



Οδηγός Σπουδών
Εννεάμηνο Επιμορφωτικό Πρόγραμμα με τίτλο:
«Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)»
διάρκειας 450 ωρών

Πίνακας περιεχομένων

Σκοπός και στόχοι προγράμματος.....	2
Δεξιότητες που καλλιεργούνται:	3
Μέθοδος Διδασκαλίας.....	4
Διδακτικές μέθοδοι.....	5
Εκπαιδευτικό υλικό ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης	6
Αξιολόγηση	8
Πιστοποιητικό επιμόρφωσης - Μοριοδότηση.....	9
Ενότητες Προγράμματος.....	9
Επιστημονικά και Ακαδημαϊκά Υπεύθυνοι Καθηγητές	14

Σκοπός και στόχοι προγράμματος

Η Προπονητική Ζωής αποτελεί μορφή προσωπικής ή επαγγελματικής ανάπτυξης, κατά την οποία ένα άτομο, που ονομάζεται coach, παρέχει υποστήριξη, εμπύχωση και τεχνογνωσία προς άλλα άτομα, με σκοπό την επίτευξη ενός συγκεκριμένου προσωπικού ή επαγγελματικού στόχου ή μιας προσδοκίας.

Βασικός σκοπός του Προγράμματος είναι να παρέχει στους εκπαιδευόμενους εξειδικευμένες και καινοτόμες γνώσεις, που υποστηρίζονται από την πλέον σύγχρονη ελληνική και ξένη βιβλιογραφία και που έχουν εφαρμογές στην προσωπική, συνεργατική, επαγγελματική, οικονομική, οικογενειακή, ψυχολογική και κοινωνική ανάπτυξη, ισορροπία και ευεξία του ατόμου. Επιπλέον, σκοπός του προγράμματος είναι να παρέχει τη δυνατότητα, μέσα από σύγχρονα μοντέλα διδασκαλίας και επικοινωνιακής ανατροφοδότησης, στους εκπαιδευόμενους να κατανοήσουν, να εμβαθύνουν και να αναπτύξουν τις βασικές δεξιότητες, τη μεθοδολογία και τις εφαρμογές του coaching, βάσει των διεθνών οργανισμών και προτύπων. Συνδυάζει ισορροπημένα την επιστημονική γνώση με την πρακτική προσέγγιση. Οι θεματικές ενότητες είναι διαρθρωμένες με τέτοιο τρόπο, ώστε να προσφέρουν τις απαραίτητες δεξιότητες, τα τεχνικά εργαλεία και τα μοντέλα για τη διαμόρφωση Επαγγελματιών Προπονητών (Coaches).

Επιπρόσθετα, αναλύονται και πρακτικά εμπεδώνονται για τον σύγχρονο επαγγελματία Δημόσιας Υγείας όλες οι πτυχές της πρωτοποριακής οικοθεραπείας. Στο πρόγραμμα αυτό αναλύονται επίσης, οι θεραπευτικές πτυχές του περιβάλλοντος και οι εφαρμογές της οικοψυχολογίας για την ανθρώπινη υγεία και ευεξία, την περιβαλλοντική βιωσιμότητα, καθώς και για την παροχή συμβουλών και θεραπειών σε ατομικό και κυρίως κοινοτικό επίπεδο.

Δεξιότητες που καλλιεργούνται:

Με την ολοκλήρωση του προγράμματος, οι επιμορφούμενοι/ες θα είναι σε θέση να:

1. γνωρίσουν εις βάθος τις επιστημονικές και θεωρητικές βάσεις, τη φιλοσοφία και τη στοχοθεσία του Coaching
2. εκπαιδευτούν στον συνδυασμό μοντέλων και τεχνικών, ώστε να τους δοθεί η δυνατότητα να επιλέξουν ή να αναπτύξουν τις πιο κατάλληλες και αποδοτικές γι' αυτούς και για τους άλλους
3. έρθουν σε άμεση και έμπρακτη επαφή με το επάγγελμα του Coaching
4. αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αυτογνωσία στην πρακτική και τα αποτελέσματά της
5. αφομοιώσουν δεξιότητες όπως (ενδεικτικά): Η τέχνη του αναστοχασμού, Συναισθηματική νοημοσύνη, Δέσμευση & Ροή, Προσήλωση στο τώρα με περίσκεψη (mindfulness) & παρουσία στο τώρα, Μαιευτική και Διαλεκτική (η τέχνη των ερωτήσεων), Χτίσιμο ανθεκτικότητας & πειθαρχίας προς τον εαυτό, Ανατροφοδότηση (Feedback) & Ανατροφοδότηση υπέρ των Λύσεων (Feedforward), Αυτεπάρκεια (self-efficacy) & πίστη στον εαυτό (self-belief), Θεωρία λήψης αποφάσεων
6. συνεργαστούν με τον πελάτη τους για να θέτουν σαφείς στόχους και να τους υλοποιούν
7. κατανοήσουν τις βασικές έννοιες που διέπουν την οικοθεραπεία
8. ενστερνιστούν την σπουδαιότητα εφαρμογής της οικοθεραπείας
9. αντιληφθούν την αξία της περιβαλλοντικής συνείδησης
10. κατανοήσουν ποια είναι τα επίπεδα εφαρμογής της οικοθεραπείας.
11. κατανοήσουν τον ρόλο της οικοθεραπείας στην αντιμετώπιση κρίσεων, επιδημιών και χρόνιων νοσημάτων.
12. κατανοήσουν την σχέση οικονομικών και οικοθεραπείας

Οι γενικές ικανότητες που αναμένεται να αποκτηθούν στο πλαίσιο του προγράμματος είναι:

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
- Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον
- Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
- Κριτική ανάλυση

Μέθοδος Διδασκαλίας

Το προτεινόμενο πρόγραμμα εφαρμόζει το μοντέλο Μικτής Μάθησης (Blended Learning) το οποίο περιλαμβάνει:

- Εξ αποστάσεως εκπαίδευση με μέθοδο ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης (423 ώρες)
- Σύγχρονη εκπαίδευση θεωρητικής και βιωματικής/διαδραστικής μάθησης (27 ωρών) ή βιντεοσκοπημένων μαθημάτων, στην οποία θα παρουσιάζονται και θα συζητούνται αναλυτικά και διεξοδικά ειδικότερα θέματα ή απορίες με την από ενεργή συμμετοχή εκπαιδευόμενων και διδασκόντων.

Οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να παρακολουθήσουν το πρόγραμμα αξιοποιώντας τις δυνατότητες της τεχνολογίας και τη μεθοδολογία της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Η διεξαγωγή της εκπαίδευσης ενηλίκων μέσω της πλατφόρμας τηλεκπαίδευσης, προσφέρει στον εκπαιδευόμενο χρονική και χωρική ευελιξία καθώς και προστιθέμενη αξία της θεωρητικής μάθησης. Παράλληλα οι εκπαιδευόμενοι θα ασκούνται σύγχρονες εκπαιδευτικές τεχνικές μάθησης με σκοπό την ενεργητική συμμετοχή τους, την αξιοποίηση των γνώσεων και των εμπειριών τους, την ανάπτυξη κριτικής σκέψης και δημιουργικότητάς τους. Η διδασκαλία κάθε θεματικής ενότητας και κάθε μαθήματος είναι κατά κανόνα ευέλικτη και εξατομικεύεται από τους διδάσκοντες κατά το σχεδιασμό και τη διεξαγωγή του μαθήματος.

Διδακτικές μέθοδοι

Οι μέθοδοι διδασκαλίας συμπεριλαμβάνουν μεταξύ άλλων:

-
- διαλέξεις
 - καταιγισμός ιδεών
 - ασκήσεις πεδίου
 - διαδραστική διδασκαλία
 - μελέτη & ανάλυση εξειδικευμένης βιβλιογραφίας
 - μελέτες περίπτωσης
 - ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης από το πρωτότυπο και συναφές υλικό μελέτης
 - τεστ με ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών
-

Εκπαιδευτικό υλικό ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης

Το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος θα διατίθεται σταδιακά, ανά μηνιαία θεματική ενότητα, μέσω email. Κατά την εξέλιξη κάθε θεματικής ενότητας θα σας κοινοποιούνται αναρτώνται σε σχετικό link οι απαραίτητες ανακοινώσεις και οι οδηγοί για την ομαλή διεξαγωγή της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Παράλληλα, παρέχεται πλήρης εκπαιδευτική υποστήριξη δεδομένου ότι ο εκπαιδευόμενος μπορεί να απευθύνεται ηλεκτρονικά (μέσω email) στον ορισμένο εκπαιδευτή του, για την άμεση επίλυση αποριών σχετιζόμενων με τις θεματικές ενότητες και τις ασκήσεις αξιολόγησης.

Το πρόγραμμα βασίζεται στην εξ αποστάσεως ασύγχρονη διδασκαλία και περιλαμβάνει ασύγχρονη - αυτόνομη μελέτη διδακτικού υλικού, χωρισμένου σε εννέα μηνιαίες διδακτικές ενότητες. Σύμφωνα με τις τελευταίες εκπαιδευτικές εξελίξεις, οι οποίες προέκυψαν από την πανδημία, προστέθηκαν σύγχρονες παρεμβάσεις μέσω πλατφόρμας τηλεκπαίδευσης ή μέσω βιντεοσκοπημένων streaming μαθημάτων.

Κάθε μηνιαία θεματική ενότητα του προγράμματος αποτελείται από το βασικό γνωστικό αντικείμενο, το οποίο περιλαμβάνει το πρωτότυπο - υποχρεωτικό και βασικό υλικό μελέτης, εκπαιδευτικά βίντεο και επιστημονικά κείμενα. Οι ερωτήσεις κατανόησης και αυτοαξιολόγησης είναι προαιρετικές και προορίζονται καθαρά για τη δικής σας ανατροφοδότηση και για την καλύτερη κατανόηση και εμπέδωση του γνωστικού αντικειμένου (Δεν χρειάζεται να στείλετε δηλαδή τις απαντήσεις).

Ειδικότερα

Κάθε **μηνιαία διδακτική ενότητα** απαρτίζεται από: α. το πρωτότυπο - υποχρεωτικό υλικό μελέτης, β. την προτεινόμενη ελληνόγλωσση και ξενόγλωσση βιβλιογραφία, γ. εκπαιδευτικά βίντεο, δ. προαιρετικές ερωτήσεις κατανόησης και αυτοαξιολόγησης, ε. ένα τεστ αξιολόγησης πολλαπλών επιλογών (σχετικό με το πρωτότυπο - υποχρεωτικό υλικό μελέτης), στ. live εισηγήσεις ή βιντεοσκοπημένα streaming μαθήματα.

Στον μηνιαίο οδηγό μελέτης περιγράφεται με αναλυτικό τρόπο, το υλικό που θα πρέπει να μελετηθεί μηνιαίως και περιγράφεται αναλυτικά ένα ενδεικτικό πρόγραμμα μελέτης της κάθε θεματικής ενότητας, το οποίο μπορείτε να ακολουθήσετε.

Αναλυτικότερα:

1. Θα πρέπει να μελετήσετε προσεκτικά το πρωτότυπο διδακτικό υλικό, ώστε να απαντήσετε μόνοι σας σε σχετικές ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης, ερωτήσεις κριτικής ανάλυσης και στο τεστ προαιρετικής αυτοαξιολόγησης.
2. Στη συνέχεια, μπορείτε να προσπελάσετε το υπόλοιπο συμπληρωματικό υλικό, το οποίο απαρτίζεται από ελληνόγλωσσα επιστημονικά άρθρα και κείμενα, δωρεάν βιβλία, ξενόγλωσσα άρθρα, εκπαιδευτικά βίντεο και ομιλίες (Η μελέτη των ξένων άρθρων είναι προαιρετική).
3. Έπειτα από την προσπέλαση του πρωτότυπου και συμπληρωματικού διδακτικού υλικού μπορείτε να απαντήσετε στις αντίστοιχες προαιρετικές ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης, που βασίζονται τόσο στο πρωτότυπο όσο και στο συμπληρωματικό υλικό μελέτης.
4. Το τεστ αξιολόγησης πολλαπλών επιλογών, το οποίο είναι **υποχρεωτικό** και αποσκοπεί στην ανατροφοδότησή σας, μπορείτε να το συμπληρώσετε, αφού μελετήσετε προσεκτικά το πρωτότυπο - υποχρεωτικό υλικό μελέτης. Αμέσως μετά την υποβολή του θα λάβετε στο μιλ σας την βαθμολογία.

Προσοχή

- Κάθε τεστ μπορεί να υποβληθεί μόνο μια φορά.
- Πριν ξεκινήσετε την υποβολή του τεστ πρέπει να καταγράψετε τα προσωπικά σας στοιχεία (όνομα, επώνυμο και όνομα πατρός), καθώς και τη διεύθυνση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
- Αμέσως μετά την υποβολή του, θα λάβετε και στο email σας τη βαθμολογία (τσεκάρετε και στα σπαμ).
- Το κάθε μηνιαίο τεστ αποτελείται από 15 - 20 ερωτήσεις, ενώ στο σύνολό τους είναι 9 τεστ, ένα για κάθε μηνιαία ενότητα.

Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)
Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης (ΚΕΔΙΒΙΜ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

- Η βαθμολογία των τεστ λειτουργεί αθροιστικά και ο μέσος όρος όλων θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 50%.
- Σε περίπτωση αποτυχίας (δηλαδή εάν συγκεντρώσετε ποσοστό λιγότερο του 50% αθροιστικά), οι εκπαιδευτές σας θα αναρτήσουν ένα τελικό τεστ 100 ερωτήσεων εφ' όλης της ύλης, στο οποίο επίσης πρέπει να συγκεντρωθεί ποσοστό επιτυχίας τουλάχιστον 50%.
- Από τη στιγμή που θα δείτε τη βαθμολογία, αμέσως μόλις το υποβάλλετε, αυτό αυτόματα σημαίνει ότι το τεστ έχει υποβληθεί κανονικά.
- Δεν υπάρχει χρονικός περιορισμός, όσον αφορά τη διάρκεια της συμπλήρωσής του.

Αξιολόγηση

Η αξιολόγηση των αποκτημένων γνώσεων / δεξιοτήτων πιστοποιείται εφόσον οι εκπαιδευόμενοι επιτύχουν στις προβλεπόμενες δοκιμασίες. Οι δοκιμασίες αυτές διεξάγονται σε περιοδική βάση και αποσκοπούν στο να επαληθευθούν οι δεξιότητες που έχουν αποκτηθεί. Οι ενδιάμεσες εργασίες αποσκοπούν στην επιστημονική διάδραση μεταξύ διδασκόντων και εκπαιδευομένων. Ειδικότερα, το θεωρητικό μέρος του προγράμματος περιλαμβάνει αξιολόγηση μέσω της επίλυσης και ηλεκτρονικής υποβολής των τεστ που περιέχουν οι διδακτικές ενότητες με βάση συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα που δίνεται από τον εκπαιδευτή. Η βαθμολογία προηγούμενων διδακτικών ενοτήτων ανακοινώνεται στον εκπαιδευόμενο πριν την προθεσμία υποβολής του τεστ της επόμενης ενότητας. Στόχος των συγκεκριμένων τεστ είναι η αξιολόγηση των γνώσεων και ικανοτήτων των εκπαιδευομένων.

Για την απόκτηση του πιστοποιητικού σπουδών προβλέπεται ο συνολικός βαθμός να προέρχεται από τις επιμέρους βαθμολογίες αξιολόγησης στο σύνολο των μαθημάτων. Το κάθε μηνιαίο τεστ αξιολόγησης θεωρείται επιτυχές, εφόσον οι σωστές απαντήσεις υπερβαίνουν το 50%.

Πέρα από την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος για τη χορήγηση του Πιστοποιητικού, απαιτούνται τα εξής:

- Συμπλήρωση των εννέα τεστ αξιολόγησης
- Συμμετοχή στη διαδικασία αξιολόγησης των εκπαιδευτών.

Πιστοποιητικό επιμόρφωσης - Μοριοδότηση

Το Εννεάμηνο Επιμορφωτικό Πρόγραμμα με τίτλο: «Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)» οδηγεί στην απόκτηση τίτλου σπουδών μη τυπικής εκπαίδευσης (Πιστοποιητικό Δια Βίου Εκπαίδευσης με χαρακτήρα εξειδίκευσης) όπως προβλέπεται από το νόμο 3369/Α'171/06/07/2005 «Συστηματοποίηση της Δια Βίου Εκπαίδευσης και άλλες διατάξεις» και το νόμο 3879/Α'163/21-09-2010 «Ανάπτυξη της Δια Βίου Μάθησης και λοιπές διατάξεις». Ο χορηγούμενος τίτλος σπουδών αναγνωρίζεται ως επιπλέον προσόν (τυπικό και ουσιαστικό) κατά τις διαδικασίες πρόσληψης, αξιολόγησης και εξέλιξης του ανθρώπινου δυναμικού στο δημόσιο και ιδιωτικό τομέα.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει 450 ώρες και προσφέρει Ευρωπαϊκές Πιστωτικές Μονάδες Επαγγελματικής Κατάρτισης ECVET. Ενδεικτικά, ένα πρόγραμμα 450 ωρών πιστώνει 22,50 ECVET (<https://www.iky.gr/el/ecvet>).

Επιπλέον, μοριοδοτείται ως σεμινάριο, που οργανώθηκε από δημόσιο Πανεπιστήμιο. Πιο συγκεκριμένα προσφέρει:

- 2 μόρια στο σύστημα διορισμών - προσλήψεων εκπαιδευτικών (ΑΣΕΠ – αναπληρωτές, αδιόριστοι υποψήφιοι)
- 10 μόρια για διορισμούς εκπαιδευτικών ΤΕ και ΔΕ
- 1 μόνιο στη διαδικασία επιλογής στελεχών εκπαίδευσης (μία (1) μονάδα ανά πρόγραμμα και έως δύο (2) μονάδες κατ' ανώτατο όριο)

Ενότητες Προγράμματος

Διδακτική Ενότητα 1

Θεωρητικό πλαίσιο του Coaching

Περιγραφή

Ο σκοπός της θεματικής ενότητας είναι να αναδείξει τη σημασία της έννοιας του Coaching και να αποσαφηνιστούν οι έννοιες μεταξύ συγγενών πεδίων πρακτικής (π.χ. συμβουλευτική, ψυχοθεραπεία, εκπαίδευση). Επιπλέον, αναφέρονται οι επικρατέστεροι ορισμοί του Coaching, παρουσιάζεται η ιστορία του, τα είδη του και η εξέλιξη του σε διεθνές επίπεδο.

Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)
Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης (ΚΕΔΙΒΙΜ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

Παράλληλα αναλύεται η σημασία των αξιών, των πεποιθήσεων και της στοχοθέτησης στο Coaching.

Διδακτική Ενότητα 2

Χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του Προπονητή Ζωής - Εργαλεία & Μέθοδοι του Coaching

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή θα παρουσιαστούν τα βασικότερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός επιτυχημένου Προπονητή Ζωής καθώς και οι ικανότητες που πρέπει να διαθέτει, ώστε να είναι αποτελεσματικός. Επιπλέον, θα γίνει λόγος για τις κυριότερες μεθόδους και τα εργαλεία του Coaching.

Διδακτική Ενότητα 3

Μοντέλα Coaching

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή θα παρουσιαστούν τα κυριότερα μοντέλα coaching, τα οποία συμβάλλουν στην αποκόμιση πολλαπλών οφελών, όπως:

- Καθορισμός κοινού στόχου, κατανοητού και από τα δύο μέρη.
- Σχεδιασμός σωστής διαδρομής και μείωση πιθανοτήτων απόκλισης από το στόχο
- Επικέντρωση σε ένα συγκεκριμένο θέμα - Διατήρηση της εστίασης
- Υποστήριξη σε προπονητή και προπονούμενο για την απόκτηση του μέγιστου δυνατού οφέλους. Τα τρία πιο δημοφιλή μοντέλα «coaching» είναι:

- GROW
- TGROW
- OSCAR

Διδακτική Ενότητα 4

Coaching και Θετική Ψυχολογία

Περιγραφή

Η ενότητα «Coaching και Θετική Ψυχολογία» έχει ως βασικό σκοπό να κατανοήσουν οι συμμετέχοντες τις βασικές εισαγωγικές έννοιες και τα χαρακτηριστικά της Θετικής Ψυχολογίας. Επίσης θα εξεταστούν τα οφέλη της Θετικής Ψυχολογίας, ο τρόπος που

Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)
Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης (ΚΕΔΙΒΙΜ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

συνδέεται το Coaching με τη Θετική Ψυχολογία, ο τρόπος εφαρμογής της Θετικής Ψυχολογίας, η αποτελεσματικότητα των εφαρμογών και των μεθόδων των θεραπευτικών της παρεμβάσεων στα διάφορα πεδία όπως στην εκπαίδευση, στην εργασία, στην ψυχική αλλά και στη σωματική υγεία.

Διδακτική Ενότητα 5

Τεχνικές συνεδρίας Coaching

Περιγραφή

Σκοπός της θεματικής ενότητας είναι η εισαγωγή εκπαιδευομένων στις τεχνικές και μεθόδους της συμβουλευτικής θεωρίας και πρακτικής. Συγκεκριμένα παρουσιάζονται οι βασικές αρχές της Συστημικής, Γνωσιακής-Συμπεριφορικής, Προσωποκεντρικής Θεραπείας καθώς και οι αρχές της Συναλλακτικής ανάλυσης.

Εξηγείται ποιος είναι ο ρόλος του Συμβούλου/Coach κατά τη συμβουλευτική διαδικασία καθώς και τα προσόντα τα οποία οφείλει να έχει ένας Σύμβουλος.

Επιπλέον παρουσιάζεται η έννοια της Συναισθηματικής νοημοσύνης (θεωρία του Goleman), οι διαστάσεις και τα οφέλη της για το Σύμβουλο και τον Συμβουλευόμενο.

Αναλύεται η δομή μιας συμβουλευτικής συνεδρίας με τη διαδικασία των τεσσάρων (4) σταδίων : 1. Συναισθηματικό ιστορικό 2. Ενδυνάμωση 3. Σύνδεση με «πραγματικό» εαυτό 4. Στρατηγική και δράση.

Επιπροσθέτως δίνεται έμφαση στις δεξιότητες που θα πρέπει να έχει ένας σύμβουλος/coach, όπως ενεργητική ακρόαση, ενσυναίσθηση, αυθεντικότητα, ειλικρίνεια, αποδοχή άνευ όρων και κατανόηση. Οι εκπαιδευόμενοι εξοικειώνονται με έννοιες όπως μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση ενώ παράλληλα προτείνονται και βιωματικές ασκήσεις χρήσιμες κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας.

Διδακτική Ενότητα 6

Εισαγωγή στις έννοιες [(οικοσυστήματος, υγείας – νοσολογικών οντοτήτων, περιβάλλοντος, θεραπεία (ατόμου - περιβάλλοντος)] θεωρητική και εμπειρική χρήση τους.

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή γίνεται μια εισαγωγή όσον αφορά τις έννοιες της φύσης-οικοσυστήματος, νόσου-υγείας , ατόμου – περιβάλλοντος, μέσα από το πρίσμα βιολογικών αρχών τελεολογίας του φυσικού περιβάλλοντος αλλά και ανθρωπιστικών-υπαρξιακών θεωριών και περιγράφεται η γένεση και η αναγκαιότητα των οικοθεραπειών. Επιπλέον παρουσιάζεται η φιλοσοφία και η αλληλεξάρτηση της ευδαιμονίας και της καλής βιολογίας στο σύνολο των συστημάτων του ανθρώπινου οργανισμού. Αναλύονται οι ευρύτερες σχέσεις ανθρωπ(ισμού)-περιβάλλοντος (φύσης), υγιώς ζειν και ευ ζειν καθώς και η ανάγκη για οικοθεραπεία. Τέλος γίνεται λόγος για την καρδιά και την ψυχή – κυκλοφορία και ύπαρξη ζωής στον άνθρωπο, την κοινωνία , το φυσικό περιβάλλον και παρουσιάζονται οι κοινοί άξονες δομής και θεραπείας.

Διδακτική Ενότητα 7

Δουλεύοντας με συστήματα και κλίμακες. Επίπεδα οικοθεραπείας. Συναισθηματική γεωγραφία και ανθρωπογεωγραφία.

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή γίνεται λόγος για το εξωλεκτικό περιβάλλον, την περιβαλλοντική συνείδηση και τη σχέση τους με τις βιολογικές δραστηριότητες, τις κοινωνικές και ψυχοσυναισθηματικές συνιστώσες ανθρώπου και της κοινότητας. Με εις βάθος αποτύπωση του επιδημιολογικού αναγλύφου των συχνότερων νοσημάτων (καρδιαγγειακών, λοιμωδών, ψυχικής σφαίρας), την συναισθηματική γεωγραφία και ανθρωπογεωγραφία προσεγγίζεται η οικοθεραπεία ως βιολογική θεραπεία αλλά και ψυχοθεραπεία . Καταδεικνύεται πως το περιβάλλον μπορεί να λειτουργήσει ιδεωδώς ως “τρίτος χώρος” θεραπειών και διασφάλισης της υγείας. Από τις βιολογικές αλληλεπιδράσεις στις παρεμβάσεις του περιβάλλοντος περιγράφεται η εξέχουσα θέση στην πρόληψη νοσημάτων φθοράς, όπου η φύση και το περιβάλλον είναι τροφός και θεραπευτής.

Διδακτική Ενότητα 8

Προαγωγή υγείας, ανανέωση από τη Φύση - Βιωματικές και υπαρξιακές διαστάσεις στην αποκατάσταση του περιβάλλοντος και του ανθρώπου στην οικοθεραπεία. - Το περιβάλλον ως εκπαιδευτικό μοντέλο.

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή ανασκοπείται η προαγωγή υγείας όπως επιτελείται με ανανέωση από τη Φύση, τι έρευνα υπάρχει και πως αξιολογούνται οι εκάστοτε θεραπείες. Το περιβάλλον αναλύεται ως εκπαιδευτικό μοντέλο και μαζί περιγράφονται και οι στρατηγικές επικοινωνίας. Πως εδραιώνει πρότυπα ζωής για διατήρηση υγείας και αποφυγή νοσημάτων φθοράς (λοιμώξεις, υπέρταση, διαβήτης, νευροεκφυλιστικά-ανοϊκά σύνδρομα). Πως η Οικοθεραπεία παρέχει το πλαίσιο για να βοηθηθούν οι άνθρωποι να αντιμετωπίσουν κρίσεις, επιδημίες, και χρόνια νοσήματα (Καρδιαγγειακά, μεταβολικά, έλλειψη βιταμινών).

Διδακτική Ενότητα 9

Συνταγογράφηση της φύσης, τεχνικές, προκλήσεις και ηθικά διλήμματα. - Ψηφιακό περιβάλλον και εικονικό περιβάλλον: διπλοί πράκτορες. - Μέλλον και Οικονομικά των οικοθεραπειών.

Περιγραφή

Στην ενότητα αυτή εξετάζονται παραστατικά ο τρόπος με τον οποίο γίνεται η συνταγογράφηση της φύσης, οι τεχνικές προκλήσεις και τα διλήμματα. Παρουσιάζονται μοντέλα οικοθεραπείας, μαζί με την σχετική έρευνα: Άσκηση και φυσική κατάσταση, η εργοφυσιολογία της υγείας (Περίπατος, ηλιακή έκθεση, άλογα, περιηγητική, πόδια στη γη, γευματίζοντας στην φύση). Αναλύεται η σχέση τους με τα συστήματα υγείας. Τέλος ιχνογραφείται το μέλλον και τα οικονομικά των οικοθεραπειών και συνοψίζονται οι άξονες της στην Πολιτική υγείας, στη Μελέτη δεδομένων, στην Αξιολόγηση, στην Αποδοτικότητα σε ουσιαστική πρόληψη και θεραπεία.

Επιστημονικά και Ακαδημαϊκά Υπεύθυνοι Καθηγητές

Οι Επιστημονικά Υπεύθυνοι Καθηγητές του προγράμματος «Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)» είναι οι:

- ❖ Κωνσταντίνα Σκαναβή, Καθηγήτρια Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής και Επικοινωνίας, Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, \
- ❖ Ιωάννης Καλδέλλης Καθηγητής Α΄ βαθμίδας, Αντιπρύτανης Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής για την Έρευνα και Δια Βίου Εκπαίδευση (Πρόεδρος ΕΛΚΕ)

Οι Ακαδημαϊκά Υπεύθυνοι Καθηγητές και Συντονιστές του προγράμματος «Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)» είναι οι:

- ❖ Κωνσταντίνα Σκαναβή, Καθηγήτρια Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής και Επικοινωνίας, Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, kskanavi@uniwa.gr

Οι βασικοί Εκπαιδευτές του προγράμματος «Προπονητική Ζωής (Coaching και Οικοθεραπεία)» είναι οι:

- ❖ Κωνσταντίνα Σκαναβή, Καθηγήτρια Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής και Επικοινωνίας, Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, kskanavi@uniwa.gr
- ❖ Ειρήνη Καραμπάση, Υπ. Δρ. του τμήματος Κοινωνιολογίας Πανεπιστημίου Αιγαίου, Εκπαιδευτικός Π.Ε., karampasirini@gmail.com

Για τα ακαδημαϊκά, γραμματειακά και διοικητικά ζητήματα μπορείτε να επικοινωνείτε με τους Εκπαιδευτές και τα μέλη της γραμματείας του προγράμματος στο email:

- ❖ coachingoccupationtherapy@gmail.com