

Newsletter EFT Greek Network

Ιούνιος 2025

Vol. 6.2



Θαλασσογραφία - Νικόλαος Κριδέρα

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:**
«Τέσσερις Πόρτες για τον Δεσμό και την Ντροπή» του Jef Sloodmaeckers, LMFT, EFT Therapist, Supervisor & Trainer, Βέλγιο
- **Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT**

Χαιρετισμός της Συντονιστικής Ομάδας του Ελληνικού Δικτύου EFT

Αγαπητοί συνάδελφοι και φίλοι,

Με χαρά σας καλωσορίζουμε σε ένα ακόμα τεύχος του τριμηνιαίου μας newsletter, αφιερωμένο στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (EFT). Σε κάθε έκδοση, μοιραζόμαστε μαζί σας γνώσεις, εμπειρίες και νέες εξελίξεις που εμπλουτίζουν τη θεραπευτική μας πρακτική και μας βοηθούν να υποστηρίξουμε ουσιαστικά τους ανθρώπους που μας εμπιστεύονται.

Σε αυτό το τεύχος, δεν μπορούμε παρά να σταθούμε με σεβασμό στη μνήμη της Dr. Sue Johnson, της ιδρύτριας της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας, που έφυγε από τη ζωή πριν έναν χρόνο. Η παρουσία της συνεχίζει να ζει μέσα από το έργο της, τις σχέσεις που βοήθησε να γιατρευτούν, και την παγκόσμια κοινότητα που οικοδόμησε με τόση αγάπη και αφοσίωση.

Σε αυτό το τεύχος, θα βρείτε ένα αφιέρωμα της Κυριακής Πολυχρόνη για τη Dr. Sue Johnson το οποίο αναδημοσιεύτηκε στο ICEEFT Community News, ανακοινώσεις για νέα εκπαιδευτικά καθώς και ένα πολύ ενδιαφέρον άρθρο.

Σας ευχαριστούμε που είστε μέρος αυτής της κοινότητας και ελπίζουμε το περιεχόμενο αυτού του τεύχους να σας αγγίξει, να σας ενδυναμώσει, να σας εμπνεύσει και να δώσει νέες προοπτικές στη δουλειά σας.

Καλή ανάγνωση!

Με εκτίμηση,

Η συντακτική ομάδα του Newsletter EFT

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

**Το νέο βιβλίο του EFT "Θεωρία του Δεσμού στην Πράξη"
που κυκλοφόρησε στα Ελληνικά!**



Με ιδιαίτερη χαρά και συγκίνηση σας προσκαλούμε στο ελληνικό ταξίδι εξερεύνησης των ανθρώπινων σχέσεων με την Sue Johnson, προσδοκώντας να προσδώσει νόημα και στη δική σας προσωπική και επαγγελματική ζωή.

Το βιβλίο «Θεωρία του Δεσμού στην Πράξη» συνιστά κάτι πολύ περισσότερο από παράθεση θεωρητικών γνώσεων. Είναι ένας οδηγός για μια ζωή με νόημα, μια πρόσκληση για βαθύτερη αυτογνωσία και μια ενστάλλαξη ελπίδας για επανόρθωση σε όλους εκείνους που επιθυμούν να βελτιώσουν τις σχέσεις τους και να διευρύνουν τη συναισθηματική τους κατανόηση σε έναν κόσμο γεμάτο ατομικισμό, φόβο και αβεβαιότητα.

Ένα από τα πιο σημαντικά μηνύματα του βιβλίου βρίσκεται στην διαπίστωση ότι η αλλαγή στη σχέση μας με τους άλλους ξεκινάει από την αναγνώριση του τύπου του πρωταρχικού δεσμού που «κουβαλάμε στις αποσκευές» μας και την σύνδεσή του με τις κυρίαρχες συναισθηματικές μας ανάγκες στο παρόν. Μέσα από κλινικές περιπτώσεις και ενδιαφέροντα παραδείγματα από την καθημερινή πρακτική, η συγγραφέας μας καθοδηγεί να δούμε την σχέση με τον εαυτό μας και τους άλλους με νέο φως.

Η Sue Johnson δεν διστάζει να αναδείξει τις προκλήσεις που προκύπτουν από τις ανθρώπινες σχέσεις, όπως οι συγκρούσεις, οι προσδοκίες και οι απογοητεύσεις. Μέσα από μια προσέγγιση γεμάτη ενσυναίσθηση και ανθρωπιά, μας ενθαρρύνει να αναγνωρίσουμε τα βαθύτερα συναισθήματά μας, να νοηματοδοτήσουμε τις ανάγκες υπό το πρίσμα του Δεσμού και να ανακαλύψουμε νέους τρόπους να δημιουργήσουμε ένα ασφαλές πλαίσιο όπου οι αλληλεπιδράσεις μας μπορούν εξελιχθούν και να μας φέρουν πιο κοντά.

Συνάντηση-Γιορτή για τα 15 Χρόνια του Δικτύου μας



Την Κυριακή 9 Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε η Συνάντηση- Γιορτή του EFT Greek Network! Τιμώντας τα 15 χρόνια πορείας, συναντηθήκαμε, κόψαμε την βασιλόπιτα και μοιραστήκαμε στιγμές σύνδεσης και συνεργασίας. Σε μια ζεστή ατμόσφαιρα, με απαλές μουσικές και όμορφες συζητήσεις, γιορτάσαμε την δύναμη της κοινότητας μας.

Ευχόμαστε να είναι μόνο η αρχή για περισσότερες τέτοιες συναντήσεις!

Με εκτίμηση,
Η Ομάδα Συντονισμού του Ελληνικού Δικτύου EFT





Συνάντηση Ευρωπαίων EFT Εκπαιδευτών στη Σερβία



Στις 1-4 Μαΐου 2025 η **Κυριακή Πολυχρόνη** ταξίδεψε στο Βελιγράδι, όπου συμμετείχε με όλους τους EFT Εκπαιδευτές από την Ευρώπη στο φετινό **European Trainers' Retreat** μέσα στο ζεστό και συνεργατικό κλίμα που οργάνωσε ο **Bojan Vukovic**, Εκπαιδευτής του **Κέντρου EFT Σερβίας – CEFTS**. Οι Εκπαιδευτές αντάλλαξαν εμπειρίες γύρω από την εκπαίδευση, εποπτεία και θεραπεία EFT σε Άτομα, Ζευγάρια και Οικογένειες και αναδύθηκαν πολλά κοινά ενδιαφέροντα για περαιτέρω συνεργασίες.



Πιστοποίηση της Μαρίας Χατζηαναστασίου ως EFCT Θεραπεύτριας από το ICEEFT

Με χαρά ανακοινώνουμε πως η **Μαρία Χατζηαναστασίου** είναι πλέον πιστοποιημένη θεραπεύτρια EFCT. Η Μαρία είναι Κλινική Ψυχολόγος και Πιστοποιημένη Θεραπεύτρια στην Υπαρξιακή Προσέγγιση και στις Σεξουαλικές Διαταραχές. Εργάζεται ιδιωτικά με άτομα, ζευγάρια και οικογένειες.

Η Επόπτρια της, **Ιωάννα Κουκού**, έγραψε:

«Η Μαρία Χατζηαναστασίου εργάστηκε μαζί μου σε μια ομάδα εποπτείας EFT με στόχο την επίτευξη αυτού του σκοπού, και τη στήριξα στο ταξίδι της κατανόησης του μοντέλου EFT.

Η επαγγελματική πορεία της Μαρίας Χατζηαναστασίου χαρακτηρίζεται από δέσμευση, ενσυναίσθηση και υπευθυνότητα, ενώ επιδιώκει διαρκώς την εξέλιξη και τη βελτίωση της πρακτικής της.



Είναι πραγματικά επίμονη και αφοσιωμένη θεραπεύτρια στο EFT, δουλεύοντας εντατικά με πολλά ζευγάρια. Με επιμέλεια επιδιώκει να μάθει και να εμβαθύνει στην κατανόηση του μοντέλου. Ως μέλος της ομάδας, συμμετέχει με πολύ θετικό τρόπο και προσφέρει όλη της την ενέργεια στην ανάπτυξη της ομάδας »

Στην αξιολόγηση της δουλειάς της Μαρίας, η **Κυριακή Πολυχρόνη**, ως εκπαιδεύτρια, αναφέρει μεταξύ άλλων:

"Για την περίπτωση της Μαρίας, εκτίμησα την εννοιολογική της προσέγγιση, καθώς φαίνεται να έχει καλή κατανόηση του αρνητικού κύκλου του ζευγαριού. Εκτίμησα ιδιαίτερα τις αυτο-αναστοχαστικές της σκέψεις. Αυτές οι αναστοχαστικές παρατηρήσεις δείχνουν ότι γνωρίζει τι θα μπορούσε να είχε κάνει διαφορετικά στη συνεδρία..."

Ευχόμαστε στη Μαρία να συνεχίσει να εξελίσσεται και να εμβαθύνει στην κατανόηση του μοντέλου EFT!

Αφιέρωμα στη Sue Johnson: Ένα Χρόνο Μετά

Ένα χρόνο μετά την απώλειά της, η παρακαταθήκη της Sue Johnson συνεχίζει να εμπνέει και να επεκτείνεται παγκοσμίως. Το πρωτοποριακό της όραμα και η ανεκτίμητη συμβολή της στην ψυχοθεραπεία και τις ανθρώπινες σχέσεις ζουν μέσα από το έργο χιλιάδων αφοσιωμένων επαγγελματιών της EFT. Ως θεραπεύτρια, θεωρητικός, δασκάλα και πρότυπο, η Sue άγγιξε βαθιά τις ζωές πολλών και παραμένει φάρος έμπνευσης.

Στο πλαίσιο αυτού του αφιερώματος, η Κυριακή Πολυχρόνη, μοιράζεται με όλη την παγκόσμια οικογένεια του EFT, μέσω του τελευταίου τεύχους EFT International Community News μια προσωπική επιστολή-φόρο τιμής, γεμάτη μνήμη, ευγνωμοσύνη και συγκίνηση.

"Αγαπημένη μου Sue,

Ας αναπολήσουμε μαζί, όπως συχνά κάναμε στο παρελθόν...

Θα θυμάσαι ότι σε γνωρίζω σχεδόν 70 χρόνια τώρα! Πάντα ρωτούσες: «Πώς γίνεται αυτό, Κυριακή;». Η φωνή σου φώτισε τα συναισθήματα που βίωνα ακόμα και σαν παιδί - οι διδασκαλίες σου με βοήθησαν να κατανοήσω την ανάγκη μου για αγάπη και αποδοχή καθώς μεγάλωνα σε μια εργατική οικογένεια Ελλήνων μεταναστών στον Καναδά: στον αγώνα επιβίωσης που είχαν οι γονείς μου και τη γεμάτη αγάπη αλλά και οδυνηρή σχέση τους, δεν μπορούσαν να με παρηγορήσουν. Και αργότερα, οι διδασκαλίες σου με φώτισαν στις δυσκολίες που βίωνα με τον αγαπημένο μου σύζυγο και τα εμπόδια που αντιμετώπιζα προσπαθώντας να βοηθήσω ζευγάρια θεραπευτικά.

Μέχρι και σήμερα, είμαι απεριόριστα ευγνώμων για όσα μου προσέφερες ως άνθρωπο, ως σύντροφο, ως μητέρα, και ως θεραπεύτρια και εκπαιδεύτρια EFT.

Άφησες ανεξίτηλο αποτύπωμα σε χιλιάδες ανθρώπους και θεραπευτές σε όλο τον κόσμο. Ελπίζω η καρδιά σου να είναι γεμάτη πληρότητα.



Θυμάμαι τη συνάντησή μας στο Λονδίνο, πώς αμέσως ταιριάξαμε, γελώντας και αστειευόμενες για τις μητέρες μας που ήταν και οι δύο κομμώτριες. Θυμάμαι τις φορές που ήρθες στην Ελλάδα και έκανες εξαιρετική δουλειά με την αναπτυσσόμενη τότε EFT κοινότητά μας ... τον τόσο ευγενικό αλλά και δυναμικό τρόπο με τον οποίο συζήτησες με τον Mony Elkaim στο Ευρωπαϊκό Συνέδριο Οικογενειακής Θεραπείας στην Κωνσταντινούπολη — ήσουν μια πραγματική «grand-woman powerhouse» ... Θυμάμαι ακόμα την τιμή που μου έκανες όταν μου ζήτησες να σε

παρουσιάσω στο συνέδριο *Creating Connections* στην Ουάσιγκτον - και όταν εκείνο το βράδυ σου είπα ότι το άγχος μου με πνίγει, μου είπες απλόχερα: «Είσαι τόσο όμορφη, είσαι υπέροχη γλυκιά μου, θα τα πας περίφημα!»

...Οι επιστημονικές εμπειρίες που μοιραστήκαμε όλα αυτά τα χρόνια είναι άπειρες.

Αυτό όμως που ζεσταίνει την καρδιά μου, αγαπημένη Sue, είναι οι ιδιαίτερες στιγμές που μοιραστήκαμε... μιλώντας για προσωπικές ανησυχίες και δοκιμασίες ... για τον κόσμο και την οργή μας απέναντι στην απίστευτη αδικία που συχνά επιδεικνύουν οι πολιτικοί ηγέτες ... και για τον πόνο μας όταν οι άνθρωποι φέρονται με αδιαφορία ή απανθρωπιά σε όσους είναι διαφορετικοί ή αδύναμοι. Σε θαύμαζα για τις γνώσεις σου — όχι μόνο στην επιστήμη της αγάπης και της ψυχοθεραπείας, αλλά για κάθε πτυχή της ζωής: από την ιστορία μέχρι τα πουλιά, τα φυτά, τα δέντρα και τον πανέμορφο κήπο σου. Και την αιώνια περιέργειά σου να κατανοείς το άγνωστο — ακόμα και να μάθεις να χορεύεις ελληνικούς χορούς, παρόλο που διέφεραν τόσο από το αγαπημένο σου Τάνγκο.

Αγαπώ το χιούμορ σου, ειδικά με τα... τολμηρά σόκιν αστεία της Allison.



Κρατώ βαθιά στην καρδιά μου την αγάπη σου για τα παιδιά σου, τα σκυλιά σου, για κάθε έναν από εμάς τους εκπαιδευτές. Και φυσικά, τη βαθιά σου αγάπη για τον σύντροφο σου, τον John.

Sue, είναι τιμή μου που με επέλεξες να είμαι δίπλα σου, μέλος της επαγγελματικής σου οικογένειας. Μα είναι ακόμα μεγαλύτερη η τιμή που με διάλεξες για φίλη σου — κάποια στην οποία μπορούσες να στραφείς. Με ένιωθες — και στεκόσουν δίπλα μου, με παρηγορούσες στον πόνο μου, όταν έχασα τον Πέτρο μου.



Κι έτσι, δεν έχεις φύγει από κοντά μας,
αγαπημένη μου φίλη. Εγώ, και τόσο άλλοι, σε
κουβαλάμε μέσα μας κάθε μέρα, σε
προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο.
Αναπαύσου ήσυχα και με σιγουριά,
πολυαγαπημένη μας Sue, ότι συνεχίζουμε την
αποστολή σου: να κάνουμε τον κόσμο μας πιο
ανθρώπινο.

Σε αγαπούσα και σ' αγαπώ βαθιά,
Κυριακή"



EFTA Conversation με την Κυριακή Πολυχρόνη: Working with/in vulnerable emotions in Couple and Family Therapy

Με τη συμμετοχή 70 Συστημικών Θεραπευτών ολοκληρώθηκε η φετινή σειρά **EFTA Conversations** που διοργανώνει η Ευρωπαϊκή Εταιρία Οικογενειακής Θεραπείας (EFTA), με την παρουσίαση της **Κυριακής Πολυχρόνη 'Working with/in vulnerable emotions in Couple and Family Therapy'**.

Στόχος της παρουσίασης ήταν να αναδείξει η Κυριακή το τι χρειάζεται να απαρτιωθεί μέσα στη Συστημική Προσέγγιση προκειμένου να μπορεί ο Θεραπευτής να έχει προσπέλαση και να δουλέψει με βαθιές συγκινήσεις οι οποίες επηρεάζουν το μοτίβο αλληλεπίδρασης ζευγαριών και μελών οικογενειών.

Στη συνάντηση συμμετείχαν Θεραπευτές από όλη την Ευρώπη, οι οποίοι μοιράστηκαν πως ένιωσαν ωφελημένοι και συνδεδεμένοι ανάμεσα σε συναδέλφους, ανταλλάσσοντας διαφορετικές οπτικές και εμπειρίες.

"Emotion is not a noun, but rather a **verb**... Emotion-related words and concepts are **active processes**, not fixed entities. Seeing emotion as a verb opens our mind **to a fluid, moving mechanism**, that acts, changes, and transforms."
(D. Siegel, 2009)



EFT Trainers' Retreat 2025 στον Καναδά



Τον Οκτώβριο του 2025 διοργανώνεται η Παγκόσμια Συνάντηση EFT Εκπαιδευτών στη Victoria BC του Καναδά, όπου θα παραστεί η Κυριακή Πολυχρόνη, εκπροσωπώντας την Ελλάδα και το Ελληνικό Δίκτυο EFT, και επιπλέον ως μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του ICEEFT.

Δίκτυο EFT Θεραπευτών

Ολοκληρώνονται οι **εγγραφές των μελών του Ελληνικού Δικτύου EFT** για το έτος **2025** για θεραπευτές με εκπαίδευση στην EFT Θεραπεία Ζευγαριών (EFCT), αλλά και στην **Ατομική Θεραπεία (EFIT)** και στη **Θεραπεία Οικογένειας (EFFT)**!

Αναλυτικές πληροφορίες θα βρείτε στο τέλος του Newsletter.



Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα

ΠΡΟΣΕΧΕΙΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

EFT Webinars

Ένας νέος κύκλος εξειδικευμένων σεμιναρίων EFT σε όλους τους τομείς εφαρμογής της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας - Ζευγάρι (EFCT), Άτομο (EFIT) και Οικογένεια (EFFT) ξεκίνησε τον Απρίλιο.

Μια ευκαιρία να μάθουμε, να εμπνευστούμε και να συνδεθούμε με τη διεθνή κοινότητα EFT μέσα από webinars με κορυφαίους Εκπαιδευτές, που διοργανώνει το **EFT Greek Network** σε συνεργασία με τα Δίκτυα EFT Σερβίας, Βουλγαρίας, Πορτογαλίας, Κροατίας και Σλοβενίας.

3 νέα εκπαιδευτικά προγράμματα θα ακολουθήσουν το ερχόμενο εκπαιδευτικό έτος.

Δηλώστε ενδιαφέρον συμμετοχής και μείνετε συντονισμένοι!

EFT Webinars 2025

Organized by the Collaboration of EFT Greek Network, EFT Serbia, Portuguese Assoc. EFT, EFT Bulgaria, EFT Croatia & EFT Slovenia

With Certified EFT Trainers

- * April 23rd – Bojan Vukovic**
The Importance of Stage 1 in EFT: De-escalation as a safe haven

- * May 17th-18th – Marlene Best & Kyriaki Polychroni**
Holding tender hearts: Deepening Emotion in EFCT Stage 2

- * Lisa Palmer Olsen - Date TBA**
Broken Bonds - Repairing Attachment Injuries

- * Jim Furrow – Date TBA**
EFFT Essentials

- * Nov. 22-23 & Dec. 6-7 Lorrie Brubacher**
EFIT Essentials


Information - Registration: "EFT Community Collaboration" E: info@eft-net.gr / ceftsrblja@gmail.com / comunidade.eft.portugal@gmail.com / info@eftherapy.bg / info@eft.hr / seme.primoz@gmail.com

Σεμινάριο 2ου Σταδίου EFCT με τις Marlene Best & Κυριακή Πολυχρόνη

2-Ημέρο Εκπαιδευτικό Webinar στη Θεραπεία Ζεύγους

Κρατώντας Εύθραυστες Καρδιές: Εμβαθύνοντας τις Συγκινήσεις στο 2ο Στάδιο του EFCT

EFT Εκπαιδευτήριες :

Οι Εγγραφές Άνοιξαν!
17-18 Μαΐου 2025
12:00 μ.μ. - 7:00 μ.μ.

Το EFT Greek Network θα προσφέρει διήμερη διαδικτυακή εκπαίδευση με τις Marlene Best και Κυριακή Πολυχρόνη, Ψυχολόγους, Θεραπευτές Ζεύγους και EFT Εκπαιδευτήριες που θα εκπαιδεύουν από τα Ίδρυμα Θεραπείας Ζεύγους EFT, μέσα από βιωματικές ασκήσεις και ποικιλία βίντεο.

Η εκπαίδευση απευθύνεται σε θεραπευτές που έχουν ολοκληρώσει τουλάχιστον τα EFT Extended.

Προσκαλούμε όλους συμμετέχοντες!

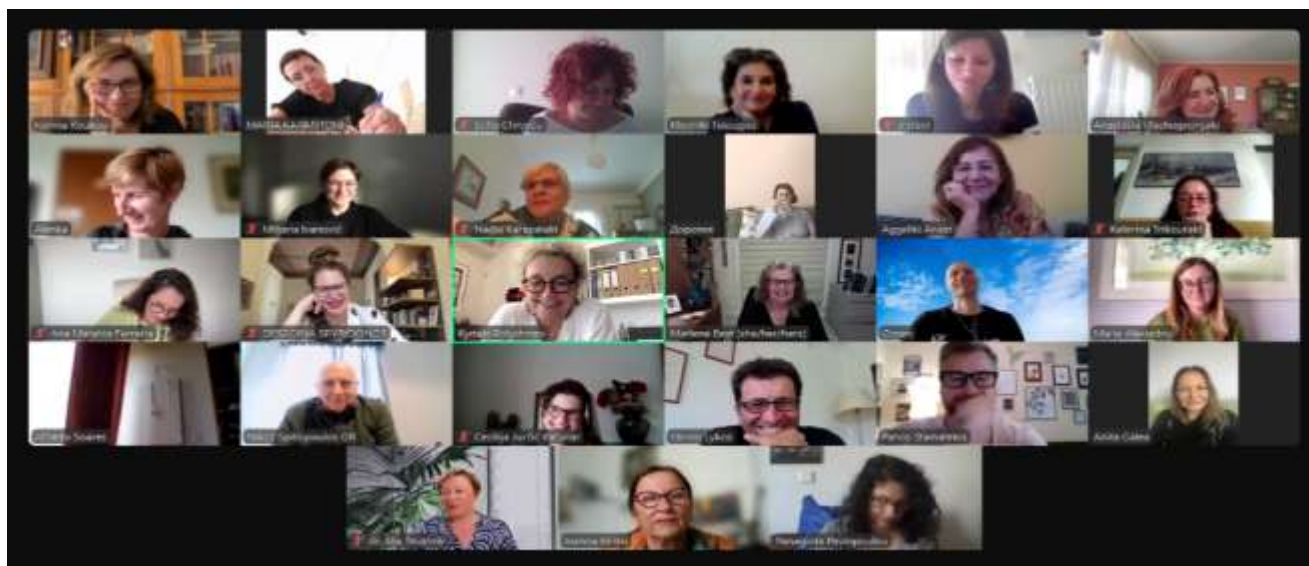
ΕFT

Μια συνεργασία των EFT Greek Network, CEFTS, APEFT, EFT Ευρώπη, EFT Ομάδα, EFT EFT Σύνοδος

Πληροφορίες-Εγγραφές:
«δημιουργώντας Συνέχεια - EFT»
Εθνικό Δίκτυο για τη Συνοικιστική Επαγγελματική Θεραπεία
Υποβόρου 1, Χαλάνδρι
Τηλ: 210-6886001 Email: info@eft.net.gr

Φέτος είχαμε την χαρά να φιλοξενήσουμε ξανά τη **Marlene Best**, Εκπαιδευτρια EFT από τον Καναδά, που με τη δική μας **Κυριακή Πολυχρόνη** προσέφεραν μια διήμερη διαδικτυακή εκπαίδευση για πιο έμπειρους Θεραπευτές Ζευγαριών, εστιάζοντας στο 2ο Στάδιο EFT Θεραπείας Ζεύγους, εμβαθύνοντας στα συναισθήματα των διαφορετικών θέσεων των συντρόφων και αλλάζοντας το μοτίβο αλληλεπίδρασης.

34 θεραπευτές από την Ελλάδα και άλλες χώρες συνδέθηκαν στο 2ο και τελευταίο θεματικό σεμινάριο του εκπαιδευτικού έτους, δημιουργώντας ένα δίκτυο ανταλλαγής και αλληλο-υποστήριξης, στο συχνά απαιτητικό και δύσκολο ρόλο του Θεραπευτή Ζεύγους.





Core Skills

- ΚΥΚΛΟΣ 2025

Με δύο Ομάδες Εκπαιδευομένων ξεκίνησε το 2ο επίπεδο εκπαίδευσης στη Θεραπεία Ζεύγους με το EFT - Core Skills για το 2025, με Εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και Επόπτριες τις **Αλεξάνδρα Δημητριάδου & Αναστασία Βλαχογεωργάκη**, μαζί με τους Βοηθούς Εκπαίδευσης **Πάνο Σταματέλο, Σαλώμη Καφούρη, Παναγιώτη Σκαφιδά, Αφροδίτη Ραλλάτου και Χρύσα Φερίδου**.

- ΚΥΚΛΟΣ 2024

Το τελευταίο διήμερο του κύκλου Core Skills 2024-2025 πραγματοποιήθηκε στις 5-6 Απριλίου, με εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη**, Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού** και Βοηθούς τους **Άννα Κυριαζή, Πάνο Σταματέλο, Σαλώμη Καφούρη και Μαρία Χατζηαναστασίου**, όπου 10 θεραπευτές ολοκλήρωσαν την εκπαίδευσή τους στο EFCT και ετοιμάζονται να εξελίσσουν τη δουλειά τους στη Θεραπεία Ζεύγους.



Ομάδες Εποπτείας και Ομάδες Ενδυνάμωσης

Συνεχίζονται σε μηνιαία βάση και για αυτό το χρόνο, οι ομάδες εποπτείας και ενδυνάμωσης EFCT και EFIT.

Πραγματοποιούνται δύο ομάδες εποπτείας EFCT με Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού**, και βοηθούς την Εκπαιδευόμενη Επόπτρια **Ιωάννα Κυρίτση** και την Ψυχολόγο-Ψυχοθεραπεύτρια **Αφροδίτη Ραλλάτου**. Επιπλέον λειτουργεί και μια ομάδα εποπτείας, μέσω Zoom, σε μηνιαία βάση με επόπτρια την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**.

Σε συνέχεια της ολοκλήρωσης της βασικής εκπαίδευσης στο EFIT, λειτουργεί μέσω Zoom μια Ομάδα Εποπτείας με Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού** και βοηθό την εκπαιδευόμενη Επόπτρια **Ιωάννα Κυρίτση**.

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες στο Εξωτερικό

ΠΡΟΣΕΧΕΙΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Βουλγαρία

EXTERNSHIP

Τον ερχόμενο Νοέμβριο η **Κυριακή Πολυχρόνη**, θα επισκεφθεί ξανά τη Σόφια της Βουλγαρίας όπου με Συνεκπαιδευτρια την **Elena Krasteva**, θα πραγματοποιηθεί Externship στη Θεραπεία Ζεύγους για Ειδικούς Ψυχικής Υγείας.



Πορτογαλία

EXTERNSHIP

Ο επόμενος κύκλος Externship της Πορτογαλίας, διοργανώνεται φέτος από τη νεοϊδρυθείσα Κοινότητα EFT Πορτογαλίας- APEFT- και θα λάβει χώρα τον Νοέμβριο 2025.

Ευχόμαστε καλή αρχή στους συνεργάτες Mariana Simoes, Fabio Medina, και Alfredo Manuel Soares από το APEFT που προωθούν την ανάπτυξη του EFT στη χώρα τους.



Σερβία

EXTERNSHIP

Στις 10-13 Απριλίου πραγματοποιήθηκε νέος κύκλος εκπαίδευσης ειδικών Externship στο Βελιγράδι από την EFT Εκπαιδεύτρια **Κυριακή Πολυχρόνη** και Συνεκπαιδευτή τον **Bojan Vukovic**, EFT Trainer της Σερβίας, με εκπαιδευόμενους 70 Ειδικούς από τη Σερβία και τις γύρω χώρες.



Η Εργαλειοθήκη του Θεραπευτή

Τέσσερις Πόρτες για τον Δεσμό και την Ντροπή

*Jef Slootmaeckers, LMFT
EFT Therapist, Supervisor & Trainer*

Μετάφραση: Αναστασία Βλαχογεωργάκη

Αυτό το άρθρο διερευνά το πώς, η απουσία αίσθησης του «ανήκειν» μπορεί να ενεργοποιήσει την πυρηνική ντροπή. Πολλοί θεραπευτές EFT θα αναγνωρίσουν τη δυναμική της ντροπής στη δουλειά τους με πελάτες σε δυσφορία και θα δουν πώς η θεωρία του δεσμού φωτίζει τον τρόπο που κατανοούμε τη ντροπή μέσα από την οπτική του EFT. Εμβαθύνοντας στην κατανόησή μας για τη ντροπή, το άρθρο εξετάζει έναν συγκεκριμένο τύπο ντροπής, την «πυρηνική ντροπή», η οποία έχει τις ρίζες της σε μια συνολική αίσθηση ότι «δεν ανήκω». Το άρθρο συνοψίζει τη γνώση για τον δεσμό που στηρίζει το EFT σε τέσσερις απλές ερωτήσεις–πόρτες, προσθέτοντας τη φράση «Ανήκω;» ως επιπλέον «κατώφλι» για να αξιολογηθεί ο ρόλος της πυρηνικής ντροπής και οι συνέπειές της στις σχέσεις.

Τέσσερις Πόρτες του Δεσμού

Στην ανάπτυξη του EFT, η Sue Johnson μετέτρεψε την πολυπλοκότητα του δεσμού και των εσωτερικών «μοντέλων εργασίας» σε απλή, καθημερινή γλώσσα, εφαρμόζοντάς τα αρχικά στις ερωτικές σχέσεις ενηλίκων. Περιγράφει πως αυτά τα εσωτερικά μοντέλα μπορούν να αποδοθούν σε βασικές φράσεις που κουβαλούν τα άτομα σε ανασφαλείς σχέσεις. Εισάγει δύο απλές φράσεις που εκπροσωπούν τους βασικούς, καθολικούς φόβους δεσμού:

- «Είσαι εδώ για μένα;»
- «Είμαι αρκετά καλός/ή για σένα;»

Αυτές οι φράσεις αιχμαλωτίζουν τον πυρήνα των διεργασιών Δεσμού και βοηθούν τους θεραπευτές EFT να τις προσεγγίσουν, να τις αναδείξουν, να τις αναλύσουν και να τις διερευνήσουν, καθώς παίζουν καθοριστικό ρόλο στην προβλεπόμενη αγωνία αποχωρισμού που εκδηλώνεται στις ανασφαλείς σχέσεις.

Απλοποίηση του Δεσμού/Σύνδεσης

- Όσοι δυσκολεύονται με το «Είσαι εδώ για μένα;» ανησυχούν κυρίως για την απώλεια της σύνδεσης, κάτι που τους οδηγεί σε υπερενεργοποίηση και επιδίωξη επαφής (Johnson, 2020).
- Όσοι δυσκολεύονται με το «Είμαι αρκετά καλός/ή για σένα;» τείνουν προς αποφυγή ή απόσυρση.

Σύμφωνα με τον Mikulincer, αυτή η απόσυρση βασίζεται σε μια ψευδο-θετική εικόνα του εαυτού («Δεν χρειάζομαι κανέναν· είμαι πιο ασφαλής μόνος/η μου») συνδυασμένη με μια αρνητική εικόνα των άλλων («Πιθανόν να με πληγώσουν»).

Αυτές οι τάσεις αναδεικνύουν διακριτά μοτίβα συμπεριφοράς, όπου η επιδίωξη σύνδεσης και οι στρατηγικές αυτοπροστασίας αντανακλούν βαθύτερους φόβους και ανάγκες. Οι δύο αυτές ερωτήσεις έγιναν ισχυρές «ενσυναίσθητες εικασίες» (empathic conjectures) που χρησιμοποιούμε στην EFCT, EFFT και EFIT για να προσεγγίσουμε αυτούς τους φόβους και τις ανάγκες πίσω από τα συμπεριφορικά μοτίβα των πελατών.

Για παράδειγμα, στη βιβλιογραφία της EFFT βλέπουμε ότι αυτές οι δύο φράσεις εφαρμόζονται και στην εμπειρία του παιδιού, ανταποκρινόμενες στο σύστημα αναζήτησης φροντίδας. Συμπληρωματικά, ο Bowlby περιέγραψε ένα γονεϊκό σύστημα φροντίδας, που μπορούμε να συνοψίσουμε με το ερώτημα:

«Μπορώ να σε φροντίσω καλά;»

Διατυπώνοντας αυτό ως ερώτηση και χρησιμοποιώντας το ως εικασία, έχουμε πρόσβαση στους υποκείμενους φόβους και τα μπλοκαρίσματα που μπορεί να εμποδίζουν τον γονέα από το φυσικό του μοτίβο φροντίδας. Αυτό βοηθά στην οργάνωση της πιθανής υπερ- ή υπο-ενεργοποίησης των συναισθημάτων στον γονέα, που μπορεί να οδηγήσει σε πιο άκαμπτη ή μη εναρμονισμένη φροντίδα. Με το να διεγείρουμε αυτόν τον φόβο, «Μπορώ να φροντίσω καλά το παιδί μου;», βοηθάμε τους γονείς να επανασυνδεθούν με το έμφυτο, γνήσιο σύστημά τους φροντίδας, που ο Bowlby θεωρεί θεμέλιο της καλά εναρμονισμένης γονεϊκής φροντίδας.

Με αυτόν τον τρόπο, οι τρεις βασικές ερωτήσεις-πόρτες του δεσμού γίνονται εργαλεία για να ανοίξουμε τον δρόμο προς τους βαθύτερους φόβους των πελατών μας – και η τέταρτη ερώτηση «Ανήκω;» μας επιτρέπει να εξερευνήσουμε τον πυρήνα της ντροπής που πηγάζει από την απουσία του αισθήματος του «ανήκειν».

Μέχρι στιγμής, έχουμε τρεις απλές ερωτήσεις-πόρτες για τον δεσμό. Όταν χρησιμοποιούνται ως εμπειρικές εικασίες για τους βαθύτερους φόβους των πελατών στο EFT, λειτουργούν ως είσοδοι για την πρόσβαση στις διεργασίες της σύνδεσης που εφαρμόζονται στις τρεις μορφές του EFT. Για παράδειγμα, ένας θεραπευτής EFIT μπορεί να πει σε έναν πελάτη:

«Λοιπόν, όταν νιώθεις ότι ξεχειλίζεις από οργή και έχεις αυτές τις εκρήξεις, φαίνεται ότι βαθιά μέσα σου φοβάσαι πως κανένας δεν είναι πραγματικά εδώ για σένα. Είναι έτσι;»

Ή σε μια συνεδρία EFCT, ένας θεραπευτής μπορεί να πει:

«Όταν σε βλέπω να κλείνεσαι κατά τη διάρκεια αυτής της συζήτησης με τον/τη σύντροφό σου, μοιάζει σαν η μόνη επιλογή σου να είναι να αποσυρθείς, σαν να φοβάσαι βαθιά πως δεν είσαι αρκετά

καλός/ή για τον/τη σύντροφό σου. Σου ταιριάζει αυτό που νιώθεις;»

Σε μια διαδικασία EFFT, ένας θεραπευτής μπορεί να πει σε έναν γονέα: «Νιώθω πόσο

ενεργοποιημένος/η είσαι όταν το παιδί σου αντιμετωπίζει αυτές τις δυσκολίες. Θέλεις να το βοηθήσεις και να το φροντίσεις, αλλά φαίνεται ότι τίποτε δε δουλεύει. Είναι σαν η ένταση και η απογοήτευσή σου να σου λένε ότι πλέον δεν μπορείς να φροντίσεις καλά το παιδί σου. Αυτός είναι ο τρόπος που νιώθεις;»

Ο κύριος στόχος αυτών των εμπειρικών εικασιών είναι να ενισχύσουν τη συναισθηματική εμπειρία του πελάτη. Ιδανικά, διατυπώνονται με λόγια πολύ κοντά σε αυτά που βιώνει ο πελάτης, αλλά ένα βήμα πιο μπροστά από ό,τι ο ίδιος έχει καταφέρει να εκφράσει. Φυσικά, δίνονται με τρόπο υποθετικό και πάντα ανοιχτό σε διορθώσεις ή απόρριψη από τον πελάτη. Ως επέκταση σε αυτό, θα ήθελα να εισάγω τη τέταρτη βασική φράση ή «πόρτα»:

«Ανήκω;»

Αυτή η απλή ερώτηση σύνδεσης χρησιμεύει για να προσεγγίσουμε, να διερευνήσουμε και να συναρμολογήσουμε την εμπειρία της πυρηνικής ντροπής, που μπορεί να βρίσκεται ριζωμένη πίσω από όλους αυτούς τους φόβους. Ανήκω;

Πώς ορίζουμε τη ντροπή;

Η ψυχολογική βιβλιογραφία θεωρεί τη ντροπή ένα σύνθετο και πολυδιάστατο φαινόμενο. Διάφοροι μελετητές έχουν εστιάσει σε διαφορετικές πλευρές της ντροπής, γεγονός που δυσκολεύει έναν απλό ορισμό. Εδώ περιοριζόμαστε σε αυτό που κάποιοι αποκαλούν «πυρηνική ντροπή» ή «shame states». Η πυρηνική ντροπή είναι ριζωμένη σε βαθιά αμετάβλητες πεποιθήσεις πως ο εαυτός είναι θεμελιωδώς ελαττωματικός ή ανάξιος. Από την οπτική του EFT, αυτές οι πεποιθήσεις συνδέονται στενά με τον φόβο και δεν μπορούν να διαχωριστούν από τη συμπεριφορά. Παρά το ότι η πυρηνική ντροπή εστιάζει στον ίδιο τον εαυτό περισσότερο παρά σε συγκεκριμένες πράξεις, η συμπεριφορά παίζει ρόλο-κλειδί στην ενίσχυση ή στην αντανάκλαση αυτών των ριζωμένων πεποιθήσεων, δείχνοντας την αμφίδρομη σχέση ανάμεσα στις σημασίες και στις ενστικτώδεις αντιδράσεις της ντροπής.

Έχουμε ήδη τρεις ισχυρές «εισόδους» (empathic conjectures) για την κατανόηση της ντροπής. Με την εισαγωγή μιας τέταρτης ερώτησης—πόρτας, «Ανήκω;», μπορούμε να εμβαθύνουμε την κατανόηση και την θεραπευτική μας προσέγγιση στη ντροπή.

Οι φράσεις που αναφέρθηκαν νωρίτερα, οι οποίες εντοπίζουν τους βασικούς φόβους δεσμού σε ανασφαλείς ερωτικές σχέσεις — «Είσαι εδώ για μένα;» και «Είμαι αρκετά καλός/ή για σένα;» — καθώς και η γονεϊκή φράση «Μπορώ να σε φροντίσω καλά;», ενδεχομένως να μην καλύπτουν πλήρως αυτό που ονομάζουμε πυρηνική ντροπή. Δεν αποτυπώνουν την ανάγκη να «ανήκουμε» κάπου ούτε τη ντροπή που πηγάζει από την ανασφάλεια ότι δεν ανήκουμε σε κανέναν. Η πυρηνική ντροπή ενδέχεται να αφορά κάτι πέρα από την απώλεια οικειότητας ή την αίσθηση «μη-επάρκειας».

Τόσο η θεωρία της ντροπής όσο και η θεωρία του δεσμού μιλούν για την εξελικτική ανάγκη του ανθρώπου να «ανήκει» σε μια ομάδα ή φυλή. Στο πλαίσιο της δουλειάς μας με ζευγάρια και

οικογένειες, αυτή η εξελικτική ανάγκη μπορεί να έχει ικανοποιηθεί στο επίπεδο της σχέσης, αλλά ο πυρήνας της ντροπής ενδεχομένως να βρίσκεται πιο βαθιά: στην ανάγκη «να ανήκω για να επιβιώσω».

Με αυτόν τον τρόπο, η πυρηνική ντροπή μπορεί να ερμηνευθεί ως αρνητική απάντηση στο ερώτημα «Ανήκω;». Όταν ένα άτομο αισθάνεται αποκλεισμένο ή λαμβάνει μηνύματα ότι δεν ανήκει σε μια ομάδα ή στους σημαντικούς άλλους του, πλήττεται η αίσθηση του εαυτού του, προκαλώντας πυρηνική ντροπή. Αυτή η ντροπή οδηγεί σε «εξαφάνιση» του εαυτού — η ατομική εμπειρία αποκόπτεται από κάθε πιθανότητα διορθωτικής, συναισθηματικής επαφής. Με άλλα λόγια, τα «shame states» προκύπτουν όταν λείπει η αληθινή αναγνώριση, η αίσθηση αξίας και το «ανήκειν» στις σχέσεις.

Φυσικά, ένας θεραπευτής EFT θα διερευνούσε πώς αυτή η κατάσταση πυρηνικής ντροπής, οργανώνει τη συμπεριφορά του πελάτη όταν ενεργοποιείται από εξωτερικούς παράγοντες.

Οργάνωση της Ντροπής

Στη βιβλιογραφία του EFT, η ντροπή συνήθως αναγνωρίζεται κυρίως μέσω της τάσης εξαφάνισης ή «κρυψίματος». Η έρευνα για τη ντροπή επισημαίνει διάφορες συμπεριφορές που επιτρέπουν στο άτομο να κρύβεται από τους άλλους. Αυτές οι μικτές τάσεις δράσης οδηγούν συχνά σε ασταθή ή αποδιοργανωμένα μοτίβα συμπεριφοράς, τα οποία μπορούν να είναι δύσκολα στην ερμηνεία και στη διαχείριση από τον EFT θεραπευτή.

Ο Nathanson (1992), στο βιβλίο *Shame and Pride*, ανέπτυξε την «Πυξίδα της Ντροπής» για να οπτικοποιήσει τις διάφορες εκδηλώσεις της ντροπής, περιγράφοντας τέσσερις στρατηγικές ρύθμισης /τάσεις δράσης(action tendencies):

1. Επίθεση στον εαυτό (self-attack): Οργή και καταστροφικότητα απευθυνόμενα στον ίδιο τον εαυτό.
 2. Επίθεση στους άλλους (attack-others): Εξωτερίκευση οργής, επίκριση και επιθετικότητα προς τους άλλους.
 3. Απόσυρση (withdrawal): Αποφυγή κοινωνικών επαφών και απομόνωση.
 4. Αποφυγή (avoidance): Κάθε ενέργεια που στοχεύει στην αποφυγή της εμπειρίας της ντροπής.
- Έτσι, η ντροπή «δείχνει» στις τέσσερις κατευθύνσεις της πυξίδας, με όψεις που κυμαίνονται ανάμεσα στα άκρα της.

Ο εσωτερικός μηχανισμός της ντροπής δημιουργεί άκαμπτα, απρόβλεπτα μοτίβα αλληλεπίδρασης, τα οποία τροφοδοτούν περαιτέρω τη ντροπή. Αυτά τα μοτίβα επιβεβαιώνουν τους βασικούς φόβους δεσμού, δηλαδή ότι:

- Δεν είμαι αρκετά καλός/ή,
- Δεν αισθάνομαι στενή σύνδεση με τον άλλον,
- Δεν ανήκω πουθενά.

Παρότι οι δύο πρώτες ερωτήσεις-πόρτες (Are you there for me? και Am I good enough for you?) οδηγούν συχνά σε προβλέψιμες συμπεριφορικές ακολουθίες (απόσυρση vs. επιδίωξη σύνδεσης), η πυρηνική ντροπή δεν περιορίζεται στην απλή εξαφάνιση. Οι τέσσερις τάσεις δράσης που αναφέρθηκαν παρέχουν επιπλέον εργαλεία στους θεραπευτές για να ακολουθήσουν τη συναισθηματική διαδικασία της ντροπής και να χτίσουν συνοχή στην «οργάνωση» της.

Παράδειγμα στο τέλος του Tango Move 1:

«Όταν κάτι συμβαίνει (trigger) που σε κάνει να νιώθεις πως δεν ανήκεις πια (εικασία), διαπιστώσαμε ότι υιοθετείς διάφορες στρατηγικές για να κρύψεις πόσο πολύ υποφέρεις εσωτερικά και πόσο αγχωμένος/η είσαι για το ότι δεν ανήκεις. Είπες πως συχνά ξεκινάς καυγάδες ή απομακρύνεσαι, λέγοντας στον εαυτό σου ότι δεν αξίζεις και ότι η εξαφάνιση είναι η καλύτερη λύση. Και καθώς το συζητάμε εδώ, παρατήρησες πως ένας άλλος τρόπος προστασίας είναι να μουδιάζεις τα συναισθήματά σου και να «κλείνεις» το σώμα σου. Έχει νόημα να χρησιμοποιείς όλες αυτές τις στρατηγικές για να απομακρυνθείς από τους άλλους και να προστατευτείς.»

Ως αποτέλεσμα αυτής της διεργασίας, η ντροπή μετατοπίζεται στον σχεσιακό χώρο και τα συναισθήματα «μη-ανήκουν» ενδέχεται να μειωθούν. Με τον εντοπισμό και την παρακολούθηση της σχεσιακής διεργασίας, συμπεριλαμβανομένων των τάσεων δράσης της ντροπής, μπορούμε να εξωτερικεύσουμε αυτό το άκαμπτο μοτίβο και να το επικυρώσουμε ως φυσιολογική ανθρώπινη διεργασία. Έτσι, το άτομο που παλεύει με τη ντροπή δεν θα νιώθει ότι «δεν ανήκει», αλλά ότι είναι φυσιολογικό να βιώνει τέτοιες αντιδράσεις στις προκλήσεις της ζωής. Με αυτόν τον τρόπο, προκύπτει η Σταθεροποίηση Στάδιο 1 στην εργασία μας με τη ντροπή στο EFT. Άτομα που κυριεύονται από τον φόβο ότι πλέον δεν ανήκουν στο ανθρώπινο είδος αντιδρούν σαν βελόνα σε πυξίδα που περιστρέφεται συνεχώς. Έχουν χάσει τον πυρήνα της ανθρωπιάς τους, που πάνω απ' όλα είναι το ανήκουν. Οργανώνοντας αυτή τη διεργασία σε ένα συνεκτικό και λογικό σύνολο, βοηθάμε τα άτομα να ριζώσουν ξανά στο παρόν. Αν γνωρίζουμε ότι ο πυρήνας της ντροπής είναι η απώλεια της αίσθησης του ανήκουν, τότε καταλαβαίνουμε τι είδους διορθωτικές, συναισθηματικά φορτισμένες εμπειρίες πρέπει να δημιουργήσουμε για όσους έχουν εγκλωβιστεί σε καταστάσεις ντροπής. Πάνω απ' όλα, χρειάζεται να νιώσουν και να λάβουν, ξανά και ξανά, συναισθηματικά φορτισμένα μηνύματα ότι «ανήκουν» — από τον θεραπευτή, από τον ίδιο τους τον εαυτό και από σημαντικούς άλλους στη ζωή τους. Η συνεχής επανάληψη αυτού του μηνύματος θα αναδομήσει την πυρηνική ντροπή, επαναφέροντας μια υγιή, βιωμένη αίσθηση του εαυτού.

Jef Slootmaeckers, LMFT

EFT Therapist, Supervisor & Trainer

Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT

Ανανεώστε την εγγραφή σας για το 2025!

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 το EFT Externship ή Essentials, είτε στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό.

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

Η εγγραφή σας στο Ελληνικό Δίκτυο EFT σας προσφέρει:

- Αποκλειστική διαδικτυακή σύνδεση με τους άλλους ειδικούς που έχουν εκπαιδευτεί στο θεραπευτικό μοντέλο EFT και ενδιαφέρονται για τις εφαρμογές του – EFCT, EFIT & EFFT .
- Καταχώρηση στον ειδικό κατάλογο στην ιστοσελίδα του EFT Greek Network ως Θεραπευτής με εκπαίδευση στο EFT.
- Αυτόματη εγγραφή ως μέλους στο «ICEEFT» – το Διεθνές Κέντρο 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 διεθνώς 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 παγκοσμίως.
- iv. Έκπτωση από 15% και άνω στην αγορά όλων των εκπαιδευτικών DVD, βιβλίων, κλπ. της ICEEFT και στην εγγραφή συνεδρίων, εκπαιδεύσεων, κ.λπ. στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.
- v. Συμμετοχή στην αποκλειστική σελίδα μελών του ICEEFT με υλικό και forums, και πρόσβαση στα “Trainer Talk– Answering Your Questions About EFT”, δωρεάν webinar που διοργανώνει η Δρ. Rebecca Jorgensen.

Εάν έχετε ολοκληρώσει το Externship /Essentials 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, EFT Θεραπεύτρια & Εκπαιδευόμενη Επόπτρια
Υπεύθυνη Newsletter EFT Greek Network

EFT Greek Network

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

Website: www.eft.net.gr

