

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 ΓΕΝΑΘΛΟΝ και το Thesys Κέντρο Συστημικής Θεραπείας διοργανώνουν για 2^η χρονιά 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**

Διάρκεια: Οκτώβριος – Απρίλιος, 35 ώρες σε 7 συναντήσεις, μία Κυριακή τον μήνα/5ωρο, ώρα 10:00-15:00.

Συμμετέχοντες: περιορισμένος αριθμός συμμετεχόντων – θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Κόστος: 700 ευρώ/άτομο (συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ), καταβλητέο σε μηνιαίες δόσεις των 100 ευρώ.

Τόπος διεξαγωγής: Κέντρο ΓΕΝΑΘΛΟΝ, Χαλεπά 6^α, Γέρακας

Δηλώσεις συμμετοχής: ηλεκτρονική διεύθυνση info@genathlon.gr μέχρι τις **30 Σεπτεμβρίου**.

Στους/στις εκπαιδευόμενους/ες δίδονται:

- Σημειώσεις των εισηγήσεων και βιβλιογραφία

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

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

- Βεβαίωση παρακολούθησης υπό τον όρο της ολοκλήρωσης του Σεμιναρίου (μέγιστος αριθμός απουσιών: 1 συνάντηση).

Για περισσότερες πληροφορίες ή διευκρινίσεις, μπορείτε να επικοινωνείτε ηλεκτρονικά στη διεύθυνση info@genathlon.gr

Μπορείτε επίσης να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του Κέντρου ΓΕΝΑΘΛΟΝ: www.genathlon.gr.

Σμάρω Μάρκου

Ιουλία Μπαλάσκα