

# **Διετές εκπαιδευτικό πρόγραμμα 2019-2021**

## **«Η Θεραπεία Συμπεριφοράς των Διαταραχών Άγχους, της Ιδιοψυχαναγκαστικής και της Μετατραυματικής Διαταραχής»**

**Οργανώνεται από**

**Το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας,  
Νευροεπιστημών και Ιατρικής Ακρίβειας «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ»  
(Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.)**

**Την Α΄ Ψυχιατρική Κλινική του Πανεπιστημίου Αθηνών  
(ΜΟΝΑΔΑ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ & ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ)**

**Την Μονάδα Θεραπείας Συμπεριφοράς  
(ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΩΝ)**

**και**

**την Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΓΝΩΣΗΣ ΣΤΙΣ  
ΨΥΧΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ**

### **1<sup>ο</sup> έτος :**

της Εβδομαδιαίες διαλέξεις και εργαστήρια διάρκειας τεσσάρων ωρών σχετικά με την τεκμηρίωση και την κλινική εφαρμογή Θεραπείας Συμπεριφοράς.

### **2<sup>ο</sup> έτος:**

**(1)** Διαλέξεις διάρκειας τεσσάρων ωρών στις οποίες αναπτύσσεται η εφαρμογή της Θεραπείας Συμπεριφοράς σε διαταραχές όπως η προβληματική χρήση ουσιών, οι διαταραχές ελέγχου παρορμήσεων, οι σεξουαλικές δυσλειτουργίες κ.α. Επίσης, διεξαγωγή εργαστηρίων με στόχο την επίλυση πρακτικών θεμάτων και την ανασκόπηση επιστημονικών άρθρων.

**(2)** Παράλληλα, οι συμμετέχοντες θα παρακολουθούν τις κλινικές δραστηριότητες της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς του Ελληνικού Κέντρου Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών και του Ειδικού Ιατρείου Θεραπειών Συμπεριφοράς του Αιγινήτειου Νοσοκομείου.

Τέλος, ο κάθε εκπαιδευόμενος θα παρουσιάσει μια εργασία 40-50 σελίδων πάνω σε ένα θέμα δικής του επιλογής, που να αφορά στην Θεραπεία Συμπεριφοράς και θα βαθμολογηθεί.

### **Υπεύθυνοι προγράμματος**

**Νικόλαος. Βαϊδάκης**, τ. Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατρικής Παν/μίου Αθηνών.  
Σύμβουλος Μονάδας Θεραπειών Ψυχοσεξουαλικών Διαταραχών της Α΄  
Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινήτειου Νοσοκομείου

**Γιάννης Κασβίκης**, Δρ. Ψυχιατρικής (Παν. Αθ.), Θεραπευτής συμπεριφοράς  
(Ι.ο.Ρ), Υπεύθυνος Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς (Ε.Κ.Ψ.Υ.Ε.)

### **Διδάσκουν οι (αλφαβητικά):**

**Ηλίας Αγγελόπουλος**, Αν. Καθηγητής Ψυχιατρικής της Α΄ Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινήτειου Νοσοκομείου

**Νικόλαος Βαϊδάκης**, Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατρικής Παν/μίου Αθηνών. Σύμβουλος Μονάδας Θεραπειών Ψυχοσεξουαλικών Διαταραχών της Α΄ Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινήτειου Νοσοκομείου

**Ιωάννης Βλοντάκης**, Ψυχολόγος

**Ορέστης Γιωτάκος**, Ψυχίατρος, Διευθυντής Ψυχιατρικής Κλινικής 414 Στρατιωτικό Νοσοκομείο

**Φραγκίσκος Γονιδάκης**, Επίκουρος καθηγητής Ψυχιατρικής της Α΄ Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινήτειου Νοσοκομείου

**Αγγελική Γενά**, Καθηγήτρια Ψυχολογίας ΕΚΠΑ

**Αλίκη Γρηγοριάδου**, Παιδοψυχίατρος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Διευθύντρια Μονάδας Εφήβων Κέντρου Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών

**Νικόλαος Δέγλερης**, Δρ. Ψυχιατρικής, Δ/ντής της Μονάδας Ψυχοθεραπειών στο Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής & Ερευνών (παράρτημα Πειραιά)

**Κωνσταντίνα Ευστρατιάδου**, Ψυχολόγος, συνεργάτης στο Ειδικό Ιατρείο Θεραπειών Συμπεριφοράς της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής

**Βασίλης Θεοδώρου**, MSc, Ψυχολόγος Ψυχοθεραπευτής, υποψήφιος διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Επιστημονικός συνεργάτης ΕΚΠΑ & Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.

**Άννα Κοκκέβη**, Ομότιμη Καθηγήτρια Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ

**Λητώ Καλογεράκη**, Ψυχολόγος, υποψήφια Διδάκτωρ, συνεργάτης της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής

**Γιάννης Κασβίκης**, Δρ. Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Θεραπευτής συμπεριφοράς (Ι.ο.Ρ.), Υπεύθυνος Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς (Ε.Κ.Ψ.Υ.Ε.)

**Ευαγγελία Κουμαντάνου**, Ψυχολόγος MSc, υποψήφια διδάκτωρ Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, συνεργάτης της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς (ΕΚΕΨΥΕ) και του Ειδικού Ιατρείου Θεραπείας Ψυχοσεξουαλικών Διαταραχών στην Α΄ Πανεπιστημιακή Κλινική

**Μαρία Λιβανού**, Επίκουρη Καθηγήτρια Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο του Manchester Metropolitan University

**Έφη Ματσούκα**, Ψυχολόγος MSc, συνεργάτης της Μονάδας Θεραπειών Συμπεριφοράς της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής

**Ρόμπερτ Μέλλον**, Καθ. Ψυχολογίας, Πάντειο Πανεπιστήμιο

**Τίτικα Μητσοπούλου**, Ψυχολόγος Msc, υποψήφια διδάκτωρ Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, συνεργάτης της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς (Ε.Κ.Ψ.Υ.Ε.)

**Ιωάννης Μιχόπουλος**, Επίκουρος Καθηγητής, Β΄ Ψυχιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ

**Ηρακλής Μουρίκης**, Ψυχίατρος, αναπληρωτής υπεύθυνος και συντονιστής της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς και του Ειδικού Ιατρείου Σεξουαλικών Διαταραχών στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο

**Πασχαλιά Μυτσκίδου**, Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας Παντείου Πανεπιστημίου, Πιστοποιημένη Θεραπεύτρια Γνωσιακής-Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας,

**Μαρίνα Οικονόμου**, Αν. Καθηγήτρια Α' Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής, Επιστημονική Σύμβουλος στο ΚΨΥ του ΕΠΙΨΥ.

**Γιάννης Παπακώστας**, Αν. Καθηγητής Ψυχιατρικής, Πανεπιστημίου Αθηνών

**Κωνσταντίνος Παπασταμάτης**, Ψυχίατρος, τ. Δ/ντής Ψυχιατρικής Κλινικής, Σισμανόγλειο Νοσ/μείο

**Ευδοκία Πασαλάρη**, Ψυχολόγος Msc

**Ηλιάνα Παυλοπούλου**, Ψυχολόγος, επιστημονική συνεργάτης της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς - Ε.Κ.Ψ.Υ.Ε. και της Μονάδας Θεραπειών Ψυχοσεξουαλικών Διαταραχών της Α' Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινήτειου Νοσοκομείου

**Ευφροσύνη Σπανέα**, Ψυχολόγος

**Αναστάσιος Σταλίκας**, Καθηγητής στο τμήμα Ψυχολογίας του Πάντειου Πανεπιστημίου

**Φωτεινή Σταματοπούλου**, Παιδοψυχίατρος

**Παρασκευή Σωτηροπούλου**, Ψυχολόγος, Δρ Ψυχολογίας Παντείου Πανεπιστημίου, επιστημονικός συνεργάτης της Α' Ψυχιατρικής Κλινικής, Παν/μιο Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, Ειδ. Ιατρείο Θεραπειών Ψυχοσεξουαλικών Διαταραχών και Μονάδα Θεραπειών Συμπεριφοράς.

**Ελένη Τζαβέλα**, Αναπτυξιακή Ψυχολόγος MSc., Συνεργάτης της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.) της Β' Παιδιατρικής Κλινικής Νοσοκομείου Παίδων Π & Α. Κυριακού, και της Μονάδας Θεραπείας Συμπεριφοράς (Μ.Θ.Σ.) του Ελλην. Κέντρου Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών

**Ελευθερία Τσάλτα**, Αν. Καθηγήτρια Ψυχολογίας, Πανεπιστημίου Αθηνών

**Θοδωρής Χαλιμούρδας**, Ψυχολόγος MSc, υποψήφιος διδάκτορας Ιατρικής Σχολής Παν/μίου Αθηνών, Μονάδα Θεραπειών Συμπεριφοράς, Α' Ψυχιατρική Κλινική Παν/μίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

## **Θεματολογία Μετεκπαιδευτικού Σεμιναρίου "Θεραπεία Συμπεριφοράς των Διαταραχών Άγχους"**

### **Περιεχόμενο**

#### **1ο Έτος**

##### **Νευροεπιστήμες και Συμπεριφορά**

Προσοχή – Μνήμη – Μάθηση (Kandel),  
Κυτταρική μάθηση. Πλαστικότητα  
Συμπεριφερολογία (Behaviorism)  
Κλασική – Οροεξαρτημένη μάθηση (Pavlov) Εξαρτήσεις ανώτερης τάξης  
Συντελεστική μάθηση (Skinner)  
Εξελικτικοί σταθμοί των συμπεριφορικών θεωρητικών προτύπων  
Νεότερες θεωρίες για τη μάθηση, (Bandura, Seligman, Mowrer).  
Άγχος – Φόβος-stress: εννοιολογική προσέγγιση

##### **Εμπειρική προσέγγιση στην κλινική άσκηση της ψυχοθεραπείας:**

Ενδείξεις θεραπείας συμπεριφοράς  
Κοινωνικό κόστος των Διαταραχών Άγχους

Εμπειρική τεκμηρίωση αποτελεσματικότητας (παράδειγμα ενός χρόνου συγκριτικής μελέτης)

### **Συμπεριφορική ανάλυση I**

Θεωρία και πλαίσιο ανάλυσης

Διαμόρφωση αρχικού σεναρίου για θεραπευτική χρήση

Καθορισμός τελικών στόχων

### **Συμπεριφορική ανάλυση II– Workshop**

Καθορισμός ενδιάμεσων και τελικών στόχων

Παρουσίαση περιστατικού

Θεραπευτικός σχεδιασμός

### **Η στρατηγική της Έκθεσης (Exposure)**

Ιστορική αναδρομή και εξέλιξη της τεχνικής

Στόχοι της στρατηγικής στις διαταραχές άγχους - δυσκολίες – προβλήματα

Ανάλυση περιστατικού

### **Γνωσιακή ανάλυση και Θεραπεία,**

Γνωσιακά μοντέλα διαταραχών άγχους

Γνωσιακή αναδόμηση, πειράματα συμπεριφοράς, αποτελεσματικότητα γνωσιακής θεραπείας

### **Ειδική Φοβία**

Συμπεριφορές φόβου, εγκατάσταση και διατήρηση φόβων (S. Mineka),

Κλινική εικόνα και επιδημιολογικά στοιχεία ειδικής φοβίας

Ειδική φοβία αίματος, ένεσης, τραύματος

### **Διαταραχή πανικού**

Κρίσεις πανικού – Υπέρπνοια – Αγοραφοβία

Θεραπευτικές στρατηγικές

Σύντομη θεραπεία

### **Κοινωνική Φοβία,**

Διαγνωστικά κριτήρια, φαινομενολογία, επιδημιολογία, συννοσηρότητα, προγνωστικοί παράγοντες

Συμπεριφορική αξιολόγηση και θεραπευτικοί στόχοι.

Εφαρμογή θεραπείας έκθεσης, ασκήσεις κοινωνικών δεξιοτήτων, θεραπεία σε ομάδες, αποτελεσματικότητα των τεχνικών Παρουσίαση περιστατικού

### **Μετατραυματική Διαταραχή Άγχους**

Ορισμός Ψυχολογικού τραύματος, διαγνωστικά κριτήρια, φαινομενολογία,

επιδημιολογία, συννοσηρότητα, προδιαγνωστικοί παράγοντες

Παρουσίαση περιστατικού και παιχνίδι ρόλων

### **Διαταραχή Γενικευμένου Άγχους**

Αιτιοπαθογένεια – Κλινική εικόνα – Διαφορική διάγνωση

Συννοσηρότητα

Θεραπευτικές στρατηγικές

### **Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή I**

Επιδημιολογία - Αιτιοπαθογένεια - Κλινική εικόνα - Διαγνωστικά κριτήρια –

Διαφορική διάγνωση - Πορεία – Πρόγνωση

Φαινομενολογία και συμμόρφωση στη θεραπεία Ελλήνων αρρώστων με ΙΨΔ

## **Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή II**

Θεραπευτικοί αλγόριθμοι

Θεραπευτική αντιμετώπιση ΙΨΔ

Παρουσίαση κλινικών περιστατικών

Το φάσμα των ΙΨΔ διαταραχών

## **Άγχος Υγείας**

Κλινική εικόνα, επιδημιολογία, Θεραπεία

**Άλλες Διαταραχές και Θεραπεία Συμπεριφοράς** Δυσμορφοφοβία , Διαταραχή Σωματοποίησης, Αποπροσωποποιητική Διαταραχή, Εφιάλτες

## **Κατάθλιψη**

## **Άλυτο πένθος**

## **Νεότερες εφαρμογές της Θεραπείας Συμπεριφοράς**

Έκθεση μέσω τηλεφώνου, Η/Υ, e-mail, εικονική πραγματικότητα (virtual reality) και άλλες εφαρμογές

## **Πρόληψη υποτροπών - Διατήρηση θεραπευτικών κερδών**

- α. Τρόποι πρόληψης υποτροπής, γενίκευση και διατήρηση θεραπευτικών κερδών
- β. Επίδραση φαρμακοθεραπείας: στερητικά σύνδρομα και αντιμετώπιση
- γ. Ο ρόλος της συννοσηρότητας

## **2ο Έτος**

### **(1) Διαλέξεις Τετάρτης ανά 15νθήμερο**

## **Η Θεραπευτική Συμμαχία στις Θεραπείες της Συμπεριφοράς**

Θεραπευτική συμμαχία στη ΘΣ. Ο ρόλος και η συμβολή της στη θεραπευτική διαδικασία και έκβαση

## **Workshop**

Συνέντευξη αξιολόγησης και Εξέταση ψυχικών λειτουργιών - Δυσκολίες και προβλήματα κατά τη διαδικασία

Παιχνίδι ρόλων

Πρόληψη υποτροπής και διατήρηση θεραπευτικών κερδών σε συγκεκριμένο κλινικό παράδειγμα

**Συγγραφή Επιστημονικής Εργασίας** (συλλογή άρθρων, κριτική αξιολόγηση της βιβλιογραφίας, στόχοι, δομή, θέματα συζ., ηθικά θέματα).

Παράδειγμα ανασκόπησης βιβλιογραφίας και συγγραφής επιστημονικής εργασίας

## **Διαχείριση θυμού**

## **Διαχείριση άγχους (stress management)**

## **Διαταραχές Ελέγχου των Παρορμήσεων**

Παθολογική χρήση διαδικτύου

Παθολογικός τζόγος

Τριχοτιλλομανία, ονυχοφαγία

## **Θεραπείες Συμπεριφοράς στην προβληματική χρήση αλκοόλ και οπιοειδών**

### **Σεξουαλικές Διαταραχές**

- α. Σεξουαλικότητα και υγεία
- β. Σεξουαλικές δυσλειτουργίες: κλινική εικόνα, αιτιοπαθογένεια
- γ. Θεραπεία σεξουαλικών δυσλειτουργιών

### **Ασεξουαλικότητα και Υπερσεξουαλικότητα**

#### **Journal Club**

Φαινομενολογία παιδιών και εφήβων με Διαταραχές Άγχους-Θερ. Συμπεριφοράς  
Παιδιά με αυτισμό και νοητική υστέρηση

Θεραπεία Συμπεριφοράς στην Ιδιοψυχαναγκαστική διαταραχή στα παιδιά  
Παρουσίαση περιστατικών

Αποτελεσματικότητα Θεραπείας Συμπεριφοράς στην Ιδιοψυχαναγκαστική διαταραχή στα παιδιά (II)

#### **Workshop**

Εκπαίδευση στην χρήση Y-BOCS

## **(2) Κλινική άσκηση**

**Τόπος Διεξαγωγής:** Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών και Ιατρικής Ακριβείας «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ» (ΕΠΙΨΥ), Σωρανού του Εφesiου 2, Αθήνα 115 27.

**Τετάρτη, 16.00 – 20.30**

**Υποβολή αιτήσεων:** έως 30 Σεπτεμβρίου 2019

**Δίδακτρα για το Α' έτος :** 1.600 € (καταβάλλονται σε 2 δόσεις: Α' δόση: 800,00 € με την εγγραφή, Β' δόση: 800,00 € έως 31/5/2020)

**Έναρξη μαθημάτων:** 16 Οκτωβρίου 2019 (εφόσον συμπληρωθεί ο απαιτούμενος αριθμός)

### **Κάθε μάθημα αξιολογείται με ειδικά έντυπα:**

- (α) από τον εκπαιδευτή ως προς την συμμετοχή των εκπαιδευομένων και το επίπεδο γνώσεων σε σχέση με το περιεχόμενο του μαθήματος, και
- (β) από τους εκπαιδευόμενους ως προς την κατανόηση, την εκπαιδευτική ικανότητα του εκπαιδευτού και την χρησιμότητα του μαθήματος.

### **Πληροφορίες:** Γραμματεία ΕΠΙΨΥ

τηλ.: 210 6170804-5

Φαξ: 2106528354

e-mail: [secretar@epipsi.gr](mailto:secretar@epipsi.gr)