



ON LINE ΥΠΗΡΕΣΙΑ

ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ—ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ



www.epsyka.gr

Η Εταιρία Ψυχικής Υγείας και Κοινωνικής Αποκατάστασης (Ε.Ψ.Υ.Κ.Α.) παρέχει **ΔΩΡΕΑΝ** υπηρεσίες βραχείας ψυχοθεραπείας και συμβουλευτικής, μέσω διαδικτύου (online) σε ανθρώπους που αντιμετωπίζουν ψυχικά προβλήματα που προέκυψαν ή επιδεινώθηκαν στη διάρκεια της πανδημίας COVID-19.

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Οι υπηρεσίες απευθύνονται σε ενήλικες και πιο συγκεκριμένα:

- Σε άτομα που βιώνουν άγχος, ένταση, δυσκολίες στον ύπνο και κρίσεις πανικού
- Σε άτομα που βιώνουν θλίψη
- Σε άτομα που βιώνουν δυσκολίες στις οικογενειακές ή στενές διαπροσωπικές τους σχέσεις
- Στις οικογένειες και φροντιστές ατόμων με αναπηρία
- Σε άτομα που εργάζονται σε υπηρεσίες υγείας
- Σε άτομα που νοσούν από COVID-19 ή σε άτομα που νοσεί κάποιο κοντινό τους πρόσωπο από COVID-19.
- Σε άτομα που παραπέμπονται από τη γραμμή ψυχοκοινωνικής υποστήριξης 10306

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Η Βραχεία ψυχοθεραπεία – συμβουλευτική είναι μία μέθοδος που σκοπό έχει την ανακούφιση συγκεκριμένων συμπτωμάτων ή δυσκολιών μέσα από στοχευμένες παρεμβάσεις και συγκεκριμένο αριθμό συνεδριών, συνήθως 10-15, διάρκειας 50΄ η κάθε μία.

Εφόσον υπάρξει ζήτηση, υπάρχει η δυνατότητα ομαδικών συνεδριών, υποστήριξης γονέων και φροντιστών ατόμων με αναπηρία, επαγγελματιών ψυχικής υγείας, ασθενών με COVID και των οικογενειών τους κα.

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Οι υπηρεσίες παρέχονται ΔΩΡΕΑΝ μέσω διαδικτύου και συγκεκριμένα μέσω των εφαρμογών SKYPE, VIBER και ZOOM, από το εξειδικευμένο προσωπικό της Ε.Ψ.Υ.Κ.Α., που απαρτίζεται από ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές και νοσηλευτές ψυχικής υγείας.

Για την παροχή των υπηρεσιών είναι απαραίτητη η δυνατότητα πρόσβασης στο διαδίκτυο, καθώς και η εγκατάσταση και χρήση των αναγκαίων εφαρμογών. Για την εγκατάσταση και χρήση των εφαρμογών υπάρχει η δυνατότητα καθοδήγησης από την ομάδα μας.

Οι υπηρεσίες θα παρέχονται από συγκεκριμένο επαγγελματία, σε προκαθορισμένη μέρα και ώρα, σε εβδομαδιαία βάση. Οι μέρες και οι ώρες των συνεδριών εξαρτώνται από τη διαθεσιμότητα των επαγγελματιών.

Καλό είναι, την ώρα της συνεδρίας να υπάρχει η δυνατότητα ήσυχου περιβάλλοντος ώστε να μη διαταράσσεται η ομαλή διεξαγωγή της συνεδρίας.

ΠΩΣ ΘΑ ΚΛΕΙΣΩ ΡΑΝΤΕΒΟΥ

Για να κλείσετε ραντεβού θα πρέπει να συμπληρώσετε στη φόρμα επικοινωνίας το ονοματεπώνυμό σας, ένα τηλέφωνο επικοινωνίας στο οποίο να μπορούμε να σας καλέσουμε και μία σύντομη περιγραφή του θέματος που αντιμετωπίζετε ή του ερωτήματος που θέλετε να μας θέσετε.

Στη συνέχεια, θα επικοινωνήσουμε μαζί σας το συντομότερο δυνατό ώστε να μας δώσετε τις απαραίτητες πληροφορίες για εσάς. Εφόσον μπορούμε να σας εξυπηρετήσουμε, ο επαγγελματίας που θα σας αναλάβει θα έρθει σε επαφή μαζί σας προκειμένου να κανονίσετε τη μέρα και ώρα της συνεδρίας.

ΑΠΟΡΡΗΤΟ

Τόσο στην επικοινωνία μας μαζί σας όσο και στη διάρκεια των συνεδριών ισχύει το απόρρητο βάσει της νομοθεσίας και του κώδικα δεοντολογίας των επαγγελματιών ψυχικής υγείας.

Τα προσωπικά δεδομένα που θα συλλέξουμε θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για την παροχή των υπηρεσιών ψυχοθεραπείας – συμβουλευτικής και για κανέναν άλλο λόγο πλην της ανωνυμοποιημένης στατιστικής επεξεργασίας. Πρόσβαση σ' αυτά θα έχουν μόνο οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας που απασχολούνται στην παροχή των υπηρεσιών.

Πριν επικοινωνήσετε μαζί μας παρακαλούμε να διαβάσετε την πολιτική απορρήτου και προστασίας προσωπικών δεδομένων και να συμφωνήσετε με αυτήν.

Η Ε.Ψ.Υ.Κ.Α. ουδεμία ευθύνη φέρει για τη χρήση λογισμικού καθώς και ό,τι αφορά τις υπηρεσίες διαδικτύου οι οποίες εξαρτώνται αποκλειστικά από τον πάροχό σας.