

Ο Δρόμος προς την Ενηλικιότητα: Ξεπερνώντας τις Παγίδες του Παρελθόντος

ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ:
Η ΚΑΘΗΛΩΣΗ
ΣΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

Τι είναι οι
"Δυσλειτουργικές
Παραδοχές";

Είναι ψυχικές στρεβλώσεις
από την παιδική ηλικία
που εμποδίζουν την
αλλαγή στο παρόν.

Πώς μας επηρεάζουν;
Προκαλούν φόβο αλλαγής,
αυτο-υποτίμηση και αίσθημα
ματαιώσης, εμποδίζοντας
την ωριμότητα.

Η ΛΥΣΗ:
Ο ΔΡΟΜΟΣ ΠΡΟΣ
ΤΗΝ ΩΡΙΜΟΤΗΤΑ

Φάση 3:
Παγίωση & Νέα
Πορεία

Δημιουργούμε μια νέα,
αυθεντική αντίληψη της
πραγματικότητας και
κατακτούμε την ενηλικιότητα.

Φάση 2:
Επεξεργασία &
Ανάκτηση

Κατανοούμε το παρελθόν
και ανακαλύπτουμε τις χαμένες
μας δυνατότητες και
λειτουργίες.

Φάση 1:
Αναγνώριση &
Διάκριση

Εντοπίζουμε τις παραδοχές
και ξεχωρίζουμε τους
πραγματικούς από τους
φανταστικούς κινδύνους.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ VS.
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ:
ΤΑ ΟΡΙΑ

Ο Ρόλος του
Συμβούλου/Θεραπευτή
Επεξεργάζεται βαθύτερα
ψυχικά τραύματα που
κρατούν το άτομο
καθελωμένο.

Ο Ρόλος του
Εκπαιδευτή
Ενηλίκων
Παρέχει στήριξη σε
μεταβάσεις ζωής, χωρίς
ψυχοθεραπευτική
παρεμβάση.