

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η ΠΡΟΝΟΗ σε συνεργασία με τον Σύλλογο Εκπαιδευτικών του Ειδικού Σχολείου
Πεντέλης πραγματοποίησε

«ΦΡΟΝΤΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΔΥΣΚΟΛΙΑ, ΜΕ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ»

Το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Δήμου Κηφισιάς – ΟΚΑΝΑ «ΠΡΟΝΟΗ», υλοποίησε μονοήμερο εκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα «Φροντίζοντας τη Δυσκολία, με Συνταγές Ανθεκτικότητας».

Πρόκειται για ένα μονοήμερο εκπαιδευτικό βιωματικό σεμινάριο διάρκειας 5 ωρών που οραματίζεται εκπαιδευτικούς οι οποίοι παρά τις δυσκολίες και την εργασιακή εξάντληση, μαθαίνουν να φροντίζουν τον εαυτό τους και να είναι σε επαφή με τα συναισθήματά τους.

Βασικός σκοπός του σεμιναρίου ήταν οι εκπαιδευτικοί να δημιουργήσουν μια ομάδα συνεργασίας με τους συναδέλφους τους η οποία θα ανακουφίζει σε καταστάσεις αντιξοότητας, θα βάζει πλάτη στις δυσκολίες και θα κινείται με γνώμονα το «εμείς» και το «μαζί». Επιπλέον, είχε στόχο την αναγνώριση και την αποδοχή των αρνητικών συναισθημάτων και τη δημιουργία «Συνταγών Ανθεκτικότητας» οι οποίες θα διευκόλυναν την διαχείρισή τους. Το σεμινάριο παρακολούθησαν 11 Εκπαιδευτικοί του Ειδικού Σχολείου Πεντέλης.

Η υλοποίηση του σεμιναρίου πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 18 Μαρτίου 2023, στο χώρο του Κέντρου Πρόληψης.

Συντονίστρια του σεμιναρίου ήταν η **Αλεξάκη Αρχοντούλα**, Κοινωνική Λειτουργός MSc – Ψυχοθεραπεύτρια – Επιστημονικό Στέλεχος του Κέντρου Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «ΠΡΟΝΟΗ» Δήμου Κηφισιάς – ΟΚΑΝΑ και μέλος της συγγραφικής ομάδας του υλικού, ενώ στη θέση της συντονίστριας β' ήταν η Δασούλα Βασιλική, φοιτήτρια Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου. Τέλος, ως παρατηρήτρια και με αρμοδιότητα αναστοχαστικής ανατροφοδότησης ήταν η Γιαννούχου Ειρήνη, φοιτήτρια Κοινωνικής Εργασίας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής.