

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΕΠΟΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (COACHING) ΣΤΗ ΔΕΠΥ

(20 ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ)

Σάββατο 5/11/2016: 9:00 – 18:30 (10 εκπ. ώρες)

9:00 - 9:30 ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗ, ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΕΓΓΡΑΦΗΣ, ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΥΛΙΚΟΥ

9:30 – 9:45 ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ (Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ, Τ. ΚΟΡΠΑ, Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

9:45 – 12.00 ΕΙΣΑΓΩΓΗ : 3 εκπ. ώρες (Τ. ΚΟΡΠΑ, Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)

- **9:45- 10:30 ΕΙΣΑΓΩΓΗ. ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΔΕΠΥ (Τ. ΚΟΡΠΑ)**

- Συμπτωματολογία,
- Επιπτώσεις,
- Αντιμετώπιση

- **10:30-11:15 ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ COACHING ΓΙΑ ΕΦΗΒΟΥΣ ΚΑΙ ΝΕΟΥΣ ΜΕ ΔΕΠΥ (Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)**

Τι είναι (και τι όχι) το coaching και πως χρησιμεύει στην ΔΕΠΥ και τι περιλαμβάνει

- Ψυχοεκπαίδευση για την ΔΕΠΥ σε εφήβους και νέους.
- Εξερεύνηση και διατύπωση προσωπικών προβλημάτων και οραμάτων.
- Επαγγελματικός αναπροσανατολισμός.
- Μετάφραση προβλημάτων και οραμάτων σε στόχους.
- Βελτίωση οργάνωσης δραστηριοτήτων, διαχείρισης χρόνου, μνήμης, διεκπεραίωσης στόχων, και κινήτρων.
- Διαχείριση ανασταλτικών παραγόντων.

- **11:15 – 12:00 ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ COACHING ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΔΕΠΥ (Τ. ΚΟΡΠΑ)**

- Διαχείριση χρόνου
- Ενίσχυση δυνατοτήτων
- Σχολική υποστήριξη
- Τεχνικές επικοινωνίας

12:00- 12:30 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ (καφές)

12: 30 – 13:15 ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΤΟΧΟΘΕΤΗΣΗΣ 1 εκπ. ώρα (Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

- Πώς λειτουργεί η στοχοθεσία.
- Γνώσεις που προκύπτουν από την έρευνα για τη στοχοθεσία.
- Εφαρμογή προγράμματος στοχοθεσίας.

13:15 - 14:00 ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΑΝΑΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ

1 εκπ. ώρα (Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)

- Καταιγισμός ιδεών για (α) επαγγέλματα, (β) συνθήκες εργασίας,
- Ιεράρχηση (α) και (β)
- Αντιστοίχιση (α) με (β) και νέα ιεράρχηση (α)
- Έρευνα προαπαιτούμενων για κάθε επάγγελμα
- Σύγκριση και λογική επεξεργασία

14:00 – 14:45 ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΧΡΟΝΟΥ 1 εκπ. ώρα

(Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

- Βασικές αρχές διαχείρισης χρόνου.
- Έλεγχος του χρόνου.
- Αποτελεσματική αξιοποίηση του χρόνου.
- Ορισμός προτεραιοτήτων.
- Τεχνικές διαχείρισης χρόνου.

14:45-15: 30 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ (ελαφρύ γεύμα)

15:30 – 17:00 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Α1 (Group 1*) - COACHING ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΟΝΕΑ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΕ ΔΕΠΥ 2 εκπ. ώρες

(Τ. ΚΟΡΠΑ)

Καταρτίζοντας και υποστηρίζοντας προγράμματα διαχείρισης χρόνου παιδιών σχολικής ηλικίας

- Για επόμενη συνάντηση: προετοιμασία εποπτείας με εβδομαδιαίο χρονοδιάγραμμα

17:00 – 18:30 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Β1 (Group 1*) - ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ COACHING ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ ΚΑΙ ΝΕΟΥΣ ΜΕ ΔΕΠΥ 2 εκπ. ώρες

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ- Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

Αξιολόγηση προσωπικών προτεραιοτήτων, στοχοθέτηση, ανάλυση στόχου σε βήματα

- Καταιγισμός ιδεών: (α) προσωπικά οράματα, (β) ενδιαφέροντα, (γ) ανεπιθύμητες συμπεριφορές/συνήθειες
- Ιεράρχηση προτεραιοτήτων στα παραπάνω
- Αξιολόγηση πραγματοποίησης
- Στοχοθέτηση
- Επιλογή 1-2 βραχυπρόθεσμων στόχων
- Ανάλυση στόχων σε βήματα
- Για επόμενη συνάντηση: (α) βήματα/στόχοι, (β) εβδομαδιαίο χρονοδιάγραμμα

ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ:

15:30 – 17:00 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Β1 (Group 2*) 2 εκπ. ώρες

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ – Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

17:00 – 18:30 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Α1 - (Group 2*) 2 εκπ. ώρες

(Τ. ΚΟΡΠΑ)

** σε κάθε group 1&2: είναι οι μισοί εκπαιδευόμενοι, λειτουργούν παράλληλα σε διπλανή αίθουσα.*

Σάββατο 26 /11/2016 9:00-18:30 (10 εκπ. ώρες)

9:00 - 9.15 Προσέλευση

9:15- 10.00 ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ ΘΕΩΡΙΑΣ & ΑΣΚΗΣΕΩΝ 1 εκπ. ώρα

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ, Τ. ΚΟΡΠΑ)

Συζήτηση προηγούμενης συνεδρίας.

10:00 - 10:45 ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΝΗΜΗΣ 1 εκπ. ώρα

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)

- Μνήμη για υποχρεώσεις
- Απομνημόνευση κειμένων
- Απομνημόνευση ονομάτων και ορολογιών

10:45- 11:30 MENTORING 1 εκπ. ώρα

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)

- εκπαίδευση και εποπτεία μέντορα
- ταίριασμα μέντορα+εφήβου
- προγραμματισμός συχνότητας
- συγκεκριμένο αντικείμενο εποπτείας
- πρότυπο συμπεριφοράς στον έφηβο

11:30- 12:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ (καφές)

12:00 – 12:45 ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ – ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗ 1 εκπ. ώρα

(Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)

Επιστημονικές μελέτες μεθοδολογίας και αποτελεσματικότητας του coaching για την ΔΕΠΥ

- Έρευνες οι οποίες παρέχουν στοιχεία για το πώς η εποπτική συμβουλευτική (coaching) έχει βοηθήσει άτομα με ΔΕΠΥ:
 - Καλλιέργεια ικανότητας να προβαίνουν σε αλλαγές.
 - Ανάπτυξη στρατηγικών για την αντιμετώπιση προκλήσεων.
 - Λήψη ατομικής ευθύνης.
 - Βελτίωση λειτουργικότητας.

12:45 -14:15 ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ COACHING ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ ΚΑΙ ΝΕΟΥΣ ΜΕ ΔΕΠΥ (CASE STUDIES) 2 εκπ. ώρες

(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ)

- Δημήτρης (15): συμπεριφορά στο σχολείο & σχέσεις συνομηλίκων / bullying
- Βίκυ (18): πανελλήνιες, οργάνωση χρόνου, τεχνικές μνήμης, προτεραιότητες
- Λεονάρδος (21): επαγγελματικός αναπροσανατολισμός

14:15 – 15:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ (ελαφρύ γεύμα)

**15:00 – 16:30 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Α2 (Group 1*) - 2 εκπ. ώρες
(Τ. ΚΟΡΠΑ)**

- Εποπτεία περιπτώσεων προγραμμάτων διαχείρισης χρόνου
 - Αίτια επιτυχίας και αποτυχίας
 - Επόμενα βήματα προσαρμοσμένα στην 1^η προσπάθεια
 - Αξιολόγηση εβδομαδιαίου χρονοδιαγράμματος

**16:30 – 18:00 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Β2 (Group 1*) - 2 εκπ. ώρες
(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ – Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)**

- Αξιολόγηση αποτελεσμάτων, εντοπισμός βοηθητικών και ανασταλτικών παραγόντων
- Αξιολόγηση πραγματοποίησης 1-2 βραχυπρόθεσμων στόχων
 - Αίτια επιτυχίας και αποτυχίας
 - Επόμενα βήματα προσαρμοσμένα στην 1^η προσπάθεια
 - Αξιολόγηση εβδομαδιαίου χρονοδιαγράμματος

ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ:

**15:00 – 16:30 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Α2 (Group 2*) 2 εκπ. ώρες
(Ε. ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ – Α. ΓΕΩΡΓΙΟΥ)**

**16:30 – 18:00 ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ Β2 (Group 2*) 2 εκπ. ώρες
(Τ. ΚΟΡΠΑ)**

18:00 – 18:30 ΛΗΞΗ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ.

Αξιολόγηση: Φόρμα αξιολόγησης/Σχόλια, ερωτήσεις, προτάσεις
Χορήγηση Βεβαιώσεων παρακολούθησης

** σε κάθε group 1&2: είναι οι μισοί εκπαιδευόμενοι, λειτουργούν παράλληλα σε διπλανή αίθουσα.*

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ:

Αγγελάκης Ευθύμης, Δρ Νευροψυχολογίας Πανεπιστημίου Tennessee

Γεωργίου Ανθή, Ψυχολόγος MSc

Κόρπα Τέρψη, Παιδοψυχίατρος, Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης ΔΕΠΥ