



Εστιάζην

Κέντρο Ψυχοθεραπείας & Ειδικής Αγωγής

ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Στόχος των ομάδων είναι η θετική εξέλιξη των παιδιών σε γνωστικό, συναισθηματικό και κοινωνικό επίπεδο.

Συγκεκριμένα, **στοχεύουν:**

- Στην **ανάλυση της συμπεριφοράς**, έτσι ώστε τα παιδιά να αποκτήσουν νέους τρόπους σκέψης και αντιμετώπισης των καθημερινών καταστάσεων που βιώνουν.
- Στην **πρόληψη**, βοηθώντας τα παιδιά να αποκτήσουν συναισθηματικές και κοινωνικές δεξιότητες για να αντεπεξέρχονται σε μελλοντικές προκλήσεις.
- Στην **ενίσχυση της αυτοπεποίθησής** τους και την ανάπτυξη των επικοινωνιακών τους δεξιοτήτων.
- Στην **αναγνώριση, έκφραση και διαχείριση** των συναισθημάτων τους.

██████████ Καλαμάτα
Τηλ-Φαξ: 27210 21423 Κιν: 6944055044
Facebook: www.facebook.com/EstiaZHN.gr/

Υπεύθυνη Κέντρου:
Αθανασία Κουτσούκου
Ψυχολόγος - Παιδοψυχολόγος
ΜΑ στην Ειδική Αγωγή
Θεραπεία Ζεύγους

Το πρόγραμμα των ομάδων είναι **9μηνο (Οκτώβριο-Ιούνιο)**.

Οι συναντήσεις διαρκούν **50 λεπτά** και πραγματοποιούνται **μια φορά** την εβδομάδα.

Στην αρχή κάθε μήνα διαμορφώνονται οι θεματικές της κάθε συνάντησης οι οποίες επιπλέον είναι προσανατολισμένες στις επιμέρους ανάγκες του κάθε μέλους.

Οι παιδαγωγικές και θεραπευτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται είναι οι εξής:

• Παιγνιοθεραπεία

Η παιγνιοθεραπεία είναι μία εξελιγμένη μορφή ψυχοθεραπείας, που μέσω του παιχνιδιού βοηθά το παιδί να κατανοήσει καλύτερα τον εαυτό του και τις πράξεις του αλλά και τα συναισθήματα των άλλων. Το παιχνίδι αποτελεί και τον πιο ουσιαστικό τρόπο κοινωνικοποίησης για τα παιδιά καθώς μέσω αυτού συμμετέχουν και μοιράζονται με άλλα παιδιά, γίνονται μέλος μιας ομάδας, μαθαίνουν να γνωρίζουν τους άλλους και να βρίσκουν τη θέση τους ανάμεσά τους. Επίσης τα βοηθά να εκφράσουν, να εξερευνήσουν τα συναισθήματά τους, την δημιουργικότητά τους και να κατανοούν τις καταστάσεις που βιώνουν.

• Χοροθεραπεία

Ο συντονισμός και ο συγχρονισμός που απαιτούνται στη συγκεκριμένη μέθοδο βοηθούν στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος και στην ανάπτυξη της εμπιστοσύνης ανάμεσα στα μέλη της ομάδας. Επίσης, η χοροθεραπεία συμβάλλει στη διεύρυνση της κίνησης και με τον τρόπο αυτό μεγαλώνει το εύρος των επιλογών του παιδιού καθώς και η ικανότητα του για σκέψη και αφαίρεση.

• Art Therapy

Η τέχνη είναι μια από τις αρχαιότερες μορφές επικοινωνίας, έκφρασης και θεραπείας. Μέσα από τη ζωγραφική και τη δημιουργικότητα, το παιδί έχει τη δυνατότητα να εκφράσει συνειδητά ή ασυνείδητα κομμάτια του εαυτού του και της προσωπικότητάς του, τα οποία με άλλο τρόπο δυσκολεύεται να εκφράσει και να μοιραστεί. Μέσα από την εικαστική έκφραση αναπτύσσεται η αυτονομία και η ανεξαρτησία, καθώς το παιδί αντιλαμβάνεται τη δική του ευθύνη στην εικαστική διαδικασία και το έργο τέχνης του.

• Δραματοθεραπεία-Ψυχόδραμα

Η δραματοθεραπεία αποτελεί μια μέθοδο θεραπείας που χρησιμοποιεί το δράμα/ δραματοποίηση και τις ειδικές τεχνικές του θεάτρου προκειμένου για ένα θεραπευτικό στόχο και αποτέλεσμα. Τα παιδιά κάνουν ουσιαστικά τα πάντα μέσα από το παιχνίδι (παιχνίδια ρόλων, θεατρικά παιχνίδια, αυτοσχεδιασμοί κλπ.): μαθαίνουν, εξασκούν και διοχετεύουν τη φαντασία τους, νιώθουν, μιλούν, κινούνται, βιώνουν αισθησιοκινητικά ερεθίσματα κ.ά. Τους επιτρέπει επίσης να επανακτήσουν τον έλεγχο στις αγώνες, τα άγχη και τις συγκρούσεις τους.

• Social Stories

Κοινωνικά σενάρια και υποθετικές ιστορίες οι οποίες φέρνουν σε επαφή τα παιδιά με κοινωνικούς κανόνες, όρια και τρόπους σωστής συμπεριφοράς. Ακόμα χρησιμοποιούνται για την ενίσχυση της λεκτικής επικοινωνίας και της επιχειρηματολογίας, την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης και της δυνατότητας επίλυσης προβλημάτων.

• Μουσικοκινητική και Ψυχοκινητική Αγωγή

Οι δύο αυτές παιδαγωγικές μέθοδοι αξιοποιούν τις υπάρχουσες εμπειρίες στοχεύοντας στην γνωστική, σωματική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Ακόμα μέσα από την ομαδικότητα τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, να διαχειρίζονται τις αποτυχίες και να δουλεύουν ομαδικά αναπτύσσοντας την έννοια του «ανήκειν».