

Υπηρεσίες για παιδιά & εφήβους

- Ψυχοθεραπεία παιδιών και εφήβων

Η κατεύθυνση που χρησιμοποιείται ψυχοθεραπευτικά είναι η Γνωστική- Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία, η οποία εφαρμόζεται με εξαιρετικά αποτελέσματα σε παιδιά και εφήβους που παρουσιάζουν δυσκολίες στη συμπεριφορά (επιθετικότητα, κακή διαγωγή, καβγάδες-ζήλια-ανταγωνιστικότητα ανάμεσα στα αδέρφια), προβλήματα διατροφής και ύπνου, συναισθηματικές δυσκολίες (άγχος, φοβίες, παιδική/ εφηβική κατάθλιψη, αδυναμία διαχείρισης κρίσεων μέσα στην οικογένεια-διαζύγιο, πένθος κ.ά. Οι συνεδρίες πραγματοποιούνται με το παιδί ή τον έφηβο και αποσκοπούν στην αντιμετώπιση των προβλημάτων του. Παράλληλα πραγματοποιείται και συμβουλευτική γονέων εάν αυτό κριθεί βοηθητικό για την καλύτερη κατανόηση των προβλημάτων του παιδιού και την εξομάλυνση της σχέσης τους

- Εκπαίδευση παιδιών και εφήβων στη Συναισθηματική Νοημοσύνη

Αναγνώριση, διαχείριση και υγιής έκφραση συναισθημάτων

- Αξιολόγηση και αποκατάσταση μαθησιακών δυσκολιών και σχολικής άρνησης

- Επαγγελματικός προσανατολισμός

Υπηρεσίες για ενήλικες

Ατομική ψυχοθεραπεία ενηλίκων

Έχει στόχο την αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων ψυχικής υγείας, όπως κρίσεις πανικού, κατάθλιψη, φοβίες, άγχος, ψυχοσωματικά προβλήματα, σεξουαλικά προβλήματα και την καλύτερη προσαρμογή του ατόμου στο κοινωνικό του περιβάλλον, την βελτίωση των σχέσεων του και την αύξηση της ικανοποίησης και της ευημερίας του.

Συμβουλευτική ενηλίκων

Συμβουλευτική υποστήριξη για την αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων (π.χ., δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις, διαχείριση πένθους/ απώλειας, διαζύγιο, ανεργία).

Συζυγική θεραπεία ή θεραπεία ζεύγους Στις συνεδρίες συμμετέχουν και οι δύο σύζυγοι ή σύντροφοι. Σκοπός της θεραπείας είναι η αντιμετώπιση των προβλημάτων της σχέσης, η ανάπτυξη ουσιαστικής επικοινωνίας και η αύξηση της ικανοποίησης των συντρόφων από την σχέση τους.

Ομαδική Συμβουλευτική

Ομάδα γονέων, Ομάδα αυτογνωσίας, Στήριξη ασθενών με χρόνιες ασθένειες