



Βασιλείου Σπύρος - Marine celebration, 1958

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:**
"Πλοήγηση στα Μυστικά: Απρόσμενες Στιγμές στις Ατομικές Συνεδρίες στη Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους" — EFCT Barbara Sławik
- **Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT**

Χαιρετισμός της Συντονιστικής Ομάδας του Ελληνικού Δικτύου EFT

Αγαπητά μέλη και φίλοι της κοινότητας EFT,

Με χαρά σας καλωσορίζουμε στο νέο τεύχος του Newsletter του Ελληνικού Δικτύου EFT.

Το διάστημα που προηγήθηκε ήταν πλούσιο σε εκπαιδευτικές δράσεις, Ομάδες Εποπτείας και ενδυνάμωσης, συναντήσεις, συνεργασίες και σημαντικές στιγμές σύνδεσης, τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό. Μέσα από αυτές τις δράσεις, η κοινότητά μας συνεχίζει να μεγαλώνει, να εμβαθύνει και να ενισχύει τους δεσμούς της.

Στο παρόν τεύχος θα διαβάσετε νέα από την ελληνική και ευρωπαϊκή EFT κοινότητα, πρόσφατες και επερχόμενες εκπαιδεύσεις, δράσεις για ζευγάρια, καθώς και ένα σημαντικό άρθρο για την κλινική πράξη στην EFCT.

Ευχόμαστε το τεύχος αυτό να αποτελέσει μια αφορμή ενημέρωσης, έμπνευσης και σύνδεσης.

Καλό καλοκαίρι!

Με εκτίμηση,
Εκ μέρους της Συντονιστικής Ομάδας του Ελληνικού Δικτύου EFT
Ιωάννα Κυρίτση
EFT Θεραπεύτρια & Εκπαιδευόμενη Επόπτρια

Τα Νέα του Ελληνικού Δικτύου EFT

ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΝΕΑ

Πιστοποίηση του Νίκου Σπηλιόπουλου ως EFCT Θεραπευτή από το ICEEFT

Με ιδιαίτερη χαρά ανακοινώνουμε την πιστοποίηση του **Νίκου Σπηλιόπουλου**, ιδρυτικού και ενεργού μέλους του EFT Greek Network, ως **Πιστοποιημένου Θεραπευτή Ζεύγους στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία – Certified Emotionally Focused Couple Therapist**.



Οι επόπτριές του, **Αλεξάνδρα Δημητριάδου** και **Ιωάννα Κυρίτση** είπαν: «Ήταν πραγματικά ένα δώρο για εμάς να συνοδεύσουμε τον Νίκο σε όλη τη διάρκεια αυτής της μαθησιακής διαδρομής. Από την αρχή, ως ιδρυτικό μέλος του EFT Greek Network, έδειξε ισχυρή αφοσίωση στο μοντέλο της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας.

Στην εποπτική μας σχέση συμμετείχε με μεγάλη συναισθηματική δέσμευση παραμένοντας πάντα ανοιχτός στο να μαθαίνει μέσα από τις δυσκολίες του. Εργάστηκε με μεγάλη συνέπεια και αφοσίωση, ώστε να εμπλουτίσει την προηγούμενη θεραπευτική του εμπειρία ως συστημικός θεραπευτής με το πλαίσιο της Θεωρίας του Δεσμού και τις προσωποκεντρικές παρεμβάσεις του Rogers, τις οποίες προσφέρει η οπτική του EFT. Είχαμε την ευκαιρία να δούμε ότι ο τρόπος που προσεγγίζει τα ζευγάρια έχει πραγματικό νοιάξιμο, σεβασμό και ευαισθησία.»

Στην αξιολόγηση της θεραπευτικής δουλειάς του Νίκου, η εκπαιδεύτρια **Κυριακή Πολυχρόνη** αναφέρει:

«Εργάστηκες με εξαιρετική επιμέλεια και αφοσίωση όλα αυτά τα χρόνια και έχεις πραγματικά κερδίσει αυτόν τον τίτλο.

Στο βίντεο σου με το ζευγάρι μπορώ να διακρίνω την πολύ ασφαλή σύνδεση που έχεις δημιουργήσει με τον καθένα τους. Φαίνεται ότι και οι δύο είναι ουσιαστικά συνδεδεμένοι μαζί σου, ενώ γίνεται αισθητή και η σημαντική δουλειά που έχει προηγηθεί μαζί τους κατά το πρώτο στάδιο της θεραπείας.

Μέσα από την ενσυναίσθητη παρουσία σου ενορχηστρώνεις μία όμορφη και συγκινησιακά ζωντανή αναπαράσταση ανάμεσα στους συντρόφους και στη συνέχεια την επεξεργάζεσαι και με τους δύο, αξιοποιώντας την τρίτη και την τέταρτη κίνηση του Tango.

Απόλαυσα επίσης την πέμπτη κίνηση του Tango, μέσα από την ενσυναίσθητη επικύρωση αυτού του νέου τρόπου σύνδεσης, μιας σύνδεσης που μοιάζει με ένα νέο “άνοιγμα και πλησίασμα μέσα από την καρδιά”.»

Νίκο, θερμά συγχαρητήρια για την πιστοποίηση σου και καλή συνέχεια στο ταξίδι του EFT!

EFT World Summit 2027

Οι εγγραφές ξεκίνησαν και υπάρχει δυνατότητα εγγραφής στο EFT World Summit 2027 με έκπτωση για ομάδες άνω των 5 ατόμων.

Η δυνατότητα αυτή προσφέρει στα μέλη της κοινότητάς μας την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε αυτή τη σημαντική διεθνή συνάντηση του EFT, αξιοποιώντας το προνόμιο της ομαδικής εγγραφής και ενισχύοντας παράλληλα την παρουσία της ελληνικής κοινότητας στο παγκόσμιο EFT πεδίο. Όσοι/όσες ενδιαφέρεστε να συμμετάσχετε, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας για περισσότερες πληροφορίες.

Μάθετε περισσότερα: <https://eftsummit2027.com/>

Κάνετε κλικ στην εικόνα για να δείτε το Oficial Trailer του EFT SUMMIT 2027



Συνάντηση Ευρωπαίων Εκπαιδευτών EFT στο Hornbæk της Δανίας

Η **Κυριακή Πολυχρόνη** συμμετείχε στη συνάντηση των Ευρωπαίων Εκπαιδευτών EFT, η οποία πραγματοποιήθηκε στο **Hornbæk της Δανίας**, σε ένα πλαίσιο βαθιάς σύνδεσης και ουσιαστικού μοιράσματος.

Η συνάντηση αποτέλεσε μια πολύτιμη ευκαιρία ανταλλαγής εμπειριών, σκέψεων και συναισθημάτων ανάμεσα στους συμμετέχοντες σε σχέση με την εκπαίδευση EFT. Οι ημέρες αυτές ήταν γεμάτες στιγμές χαράς, έμπνευσης, προβληματισμού και αμοιβαίας φροντίδας, αναδεικνύοντας για ακόμη μία φορά τη σημασία της κοινότητας μέσα στην EFT πορεία.

Η συνάντηση αυτή λειτούργησε και ως μια τρυφερή υπενθύμιση ότι δεν μπορούμε να πορευόμαστε μόνοι. Η σύνδεση, η συνύπαρξη και η αλληλοστήριξη αποτελούν βαθιά στοιχεία της ανθρώπινης φύσης μας και βρίσκονται στον πυρήνα της EFT κοινότητας.



Η Ελληνική Κοινότητα EFT μεγαλώνει και εξελίσσεται

Ομάδα Μελέτης

Η Ομάδα Μελέτης και Ανταλλαγής Εμπειριών συνεχίζει να αναπτύσσεται ως ένας ζωντανός χώρος σύνδεσης, μάθησης και δημιουργικής συνεργασίας για τους θεραπευτές EFT. Μέσα από την ενεργή συμμετοχή των μελών της, διαμορφώνονται ευκαιρίες για βαθύτερη επεξεργασία θεωρητικών και κλινικών θεμάτων, ανταλλαγή εμπειριών και αξιοποίηση της γνώσης και της διαφορετικής οπτικής που κάθε μέλος φέρνει στην ομάδα. Στο πλαίσιο αυτό έχουν δημιουργηθεί μικρότερες ομάδες ειδικών ενδιαφερόντων, οι οποίες εστιάζουν σε διαφορετικές πλευρές του μοντέλου και της διάδοσής του.



Η **Ομάδα Εμβάθυνσης** δημιουργήθηκε με στόχο να διατηρήσουμε ζωντανή τη σύνδεσή μας με το μοντέλο της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας και να εξελίσσουμε την πρακτική μας μέσα από μια κοινότητα μάθησης.

Σε ένα ασφαλές και συνεργατικό πλαίσιο, επιδιώκουμε να συνδέουμε διαρκώς τη θεωρία και τις λεπτές αποχρώσεις των παρεμβάσεων του EFT με τη βιωμένη εμπειρία της θεραπευτικής πράξης. Στην καρδιά της προσέγγισής μας βρίσκεται, παράλληλα, η εστίαση στον εαυτό του θεραπευτή: στον τρόπο με τον οποίο η προσωπική του εμπειρία, οι συναισθηματικές του αντιδράσεις και η θεραπευτική του παρουσία επηρεάζουν τη θεραπευτική διαδικασία και μπορούν να αποτελέσουν πολύτιμο εργαλείο αλλαγής.

Η ομάδα φιλοδοξεί να αποτελέσει έναν χώρο αναστοχασμού, έμπνευσης, ανταλλαγής εμπειριών και ουσιαστικής επαγγελματικής ανάπτυξης, όπου η μάθηση γεννιέται μέσα από τη σύνδεση και τον διάλογο.

Στο πλαίσιο των ομάδων ειδικών ενδιαφερόντων δημιουργήθηκε και η **Ομάδα Έρευνας**, η οποία έχει ήδη ξεκινήσει τη δραστηριότητά της.

Μέσα από τις συναντήσεις των μελών της αναδείχθηκε ιδιαίτερο ενδιαφέρον για το ιστορικό δεσμού και την αξιοποίησή του ως ουσιαστικού θεραπευτικού εργαλείου στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους. Η διερεύνησή του δεν αποτελεί απλώς συλλογή πληροφοριών, αλλά μια βιωματική διαδικασία που μπορεί να φωτίσει σημαντικές πλευρές της συναισθηματικής εμπειρίας και των τρόπων σύνδεσης του θεραπευόμενου.

Η ομάδα εργάζεται πάνω στον σχεδιασμό έρευνας σχετικά με την εμπειρία των θεραπειών κατά τη λήψη ιστορικού δεσμού, τις προκλήσεις που συναντούν και τις εκπαιδευτικές ανάγκες που αναδύονται μέσα από την κλινική πρακτική.

Η **Ομάδα Social Media** έχει αναλάβει την ενεργή παρουσία του Δικτύου και την προβολή των δράσεών του στο διαδίκτυο.

Τα μέλη της ομάδας συναντιούνται σε τακτά χρονικά διαστήματα, σχεδιάζοντας ενημερωτικές δημοσιεύσεις και ψηφιακό υλικό που αποσκοπούν στην ενημέρωση και την ενεργοποίηση των μελών της κοινότητάς μας, αλλά και στην προσέγγιση νέων ενδιαφερομένων.

Στόχος μας είναι να δημιουργήσουμε έναν ζωντανό διαδικτυακό κόμβο σύνδεσης, ενημέρωσης και επαφής με τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία και με τις δραστηριότητες του EFT Greek Network.

Σας προσκαλούμε να συνδεθείτε μαζί μας στο Facebook, στο Instagram και στο LinkedIn και να γίνετε μέρος της ευρύτερης κοινότητας του EFT Greek Network.

Κάνετε κλικ στους συνδέσμους για να συνδεθείτε



[Facebook](#)



[Instagram](#)



[LinkedIn](#)

Η Ομάδα Μελέτης παραμένει ανοιχτή σε νέες ιδέες, προτάσεις και συμμετοχές, με την επιθυμία να ενισχύεται διαρκώς η μεταξύ μας σύνδεση και η κοινή μας πορεία εξέλιξης μέσα στο μοντέλο του EFT.

Εκπαίδευση Θεραπευτών στην Ελλάδα

ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΝΕΑ

EFIT Consultation – Δεύτερο επίπεδο εκπαίδευσης στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία

Σε συνέχεια του νέου κύκλου εκπαίδευσης στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία (EFIT), που ξεκίνησε με το πρόγραμμα EFIT Essentials και ολοκληρώθηκε τον Δεκέμβριο του 2025 με τη συμμετοχή 35 επαγγελματιών ψυχικής υγείας από την Ελλάδα και την Ευρώπη, πραγματοποιήθηκε στις 28–29 Μαρτίου, διαδικτυακά μέσω Zoom, το EFIT Consultation με την αγαπημένη μας εκπαιδεύτρια από τον Καναδά, **Lorrie Brubacher**. Στην εκπαιδευτική ομάδα συμμετείχαν επίσης η Trainer-in-Training **Marrit Vanska** από τη Φινλανδία και η Trainer-in-Training **Ιωάννα Κουκού** συμβάλλοντας με την παρουσία και την κλινική τους εμπειρία στη δημιουργία ενός πλούσιου και υποστηρικτικού εκπαιδευτικού πλαισίου.

Το διήμερο αυτό αποτέλεσε μια πολύτιμη ευκαιρία για περαιτέρω εμβάθυνση στη μεθοδολογία και την κλινική εφαρμογή της EFIT. Έξι Έλληνες θεραπευτές είχαν τη δυνατότητα να παρουσιάσουν κλινικά περιστατικά και, μέσα από τον αναστοχασμό, τη συζήτηση και την εποπτική καθοδήγηση, να φωτίσουν πλευρές της θεραπευτικής διαδικασίας και να ενισχύσουν την κλινική τους ματιά.

Η εκπαίδευση δημιούργησε έναν ζωντανό και υποστηρικτικό χώρο μάθησης, ανταλλαγής και σύνδεσης, όπου οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να εμβαθύνουν στην κατανόηση του μοντέλου EFIT και να εμπλουτίσουν την πρακτική τους.

Ήταν ένα ουσιαστικό βήμα στη συνέχιση της εκπαίδευσης και της ανάπτυξης της κοινότητας EFIT στην Ελλάδα, με την πολύτιμη συμβολή της **Lorrie Brubacher** και τη θερμή συμμετοχή όλων.



Core Skills

Κύκλος 2025 – 2026

Ολοκληρώθηκε ο κύκλος Core Skills 2025 - 2026 και για την ομάδα Β' στις 23-24 Μαΐου. Την εκπαιδευτική ομάδα αποτελούσαν η Εκπαιδεύτρια **Κυριακή Πολυχρόνη**, η Επόπτρια **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**, η Εκπαιδευόμενη Επόπτρια **Ιωάννα Κυρίτση**, με βοηθούς τις **Αφροδίτη Ραλλάτου**, **Χρύσα Φερρίδου** και **Σοφία Χρυσού**.



Κύκλος 2026 - 2027

Το πρώτο διήμερο του νέου κύκλου Core Skills πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα στις 20-21 Ιουνίου. Αυτός ο κύκλος αποτελεί την συνέχεια του Externship 2026. Την εκπαιδευτική ομάδα αποτελούσαν η Εκπαιδύτρια **Κυριακή Πολυχρόνη**, η Trainer-in-Training **Ιωάννα Κουκού** και οι βοηθοί Εκπαίδευσης **Παναγιώτης Σκαφιδάς**, **Πάνος Σταματέλλος** και **Σαλώμη Καφούρη**.



Ομάδες Εποπτείας και Ομάδες Ενδυνάμωσης EFCT ΚΑΙ EFIT

Συνεχίστηκαν και κατά το διάστημα αυτό, σε μηνιαία βάση, οι Ομάδες Εποπτείας και Ενδυνάμωσης EFCT και EFIT, προσφέροντας έναν σταθερό χώρο μάθησης, εμπάθυνας, αναστοχασμού και επαγγελματικής σύνδεσης για τα μέλη της EFT κοινότητας. Πραγματοποιήθηκαν δύο Ομάδες Εποπτείας EFCT με Επόπτρια την **Ιωάννα Κουκού** και με τη συμμετοχή, της Εκπαιδευόμενης Επόπτριας **Ιωάννας Κυρίτση** και της Ψυχολόγου-Ψυχοθεραπεύτριας **Αφροδίτης Ραλλάτου**, αντίστοιχα. Παράλληλα, πραγματοποιήθηκαν διαδικτυακά δύο Ομάδες Εποπτείας με Επόπτρια την **Αναστασία Βλαχογεωργάκη**, δίνοντας τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να συνεχίσουν την εποπτική τους πορεία και την εμπάθυνα στο μοντέλο μέσα από έναν ασφαλή και υποστηρικτικό διαδικτυακό χώρο. Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά πραγματοποιήθηκε, επίσης διαδικτυακά, η Ομάδα Εποπτείας EFIT με την **Ιωάννα Κουκού** και βοηθό την **Ιωάννα Κυρίτση**. Η ομάδα αυτή συνεχίζει την πορεία της και την επόμενη χρονιά, επιβεβαιώνοντας τη σταθερή ανάγκη για εμπάθυνα στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία. Την ίδια περίοδο ξεκίνησε και μία νέα Ομάδα Εποπτείας EFIT, με την **Ιωάννα Κυρίτση** και βοηθό τον Εκπαιδευόμενο Επόπτη **Πάνο Σταματέλλο**, ανοίγοντας έναν ακόμη χώρο εκπαίδευσης, υποστήριξης και επαγγελματικής ενδυνάμωσης για θεραπευτές που επιθυμούν να εμπιθούν στο EFIT.

Κλείσιμο ομάδας εποπτείας EFCT μετά από πέντε χρόνια κοινής πορείας

Με ιδιαίτερη συγκίνηση ολοκληρώθηκε η ομάδα εποπτείας EFCT με την **Ιωάννα Κουκού** και την **Ιωάννα Κυρίτση**, μετά από πέντε χρόνια σταθερής παρουσίας, μάθησης, μοιράσματος και επαγγελματικής σύνδεσης.

Ήταν μια διαδρομή που δεν περιορίστηκε μόνο στην εκπαίδευση και στην εμβάθυνση του μοντέλου, αλλά εξελίχθηκε σε έναν ζωντανό χώρο ασφάλειας, εμπιστοσύνης, συντροφικότητας και προσωπικής ανάπτυξης. Μέσα από τις συναντήσεις, τα μέλη είχαν την ευκαιρία να φέρνουν θεραπευτικές δυσκολίες, απορίες, συγκινήσεις και στιγμές ευαλωτότητας, γνωρίζοντας ότι θα συναντηθούν με αποδοχή, κατανόηση και φροντίδα.

Στο κλείσιμο της ομάδας, τα μέλη μοιράστηκαν λόγια που αποτύπωσαν βαθιά το νόημα αυτής της κοινής εμπειρίας. Μίλησαν για τη στήριξη, τη σταθερότητα, τη γνώση και τη ζεστασιά που έλαβαν όλα αυτά τα χρόνια. Περιέγραψαν την ομάδα ως έναν ασφαλή τόπο και την εμπειρία τους ως «δώρο»· ως μια πορεία που τους βοήθησε να μεγαλώσουν επαγγελματικά και προσωπικά, να εμβαθύνουν στο EFT και να νιώσουν περισσότερο συνδεδεμένοι με τον εαυτό τους, τους θεραπευόμενούς τους και τους συναδέλφους τους.

Το κλείσιμο αυτής της πενταετούς ομάδας δεν σηματοδοτεί μόνο ένα τέλος, αλλά και μια μετάβαση. Κάθε μέλος παίρνει μαζί του εμπειρίες, δεσμούς, γνώση, συγκίνηση και μια βαθύτερη εμπιστοσύνη στη δύναμη της συναισθηματικής σύνδεσης.

Η ομάδα αυτή υπήρξε ένας χώρος όπου η εποπτεία έγινε σχέση, η μάθηση έγινε βιωμένη εμπειρία και η κοινότητα έγινε καταφύγιο.

Με ευγνωμοσύνη για όλα όσα μοιραστήκαμε, αποχαιρετούμε αυτή τη διαδρομή, κρατώντας την ως πολύτιμο κομμάτι της EFT κοινότητάς μας.



Δραστηριότητες για ζευγάρια

«Κράτα με Σφιχτά» – Hold Me Tight Βιωματικό Εργαστήρι για Ζευγάρια

Ολοκληρώθηκε με επιτυχία το βιωματικό εργαστήριο για ζευγάρια Hold Me Tight® / Κράτα με Σφιχτά, βασισμένο στη Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία Ζευγαριών (EFCT) της Dr. Sue Johnson.

Στο εργαστήριο, με συντονιστή τον Ψυχοθεραπευτή **Νίκο Σπηλιόπουλο**, τα ζευγάρια που συμμετείχαν είχαν την ευκαιρία, μέσα από ένα ασφαλές και υποστηρικτικό πλαίσιο, να εμβαθύνουν στη συναισθηματική τους σύνδεση, να κατανοήσουν τους αρνητικούς κύκλους αλληλεπίδρασης που επηρεάζουν τη σχέση τους και να αναπτύξουν νέους τρόπους επικοινωνίας, εγγύτητας και αμοιβαίας ανταπόκρισης.

Η θερμή ανταπόκριση των συμμετεχόντων επιβεβαιώνει τη διαχρονική αξία του προγράμματος Hold Me Tight®, το οποίο συνεχίζει να προσφέρει στα ζευγάρια μια μοναδική εμπειρία σύνδεσης, βασισμένη στις αρχές της Θεωρίας του Δεσμού και της EFCT.

Μάθετε περισσότερα <https://holdmetight.gr/>



ΕFT
GREEK NETWORK

Νέος Κύκλος – Μάιος 2026
Οι εγγραφές ξεκίνησαν!

Προσέينται η ανάγκη:

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ:
• Νίκος Σπηλιόπουλος, Ψυχοθεραπευτής Οικογένειας & Ζεύγους, MSc, ICADC, ECP

«Κράτα Με Σφιχτά»
Hold Me Tight®

Βιωματικό Πρόγραμμα Ενδυνάμωσης Ζευγαριών

1^ο μέρος:
Σάββατο 16/5 16:00 – 20:00 & Κυριακή 17/5 10:00 – 14:00

2^ο μέρος:
Σάββατο 30/5 16:00 – 20:00 & Κυριακή 31/5 10:00 – 14:00

Το πρόγραμμα «Κράτα με Σφιχτά» είναι ένα εκπαιδευτικό βιωματικό εργαστήριο όπου θα έχετε την ευκαιρία να μάθετε για την νέα επιστήμη της αγάπης και να αποκτήσετε νέους τρόπους επικοινωνίας και κατανόησης για μια ουσιαστική σύνδεση με τον/την σύντροφό σας. Στο EFT, βοηθάμε τα ζευγάρια να μάθουν πώς να αντιμετωπίζουν μαζί τα συναισθήματά τους, να προσεγγίζουν ο ένας τον άλλο και να ανταποκρίνονται με πιο αγάπητικούς και θετικούς τρόπους.

«Δημιουργώντας σύνδεση – EFT»
Πληροφορίες – Εγγραφές:
www.holdmetight.gr, info@holdmetight.gr
T: 210-6898031

Webinar: Grief N Loss

Ένα νέο webinar έχει προγραμματισθεί για τον Οκτώβρη, με θέμα "Πένθος και απώλεια" με Εκπαιδεύτρια τη **Lorrie Brubacher**.

Το μονοήμερο webinar «Συγκινησιακά Εστιασμένη Ατομική Θεραπεία (EFIT) για το Πένθος και την Απώλεια» προσεγγίζει το πένθος μέσα από τον φακό του Δεσμού, ως μια βαθιά ανθρώπινη διεργασία αναζήτησης σύνδεσης μετά την απώλεια. Εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο το EFIT βοηθά τους θεραπευόμενους να αγγίξουν και να οργανώσουν το επώδυνο συναίσθημα, να ξεμπλοκάρουν τη φυσική διεργασία του πένθους και να κινηθούν προς μεγαλύτερη ανθεκτικότητα, ασφάλεια και επανασύνδεση με τον εαυτό και τους σημαντικούς άλλους. Η εκπαίδευση ενισχύει την κλινική παρουσία και τις δεξιότητες των θεραπευτών στην εργασία με την απώλεια και προσμετράται στις προϋποθέσεις πιστοποίησης EFIT από το ICEEFT.

Grief n' Loss

10 Οκτωβρίου, 2026
Διαδίκτυακά, 2:00μμ – 9:00μμ



Online μέσω
ZOOM

- Ταυτόχρονη μετάφραση στα Ελληνικά.
- Βιωματικό σεμινάριο επιμόρφωσης
- Το σεμινάριο επιμόρφωσης απευθύνεται σε θεραπευτές EFCT/ EFIT/ EFFT



Lorrie Brubacher, MEd, LMFT
Πιστοποιημένη Θεραπεύτρια, Επόπτρια και
Εκπαιδεύτρια EFT, από τις ΗΠΑ.

Early bird έως 10/9/2026

Πληροφορίες - Εγγραφές:
«Δημιουργώντας σύνδεση – EFT»
Ελληνικό Δίκτυο για τη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία
Επιδασύρου 9, Χαλάνδρι, Τηλ: 210-6898031
Email: info@eft.net.gr ; Website: www.eft.net.gr

Σεμινάριο επιμόρφωσης πιστοποιημένο από το



Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες στο Εξωτερικό

ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΝΕΑ

Κατά το προηγούμενο διάστημα πραγματοποιήθηκαν σημαντικές εκπαιδευτικές δράσεις στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία σε χώρες της Νότιας Ευρώπης με την Εκπαιδεύτρια **Κυριακή Πολυχρόνη** και τη συνεργασία τοπικών εκπαιδευτών.

Βουλγαρία

Εκπαίδευση στη θεραπεία Οικογένειας: EFFT Essentials

Στη Σόφια πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά το EFFT Essentials, από τις 26 έως τις 29 Μαρτίου, με εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και συνεκπαιδεύτρια την **Elena Krasteva**.

Η εκπαίδευση με 80 συμμετέχοντες αποτέλεσε ένα σημαντικό βήμα για την ανάπτυξη και τη διάδοση της Συγκινησιακά Εστιασμένης Θεραπείας Οικογένειας στη Βουλγαρία, προσφέροντας στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να γνωρίσουν και να εμβαθύνουν στις βασικές αρχές και παρεμβάσεις του μοντέλου.



EFFT Essentials, Βουλγαρία



Με την Elena Krasteva και την Dorothea

Σερβία



Externship, Serbia

Externship

Στο Βελιγράδι πραγματοποιήθηκε, από τις 23 έως τις 26 Απριλίου, το Externship στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους, με εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και συνεκπαιδευτή τον **Bojan Vukovic**.

Η εκπαίδευση έδωσε την ευκαιρία στους συμμετέχοντες να έρθουν σε επαφή με τις βασικές αρχές της EFCT, τη Θεωρία του Δεσμού και τη θεραπευτική διεργασία που στοχεύει στη δημιουργία ασφαλέστερων και πιο συνδεδεμένων σχέσεων.



Σλοβενία

Externship

Στη Λιουμπλιάνα πραγματοποιήθηκε, από τις 14 έως τις 17 Μαΐου, το Externship στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους, με εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** και συνεκπαιδευτή τον **Bojan Vukovic** από τη Σερβία.

Η εκπαίδευση αποτέλεσε μια ακόμη σημαντική ευκαιρία διάδοσης του EFT στην ευρύτερη ευρωπαϊκή κοινότητα, ενισχύοντας τη συνεργασία, τη δικτύωση και την κοινή εκπαιδευτική πορεία των επαγγελματιών ψυχικής υγείας στην περιοχή.

Οι δράσεις αυτές αναδεικνύουν τη συνεχή ανάπτυξη της EFT κοινότητας στα Βαλκάνια, το σημαντικό ρόλο της **Κυριακής Πολυχρόνη** και τη σημασία της διεθνούς συνεργασίας για τη διάδοση, την εμβάθυνση και την εφαρμογή του μοντέλου σε διαφορετικά πολιτισμικά και επαγγελματικά πλαίσια.



Ομάδα εκπαιδευομένων Externship Slovenia



Ομάδα βοηθών Externship Slovenia

Πορτογαλία

Core Skills Α΄ Μέρος

Στη Λισαβόνα πραγματοποιήθηκε, στις **27–28 Ιουνίου**, το **Α΄ Μέρος του Core Skills** στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους με Εκπαιδεύτρια την **Κυριακή Πολυχρόνη** στο **APEFT - Associação Portuguesa de EFT**.

Η εκπαίδευση αποτέλεσε ακόμη μία σημαντική δράση στο πλαίσιο της διάδοσης και εμβάθυνσης του EFT στην ευρωπαϊκή κοινότητα, προσφέροντας στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να συνεχίσουν την εκπαιδευτική τους πορεία μέσα από βιωματική μάθηση, εποπτική υποστήριξη και εμβάθυνση στις βασικές παρεμβάσεις του μοντέλου.



Core Skills, APEFT

Η Εργαλειοθήκη του Θεραπευτή

Πλοήγηση στα Μυστικά: Απρόσμενες Στιγμές στις Ατομικές Συνεδρίες στη Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους — EFCT *The EFT Community News*, Issue 69 April 2026

Συμφωνώ με τη Lorrie Brubacher — The EFT Community News, Issue 66, July 2025 — ότι μία από τις αμέτρητες κληρονομίες της Sue είναι πως καθιέρωσε ως βασική πρακτική στην EFCT τη διεξαγωγή ατομικών συνεδριών με κάθε σύντροφο, μετά την αρχική μία ή δύο συνεδρίες ζεύγους.

Σε αυτό το άρθρο επιχειρώ να αναφερθώ στην αξία των ατομικών συνεδριών και στις δυσκολίες που μπορεί να βιώσουν οι EFT θεραπευτές όταν ένας θεραπευόμενος μοιράζεται πληροφορίες και ζητά από τον θεραπευτή να τις κρατήσει κρυφές από τον/τη σύντροφό του. Οι θεραπευτές συχνά ρωτούν: «Τι γίνεται αν, σε μια ατομική συνεδρία, κάποιος αποκαλύψει ένα μυστικό; Τι πρέπει να κάνω; Υπάρχουν κατευθυντήριες οδηγίες;»

Παρότι η EFT δεν υιοθετεί μια άκαμπτη, κανονιστική προσέγγιση για το τι είναι σωστό και τι λάθος, και παρότι οι κλινικοί σε διαφορετικές χώρες εργάζονται μέσα σε διαφορετικούς δεοντολογικούς κώδικες, νομικά πλαίσια και πολιτισμικές νόρμες, μπορούμε να βρούμε κάποια γενική καθοδήγηση μέσα από το φακό του Δεσμού για τη δημιουργία ενός ασφαλούς θεραπευτικού πλαισίου.

Από την οπτική του Δεσμού, η διατήρηση ενός σημαντικού μυστικού που επηρεάζει τη σχεσιακή δυναμική συχνά εμποδίζει τον θεραπευτή να βοηθήσει τους συντρόφους να διαμορφώσουν έναν ασφαλή δεσμό. Παρουσιάζω τρεις κλινικές στιγμές με σκοπό να προσκαλέσω σε αναστοχασμό γύρω από την πολυπλοκότητα της διαχείρισης μυστικών σε ατομικές συνεδρίες και την προσεκτική, βασισμένη στο Δεσμό και δεοντολογικά γειωμένη σκέψη που αυτές απαιτούν.

Οι ατομικές συναντήσεις αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της διεργασίας — τόσο κατά την αρχική φάση αξιολόγησης όσο και, κάποιες φορές, αργότερα στη θεραπεία, εάν η εργασία φτάσει σε αδιέξοδο. Στην αρχική αξιολόγηση, βλέπω αυτές τις συνεδρίες να εξυπηρετούν πολλαπλούς σκοπούς: την εμβάθυνση της θεραπευτικής μου συμμαχίας με κάθε σύντροφο, τη συνέχιση του ελέγχου των υποθέσεων που αναδύονται από την κοινή λήψη ιστορικού, και τη διερεύνηση του μοτίβου Δεσμού κάθε ατόμου — του τρόπου με τον οποίο έμαθε να ρυθμίζει το συναίσθημα και να αναζητά εγγύτητα στις πιο διαμορφωτικές του σχέσεις, συχνότερα στην οικογένεια καταγωγής.

Οι ατομικές συνεδρίες προσφέρουν έναν πιο ήσυχο χώρο για τη διερεύνηση προσωπικών ιστοριών, πεποιθήσεων και βιωμένων εμπειριών. Για πολλά ζευγάρια, γίνονται επίσης μια πρώτη εμπειρία αυθεντικής θέασης και ακρόασης, χωρίς την άμεση πίεση να απαντήσουν στον/στη σύντροφό τους.

Αργότερα στη θεραπεία, εάν η διεργασία έχει «κολλήσει», μπορεί να ζητήσω μια ακόμη ατομική συνεδρία με κάθε σύντροφο. Αυτές οι συναντήσεις μπορούν να γίνουν ένας χώρος όπου αρχίζουν να αναδύονται φόβοι γύρω από την ασφάλεια, αμφιθυμία για τη δέσμευση, ιστορικά σχεσιακού τραύματος ή προσεκτικά προστατευμένη ντροπή. Οι ατομικές συνεδρίες μου επιτρέπουν να προσεγγίσω ένα σχεσιακό μπλοκάρισμα χωρίς ο αρνητικός κύκλος να κλιμακώνεται ενεργά μέσα στο δωμάτιο.

Η οπτική του Δεσμού στο EFT καθοδηγεί την πρακτική μου. Ενημερώνω πάντα τα ζευγάρια ότι η αποτελεσματικότητά μου στο να τα βοηθήσω να οικοδομήσουν έναν ασφαλή δεσμό παρεμποδίζεται σημαντικά εάν βρεθώ στη θέση να κρατώ μυστικά που επηρεάζουν τη σχεσιακή τους ασφάλεια.

Στο τέλος της πρώτης κοινής συνεδρίας, όταν προγραμματίζουμε τις ατομικές συναντήσεις, λέω και στους δύο συντρόφους ότι αν μοιραστούν μαζί μου κάτι που δυσκολεύονται να μοιραστούν με τον/τη σύντροφό τους, θα τους ενθαρρύνω να προσπαθήσουν να το μοιραστούν οι ίδιοι αφού πρώτα το έχουν μοιραστεί μαζί μου. Και αν αυτό τους φανεί πολύ δύσκολο, θα τους βοηθήσω να το μοιραστούν στην επόμενη συνεδρία.

Το να γνωρίζουν οι θεραπευόμενοί μου ότι δεν μπορώ να τους βοηθήσω να δημιουργήσουν ασφάλεια στη σχέση τους εάν κρατώ ένα μυστικό, φαίνεται να τους βοηθά να έχουν πλήρη ενημέρωση για το πώς θα εργαστούμε μαζί — ότι η ευθύνη και η δέσμευσή μου είναι απέναντι στη σχέση τους και όχι απέναντι σε έναν από τους δύο συντρόφους. Αυτό τους δίνει δυνατότητα επιλογής ως προς το τι θα μοιραστούν μαζί μου. Λειτουργεί επίσης ως οδηγός για εμένα όταν βρίσκομαι μπροστά σε αναποφασιστικότητα ή αβεβαιότητα.

Παρά αυτή τη σαφώς διατυπωμένη προσδοκία, μπορεί να προκύψουν καταστάσεις στις οποίες ένας σύντροφος αποκαλύπτει κάτι και ζητά να μην το μάθει ο άλλος. Σε εκείνες τις στιγμές, ο θεραπευτής μπορεί να βιώσει ένταση ανάμεσα στην προστασία του ατόμου που ανοίγεται και στην ευθύνη του απέναντι στη σχέση ως σύνολο.

Σε αυτές τις στιγμές αβεβαιότητας, προσπαθώ να επιβραδύνω και να θυμηθώ ότι ο θεραπευόμενός μου είναι η σχέση τους και ότι δεν μπορώ να τους βοηθήσω να δημιουργήσουν σχεσιακή ασφάλεια εάν κρατώ ένα μυστικό. Δεδομένων των διαφορετικών δεοντολογικών κωδίκων, νομικών πλαισίων και πολιτισμικών νορμών των EFT θεραπευτών ανά τον κόσμο, προτείνω ότι η αξία της σχεσιακής ασφάλειας, από την οπτική Δεσμού, μπορεί να λειτουργήσει ως γενικός οδηγός.

Παρότι δεν υπάρχει μία και μοναδική «σωστή» προσέγγιση, μοιράζομαι τρία κλινικά σενάρια που αφορούν την πρόκληση, στη θεραπεία ζεύγους, της διαχείρισης μυστικών και ατομικών συνεδριών μέσα από το φακό του Δεσμού.

Ανάμεσα σε αυτό που λέγεται και σε αυτό που μένει άρρητο

Η πρώτη κατάσταση συνέβη κατά τη διάρκεια μιας αρχικής αξιολόγησης με ένα ομόφυλο ζευγάρι. Η διαδικασία ξεκίνησε ήρεμα και με οργανωμένο τρόπο. Συναντήθηκα ατομικά με τη μία σύντροφο και στη συνέχεια με την άλλη. Σε εκείνη τη δεύτερη συνάντηση, άκουσα μια απρόσμενη πληροφορία: δύο μήνες νωρίτερα, η σύντροφός της είχε κάνει απόπειρα αυτοκτονίας.

Στάθηκα στο γεγονός ότι δεν το είχα ακούσει από το πρόσωπο που αφορούσε άμεσα.

Ταυτόχρονα, μπορούσα να δω πόσο δύσκολη ήταν αυτή η στιγμή για τη σύντροφο που καθόταν απέναντί μου. Έμοιαζε φοβισμένη από τη δική της «αδιακρισία», και επίσης αισθάνθηκα το βάρος τού να κουβαλά μόνη της αυτή τη γνώση. Στο προσωπικό της ιστορικό υπήρχε ένα μακροχρόνιο μοτίβο όπου της ζητούσαν να κρατά το μυστικό του ενός γονιού από τον άλλον — μια εμπειρία συνδεδεμένη με μοναξιά, ένταση και ένα δυσανάλογο αίσθημα ευθύνης. Αναρωτήθηκα αν κάτι από εκείνο το παλιό μοτίβο επαναδραματιζόταν εδώ.

Αντί να εστιάσω μόνο στο περιεχόμενο αυτού που μόλις είχα ακούσει, μετακινήθηκα προς το σχεσιακό του νόημα. Ρώτησα πώς ήταν για εκείνη να γνωρίζει κάτι τόσο σημαντικό για τη σύντροφό της και, ταυτόχρονα, να νιώθει αβέβαιη για το αν μπορούσε να μιλήσει γι' αυτό — ειδικά αφού η σύντροφός της δεν το είχε αποκαλύψει η ίδια.

Έμεινα επίσης κοντά στη διεργασία, ρωτώντας: «Πώς είναι για εσένα να βρίσκεσαι σε μια κατάσταση όπου εγώ τώρα κατέχω σημαντικές πληροφορίες για τη σχέση, τις οποίες η σύντροφός σου δεν γνωρίζει;»

Αναγνώρισε ότι αισθανόταν άβολα να αποκρύπτει αυτό το μυστικό και εξετάσαμε τους κινδύνους για την ακεραιότητα της θεραπευτικής διεργασίας του ζευγαριού εάν εγώ συνέχιζα να γνωρίζω περισσότερα από όσα ήταν διαθέσιμα στη σύντροφό της. Συζητήσαμε το ενδεχόμενο να το μοιραστεί με τη σύντροφό της πριν από την επόμενη συνεδρία. Προσφέρθηκα να τη βοηθήσω να το μοιραστεί στην επόμενη συνεδρία, εάν δεν έβρισκε τρόπο να το κάνει μόνη της, και συμφωνήσαμε ότι στην επόμενη συνάντηση θα έλεγχα αν είχαν μοιραστεί πληροφορίες από τις ατομικές τους συνεδρίες.

Στη συνέχεια θα επεξεργαζόμουν με καθεμία από τις δύο πώς ήταν να έχει μοιραστεί ή να μην έχει μπορέσει να μοιραστεί. Αυτή η συζήτηση και συμφωνία με βοήθησε να αποφύγω τη δημιουργία μιας κρυφής συμμαχίας με τη μία σύντροφο, ενώ ταυτόχρονα της επέτρεψε να διατηρήσει την αίσθηση αυτενέργειας και να επιλέξει τον ρυθμό της αποκάλυψης.

Σου το είπα, αλλά δεν μπορώ να του το πω

Η δεύτερη κατάσταση ήταν πολύ πιο δύσκολη για εμένα συναισθηματικά. Στο τέλος μιας ατομικής συνεδρίας με μια γυναίκα σε ετεροφυλόφιλη σχέση, μου είπε ότι λίγο πριν από την πρώτη κοινή μας συνάντηση είχε τερματίσει μια εξωσυζυγική σχέση που διαρκούσε έναν χρόνο.

Θυμάμαι πολύ καθαρά τη στιγμή που το άκουσα και το άμεσο άγχος που ακολούθησε. Από τη μία πλευρά, ήθελα να προστατεύσω την αίσθηση ασφάλειάς της και την εμπιστευτικότητα της ατομικής συνεδρίας. Από την άλλη, δεν έβλεπα τρόπο να συνεχίσω τη θεραπεία ζεύγους ενώ κρατούσα μια πληροφορία τέτοιας σημασίας που δεν μπορούσε να εισαχθεί στην κοινή διεργασία. Μετά από δική μου εποπτεία, έγραψα ένα κοινό μήνυμα προς το ζευγάρι, εξηγώντας ότι δεν είχα ακόμη συγκεντρώσει όλες τις πληροφορίες που χρειαζόμουν για την αξιολόγηση και προσκαλώντας τους σε πρόσθετες ατομικές συναντήσεις. Ξεκίνησα έπειτα αυτές τις συναντήσεις μαζί της.

Όπως και στο πρώτο παράδειγμα, επεξεργάστηκα τους φόβους της γύρω από το να το μοιραστεί με τον σύντροφό της και ανέδειξα πώς είναι για εκείνη να κρατά αυτό το μυστικό, καθώς και την αίσθησή της για την επίδραση που θα είχε στην ίδια και στη σχέση αν συνέχιζε να το κρατά μόνη της. Διερεύνησα επίσης μαζί της πώς θα μπορούσα να τη στηρίξω ώστε να το μοιραστεί με ασφάλεια με τον σύντροφό της. Περιέγραψα επίσης τους περιορισμούς μου ως θεραπεύτρια στο να τους βοηθήσω να δημιουργήσουν σχεσιακή ασφάλεια εάν κρατούσαμε αυτό το μυστικό μεταξύ μας.

Μου είπε ότι δεν μπορούσε να φανταστεί να το αποκαλύπτει — ιδιαίτερα επειδή εκείνος είχε πρόσφατα δυσκολευτεί πολύ μαθαίνοντας για την εξωσυζυγική σχέση του δικού του πατέρα. Φοβόταν ότι αυτό θα ήταν υπερβολικά βαρύ για εκείνον και θα μπορούσε να οδηγήσει σε κατάρρευση. Ήταν ανένδοτη ότι δεν θα το μοιραζόταν μαζί του και εγώ δεν ήθελα να αποκαλύψω την πληροφορία της στον άλλο σύντροφο παρά τη θέλησή της.

Ήμουν σαφής ότι ήμουν περιορισμένη ως θεραπεύτρια ως προς το να μπορώ να εργαστώ με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα με τη σχέση του ζευγαριού όταν κρατούσα αυτό το μυστικό, το οποίο για εκείνη φαινόταν αδύνατο να μοιραστεί μαζί του. Εξετάσαμε διαφορετικές δυνατότητες και τελικά συμφωνήσαμε σε μια λύση που — αν και απείχε πολύ από το ιδανικό — μου φάνηκε δεοντολογικά εφαρμόσιμη. Εκείνη επέλεξε να αναλάβει την ευθύνη να τερματίσει τη θεραπεία μαζί μου, δίνοντας στον σύντροφό της έναν λόγο που έβγαζε νόημα από τη δική της οπτική.

Αυτή η εμπειρία έμεινε μαζί μου για πολύ καιρό, και η συμβουλευτική/εποπτεία ήταν πολύ σημαντική για εμένα, ώστε να εξετάσω τον ρόλο μου στην προστασία της σχέσης και στην προστασία της ακεραιότητας της θεραπευτικής διεργασίας. Ενίσχυσε επίσης το πόσο σημαντικό είναι να είμαι σαφής με τους θεραπευόμενούς μου από την αρχή της διεργασίας, ότι δεν γνωρίζω πώς να τους βοηθήσω να δημιουργήσουν ασφάλεια ενώ ταυτόχρονα κρατώ μυστικά ανάμεσά τους.

Όταν το ίδιο το αίτημα γίνεται μυστικό

Στην τρίτη κατάσταση, μία εποπτευόμενη περιέγραψε μια συνεδρία με ένα ετεροφυλόφιλο ζευγάρι, κατά την οποία ο ένας σύντροφος βγήκε έξω για να απαντήσει σε ένα τηλεφώνημα. Όσο εκείνος έλειπε, η σύντροφός του ζήτησε μια ατομική συνεδρία, με σαφές αίτημα να μην ενημερωθεί ο σύντροφος που είχε βγει από το δωμάτιο.

Παρότι η εποπτευόμενη γνώριζε ότι οι ατομικές συνεδρίες αποτελούν βασικό μέρος του μοντέλου της EFT, ένιωσε σημαντική δυσφορία μπροστά σε αυτό το αίτημα να κρατηθεί κάτι κρυφό από τον έναν σύντροφο και αρνήθηκε το αίτημα, εξηγώντας το γιατί. Στη συνέχεια, η εποπτευόμενη ένιωσε έντονη δυσφορία και άρχισε να αναρωτιέται αν το ίδιο το αίτημα είχε ήδη γίνει ένα είδος μυστικού που θα μπορούσε να απειλήσει τη συμμαχία της και με τους δύο συντρόφους. Στην ομάδα εποπτείας της, η θεραπεύτρια βοηθήθηκε να βρει έναν τρόπο να φέρει τη στιγμή έξω από την κρυψώνα.

Πριν από την επόμενη συνεδρία, η θεραπεύτρια είπε στο ζευγάρι ότι χρειαζόταν λίγα λεπτά ατομικά με κάθε σύντροφο. Σε εκείνη τη σύντομη συνάντηση, ενημέρωσε τη σύντροφο που είχε κάνει το αίτημα ότι, παρότι το αίτημά της για ατομικές συναντήσεις ήταν απολύτως εύλογο, για την ασφάλεια της θεραπευτικής συμμαχίας και της θεραπευτικής διεργασίας το αίτημά της δεν μπορούσε να παραμείνει άγνωστο στον άλλο σύντροφο, και ότι ήταν σημαντικό να μιλήσουν γι' αυτό όταν θα ήταν όλοι μαζί.

Η κοινή συνεδρία τελικά επικεντρώθηκε στο πόσο φοβισμένη ήταν εκείνη η σύντροφος απέναντι στην αντίδραση του άλλου και στο πώς αυτός ο φόβος εντασσόταν στον σχεσιακό τους κύκλο. Έγινε μια σημαντική στιγμή και για τους δύο συντρόφους. Υπήρξαν δάκρυα, νέα επαφή και μια ουσιαστική μετατόπιση στη διεργασία, μαζί με μια εμφανή αίσθηση ανακούφισης στη θεραπεύτρια. Σε αυτή την περίπτωση, δεν ήταν το περιεχόμενο του αιτήματος που είχε τη μεγαλύτερη κλινική σημασία, αλλά η προσπάθεια απόκρυψής του από τον άλλο σύντροφο.

Κλείνοντας — Σκέψεις και αναστοχασμοί

Καθεμία από αυτές τις καταστάσεις συνέβη σε διαφορετικό πλαίσιο και απαιτούσε αναστοχασμό και συμβουλευτική/εποπτεία. Αυτό που τις συνδέει είναι μια στιγμή αβεβαιότητας γύρω από τη διατήρηση πληροφοριών ως μυστικών από τον έναν σύντροφο.

Αυτές οι στιγμές μας προσκαλούν να επιστρέψουμε στο φακό του Δεσμού που δίνει προτεραιότητα στην ασφάλεια και την εμπιστοσύνη, να αναζητήσουμε ασφάλεια για όλους τους εμπλεκόμενους, να εμπλακούμε σε εποπτεία, να ελέγχουμε προσεκτικά τα δικά μας δεοντολογικά όρια και να συμβουλευτούμε έναν συνάδελφο όταν υπάρχει αμφιβολία.

Δεν υπάρχει μία και μοναδική λύση που να ταιριάζει σε κάθε κατάσταση. Η ευθύνη μας είναι να παραμένουμε ευαίσθητοι στο πολιτισμικό πλαίσιο και να διακρίνουμε με σκέψη πότε η μυστικότητα υπονομεύει τη σχεσιακή ασφάλεια και πότε η ιδιωτικότητα μπορεί να αντανάκλα σύνθετες προσωπικές ή συγκεκριμένες πραγματικότητες που απαιτούν προσεκτική πλοήγηση προκειμένου να δημιουργηθεί ασφάλεια για τη σχέση. Και όταν ερχόμαστε αντιμέτωποι με τις προκλήσεις μιας απρόσμενης αποκάλυψης σε ατομικές συνεδρίες, χρειάζεται να στηριζόμαστε σε συνεπή συλλογιστική με το μοντέλο.

Barbara Ślawik

EFT Θεραπεύτρια & Επόπτρια

Βαρσοβία, Πολωνία

Το Ελληνικό Δίκτυο και το ICEEFT

Εγγραφή στο Ελληνικό Δίκτυο EFT

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 EFCT Externship ή το EFIT Essentials ή EFFT Essentials, είτε στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό.

Τι είναι το Ελληνικό Δίκτυο EFT και πώς 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.
- 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 EFCT Externship ή το EFIT Essentials ή EFFT 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

