

## Εργαστήριο Τραύμα και συν-τραυματισμός (co-traumatisation)

---

### Περιεχόμενο:

- Τραυματικές εμπειρίες
- Διαταραχή που σχετίζεται με τραύμα
- Αντίδραση
- Συν-τραυματισμός (co-traumatisation / vicarious traumatization)
- Πώς μπορώ να προσέξω / φροντίσω τον εαυτό μου;

### Μέθοδος:

Θα γίνουν εναλλασόμενα θεωρητικά input και πρακτικές ασκήσεις στην ομάδα και σε μικρές ομάδες.

### Πλαίσιο:

- Για μια ομάδα 5-15 ατόμων
- Εξοπλισμός: flip-chart, μηχανή προβολής, πανί
- 3 ώρες τουλάχιστον, μέχρι μια ολόκληρη μέρα 8ωρών
- Στα ελληνικά ή στα αγγλικά

### Προσοχή:

Είναι ένα ενημερωτικό σεμινάριο. Αν υπάρχουν σοβαρά ψυχολογικά θέματα, δεν συνιστάται η συμμετοχή γιατί το εργαστήριο δεν είναι θεραπεία.