



ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ «ΠΡΟΝΟΗ» ΔΗΜΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ -ΟΚΑΝΑ

Τηλ./FAX: 210-8082673 ,e-mail: info@pranoi.org.gr www.pronoi.org.gr

ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΟΜΑΔΑΣ ΖΕΥΓΑΡΙΩΝ

Το πολυτιμότερο Δώρο για εμάς και τα παιδιά μας!

Την προηγούμενη εβδομάδα ολοκληρώθηκε μέσα σε συγκινητικό κλίμα η Ομάδα Ζευγαριών στο Κ.Π "Προνόη".

Τα ζευγάρια που συμμετείχαν είχαν την ευκαιρία μέσα από προληπτικές παρεμβάσεις να βοηθηθούν στο:

- ✓ *Να εντοπίζουν και να αναγνωρίζουν αρνητικά μοτίβα αλληλεπίδρασης*
- ✓ *Να αυξήσουν τα θετικά σημεία στη σχέση τους*
- ✓ *Να εξασκηθούν στην καλή επικοινωνία μεταξύ τους*
- ✓ *Να αυξήσουν την ενσυναίσθηση μεταξύ τους*
- ✓ *Να βελτιώσουν τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων*
- ✓ *Να ενισχύσουν τα ζευγαρικά τους αποθέματα*

Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν την εμπειρία της συμμετοχής τους πολύ θετικά και σημείωσαν ότι τους βοήθησε:

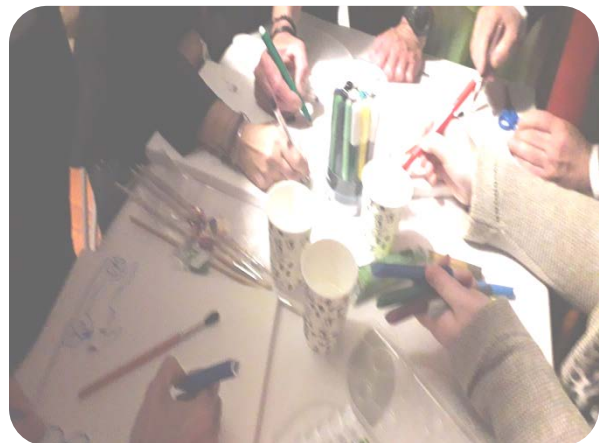
- ✓ *Να μάθουν τεχνικές που μπορούν να τις χρησιμοποιούν για τη βελτίωση της καθημερινότητας στη σχέση τους*
- ✓ *Στη βελτίωση της επικοινωνίας με τον σύντροφό τους*
- ✓ *Στην ενίσχυση της καλλιέργειας μιας αυθεντικής ζευγαρικής σχέσης*
- ✓ *Στην ανάπτυξη και αναγνώριση της σημαντικότητας των ευχαριστιακών βιωμάτων για την ποιοτική εξέλιξη της σχέσης*

Όλοι οι συμμετέχοντες επεσήμαναν, ότι όλα τα ζευγάρια θα ήταν χρήσιμο να συμμετέχουν σε ανάλογη ομάδα, διότι για να έχει διάρκεια η σχέση χρειάζεται να συντονιστούμε με τις βαθύτερες ανάγκες μας, να μάθουμε να τις εκφράζουμε με το σωστό τρόπο και αυτή την ικανότητα μπορεί να την ενισχύσει η εμπειρία στην Ομάδα Ζευγαριών.

Στην ολοκλήρωση της Ομάδας χαιρετισμό απεύθυνε, η πρόεδρος του Δ.Σ του Κέντρου Πρόληψης «Προνόη», κ. Αγγελική Τριανταφύλλου – Πιτίδη, Ομότιμη Καθηγήτρια Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, η οποία προέτρεψε τους συμμετέχοντες να μην διστάζουν να χρησιμοποιούν συχνά το "μου", όπως αγάπη "μου" στην επικοινωνία με τους συντρόφους τους, καθώς και να προσπαθούν μετά από κάθε καυγά, να τα "ξαναβρούν" με εφηβικό πάθος!

Η συντονίστρια της ομάδας, κ.Βασιλική Αλεξάκη Κοινωνική Λειτουργός – Ψυχοθεραπεύτρια Οικογένειας και Ζεύγους θα ήθελε κατ' αρχήν να ευχαριστήσει όλα τα ζευγάρια που συμμετείχαν με υψηλή δέσμευση σε όλη τη διαδικασία, καθώς και την συνάδελφο Διονυσία Γιαννοπούλου Κοινωνική Λειτουργό – Ψυχοθεραπεύτρια, Αναπλ. Επιστημονικά Υπεύθυνη στο Κ.Π «Πρόνοη» και την συνάδελφο Θωμαΐς Σταύρου – Κοινωνική Λειτουργό από το Κ.Π Αχαΐας «Καλλίπολη», οι οποίες μοιράστηκαν μαζί της την πολύτιμη εμπειρία τους.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλ. 2108082673 και στο e-mail: info@prnoi.org.gr και να πλοηγηθείτε στην ιστοσελίδα www.pronoi.org.gr



Σε μια σχέση μπορεί να έχουμε τα πινέλα και τα χρώματα για να δημιουργήσουμε τη σχέση που θέλουμε!"