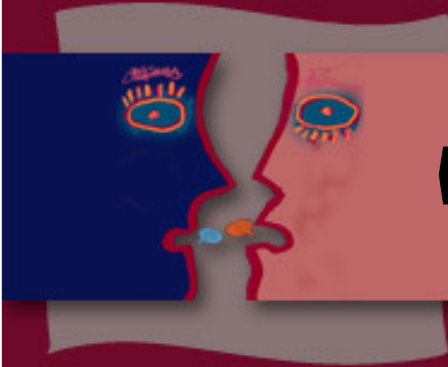


Ο ρόλος και η σημασία των
ομάδων αυτογνωσίας στην
εκπαίδευση και εξειδίκευση των
ψυχολόγων

1ο Πανελλήνιο Συνέδριο
Φοιτητών Ψυχολογίας
11 – 13 Απριλίου 2008, Αθήνα

Γ. Ευσταθίου & Α. Καλαντζή - Αζίζι



«Δουλειά με τον εαυτό»

- 1918 Ψυχαναλυτικό συνέδριο Βουδαπέστης - προσωπική ανάλυση
- 1960 -1970 ομάδες αυτοεμπειρίας ή αυτογνωσίας (encounter groups) ως «*Θεραπεία για υγιή άτομα*»
- '80 μέρος της εκπαίδευσης ψυχολόγων και άλλων ειδικών ψυχικής υγείας



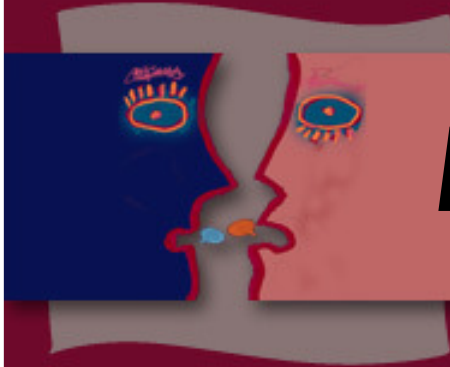
Αυτογνωσία ειδικών

- Ομαδική «δουλειά με τον εαυτό»
- Στόχος η βελτίωση του επαγγελματικού εαυτού:
 - *Επιπτώσεις γνωστικών και συναισθηματικών διεργασιών του ειδικού στην άσκηση επαγγέλματος*
 - *Επίγνωση προσωπικών αδυναμιών και δυσκολιών*
 - *Βελτίωση δεξιοτήτων*
 - *Αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων και προκλήσεων*
- Πρόταση να αποτελέσει υποχρεωτικό μέρος της εκπαίδευσης



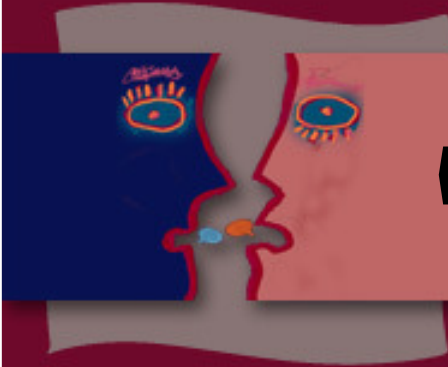
Σκοπός

- Καλύτερη κατανόηση εαυτού
- Καλύτερη φροντίδα εαυτού
- Καλύτερη αλληλεπίδραση με ομάδα στόχο
- Εντοπισμός και χειρισμός προσωπικών προβλημάτων
- Εντοπισμός ορίων
- Εντοπισμός προσωπικών αποθεμάτων
- Λειτουργική αντίληψη σχετικά με το επαγγελματικό έργο
- Διεύρυνση και βελτίωση αυτεπάρκειας
- Συνεχιζόμενη διαδικασία που δε σταματά σε μία ομάδα αυτογνωσίας



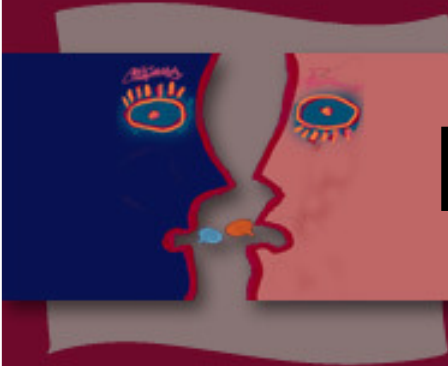
Διαδικασία

- Αξιοποίηση δυναμικής ομάδας
- Δύο συντονιστές
- Ίση συμμετοχή
- Δομημένες ασκήσεις



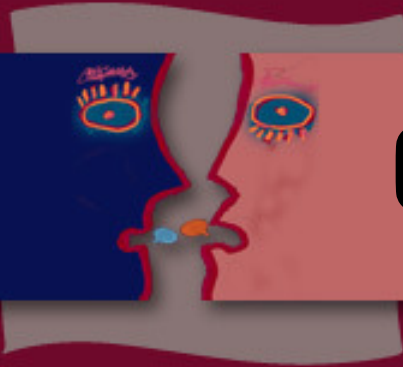
«Εικόνα των άλλων για εμένα»

- Κάθε μέλος γράφει σε ένα χαρτί τρία χαρακτηριστικά σε ουδέτερο πρόσωπο
- Τα χαρτιά ανακατεύονται και διαβάζονται
- Τα μέλη της ομάδας διατυπώνουν εικασίες για το ποιος το έγραψε
 - *Κατά πόσο η εικόνα που εκπέμπει είναι αυτή που πιστεύει*
 - *Ποια χαρακτηριστικά του απέδωσαν οι άλλοι κατά τις εικασίες*
 - *Γιατί επέλεξε τα συγκεκριμένα τρία χαρακτηριστικά*



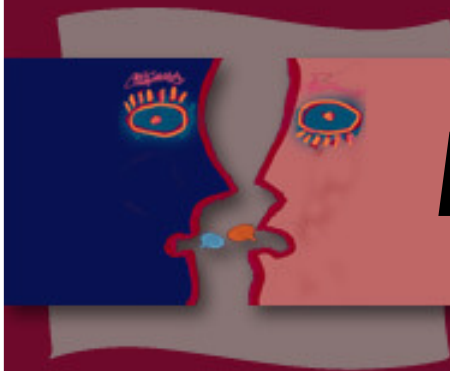
Ελληνική εμπειρία

- Διαφορετικό περιεχόμενο ανάλογα με:
 - *Τις ανάγκες συμμετεχόντων*
 - *Το επίπεδο εκπαίδευσης*
 - *Το μελλοντικό επαγγελματικό στόχο*
- Προπτυχιακοί φοιτητές ψυχολογίας
- Μεταπτυχιακοί φοιτητές Κλινικής Ψυχολογίας
- Γνωσιακοί - συμπεριφοριστές ψυχοθεραπευτές
- Άλλες επαγγελματικές ομάδες (π.χ.καθηγητές δευτεροβάθμιας)



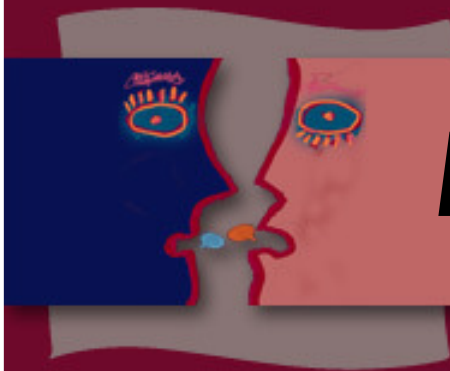
Ομάδες προπτυχιακών

- Μάθημα «Ψυχολογία της Επικοινωνίας»
- 1998 - 2001: 5 ομάδες
- Διάρκεια 22,5 ώρες
- N = 56
- 21,35 (3,30) ετών
- 60,7% Πρόγραμμα Ψυχολογίας
- 91,1% Γυναίκες
- Δύο αξιολογήσεις:
 - *Μετά τη λήξη*
 - *1 χρόνο μετά*



Αξιολόγηση στη λήξη

ΕΡΩΤΗΣΗ	M	s
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για την εκπαίδευσή σας;	4,38	0,75
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για εσάς ως μελλοντικούς επαγγελματίες;	4,41	0,83
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για εσάς στην προσωπική σας ζωή;	4,05	0,98
Η δομή (σχεδιασμός, περιεχόμενο) της εισαγωγικής ομάδας αυτογνωσίας εξυπηρετεί το σκοπό της;	3,98	0,72
Η διάρκεια της εισαγωγικής ομάδας αυτογνωσίας (22,5 ώρες) είναι ικανοποιητική;	2,32	1,11
Ο τρόπος διεξαγωγής της εισαγωγικής ομάδας αυτογνωσίας (εννέα εβδομαδιαίες συναντήσεις των 2,5 ωρών) είναι ικανοποιητικός;	3,45	1,10
Ο παρεμβατικός χαρακτήρας του ρόλου των συντονιστών στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας είναι απαραίτητος;	4,64	0,58
Οι τεχνικές που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια της εισαγωγικής ομάδας αυτογνωσίας επέτρεψαν την επικοινωνία και δημιούργησαν το απαραίτητο κλίμα εμπιστοσύνης που σας βοήθησε να εξωτερικεύσετε συναισθήματα και βιώματα;	4,29	0,78
Η εμπειρία της εισαγωγικής ομάδας αυτογνωσίας σας δημιούργησε την επιθυμία να συνεχίσετε τη δουλειά με τον εαυτό σας;	4,41	0,83



Αξιολόγηση 1 χρόνο μετά

	M	s
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για την εκπαίδευσή σας;	4,28	0,81
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για εσάς ως μελλοντικούς επαγγελματίες;	4,12	1,04
Θεωρείτε ότι οι εμπειρίες σας στην εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ήταν σημαντικές για εσάς στην προσωπική σας ζωή;	4,19	0,96
Η εμπειρία της εισαγωγικής Ομάδας Αυτογνωσίας σας δημιούργησε την επιθυμία να συνεχίσετε τη δουλειά με τον εαυτό σας;	4,16	0,92
Σας επηρέασε η εισαγωγική Ομάδα Αυτογνωσίας ως προς την κατεύθυνση που σκέφτεστε να ακολουθήσετε;	3,07	1,05

50% είχαν αρχίσει δουλειά με τον εαυτό



Άλλες ομάδες

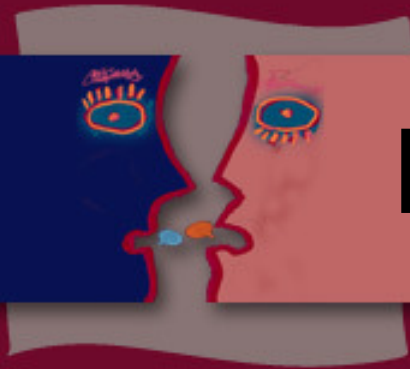
Μεταπτυχιακοί
Κλινικής Ψυχολογίας

Γ/Σ

Ψυχοθεραπευτές

Διάρκεια 15 ώρες
Σαββατοκύριακο
Κύριο πρόβλημα η
έλλειψη πόρων

Διάρκεια 80 ώρες
Σαββατοκύριακα
Υποχρεωτική



Μελλοντική προοπτική

- Αυξανόμενη εμπειρική τεκμηρίωση
- Πρόβλημα πόρων - αυξανόμενος αριθμός φοιτητών
- Μάθημα «Ψυχολογία Επικοινωνίας»
- Προσπάθεια Εργαστηρίου Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών
- Επίσημο αίτημα