

Η TACT HELLAS σας προσκαλεί στο σεμινάριο

To Burnout στον 21ον αιώνα

«Στάχτες! Στάχτες.... Είμαστε όλοι επιρρεπείς»

Το Burnout επηρεάζει ιδιαίτερα τους εργαζόμενους σε βοηθητικά επαγγέλματα (ιατρούς, ψυχολόγους, συμβούλους, νοσηλευτές, θεραπευτές όλων των ειδικοτήτων, αστυνομικούς, πυροσβέστες, εκπαιδευτικούς καθώς επίσης εργαζόμενους σε υπηρεσίες διάσωσης).

Το Burnout μπορεί να εμφανιστεί ως η αποξένωση και απομάκρυνση από το νόημα και τις αξίες της εργασίας μας. Αυτή η ψυχική απόσταση μπορεί να εμφανιστεί ως απρόσωπη και αδιάφορη στάση προς το κοινό που εξυπηρετούμε. Ένα αίτιο του Burnout είναι η υπερβολική έκθεση του εργαζομένου στην αναστάτωση και δυσφορία του ανθρώπου που εξυπηρετούμε.

Πιεζόμαστε να κάνουμε όλο και πιο πολλά. Εργαζόμαστε πιο γρήγορα και απαιτούμε από τον εαυτό μας όλο και πιο πολλά. Και τότε, «καιγόμαστε» και καταρρέουμε σε «στάχτες»....

Η πεποίθηση ότι πρέπει να είμαστε ο καλύτερος εαυτός μας συχνά μας δημιουργεί ένα θολωμένο μυαλό. Ως εκ τούτου είναι απαραίτητο να έχουμε τα απαραίτητα εργαλεία ώστε να ανιχνεύουμε το Burnout στον εαυτό μας και στους άλλους, καθώς επίσης να το αντιμετωπίσουμε ώστε να ανακτήσουμε την ευεξία και μία βελτιωμένη αυτοπεποίθηση που χρειαζόμαστε στην καθημερινότητά μας.

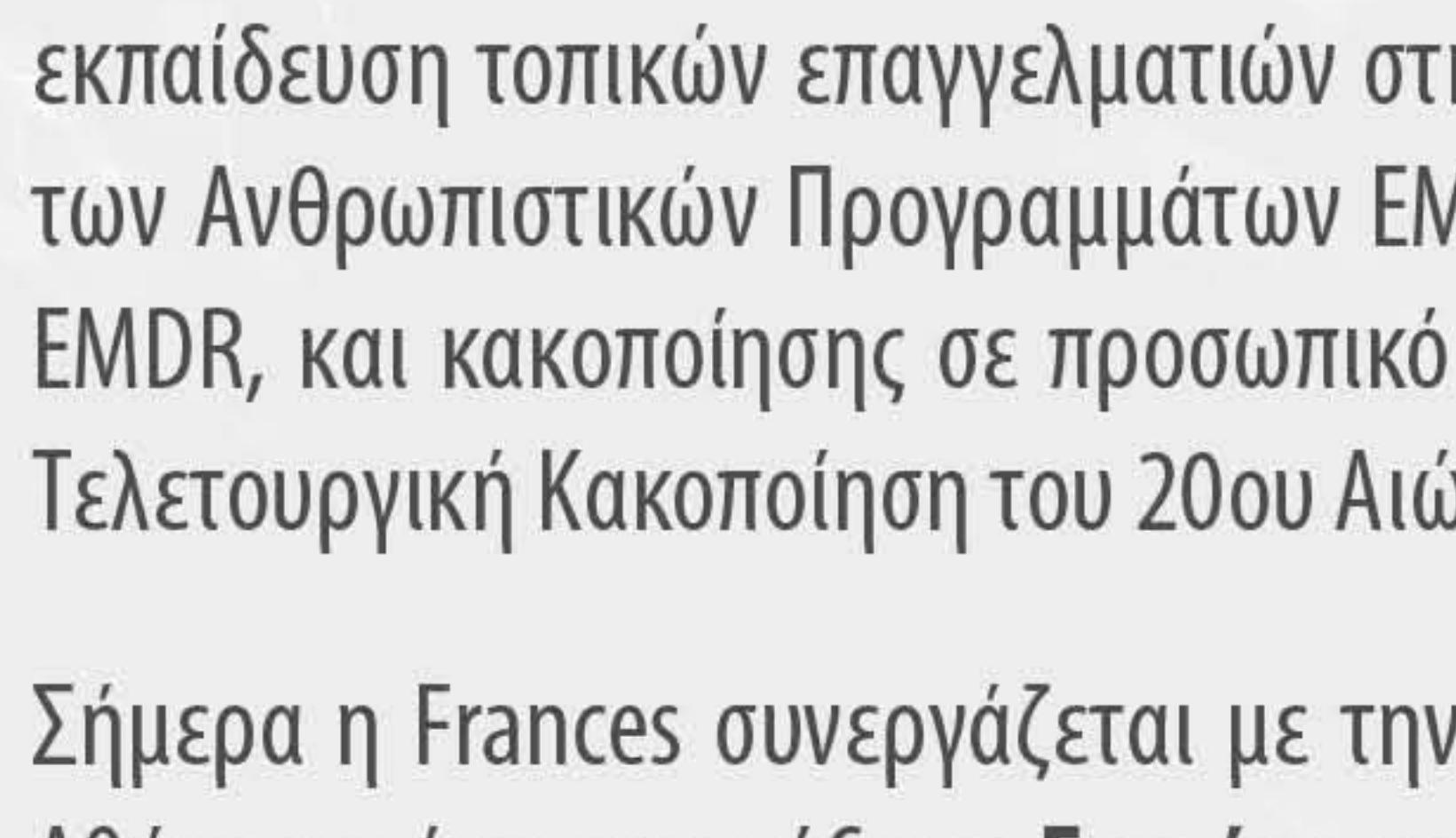
Το σεμινάριο έχει σχεδιαστεί ώστε να μας βοηθήσει να μην χάνουμε την ολότητα του σώματος και του νου. Η πολύχρονη εμπειρία της **Frances Yoeli** στη διαχείριση υπηρεσιών διάσωσης μετά από φυσικές καταστροφές αλλά και τραυματικά συμβάντα την έχει προικίσει με μία ιδιαίτερη ευαισθησία για αυτά τα θέματα και την οδήγησε να αναπτύξει μεθόδους και στρατηγικές για την αντιμετώπιση του Burnout στον εαυτό μας αλλά και στους εργαζόμενους σε αντίστοιχες υπηρεσίες.

Εκπαιδευτικοί στόχοι του σεμιναρίου

- Εμπειριστατωμένο νόημα του Burnout
- Οι αρνητικές επιπτώσεις που μπορεί να δημιουργήσει το Burnout
- Η εξάπλωση του Burnout σε σχέση με τον ανταγωνισμό και τις οργανωτικές απαιτήσεις
- Τα φανερά και συγκαλυμμένα συμπτώματα του Burnout
- Οι φάσεις του Burnout
- Φυσιολογία του εγκεφάλου και το Burnout
- Μέθοδοι και στρατηγικές για την μείωση του Burnout και την υποστήριξη της ψυχικής υγείας

Το σεμινάριο θα γίνει στα **Αγγλικά** με μερική βοήθεια (σε μικρή ομάδα και ψιθυριστά) σε εκπαιδευόμενους που την χρειάζονται. Ωστόσο, η **βασική γνώση προφορικών Αγγλικών** είναι απαραίτητη.

Frances R. Yoeli



Η κλινική εμπειρία της **Frances R. Yoeli, MSc, MFT, CAC, LISW**, Εγκεκριμένη Τραυματολόγος, **EMDR*** Accredited Consultant and facilitator και Εκπαιδεύτρια του Brainspotting στο Ισραήλ και την Ελλάδα καλύπτει τέσσερις ηπείρους για πάνω από τέσσερες δεκαετίες. Η καριέρα της Frances R. Yoeli επικεντρώνεται στην **ανακούφιση του Μετατραυματικού Στρες από κακοποίηση, πολέμους, μαζικές καταστροφές, τρομοκρατικά, κρίσιμα και τραυματικά συμβάντα**.

Εξειδικεύεται στις καταστάσεις **άγχους, διατροφικές διαταραχές, εθισμούς, στα θύματα τραυματικών τελετουργιών, καθώς επίσης σε θεραπεία ζευγαριών, οικογενειών και ατόμων με κατάθλιψη, απώλειες και ανεπίλυτο πένθος και ποικίλες ψυχοσωματικές και στις αποσυνδετικές διαταραχές**. Υπήρξε επικεφαλής της Ομάδας Πρώτων Βοηθών Ψυχικής Υγείας του Emek HaMa'ayanot, Israel.

Ως Επόπτρια των Ανθρωπιστικών Προγραμμάτων της **EMDR** σε περιοχές με φυσικές καταστροφές και τραυματικά συμβάντα, δούλεψε στην εκπαίδευση τοπικών επαγγελματιών στην αντιμετώπιση των ψυχικών τραυμάτων των τοπικών λαών. Για έξι χρόνια υπήρξε επικεφαλής των Ανθρωπιστικών Προγραμμάτων EMDR στο Ισραήλ. Έχει κάνει πολλαπλές παρουσιάσεις και εκπαιδεύσεις σε θέματα Αποσύνδεσης, EMDR, και κακοποίησης σε προσωπικό ή και κοινωνικό επίπεδο. Είναι συγγραφέας ενός κεφαλαίου σχετικά με την "Τρομοκρατία ως Τελετουργική Κακοποίηση του 20ου Αιώνα".

Σήμερα η Frances συνεργάζεται με την Ψυχολόγο και Ψυχοθεραπεύτρια Τέσσα Πράττου στο Διεθνές Κέντρο Τραυματοθεραπείας στην Αθήνα και έχει αναπτύξει το **Γενεόγραμμα MTG****. Στην Minneapolis ΗΠΑ μαζί με τον τον Δρ Adiel Tel -Oren έχει ιδρύσει και λειτουργεί ένα Κέντρο Τραυματολογίας. Το Κέντρο αυτό έχει σκοπό την συναισθηματική διαύγεια και την Ολιστική Θεραπεία του νου και του σώματος. Επιπλέον κάνει έρευνα στην Ανάλυση του λόγου της Ψυχοθεραπείας με τον Dr. Alan Zemel, PhD και την Τέσσα Πράττου στο Πανεπιστήμιο Albany της Νέας Υόρκης.

* EMDR = Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy

**MTG = Multi Tiered Transgenerational Genogram

Χώρος διεξαγωγής

Αθήνα κοντά σε σταθμό του Μετρό.

Θα σας ενημερώσουμε για την ακριβή διεύθυνση μέσω email.

Ημερομηνίες διεξαγωγής

Σάββατο 23 & Κυριακή 24 Μαΐου 2015

Ώρες

9:30 - 17:30 (16 διδακτικές ώρες).

Θα δοθεί βεβαίωση παρακολούθησης.

Κόστος & τρόπος πληρωμής

Πληρωμή:

A. Μέχρι και 10 Απριλίου 2015 150 ευρώ

B. Μέχρι και 8 Μαΐου 2015 170 ευρώ

Γ. Από 8 Μαΐου 2015 και μετά 180 ευρώ

Η εγγραφή για την κράτηση θέσης στην **Τράπεζα Πειραιώς**

Αρ. Λογαριασμού: 5040 057153 423

IBAN: GR57 0172 0400 0050 4005 7153 423

Δικαιούχος: Παπανικολοπούλου Π.

Αιτιολογία: Το ονοματεπώνυμό σας και "BURNOUT"

Λόγω περιορισμένου αριθμού συμμετοχών, επικοινωνήστε άμεσα από Δευτέρα έως Παρασκευή στο **210-9016677**, από 9:00 έως 15:00 και στο email: tacthellas@gmail.com για κράτηση θέσης. Παρακαλούμε να ενημερώσετε την γραμματεία για το **τηλέφωνο σας** και το **email σας** και για τυχόν ανάγκη ψιθυριστής μετάφρασης.