

Ομάδες Συμβουλευτικής & Ψυχοθεραπείας

Ομάδα: Άντλερ & Κινηματογράφος | Ελληνική Εταιρεία Αντλεριανής Ψυχολογίας

Σκοπός & Πλαίσιο της Ομάδας

Σκοπός αυτής της ομάδας είναι να δημιουργήσει έναν ασφαλή χώρο συνάντησης και ουσιαστικής ανταλλαγής, αξιοποιώντας ως γόνιμο ερέθισμα τον ελληνικό κινηματογράφο και το πλαίσιο της Αντλεριανής ψυχολογίας.

Μέσα από σκηνές ταινιών, συζήτηση και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες θα συνδέσουν κεντρικές αντλεριανές έννοιες (**σχήμα ζωής, κοινωνικό ενδιαφέρον, σειρά γέννησης, ανθεκτικότητα, νόημα ζωής**) με ζητήματα της καθημερινότητας και της προσωπικής τους ανάπτυξης.

Στόχοι & Οφέλη

- Αναγνώριση προσωπικών δυνάμεων και αναγκών μέσα από την αντλεριανή οπτική.
- Καλλιέργεια του κοινωνικού ενδιαφέροντος και εξάσκηση σε πρακτικά εργαλεία ενθάρρυνσης.
- Ενίσχυση της ανθεκτικότητας και του νοήματος στην καθημερινότητα.

Συντονίστρια: Μαρία Βαρελά, Αντλεριανή Ψυχοθεραπεύτρια

Κριτήριο Συμμετοχής: Η ομάδα απευθύνεται σε κάθε ενδιαφερόμενη/ο που επιθυμεί να γνωρίσει την Αντλεριανή σκέψη και να εμβαθύνει σε θέματα ψυχικής ανθεκτικότητας, ενθάρρυνσης και νοηματοδότησης της ζωής, μέσα από τη γλώσσα του κινηματογράφου.

Τόπος Διεξαγωγής: Διαδίκτυο (Zoom)

Υπεύθυνη Ομάδων Ψυχοθεραπείας: Δρ. Πέγκυ Πελώνη

Πρόγραμμα Συναντήσεων

6 Συναντήσεις (1 ανά μήνα)

Ωρα: 10:00 - 12:00

1η Συνάντηση

Σάββατο 07/11/2026

2η Συνάντηση

Σάββατο 05/12/2026

3η Συνάντηση

Σάββατο 06/02/2027

4η Συνάντηση

Σάββατο 06/03/2027

5η Συνάντηση

Σάββατο 03/04/2027

6η Συνάντηση

Σάββατο 08/05/2027

Ομάδες Συμβουλευτικής & Ψυχοθεραπείας

Ομάδα Υποστήριξης & Ενδυνάμωσης Εκπαιδευτικών | Ελληνική Εταιρεία Αντλεριανής Ψυχολογίας

Σκοπός & Πλαίσιο της Ομάδας

Η διδασκαλία είναι ένα από τα πιο απαιτητικά επαγγέλματα συναισθηματικά, με υψηλό κίνδυνο επαγγελματικής εξουθένωσης (συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση, μειωμένη ικανοποίηση).

Με τη συμμετοχή στην ομάδα αυτή, εκπαιδευτικοί από όλες τις βαθμίδες θα μοιραστούν τις δυσκολίες τους σε έναν χώρο ασφαλούς και ουσιαστικής στήριξης, καλλιεργώντας στρατηγικές ψυχικής ενδυνάμωσης.

Αντλεριανές Αρχές & Οφέλη

Με οδηγό τις θεμελιώδεις αρχές της Αντλεριανής προσέγγισης: **Ενθάρρυνση, Ισοτιμία, Αποδοχή & Συνεργασία.**

Οι συμμετέχοντες θα αναγνωρίσουν τις προσωπικές τους δυνάμεις, ενισχύοντας την ανθεκτικότητα και την επαγγελματική τους ικανοποίηση.

Συντονίστρια: Φιλίτσα Νικολάου, Εκπαιδευτικός & Αντλεριανή Ψυχοθεραπεύτρια

Κριτήριο Συμμετοχής: Εκπαιδευτικοί α'βάθμιας & β'βάθμιας εκπαίδευσης

Τόπος Διεξαγωγής: Διαδίκτυο (Zoom)

Υπεύθυνη Ομάδων Ψυχοθεραπείας: Δρ. Πέγκυ Πελώνη

Πρόγραμμα Συναντήσεων

6 Συναντήσεις (1 ανά μήνα)

Ωρα: 10:00 - 12:00

1η Συνάντηση

Σάββατο 14/11/2026

2η Συνάντηση

Σάββατο 12/12/2026

3η Συνάντηση

Σάββατο 13/02/2027

4η Συνάντηση

Σάββατο 13/03/2027

5η Συνάντηση

Σάββατο 10/04/2027

6η Συνάντηση

Σάββατο 15/05/2027