

ΔΟΜΗΜΕΝΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ: ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Έ. Κουβαράκη, Μ. Λεμονούδη, Γ. Ευσταθίου

Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Τα ερευνητικά δεδομένα αναδεικνύουν το ρόλο που διαδραματίζουν το κοινωνικό φύλο, τα στερεότυπα και οι πεποιθήσεις αναφορικά με την προσέγγιση ενός συντρόφου και τη σύναψη μίας διαφυλικής σχέσης. Συνεπώς, υπάρχουν άνθρωποι που παρουσιάζουν δυσλειτουργικές αντιλήψεις που παρεμποδίζουν τη σύναψη ή/και τη διατήρηση μίας σχέσης αλλά και ελλείμματα σε δεξιότητες σχετικά με την αναζήτηση συντρόφου και τη διαμόρφωση της σχέσης. Μία ικανοποιητική διαφυλική σχέση που διαπνέεται από συντροφικότητα, κατανόηση, σεβασμό και αμοιβαιότητα διαδραματίζει σημαντικό ρόλο για μία ισορροπημένη προσωπική ζωή και ψυχοκοινωνική ανάπτυξη. Το Ομαδικό Πρόγραμμα: Δεξιότητες Σύναψης Διαφυλικών Σχέσεων απευθύνεται σε ανθρώπους που αντιμετωπίζουν δυσκολία στην προσέγγιση ενός πιθανού συντρόφου και στη σύναψη μίας σχέσης. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει 12 δομημένες συνεδρίες, στις οποίες τα μέλη εκπαιδεύονται σε κοινωνικές δεξιότητες και δεξιότητες επικοινωνίας που αφορούν τη σύναψη μίας ερωτικής σχέσης. Επίσης, στόχος της ομαδικής παρέμβασης αποτελεί η αναγνώριση μη αποτελεσματικών προτύπων σκέψεων, πεποιθήσεων και συμπεριφορών που συχνά αποτελούν ανασταλτικό παράγοντα για τη σύναψη μίας συντροφικής σχέσης. Στην παρούσα ομιλία θα παρουσιαστούν το σύγχρονο θεωρητικό και ερευνητικό υπόβαθρο για τις διαφυλικές σχέσεις, η δομή του προγράμματος και θα περιγραφούν αδρά η εκπαίδευση στις δεξιότητες και οι τεχνικές που εφαρμόζονται στους συμμετέχοντες του ομαδικού προγράμματος.