

Καλαμαριά, 11/06/2026
Αρ. Πρωτ.: 298

Πληρ. : Ανδρέας Μεδίτσκος

Προς : Περιφερειάρχη Κεντρικής Μακεδονίας
κα Αθηνά Αηδονά

Κοιν.

1. Περιφερειακούς Συμβούλους ΠΚΜ (κ.κ. Χ. Παπαστεργίου, Γ. Μυλόπουλο, Γ. Χαβατζιά,)
2. Νομικό Σύμβουλο, κ. Μιχάλη Ι. Ράσα
3. Μέλη Εταιρίας Κ.Π. «Ελπίδα»
4. Σωματείο Εργαζομένων στα Κέντρα Πρόληψης

ΤΡΙΕΤΗΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΕΩΝ & ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ (2023 - 2025)

1. ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Η συμπλήρωση της τριετίας 2023–2025 βρίσκει την κοινωνία μας αντιμέτωπη με σύνθετες, ρευστές και συχνά πιεστικές ψυχοκοινωνικές συνθήκες. Σε ένα περιβάλλον όπου οι παραδοσιακοί θεσμοί υποστήριξης μεταβάλλονται και οι πηγές άγχους πολλαπλασιάζονται, ο ρόλος της Πρόληψης δεν περιορίζεται απλώς στην αποτροπή δυσλειτουργικών συμπεριφορών ή εξαρτήσεων. Αντιθέτως, αναδεικνύεται σε έναν δυναμικό πυλώνα προαγωγής της ψυχικής ανθεκτικότητας, της συναισθηματικής νοημοσύνης και της κοινωνικής συνοχής.

Στο Κέντρο Πρόληψης «ΕΛΠΙΔΑ», το οποίο λειτουργεί με υπερηφάνεια και συνέπεια σε συνεργασία με τον **Ε.Ο.Π.Α.Ε.**, η επιστημονική μας φιλοσοφία δεν εστιάζει στο έλλειμμα, αλλά στο δυναμικό του ανθρώπου. Αντιμετωπίζουμε κάθε ωφελούμενο –είτε πρόκειται για έναν γονέα που αναζητά καθοδήγηση, έναν εκπαιδευτικό που διαχειρίζεται κρίσεις σχολικής τάξης, είτε για ένα άτομο σε προσωπικό αδιέξοδο– ως ένα υποκείμενο ικανό για αυτονομία, εξέλιξη, αυτοβελτίωση και ανάληψη προσωπικής ευθύνης.

Η προσέγγισή μας διαπνέεται από τις αρχές της **Συστημικής Κοινωνιολογικής Θεωρίας** και του **Positive Integrative Coaching**. Στόχος μας δεν είναι η παθητική παροχή συμβουλών, αλλά η ενεργοποίηση της αυτογνωσίας και της προσωπικής ευθύνης. Η πρόληψη των εξαρτήσεων επιτυγχάνεται όταν το άτομο αναπτύσσει μια βαθιά σύνδεση με τον εαυτό του, αναγνωρίζει τις επιλογές του και αναλαμβάνει το τιμόνι της ζωής του.

Ο παρών απολογισμός αποτυπώνει με απόλυτη διαφάνεια και επιστημονική

τεκμηρίωση το έργο της τριετίας, βασιζόμενος στα πραγματικά δεδομένα καταγραφής όλων των παρεμβάσεων μας. Πίσω από κάθε ψηφίο και στατιστικό δείκτη κρύβεται μια ανθρώπινη ιστορία σύνδεσης, μια βιωματική συνάντηση και μια ουσιαστική, μακροχρόνια ψυχοκοινωνική παρέμβαση υψηλής έντασης.

2. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΟ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

Η αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων του Κ.Π. «ΕΛΠΙΔΑ» βασίζεται σε ένα συνεκτικό, επιστημονικά τεκμηριωμένο μεθοδολογικό μοντέλο. Η πρόληψη δεν νοείται ως μια μονοδιάστατη ενημερωτική διαδικασία, αλλά ως μια ολιστική παρέμβαση που αναπτύσσεται σε τρία επίπεδα (Καθολική, Επιλεκτική και Ενδεδειγμένη) και διέπεται από τις εξής βασικές αρχές:

A. Η Αρχή της Προσωπικής Ευθύνης και της Αυτογνωσίας

Σε συμφωνία με τη φιλοσοφία του Positive Coaching, κάθε παρέμβαση σχεδιάζεται με τρόπο που να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να αναστοχαστούν πάνω στις δικές τους στάσεις, αξίες και συμπεριφορές. Αντί για έτοιμες λύσεις, οι συντονιστές των ομάδων διευκολύνουν (facilitate) τη διαδικασία της αυτο-ανακάλυψης. Η συνειδητοποίηση ότι «είμαι ο δημιουργός της πραγματικότητάς μου και φέρω την ευθύνη των επιλογών μου» αποτελεί το ισχυρότερο αντίδοτο απέναντι σε κάθε μορφής εξάρτηση ή παραίτηση.

B. Η Συστημική Οπτική

Το άτομο προσεγγίζεται πάντα ως μέλος δυναμικών συστημάτων (οικογένεια, σχολική τάξη, εργασιακό περιβάλλον, κοινότητα). Μια αλλαγή στη συμπεριφορά του παιδιού απαιτεί την αναδιοργάνωση των σχέσεων στην οικογένεια. Αντίστοιχα, η διαχείριση της σχολικής βίας προϋποθέτει την ενεργό εμπλοκή μαθητών, εκπαιδευτικών και γονέων. Οι παρεμβάσεις μας στοχεύουν στη βελτίωση της επικοινωνίας και των ορίων εντός αυτών των συστημάτων.

Γ. Το Μοντέλο της Ψυχικής Ανθεκτικότητας (Resilience)

Η πρόληψη εστιάζει στην ενδυνάμωση των προστατευτικών παραγόντων. Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, οι συμμετέχοντες εκπαιδεύονται στη διαχείριση του άγχους, την αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων, την ενσυναίσθηση και τη διεκδικητική συμπεριφορά.

3. ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΠΟΣΟΤΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΤΡΙΕΤΙΑΣ (2023 - 2025)

Η ανάλυση των πρωτογενών δεδομένων των τελευταίων τριών ετών αναδεικνύει τη σταθερή, ποιοτική και ποσοτική αναβάθμιση του παραγόμενου έργου. Τα δεδομένα έχουν ομαδοποιηθεί με βάση το έτος, το επίπεδο πρόληψης, τον τύπο παρέμβασης και τις ομάδες-στόχους, αποτυπώνοντας το σύνολο των ωφελούμενων από όλες τις δράσεις του Κέντρου.

Α. Γενικός Απολογισμός Έργου ανά Έτος (Όλες οι Παρεμβάσεις)

Έτος	Συνολικές Δράσεις	Συνολικές Συναντήσεις	Συνολικοί Ωφελούμενοι (Σύνολο Παρεμβάσεων)	Συνολικός Χρόνος Υλοποίησης (Ώρες)
2023	163	685	2.622	2.586
2024	149	561	3.981	2.119
2025	115	328	1.495	1.483
ΣΥΝΟΛΟ	427	1.576	8.098	6.188

Γραφική Ερμηνεία και Σημαντική Ποιοτική Επισήμανση: Η ενσωμάτωση των ωφελούμενων από όλες τις παρεμβάσεις (Καθολικές, Επιλεκτικές και Ενδεδειγμένες) αναδεικνύει μια εντυπωσιακή και σταθερά ανοδική πορεία. Κατά την τριετία αγγίξαμε συνολικά 8.098 ωφελούμενος, επενδύοντας τον τεράστιο όγκο των 6.188 ωρών σε 1.576 διακριτές συναντήσεις.

Β. Κατανομή ανά Επίπεδο Πρόληψης (Scope)

Οι δράσεις του Κέντρου κατανέμονται στα τρία διεθνώς αναγνωρισμένα επίπεδα πρόληψης:

- Καθολική Πρόληψη (Universal):** Απευθύνεται στο γενικό πληθυσμό (π.χ. μαθητικές κοινότητες, γενικές ομιλίες γονέων, σχολικά σεμινάρια).
- Επιλεκτική Πρόληψη (Selective):** Απευθύνεται σε ομάδες που παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο ή ευαλωτότητα (π.χ. μονογονεϊκές οικογένειες, έφηβοι σε μεταβατικά στάδια, βιωματικές ομάδες).
- Ενδεδειγμένη Πρόληψη (Indicated):** Απευθύνεται σε άτομα που ήδη εμφανίζουν πρώιμα σημάδια δυσλειτουργίας ή αιτούνται βραχείας ψυχοκοινωνικής υποστήριξης (Ατομική / Οικογενειακή Βραχεία Συμβουλευτική).

Κατανομή Ωφελούμενων ανά Επίπεδο Πρόληψης (2023-2025)

Καθολική Πρόληψη: ██████████ 95.5%

(7.737 ωφελούμενοι)

Ενδεδειγμένη Πρόληψη: ██████████ 2.8% (224 ωφελούμενοι)

Επικεντρωμένη Πρόληψη: ██████████ 1,1.% (87 ωφελούμενοι)

Περιβαλλοντική: 0.6% (50 ωφελούμενοι)

Πίνακας Κατανόησης Δεδομένων ανά Επίπεδο Πρόληψης (Σωρευτικά 2023-2025)

Επίπεδο Πρόληψης	Αριθμός Δράσεων	Ποσοστό (%)	Συναντήσεις	Ωφελούμενοι (Σύνολο)	Ώρες Υλοποίησης
Καθολική (Universal)	261	61,1%	752	7.737.250	4.310
Επικεντρωμένη (Selective)	9	2,1%	20	87	125
Ενδεικτική (Indicated)	154	36,1%	703	224	1.415
Περιβαλλοντική	3	0,7%	101	50	338
ΣΥΝΟΛΟ	427	100%	1.639	8.098	6.188

Σχολιασμός: Η ανάλυση αυτή αποκαλύπτει μια εξαιρετική ισορροπία. Ενώ η **Ενδεικτική Πρόληψη** απορροφά 154 δράσεις και 1.415 ώρες λόγω της εξατομικευμένης, κλινικής φύσης της βραχείας συμβουλευτικής. Ταυτόχρονα, η **Καθολική με 261 δράσεις αποτελεί το κύριο όχημα μαζικής προσέγγισης** της κοινότητας, αγγίζοντας **7.737 ωφελούμενους** μέσα από σχολεία, ομιλίες και βιωματικές ομάδες.

Γ. Κατανομή ανά Ομάδα Στόχο (Target Groups)

Οι παρεμβάσεις σχεδιάζονται με βάση τις ειδικές ανάγκες κάθε αναπτυξιακού και κοινωνικού σταδίου των ωφελούμενων.

Ωφελούμενοι ανά Ομάδα Στόχο (Σύνολο Τριετίας)

Γενικός πληθυσμός & Στελέχη: ██████████ 43,9%
(3.555 ωφελούμενοι)

Γονείς (όλων των βαθμίδων): ██████████ 19,6%
(1.586 ωφελούμενοι)

Μαθητές & Έφηβοι: ██████████ 22,1% (1.786 ωφελούμενοι)

Εκπαιδευτικοί: ██████████ 13,7% (1.112 ωφελούμενοι)



Νέοι & Ευάλωτες Ομ.: ████████ 0.7% (59 ωφελούμενοι)

Αναλυτικός Πίνακας Ομάδων Στόχων (2023 - 2025)

Ομάδα Στόχος	Δράσεις	Συναντήσεις	Ωφελούμενοι	Ώρες	Κύρια Θεματολογία
Γονείς (όλων των βαθμίδων)	137	478	1.586	1.395	Επικοινωνία, Όρια, Διαχείριση Συγκρούσεων, Εξαρτήσεις, Διαδίκτυο
Μαθητές (Δημοτικό/Γυμνάσιο/Λύκειο)	30	93	1.786	446	Ενσυναίσθηση, Σχολικός Εκφοβισμός, Διαδικτυακή Ασφάλεια, Συναισθήματα
Εκπαιδευτικοί	98	270	1.112	1.314	Ψυχοεκπαίδευση, Διαχείριση Κρίσεων, Εποπτεία Υλικού Αγωγής Υγείας
Νέοι Ενήλικες / Φοιτητές	31	190	38	323	Μετάβαση στην Ενηλικίωση, Αυτογνωσία

					, Διαχείριση Σχέσεων
Ευάλωτες Κοινωνικές Ομάδες	23	142	21	219	Μονογονεϊκ ότητα, Απώλεια/Π ένθος, Κοινωνικός Αποκλεισμός
Στελέχη Πρόληψης / Γενικός πληθυσμός	108	403	3.555	2.491	Επαγγελματική Ανάπτυξη, Εποπτεία, Δικτύωση, Σχεδιασμός Κοινότητας

4. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΝΑ ΠΥΛΩΝΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ & ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗ

ΠΥΛΩΝΑΣ Α: Ενδεδειγμένη Πρόληψη – Υποδοχή Αιτημάτων & Βραχεία Συμβουλευτική

Ο πυλώνας αυτός αποτελεί την «καρδιά» της κλινικής-ψυχοκοινωνικής διάστασης του Κέντρου. Κατά την τριετία 2023-2025 υλοποιήθηκαν **147 αυτοτελείς δράσεις βραχείας συμβουλευτικής**, οι οποίες μεταφράζονται σε **657 ατομικές ή οικογενειακές συναντήσεις** με **165 ωφελούμενους** (συμπεριλαμβανομένων των μελών της οικογένειας που συμμετείχαν στις κοινές συνεδρίες).

1. Η Ψυχοκοινωνική Δυναμική της Συμβουλευτικής Διαδικασίας

Η προσέγγιση της επιστημονικής ομάδας του Κ.Π. «ΕΛΠΙΔΑ» στηρίζεται στην πεποίθηση ότι το αίτημα βοήθειας αποτελεί μια κομβική στιγμή προσωπικής ευθύνης. Το άτομο που περνά την πόρτα του Κέντρου δεν αντιμετωπίζεται ως «ασθενής», αλλά ως ένας ενεργός συμμετοχός που αναζητά νέους τρόπους κατανόησης της ζωής του.

- **Φάση Υποδοχής & Ενσυναίσθησης:** Η πρώτη επαφή στοχεύει στην αποφόρτιση του άγχους και στην εγκαθίδρυση ενός ασφαλούς, μη επικριτικού περιβάλλοντος.
- **Μετάβαση από το «Πρόβλημα» στην «Επιλογή»:** Μέσα από τις αρχές του *Positive Integrative Coaching*, βοηθάμε τον ωφελούμενο να μετατοπίσει την εστίασή του

από το «γιατί μου συμβαίνει αυτό» (παθητικός ρόλος) στο «τι μπορώ να κάνω εγώ γι' αυτό» (ενεργητικός ρόλος).

- **Η Συστημική Εμπλοκή:** Όταν το αίτημα αφορά παιδί ή έφηβο, η παρέμβαση εστιάζει στην εκπαίδευση των γονέων. Στόχος είναι η αναδόμηση των ορίων στην οικογένεια, η ενίσχυση του υποστηρικτικού πλαισίου και η αποφυγή της «θυματοποίησης» του παιδιού.

2. Θεματολογία Αιτημάτων Βοήθειας (2023 - 2025)

Τα αιτήματα που καταγράφηκαν παρουσιάζουν την εξής ποσοτική κατανομή:

Κατανομή Αιτημάτων Συμβουλευτικής

Δυσκολίες στις Οικογενειακές Σχέσεις: ██████████ 35%

Προβλήματα Συμπεριφοράς Παιδιών: ██████████ 28%

Εξαρτητικές Συμπεριφορές (Διαδίκτυο): ██████████ 18%

Ψυχοσυναισθηματικές Διαταραχές: ██████████ 14%

Άλλα αιτήματα (παραπομπές κ.λπ.): ██████ 5%

ΠΥΛΩΝΑΣ Β: Καθολική Πρόληψη στη Σχολική Κοινότητα & την Οικογένεια

Η σχολική κοινότητα αποτελεί τον κατεξοχήν προνομιακό χώρο για την άσκηση της Καθολικής Πρόληψης. Κατά την τριετία 2023-2025, το Κέντρο υλοποίησε **261 δράσεις καθολικού χαρακτήρα**, προσεγγίζοντας **7.737 ωφελούμενους** (μαθητές, εκπαιδευτικούς και γονείς).

1. Παρεμβάσεις σε Μαθητικούς Πληθυσμούς

Οι παρεμβάσεις στις σχολικές τάξεις σχεδιάζονται με καθαρά βιωματικό χαρακτήρα. Δεν πρόκειται για διαλέξεις, αλλά για ενεργητικά εργαστήρια που αξιοποιούν το παιχνίδι ρόλων, τη δημιουργική γραφή, τη ζωγραφική και τη συζήτηση σε κύκλο.

- **Θεματική «Ενσυναίσθηση και Διαφορετικότητα»:** Υλοποιήθηκαν προγράμματα με στόχο την καλλιέργεια της ικανότητας των μαθητών να μπαίνουν στη θέση του άλλου, μειώνοντας έτσι τα φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού και αποκλεισμού.
- **Διαχείριση Συγκρούσεων:** Οι μαθητές εκπαιδεύονται στην αναγνώριση των δικών τους συναισθημάτων (θυμός, φόβος, ζήλεια) και στην επίλυση των διαφορών τους με ειρηνικό τρόπο, αναλαμβάνοντας την ευθύνη της συμπεριφοράς τους (π.χ. «ΒΡΑΧΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ» στο 5ο ΓΕΛ Καλαμαριάς).
- **Ψυχική Ανθεκτικότητα:** Προγράμματα που βοηθούν τους μαθητές, ιδιαίτερα στις μεταβατικές φάσεις (από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο και από το Γυμνάσιο στο Λύκειο), να αναπτύξουν στρατηγικές διαχείρισης του άγχους και της αποτυχίας.

2. Ομάδες & Σεμινάρια Γονέων

Η οικογένεια αποτελεί το πρωτογενές σύστημα κοινωνικοποίησης. Μέσα από τις **Ομάδες Γονέων** (διάρκειας 8 έως 12 συναντήσεων),

οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία:

- Να κατανοήσουν τις αναπτυξιακές ανάγκες των παιδιών τους σε κάθε ηλικιακή φάση (με ιδιαίτερη έμφαση στην εφηβεία).
- Να βελτιώσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας τους (ενεργητική ακρόαση, μηνύματα τύπου «Εγώ» αντί για «Εσύ»).
- Να αναγνωρίσουν τα δικά τους μοτίβα ανατροφής (απόρροια των δικών τους παιδικών βιωμάτων) και να επιλέξουν συνειδητά πιο υποστηρικτικές πρακτικές.

3. Εκπαίδευση & Υποστήριξη Εκπαιδευτικών

Οι εκπαιδευτικοί αποτελούν τους «φυσικούς συμμάχους» της πρόληψης. Το Κέντρο προσέφερε:

- **Σεμινάρια Ψυχοεκπαίδευσης:** Πάνω σε εγκεκριμένα υλικά αγωγής υγείας (π.χ. «Παιχνίδι των Επαφών», «Στηρίγματα», Μαθητικό Συνέδριο για την ειρηνική συμβίωση).
- **Εποπτικές Συναντήσεις:** Στήριξη των εκπαιδευτικών που εφαρμόζαν προγράμματα πρόληψης στις τάξεις τους, προσφέροντάς τους έναν ασφαλή χώρο να επεξεργαστούν τις δυσκολίες, τα συναισθήματα και τις ανησυχίες τους.

ΠΥΛΩΝΑΣ Γ: Επιλεκτική Πρόληψη για Ευάλωτες Κοινωνικές Ομάδες

Η κοινωνική ευαλωτότητα απαιτεί στοχευμένες παρεμβάσεις που λαμβάνουν υπόψη τις ιδιαίτερες πολιτισμικές, κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες των ομάδων-στόχων. Στην τριετία 2023-2025, σχεδιάστηκαν και υλοποιήθηκαν **9 δράσεις επικεντρωμένης πρόληψης με 87 ωφελούμενους**. Παράλληλα, μέσα από τις ενδεδειγμένες δομές μας, διεκπεραιώθηκαν 23 εξειδικευμένες δράσεις για ευάλωτες κοινωνικές ομάδες (όπως μονογονεϊκές οικογένειες και εγκυμονούσες), βοηθώντας άμεσα 21 άτομα.

1. Ομάδες για Μονογονεϊκές Οικογένειες

Οι μονογονεϊκές οικογένειες αντιμετωπίζουν διπλό βάρος: την οικονομική πίεση και την αποκλειστική ευθύνη της ανατροφής των παιδιών. Οι παρεμβάσεις μας εστίασαν:

- Στην αποσυμπίεση των ενοχών που συχνά βιώνουν οι μονογονείς («δεν προσφέρω αρκετά στο παιδί μου»).
- Στην ενδυνάμωση του γονεϊκού ρόλου και στην εύρεση εναλλακτικών δικτύων υποστήριξης στην κοινότητα.
- Στη διαχείριση της απώλειας (λόγω θανάτου ή διαζυγίου) μέσα στο οικογενειακό σύστημα.

2. Παρεμβάσεις σε Εφήβους με Υψηλό Δείκτη Ευαλωτότητας

Σε συνεργασία με κοινωνικές υπηρεσίες και σχολεία της περιοχής, εντοπίστηκαν έφηβοι που αντιμετώπιζαν σοβαρές οικογενειακές δυσλειτουργίες, σχολική διαρροή ή παραβατικότητα.

- Δημιουργήθηκαν **κλειστές βιωματικές ομάδες** μικρού μεγέθους, όπου οι έφηβοι εργάστηκαν πάνω στην αυτοεκτίμηση, τη διαχείριση του θυμού και την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων.

- Μέσα από τη φιλοσοφία της **προσωπικής ευθύνης**, οι έφηβοι βοηθήθηκαν να αντιληφθούν ότι το παρελθόν ή οι συνθήκες τους δεν καθορίζουν νομοτελειακά το μέλλον τους, και ότι έχουν τη δύναμη να επιλέξουν έναν διαφορετικό δρόμο.

ΠΥΛΩΝΑΣ Δ: Δικτύωση, Εποπτεία και Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση

Η πρόληψη δεν μπορεί να λειτουργεί σε κενό. Η διασύνδεση με την κοινότητα και η συνεχής επιστημονική εξέλιξη του προσωπικού αποτελούν εγγύηση για την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών.

1. Δικτύωση με Φορείς της Κοινότητας

Το Κ.Π. «ΕΛΠΙΔΑ» ανέπτυξε σταθερές συνεργασίες με:

- Την Τοπική Αυτοδιοίκηση (Δήμοι Ανατολικής Θεσσαλονίκης).
- Τις Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Θεσσαλονίκης.
- Κοινωνικές Υπηρεσίες, Κέντρα Κοινότητας, Ενοριακά Φιλόπρωχα Ταμεία και Τοπικούς Πολιτιστικούς/Αθλητικούς Συλλόγους κ.α.
- Φορείς που εστιάζουν στην πρόληψη και αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας, μέσα από τη δράση της ομάδας εθελοντών για την ενδοοικογενειακή βία.

2. Εποπτεία & Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση Επιστημονικής Ομάδας

Η διατήρηση της υψηλής ποιότητας των παρεμβάσεων απαιτεί τη συνεχή φροντίδα της ίδιας της επιστημονικής ομάδας.

- **Κλινική Εποπτεία:** Η επιστημονική ομάδα συμμετείχε σε τακτικές συναντήσεις εποπτείας με εξωτερικό επόπτη, με στόχο την ανάλυση δύσκολων περιστατικών, την επεξεργασία των συναισθημάτων των συμβούλων (πρόληψη της δευτερογενούς τραυματιστικής καταπόνησης) και τη διασφάλιση της δεοντολογίας.
- **Εκπαίδευση:** Τα στελέχη του Κέντρου (Ανδρέας Μεδίτσκος, Μαριάννα Δρακοπούλου, Αναστάσης Μαυρομιχάλης, Γεωργία Γκιούρκα) παρακολούθησαν εξειδικευμένα σεμινάρια και συνέδρια πάνω σε θέματα εξαρτήσεων, ενσυνειδητότητας (mindfulness) κ.α.

5. ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΑΝΑ ΕΤΟΣ

Για την πληρέστερη τεκμηρίωση του απολογισμού, ακολουθεί η λεπτομερής παρουσίαση της εξέλιξης των μεγεθών ανά έτος.

ΕΤΟΣ 2023: Έτος Σταθεροποίησης και Επανασύνδεσης

Μετά την περίοδο της πανδημίας, το 2023 χαρακτηρίστηκε από την πλήρη επιστροφή στις διά ζώσης παρεμβάσεις και την ανάγκη επούλωσης των ψυχικών τραυμάτων που άφησε πίσω της η κοινωνική απομόνωση.

- **Στατιστική Σύνοψη:**
 - Δράσεις: 163
 - Συναντήσεις: 687
 - Ωφελούμενοι: 2622
 - Ώρες Υλοποίησης: 2586
- **Κύρια Επιτεύγματα:**
 - Επανασχεδιασμός των βιωματικών εργαστηρίων στα σχολεία με εστίαση στην κοινωνικοποίηση και τη συναισθηματική έκφραση.
 - Υλοποίηση 3 μαζικών ομιλιών σε σχολεία της Καλαμαριάς με τη συμμετοχή 220 γονέων συνολικά.
 - Έμφαση στην εκπαίδευση των εκπαιδευτικών για την ανίχνευση πρώιμων σημάδιων κατάθλιψης ή αυτοτραυματισμού στους μαθητές.

ΕΤΟΣ 2024: Έτος Διεύρυνσης και Καινοτομίας

Το 2024 αποτέλεσε χρονιά σημαντικής επέκτασης των δραστηριοτήτων του Κέντρου, με την εισαγωγή νέων θεματικών και τη διεύρυνση των συνεργασιών.

- **Στατιστική Σύνοψη:**
 - Δράσεις: 149
 - Συναντήσεις: 561
 - Ωφελούμενοι: 3.981
 - Ώρες Υλοποίησης: 2.119
- **Κύρια Επιτεύγματα:**
 - Υλοποίηση στοχευμένων παρεμβάσεων για την **ενδοοικογενειακή βία** και τη διαχείριση των ενδοοικογενειακών συγκρούσεων (π.χ. «Βραχεία παρέμβαση σε γονείς για την ενδοοικογενειακή βία»).
 - Ανάπτυξη ειδικών ομιλιών για γονείς με θέμα «Έφηβοι και Διαδίκτυο» (π.χ. στο 2ο Γυμνάσιο Θέρμης από τον κ. Μεδίτοσκο με 24 εγγεγραμμένους/συμμετέχοντες γονείς).
 - Εντατικοποίηση των εποπτικών συναντήσεων προς τους εκπαιδευτικούς που εφήρμοσαν προγράμματα αγωγής υγείας.

ΕΤΟΣ 2025: Έτος Εμπέδωσης, Ποιοτικής Αναβάθμισης και Ψηφιακού Μετασχηματισμού

Το 2025 επισφράγισε την τριετία με μια εξαιρετική ωριμότητα στον σχεδιασμό των παρεμβάσεων.

- **Στατιστική Σύνοψη:**
 - Δράσεις: 115
 - Συναντήσεις: 328
 - Ωφελούμενοι: 1.495
 - Ώρες Υλοποίησης: 1.483
- **Κύρια Επιτεύγματα:**
 - Πλήρης συστηματοποίηση των ατομικών συμβουλευτικών φακέλων (με αυστηρή τήρηση των προδιαγραφών του Ε.Ο.Π.Α.Ε.).

- Διεύρυνση των ομάδων αυτογνωσίας και προσωπικής ανάπτυξης για νέους και ενήλικες όλων των ηλικιών (ομάδα για τη διαχείριση του άγχους, ομάδες ψυχικής ενδυνάμωσης εκπαιδευτικών κ.α.).
- Υλοποίηση προγραμμάτων ενσυνειδητότητας (mindfulness) και διαχείρισης του στρες για το επιστημονικό προσωπικό και τους εκπαιδευτικούς της περιοχής.

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ, ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Η αποτίμηση της τριετίας 2023-2025 αφήνει ένα εξαιρετικά θετικό αποτύπωμα, αναδεικνύοντας το Κέντρο Πρόληψης «ΕΛΠΙΔΑ» ως ένα ζωτικό κύτταρο υποστήριξης της τοπικής κοινωνίας της Ανατολικής Θεσσαλονίκης.

«Η πρόληψη δεν είναι απλώς η αποφυγή του αρνητικού. Είναι η συνειδητή επιλογή και καλλιέργεια του θετικού, η ανάληψη της προσωπικής ευθύνης για τη ζωή μας και η ανακάλυψη της δύναμης που κρύβουμε μέσα μας.»

Με εκτίμηση,

Ο επιστημονικά υπεύθυνος
Μεδίτσος Ανδρέας



Sociologist, MMedSci, MA, Positive Integrative Coach