

ΓΝΩΣΙΑΚΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ		
ΤΜΗΜΑ	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ψ-3616	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	6 ^ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΓΝΩΣΙΑΚΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Κατερίνα Κούτρα		
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ	Επικ. Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις και παρουσιάσεις video	3	4	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Επιστημονικής Περιοχής (επιλογής)		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:			
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ (με εργασία και προσωπική μελέτη με εξετάσεις στην Αγγλική)		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=1096		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα
<p>Το μάθημα αυτό είναι μια εισαγωγή στις γνωσιακές και συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις στην ψυχοθεραπεία. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος θα γίνει κριτική παρουσίαση θεμάτων αναφορικά με τις κλασικές/παραδοσιακές αλλά και τις σύγχρονες προσεγγίσεις στις συμπεριφοριστικές, γνωστικές και γνωστικές-συμπεριφοριστικές θεωρίες για την ανθρώπινη συμπεριφορά. Επίσης, θα συζητηθούν και θα αναλυθούν οι επιδράσεις των προσεγγίσεων αυτών στην ανάπτυξη προγραμμάτων ψυχολογικής παρέμβασης και θεραπείας. Επιπλέον, θα μελετηθούν οι βασικές αρχές και έννοιες της Γνωσιακής-Συμπεριφοριστικής Θεωρίας και Θεραπείας και η κλινική εφαρμογή κυρίως στην κατάθλιψη και στις αγχώδεις και φοβικές διαταραχές, καθώς επίσης και σε άλλες διαταραχές.</p> <p>Με το πέρας του μαθήματος αναμένεται οι φοιτητές να έχουν:</p> <ul style="list-style-type: none">• κατανοήσει τις βασικές έννοιες των συμπεριφοριστικών, γνωστικών και γνωστικών-συμπεριφοριστικών θεωριών,• κατανοήσει την εξέλιξη των παραπάνω θεωριών και τον τρόπο αντίληψης της ανθρώπινης συμπεριφοράς που αυτές προάγουν,• αντιληφθεί τις επιπτώσεις των παραπάνω στην ανάπτυξη ψυχολογικών θεραπειών,• αποκτήσει βασικές γνώσεις γύρω από θέματα ψυχολογικής παρέμβασης με βάση τις αρχές της Γνωσιακής-Συμπεριφοριστικής Θεραπείας.
Γενικές Ικανότητες
<ul style="list-style-type: none">• Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των

απαραίτητων τεχνολογιών

- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
- Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Εισαγωγή στις γνωσιακές-συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις
2. Κλασική ή εξαρτημένη αντανακλαστική μάθηση
3. Συντελεστική και κοινωνική μάθηση
4. Βασικές αρχές και έννοιες στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία (ΓΣΘ)
5. Γνωσιακός τρόπος αντίληψης (cognitive conceptualization)
6. Γνωσιακή-συμπεριφοριστική αξιολόγηση και διατύπωση περίπτωσης
7. Η θεραπευτική σχέση στη ΓΣΘ
8. Θεραπευτικό πλαίσιο και δομή στη ΓΣΘ
9. Γνωσιακές και συμπεριφορικές τεχνικές στη ΓΣΘ
10. Εφαρμογή της ΓΣΘ στην κατάθλιψη
11. Εφαρμογή της ΓΣΘ στις αγχώδεις διαταραχές
12. Ευρύτερες εφαρμογές της ΓΣΘ
13. Εξελίξεις στη ΓΣΘ: το «τρίτο κύμα»

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	Στην τάξη (Πρόσωπο με πρόσωπο)		
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ	Χρήση Τ.Π.Ε. στη διδασκαλία. Υποστήριξη Μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-learn.		
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	Δραστηριότητες Μαθήματος	Φόρτος Εργασίας	ECTS Μονάδες
	Παραδόσεις Μαθήματος	39 ώρες (13 διαλέξεις x 3 ώρες)	1,56
	Υποχρεωτική εργασία	20 ώρες	0,8
	Αυτοτελής μελέτη και προετοιμασία τελικής εξέτασης	40 ώρες	1,6
	Τελική εξέταση	2 ώρες	0,08

	<i>Σύνολο</i>	<i>101 ώρες</i>	<i>4,04</i>
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ	<p>Η αξιολόγηση γίνεται στην Ελληνική γλώσσα. Για τους φοιτητές Erasmus, στην Αγγλική γλώσσα.</p> <p>I. Γραπτή τελική εξέταση (80%) που περιλαμβάνει:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής - Ερωτήσεις σύντομης ανάπτυξης - Ερωτήσεις εφαρμογής γνώσεων (με βάση σύντομη αναφορά προβλήματος/μελέτη περίπτωσης) <p>II. Υποχρεωτική εργασία (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Γραπτή ατομική εργασία, παρουσίαση μελέτης περίπτωσης <p>Τα κριτήρια αξιολόγησης είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές μέσω της ηλεκτρονικής σελίδας του μαθήματος που φιλοξενείται στην πλατφόρμα e-learn.</p>		

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<ul style="list-style-type: none"> • Beck, J. (2016). <i>Εισαγωγή στη Γνωστική-Συμπεριφορική Θεραπεία</i> (Επιμέλεια: Γ. Σίμος). Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη. • Γενά, Α. (2007). <i>Θεωρία και πράξη της ανάλυσης της συμπεριφοράς</i>. Αθήνα: Εκδόσεις Gutenberg. • Καλπάκογλου, Θ. (2013). <i>Άγχος και πανικός: Γνωσιακή θεωρία και θεραπεία</i>. Αθήνα: Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας Συμπεριφοράς. Δωρεάν έκδοση pdf. • Newman, C.F. (2017). <i>Βασικά στοιχεία επάρκειας στη Γνωστική-Συμπεριφορική Θεραπεία: Η ανάπτυξη ενός αποτελεσματικού και ικανού θεραπευτή της γνωστικής συμπεριφορικής προσέγγισης</i> (Επιμέλεια: Π. Ρούσση, Μ. Κοσμίδου). Αθήνα: Εκδόσεις Gutenberg. • Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2013). <i>Θεραπεία Σχημάτων: Ένας οδηγός για τον θεραπευτή</i> (Επιμέλεια: Γ. Σίμος). Αθήνα: Πατάκης. • Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2012). <i>Εισαγωγή στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεραπεία: Τεχνικές και Εφαρμογές</i> (Επιμέλεια: Α. Καλαντζή-Αζίζι, Κ. Ευθυμίου). Αθήνα: Πεδίο. • Επιλεγμένα άρθρα από τα επιστημονικά περιοδικά: Cognitive Behaviour Therapy, Behavioural and Cognitive Psychotherapy, etc.
