



ΔΗΜΟΥ ΔΙΟΝΥΣΟΥ - ΕΔΡΑ ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ  
ΚΟΙΜΗΣΕΩΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ 26-28 – ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ  
Τηλέφωνο 210 – 6217830

**Σεμινάριο Βελτίωσης σχέσεων: «Δημιουργώντας τις σχέσεις που ονειρευόμαστε»**

***Ανακαλύπτοντας την ωραία πλευρά των ανθρώπων***

Το πολυιατρείο εθελοντών Δήμου Διονύσου συνεργάζεται με την ψυχολόγο-art therapist κ. Έλσα Δημοπούλου και διοργανώνει σεμινάριο με θέμα την βελτίωση των σχέσεων.

Στόχοι του σεμιναρίου:

- Να βελτιώσουν οι συμμετέχοντες την σχέση με τον εαυτό τους
- Να βελτιώσουν την σχέση με τον/την σύντροφο τους
- Να μάθουν ποια είναι τα **εμπόδια** για υγιείς σχέσεις και να τα ξεπεράσουν
- Να μάθουν ποια είναι τα **εφόδια** για υγιείς σχέσεις και να τα εφαρμόσουν
- Να βελτιώσουν την σχέση με τα παιδιά τους

Θεματολογία:

1. Προσωπική Ανάπτυξη-αυτογνωσία
2. Στοιχεία για καλές διαπροσωπικές σχέσεις
3. Πως μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά να διαχειριστούν τα συναισθήματα τους
4. Εμπόδια για υγιείς σχέσεις
5. Εφόδια για υγιείς σχέσεις

Το σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί σε 3 ωριαίες εβδομαδιαίες συναντήσεις.

Ημερομηνίες συναντήσεων : Τετάρτες 2, 9, 16 Οκτωβρίου

Ώρα: 18:00-19:15

Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων:15 άτομα

Για την παρακολούθηση του σεμιναρίου δεν υπάρχει κόστος συμμετοχής

**Εξασφαλίστε την θέση σας σήμερα καλώντας στο 2106217830 , ώρες 09:00-12:00**

**Θα τηρηθεί αυστηρή σειρά προτεραιότητας**

## Σύντομο βιογραφικό εισηγήτριας

Η κ. Έλσα Δημοπούλου σπούδασε Εφαρμοσμένη Κοινωνική με Κλινική Ψυχολογία στο Πανεπιστήμιο του Kent της Αγγλίας (Bsc). Συνέχισε τις σπουδές της στο King's College, όπου πήρε μεταπτυχιακό δίπλωμα στην Εικαστική Ψυχοθεραπεία για παιδιά και εφήβους. Έχει εργαστεί ως παιδοψυχολόγος στον εκπαιδευτικό οργανισμό Place to Be, όπου ήταν υπεύθυνη για τις συμβουλευτικές υπηρεσίες σε σχολεία, καθώς και στην παιδοψυχιατρική κλινική του νοσοκομείου Guy's στο Λονδίνο. Εργασίες της έχουν δημοσιευτεί στο βιβλίο "Διάγνωση και Αξιολόγηση Παιχνιδιού" με τίτλο: «Τεχνικές αφήγησης ιστορίας για την αξιολόγηση των συναισθηματικών προβλημάτων και προβλημάτων συμπεριφοράς των παιδιών». Το 2013 τελείωσε και το δεύτερο μεταπτυχιακό της στη Συμβουλευτική ζευγαριού, στο Πανεπιστήμιο του Hull της Αγγλίας. Στην Ελλάδα εργάζεται ιδιωτικά ως ψυχολόγος με εξειδίκευση στον επαγγελματικό προσανατολισμό για εφήβους και ενήλικες. Παράλληλα είναι πρωτοπόρος ενός εκπαιδευτικού προγράμματος για εργαζομένους σε εταιρείες. Έχει εκπαιδευτεί στη Γνωσιακή Ψυχοθεραπεία στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο και στη Συμβουλευτική Επαγγελματικού Προσανατολισμού στην ISON PSYCHOMETRICA. Επίσης, εξειδικεύεται στο talent management για ιδιώτες και εταιρείες. Έχει δώσει διαλέξεις σε συλλόγους γονέων, φροντιστήρια, πνευματικά κέντρα, σχολεία και επιχειρήσεις. Διεξήγαγε το σεμινάριο εκπαίδευσης σε θέματα επικοινωνίας στην Δημοτική Αστυνομία (600 άτομα) υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηναίων.