**ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΝΕΥΡΟΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΑΚΡΙΒΕΙΑΣ «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ»**

**ΜΟΝΑΔΑ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ**

**ΕΙΔΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗΣ**

**Α΄ ΨΥΧΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΚΠΑ**

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ**

**«ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΑΓΧΟΥΣ, ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗΣ & ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗΣ»**

**ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ**

**Εισαγωγή στο Πρόγραμμα**

**Σκοπός & Αναγκαιότητα του Προγράμματος**

Το μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα **«Θεραπείες Συμπεριφοράς Διαταραχών ‘Άγχους, Ιδεοψυχαναγκαστικής & Μετατραυματικής Διαταραχής»** αποσκοπεί στην παροχή εξειδικευμένης θεωρητικής και πρακτικής κατάρτισης σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, με στόχο την εμβάθυνση στην επιστημονική κατανόηση και την αποτελεσματική θεραπευτική προσέγγιση των αγχωδών διαταραχών και των σχετιζόμενων καταστάσεων.

Το άγχος και ο φόβος στις διάφορες κλινικές τους εκφάνσεις (γενικευμένο άγχος, κρίσεις πανικού, κοινωνικό άγχος, ιδεοψυχαναγκαστική συμπτωματολογία κ.ά.), αποτελούν διαδεδομένες αιτίες ψυχικής επιβάρυνσης και αναζήτησης βοήθειας από ειδικούς. Η αντιμετώπισή τους απαιτεί συστηματική εκπαίδευση στις θεραπευτικές μεθοδολογίες με αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα, όπως η Συμπεριφορική Θεραπεία.

Η αναγκαιότητα του προγράμματος θεμελιώνεται:

* στην απουσία εξειδικευμένης και δομημένης εκπαίδευσης πάνω στις συμπεριφορικές τεχνικές,
* στην ανάγκη για εκπαίδευση σε τεκμηριωμένες παρεμβάσεις σε ένα σύνολο διαταραχών που παρεμβαίνουν στη λειτουργικότητα,
* στη ζητούμενη εναρμόνιση των παρεχόμενων υπηρεσιών ψυχικής υγείας με τις διεθνείς κλινικές και ερευνητικές κατευθυντήριες οδηγίες (π.χ. NICE, ICD-11, DSM-5-TR).

Το πρόγραμμα, υιοθετώντας το βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο και προσεγγίζοντας τις διαταραχές άγχους τόσο θεωρητικά όσο και βιωματικά, φιλοδοξεί να ενισχύσει την επιστημονική επάρκεια και την κλινική κατάρτιση των επαγγελματιών ψυχικής υγείας.

**Σε ποιους απευθύνεται**

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε επαγγελματίες υγείας, οι οποίοι επιθυμούν να εμβαθύνουν στην κατανόηση και τη θεραπευτική διαχείριση των αγχωδών/φοβικών διαταραχών, αξιοποιώντας σύγχρονες και τεκμηριωμένες συμπεριφορικές προσεγγίσεις.

Απευθύνεται ειδικότερα σε ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, νοσηλευτές ψυχικής υγείας, καθώς και άλλους επαγγελματίες που εργάζονται σε δομές ψυχικής υγείας και έχουν προηγούμενη εκπαίδευση ή εμπειρία στη ψυχοθεραπευτική πρακτική.

Το πρόγραμμα είναι κατάλληλο για όσους επιθυμούν να ενισχύσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους στη συμπεριφορική θεραπεία και να εφαρμόσουν στοχευμένες παρεμβάσεις με βάση τις αρχές της επιστημονικότητας.

**Περιεχόμενο Σπουδών**

**Α’ Έτος**: Κατά το πρώτο έτος του προγράμματος, οι εκπαιδευόμενοι εισάγονται στα βασικά θεωρητικά και πρακτικά θεμέλια της συμπεριφορικής προσέγγισης στις αγχώδεις/φοβικές διαταραχές, την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή και τη μετατραυματική διαταραχή. Το πρόγραμμα καλύπτει τη συμπεριφορική θεωρία της μάθησης και τις βασικές έννοιες της ψυχοπαθολογίας του άγχους και του φόβου. Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα περιλαμβάνει θεματικές ενότητες σχετικές με την ψυχοφυσιολογία του άγχους, τη συμπεριφορική ανάλυση, καθώς και τις εφαρμογές θεραπείας σε συγκεκριμένες διαταραχές όπως η κρίση πανικού, η κοινωνική φοβία, οι ειδικές φοβίες, η διαταραχή γενικευμένου άγχους, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, η μετατραυματική διαταραχή, αλλά και η κατάθλιψη. Το έτος ολοκληρώνεται με εξετάσεις, κατά τις οποίες αξιολογείται η κατανόηση των θεωρητικών εννοιών και την ικανότητα σύνδεσής τους με την κλινική πράξη.

**Β’ Έτος**: Το δεύτερο έτος του προγράμματος επικεντρώνεται στη σύνδεση θεωρητικής κατάρτισης με την εφαρμογή της στην κλινική πράξη, εμβαθύνοντας σε θέματα και τεχνικές της θεραπείας συμπεριφοράς των αγχωδών διαταραχών. Κατά τη διάρκεια του έτους καλύπτονται ενότητες που σχετίζονται με την κλινική αξιολόγηση και τη διαφοροδιάγνωση, την ψυχοεκπαίδευση, την ενίσχυση του κινήτρου, καθώς και τη χρήση εξειδικευμένων ψυχομετρικών εργαλείων (Y-BOCS). Παρουσιάζονται εφαρμογές της συμπεριφορικής θεραπείας σε εξειδικευμένες περιπτώσεις, όπως οι διαταραχές ύπνου, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, οι σεξουαλικές δυσλειτουργίες, και η ανθεκτικότητα στη θεραπεία. Κατά τη διάρκεια του Β’ έτους, οι εκπαιδευόμενοι παρακολουθούν την κλινική πράξη της Μονάδας Συμπεριφοράς και του Ειδικού Ιατρείου Ιδεοψυχαναγκαστικής και συναφών με αυτή Διαταραχών της Α’ Ψυχιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ και συμμετέχουν ως συνθεραπευτές σε ψυχοθεραπείες του Ειδικού Ιατρείου υπό την εποπτεία έμπειρων θεραπευτών/διδασκόντων των προγράμματος.

**Διάρκεια & Δομή Σπουδών**

Διάρκεια

Το μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα είναι διετούς φοίτησης. Τα μαθήματα κάθε έτους ξεκινούν την τελευταία εβδομάδα του Οκτωβρίου και ολοκληρώνονται την 1η εβδομάδα του Ιουλίου κάθε ακαδημαϊκού έτους.

Μορφή

Το πρώτο έτος του μετεκπαιδευτικού προγράμματος πραγματοποιείται **με υβριδικό τρόπο**. Η παρακολούθηση μαθημάτων για τους **κατοίκους Αττικής** είναι **υποχρεωτικά διά ζώσης** , ενώ για τους εκπαιδευόμενους **κατοίκους εκτός Αττικής** η παρακολούθηση πραγματοποιείται εξ αποστάσεως και **διαδικτυακά** μέσω πλατφόρμας.

Ωρολόγιο Πρόγραμμα

Κατά το **πρώτο έτος**, τα μαθήματα διεξάγονται **κάθε Τετάρτη** και ώρες 16:00-20:30 στο κτίριο Γ του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας «Κώστας Στεφανής», Σωρανού του Εφεσίου 2, Παπάγου. Κατά το **δεύτερο έτος**, τα μαθήματα διεξάγονται **κάθε δεύτερη Τετάρτη** και ώρες 16:00-20:30 στην ίδια τοποθεσία. Η κλινική εκπαίδευση του δεύτερου έτους πραγματοποιείται σε φάσεις. Κατά το πρώτο εξάμηνο, οι εκπαιδευόμενοι παρακολουθούν τη λειτουργία της Μονάδας Συμπεριφοράς και του Ειδικού Ιατρείου Ιδεοψυχαναγκαστικής και συναφών με αυτή Διαταραχών της Α’ ψυχιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ **κάθε Τετάρτη** και ώρες **11:00-13:00.** Κατά το δεύτερο εξάμηνο, οι εκπαιδευόμενοι συμμετέχουν σε ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες καθώς και σε εποπτείας της ομάδας της ιατρείου.

Εξεταστική διαδικασία

Η πρόοδος από το πρώτο στο δεύτερο έτος, καθώς και η ολοκλήρωση του προγράμματος, προϋποθέτει την επιτυχή αξιολόγηση μέσω γραπτών και προφορικών εξετάσεων.

**Διδακτικές Μέθοδοι**

Το πρόγραμμα συνδυάζει θεωρητική διδασκαλία, κλινική πρακτική και εποπτεία, με στόχο την ολοκληρωμένη κατάρτιση των εκπαιδευομένων. Η θεωρητική εκπαίδευση περιλαμβάνει διαλέξεις βασισμένες στα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα, με έμφαση στη διεπιστημονική προσέγγιση και το βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο κατανόησης των αγχωδών/φοβικών διαταραχών.

Η κλινική πρακτική αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του Β’ έτους του προγράμματος και πραγματοποιείται σε δύο φάσεις. Κατά τη διάρκεια του δεύτερου έτους, οι εκπαιδευόμενοι χωρίζονται σε δύο ομάδες, οι οποίες εναλλάσσονται σε δύο κύκλους εκπαίδευσης διάρκειας δώδεκα εβδομάδων για τον κάθε ένα. Η εποπτεία διασφαλίζει την υποστήριξη και την ανάπτυξη των κλινικών δεξιοτήτων των εκπαιδευομένων, προσφέροντας ευκαιρίες αναστοχασμού πάνω στη θεραπευτική διαδικασία, τη διαχείριση περιστατικών και τη δεοντολογικά ορθή κλινική πράξη.

**Προϋποθέσεις Εισαγωγής**

Η επιλογή των υποψηφίων για το μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα βασίζεται σε ένα σύνολο ακαδημαϊκών, κλινικών και προσωπικών κριτηρίων, με στόχο τη διασφάλιση της ποιότητας της εκπαίδευσης και της επαγγελματικής επάρκειας των συμμετεχόντων. Η διαδικασία επιλογής περιλαμβάνει την προσωπική συνέντευξη με μέλη της επιστημονικής επιτροπής του προγράμματος, κατά την οποία αξιολογείται η συνολική εικόνα του υποψηφίου, λαμβάνοντας υπόψη το σύνολο του βιογραφικού του σημειώματος, την προηγούμενη εκπαίδευση του υποψηφίου σε ψυχοθεραπευτική προσέγγιση, καθώς και την κλινική εμπειρία.

Ο/Η υποψήφιος/α καλείται, μαζί με το βιογραφικό σημείωμα, να υποβάλει έκθεση εκδήλωσης ενδιαφέροντος. Η έκθεση αυτή οφείλει να τεκμηριώνει το κίνητρο συμμετοχής στο πρόγραμμα.

Επιτυχής εισαγωγή στο 2ο έτος & ολοκλήρωση του προγράμματος

Η πρόοδος στο δεύτερο έτος προϋποθέτει την επιτυχή αξιολόγηση στις εξετάσεις του πρώτου έτους, καθώς και τη διαμόρφωση θετικής συνολικής ακαδημαϊκής εικόνας και την έμπρακτη εκδήλωση γνήσιου ενδιαφέροντος για το αντικείμενο της εκπαίδευσης. Επιπλέον, η παρακολούθηση του δεύτερου έτους **απαιτεί** τη **φυσική παρουσία** κατά την κλινική πρακτική. Οι εκπαιδευόμενοι που διαμένουν εκτός Αττικής και επιθυμούν να συνεχίσουν στο δεύτερο έτος θα πρέπει να διασφαλίσουν τη δυνατότητα παρακολούθησης των κλινικών δραστηριοτήτων δια ζώσης. Σε περίπτωση που δε δύνανται να συνεχίσουν στο δεύτερο έτος, χορηγείται βεβαίωση παρακολούθησης του πρώτου έτους του προγράμματος, μετά την επιτυχία στις εξετάσεις.

Κόστος συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής στο μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα ανέρχεται στο ποσό των 1.700 ευρώ ανά έτος. Το ποσό αυτό καταβάλλεται σε τρεις δόσεις, σύμφωνα με προκαθορισμένο χρονοδιάγραμμα που γνωστοποιείται στους εκπαιδευόμενους κατά την έναρξη του ακαδημαϊκού έτους. Η καταβολή των διδάκτρων θα πρέπει να πραγματοποιείται εντός των καθορισμένων προθεσμιών. Τυχόν καθυστερήσεις στις οικονομικές υποχρεώσεις συνεπάγονται διακοπή της δυνατότητας συνέχισης της παρακολούθησης του προγράμματος μέχρι την τακτοποίηση των σχετικών εκκρεμοτήτων.

**Επιστημονική Ομάδα / Διδάσκοντες**

Την επιστημονική εποπτεία και τον συντονισμό του προγράμματος έχει ο κ. Μουρίκης, ψυχίατρος, PhD, υπεύθυνος της Μονάδας Συμπεριφοράς και του Ειδικού Ιατρείου Ιδεοψυχαναγκαστικής και συναφών με αυτή Διαταραχών και μέλος του Εργαστηριακού Διδακτικού Προσωπικού του ΕΚΠΑ. Ο κ. Κασβίκης, με πάνω 30 έτη ψυχοθεραπευτικής εμπειρίας αποτελεί βασικό πυλώνα της εκπαίδευσης. Η εκπαιδευτική ομάδα πλαισιώνεται από συνεργάτες της Μονάδας και του Ειδικού Ιατρείου, οι οποίοι δραστηριοποιούνται επί σειρά ετών στην αξιολόγηση, διάγνωση και θεραπεία αγχωδών διαταραχών, συνδυάζοντας τη συνεχή κλινική άσκηση με την επιστημονική έρευνα. Παράλληλα, το διδακτικό σχήμα ενισχύεται από επιστήμονες προερχόμενους από διαφορετικούς χώρους της ιατρικής και της ψυχικής υγείας, οι οποίοι διαθέτουν ιδιαίτερη εξειδίκευση και αναγνωρισμένη εμπειρία στο αντικείμενο του προγράμματος. Η διεπιστημονική προσέγγιση διασφαλίζει την υψηλή ποιότητα της εκπαίδευσης και την πολύπλευρη θεώρηση των σύνθετων ζητημάτων που άπτονται της σεξουαλικής υγείας.

**Όροι Παρακολούθησης και Εκπαιδευτικές Υποχρεώσεις**

Με την αποδοχή της συμμετοχής τους στο μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα, οι εκπαιδευόμενοι λαμβάνουν αναλυτικό έντυπο που περιγράφει τις προϋποθέσεις, τις υποχρεώσεις και το πλαίσιο λειτουργίας του προγράμματος. Το έντυπο αυτό επιβεβαιώνει ότι έχουν λάβει πλήρη γνώση των όρων και των υποχρεώσεων που συνοδεύουν την παρακολούθηση του προγράμματος και δεσμεύονται στην τήρησή τους καθ’ όλη τη διάρκεια της φοίτησής τους. Η συμμόρφωση προς τα αναφερόμενα στο έντυπο αποτελεί ουσιώδη προϋπόθεση για τη συνέχιση της συμμετοχής στο πρόγραμμα και για την επιτυχή ολοκλήρωση της εκπαίδευσης. Η μη τήρηση των αναφερόμενων υποχρεώσεων ενδέχεται να οδηγήσει σε περιορισμό της συμμετοχής ή και διακοπή της φοίτησης, σύμφωνα με τα προβλεπόμενα από τη διοίκηση του προγράμματος. Το έντυπο θα τηρείται στο αρχείο του προγράμματος ως τεκμήριο ενημέρωσης και αποδοχής των όρων από τον εκπαιδευόμενο.