

## Εργαστήριο II – Ομαδική Παρέμβαση στην Προσωπική Ανάπτυξη - Πλαίσιο

\*Θεωρητικό υπόβαθρο της ομαδικής παρέμβασης, της ομαδικής θεραπείας, συμβουλευτικής και οι θεραπευτικές λειτουργίες αυτής.

\*\*Βιωματικές εφαρμογές των βασικών αξόνων της ομαδικής παρέμβασης στην ατομική ανάπτυξη.

Μέσω των βιωματικών εργαστηρίων γίνονται κατανοητές συγκεκριμένες θεραπευτικές στρατηγικές και μέθοδοι συμβουλευτικής προσέγγισης.

## Σκοποί και στόχοι

Η καλύτερη γνώση του εαυτού των μέσα από την ομαδική αλληλεπίδραση και την κατάρτιση σε δεξιότητες συμβουλευτικής παρέμβασης.

Καλλιέργεια δεξιοτήτων αυτοδιερεύνησης, αυτογνωσίας και αυτοβελτίωσης

Άσκηση στην ενσυναίσθηση και στην ενεργητική ακρόαση καλλιεργώντας δεξιότητες συμβουλευτικής μέσα στην ομάδα .

Εντοπισμός «τυφλών σημείων» του εαυτού, λαθεμένων πεποιθήσεων και γνωστικών σφαλμάτων.

Κατανόηση της λειτουργίας και μηχανισμών αλληλεπίδρασης εντός ομάδας

Διερεύνηση βασικών θετικών και αρνητικών συναισθημάτων .

Να κινητοποιηθείτε στην αναζήτηση προσωπικών περιορισμών ή θεμάτων κατά την εργασία σας ως σύμβουλοι

Να εντοπίσετε τυχόν στερεότυπα, στάσεις και προκαταλήψεις που ενεργοποιούνται κατά τη διαδικασία εργασίας με «διαφορετικούς» συμβουλευόμενους.

## Περίγραμμα μαθήματος

Μοναδικότητα του ατόμου- Η έννοια του εαυτού-Ο εαυτός μας ως εργαλείο δουλειάς- Το πλαίσιο αναφοράς μου- Προσωπική ανάπτυξη

Προσωπικά κίνητρα εκπαίδευσης στη συμβουλευτική

Η συμβουλευτική σχέση-Η ενσυναίσθηση στην πράξη- Κατανοώντας πώς λειτουργώ ως σύμβουλος

Μη λεκτική επικοινωνία-Διαπροσωπική αλληλεπίδραση- Ανάδυση συναισθημάτων

Δεξιότητες συμβουλευτικής παρέμβασης και ενεργητικής ακρόασης  
-Αντανάκλαση συναισθήματος- Αναπλαισίωση-Παράφραση

Η δυναμική της ομάδας-στάδια-λειτουργίες-ρόλοι-μηχανισμοί αλληλεπίδρασης

Αξίες-Στάσεις & στερεότυπα -Η αντίδρασή μου απέναντι στο «διαφορετικό»

Διερευνώντας τα τυφλά μου σημεία

Συναισθήματα και προβολές -Διαχείριση θυμού