



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ**

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Ρέθυμνο 11/12/2024

**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ «ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΣΤΙΣ  
ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ»**

**ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ, ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ**

**ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ**

Το Εργαστήριο Ψυχολογίας των Εξαρτήσεων του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, σε συνεργασία με τον Οργανισμό Κατά των Ναρκωτικών (Ο.ΚΑ.ΝΑ), διοργανώνουν το Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών του Προγράμματος «Κλινικές Παρεμβάσεις στις Εξαρτήσεις». Στο πλαίσιο της Πρακτικής Άσκησης θα λάβει χώρα σειρά Βιωματικών Σεμιναρίων στο Ρέθυμνο με στόχο την πρόληψη των εξαρτήσεων.

Οι δράσεις αυτές στοχεύουν στην ψυχοεκπαίδευση των πολιτών σχετικά με τις εξαρτήσεις τόσο από ουσίες (π.χ. αλκοόλ) αλλά και από συμπεριφορές/συνήθειες (π.χ. χρήση κινητού τηλεφώνου και φαγητό), όπως επίσης και στην πρόληψη της ανάπτυξης τέτοιων συμπεριφορών.

Οι μέθοδοι που θα αξιοποιηθούν στο πρόγραμμα βασίζονται στην παρέμβαση μέσω τέχνης (Arts based interventions) (Maina et al, 2022) και στην αφήγηση ιστοριών, είτε με ψηφιακά μέσα (digital storytelling) (Fiddian-Green et al., 2019), είτε με παραδοσιακά. Οι τέχνες ενισχύουν την λειτουργία του εγκεφάλου και φαίνεται να επηρεάζουν τα μοτίβα των εγκεφαλικών κυμάτων και τα συναισθήματα. Επίσης οι παρεμβάσεις μέσω τέχνης μπορούν να ενδυναμώσουν τους ανθρώπους ώστε να γίνουν ενεργοί στην πρόληψη των εξαρτήσεων. Παράλληλα η δημιουργία ιστοριών καλλιεργεί στους ανθρώπους δεξιότητες αναγνώρισης και έκφρασης των συναισθημάτων τους ενώ ο διαμοιρασμός των ιστοριών αυτών συμβάλει στην κοινωνικοποίηση και την ίαση. Τέλος η χρήση ψηφιακής τεχνολογίας συμβαδίζει με τις τάσεις και τα ενδιαφέροντα της σύγχρονης εποχής και καλλιεργεί σημαντικές ψηφιακές δεξιότητες.

**Προσκαλούμε τους ενδιαφερόμενους/ες να δηλώσουν την συμμετοχή τους στα Βιωματικά Σεμινάρια που τους/τις ενδιαφέρουν. Τα Σεμινάρια γίνονται με ολιγομελείς ομάδες και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.**



## ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

### Σειρά Α

#### **Παιδιά και Οθόνες: Τα κινητά, τα μέσα δικτύωσης, τα παιδιά μας και η μάχη για τον χρόνο έκθεσης σε οθόνες.**

Το Βιωματικό Σεμινάριο απευθύνεται σε γονείς και έχει διάρκεια 12 συναντήσεων κάθε Δευτέρα 17:00 – 19:00. Οι συναντήσεις ξεκινάνε τη Δευτέρα 13 Ιανουαρίου 2025 στο Φοιτητικό και Πολιτιστικό Κέντρο «Ξενία», Νικολάου Ψαρρού 46, Ρέθυμνο.

Για δηλώσεις συμμετοχής/πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε στο [psyp261@psy.soc.uoc.gr](mailto:psyp261@psy.soc.uoc.gr) ή στο 6980342874

### Σειρά Β

#### **Το αλκοόλ στις οικογένειες και την κοινότητά μας: Ενδυνάμωση γονέων για την πρόληψη της χρήσης αλκοόλ από παιδιά και εφήβους.**

Το Βιωματικό Σεμινάριο διοργανώνεται σε συνεργασία με την Ιερά Μητρόπολη Ρεθύμνης και Αυλωποτάμου. Απευθύνεται σε γονείς και έχει διάρκεια 12 συναντήσεων κάθε Δευτέρα 17:00 – 19:00. Οι συναντήσεις ξεκινάνε την Δευτέρα 13 Ιανουαρίου 2025 στο Κέντρο Κοινωνικής και Πολιτισμικής Διακονίας «Θεομήτωρ» στον λόφο του Τιμίου Σταυρού στο Ρέθυμνο.

Για δηλώσεις συμμετοχής/πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε στο [psyp260@psy.soc.uoc.gr](mailto:psyp260@psy.soc.uoc.gr) ή στο 6972256906

### Σειρά Γ

#### **Το σώμα που κατοικώ: Συνειδητοποίηση και υπέρβαση των αρνητικών εικόνων του σώματος**

Το Βιωματικό Σεμινάριο διοργανώνεται σε συνεργασία με το Κέντρο Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ) του Πανεπιστημίου Κρήτης. Απευθύνεται σε φοιτητές/τριες του Πανεπιστημίου και έχει διάρκεια 8 συναντήσεων κάθε Παρασκευή. Οι συναντήσεις ξεκινάνε την Παρασκευή 14 Φεβρουαρίου 2025 στους χώρους του ΚΕ.ΨΥ.ΣΥ στην Πανεπιστημιούπολη Γάλλου στο Ρέθυμνο. Η ακριβής ώρα θα οριστεί βάσει προτιμήσεων των συμμετεχόντων/ουσών.

Για δηλώσεις συμμετοχής/πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε στο [psyp266@psy.soc.uoc.gr](mailto:psyp266@psy.soc.uoc.gr) ή στο 6975556750



# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

## Σειρά Δ

### Πρόληψη χρήσης αλκοόλ σε μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου.

Τα Βιωματικά Σεμινάρια διοργανώνονται σε επιλεγμένα σχολεία της περιοχής του Ρεθύμνου σε συνεργασία με το Κέντρο Πρόληψης Ρεθύμνου και απευθύνονται σε μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου. Οι επισκέψεις στα σχολεία θα ξεκινήσουν στα μέσα Ιανουαρίου 2025 και θα έχουν διάρκεια 12 εβδομάδων.

#### Εκ της Ομάδας Συντονισμού της Πρακτικής Άσκησης του ΠΜΣ

##### Σοφία Τριλίβα

Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας  
Διευθύντρια του ΠΜΣ «Κλινικές  
Παρεμβάσεις στις Εξαρτήσεις»

##### Παναγιώτης Σπανάκης

Ε.ΔΙ.Π. Ψυχολογίας των Εξαρτήσεων  
Μέλος του Εργαστηρίου Ψυχολογίας των  
Εξαρτήσεων