**ΑΙΤΗΣΗ – Ερωτηματολόγιο για Συμμετοχή σε Ομάδα Συμβουλευτικής**

1. **Προσωπικά Στοιχεία**

o Ονοματεπώνυμο:

o Ηλικία:

o Φύλο:

o Επάγγελμα:

o Τηλέφωνο επικοινωνίας:

o Email:

1. **Σκοπός Συμμετοχής**

o Τι σας ώθησε να ενδιαφερθείτε για τη συμμετοχή σε αυτή την ομάδα συμβουλευτικής;

 (α) Ανάγκη για αυτογνωσία

 (β) Διαχείριση άγχους/στρες

 (γ) Βελτίωση διαπροσωπικών σχέσεων

 (δ) Ενίσχυση αυτοπεποίθησης

 (ε) Άλλο: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Προηγούμενη Εμπειρία**

o Έχετε συμμετάσχει ξανά σε ομάδα συμβουλευτικής ή κάποιας άλλης μορφής θεραπεία/υποστήριξη;

 (α) Ναι

 (β) Όχι

o Αν ναι, τι είδους ομάδα ήταν και τι αποκομίσατε από την εμπειρία σας

1. **Προσωπικοί Στόχοι**

o Ποιοι είναι οι προσωπικοί σας στόχοι για τη συμμετοχή σας στην ομάδα;

 (α) Ανάπτυξη δεξιοτήτων αντιμετώπισης δυσκολιών

 (β) Βελτίωση συναισθηματικής ευελιξίας

 (γ) Καλύτερη κατανόηση του εαυτού μου

 (δ) Άλλο: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Τρέχουσες Προκλήσεις**

o Υπάρχουν συγκεκριμένες προκλήσεις ή προβλήματα που αντιμετωπίζετε αυτή την περίοδο και θα θέλατε να δουλέψετε μέσα στην ομάδα; Παρακαλούμε αναφέρετε εν συντομία.

1. **Διαθεσιμότητα και Συμμετοχή**

o Είστε διατεθειμένοι να δεσμευτείτε στη συμμετοχή στις τακτικές συνεδρίες της ομάδας;

 (α) Ναι

 (β) Όχι

1. **Εμπιστευτικότητα και Όρια**

o Κατανοείτε και συμφωνείτε με τη σημασία της τήρησης της εμπιστευτικότητας μέσα στην ομάδα;

 (α) Ναι

 (β) Όχι

1. **Προσωπικές Προτιμήσεις και Tρόποι Μάθησης**

o Πώς προτιμάτε να λαμβάνετε υποστήριξη ή καθοδήγηση;

 (α) Μέσω ανοιχτής συζήτησης

 (β) Μέσω καθοδηγούμενων ασκήσεων ή δραστηριοτήτων

 (γ) Με ατομική εργασία εκτός των συναντήσεων

 (δ) Άλλο: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Προσδοκίες από τον Συντονιστή**

o Ποιες είναι οι προσδοκίες σας από τον συντονιστή της ομάδας; (π.χ., ενεργός καθοδήγηση, υποστηρικτικός ρόλος, παροχή εργαλείων και τεχνικών)

1. **Άλλες Πληροφορίες**

o Υπάρχει κάτι άλλο που θα θέλατε να μοιραστείτε πριν από την έναρξη της ομάδας, το οποίο πιστεύετε ότι θα βοηθήσει στη βελτίωση της εμπειρίας σας;

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Οδηγίες για Συμπλήρωση

Παρακαλούμε συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο με ειλικρίνεια. Οι πληροφορίες που θα μοιραστείτε θα μας βοηθήσουν να κατανοήσουμε καλύτερα τις ανάγκες σας και να διαμορφώσουμε την ομάδα έτσι ώστε να ανταποκρίνεται στις προσδοκίες σας. Όλες οι απαντήσεις σας θα παραμείνουν εμπιστευτικές.