοποίηση και εμπλοκή των γονέων τους. Η επίτευξη των στόχων έγινε με τον συνδυασμό της βιωματικής, διερευνητικής και ομαδοσυνεργατικής μεθοδολογίας, προσαρμοσμένες στο νοητικό δυναμικό των παιδιών. Παρά τις δυσκολίες και τους περιορισμούς, οι μαθητές/τριες κατάφεραν να ανταποκριθούν θετικά στις προσδοκίες του προγράμματος. Βασική προϋπόθεση για την σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών αυτών αποτελεί η συνεχής ανατροφοδότηση από τους γονείς και το σχολείο.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.00 – 11.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 12

Αίθουσα Β1

Η Εκπαίδευση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης Στη Σχολική Κοινότητα

Οργανώτριες: **Παπαγεωργίου Μαρία**, Therapy plan & **Μπουγονικολού Ελευθερία**, Therapy plan

Από την απαρχή της ζωής μας βιώνουμε συναισθήματα, τα οποία διαρκώς μεταβάλλονται, περιπλέκονται και εξελίσσονται με τα αναπτυξιακά μας στάδια. Στο εκπαιδευτικό σύστημα της Ελλάδας ωστόσο, σπανίως υπάρχει διαθέσιμος χώρος και χρόνος για την έκφραση, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων των

μαθητών. Η συναισθηματική νοημοσύνη ή συναισθηματικός αλφαριθμητισμός αφορά την αναγνώριση, κατανόηση, επεξεργασία και διαχείριση των συναισθημάτων του ίδιου του ατόμου καθώς και των συναισθημάτων των άλλων μέσω της ενσυναίσθησης. Στόχος του παρόντος βιωματικού εργαστηρίου είναι η εστίαση στη σημασία της εισαγωγής καθώς και εκπαίδευσης της συναισθηματικής νοημοσύνης τόσο των επαγγελματιών ψυχικής υγείας όσο και του σχολικού και οικογενειακού πλαισίου, καθώς η συναισθηματική νοημοσύνη είναι μία ικανότητα που μαθαίνεται και μπορεί να εξελιχθεί μέσα από την εξάσκηση και εξοικείωση. Πληθώρα ερευνητικών μελετών έχουν παρατηρήσει ότι ενήλικες με ισορροπημένη ψυχική υγεία, υψηλή εργασιακή απόδοση, ποιοτικές κοινωνικές επαφές, καλύτερη αυτοεικόνα καθώς και ηγετική ικανότητα είναι άνθρωποι με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, γεγονός που αποδεικνύει την αναγκαιότητα εκμάθησής της ήδη από την παιδική ηλικία. Μέσα από την Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεωρία (CBT) και την Θεραπεία μέσω Τέχνης θα χρησιμοποιηθούν ψυχο-εκπαιδευτικές τεχνικές και εργαλεία με σκοπό να παρουσιαστούν κατάλληλα εργαλεία ένταξης και εκπαίδευσης της συναισθηματικής νοημοσύνης στα σχολεία.

Λέξεις - κλειδιά: συναισθηματικός αλφαριθμητισμός, συναισθηματική νοημοσύνη, «σχολείο συναισθημάτων»

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.30 – 11.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 7 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Γνωσιακές – συμπεριφορικές παρεμβάσεις εστιασμένες σε παιδιά και εφήβους στο χώρο της Ψυχολογίας της Υγείας

Πρόεδρος και συζητητής **Καραδήμας Ευάγγελος**, Πανεπιστήμιο Κρήτης

Μεσολαβών: **Καλαντζή-Αζίζι Αναστασία**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η προσαρμογή σε διάφορα προβλήματα υγείας αποτελεί μια πολύπλευρη διαδικασία που απαιτεί την αξιοποίηση πολλών από τα διαθέσιμα και τις ικανότητες του ατόμου, ειδικά αν αυτοί είναι παιδιά ή έφηβοι, αλλά και των οικογένειών τους. Η λειτουργική προσαρμογή σε ένα πρόβλημα υγείας είναι προαπαιτούμενη προκειμένου το άτομο να διατηρήσει ένα σχετικά καλό επίπεδο ψυχικής υγείας, αλλά και για να μην αναπτυχθούν δευτερογενή προβλήματα (π.χ., ελλιπής τήρηση των ιατρικών οδηγιών, αποφυγή των απαραίτητων αλλαγών στον τρόπο ζωής) τα οποία, με τη σειρά τους, θα επιβαρύνουν τη συνολική υγεία. Έτσι, η παροχή της κατάλληλης ψυχολογικής υποστήριξης είναι αναγκαία ώστε να διασφαλιστούν οι συνθήκες εκείνες που θα προάγουν την προσαρμογή στο πρόβλημα υγείας και την ευεξία του ατόμου. Αν και στη χώρα μας, η παροχή τέτοιας στήριξης δεν είναι πάντα αυτονόητη, και σίγουρα όχι γενικευμένη, υπάρχει πλέον αρκετή τεχνογνωσία και σχετική εμπειρία που χρειάζεται να αναδειχθεί. Στο πλαίσιο αυτό, σκοπός του Συμποσίου μας είναι να παρουσιαστούν τέσσερις σχετικές προσπάθειες, οι οποίες αφορούν σε διαφορετικά ζητήματα/προβλήματα υγείας και έχουν διαφορετική στόχευση. Έχουν, όμως, κοινό θεωρητικό και εμπειρικό υπόβαθρο: τη γνωσιακή – συμπεριφορική προσέγγιση. Η πρώτη παρουσίαση αφορά στην ανάπτυξη ψηφιακών παρεμβάσεων βασισμένων στη Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης για εφήβους, οι οποίες έχουν ως στόχο την αποτελεσματική αλλαγή συμπεριφοράς και την αύξηση της ποιότητας ζωής σε διάφορους πληθυσμούς. Οι δύο επόμενες παρουσιάσεις περιλαμβάνουν μελέτες περίπτωσης με έμφαση στις στρατηγικές παρέμβασης που χρησιμοποιήθηκαν και την αποτελεσματικότητά τους. Η μία αναφέρεται σε ένα περιστατικό νεοπλασίας, και η δεύτερη σε ένα παιδί με πρόβλημα βάρους.

Η τελευταία παρουσίαση αφορά σε μια προσπάθεια προαγωγής της δημόσιας υγείας παιδιών και εφήβων μέσω της αφήγησης ιστοριών υπό το πρίσμα της γνωσιακής – συμπεριφορικής προσέγγισης. Έτσι, οι

παρουσιάσεις αυτές καλύπτουν όλο σχεδόν το φάσμα της παρέμβασης, από την πρόληψη ως και την αντιμετώπιση σοβαρών ζητημάτων υγείας.

Ομιλία 1 - Ψηφιακές παρεμβάσεις βασισμένες στη Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης για εφήβους

Καρεκλά Μαρία, Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχεδόν το 50% του πληθυσμού της γης κατέχει κινητό τηλέφωνο ή έχει συχνή επαφή με το διαδίκτυο. Ιδιαίτερα οι έφηβοι είναι αρκετά εξοικειωμένοι με τη χρήση ψηφιακών και έτσι δεν εκπλήττει ότι αυτά τα μέσα προσφέρουν ευκαιρίες για παροχή παρεμβάσεων και θεραπειών. Η ψηφιοποίηση των κοινωνιών μαζί με τις αυξημένες ανάγκες για την αυτο-διαχείριση προβλημάτων με χαμηλό κόστος, σε χώρο και χρόνο που εξυπηρετεί τις ανάγκες του κάθε ατόμου, προσφέρει ιδιαίτερες ευκαιρίες για καινοτόμους τρόπους παροχής υπηρεσιών. Ψηφιακές παρεμβάσεις βασισμένες στη Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης κερδίζουν έδαφος στον τομέα αυτό χάρις στην ικανότητα τους να επιτυγχάνουν αποτελεσματική αλλαγή συμπεριφοράς και αύξηση της ποιότητας ζωής σε διάφορους πληθυσμούς. Η παρούσα εισήγηση θα παρουσιάσει ψηφιακά προγράμματα του εργαστηρίου ACThealthy βασισμένα στις αρχές της Θεραπείας Αποδοχής και Δέσμευσης και προσαρμοσμένα σε εφηβικό πληθυσμό και θα συζητήσει την αποτελεσματικότητά τους σε εφήβους με διάφορα θέματα συμπεριφοράς υγείας (π.χ. διακοπή του καπνίσματος, πρόληψη διατροφικών διαταραχών).

Ομιλία 2 - Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία παιδιού προσχολικής ηλικίας με νεοπλασματική νόσο: Μελέτη περίπτωσης

Μαυροειδής Γεώργιος Πανεπιστήμιο Κρήτης και Παγκρήτιος Σύλλογος Γονέων και Φίλων Παιδιών με Νεοπλασία «Ηλιαχτίδα»

Παρότι πλήθος εμπειρικών δεδομένων υποστηρίζουν την αποτελεσματικότητα της Γνωσιακής-Συμπεριφοριστικής Θεραπείας (ΓΣΘ) για ενήλικες με νεοπλασματικές νόσους, η τρέχουσα βιβλιογραφία σχετικά με την αποτελεσματικότητά της στον παιδιατρικό καρκίνο είναι σημαντικά μικρότερη. Η παρούσα κλινική μελέτη περίπτωσης παρουσιάζει την αξιοποίηση μίας σειράς παρεμβάσεων Γνωσιακής-Συμπεριφοριστικής προέλευσης για τη βελτίωση της προσαρμογής στη νόσο και την αντιμετώπιση των συμπεριφορικών και συναισθηματικών δυσκολιών ενός παιδιού με νεοπλασματική νόσο. Η ασθενής ήταν ένα κορίτσι πέντε ετών με αιμαγγείωμα χοριοειδούς δεξιού οφθαλμού με ευερεθιστότητα και συμπτώματα υπερκινητικότητας. Το πρόγραμμα παρέμβασης αποτελούνταν από οκτώ ατομικές συνεδρίες με το παιδί, το οποίο περιελάμβανε αναπτυξιακά κατάλληλες γνωσιακές και συμπεριφοριστικές παρεμβάσεις βασισμένες σε παιχνίδια και τη χρήση φαντασίας, καθώς και από πέντε συνεδρίες με τη συμμετοχή των γονέων. Μεταξύ των παρεμβάσεων που αξιοποιήθηκαν συγκαταλέγονται: η ψυχοεκπαίδευση γονέων και παιδιού, η εκπαίδευση σε χαλάρωση, η δημιουργία ενός προγράμματος ανταμοιβών και η χρήση θεραπευτικών ιστοριών για την αναδόμηση δυσπροσαρμοστικών γνωσιών. Πριν και μετά την παρέμβαση οι γονείς συμπλήρωσαν συστοιχία κλιμάκων για την αξιολόγηση των συναισθηματικών και συμπεριφορικών δυσκολιών του παιδιού και την εκτίμηση των δικών τους επιπέδων επιβάρυνσης. Κατά την παρουσίαση θα γίνει αναλυτική περιγραφή των ποσοτικών και ποιοτικών δεδομένων αξιολόγησης της αποτελεσματικότητας της παρέμβασης που πραγματοποιήθηκε. Παρεμβάσεις βασισμένες στη ΓΣΘ μπορούν να αποτελέσουν ένα χρήσιμο εργαλείο για τη βελτίωση της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής και

των συναισθηματικών και συμπεριφορικών δυσκολιών παιδιών που βιώνουν την εμπειρία μίας νεοπλασματικής νόσου.

Ομιλία 3 - Η σημασία της συμπερίληψης των γονέων στις ΓΣΘ των παιδιών: Μελέτη περίπτωσης σε παιδί με πρόβλημα βάρους

Φλουρή Μαγδαληνή, Πανεπιστήμιο Κρήτης

Τις τελευταίες δεκαετίες οι διατροφικές συνήθειες των Ελληνόπουλων μεταβάλλονται προς το χειρότερο. Το ποσοστό των παιδιών που είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα φτάνει το 40% κατατάσσοντάς μας σε μια από τις υψηλότερες θέσεις στην Ευρώπη. Η παιδική παχυσαρκία έχει σοβαρές σωματικές και ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις και είναι σημαντική η έγκαιρη διαχείρισή της. Κατά την παρουσίαση αυτή, θα εξεταστεί η περίπτωση της Τ.Κ, ενός υπέρβαρου κοριτσιού 9 χρονών με υπερχοληστερολαιμία και οδοντικά προβλήματα. Η Τ.Κ συμμετείχε σε ένα Γνωστικό Συμπεριφορικό Πρόγραμμα διαχείρισης των συμπτωμάτων της και συμπερίληψης της σωματικής άσκησης στην καθημερινή της ζωή. Επιπλέον, καθώς αρνείτο να δοκιμάσει και να καταναλώσει ομάδες τροφών, πραγματοποιήθηκε εκπαίδευση σε στρατηγικές ενσυνειδητότητας και σταδιακή έκθεση στις τροφές αυτές. Η παρέμβαση επεκτάθηκε έτσι ώστε να συμπεριλάβει τους γονείς. Συγκεκριμένα, διερευνήθηκαν οι δυσλειτουργικές σκέψεις των γονέων και οι πεποιθήσεις τους για την ικανότητα τους να διαχειριστούν την κατάσταση, ενώ πραγματοποιήθηκε εκπαίδευση και τροποποίηση των συμπεριφορών υγείας των γονέων, των συμπεριφορών που σχετίζονται με την παρουσία και κατανάλωση φαγητών, αλλά και τον τρόπο και το είδος των επιβραβεύσεων που έδιναν στο παιδί. Παράλληλα, έγινε παρέμβαση στο σχολικό περιβάλλον. Σκοπός της παρουσίασης είναι να καταστεί σαφές πως στις παιδικές παρεμβάσεις η ενεργή και σταθερή εμπλοκή των γονέων είναι καθοριστικής σημασίας.

Ομιλία 4 – Ιστορίες για τα παιδιά την εποχή της πανδημίας. Το παράδειγμα της Ιολίνας και του Κορονάκου. Μια βιβλιογραφική και ερευνητική προσέγγιση

Δρίτσα Νίκη Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Στις αρχές του 2020, η πανδημία του κορωνοϊού (Covid-19) προστέθηκε στα ήδη υπάρχοντα προβλήματα της δημόσιας υγείας, δημιουργώντας εύλογα αρνητικό αντίκτυπο στην ψυχική ευημερία τόσο των ενηλίκων όσο και των παιδιών. Ο σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την αποτελεσματικότητα της αφήγησης ιστοριών στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών εν καιρώ πανδημίας μέσω της ψυχοκοινωνικής παρέμβασης «Ιολίνα & Κορονάκος». Στην έρευνα συμμετείχαν εκατόν δεκαπέντε μαθητές προσχολικής και σχολικής ηλικίας 5-11 ετών, 62 αγόρια (53,9%) και 53 κορίτσια (46,1%) από τον γενικό πληθυσμό της Ελλάδος. Η έρευνα βασίστηκε σε πέντε διαφορετικές ιστορίες της Ιολίνας και του Κορονάκου. Χορηγήθηκε ερωτηματολόγιο πριν και μετά τη παρέμβαση, όπου εξέταζε την ανησυχία/αβεβαιότητα, την τήρηση οδηγιών προστασίας από τον ιό, τις συναισθηματικές στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων και τα επίπεδα αισιοδοξίας. Τα ευρήματα ανέδειξαν την αποτελεσματικότητα του προγράμματος στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών, αφού τα παιδιά παρουσίασαν μειωμένα επίπεδα ανησυχίας και αυξημένα επίπεδα τήρησης οδηγιών, συναισθηματικών στρατηγικών επίλυσης προβλημάτων και αισιοδοξίας. Η διήγηση ιστοριών, ως θεραπευτικό εργαλείο, βοηθά τα παιδιά να αντιληφθούν τα συναισθήματά τους, να τροποποιήσουν τις γνώσεις τους, να αναπτύξουν την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων, να υιοθετήσουν λειτουργικότερες πεποιθήσεις και συμπεριφορές και να αυξήσουν τα επίπεδα αυτο-αποτελεσματικότητας τους. Η συγκεκριμένη έρευνα αποτελεί μια πρώτη απόπειρα για την

προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών σε περιόδους πανδημίας μέσω της αφήγησης ιστοριών υπό το πρίσμα της ΓΣΘ, τόσο στην Ελλάδα όσο και παγκοσμίως, καλλιεργώντας το έδαφος για την διεξαγωγή περαιτέρω ερευνών που θα στοχεύουν στη δημιουργία παρεμβάσεων ειδικά σχεδιασμένων για την καλύτερη διαχείριση και αντιμετώπιση της πανδημικής κρίσης στα παιδιά και την προαγωγή της δημόσιας υγείας.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 09.30 – 11.00 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 8 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο II

Σύγχρονες τάσεις και εξελίξεις στη Θεραπεία Σχημάτων σε παιδιά και εφήβους

Πρόεδρος: **Γεωργία Κακλαμάνη**, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Συζητήτρια: **Ιωάννα Λάτση**, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Η Θεραπεία Σχημάτων είναι μία σύγχρονη θεραπευτική προσέγγιση που συνδυάζει στοιχεία από διάφορες θεωρητικές και θεραπευτικές προσεγγίσεις (θεωρία του δεσμού, θεωρίες συναισθηματικών αναγκών, γνωσιακή συμπεριφοριστική προσέγγιση, προσεγγίσεις εστιασμένες στο συναίσθημα, ψυχοδυναμικές προσεγγίσεις κ.ά.) ως προς την κλινική κατανόηση και το σχεδιασμό της παρέμβασης. Ξεκίνησε με στόχο τη διαμόρφωση ενός εμπειρικά τεκμηριωμένου μοντέλου παρέμβασης για την Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας, αλλά στην πορεία ελίχθηκε και διευρύνθηκε ως προς την αντιμετώπιση και άλλων διαταραχών προσωπικότητας, καθώς και άλλων κλινικών καταστάσεων και πληθυσμών (παιδιά και έφηβοι, ζευγάρια). Η Θεραπεία Σχημάτων σε παιδιά και εφήβους είναι ένας ταχέως αναπτυσσόμενος τομέας, με πλούσια ερευνητική και κλινική δράση.

Ομιλία 1 - “Μαμά, μπαμπά... αυτό που θέλω να σας πω...”: Η πυρηνική συναισθηματική ανάγκη της ελευθερίας έκφρασης. Κλινική εργασία με παιδιά και γονείς.

Ρόζα Λάιους, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Παρουσιάζεται η πυρηνική συναισθηματική ανάγκη της ελευθερίας έκφρασης αναγκών, μέσα από το πρίσμα ψυχοεκπαιδευτικών ομάδων γονέων και παιδιών. Παρουσιάζεται το περιεχόμενο της αντίστοιχης συνάντησης από την ομάδα των παιδιών και των γονέων. Επιπλέον, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στις ασκήσεις και τις τεχνικές της Θεραπείας Σχημάτων που χρησιμοποιούνται ώστε τα παιδιά να έρθουν σε επαφή με αυτήν την ανάγκη, να την αναγνωρίσουν και να μάθουν να τη διεκδικούν από τους γονείς τους. Επιπρόσθετα, δίνεται έμφαση στις ασκήσεις και τεχνικές της Θεραπείας Σχημάτων που χρησιμοποιούνται στην ομάδα των γονέων προκειμένου να αναγνωρίσουν αυτή την ανάγκη, να μάθουν να την εντοπίζουν στον εαυτό τους, στο Μικρό Παιδί μέσα τους και στο δικό τους παιδί. Σκοπός είναι η μεγαλύτερη κατανόηση των συναισθηματικών αναγκών των παιδιών, η κατάλληλη και ζεστή ανταπόκριση σε αυτές μέσα από τη δημιουργία/ενίσχυση της μεταξύ τους σύνδεσης.

Ομιλία 2 - Η χρήση δημιουργικών τεχνικών στη Θεραπεία Σχημάτων με παιδιά και εφήβους: Το σκίτσο ως μέσο έκφρασης, ψυχοεκπαίδευσης και θεραπευτικής παρέμβασης.

Κατερίνα Αγγελή, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων, Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών

Στην αξιολόγηση, την κατανόηση και τη θεραπευτική παρέμβαση στα παιδιά και τους εφήβους συχνά χρειάζεται να διερευνηθούν και να αξιοποιηθούν εναλλακτικοί τρόποι έκφρασης και επικοινωνίας, οι

οποίοι συχνά αντλούνται από το χώρο της θεραπείας μέσω τέχνης (π.χ. ζωγραφική, μουσική, δραματοθεραπεία) και της παιγνιοθεραπείας.

Ο τρόπος με τον οποίο δομείται η διατύπωση περίπτωσης και η θεραπευτική παρέμβαση στη Θεραπεία Σχημάτων, καθώς και οι κεντρικές της έννοιες (σχήματα, τρόποι λειτουργίας, συναισθηματικές ανάγκες) αποτελούν πρόσφορο έδαφος για τη χρήση δημιουργικών τεχνικών. Θα παρουσιαστούν τρόποι χρήσης του σκίτσου στην αξιολόγηση, την ψυχοεκπαίδευση και τη θεραπευτική παρέμβαση σε παιδιά και εφήβους, μέσω παραδειγμάτων από την κλινική πράξη.

Ομιλία 3 -Βραχύχρονο θεραπευτικό πρόγραμμα βασισμένο στη Θεραπεία Σχημάτων σε εφήβους με στοιχεία Οριακής Διαταραχής Προσωπικότητας

Αθανασία Δ. Μακρή, Β΄ Ψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο «ΑΤΤΙΚΟΝ» **Ιωάννα Γιαννοπούλου**, Β΄ Ψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο «ΑΤΤΙΚΟΝ» **Αικατερίνη Αγγελή**, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Εισαγωγή: Όλο και μεγαλύτερο ερευνητικό ενδιαφέρον υπάρχει στη διάγνωση της ΟΔΠ στους εφήβους δεδομένου ότι οι δυσκολίες που εμφανίζουν στην ψυχοκοινωνική λειτουργικότητα και ειδικότερα στις διαπροσωπικές σχέσεις είναι αρκετά έντονες. Ο σκοπός της συγκεκριμένης μελέτης, η οποία αποτελεί μέρος διδακτορικής διατριβής, εν εξελίξει, είναι η ανάπτυξη ενός πρωτοκόλλου βραχείας ομαδικής θεραπείας σχημάτων σε εφήβους με στοιχεία ΟΔΠ. Στα πλαίσια του συνεδρίου παρουσιάζεται το θεωρητικό υπόβαθρο, η βασική δομή του προγράμματος παρέμβασης και η μεθοδολογία που θα ακολουθηθεί.

Μέθοδος: Το δείγμα θα αποτελέσουν 80 έφηβοι ηλικίας 14 έως 18 ετών οι οποίοι με τυχαίο τρόπο θα χωριστούν στην πειραματική ομάδα (N=40) και στην ομάδα ελέγχου (N=40). Θα πραγματοποιηθούν πέντε θεραπευτικές ομάδες με την κάθε ομάδα να πραγματοποιεί ένα πρόγραμμα παρέμβασης 36 συνεδριών. Όλοι οι συμμετέχοντες θα κληθούν να συμπληρώσουν μια σειρά από ερωτηματολόγια σε συγκεκριμένες φάσεις του προγράμματος. Το αρχικό ερευνητικό ερώτημα ως προς την αποτελεσματικότητα θα μελετηθεί με συναφειακούς και πολυπαραγοντικούς ελέγχους μεταξύ των ομάδων με τη χρήση της ανάλυσης διακύμανσης και συνδιακύμανσης.

Αποτελέσματα/Στόχος: Η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του πρωτοκόλλου παρέμβασης στη μείωση των συμπτωμάτων και στη βελτίωση της λειτουργικότητας των συμμετεχόντων.

Ομιλία 4 -Θεραπεία Σχημάτων μέσω Διαδικτύου

Ασπασία Νίκα, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων, Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών

Την τελευταία δεκαετία, έχει υπάρξει ένα έντονο επιστημονικό ενδιαφέρον για την ανάπτυξη ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων με τη χρήση τηλεπικοινωνιακών τεχνολογιών σε ενήλικες αλλά και σε εφήβους. Η εξοικείωση των εφήβων με την τεχνολογία, αλλά και τις τεχνολογικές πλατφόρμες επικοινωνίας έχουν οδηγήσει στην ολοένα αυξανόμενη ανάπτυξη προγραμμάτων διαδικτυακών ψυχολογικών παρεμβάσεων. Κάποιες φορές, ωστόσο, η παροχή θεραπείας μέσω τεχνολογικών εφαρμογών αντιμετωπίζεται με σκεπτικισμό στην κλινική πράξη, καθώς στερείται φυσικής παρουσίας του θεραπευτή και του θεραπευόμενου. Και πράγματι δημιουργείται μια διαφορετική συνθήκη για την συνεδρία: δεν υποδέχεται ο θεραπευτής στο γραφείο του τον θεραπευόμενο, αλλά μοιράζονται οι δύο πια το δικό τους προσωπικό χώρο. Πως μπορεί αυτό να επηρεάζει τη θεραπευτική σχέση και το θεραπευτικό πλαίσιο; Τίθεται ίσως μια πρόκληση για την προσέγγιση της Θεραπείας Σχημάτων: μπορούν οι έννοιες της γονεϊκής διορθωτικής στάσης και της ενσυναίσθησης να λειτουργήσουν αποτελεσματικά με τρόπο που να

αντισταθμίζει τους περιορισμούς του διαδικτυακού μέσου; Θα μπορούσε ένα τεχνολογικό περιβάλλον να μετατραπεί σε ένα ζεστό και ασφαλές θεραπευτικό πλαίσιο; Πως μπορεί να λειτουργήσει η Θεραπεία Σχημάτων στους εφήβους, με τη χρήση του Διαδικτύου; Αξιολόγηση: Πότε και γιατί επιλέγουμε τη μέσω διαδικτύου θεραπεία; Ποια είναι τα πλεονεκτήματα και ποια τα κριτήρια επιλογής;

Προϋποθέσεις για τη διαμόρφωση ενός ασφαλούς και σταθερού πλαισίου: Τεχνικές πτυχές, ασφαλείς τεχνολογικές πλατφόρμες και ζητήματα θεραπευτικού συμβολαίου:

- Δεοντολογικά ζητήματα και περιορισμοί
- Τεχνικές εστιασμένες στο συναίσθημα: μπορεί μια τεχνολογική πλατφόρμα να αποτελέσει πεδίο εφαρμογής; (demonstration, εναλλακτικοί τρόποι εφαρμογής της τεχνικής των 2 πολυθρόνων)
- Δυσκολίες και περιορισμοί μέσα από την παρουσίαση μιας κλινικής περίπτωσης

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 11.00 – 11.45 ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΗ ΟΜΙΛΙΑ

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Πώς συνδέομαι μαζί σου: Καλλιεργώντας τη συναισθηματική σύνδεση μεταξύ γονέων και παιδιών

Ομιλήτρια: **Ρόζα Λάιους**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, & Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων Πρόεδρος:
Γαλανάκη Ευαγγελία, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Ποσό πιο υπέροχα θα ένιωθαν τα παιδιά και οι γονείς εάν γνώριζαν πώς να συνδέονται πιο ζεστά και στενά; Πόσο πιο σίγουρο θα ένιωθε ένα παιδί με τον εαυτό του εάν λάμβανε την προσοχή, τη φροντίδα, την αγάπη, την τρυφερότητα, τα όρια, το παιχνίδι που χρειάζεται από τους γονείς του; Και από την άλλη πλευρά, πόσο πιο σίγουρος και ευτυχισμένος θα ένιωθε ένας γονιός εάν γνώριζε τα «τυφλά του σημεία», πώς να διαχειρίζεται τις προσωπικές του δυσκολίες, στιγμές δύσκολες με το παιδί του, και πώς να είναι εκεί να κοιτάζει στα μάτια το παιδί του και να το ακούει προσεκτικά. Όσο είναι κοντά ο γονιός στο παιδί του με τρόπους που το χρειάζεται και ανταποκρίνονται στις πυρηνικές συναισθηματικές του ανάγκες η ζεστασιά και η μεταξύ τους σύνδεση όλο και ανθίζει. Η ασφαλής σύνδεση μεταξύ γονέων-παιδιού έχει βρεθεί από πληθώρα ερευνητικών δεδομένων πως σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα ψυχοπαθολογίας, με υψηλότερη αυτοεκτίμηση, με πιο ασφαλείς και υγιείς σχέσεις με τους συνομηλίκους, με αποδοχή και αγάπη προς τον εαυτό.

Με γνώμονα όλα τα παραπάνω, δημιουργήθηκε ένα ομαδικό ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα για παιδιά και γονείς που στοχεύει στην πρόληψη της ψυχοπαθολογίας στα παιδιά, στην καλλιέργεια ασφαλούς δεσμού και ισχυρής συναισθηματικής σύνδεσης μεταξύ γονέων και παιδιών. Το εν λόγω πρόγραμμα αποτελεί το πρώτο διεθνώς ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα που απευθύνεται σε παιδιά και στους γονείς τους και βασίζεται στη Θεραπεία Σχημάτων. Μέσα από την ομιλία θα αναδειχθεί ο τρόπος με τον οποίο καλλιεργείται και ενδυναμώνεται αυτή η τόσο ουσιώδης σύνδεση τόσο για τα παιδιά όσο και για τους γονείς τους, μέσα από τη συμμετοχή τους στις ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 12.15 – 13.00 ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΗ ΟΜΙΛΙΑ

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Transdiagnostic treatment for overcontrol and loneliness - Radically Open DBT

Ομιλήτρια: **Mima Simic**, Maudsley Centre for Child and Adolescent Eating Disorder
Πρόεδρος: **Γιαννοπούλου Ιωάννα**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Radical Openness Dialectical Behaviour Therapy is a transdiagnostic treatment for various mental health disorders that has been recently applied to eating disorders. One randomised control trial for the resistant depression and OCPD (Lynch, et al., 2020, Gilbert, et al., 2023) and a number of open case pilot studies (Isaksson, et al., 2021, Baudinet, et al., 2020, Baudinet, et al., 2021, Lynch, et al., 2013, Chen, et al., 2015) have been published indicating usefulness of this approach. RO DBT targets overcontrolled personality traits, perfectionism, threat sensitivity, overcautiousness, inhibited emotional expression, cognitive rigidity and emotions like envy and bitterness all leading to loneliness and aloof, distant relationships. Clients are taught to monitor and change their social signalling, activate social safety system, use self-enquiry and learn from other people's feedback to promote their social connection and flexibility. We will summarise RO-DBT structure and the content comprising of weekly individual sessions and skill classes including addressing therapeutic alliance ruptures.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 13.00 – 14.30 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 9 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Συναντήσεις, Παρεμβάσεις, Αντιστίξεις για την γνωσιακή θεραπεία παιδιών και εφήβων.

Πρόεδρος: **Ιωάννα Μπίμπου**, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας
Συζητήτρια: **Αναστασία Καλαντζή-Αζίζι**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Ομιλία 1 - Συναντήσεις της γνωσιακής θεραπείας για παιδιά και εφήβους στο σχολικό πλαίσιο

Ευάγγελος Κανταρτζής, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας

Ολοένα και περισσότερα εμπειρικά ερευνητικά δεδομένα προστίθενται στην κατάδειξη της αποτελεσματικότητας της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας σε πληθώρα ζητημάτων στο σχολικό πλαίσιο. Χρησιμοποιώντας θεραπευτικά μοντέλα που είναι κατανοητά και εφαρμόσιμα από τους εμπλεκόμενους, η ΓΣΘ βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων, συναισθηματικής αυτορρύθμισης, θετικές δεξιότητες και λειτουργικότερα μοτίβα σκέψης και συμπεριφορών. Η βοήθεια της ΓΣΘ φαίνεται τόσο από τους ενδοσχολικούς συμβουλευτικούς σταθμούς, τα προγράμματα που εφαρμόζονται εντός τάξης, τα προγράμματα πρόληψης, όσο και από ομαδικές δράσεις γονέων, εκπαιδευτικών ή μαθητών. Παράλληλα με τα δεδομένα αποτελεσματικότητας, θα παρουσιαστούν ενδεικτικά περιστατικά όπου εφαρμόστηκαν προγράμματα ΓΣΘ.

Ομιλία 2 - Συναντήσεις του σχολικού πλαισίου με «θεραπευτικά» προγράμματα πρόληψης και προώθησης της ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων: Δυνατότητες και περιορισμοί

Μπίμπου Ιωάννα, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας

Η παρουσίαση επικεντρώνεται στην αναγκαιότητα για μια διαλεκτική της παιδαγωγικής και θεραπευτικής γνώσης για την ψυχική υγεία των παιδιών, και στους κινδύνους εργαλειοποίησης προγραμμάτων πρόληψης που αντλούν από τη γνωστική-συμπεριφορική θεραπεία.

Ομιλία 3 - Συναντήσεις των οικογενειών με εμπειρίες ενδοοικογενειακής βίας με το σχολικό πλαίσιο

Αθανάσιος Καρανίκος, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας

Η εισήγηση αυτή επιδιώκει να συζητήσει θέματα που σχετίζονται με βιώματα ενδο-οικογενειακής βίας στα παιδιά και τις πιθανές επιπτώσεις της στο σχολικό πλαίσιο. Η ενδο-οικογενειακή βία στην οποία αναφερόμαστε, αφορά έναν συγκεκριμένο τύπο βίας, δηλαδή την βία που ασκείται εντός του ζευγαριού (γονέων) με τα παιδιά ως μάρτυρες. Μέσα από ερευνητικά δεδομένα του λόγου κακοποιητικών ανδρών/πατέρων, που παραπέμφθηκαν από εισαγγελικούς/ δικαστικούς φορείς για παρακολούθηση συμβουλευτικού προγράμματος για τη βία με βάση το Ν. 3500/ 2006 (Νόμος για ενδο-οικογενειακή βία), συζητάμε το πώς οι ίδιοι κατασκευάζουν το περιεχόμενο της κακοποίησης στο σχολικό πλαίσιο των παιδιών τους. Μας ενδιαφέρουν ιδιαίτερα οι γραμμές επιχειρηματολογίας των συμμετεχόντων και οι επιτελέσεις της, που μπορούν να αξιοποιηθούν από θεραπευτικά μοντέλα για παρεμβάσεις στο σχολείο.

Ομιλία 4 - Συναντήσεις Ομαδικό πρόγραμμα εκπαίδευσης στην ρύθμιση του συναισθήματος για παιδιά και εφήβους, πιλοτική εφαρμογή

Σιαμούλη Φανή, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας

Η εφηβεία αποτελεί μία περίοδο της ζωής με αυξημένες προκλήσεις αλλά και ευκαιρίες για αυτορρύθμιση . Η εκπαίδευση στη ρύθμιση του συναισθήματος μπορεί να βοηθήσει τους εφήβους να αυξήσουν την αυτεπάρκειά τους και να οδηγηθούν με αποτελεσματικότερες γνωστικές, συναισθηματικές και συμπεριφορικές δεξιότητες στην ενηλικίωση. Οι πρώιμες παρεμβάσεις για την ρύθμιση του συναισθήματος φαίνεται ότι προωθούν τη σωματική , συναισθηματική και κοινωνική υγεία και την επίτευξη στόχων . Αποκτούν δε ιδιαίτερη αξία όταν εφαρμόζονται σε παιδιά με ιστορικό δυσμενών συνθηκών κατά την ανάπτυξη και την ανατροφή τους. Ένα τέτοιο ομαδικό πρόγραμμα , βασισμένο στο πρόγραμμα εκπαίδευσης στη ρύθμιση του συναισθήματος EuREKA -Emotion Regulation training for (K) children and Adolescents (Braet & Berking 2019) ,

οργανώνεται από το Πρόγραμμα Εξειδίκευσης στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία Παιδιών και Εφήβων και την Ελληνική Εταιρεία Έρευνας της Συμπεριφοράς , Παράρτημα Μακεδονίας. Παρουσιάζονται οι βασικές αρχές του , η δομή και το περιεχόμενο των συνεδριών καθώς και οι πρώτες εμπειρίες από την εφαρμογή του σε εφήβους στη Βόρεια Ελλάδα .

Ομιλία 5 - Κριτική αποτίμηση δύο περιόδων λειτουργίας του Προγράμματος Εξειδίκευσης στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία Παιδιών και Εφήβων.

Χατζηλάμπου Πέρσα, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας

Η παρουσίαση αφορά τον αναστοχασμό της επιστημονικής ομάδας που έχει την ευθύνη του προγράμματος εκπαίδευσης ψυχοθεραπευτών/τριών παιδιών – εφήβων, σύμφωνα με τις αρχές της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 13.00 – 14.30 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 10

Αμφιθέατρο II

Ψυχοθεραπεία Γνωσιακής Συμπεριφορικής Θεραπείας σε μια Παιδοψυχιατρική Κλινική· Παραδείγματα από την περίπτωση του Ειδικού Ιατρείου ΓΣΘ της Πανεπιστημιακής Παιδοψυχιατρικής Κλινικής ΓΝ Παίδων

Πρόεδρος: **Σύρος Ιωάννης**, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»

Συντονίστρια: **Παπανικολάου Αικατερίνη**, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία"

Η άσκηση της Γνωσιακής Συμπεριφορικής ψυχοθεραπείας (ΓΣΘ) σε μια Υπηρεσία Ψυχικής Υγείας Παιδιού και Εφήβου δημοσίου χαρακτήρα καθίσταται πολύ συχνά μια δύσκολη, για πολλούς λόγους, υπόθεση. Ο ακαδημαϊκός χαρακτήρας της κλινικής επιτάσσει την αναγκαιότητα για την παροχή κατάλληλης εκπαίδευσης στους ειδικευόμενους ιατρούς της, εξειδικευμένων κλινικών υπηρεσιών για το κοινό, καθώς και τη πιλοτική εφαρμογή καινοτόμων πρωτοκόλλων αξιολόγησης και παρέμβασης, καθώς και αξιολόγησης της αποτελεσματικότητάς τους.

Ως εκ τούτου, σκοπός της επιστημονικής τράπεζας είναι η ανάδειξη μέσα από την παρουσίαση κλινικών παραδειγμάτων, της αξίας, αλλά και των δυσκολιών στην εφαρμογή ΓΣΘ ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων στην καθημερινή κλινική ρουτίνα της Πανεπιστημιακής Παιδοψυχιατρικής Κλινικής.

Ομιλία 1 - Βιβλιογραφική Ανασκόπηση της αποτελεσματικότητας της ΓΣΘ στις Διαταραχές του Άγχους.

Χύτα Ελίζα, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»

Η ομιλία αναφέρεται στην αποτελεσματικότητα της ΓΣΘ παρέμβασης στις διαταραχές του Άγχους στα παιδιά και τους εφήβους, με βάση τις σύγχρονες κλινικές κατευθυντήριες οδηγίες και τις πρόσφατες ανασκοπήσεις. Επιπλέον, παρουσιάζονται οι δυνατότητες της πανεπιστημιακής παιδοψυχιατρικής κλινικής να προσαρμόσει τις ενδεικνυόμενες θεραπευτικές συστάσεις στη καθημερινή κλινική ρουτίνα ενός δημοσίου νοσοκομείου.

Ομιλία 2 - Ειδικό Ιατρείο ΓΣΘ στη Πανεπιστημιακή Παιδοψυχιατρική Κλινική του ΓΝ Παίδων «Η Αγία Σοφία». Συμπεριφορική Ανάλυση Περιστατικού.

Μαρούδα Κυριακή, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»

Παρουσιάζονται βασικές πληροφορίες για την λειτουργία του Ιατρείου καθώς και κλινικό παράδειγμα έφηβης με Διαταραχή Πανικού και Αγοραφοβία που παρακολουθούνταν στο αντίστοιχο Ειδικό Ιατρείο Γνωσιακής και Συμπεριφορικής Θεραπείας.

Ομιλία 3 - Εφαρμογή του προγράμματος Super Skills For Life σε νοσηλεύόμενους εφήβους της Κλινικής.

Γούλα Γεωργία, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»
Σύρος Ιωάννης, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»

Η ομιλία αυτή παρουσιάζει την πιλοτική εφαρμογή του ομαδικού προγράμματος ΓΣΘ προσανατολισμού Super Skills For Life σε νοσηλεύόμενους εφήβους της Μονάδα Ενδονοσοκομειακής Νοσηλείας και την παρουσίαση των πρώτων αποτελεσμάτων. (Ομιλητές: Γούλα Γεωργία, Σύρος Ιωάννης)

Ομιλία 4 - Μελέτη Περίπτωσης έφηβης με παθολογικό Άγχος σε έδαφος χρόνιας πάθησης.

Σιγανού Μαριάννα, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»

Η ομιλία αυτή αφορά τη μελέτη περίπτωσης έφηβης με συμπτώματα παθολογικού άγχους και κατάθλιψης σε έδαφος χρόνιας πάθησης (φλεγμονώδους νόσου του εντέρου).

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 13.00 – 15.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 13 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αίθουσα Α1

When Too Much Control Becomes the Issue: An Experiential Workshop on Radically Open Dialectical Behaviour Therapy for Adolescents (RO DBT- A) with Restrictive Eating Disorders

Οργανώτρια: **Mima Simic**, Maudsley Centre for Child and Adolescent Eating Disorder

Radically Open Dialectical Behaviour Therapy (RO-DBT) is a new transdiagnostic treatment for disorders of emotional over control, including restrictive eating disorders (ED-R) (Lynch, 2018). ED-R are associated with high levels of rigidity, need for control and perfectionism. These traits are also associated with reduced emotional intimacy, loneliness and low mood, which lead to a lack of social connectedness that can maintain restrictive eating disorders and may act as a barrier to good outcomes. In an attempt to address this, the Maudsley Centre for Child and Adolescent Eating Disorders (MCCAED) has adapted RO-DBT for the specific use with the adolescent population both in outpatient setting and day programme.

This workshop will present an overview of the theory of emotional overcontrol, its relation to ED-R and an overview of how the RO-DBT model addresses these difficulties. Implementation, content and structure of the adapted treatment will be presented in detail for both the outpatient setting and Intensive Day Treatment Program (ITP) including some experiential exercises. We will present the qualitative data of young people's experiences and initial pilot data from a case series, which indicate RO-DBT treatment yielded significant improvement in self-reported social connectedness, experiences of pleasure and significant reduction in their social withdrawal, inflexibility, risk aversion and discomfort in attachment relationships, all associated with the reduction of eating disorder and depressive symptoms.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 13.00 – 15.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 14

Αίθουσα Α5

«Έλεγχος βαλίτσας: Φουφούληδες για την αναπνοή, Μπουμ για τη σκέψη, Μηχανή του χρόνου για την αμφισβήτηση και... το ταξίδι στη ΓΣΘ ξεκινά». Χρησιμοποιώντας το παιχνίδι και τις δημιουργικές παρεμβάσεις στη θεραπεία με τα παιδιά και τους εφήβους.

Οργανώτρια: **Τσαβέλη Ευτυχία**, ΕΓΣΣ, Μετ. Σεμ. ΓΣΘ Παν/μιο Κρήτης

Ο ρόλος του παιχνιδιού στη σωματική, κοινωνική, γνωστική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών έχει μελετηθεί εκτενώς και έχει τεκμηριωθεί επιστημονικά. Σταθερό είναι το ερευνητικό ενδιαφέρον αναφορικά με τη χρησιμότητα και τη σημασία του παιχνιδιού και των δημιουργικών παρεμβάσεων στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεραπεία (ΓΣΘ) παιδιών και εφήβων, καθώς τείνουν να την καθιστούν αναπτυξιακά πιο κατάλληλη για τα παιδιά, αποτελεσματική και διασκεδαστική. Στο παρόν εργαστήριο θα παρουσιαστούν πρακτικές εφαρμογές τεχνικών και δημιουργικές, πολυαισθητηριακές παρεμβάσεις που αξιοποιούν τη φαντασία, το συμβολισμό και το παιχνίδι στη θεραπεία παιδιών, ηλικίας 5 έως 12 ετών. Οι εν λόγω παρεμβάσεις στηρίζονται σε βασικές αρχές και τεχνικές της ΓΣΘ συμπεριλαμβανομένης της ψυχοεκπαίδευσης, της γνωσιακής αναδόμησης, της διαφραγματικής αναπνοής κ.α. Σκοπός του εργαστηρίου είναι αφενός η παρουσίαση δημιουργικών παρεμβάσεων στη ΓΣΘ παιδιών και εφήβων και η βιωματική εξοικείωση των συμμετεχόντων με αυτές και αφετέρου ή κινητοποίησή τους για την ενσωμάτωση τέτοιου είδους πρακτικών στο κλινικό τους έργο.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 13.00 – 15.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 15

Αίθουσα Β1

Γνωσιακή Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία - Αθλητική Ψυχολογία και αγχώδεις διαταραχές σε έφηβους και νέους αθλητές. Παρεμβάσεις-τεχνικές και τεκμηριωμένες έρευνες CBT σε αθλητικά περιβάλλοντα

Οργανωτές: Βερτουδάκης Βασίλειος, Διεπιστημονικό Θεραπευτικό Κέντρο Βέροια Μανωλόπουλος – Δεκάριτος Ευάγγελος, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, οι ΓΣΘ τεχνικές, έχουν καταγραφεί ως αποτελεσματικές για τους αθλητές, βοηθώντας τους να διαχειρίζονται αρνητικές σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές (Andersen, 2009). Από τα συνηθέστερα ζητήματα των αθλητών-τριών φαίνεται να είναι το άγχος απόδοσης, το σύνδρομο επαγγελματικής εξουθένωσης και το φαινόμενο κατάρρευσης υπό πίεση. Το 50% των αθλητών υψηλών επιδόσεων πληροί τα διαγνωστικά κριτήρια για τουλάχιστον μία ψυχική διαταραχή (Gulliver et al., 2015), όπως διαταραχές της διάθεσης, αγχώδεις διαταραχές, διατροφικές διαταραχές και κατάχρηση ουσιών (Rice et al., 2016). Καταξιωμένοι έφηβοι αθλητές που φεύγουν από τις αθλητικές ακαδημίες διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να βιώσουν κλινικά επίπεδα ψυχικής δυσφορίας από εκείνους που παραμένουν στις ακαδημίες (Blakelock, Chen & Prescott, 2016). Επιπρόσθετα, έχει βρεθεί ότι ο επιπολασμός του άγχους και της κατάθλιψης στους επαγγελματίες ποδοσφαιριστές κυμαίνεται στο 26%, ενώ στους παλαίμαχους στο 39% (Gouttebauge, Frings-Dresen & Sluiter, 2015). Σκοπός του παρόντος εργαστηρίου είναι να παρουσιαστούν τα θετικά αποτελέσματα, οι τεχνικές και οι παρεμβάσεις της CBT θεραπείας υπό το πρίσμα της εφαρμοσμένης αθλητικής ψυχολογίας. Μεθοδολογικά, το παρόν εργαστήριο θα προσεγγιστεί μέσω της διεθνούς βιβλιογραφίας, με την παρουσίαση μελετών περίπτωσης αθλητών-τριών που βελτιώθηκαν και εξελίχθηκαν μέσω της CBT θεραπείας και μέσω βιωματικών τύπου ασκήσεων-τεχνικών και παρεμβάσεων προς το κοινό. Ως αποτέλεσμα, επιδιώκεται να αναδειχθεί η σημασία των στοχευμένων και αποτελεσματικών CBT παρεμβάσεων στο αθλητικό περιβάλλον. Επιπρόσθετα, θα αναπτυχθούν σημαντικές διαφορές, ανάλογα με τον τύπο αθλήματος, τόσο στους στρεσογόνους παράγοντες που ελλοχεύουν, όσο και στις στρατηγικές αντιμετώπισης, υποδεικνύοντας ότι υποβόσκουν διαφορετικές γνώσεις, που με τη σειρά τους παράγουν ξεχωριστές συμπεριφορές. Συμπερασματικά και συνοπτικά, η ενασχόληση, η προετοιμασία και η συμμετοχή σε αθλητικούς αγώνες απαιτεί τεράστια αποθέματα ψυχικής ενέργειας, επιβαρύνει ψυχολογικά τους αθλητές-τριες, ενώ μερικές φορές οδηγεί σε ψυχολογική κατάρρευση και η ΓΣΘ διαθέτει ένα μεγάλο όγκο τεχνικών και παρεμβάσεων τόσο για την αθλητική καταξίωση όσο και για την διαχείριση δυσκολιών.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 14.30 – 15.00 ΟΜΙΛΙΑ 6

Νοσηματοδότηση και διαχείριση της ζωής στο μεταίχμιο: Μια πανελλαδική μελέτη για την ψυχική υγεία των ασυνόδευτων ανηλίκων

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Ομιλήτρια: **Παπαδάτου Δανάη**, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Πρόεδρος: **Αναστασία Καλαντζή-Αζίζι**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Στόχος της πανελλαδικής μελέτης που υλοποιήθηκε σε τρεις φάσεις (2020-2022), ήταν η διερεύνηση των ψυχοκοινωνικών υπηρεσιών και υπηρεσιών ψυχικής υγείας που παρέχονται σε ασυνόδευτους/τες ανήλικους/ες (Α.Α.) που φιλοξενούνται σε δομές μακροχρόνιας διαβίωσης στη χώρα μας. Στην 1^η φάση επιδιώχθηκε η χαρτογράφηση των παρεχόμενων υπηρεσιών σε συνάρτηση με τις αντιλαμβανόμενες δυσκολίες των εφήβων. Στην 2^η φάση διερευνήθηκαν οι ανάγκες, οι στρεσογόνοι παράγοντες, τα ψυχοκοινωνικά αποθέματα που διαθέτουν οι Α.Α., καθώς και οι προκλήσεις που αφορούν στην ψυχοκοινωνική τους στήριξη και διασφάλιση υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Η «διαβίωση στο μεταίχμιο», αναδείχθηκε ως ο σημαντικότερος στρεσογόνος παράγοντας που καλούνται να διαχειριστούν οι έφηβοι καθώς και όσοι ενηλικιώνονται. Στην εισήγηση θα παρουσιαστούν ευρήματα που αφορούν στο πώς οι Α.Α. βιώνουν, νοσηματοδοτούν και διαχειρίζονται τη διαβίωσή τους σε μεταιχμιακές συνθήκες και πώς στηρίζονται από το προσωπικό των δομών φιλοξενίας και τους επαγγελματίες σε κοινοτικά κέντρα ψυχικής υγείας. Παράλληλα θα αναλυθούν τόσο οι προστατευτικοί όσο και οι επιβαρυντικοί παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική τους υγεία σε αυτές τις συνθήκες, αναγνωρίζοντας την αλληλεπίδραση ψυχικής ανθεκτικότητας και ευαλωτότητας. Τέλος, θα αναφερθούν οι προσδοκίες των Α.Α. από τους εργαζόμενους στο πεδίο και τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας που αναλαμβάνουν τη στήριξη τους.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 15.15 – 15.45 ΜΙΑ ΜΙΚΡΗ ΓΕΥΣΗ ΑΠΟ MINDFULNESS

Παλαιολόγου Ροζίνα, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 16.00 – 17.30 ΣΥΜΠΟΣΙΟ 11 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Ένα παιδικό βιβλίο μας ενώνει “Το μικρό εγώ είμαι εγώ”

Πρόεδρος: **Αναστασία Καλαντζή-Αζίζι**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Συζητήτρια: **Βασιλική Γιωτσιδή**, Πάντειο Πανεπιστήμιο

Στόχος του Συμποσίου είναι η ανάδειξη της σπουδαιότητας της αφήγησης στη θεραπεία παιδιών και εφήβων όπως και των κοινών στοιχείων γι’ αυτό το θέμα από τρεις βασικές ψυχοθεραπευτικές κατευθύνσεις. Θα χρησιμοποιηθεί το παιδικό βιβλίο «Το μικρό εγώ είμαι εγώ» (2017) και το εγχειρίδιο χρήσης του (2022) ως παράδειγμα.

Το παιδικό βιβλίο «Το μικρό εγώ είμαι εγώ» της αυστριακής συγγραφέως Mira Lobe, είναι ένα από τα σπουδαιότερα βιβλία της παιδικής λογοτεχνίας (πρώτη έκδοση, 1972, 46η έκδοση 2022) και έχει μεταφραστεί σε 12 γλώσσες. Βασικός στόχος του βιβλίου είναι η υποστήριξη των διεργασιών διαμόρφωσης της έννοιας του εαυτού. Η πρώτη ομιλία παρουσιάζει την ψυχαναλυτική οπτική σχετικά με την αφήγηση και εστιάζει στη δυνατότητα που δίνεται στο παιδί μέσω του βιβλίου να αφηγηθεί, να προβάλει, να επεξεργαστεί κάτι δικό του μέσα του και μέσα στις σχέσεις του. Η δεύτερη ομιλία εστιάζει στη χρήση του παιδικού βιβλίου ως εργαλείου επικοινωνίας σε βασικά στάδια της γνωσιοσυμπεριφοριστικής θεραπείας και της θεραπείας σχημάτων. Μέσα από τα παραδείγματα διαφωτίζονται οι διεργασίες που αφορούν κυρίως την συναισθηματική ανάγκη για αποδοχή και ανήκιν και πως η κάλυψη ή μη – κάλυψη αυτών των αναγκών ευνοεί ή δεν ευνοεί την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Τέλος η Τρίτη ομιλία διαπραγματεύεται την σημασία του παιδικού βιβλίου ως μέσο επικοινωνίας όλων των μελών ενός συστήματος (οικογένεια). Οι διάφορες τεχνικές που χρησιμοποιούνται στην συστηματική ψυχοθεραπεία μειώνουν αντιστάσεις και προτείνονται πιθανές διέξοδοι στις δυσκολίες επικοινωνίας των μελών του οικογενειακού συστήματος.

Το Συμπόσιο ολοκληρώνεται με μία κριτική σύνθεση των τριών ψυχοθεραπευτικών κατευθύνσεων με την αξιοποίηση των αρχών της κλινικής ψυχολογίας

Βιβλιογραφία

Lobe Mira (2017) Το μικρό εγώ είμαι εγώ, τετράγλωσση έκδοση, Αθήνα, ΙΕΘΣ και ΤΟΠΟΣ

Καλαντζή Αζίζι Α. (2022) Η χρήση του παιδικού βιβλίου Το μικρό εγώ είμαι Εγώ στο σχολείο, την κλινική πρακτική αλλά και στην οικογένεια, Αθήνα, ΤΟΠΟΣ

Ομιλία 1 - Η χρήση της αφήγησης στην ψυχαναλυτική προσέγγιση

Σοφία Ανασοντζή, Ελληνική Εταιρεία Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας παιδιών και εφήβων

Τα παραμύθια και οι ιστορίες αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι κάθε πολιτισμού και έχουν ταυτόχρονα ένα ψυχικό και ένα παιδαγωγικό ρόλο. Η αξία της αφήγησης τους ξεπερνά τα όρια της απλής επικοινωνίας και εκφράζει μία ψυχική προσπάθεια εσωτερικής μορφοποίησης και οργάνωσης. Μέσα από τις ιστορίες αναδύεται μία πρώτη ικανότητα του παιδιού να αναγνωρίζει, να επεξεργάζεται και να αναπαριστά κάτι μέσα του και μετά να μπορεί να το απευθύνει με τον δικό του τρόπο προς τον Άλλον. Η αφήγηση κινητοποιεί τις ψυχοποιητικές λειτουργίες, νοηματοδοτεί και συμβολοποιεί, συνδέοντας τα πρωτογενή με τα δευτερογενή σημεία του ψυχισμού και ενισχύοντας τα θεμέλια του προσυνειδητού. Δημιουργείται ένας ενδιάμεσος ψυχικός χώρος ανάμεσα στο βίωμα και στο σύμβολο του και ένας ενδιάμεσος κόσμος ανάμεσα στην εσωτερική και την εξωτερική πραγματικότητα, ανάμεσα στη φαντασίωση και στο λόγο. Μέσα από την αφήγηση προχωρούμε κάθε φορά στην ατομική επαναδιαπραγμάτευση μίας ιστορίας μέσω μίας διαδικασίας νοηματοδότησης και συμβολοποίησης του εαυτού αλλά ταυτόχρονα και ολόκληρου του κόσμου μας. Διαμέσου των αναπτυξιακών σταδίων η

αφήγηση που θα προέλθει από τον ενήλικα στο παιδί αλλά και η αφήγηση του παιδιού προς τον ενήλικα ή τον συνομήλικό του μπορεί να επιτελέσει ένα πυρηνικό οργανωτικό έργο μέσα στο ψυχισμό του ατόμου. Η χρήση του παιδικού βιβλίου εξυπηρετεί διαχρονικά αυτό το σκοπό και το βιβλίο «Το μικρό εγώ είμαι εγώ» δίνει τη δυνατότητα το παιδί να αφηγηθεί, να προβάλει, να επεξεργαστεί κάτι δικό του μέσα του και μέσα στις σχέσεις του.

Ομιλία 2 - Η χρήση του βιβλίου στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική προσέγγιση και στη Θεραπεία Σχημάτων

Κατερίνα Αγγελή: Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς & Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Η χρήση ιστοριών στην ψυχοθεραπεία παιδιών και εφήβων αποτελεί χρήσιμο εργαλείο επικοινωνίας, τόσο στο στάδιο της αξιολόγησης, όσο και της ψυχοεκπαίδευσης και της θεραπευτικής παρέμβασης. Το βιβλίο “Το μικρό Εγώ είμαι Εγώ” περιγράφει το ταξίδι ενός μοναδικού, ιδιαίτερου πλάσματος προς την αναζήτηση της ταυτότητάς του και της αυτο-αποδοχής του. Περιγράφει την αγωνία για τη διαφορετικότητα, το άγχος διαφοροποίησης και αποκλεισμού μέσα από τη συναισθηματική ανάγκη για αποδοχή και ανήκειν, αλλά και έκφραση και ελευθερία. Οι συναισθηματικές αυτές ανάγκες είναι πανανθρώπινες και η κάλυψή τους ευνοεί την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη, ενώ η μη κάλυψή τους, σχετίζεται με τη δημιουργία πρώιμων δυσλειτουργικών σχημάτων και κατ’ επέκτασιν δυσλειτουργικών πεποιθήσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης. Στην παρουσίαση θα γίνει αναφορά στο θεωρητικό πλαίσιο της χρήσης του βιβλίου στη ΓΣΘ και τη ΘΣ, μέσα από παραδείγματα από την αξιοποίησή του στην κλινική πράξη με παιδιά και εφήβους.

Ομιλία 3 - Η χρήση του βιβλίου στην συστημική προσέγγιση

Παναγιώτα Μπαλίκου: Πρωτοβουλία για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων, Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος & CMI

Το παραμύθι Το μικρό εγώ είμαι εγώ είναι μια ιστορία που δίνει «γόνιμο έδαφος» στα μέλη ενός συστήματος για επικοινωνία. Το παραμύθι διευκολύνει τα άτομα να πουν τις προσωπικές τους ιστορίες και να δημιουργήσουν νέες. Όταν δημιουργούμε νέες ιστορίες, ο εσωτερικός μας μονόλογος γίνεται διάλογος με τον εαυτό μας και στη συνέχεια διάλογος με τους άλλους με διαφορετικό πλέον τρόπο σχετίζεσθαι (Penn και Frankfurt, 1994). Μπορούμε να αλλάξουμε όχι μόνο το τέλος της ιστορίας αλλά και σημεία όπως χαρακτήρες, χρόνο, τόπο, πλαίσιο. Να ανακατασκευάσουμε, να αναπλαισιώσουμε, να αποδεχτούμε και να ενδυναμωθούμε μέσα από την δημιουργία ενός συνεκτικού νοήματος στην ιστορία. Οι ιστορίες βοηθάνε στο να ανοιχτεί συζήτηση μεταξύ των μελών ενός συστήματος σε ένα πλαίσιο έξω από αυτούς, όπως είναι το πλαίσιο του παραμυθιού, αλλά και παράλληλα μέσα σε αυτούς, καθώς αυτοί είναι που δίνουν νόημα στην ιστορία και τον ήρωα της. Μέσα από την ιστορία του παραμυθιού τα μέλη ενός οικογενειακού συστήματος επαναπροσδιορίζουν τις δυσκολίες τους, αναγνωρίζουν τον εαυτό τους, χρησιμοποιούν την ιστορία ως διαφορετικό τρόπο επικοινωνίας, μειώνουν την αντίσταση τους και προτείνουν πιθανές διεξόδους στις δυσκολίες τους. Ο αναγνωρισμένος ασθενής, το άτομο που φέρει το σύμπτωμα της δυσλειτουργικότητας του συστήματος, βρίσκει τη θέση του στην κανονικότητα και την ισότιμη συμμετοχή στην κοινή ιστορία της οικογένειας που επαννοηματοδοτείται μέσα από το παραμύθι Το μικρό εγώ είμαι εγώ.

Αμφιθέατρο II

Ενδυναμώνοντας τα παιδιά στο φάσμα του αυτισμού

Πρόεδρος: **Παπανικολάου Κατερίνα**, Παιδοψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, ΓΝΠ "Η Αγία Σοφία"
Συζητήτρια: **Σοφianoπούλου Κατερίνα**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) χαρακτηρίζεται από δυσκολίες στους τομείς της κοινωνικής επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης, ρύθμισης του συναισθήματος, ιδιαιτερότητες στον τρόπο σκέψης και επεξεργασίας πληροφοριών και στο αισθητηριακό προφίλ. Παρόλο που ο πυρήνας παραμένει ίδιος, τα παιδιά με ΔΑΦ διαφέρουν ως προς τον τρόπο εκδήλωσης των ιδιαιτεροτήτων αυτών, του τρόπου συμπεριφοράς αλλά και των ικανοτήτων. Το συμπόσιο αυτό θα επιχειρήσει να «δει» τον αυτισμό υπό το πρίσμα της νευροδιαφορετικότητας, ρίχνοντας φως στον τρόπο σκέψης και τις γνωστικές θεωρίες γύρω από τον νού καταλήγοντας στον τρόπο διαχείρισης των δυσκολιών, της συμπεριφοράς και του συναισθήματος με τη βοήθεια της Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Θεραπείας (Attwood, Scarpa 2013). Η εις βάθος κατανόηση του πως λειτουργεί ο νους, επιτρέπει στον ειδικό ψυχικής υγείας να παρέμβει πιο αποτελεσματικά στις δυσκολίες και τις προκλήσεις και ταυτοχρόνως του δίνει τη δυνατότητα να ενισχύσει την κατανόηση εαυτού, τα δυνατά σημεία και τις ικανότητες των παιδιών προκειμένου να τα βοηθήσει να εξοπλιστούν με αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση για το ταξίδι της ζωής.

Ομιλία 1 - Η νευροδιαφορετικότητα ως σημαντικό πλεονέκτημα

Σοφianoπούλου Κατερίνα, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Τι θα συνέβαινε αν βλέπαμε διαφορετικά τις νευροαναπτυξιακές διαφορές όπως ο αυτισμός, η ΔΕΠΥ, και οι μαθησιακές δυσκολίες ή αν παρατηρούσαμε πρώτα τα δυνατά σημεία και τις ικανότητες αντί για τις δυσκολίες; Αυτή είναι η βασική ιδέα της νευροδιαφορετικότητας που θα επιχειρήσουμε να συζητήσουμε σε αυτήν την παρουσίαση: ότι οι διαφορετικές παραλλαγές του ανθρώπινου εγκεφάλου θα μπορούσαν να μην αντιμετωπίζονται ως αδυναμίες ή προβλήματα που πρέπει να «διορθωθούν» αλλά ως διαφορές στον τρόπο σκέψης και συμπεριφοράς που έχουν πολλά να προσφέρουν σε ένα κόσμο όπου κυριαρχεί η ποικιλομορφία (Griffin, E., & Pollak, D. 2009). Άλλωστε όπως η βιοποικιλότητα είναι βασική για την υγεία των οικοσυστημάτων έτσι και η νευροποικιλότητα είναι σημαντική για την εξέλιξη, την επιβίωση και την επιτυχία του ανθρώπινου είδους. Στην παρουσίαση αυτή θα συζητήσουμε για τις έννοιες της νευροδιαφορετικότητας και νευροποικιλότητας (Milton, 2019), πως μπορούμε να προσαρμόσουμε την θεραπεία στις ανάγκες κ το ιδιαίτερο προφίλ των παιδιών ώστε η παρέμβαση να είναι αποτελεσματική όχι μόνο αναφορικά με τη διαχείριση των δυσκολιών αλλά και την ενίσχυση της ευζωίας και της χαράς των παιδιών και των οικογενειών τους με τις οποίες συνεργαζόμαστε.

Ομιλία 2- Οι Γνωστικές Θεωρίες του Αυτισμού

Στο πλαίσιο της Διαταραχής του Αυτιστικού Φάσματος, οι γνωστικές δυσλειτουργίες παίζουν καθοριστικό ρόλο στην ερμηνεία και την κατανόηση της κλινικής εικόνας και της συμπεριφοράς. Οι γνωστικές θεωρίες αφορούν υποθέσεις που εξετάζουν τα ιδιαίτερα γνωστικά χαρακτηριστικά του αυτιστικού νου. Πέρα από την περιγραφή των γνωστικών ιδιαιτεροτήτων, οι γνωστικές θεωρίες διερευνούν πως η διαφορετική γνωστική λειτουργία μπορεί να συνδέεται με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του αυτισμού. Οι γνωστικές θεωρίες προσφέρουν επομένως ένα ερμηνευτικό πλαίσιο μέσα στο οποίο συγκεκριμένα γνωστικά χαρακτηριστικά συνδέονται με συγκεκριμένες συμπεριφορές και δυσκολίες του αυτισμού και αποτελούν την βάση πάνω στην οποία στηρίζεται η παρέμβαση και η υποστήριξη των αυτιστικών ατόμων. Στην παρούσα ομιλία παρουσιάζονται οι τρεις κυρίαρχες γνωστικές θεωρίες. Η πρώτη θεωρία, διατυπώνεται από τους Baron-Cohen, Leslie, και Frith (1985) και αφορά τις ιδιαιτερότητες στην ανάπτυξη της Θεωρίας του Νου. Η δεύτερη θεωρία, η υπόθεση της αδύναμης κεντρικής συνοχής, διατυπώνεται από τις Frith και Harré (Frith, 1989; Frith & Harré 1994) και αφορά στις ιδιαιτερότητες της επεξεργασίας πληροφοριών που χαρακτηρίζει τον αυτιστικό νου. Η τρίτη γνωστική θεωρία αφορά την υπόθεση της ελλειμματικής εκτελεστικής δυσλειτουργίας (Rumsey, 1985).

Ομιλία 3 - Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία στον αυτισμό-προσαρμογές στις τεχνικές, το πλαίσιο και τη θεραπευτική σχέση.

Μπούσιου Μαρίνα, Ψυχολογικό Κέντρο Εξέλιξη

Χατζηπατέρα Γιαννούλη Κατίγκω, Κλινική Ψυχολόγος

Η Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (ΓΣΘ) αποτελεί μία καλά τεκμηριωμένη θεραπεία για τις διαταραχές διάθεσης, ειδικά τις αγχώδεις διαταραχές, την κατάθλιψη και την διαχείριση θυμού σε παιδιά και εφήβους με ΔΑΦ υψηλής λειτουργικότητας. Όπως έλεγε η Lorna Wing (1981), οι γνωσιακές τεχνικές έχουν μια λογική που είναι προσφιλή στα άτομα με ΔΑΦ. Μέσα από την ΓΣΘ, το άτομο με ΔΑΦ μαθαίνει να χρησιμοποιεί τη νοητική του ικανότητα και τη λογική για να διαχειριστεί τις σκέψεις του, τα συναισθήματά του και τις αντιδράσεις του. Ωστόσο, η τροποποίηση της ΓΣΘ είναι απαραίτητη για την αποτελεσματικότητα της θεραπείας για τα άτομα με ΔΑΦ (Attwood, Scarpa 2013). Όποιος ψυχολόγος αποπειραθεί να χρησιμοποιήσει την ΓΣΘ με άτομα με ΔΑΦ (είτε ατομικά είτε ομαδικά), θα πρέπει (1) να ξέρει καλά τις αρχές της συγκεκριμένης θεραπείας (όπως εφαρμόζεται σε νευροτυπικά άτομα) (2) να γνωρίζει καλά τον αυτισμό (3) να ξέρει επίσης ποιες τροποποιήσεις θα χρειαστούν, ανάλογα με το εξατομικευμένο προφίλ του κάθε ατόμου και (4) να έχει κλινική εμπειρία με αυτιστικά άτομα (NICE, 2017). Στο συνέδριο θα παρουσιαστούν προσαρμογές στις τεχνικές της ΓΣΘ, αλλά και τρόποι πλαισίωσης της θεραπείας, της σχέσης και του τρόπου λειτουργίας της προς το θεραπευόμενο αυτιστικό άτομο. Επίσης, θα επισημανθεί η αναγκαιότητα ρυθμίσεων στο περιβάλλον της θεραπείας, σύμφωνα με τις ιδιαίτερες αισθητηριακές ανάγκες των ατόμων με ΔΑΦ και θα δοθούν παραδείγματα σε σχέση με αυτό. Θα γίνει αναφορά στο ρόλο του μέντορα που μπορεί να αναλάβει ο θεραπευτής για το αυτιστικό άτομο, δηλαδή ενός επαγγελματία που κατανοεί και υποστηρίζει τις διαρκώς μεταβαλλόμενες ανάγκες ενός αυτιστικού ατόμου κατά τη διάρκεια της ζωής του (Attwood, 2007). Η μακροχρόνια ψυχοθεραπεία αυτού του είδους επιτρέπει στο αυτιστικό άτομο να κατανοήσει, να διαχειριστεί και να προετοιμαστεί για τα βασικά γεγονότα της ζωής του με τη συνεχή υποστήριξη ενός ψυχολόγου που το γνωρίζει καλά. Τέλος, θα παρουσιαστεί η αναγκαιότητα να βγει η ΓΣΘ από τη συνθήκη της ατομικής συνεδρίας και να συνδεθεί με τομείς της ζωής του ατόμου με ΔΑΦ (σχολείο, εργασία, οικογένεια) προκειμένου αφ' ενός να γενικευθούν οι δεξιότητες, αφ' ετέρου να εκπαιδευτούν οι εμπλεκόμενοι και να συμμετέχουν στην υποστήριξη του αυτιστικού ατόμου.

Αίθουσα Α1

Ζητήματα Διαφορικής Διάγνωσης και Συννοσηρότητας στις Διαταραχές που επικρατεί το Άγχος»

Οργανωτές: **Σύρος Ιωάννης**, Παιδοψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών «Η Αγία Σοφία»
Κατζηχαράλαμπος Ξένια, Πανεπιστήμιο Λευκωσίας

Η διαφορική διάγνωση καθώς και η εύρεση συννοσηρότητας συνιστούν κομβικής σημασίας ενότητες για την σφαιρική κατανόηση της φαινομενολογίας και των μηχανισμών σε διαταραχές που προεξάρχει το άγχος στα παιδιά και τους εφήβους (ΔΑ). Άλλωστε, η ορθή διαγνωστική εξακρίβωση θα οδηγήσει στον κατάλληλο θεραπευτικό σχεδιασμό, ενώ επηρεάζει σαφώς τη πρόγνωση. Πιο ειδικά, κατά την αρχική αξιολόγηση, ο κλινικός καλείται να διακρίνει εάν το παθολογικό άγχος είναι πρωτοπαθές και δεν οφείλεται σε σωματική νόσο ή εάν είναι σύμπτωμα μιας σωματικής νόσου. Εφόσον αποκλειστεί η περίπτωση ύπαρξης ιατρικής κατάστασης που κινητοποιεί το άγχος, ο κλινικός καλείται να προσδιορίσει την ορθή ψυχιατρική διάγνωση. Οι ΔΑ μπορεί να συνυπάρχουν με άλλες αγχώδεις, συναισθηματικές ή διασπαστικές διαταραχές, ενώ δεν είναι απίθανη και η συννοσηρότητα με σωματική πάθηση, με την οποία μάλιστα να συνδέονται και αιτοπαθογενετικά.

Σκοπός του εργαστηρίου είναι η ευαισθητοποίηση επαγγελματιών ψυχικής υγείας όσον αφορά την υιοθέτηση εμπειρικά τεκμηριωμένων πρακτικών και επιστημονικής συλλογιστικής προκειμένου να υλοποιηθεί η ορθή διαφορική διάγνωση ή/και η διαπίστωση συννοσηρότητας στις κλινικές εκείνες καταστάσεις που προεξάρχει το παθολογικό άγχος, όπως είναι, μεταξύ άλλων, οι διαταραχές του Άγχους, οι διαταραχές που σχετίζονται με τραύμα, καθώς και οι διαταραχές σωματικών συμπτωμάτων. Επιπλέον, θα γίνει παρουσίαση της ανάλυση της συμπεριφοράς και της ΓΣΘ θεραπείας δύο περιστατικών εφήβων με συννοσηρότητα ψυχικών διαταραχών, κατά την οποία θα εστιάσουμε στην ορθή διαγνωστική συλλογιστική προκειμένου να οδηγηθούμε στη κατάλληλη διάγνωση.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε ψυχολόγους, ειδικευμένους και ειδικευόμενους παιδοψυχιάτρους και ψυχιάτρους, παιδίατρους, ιατρούς λοιπών ειδικοτήτων, λογοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, κοινωνικούς λειτουργούς, νοσηλευτές ψυχικής υγείας, επισκέπτες υγείας, ειδικούς παιδαγωγούς, άλλους εκπαιδευτικούς που επιθυμούν να εμβαθύνουν τις γνώσεις τους στο σχετικό αντικείμενο. Επίσης, σε τελειόφοιτους φοιτητές των αντιστοιχών σχολών.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 16.00 – 18.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 17 (ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟ)

Αίθουσα Α5

“Παιδί μου, πως να σε μεγαλώσω καλά;” Ένα ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα για παιδιά και γονείς βασισμένο στη θεραπεία σχημάτων.

Οργανώτρια: **Ρόζα Λάιους**, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Σχημάτων

Στο εν λόγω εργαστήριο παρουσιάζεται το πρώτο διεθνώς ομαδικό ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα για παιδιά και γονείς που βασίζεται στη Θεραπεία Σχημάτων. Πρόκειται για ένα πρόγραμμα που στοχεύει στην ψυχοεκπαίδευση των παιδιών στις πυρηνικές συναισθηματικές τους ανάγκες, στους τρόπους λειτουργίας και στις στρατηγικές αντιμετώπισης, στα πρώιμα δυσλειτουργικά σχήματα καθώς και στην κάλυψη των αναγκών τους. Σε συνάρτηση με την ψυχοεκπαίδευση των γονέων στις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών, στη διαχείριση των τρόπων λειτουργίας, στην επαφή με τον εαυτό τους, με το Μικρό Παιδί και με

το παιδί τους, με απώτερο στόχο την πρόληψη της εμφάνισης ψυχοπαθολογίας στα παιδιά και τη δημιουργία ισχυρής και ζεστής σύνδεσης μεταξύ γονέων και παιδιών.

Στο εργαστήριο παρουσιάζεται η δομή των ψυχοεκπαιδευτικών ομάδων, παραδείγματα από τις βιωματικές ασκήσεις με τις ομάδες παιδιών και γονέων καθώς και η αποτελεσματικότητα του προγράμματος.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 16.00 – 18.00 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 18

Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία για ψυχογενή ανορεξία: θεωρητικό πλαίσιο και τεχνικές

Οργανώτρια: **Μαδούρου Κατερίνα**, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Οι διαταραχές πρόσληψης τροφής στις οποίες κυρίως περιλαμβάνονται η ψυχογενής (νευρική) ανορεξία, η ψυχογενής βουλιμία και η επεισοδιακή υπερφαγία, είναι μία ιδιαίτερη ομάδα ψυχικών διαταραχών που έχουν πολλές φορές περιγραφεί εδώ και 2.000 χρόνια, με πρώτες πιθανές αναφορές στα γραπτά των Aulus Gellius και Sextus Pompeius Festus τον 2ο και 4ο αιώνα μ.Χ. Τα δεδομένα πιθανολογούν μία αύξηση της συχνότητας των διαταραχών πρόσληψης τροφής κατά τα τελευταία 50 χρόνια, διεθνώς. Η συμπτωματολογία μεταξύ των ασθενών, τόσο όσον αφορά τις σωματικές εκδηλώσεις (απώλεια βάρους, υποσιτισμός, κούραση και αυπνία) όσο και τις ψυχολογικές εκδηλώσεις (απώλεια κοινωνικών σχέσεων, προβλήματα στο σχολείο, απώλεια ερωτικής επιθυμίας), τείνει να είναι σοβαρή.

Η ψυχογενής ανορεξία εμφανίζεται συνήθως νωρίς, και οι μακροχρόνιες μελέτες αναφέρουν ότι το 25% των ασθενών εμφανίζει πλήρης ύφεση, το 50% μια χρόνια πορεία με σχετικά καλή λειτουργικότητα ενώ το υπόλοιπο 25% εμφανίζει μια βαριά μορφή διαταραχής με αυξημένη σωματική νοσηρότητα, θνησιμότητα και αυτοκτονίες. Η αντιμετώπιση της είναι δύσκολη και απαιτεί μία διεπιστημονική προσέγγιση, τακτικό ιατρικό έλεγχο, και θεραπευτική αντιμετώπιση του ασθενούς αλλά σε πολλές περιπτώσεις και της οικογένειας.

Η γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία για την αντιμετώπιση της Ψυχογενούς ανορεξίας βασίζεται στο εκτεταμένο γνωσιακό συμπεριφορικό μοντέλο θεραπείας (CBT0-E) του Christopher Fairburn και της ομάδας του (2003) και περιλαμβάνει 4 στάδια θεραπείας. Στο εργαστήριο αυτό θα παρουσιαστούν συνοπτικά οι μηχανισμοί ανάπτυξης, διατήρησης και διαιώνισης της Ψυχογενούς Ανορεξίας, οι βασικές αρχές και τα στάδια του εκτεταμένου μοντέλου του Fairburn καθώς και οι βασικές θεραπευτικές τεχνικές. Επίσης, οι συμμετέχοντες θα πάρουν μέρος σε κάποιες βιωματικές ασκήσεις σχετικές με την θεραπευτική πράξη και τυχόν θεραπευτικές δυσκολίες (όπως η αντίσταση) που προκύπτουν κατά την διάρκεια της θεραπείας.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 17.30 – 18.00 ASK THE EXPERT

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Τι πρέπει να κάνω για να γίνω ΓΣ Θεραπευτής παιδιών και εφήβων ;

Τμήμα Θεραπείας Παιδιών και Εφήβων του Ινστιτούτου Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/03_ 18.00 – 18.45 ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΗ ΟΜΙΛΙΑ

Αμφιθέατρο Σ. Καράγιωργα II

Εθισμός παιδιών και εφήβων στο Διαδίκτυο και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια: Κλινική προσέγγιση και ο ρόλος της Γνωσιακής Συμπεριφορικής Θεραπείας ως θεραπεία εκλογής.

Ομιλητής: **Σιώμος Κωνσταντίνος**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Πρόεδρος ΕΕΜΔΕΔ

Πρόεδρος: **Κακαβού Βασιλική**, Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών

Η υπέρμετρη χρήση του διαδικτύου ή το υπέρμετρο βιντεοπαιχνίδι ή το διαδικτυακό παιχνίδι έχει φανεί ότι παρουσιάζει πληθώρα αρνητικών επιπτώσεων σε πολλούς τομείς του ανθρώπου όπως είναι η υγεία, η επαγγελματική ζωή και η κοινωνική ζωή. Το ηλεκτρονικό παιχνίδι μπορεί να είναι επικίνδυνο για τα παιδιά και τους εφήβους, όχι μόνο σε ψυχολογικό επίπεδο, αλλά και σε σωματικό. Στις 18/6/18, ο Π.Ο.Υ. συμπεριέλαβε στην τελευταία 11η έκδοση του επίσημου κατάλογου όλων των ασθενειών τη διαταραχή ηλεκτρονικού παιχνιδιού (Gaming Disorder, κωδικός 6C51). Αυτή η ψυχική διαταραχή κατηγοριοποιήθηκε υπό τη γενικότερη κατηγορία «διαταραχών λόγω εθιστικών συμπεριφορών» (disorders due to addictive behaviors), καθιστώντας σαφές ότι πρόκειται για μία αυτοτελή διαταραχή εθισμού και όχι για κάποιο δευτερογενές φαινόμενο που παρουσιάζεται ως σύμπτωμα ή απότοκο μίας άλλης πάθησης. Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ., η διαταραχή ηλεκτρονικού παιχνιδιού μπορεί να αφορά τόσο σε διαδικτυακό παιχνίδι όσο και σε παιχνίδι εκτός διαδικτύου ή και σε συνδυασμούς τους, όπως είναι συχνά η περίπτωση. Η ηλικία εμφάνισης του Gaming Disorder συνεχώς μειώνεται. Οι ηλικίες 12-25 ετών είναι υψηλού κινδύνου για την εμφάνιση της νόσου, με ποσοστό εμφάνισης του Gaming disorder με βάση τα στοιχεία του Π.Ο.Υ., στο 3-4%. Πρόκειται για μία επίμονη ή επαναλαμβανόμενη κατά περιόδους συμπεριφορά όπου όμως υπάρχουν κάποια ξεκάθαρα παθολογικά στοιχεία όπως ο μειωμένος αυτοέλεγχος ως προς το παιχνίδι, το παιχνίδι αποκτά ολοένα και μεγαλύτερη προτεραιότητα στη ζωή του ατόμου, στο σημείο που να έρχεται πρώτο έναντι όλων των άλλων ενδιαφερόντων και δραστηριοτήτων ζωής και η συνέχιση του παιχνιδιού παρά την εμφάνιση αρνητικών συνεπειών. Ο Π.Ο.Υ., σημειώνει ότι αυτό το μοτίβο συμπεριφοράς πρέπει να έχει αρκετή βαρύτητα ώστε να οδηγεί σε σημαντική επιβάρυνση σε προσωπικό, οικογενειακό, κοινωνικό, εκπαιδευτικό, εργασιακό επίπεδο ή σε άλλους σημαντικούς τομείς της λειτουργικότητας. Υπάρχουν στη διάγνωση κάποια κριτήρια αποκλεισμού. Αυτά είναι η ύπαρξη διπολικής διαταραχής, αλλά και η διάγνωση «επικίνδυνου παιχνιδιού», μία ακόμα νέα διάγνωση όπου το παιδί μπορεί να θέτει τον εαυτό του σε σωματικό κίνδυνο ή και κίνδυνο ψυχικής διαταραχής είτε με την πολύ υψηλή συχνότητα παιχνιδιού, τον ακραίο σε διάστημα χρόνο που παίζει, την παραμέληση βασικών σωματικών αναγκών ή και συμπεριφορών υψηλού κινδύνου που συνδέονται με το παιχνίδι (π.χ. κατανάλωση ουσιών ώστε να μένει για πολλή ώρα σε συνεχή εγρήγορση). Αυτή η κατηγορία εντάχθηκε κατόπιν πολλών ακραίων περιστατικών ιδίως στην Άπω Ανατολή όπου παίκτες βρήκαν τραγικό θάνατο μετά από πολυήμερη συνεχή ενασχόληση με

διαδικτυακά παιχνίδια (Block 2008). Στην Ελλάδα έχουν περιγραφεί δύο κλινικές περιπτώσεις αυτοτραυματικής συμπεριφοράς εφήβων στα πλαίσια της έντασης ενός MMORPG παιχνιδιού (Siomos et al. 2010, Σιώμος και συν. 2010). Όσον αφορά τις ψυχολογικές θεραπείες για IGD, η θεραπεία CBT φαίνεται να είναι η πιο ευρέως χρησιμοποιούμενη. Οι μελέτες επιβεβαίωσαν ότι η γνωσιακή-συμπεριφορική θεραπεία (CBT) ή οι παρεμβάσεις που βασίζονται στη CBT είναι οι πιο χρησιμοποιούμενες και σε περιπτώσεις συννοσηρότητας, όπως η κατάθλιψη ή διαταραχή ελλειμματικής προσοχής/υπερκινητικότητας, η κατάλληλη φαρμακευτική παρέμβαση ήταν επίσης μια αποτελεσματική επιλογή.

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν^ο 1

Ομιλήτρια: **Νικηφόρου Παρασκευή**, Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Ηρακλείου

Διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ κοινωνικού άγχους και αποδοχής-απόρριψης μητέρας στην προεφηβική ηλικία

Το κοινωνικό άγχος επίσης γνωστή ως κοινωνική φοβία αποτελεί μια χρόνια ψυχική διαταραχή με υπερβολικό φόβο σε κοινωνικά περιβάλλοντα και χαρακτηρίζεται από φόβο αρνητικής αξιολόγησης από άλλους, κοινωνική δυσφορία και βίωση αποφυγών νέες καταστάσεις ή νέους ανθρώπους. Η θεωρία της γονικής αποδοχής-απόρριψης είναι μια τεκμηριωμένη θεωρία της κοινωνικοποίησης και της ανάπτυξης της ζωής που προσπαθεί να προβλέψει και να εξηγήσει τα κύρια αίτια, τις συνέπειες και άλλες συσχετίσεις με κοινωνικά προβλήματα όπως είναι και το κοινωνικό άγχος. Η σύνδεση μεταξύ αποδοχής-απόρριψης των γονέων και του κοινωνικού άγχους έχει αναγνωριστεί στη σχολική ηλικία και προεφηβεία.

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ κοινωνικού άγχους και γονικής αποδοχής-απόρριψης των παιδιών. Το δείγμα ευκολίας της έρευνας αποτελούνταν από παιδιά ηλικίας 11-12 ετών τα οποία φοιτούσαν στην ΣΤ' τάξη δημοτικών σχολείων της πόλης του Ηρακλείου. Τα ερευνητικά εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν ήταν το ερωτηματολόγιο γονικής αποδοχής- απόρριψης μητέρας (Parental Acceptance Rejection Questionnaire, PARQ-Child) και κοινωνικού άγχους (Social Anxiety Questionnaire for Children-Q-CIV).

Με βάση τα αποτελέσματα, το επίπεδο στοργής της μητέρας κυμάνθηκε σε ικανοποιητικά επίπεδα ενώ το επίπεδο αδιαφορίας, επιθετικότητας και απόρριψης κυμάνθηκε σε χαμηλά επίπεδα. Επιπλέον βρέθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση μεταξύ του κοινωνικού άγχους με την στοργή της μητέρας.

Η γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία, σε ατομικό ή ομαδικό περιβάλλον, αποτελεί μία αποτελεσματική ψυχοκοινωνική προσέγγιση για το κοινωνικό άγχος στην προεφηβεία και περιλαμβάνει διάφορες τεχνικές όπως η ψυχοεκπαίδευση, η σταδιακή έκθεση στη συμπεριφορά, προσεγγίσεις τρίτου κύματος (θεραπεία με βάση την ενσυνειδητότητα ή θεραπεία αποδοχής και δέσμευσης), η έκθεση στην εικονική πραγματικότητα και η τεχνική της τροποποίησης προσοχής.

Λέξεις -κλειδιά: κοινωνικό άγχος, αποδοχή μητέρας, απόρριψη μητέρας, γνωσιακή-συμπεριφορική θεραπεία, παιδιά

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν^ο 2

Εφαρμογή προγράμματος πρόληψης και παρέμβασης “Cool Kids” για τη βελτίωση της αυτορρύθμισης και επιθετικής συμπεριφοράς.

Ομιλήτρια: **Νικηφόρου Παρασκευή**, Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Ηρακλείου

Η κατανόηση της επιθετικής συμπεριφοράς αποτελεί ασφαλιστική δικλείδα για την αποτελεσματική διαχείριση δυσλειτουργικών συμπεριφορών. Οι παράγοντες που συντελούν στην επιθετική συμπεριφορά ποικίλουν, αλλά ένας από τους σημαντικότερους θεωρείται ότι είναι η ρύθμιση του συναισθήματος. Ο όρος αυτορρύθμιση αφορά την ικανότητα του ατόμου να ελέγχει και να τροποποιεί τη συμπεριφορά του, τις γνώσεις, τα συναισθήματα και το περιβάλλον του για να επιτύχει το στόχο του. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η κατανόηση των διαστάσεων της επιθετικής συμπεριφοράς, της ρύθμισης του συναισθήματος και η αποτελεσματικότητα της εφαρμογής του προσαρμοσμένου προγράμματος πρόληψης

και παρέμβασης «Cool Kids» στην επιθετικότητα και στην αυτορρύθμιση μαθητών ΣΤ΄ τάξεων Δημοτικού σχολείου της πόλης του Ηρακλείου. Χρησιμοποιήθηκαν σταθμισμένα ερωτηματολόγια (Emotion Regulation Questionnaire, Aggression Questionnaire) καθώς και η συμμετοχική παρατήρηση της ερευνήτριας κατά την διάρκεια των συναντήσεων αλλά και στην αυλή του σχολείου. Το πρόγραμμα σχεδιάστηκε να πραγματοποιηθεί σε εβδομαδιαία βάση, με χρονική διάρκεια δέκα εβδομάδων μέσα στη τάξη (με και/ή χωρίς την παρουσία εκπαιδευτικού). Ο συντονιστής του προγράμματος ήταν η Ψυχολόγος του σχολείου με ειδίκευση στη γνωσιακή θεραπεία παιδιών και εφήβων. Το πρόγραμμα είναι εν εξελίξει και περιλαμβάνει: ασκήσεις αυτογνωσίας, αναγνώριση και διαχείριση συναισθημάτων, γνωσιακή αναδόμηση, σταδιακή έκθεση, επίλυση προβλημάτων, κ.ά. Με βάση τα αποτελέσματα, τα παιδιά του δείγματος εμφάνισαν μέτρια επίπεδα επιθετικότητας όχι μόνο στο σύνολο αλλά και στις επιμέρους διαστάσεις, φυσική επιθετικότητα, λεκτική επιθετικότητα, θυμός και εχθρικός. Σχετικά με την αυτορρύθμιση εμφάνισαν υψηλή γνωστική επανεκτίμηση και μέτρια εκφραστική καταστολή. Τα πρώτα αποτελέσματα της παρέμβασης είναι ενθαρρυντικά καθώς παρατηρήθηκε ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών των μαθητών, τροποποίηση των αντίστοιχων αρνητικών και βελτίωση της αυτορρύθμισης τους. Περαιτέρω έρευνες είναι χρήσιμο να διεξαχθούν για την εξαγωγή ασφαλέστερων συμπερασμάτων.

Λέξεις κλειδιά: πρόγραμμα “Cool Kids”, αυτορρύθμιση, επιθετικότητα, γνωσιακή-συμπεριφορική παρέμβαση, μαθητές

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν° 3

Παρουσίαση Προγράμματος Ψυχικής Ενδυνάμωσης Μαθητών της Στ΄ Τάξης Γενικού Δημοτικού Σχολείου Χανίων.

Ομιλήτρια: **Χαρτάλου Σταυρούλα**, Σχολική Ψυχολόγος COVID 2020-21

Εισαγωγή: Στα πλαίσια του Προγράμματος «Υποστήριξη Σχολικών Μονάδων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής Εκπαίδευσης από Ψυχολόγους και Κοινωνικούς Λειτουργούς για την αντιμετώπιση των συνεπειών του Covid-19» κατά τη σχολική χρονιά 2020-2021, πραγματοποιήθηκαν ομαδικά προγράμματα ψυχικής ενδυνάμωσης σε γενικά σχολεία της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. Μέθοδος: Παρουσιάζεται ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα ψυχικής ενδυνάμωσης σε 23 μαθητές τμήματος της ΣΤ΄ τάξης Ολοήμερου Δημοτικού Σχολείου Χανίων. Το πρόγραμμα εφαρμόστηκε από τη σχολική ψυχολόγο του σχολείου σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό του τμήματος, βασισμένο στις ψυχολογικές ανάγκες του συνόλου των μαθητών και ολοκληρώθηκε σε 13 δίωρες συναντήσεις. Κύριος σκοπός του προγράμματος ήταν η ψυχική ενδυνάμωση των μαθητών από τις επιπτώσεις της πανδημίας, σε συνδυασμό με άλλους ψυχολογικούς στόχους, όπως: α. η αναγνώριση και διαχείριση των αρνητικών συναισθημάτων, β. η βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ των μαθητών, γ. η εύρεση εναλλακτικών συμπεριφορών, δ. η επίλυση προβλημάτων, ε. η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και στ. η αποδοχή της διαφορετικότητας. Για την πραγματοποίηση του προγράμματος χρησιμοποιήθηκαν τεχνικές της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής προσέγγισης, όπως η αυτοπαρατήρηση και η αυτορρύθμιση, οι ασκήσεις διαφραγματικής αναπνοής και νευρομυϊκής χαλάρωσης, η τεχνική επίλυσης προβλημάτων, η ψυχοεκπαίδευση σχετικά με τον κορωνοϊό, ο εντοπισμός αρνητικών αυτόματων σκέψεων, η γνωσιακή αναδόμηση και η εκπαίδευση στη διεκδικητική συμπεριφορά. Αποτελέσματα: Το πρόγραμμα συνέβαλε ώστε οι μαθητές να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα αρνητικά τους συναισθήματα, να αναζητήσουν εναλλακτικούς τρόπους συμπεριφοράς, να βελτιώσουν τις σχέσεις τους με τους συμμαθητές και τον δάσκαλο τους και να αυξήσουν την αυτοεκτίμησή τους. Συμπεράσματα: Η εφαρμογή στην γενική εκπαίδευση προγραμμάτων παρέμβασης βασισμένων στις αρχές της γνωσιακής- συμπεριφοριστικής

προσέγγισης συμβάλλουν στη διαχείριση των συναισθηματικών δυσκολιών που αντιμετωπίζουν οι μαθητές τόσο από τις αρνητικές επιπτώσεις της πανδημίας, όσο και στις διαπροσωπικές και κοινωνικές τους σχέσεις.

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν^ο 4

Η σχέση του επιπέδου λεξιλογίου με τις δεξιότητες πραγματολογίας σε παιδιά με ΔΑΦ

Ομιλήτρια: **Λυμπεροπούλου Βασιλική**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Συγγραφείς: **Ανδρέου Γεωργία, Ασλάνογλου Βασιλική**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Οι δυσκολίες στην πραγματολογική γλώσσα αποτελούν βασικό χαρακτηριστικό των παιδιών με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ). Ωστόσο, σε πολλά παιδιά με ΔΑΦ παρατηρούνται δυσκολίες και στη δομική γλώσσα, η οποία αφορά τη φωνολογία, τη μορφοσύνταξη και το λεξιλόγιο. Οι δυσκολίες στο λεξιλόγιο σχετίζονται με πιθανές πραγματολογικές δυσκολίες οι οποίες εμποδίζουν τα παιδιά με ΔΑΦ να αναπτύξουν κοινωνικές σχέσεις. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι αφενός η αξιολόγηση του επιπέδου του λεξιλογίου και των πραγματολογικών δεξιοτήτων παιδιών με ΔΑΦ και παιδιών τυπικής ανάπτυξης αντίστοιχης χρονολογικής ηλικίας και φύλου, και αφετέρου η διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στο επίπεδο του λεξιλογίου και των πραγματολογικών δεξιοτήτων και στους δύο πληθυσμούς. Στην έρευνα συμμετείχαν 25 παιδιά με ΔΑΦ (16 αγόρια και 9 κορίτσια, Μ.Ο. ηλικίας 84,2) και 25 παιδιά τυπικής ανάπτυξης (16 αγόρια και 9 κορίτσια, Μ.Ο ηλικίας 84,08). Για τη διερεύνηση του λεξιλογίου χρησιμοποιήθηκε η λεξιλογική κλίμακα από το ψυχομετρικό εργαλείο WISC-V. Για την αξιολόγηση της πραγματολογικής γλώσσας χρησιμοποιήθηκε η Δοκιμασία Γλωσσικής Αντίληψης και Έκφρασης (Βογινδρούκας, 2009), καθώς και η ελληνική εκδοχή του Children Communication Checklist-2 (Bishop, 2003). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι τα παιδιά με ΔΑΦ είχαν χαμηλότερες επιδόσεις τόσο στη δοκιμασία που αφορούσε το λεξιλόγιο, όσο και σε δοκιμασίες σχετικές με την πραγματολογική γλώσσα σε σχέση με τους τυπικής ανάπτυξης συνομηλίκους τους. Παράλληλα, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το επίπεδο του λεξιλογίου σχετίζεται με τις δεξιότητες πραγματολογίας και στους δύο πληθυσμούς. Τα ευρήματα συζητούνται υπό το πρίσμα της βελτίωσης της πραγματολογικής γλώσσας των παιδιών με ΔΑΦ μέσω παρεμβάσεων για τη βελτίωση του επιπέδου του λεξιλογίου. Η ανάπτυξη του λεξιλογίου των παιδιών με ΔΑΦ λειτουργεί, πιθανώς, ενισχυτικά προς την πραγματολογική τους γλώσσα, με αποτέλεσμα τη βελτίωση των διαπροσωπικών τους σχέσεων.

Βιβλιογραφία

Βογινδρούκας, Ι. (2009). Δοκιμασία Γλωσσικής Αντίληψης και Έκφρασης. Χανιά: Γλαύκη.

Bishop, D. 2003. The Children's Communication Checklist—2. London: Psychological Corporation.

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν^ο 5

Εφαρμογή προγράμματος διαχείρισης του στρες, με βάση το γνωσιακό συμπεριφοριστικό και το συστημικό μοντέλο, σε γονείς παιδιών τυπικής ανάπτυξης.

Ομιλήτρια: **Λιναρδάτου Κατερίνα**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Συγγραφέας: **Ανδρέου Ελένη**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Εισαγωγή: Τα υψηλά επίπεδα γονικού στρες έχουν συνδεθεί με ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες, μειωμένη ικανοποίηση από το γονικό ρόλο, κακή ποιότητα σχέσεων στην οικογένεια, καθώς και με σημαντικές συμπεριφορικές, γνωστικές και συναισθηματικές επιπτώσεις στα παιδιά. Οι παρεμβάσεις που στοχεύουν στην διαχείριση του στρες και στην βελτίωση της οικογενειακής ζωής παρουσιάζουν σημαντικά θετικά αποτελέσματα, εστιάζοντας εντούτοις σε πληθυσμό με διάγνωση και όχι απαραίτητα στην

πρόληψη. Η εν εξελίξει αυτή μελέτη, αποτελεί ένα δίμηνο πρόγραμμα Συμβουλευτικής σε Γονείς με παιδιά τυπικής ανάπτυξης, ηλικίας 6-12 ετών. Στα πλαίσια της εφαρμογής της, αξιολογήθηκε η επίδραση του προγράμματος στο Στρες, στην Καταθλιπτική και Αγχώδη συμπτωματολογία των γονέων, στη γονική συμπεριφορά, στην ικανοποίηση από τις σχέσεις και στο στρες των παιδιών πριν και μετά την παρέμβαση.

Μέθοδος: Σχεδιάστηκε ημι-πειραματικού τύπου μελέτη με ομάδα παρέμβασης και ελέγχου. Στην έρευνα συμμετείχαν 40 γονείς (25 μητέρες και 15 πατέρες) σε ένα πρόγραμμα Συμβουλευτικής Στρες 8 εβδομαδιαίων συναντήσεων. Ακολούθησαν δύο επιπλέον συναντήσεις στους 3 και 6 μήνες μετά την ολοκλήρωση της παρέμβασης. Στην αρχή και στο τέλος του προγράμματος χορηγήθηκαν ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς για την κατάθλιψη, το άγχος και το στρες, το γονικό στρες, την ικανοποίηση από τις σχέσεις και την αυτοεκτίμηση. Σε επίπεδο περιγραφικό χορηγήθηκε ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της σχέσης των γονέων με την πατρική τους οικογένεια (είδος δεσμού). Το στρες των παιδιών αξιολογήθηκε μέσω κλίμακας αυτοαναφοράς από τους γονείς πριν και μετά τη μελέτη.

Αποτελέσματα: Στην ομάδα παρέμβασης παρατηρήθηκε και στους δυο γονείς, στατιστικά σημαντική μείωση των συμπτωμάτων του άγχους, της κατάθλιψης και του στρες και αύξηση στην ικανοποίηση από τον/την σύντροφο και στην αυτοεκτίμηση. Ακόμα, σημειώθηκε μείωση στο γονικό στρες, στη δυσλειτουργική αλληλεπίδραση γονέων-παιδιών και αλλαγή στην αντίληψη του παιδιού ως «δύσκολο». Όσον αφορά στα παιδιά, παρατηρήθηκε σημαντική μείωση στο στρες.

Συμπεράσματα: Τα ενθαρρυντικά αυτά αποτελέσματα θα μπορούσαν να αποτελέσουν εφαλτήριο για τον σχεδιασμό και τη διαμόρφωση περαιτέρω προληπτικών προγραμμάτων οικογενειακής συμβουλευτικής.

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν^ο 6

Τροποποίηση των προκατειλημμένων γνωστικών διερμηνειών σε παιδιά Δημοτικού: Μείωση εχθρικού στυλ απόδοσης αιτιών και σύνδεση με την αντιδραστική επιθετικότητα.

Ομιλητές: **Βασιλόπουλος Στέφανος, Αντωνίου, Σωτηρία Χ., Θεοδόση, Κωνσταντίνα**, Πανεπιστήμιο Πατρών

Η γνωστική επεξεργασία των ερεθισμάτων του περιβάλλοντος από το άτομο, χαρακτηρίζεται ως ένας από τους βασικότερους πυλώνες της ανθρώπινης συμπεριφοράς, ειδικότερα, και της ερμηνείας του κόσμου, γενικότερα. Έρευνες του παρελθόντος προτείνουν τη συσχέτιση της επιθετικής συμπεριφοράς με το μοντέλο επεξεργασίας κοινωνικών πληροφοριών, δεδομένου ότι υπάρχουν ενδείξεις ότι τα παιδιά με επιθετική συμπεριφορά τείνουν να αποδίδουν πιο αρνητικές ερμηνείες σε αμφίσημες κοινωνικές καταστάσεις σε σχέση με τα μη επιθετικά παιδιά. Η τρέχουσα μελέτη διερεύνησε κατά πόσο το εχθρικό στυλ των αποδόσεων αιτιών (hostile attributional biases) μπορεί να μεταβληθεί, εφαρμόζοντας τη διαδικασία τροποποίησης προκατειλημμένων γνωστικών ερμηνειών (Cognitive Bias Modification of Interpretations - CBMI) των εν λόγω ερεθισμάτων. Επιπρόσθετα, ερευνήθηκε κατά πόσο η μεταβολή στις αναφερόμενες αποδόσεις μπορεί να έχει επίδραση στην αυτοαναφερόμενη επιθετική συμπεριφορά των παιδιών. Το δείγμα επιλέχθηκε τυχαία και αποτελούταν συνολικά από 66 μαθητές δημοτικού (Μ.Ο. ηλικίας = 10.43, Τ.Α. = 0.5), εκ των οποίων οι 35 συμμετείχαν στην ομάδα παρέμβασης (CBMI) ενώ οι υπόλοιποι 31 στην ομάδα ελέγχου (ανενεργή συνθήκη). Όλοι οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ερωτηματολόγια (αντιδραστικής και προδραστικής) επιθετικότητας, τόσο πριν όσο και μετά τη λήξη της παρέμβασης. Ακόμη, χορηγήθηκαν στους μαθητές και τις μαθήτριες αμφίσημα κοινωνικά σενάρια, τα οποία συνοδεύονταν από αρνητικές (εχθρικές) και ουδέτερες αποδόσεις αιτιών. Συνολικά, πραγματοποιήθηκαν τρεις σύντομες παρεμβάσεις εντός μιας εβδομάδας, όπου οι συμμετέχοντες στην ομάδα παρέμβασης εκπαιδεύτηκαν στο να υποστηρίζουν τις ουδέτερες αποδόσεις αιτιών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι – σε σύγκριση με την

ομάδα ελέγχου – οι μαθητές στην ομάδα παρέμβασης ήταν λιγότερο πιθανό να επιλέξουν εχθρικές αποδόσεις και περισσότερο πιθανό να επιλέξουν ουδέτερες αποδόσεις αιτιών όταν τους παρουσιάστηκε μια νέα σειρά από αμφίσημα κοινωνικά γεγονότα μετά την λήξη της παρέμβασης. Επίσης, δήλωσαν ότι θα ένιωθαν λιγότερο θυμό στις υποθετικές αυτές καταστάσεις, σε σύγκριση με τους μαθητές της ομάδας ελέγχου. Τέλος, οι συμμετέχοντες που προέβλεψαν ότι θα νιώσουν λιγότερο θυμό - ως αντίδραση στα υποθετικά (δυνάμει αρνητικά) κοινωνικά γεγονότα - ήταν επίσης πιο πιθανό να αναφέρουν μικρότερη αντιδραστική επιθετικότητα.

ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Ν° 7

Προβλήματα ψυχικής υγείας των παιδιών που εμπλέκονται σε περιστατικά σχολικού εκφοβισμού.

Ομιλήτρια: **Κοντογιάννη Αφροδίτη**, ΕΚΠΑ

Συγγραφείς: **Γαλανάκη Ευαγγελία**, ΕΚΠΑ, **Ανδρέου Ελένη**, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, **Παπαδοπούλου Καλλιρρόη**, ΕΚΠΑ

Στόχος της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει τη σχέση ανάμεσα στον σχολικό εκφοβισμό/θυματοποίηση και σε ένα μεγάλο εύρος εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων προβλημάτων των παιδιών προεφηβικής ηλικίας. Διεξήχθησαν τρεις έρευνες με 811 μαθητές Ε΄ και ΣΤ΄ Δημοτικού από σχολεία της Αττικής, οι οποίοι συμπλήρωσαν το Olweus Ερωτηματολόγιο Εκφοβισμού/Θυματοποίησης. Στην πρώτη έρευνα, που είχε στόχο να εξετάσει τη σχέση του εκφοβισμού/θυματοποίησης με τη μοναξιά, την κοινωνική δυσαρέσκεια και την κατάθλιψη, οι μαθητές συμπλήρωσαν την Κλίμακα Μοναξιάς και Κοινωνικής Δυσαρέσκειας και το Ερωτηματολόγιο Παιδικής Κατάθλιψης. Στη δεύτερη έρευνα, που είχε στόχο να εξετάσει τη σχέση του εκφοβισμού/θυματοποίησης με τα προβλήματα άγχους (κοινωνικό άγχος και μετατραυματική διαταραχή άγχους) και τα ψυχοσωματικά συμπτώματα, χορηγήθηκαν η Αναθεωρημένη Κλίμακα Κοινωνικού Άγχους για Παιδιά, η Αναθεωρημένη Κλίμακα Επίδρασης του Συμβάντος για Παιδιά και η Κλίμακα Ψυχοσωματικών Συμπτωμάτων. Στην τρίτη έρευνα, εξετάστηκε η σχέση του εκφοβισμού/θυματοποίησης με τα εξωτερικευμένα προβλήματα και δόθηκαν οι υποκλίμακες Παράβαση Κανόνων, Επιθετική Συμπεριφορά και Προβλήματα Προσοχής από το Achenbach Ερωτηματολόγιο για Εφήβους. Διαπιστώθηκαν πολλές στατιστικά σημαντικές συνδέσεις ανάμεσα στον εκφοβισμό/θυματοποίηση και στην ψυχική υγεία των παιδιών. Συγκεκριμένα, όσο υψηλότερα ήταν τα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, μετατραυματικού στρες, κλινικού κοινωνικού άγχους, ψυχοσωματικών συμπτωμάτων και προβλημάτων προσοχής, τόσο μεγαλύτερη ήταν η τάση των παιδιών να θυματοποιούνται στο σχολικό πλαίσιο. Όσο υψηλότερα ήταν τα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, ψυχοσωματικών συμπτωμάτων, υπερδιέγερσης λόγω κάποιου περιστατικού εκφοβισμού, φόβου αρνητικής αξιολόγησης, γενικευμένης κοινωνικής αποφυγής και δυσκολίας, μη συμμόρφωσης σε κανόνες και προβλημάτων προσοχής, τόσο μεγαλύτερη ήταν η τάση των παιδιών να εκφοβίζουν τους συμμαθητές τους. Επιπλέον, ο ρόλος του παιδιού στα περιστατικά εκφοβισμού ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφοροποιήσεις, με τα θύματα να έχουν αυξημένες πιθανότητες για εμφάνιση σχεδόν όλου του εύρους των υπό μελέτη προβλημάτων ψυχικής υγείας και τους θύτες να παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο για εξωτερικευμένα προβλήματα, όπως παραβατικότητα. Τα ευρήματα συζητούνται με αναφορά στη σύγχρονη διεθνή βιβλιογραφία και, με βάση αυτά, διατυπώνονται προτάσεις για σχολικές και κλινικές παρεμβάσεις.