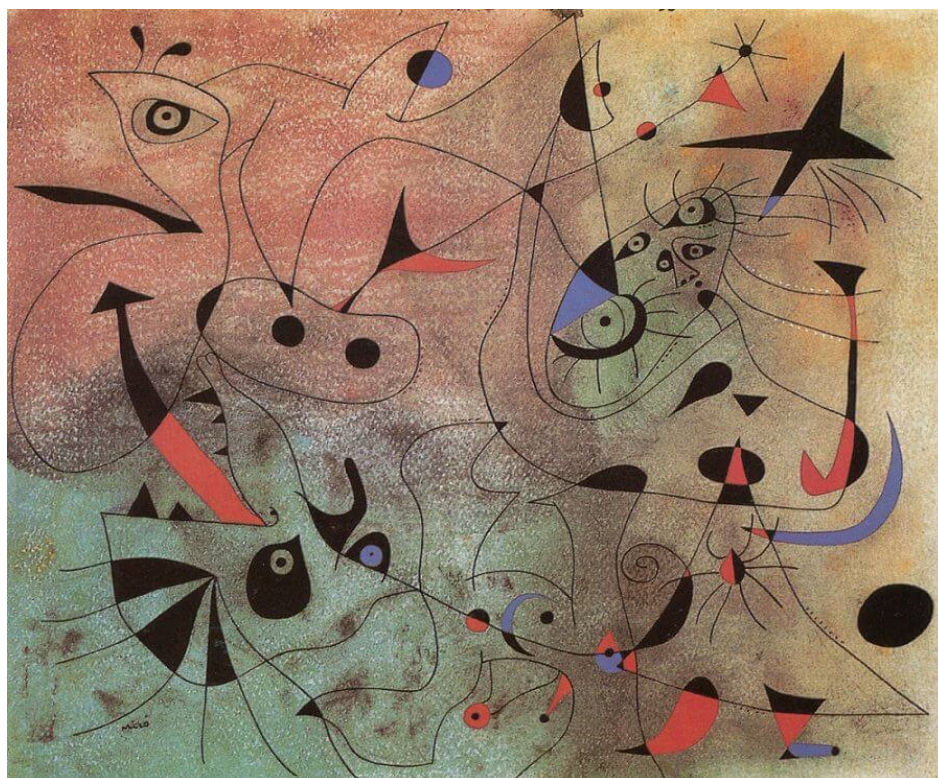


Newsletter EFT Greek Network

Δεκέμβριος 2022

Vol. 3.3



Morning Star, Juan Miro

Περιεχόμενα:

- **Χαιρετισμός Συντονιστικής Ομάδας Ελληνικού Δικτύου EFT**
- **Τα νέα του Ελληνικού Δικτύου EFT**
- **Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα**
- **Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες στο Εξωτερικό**
- **Η εργαλειοθήκη του θεραπευτή:**
«Ανταγωνιστικοί Δεσμοί: Μία Απειλή για την Σύνδεση, την Ασφάλεια και την Ικανοποίηση στην Σχέση» των Anabelle Bugatti & Rebecca Jorgensen, 40th issue ICEEFT Winter 2018-2019
- **Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT**

Χαιρετισμός της Συντονιστικής Ομάδας του Ελληνικού Δικτύου EFT

Η νέα ακαδημαϊκή χρονιά ξεκίνησε και προχωράει δυναμικά. Με χαρά και ελπίδα επιστρέφουμε σε μια κανονικότητα καθώς όλο και περισσότερες δραστηριότητες πραγματοποιούνται δια ζώσης. Μπορούμε να πραγματοποιούμε τα εκπαιδευτικά δια ζώσης, να ταξιδεύουμε, να συναντούμε τους συναδέλφους και συνεργάτες και να μοιραζόμαστε τις εμπειρίες μας, τη χαρά και το συγκινησιακό πλούτο που έχει η κοντινή επαφή.

Παράλληλα, κρατάμε την εμπειρία που αποκτήσαμε από τη διαδικτυακή εκπαίδευση και αξιοποιούμε τη δυνατότητα να πραγματοποιούμε εκπαιδευτικά με διακεκριμένους EFT Εκπαιδευτές από όλο τον κόσμο. Είμαστε σε επαφή με συναδέλφους που βρίσκονται μακριά από την Αθήνα και δίνουμε την ευκαιρία σε ζευγάρια που μπορούν να πάρουν βοήθεια μόνο διαδικτυακά.

Σε λίγες μέρες πλησιάζουν οι γιορτές, μια ευκαιρία για ξεκούραση και φροντίδα του εαυτού και των κοντινών μας ανθρώπων. Αμέσως μετά μας περιμένει ένα πλούσιο εκπαιδευτικό πρόγραμμα, το οποίο θα δείτε αναλυτικά στη συνέχεια αυτού του τεύχους μας.

Εκ μέρους της Συντονιστικής Ομάδας
Κυριακή Πολυχρόνη - Θεραπεύτρια/Επόπτρια & Εκπαιδεύτρια
Ιωάννα Κουκού, Αλεξάνδρα Δημητριάδου - EFT Θεραπεύτριες & Επόπτριες
Αναστασία Βλαχογεωργάκη, Ιωάννα Κυρίση - EFT Θεραπεύτριες
Ψυχοθεραπευτές: Παναγιώτα Παυλοπούλου,
Αφροδίτη Ραλλάτου, Νίκος Σπηλιόπουλος

Τα Νέα του Ελληνικού Δικτύου EFT

**Αφιέρωμα του Newsletter του EFT Ολλανδίας για τη συμμετοχή της Κυριακής Πολυχρόνη στο 7ο Συνέδριο EFT στην Ολλανδία:
"Wholeness in a fragmented world"**

Το Newsletter του EFT Ολλανδίας, μεταξύ άλλων, έκανε ένα εκτεταμένο αφιέρωμα στη συμβολή της **Κυριακής Πολυχρόνη** στο Συνέδριο.

Παραθέτουμε ένα μικρό απόσπασμα:

- Ομιλία της με θέμα: **Reflection...Resonance...Resilience: client and therapist as co-evolving systems**
"Στο άνοιγμα του Συνεδρίου η Κυριακή, μαζί με την Karin, έδωσαν τον τόνο για μια πολύ ζεστή και οικεία ατμόσφαιρα σε όλους τους συμμετέχοντες.

Ο φυσικός τρόπος με τον οποίο και οι δύο γυναίκες συνδέονταν με το κοινό και αντιμετωπίζουν τα συναισθήματα μας άγγιξε όλους."

- Εργαστήριο με θέμα: **Re-piecing Together: attachment heritage and vulnerability**
"Η προσέλευση στο εργαστήριο της Κυριακής ήταν μεγάλη. Γνωριστήκαμε σε έναν μεγάλο κύκλο - κάθε γνωριμία ήταν μια σημαντική συνεισφορά. Παρά το μεγάλο της πένθος για τον θάνατο του άντρα της που - όπως μοιράστηκε μαζί μας - έφυγε από τη ζωή πριν από επτά μήνες, η Κυριακή ήταν φάρος ειρήνης, δύναμης και σοφίας. Αυτό που με εντυπωσίασε περισσότερο σε αυτό ήταν ότι τα είχε οργανώσει όλα με έναν τρόπο που δεν χρειάζονταν και τόσο πολλά. Μοιραστήκαμε σε δυάδες και τετράδες προσωπικές εμπειρίες απώλειας δικών μας ανθρώπων, προσώπων Δεσμού και γρήγορα αναδύθηκε μια εγγύτητα μεταξύ μας. Τα έντονα συναισθήματα που αναδύθηκαν μας μαλάκωσαν, μας έδωσαν αμέσως την αίσθηση του ανήκειν και δε θέλαμε να αφήσουμε ο ένας τον άλλον..."

Το θαύμα του τρόπου δουλειάς της Κυριακής με έχει εμπνεύσει πάρα πολύ: κλείνοντας συνέδεσε όλες τις εμπειρίες μας μαζί σαν μια αλυσίδα, μετατρέποντάς τις σε ένα οργανικό σύνολο. Και σαν να το είχε αυτό από χρόνια προετοιμάσει, ένωσε τις εμπειρίες μας με την κόλλα της δικής της γνώσης επιστρέφοντάς πίσω σε μας το τι έμαθε η ίδια από τη διεργασία μας."

Alice Altink



ICEEFT - European EFT Trainers Retreat στη Ρώμη

Στις 1 και 2 Οκτώβρη πραγματοποιήθηκε η συνάντηση ανατροφοδότησης των Ευρωπαίων EFT Εκπαιδευτών στη Ρώμη. Τη συνάντηση φιλοξένησε το Δίκτυο EFT Ιταλίας με Συντονίστρια τη Giulia Altera.



Η Κυριακή Πολυχρόνη με τη Sue Johnson στη Συνάντηση με τις Ευρωπαϊκές Κοινότητες EFT

Η **Κυριακή Πολυχρόνη** θα συντονίσει την 1η συνάντηση των εκπροσώπων των **Κοινοτήτων EFT στην Ευρώπη**, στις **14 Ιανουαρίου 2023**. Στη συνάντηση αυτή θα παρευρεθεί και η **Δρ. Sue Johnson**. Στόχος της συνάντησης είναι η δικτύωση και αλληλογνωριμία των μελών των **Κοινοτήτων**, για την προώθηση της εξέλιξης και διάδοσης του **EFT στην Ευρώπη**.



Πιστοποίηση της **Βαρβάρας Σαλαβού** ως **EFT Θεραπεύτριας Ζεύγους** από το **ICEEFT**

Με μεγάλη χαρά μοιραζόμαστε μαζί σας την Πιστοποίηση της **Βαρβάρας Σαλαβού** ως EFT Θεραπεύτρια Ζεύγους από το ICEEFT.

Η **Βαρβάρα Σαλαβού** είναι Κλινική Ψυχολόγος, Συστημική Θεραπεύτρια Οικογένειας, μέλος της Ε.Α.Ρ και της Ε.Φ.Τ.Α. Εργάζεται ως Ψυχολόγος στην Παιδοψυχιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής του Ε.Κ.Π.Α..



Η **Gail Palmer**, που αξιολόγησε τον φάκελό της, μεταξύ άλλων αναφέρει:

"Και οι δύο δύσκολες περιπτώσεις που παρουσίασες αποτελούν παραδείγματα του EFT Tango, ωστόσο κατάφερες να πλοηγηθείς και στις δύο συνεδρίες με ηρεμία και αργό ρυθμό. Είμαι εντυπωσιασμένη από την ικανότητά σου να ακολουθείς το συναίσθημα, να εμβαθύνεις και διευρύνεις τη συγκινησιακή εμπειρία του ζευγαριού και να δημιουργείς μεταμορφωτικές συνομιλίες που φέρνουν ελπίδα και ανακούφιση. Η χροιά της φωνής σου και ο τρόπος που αξιοποιείς το RISSSC καταδεικνύουν την εμπιστοσύνη σου στο μοντέλο, αλλά και το πόσο καλά έχεις κατακτήσει τις κινήσεις του Tango."

Της ευχόμαστε ολόψυχα συγχαρητήρια για την επιτυχία της και καλή συνέχεια στο έργο της.

Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα

Webinars

Μετά την πολύ μεγάλη ανταπόκριση που υπήρχε από την πλευρά των Ελλήνων και Ευρωπαίων ψυχοθεραπευτών σε όλα τα webinars που οργανώσαμε τα προηγούμενα χρόνια, οργανώσαμε και φέτος έναν αντίστοιχο κύκλο. Βρισκόμαστε στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσουμε ότι μέσα στο 2023 θα έχουμε μαζί μας τη **Lorrie Brubacher** για ένα διήμερο διαδικτυακό εκπαιδευτικό Εργαστήριο με θέμα την **Ατομική Ψυχοθεραπεία μέσα από τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (EFIT) - Επίπεδο 2**, τον **Michael Barnett**, EFT Trainer από την California, εξειδικευμένο στη **θεραπεία ζεύγους EFT για ζευγάρια στο φάσμα της Εξάρτησης** για ένα τρίωρο διαδικτυακό σεμινάριο και την **Dr. Marlene Best**, EFT Trainer από τον Καναδά, για ένα διήμερο που θα πραγματοποιηθεί δια ζώσης.

1. EFIT – Level 2 με τη Lorrie L. Brubacher



EFIT - Level 2:

Εμβαθύνοντας στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία

Με ταυτόχρονη μετάφραση στα Ελληνικά

Online μέσω ZOOM

Σεμινάρια EFT Greek Network	Σάββατο και Κυριακή 21-22 Ιανουαρίου 2023 Ώρες 14:00-21:00
	Lorrie Brubacher, M.Ed., LMFT (NC) RMFT, Πιστοποιημένη Θεραπεύτρια Ζεύγους/Οικογένειας, Επόπτρια και Εκπαιδευτρια EFT από τις ΗΠΑ, ICEEFT. Η Lorrie L. Brubacher έχει διδάξει σε Πανεπιστήμια του Καναδά και των ΗΠΑ και έχει μεγάλη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα. Θα πραγματοποιήσει ένα διήμερο εκπαιδευτικό εργαστήριο που αποτελεί το δεύτερο επίπεδο της εκπαίδευσης για την εφαρμογή του EFT σε άτομα. 

Joan Miro – Spanish Dancer, 1927

Κόστος συμμετοχής:

- 180€ κανονική εγγραφή
- 160€ early bird ως 21/12/2022

Πληροφορίες - Εγγραφές:
«Δημιουργώντας σύνδεση – EFT»
Ελληνικό Δίκτυο για τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία
Κονίτσης 4, Χαλάνδρι, Τηλ: 210-6898031
Email: info@eft.net.gr, Website: www.eft.net.gr

2. EFT & οι σημερινές Εξαρτήσεις με τον Michael Barnett



EFT & οι Σημερινές Εξαρτήσεις:

Αξιοποιώντας το EFT στην αντιμετώπιση των εξαρτητικών συμπεριφορών

Online μέσω ZOOM

Σεμινάρια EFT Greek Network	Παρασκευή, 17 Φεβρουαρίου 2023 ώρες 19:00-22:00
	Ο Michael Barnett, MA, Ed.S, LPC, LPCC, είναι Ψυχοθεραπευτής, Πιστοποιημένος EFT Εκπαιδευτής και Επόπτης με παραπάνω από 30 χρόνια κλινικής εμπειρίας. Είναι επίσης Ιδρυτής και Διευθυντής του Κέντρου για τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία στην Ατλάντα, ΗΠΑ. 

Pollock – Mural, 1943

Κόστος συμμετοχής: 40€
Ταυτόχρονη μετάφραση στα Ελληνικά

Πληροφορίες - Εγγραφές:
«Δημιουργώντας σύνδεση – EFT»
Ελληνικό Δίκτυο για τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία
Κονίτσης 4, Χαλάνδρι, Τηλ: 210-6898031
Email: info@eft.net.gr, Website: www.eft.net.gr

3. Φιλοξενία της Marlene Best από το Ελληνικό Δίκτυο για το EFT, για ένα σεμινάριο έκπληξη στις 20-21 Μαΐου 2023

Endorsed Externship

Νέος κύκλος **Endorsed Externship** ξεκινά τον Φεβρουάριο του 2023.

Το εκπαιδευτικό τετραήμερο σεμινάριο Endorsed Externship αποτελεί το πρώτο επίπεδο εκπαίδευσης στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία και είναι πιστοποιημένο πρόγραμμα από το Διεθνές Κέντρο Ελέγχου Ποιότητας EFT του Καναδά – ICEEFT.



Εγγραφή 'Early Bird': μέχρι 9 Ιανουαρίου

Εκπαίδευση στη Θεραπεία Ζεύγους EFT Endorsed Externship

11-12 & 18-19 Φεβρουαρίου, 2023 / 9:30 π.μ. - 5:30 μ.μ.

Γενικοί Στόχοι :
Να βοηθηθούν οι συμμετέχοντες:

- να αποκτήσουν σαφή κατανόηση των βασικών **Συστημικών εννοιών** και των παρεμβάσεων της **Βιωματικής-Προσωποκεντρικής Προσέγγισης** της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας – EFT.
- να μπορούν να αντιλαμβάνονται τη δυσφορία στο ζευγάρι με βάση τη **Θεωρία του Δεσμού** και να βοηθούν τους συντρόφους να επανεξετάζουν τις συγκινησιακές αποκρίσεις τους που την συντηρούν
- να αναπτύξουν δεξιότητες ώστε να ξεπερνούν θεραπευτικά αδιέξοδα με τα ζευγάρια.

Σε ποιους απευθύνεται;
Το Externship συνιστάται σε όλους τους επαγγελματίες που παρέχουν συμβουλευτική σε ζευγάρια: θεραπευτές οικογένειας, ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, οικογενειακούς γιατρούς, ψυχιατρικούς νοσοκόμους, συμβούλους και εκπαιδευόμενους σε αυτά τα επαγγέλματα.

Εκπαιδευτές:
Κυριακή Πολυχρόνη, MA, ECP, LMFT
Εγκεκριμένη EFT Εκπαιδευτρια & Επόπτρια, ICEEFT
τ. Πρόεδ. Ευρωπαϊκής Εταιρείας Θεραπείας Οικογένειας (EFTA)
Μέλος Συμβουλευτικής Επιστημονικής Ομάδας του Αθηναϊκού Κέντρου Μελέτης του Ανθρώπου (AKMA)

Αναστασία Βλαχογεωργάκη, Κοινωνιολόγος
Ψυχοθεραπεύτρια Ζεύγους & Οικογένειας,
Πιστοποιημένη EFT Θεραπεύτρια
και Εκπαιδευόμενη Επόπτρια, ICEEFT

Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να διαθέσουν το βιβλίο για το EFT, «Εφαρμόζοντας τη συγκινησιακά εστιασμένη θεραπεία - EFT: Βασικά στοιχεία της αλλαγής», Εκδ. Gutenberg, 2020.



Πληροφορίες - Εγγραφές:
«Δημιουργώντας σύνδεση – EFT»
Ελληνικό Δίκτυο για τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία
Κονίτσης 4, Χαλάνδρι
Τηλ: 210-6898031 Email: info@eft.net.gr

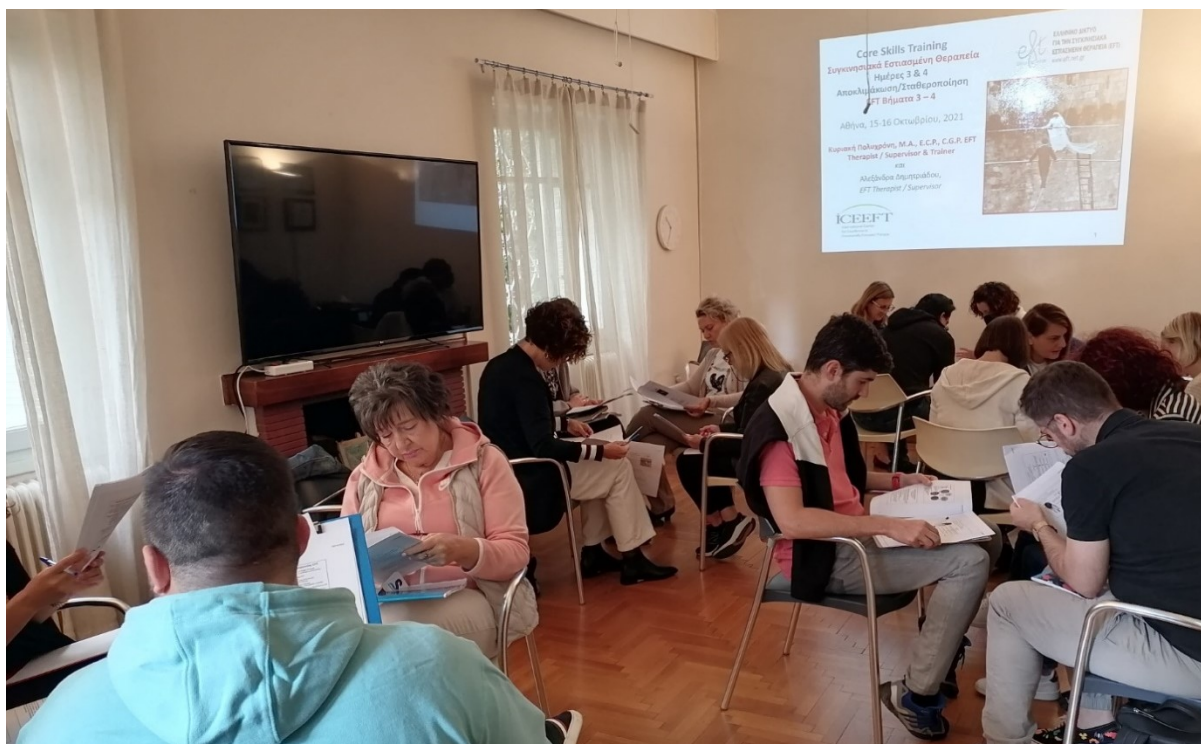
Εκπαίδευση πιστοποιημένη από την 

Core Skills

Η εκπαιδευτική χρονιά ξεκίνησε με το δεύτερο διήμερο του κύκλου εκπαίδευσης **Core Skills 2022-2023** το οποίο πραγματοποιήθηκε στις **15 και 16 Οκτωβρίου**, δια ζώσης.

Η εκπαίδευση πραγματοποιήθηκε από την **Κυριακή Πολυχρόνη**, EFT Trainer, την **Αλεξάνδρα Δημητριάδου**, EFT Supervisor, και βοηθούς εκπαίδευσης τις **Αναστασία Βλαχογεωργάκη** και **Αφροδίτη Ραλλάτου**.

Τα επόμενα διήμερα αυτής της ομάδας θα πραγματοποιηθούν στις **28 και 29 Ιανουαρίου & 8 και 9 Απριλίου, 2023**.



Core Skills 2022-2023

Ενδυνάμωση Δεξιοτήτων Εκπαιδευόμενων EFT

Συνεχίζονται οι Ομάδες Ενδυνάμωσης Δεξιοτήτων εκπαιδευόμενων των Core Skills. Αποτελούν μηνιαίες τρίωρες συναντήσεις συμμετεχόντων στα Core Skills με στόχο την περαιτέρω στήριξή τους στην εκμάθηση του EFT. Στις συναντήσεις αυτές τα μέλη παρακολουθούν και αναλύουν βιντεοσκοπημένες συνεδρίες EFT, ενώ έχουν την ευκαιρία να μοιραστούν δυσκολίες και προβληματισμούς τους. Την περίοδο αυτή λειτουργεί η ομάδα των Core Skills 2022-2023 με συντονίστρια την **Αλεξάνδρα Δημητριάδου**, EFT Επόπτρια και την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**, Εκπαιδευόμενη EFT Επόπτρια.

Ομάδες Εποπτείας

Συνεχίζονται με αμείωτο ενδιαφέρον και συμμετοχή οι Διαδικτυακές Ομάδες Εποπτείας για τους εκπαιδευόμενους στο EFT, οι οποίοι ενδιαφέρονται να προχωρήσουν σε επίσημη πιστοποίηση από το ICEEFT ως EFT θεραπευτές. Σε μηνιαίες τακτικές, δια ζώσης και online, συναντήσεις, και σε ένα κλίμα ασφάλειας και εμπιστοσύνης, οι εποπτευόμενοι θεραπευτές παρουσιάζουν τη δουλειά τους με ζευγάρια και μοιράζονται δυσκολίες, ματαιώσεις και επιτεύγματα σε ό,τι αφορά τη θεραπευτική πρακτική τους στο EFT. Το τελευταίο διάστημα πραγματοποιήθηκαν τέσσερις συναντήσεις της Ομάδας Εποπτείας που συντονίζει η **Ιωάννα Κουκού με βοηθό την Ιωάννα Κυρίτση** και τέσσερις συναντήσεις της ομάδας που συντονίζει η **Κυριακή Πολυχρόνη**. Επιπλέον ξεκίνησε από το Νοέμβριο μια νέα εποπτική ομάδα, με Επόπτρια την **Αλεξάνδρα Δημητριάδου** και την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**, Εκπαιδευόμενη Επόπτρια..

Νέος κύκλος εκπαίδευσης Endorsed Externship, έχει προγραμματισθεί για τις **12 έως 15/05/2023**, στο Βελιγράδι, Σερβία, με εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη**.

Η Εργαλειοθήκη του Θεραπευτή

«Ανταγωνιστικοί Δεσμοί: Μια Απειλή για την Σύνδεση, την Ασφάλεια και την Ικανοποίηση στην Σχέση» *Anabelle Bugatti & Rebecca Jorgensen, 40th issue ICEEFT Winter 2018-2019*

Μετάφραση: Αναστασία Βλαχογεωργάκη

Ένα ζευγάρι μπαίνει στο γραφείο σας και ένα από τα κυρίαρχα παράπονα του ενός συντρόφου είναι ότι ο άλλος απομακρύνεται από κείνον, προκειμένου να ηρεμήσει, να πάρει ανακούφιση ή συναισθηματική σύνδεση.

Αυτά τα παράπονα μπορεί να είναι είτε μικρά, όπως:

«Η αγαπημένη μου μοιράζεται τα προβλήματά μας με την αδερφή της» ή
«Νοιάζεται περισσότερο για τον σκύλο παρά για μένα» ή «ξοδεύει υπερβολικό χρόνο στο γραφείο και δέχεται πάντα αυτές τις κλήσεις από τη δουλειά, ακόμη και κατά τη διάρκεια οικογενειακών μας στιγμών», ή σημαντικά πράγματα όπως, «Ανησυχώ που ο σύντροφός μου έχει μία εξωσυζυγική σχέση."

Σε αυτή τη δυναμική, ένας σύντροφος είναι ευαίσθητος στο ότι ο άλλος σύντροφος στρέφεται προς κάτι ή κάποιον άλλο. Η ευαισθησία αυτού του συντρόφου μεγαλώνει την ανασφάλεια του δεσμού τους και αναπτύσσει το δικό του συγκεκριμένο ευάλωτο σημείο ως προς τον σύντροφό του και που ορίζεται ως ανταγωνιστικός δεσμός.

Η ανταγωνιστική σύνδεση ορίζεται ως απειλή για τον ασφαλή Δεσμό, όταν ένα άτομο που βρίσκεται σε σχέση απομακρύνεται από αυτή τη σχέση προς κάποιον ή κάτι άλλο για να εκφραστεί συγκινησιακά και/ή για να ικανοποιήσει τις ανάγκες Δεσμού. Ο χρόνος ή η προσοχή δίνεται σε κάτι άλλο και αυτό βιώνεται από τον σύντροφο ως αντίπαλος της σχέσης τους. Ανάλογα με το πώς, πόσο συχνά και προς τι, στρέφεται ένα άτομο έξω από τη σχέση, μπορεί να αφήσει τον άλλο σύντροφό απογοητευμένο, πληγωμένο και αποσυνδεδεμένο.

Ένας σύντροφος μπορεί να δει πολλές δραστηριότητες ή άλλες συγκινησιακές επενδύσεις που κάνει ο σύντροφός του, ως ανταγωνιστικό δεσμό. Μερικές από αυτές τις συγκινησιακές επενδύσεις ή δραστηριότητες του συντρόφου του, μπορεί να είναι στην πραγματικότητα επίπλαστοι δεσμοί ή επενδύσεις που μιμούνται την ηρεμία, το ανήκειν ή την παρηγοριά — ανάγκες που θα προσέφερε μια ασφαλής σχέση.

Το τελικό αποτέλεσμα μπορεί να είναι αυξημένη δυσφορία στην σχέση, όπου μια σύνδεση μεταβάλλεται από ασφαλή σε ανασφαλή ή ενισχύεται ένας ανασφαλής δεσμός.

Ενώ, διαφορετικοί ανταγωνιστικοί δεσμοί τείνουν να έχουν διαφορετικό βάρος ή απειλή, πρόσφατη έρευνα που ολοκληρώθηκε για τη διατριβή της Anabelle, (μια εκ των δύο συγγραφέων του άρθρου) δείχνει μια σαφή συσχέτιση μεταξύ των ανησυχιών ενός συντρόφου για τον ανταγωνιστικό δεσμό, την ασφάλεια στην σχέση, καθώς και την ικανοποίηση από τη σχέση. Αυτή η σημαντική έρευνα αποκαλύπτει ότι όσο περισσότερο ένας ανταγωνιστικός δεσμός αυξάνεται, τόσο περισσότερο η σύνδεση και η ασφάλεια μέσα στη σχέση μειώνεται και όσο περισσότερο αυξάνεται η ανασφάλεια του δεσμού, τόσο περισσότερο η ικανοποίηση από τη σχέση μειώνεται.

Υπό το φως αυτών των ερευνητικών ευρημάτων, οι κλινικοί και οι εκπαιδευτές σχέσεων μπορούν να αρχίσουν να εστιάζουν την προσοχή τους μέσα στο πλαίσιο του Δεσμού, ώστε οι επαγγελματίες να μπορούν να αντιμετωπίζουν θεραπευτικά το πρόβλημα των ανταγωνιστικών δεσμών.

Το πρώτο πράγμα είναι να αξιολογήσετε καλά την παρουσία ενός ανταγωνιστικού δεσμού. Εδώ είναι μερικές αντιπροσωπευτικές ερωτήσεις που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε και βασίζονται στην Κλίμακα Ανταγωνιστικού Δεσμού (CAS, Bugatti, Reid & Jorgensen, 2015):

1. Βιώνεις μια αίσθηση ανταγωνισμού ή αντιπαλότητα με δραστηριότητες ή σχέσεις στις οποίες ο σύντροφός σου δείχνει αφοσίωση;
2. Βλέπεις τον σύντρόφό σου να στρέφεται αλλού να ικανοποιήσει τις ανάγκες του αντί να στρέφεται σε εσένα;
3. Νιώθεις συχνά πληγωμένος από αυτήν την αίσθηση του ανταγωνισμού και για τη σημασία που έχει για τον σύντροφο σου η σχέση σας;
4. Πόσο συχνά πιστεύεις ότι ανταγωνίζεσαι, για να έχεις μια σημαντική θέση δεσμού, με έναν τρόπο που επηρεάζει αρνητικά την ικανότητά σου να έχεις έναν υγιή δεσμό με τον σύντρόφό σου;

Επιπλέον, εάν η αξιολόγηση δείξει ότι ο ανταγωνιστικός δεσμός είναι μέρος της σχεσιακής δυσφορίας, τότε μπορείτε να χρησιμοποιήσετε παρεμβάσεις κατά τη διάρκεια της εκτίμησης του κύκλου που αναδεικνύουν την αποσταθεροποιητική και απειλητική επίπτωση τέτοιων ανταγωνιστικών δεσμών για την ασφάλεια και την ικανοποίηση μέσα στις σχέσεις.

Ελπίζουμε αυτή η έρευνα για τους ανταγωνιστικούς δεσμούς να μπορέσει να σας βοηθήσει να προωθήσετε ένα πιο αυθεντικό μοίρασμα μεταξύ των συντρόφων για τους φόβους και τα σημεία στα οποία έχουν κολλήσει και που σχετίζονται με τους ανταγωνιστικούς δεσμούς, καθώς ξεκινάτε να εργάζεστε με τα ζευγάρια σας ώστε να υποστηρίξετε τη δημιουργία αυξημένης ικανοποίησης από τη σχέση και ασφαλή σύνδεση.

Anabelle Bugatti, PhD
EFT Therapist
Las Vegas, NV
Rebecca Jorgensen, PhD
EFT Therapist, Supervisor & Trainer
TRI EFT Alliant, San Diego, CA

Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT

Τι είναι το Ελληνικό Δίκτυο EFT και πως μπορώ να γίνω μέλος του;

Η κοινότητα των μελών του Ελληνικού Δικτύου για την Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (EFT Greek Network) απαρτίζεται από ειδικούς ψυχικής υγείας της Ελλάδας που έχουν ολοκληρώσει τουλάχιστον ένα EFT Externship, είτε στην Ελλάδα είτε στο εξωτερικό.

Η εγγραφή σας στο Ελληνικό Δίκτυο EFT σας προσφέρει:

- Αποκλειστική διαδικτυακή σύνδεση με τους άλλους Έλληνες ειδικούς που έχουν εκπαιδευτεί στο θεραπευτικό μοντέλο EFT και ενδιαφέρονται για την εφαρμογή του.
- Καταχώρηση στον ειδικό κατάλογο στην ιστοσελίδα του EFT Greek Network ως Θεραπευτής με εκπαίδευση στο EFT.
- Αυτόματη εγγραφή ως μέλους στην «ICEEFT» – του Διεθνούς Κέντρου Ποιότητας στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία, EFT.

Η αυτόματη εγγραφή σας στο ICEEFT συμπεριλαμβάνει:

- i. ICEEFT Newsletter – ένα ενημερωτικό δελτίο (4 φορές το χρόνο) το οποίο εμπεριέχει άρθρα των διεθνών αναγνωρισμένων εκπαιδευτών στο EFT.
 - ii. Συμμετοχή στο ICEEFT Listserve όπου οι ειδικοί-μέλη από όλο τον κόσμο αλληλοενημερώνονται καθημερινά για εξελίξεις στο EFT – ένα forum ανταλλαγής εμπειριών (θετικών και δυσκολιών) σχετικά με κύρια σύγχρονα θέματα στην εφαρμογή του EFT.
 - iii. Καταχώρηση στον επίσημο κατάλογο μελών στην ιστοσελίδα της ICEEFT ως Θεραπευτής με εκπαίδευση στο EFT: σύνδεση και ανταλλαγή με θεραπευτές σε άλλες χώρες διεθνώς.
 - iv. Έκπτωση 15% στην αγορά όλων των εκπαιδευτικών DVD, βιβλίων, κλπ. της ICEEFT και στην εγγραφή συνεδρίων, εκπαιδεύσεων, κ.λπ. στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.
- Εάν έχετε ολοκληρώσει το Externship και ενδιαφέρεστε να γίνετε μέλος του Δικτύου παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας στο info@eft.net.gr

Ευχαριστούμε για την προσοχή σας. Καλωσορίζουμε την δική σας ανατροφοδότηση για το Newsletter και τις ιδέες σας για την ανάπτυξή του.

Θα χαρούμε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

Με εκτίμηση,

Ιωάννα Κυρίτση, MSc, Ψυχοθεραπεύτρια

Υπεύθυνη Newsletter EFT Greek Network

EFT Greek Network

Τηλ: 210-6898031 E-mail: info@eft.net.gr

Website: www.eft.net.gr