



Dimitris N. Kiosses, Ph.D.
Professor of Psychology in Psychiatry
Weill Cornell Medicine

Weill-Cornell Institute of Geriatric Psychiatry
21 Bloomingdale Road
White Plains, NY 10605
T: (914) 997-4381/F: (914) 682-5430
Email: dkiosses@med.cornell.edu

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΡΑΤΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Υπεύθυνοι προγράμματος:

Δημήτρης Κιοσσές, Ph.D.

Αντώνης Πολίτης, M.D.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ

9:30 - 12 μμ – Θεωρία και Προσαρμογή σε Διαφορους Πλυθισμούς

1. Πληροφορίες για το ΡΑΤΗ

1. Βιβλιογραφική ανασκόπηση
2. Οι αδυναμίες της θεραπευτικής που αντιμετωπίζει το ΡΑΤΗ
3. Στόχοι του ΡΑΤΗ
4. Προκαταρκτικά αποτελέσματα του ΡΑΤΗ
5. Προσαρμογή σε Διαφορους Πλυθισμούς

2. Θεωρία του ΡΑΤΗ

1. Ο ρόλος των θεραπειών στο ΡΑΤΗ
2. Η δομή του ΡΑΤΗ: βήμα 1, βήμα 2, βήμα 3
3. Βήμα 1: Προσδιορίστε προβλήματα, ανησυχίες, σημεία πυροδότησης (triggers)
4. Βήμα 2: Προσδιορίστε αρνητικά συναισθήματα που σχετίζονται με τα προβλήματα
 - A. Παρακολούθηση αρνητικών συναισθημάτων
5. Βήμα 3: Τεχνικές/εργαλεία που χρησιμοποιούνται στο ΡΑΤΗ
 - A. Τεχνικές ρύθμισης συναισθήματος:
 1. Ονομασία τεχνικών
 2. Περιγραφή τεχνικής
 3. Παράδειγμα τεχνικής
 - B. Ευχάριστες δραστηριότητες:
 1. Σημασία
 2. Αριθμός ανά εβδομάδα
 3. Λίστα ευχάριστων δραστηριοτήτων
 - Γ. Εργαλεία προσαρμογής στο περιβάλλον:
 4. Σημασία
 5. Λίστα εργαλείων περιβαλλοντικής προσαρμογής
 - Δ. Συμμετοχή του φροντιστή
 6. Σημασία
 7. Προβλήματα που μπορεί να προκύψουν
 - E. Οικιακό περιβάλλον



1 - 6 μμ – Δομή και Κλινικές Εφαρμογές

3. Δομή του PATH (Συνεδρία 1-11)

1. Συνεδρία 1
 - A. Εκτίμηση κατάθλιψης και ψυχικής υγείας
2. Συνεδρία 2-11
 - A. Προσδιορίστε 2-3 σημεία πυροδότησης (triggers) σε κάθε συνεδρία και τα αρνητικά συναισθήματα που σχετίζονται με αυτά
 - B. Αναζητήστε σε συνεργασία με τον ασθενή τεχνικές και εργαλεία για την αντιμετώπισή τους
 - Γ. Ζητήστε από τον ασθενή να καταγράψει τα αρνητικά συναισθήματα
 - Δ. Αναθέστε στον ασθενή εργασία για το σπίτι (homework)
 - E. Στο τέλος της συνεδρίας, κάντε περίληψη των όσων συζητήθηκαν
3. Συνεδρία 12
 - A. Περίληψη θεραπείας· συμπεριλάβετε:
 1. Σημεία πυροδότησης (triggers)
 2. Αρνητικά συναισθήματα
 1. Τεχνικές και εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν
 3. Αρχικά συμπτώματα κατάθλιψης και άλλων ψυχικών προβλημάτων

4. Κλινικές Τεχνικές για Διαφορετικούς Πληθυσμούς

1. Ασθενείς με Χρονίο Πονο
2. Ασθενείς με Διπολικές Διαταραχές
3. Ασθενείς με Αυτοκτονικό Ιδεασμό
4. Ασθενείς με Γνωσιακές Διαταραχές

5. Προκλήσεις για τους Θεραπευτές

1. Πως να αντιμετωπίζετε δυσκολίες κατά την διάρκεια της συνεδρίας
2. Πως να αντιμετωπίσετε συγκεκριμένα προβλήματα: διαπροσωπική ένταση, συναισθήματα επιβάρυνσης και ανικανότητας
3. Επιπτώσεις της ανικανότητας και της απελπισίας των ασθενών στους θεραπευτές
4. Τεχνικές περιορισμού της έντασης ανάμεσα στον ασθενή και τον θεραπευτή

6. Case Studies και Συζήτηση

7. Ερωτήσεις-Απαντήσεις