

ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ
Η Γραφή στη Θεραπεία



*«Ό,τι με τυραννούσε, είχε φύγει πια από μένα,
είχε ξαπλώσει στο χαρτί και δεν ξεκολλούσε.»*

Νίκος Καζαντζάκης

Το Κέντρο Συστημικής Θεραπείας και το Κέντρο ΓΕΝΑΘΛΟΝ διοργανώνουν Βιωματικό Σεμινάριο με τον τίτλο **Η Γραφή στη Θεραπεία**.

Απευθύνεται σε ειδικούς της ψυχικής υγείας (ψυχολόγους, ψυχοθεραπευτές, ψυχιάτρους, συμβούλους ψυχικής υγείας, κοινωνικούς λειτουργούς κ.ά.), σε εκπαιδευτικούς, καθώς και σε συντονιστές ομάδων, δικτύων και εργαστηρίων τέχνης.

Το σκεπτικό μας

Από τη δεκαετία του '60 αναγνωρίστηκε η θεραπευτική ιδιότητα της Γραφής στην Αμερική και την Ευρώπη και έκτοτε χρησιμοποιείται στην αντιμετώπιση ψυχολογικών ή/και σωματικών

προβλημάτων. Η Γραφή αξιοποιείται επίσης ως εργαλείο για την αυτογνωσία και την προσωπική ανάπτυξη σε αντίστοιχα πλαίσια και διαδικασίες.

Πιο συγκεκριμένα, η Γραφή στη θεραπεία δημιουργεί τον χωροχρόνο που χρειάζεται ο άνθρωπος για να αναστοχαστεί πάνω σε ένα βίωμα, καθώς η γραπτή έκφραση αλλάζει και εμπλουτίζει την αφήγηση δίνοντας έτσι άλλες εκδοχές του βιώματος. Βοηθά τους ανθρώπους να ανακτήσουν τον έλεγχο του εαυτού τους, ενώ λειτουργεί ως εργαλείο διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Η Γραφή στη θεραπεία είναι διαλογική και σχεσιακή. Όπως αναφέρει η Gail Simon¹ «Η Γραφή μπορεί να θεωρηθεί ως μία συστημική πρακτική, είναι σχεσιακή είτε ως απάντηση σε εσωτερικό διάλογο, είτε ως μέρος εξωτερικού διαλόγου»².

Για τους σκοπούς αυτούς έχουν αναπτυχθεί διάφορες τεχνικές, όπως η αυτοματική ή ελεύθερη γραφή, καθώς και τεχνικές γραφής που παράγουν πιο δομημένα κείμενα: επιστολή, ποίηση, ερωτήσεις, αυτοβιογραφική ή αφηγήσεις ζωής, ημερολόγιο, αφήγηση ιστορίας, διάλογοι.

Στο Σεμινάριο αυτό, θα έρθουμε σε επαφή με τη θεωρία της Γραφής στη Θεραπεία και παράλληλα θα δοκιμάσουμε τις διάφορες τεχνικές τόσο της Θεραπευτικής Γραφής όσο και της Δημιουργικής Γραφής Προσωπικής Ανάπτυξης. Όπως σε όλες τις εκπαιδεύσεις που γίνονται από το Κέντρο Συστημικής Θεραπείας και από το Κέντρο ΓΕΝΑΘΛΟΝ, το Σεμινάριο είναι βιωματικό και θα πραγματοποιηθεί σε πλαίσιο διαλόγου και συγκατασκευής.

Συντονίζουν: Σμάρω Μάρκου και Ιουλία Μπαλάσκα

(επισυνάπτονται βιογραφικά σημειώματα)

Διάρκεια: Οκτώβριος 2020 – Μάιος 2021, 40 ώρες σε 8 συναντήσεις, μία Κυριακή τον μήνα/5ωρο, ώρα 10:00-15:00.

Συμμετέχοντες: μέγιστος αριθμός 20 άτομα – θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Κόστος: 600 ευρώ/άτομο (συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ), καταβλητέο σε μηνιαίες δόσεις των 75 ευρώ.

¹ D.Prof, University of Bedfordshire, Μεγάλη Βρετανία.

² Simon, G., Writing as Talk, International Journal of Collaborative Practices 3(1), 2012: 28-39

Τόπος διεξαγωγής: Το Σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί σε ασφαλή χώρο, σύμφωνα με τις τότε εξαγγελίες της Πολιτείας και θα ανακοινωθεί τον Σεπτέμβριο ανάλογα με την εξέλιξη της πανδημίας.

Έναρξη: Κυριακή 18 Οκτωβρίου 2020, ώρα 10:00-15:00.

Δηλώσεις συμμετοχής: ηλεκτρονική διεύθυνση thesys@otenet.gr μέχρι τις 5 Οκτωβρίου.

Στους/στις εκπαιδευόμενους/ες δίδονται:

- Σημειώσεις των εισηγήσεων και βιβλιογραφία
- Βεβαίωση παρακολούθησης υπό τον όρο της ολοκλήρωσης του Σεμιναρίου (μέγιστος αριθμός απουσιών: 1 συνάντηση).

Ημερομηνίες διεξαγωγής Σεμιναρίου

Κυριακή 18 Οκτωβρίου 2020

15 Νοεμβρίου

13 Δεκεμβρίου

17 Ιανουαρίου 2021

21 Φεβρουαρίου

21 Μαρτίου

25 Απριλίου

23 Μαΐου

Για περισσότερες πληροφορίες ή διευκρινίσεις, μπορείτε να επικοινωνείτε στο τηλέφωνο 210.63.94.416 ή ηλεκτρονικά στη διεύθυνση thesys@otenet.gr

Σμάρω Μάρκου

Ιουλία Μπαλάσκα

