

Δρ.Σταυρούλα Η.Μπαργιώτα-
Ψυχίατρος – Ψυχοθεραπεύτρια MD, MSc, PhD

Το άγχος και η κατάθλιψη ως παράγοντες ευαλωτότητας στην καθημερινή ζωή των εκπαιδευτικών- πρόσφατα δεδομένα και αντιμετώπιση.

Στην ομιλία θα αναλυθούν οι αγχώδεις και καταθλιπτικές διαταραχές που εμφανίζονται συχνότερα στην καθημερινή ζωή των εκπαιδευτικών με βάση την πρόσφατη βιβλιογραφία. Θα δοθεί έμφαση στην αναγνώριση αλλά και διάκριση τους από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας καθώς και στους τρόπους αντιμετώπισης με σκοπό την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας της πληθυσμιακής ομάδας των εκπαιδευτικών.