



Επιστημονική Υπεύθυνη: **Καλλιόπη Ι. Ψυλλακη** Bsc (Hons), MSc

Η Καλλιόπη Ψυλλάκη είναι μέλος των Επιστημονικών και Επαγγελματικών Εταιριών: **Health & Care Professions Council (HCPC)**

(Συμβούλιο Επαγγελματιών Υγείας και Φροντίδας),

British Psychological Society □

(
BPS

)

(
Βρετανικός Σύλλογος Ψυχολόγων)

και

Employee

Assistance □

Professionals □

Association □

(
ΕΑΡΑ

)

(

Αμερικάνικος

Σύλλογος

Επαγγελματιών Υποστήριξης Ανθρώπινου Δυναμικού & Οργανισμών)

.

Κάτοχος **Πτυχίου** Ψυχολογίας (Bachelor of Science Honors (BSc Hons) in Psychology) του πανεπιστημίου Northumbria στο Newcastle **(University of Northumbria at Newcastle)**, καθώς και **Μετα**

πτυχιακού

τίτλου (Μάστερ) στην Εξελικτική Ψυχολογία (Master of Science (MSc) in Developmental Psychology) που αποκτήθηκε στο Πανεπιστήμιο του Sussex στο Brighton

(University of Sussex in Brighton)

της Μεγάλης Βρετανίας

Το 2003 στο **University of Sussex at Brighton** ειδικεύτηκε στον τομέα της Ψυχολογίας που ασχολείται με τις Επιχειρήσεις και το εργατικό δυναμικό παρακολουθώντας το Open Course της HESA με τίτλο **“Team Dynamics”**.

Με το πλούσιο ερευνητικό και επιστημονικό της έργο κατάφερε να εμπλουτίσει τις γνώσεις της σε πολλούς κλάδους της Ψυχολογίας και μέσω της Πτυχιακής και της Διατριβής της ειδικεύτηκε στις Γνωστικές Ικανότητες των Εφήβων καθώς και στις Διατροφικές Διαταραχές στους Εφήβους και Ενηλίκους.

Έκανε την Πρακτική της Άσκηση σε τρία Διαφορετικά Κέντρα ώστε να ειδικευτεί σε όλες τις ηλικίες και ομάδες ατόμων. Άρχισε την πρακτική της στην **Μονάδα Φροντιδας Ηλικιωμενων “Relax Palace”**

υπό την Εποπτεία Ψυχολόγου - Γεροντολόγου. Εκεί συνεργάστηκε στο Καθημερινό Πρόγραμμα των Ηλικιωμένων της Μονάδας οι οποίοι πάσχουν από Χρόνιες Ασθένειες (όπως Parkinson’s, Alzheimer’s, Καρκίνο, Σωματική Ανικανότητα), καθώς και από Νοητικές

Διαταραχές (Μανιοκατάθλιψη, ήπιες Διαταραχές Προσωπικότητας) και συμμετείχε στις Ομαδικές Δραστηριότητες. Συνέχισε

στο Ίδρυμα Κοινωνικής Εργασίας «ΧΑΤΖΗΠΑΤΕΡΙΟΝ» Κέντρο Αποκατάστασης Σπαστικών Παιδιών

, υπό την Εποπτεία Κλινικού Ψυχολόγου και Ειδικών Παιδαγωγών. Συμμετείχε στο περιεκτικό, θεραπευτικό και εκπαιδευτικό πρόγραμμα παιδαγωγικής απασχόλησης των ατόμων που πάσχουν από Εγκεφαλική Παράλυση, ηλικίας 2-9 ετών. Τέλος, παρείχε υπηρεσίες στην

Ψυχολογική Πτερυγα του «ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ» Ψυχιατρικού Νοσοκομείου

Αττικής υπό την Εποπτεία Ψυχιάτρων και Κλινικού Ψυχολόγου. Στο

«ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ» Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής

παρακολούθησε, συμμετείχε και βοηθούσε κατά την διάρκεια των προσωπικών Συνεδριών αλλά και στην Ομαδική Ψυχοθεραπεία, ατόμων με Ψυχωτικές Συνδρομές (Σχιζοφρένεια), Συναισθηματικές Διαταραχές (Κατάθλιψη), Διπολική Διαταραχή (Μανιοκατάθλιψη, Σχιζοσυναισθηματική Διαταραχή).

Έχει εργαστεί σε Φροντιστήριο Μεσης Εκπαίδευσης στο Ηράκλειο Κρήτης ως Συμβουλος Επαγγελματικού Προσανατολισμού

. Οι αρμοδιότητές της ήταν να προσφέρει Ψυχολογική Υποστήριξη σε Εφήβους – Μαθητές Λυκείου και των οικογενειών τους με ατομικές Συνεδρίες και Οργανωμένα Σεμινάρια με πολλαπλή θεματολογία, καθώς και Επαγγελματικό Προσανατολισμό Χρησιμοποιώντας εξειδικευμένα τεστ, ατομικές συνεδρίες και ομαδικά μαθήματα με σκοπό την σωστή πληροφόρηση αναφορικά με τα επαγγέλματα και τις επαγγελματικές διεξόδους. Για να πετύχει την σωστή συνεργασία, να τελειοποιήσει τις γνώσεις της στο θέμα του επαγγελματικού προσανατολισμού και να εκπαιδευτεί σε εξειδικευμένα τεστ ώστε να έχει την ικανότητα να εκπονεί ένα πλήρες πρόγραμμα επαγγελματικού προσανατολισμού σε άτομα που το έχουν ανάγκη, παρακολούθησε Σεμινάριο με θέμα

«Διεξαγωγή Προγραμμάτων Επαγγελματικού Προσανατολισμού με Χρήση των Τεστ 16PF® και CAB® του Αμερικάνικου Ινστιτούτου για την Ανάλυση της Προσωπικότητας και των Ικανοτήτων»

το οποίο διεξήγαγε η

ISON PSYCHOMETRICA

Εταιρία Προηγμένων Εφαρμογών Συστημάτων Διοίκησης, Κέντρο Επαγγελματικού Προσανατολισμού.

Επίσης, έχει παρακολουθήσει Πανελλαδικά και Πανευρωπαϊκά Συνέδρια – Ημερίδες με θέματα σχετικά με την επιστήμη της, όπως: *Αθλητική Ψυχολογία, Το Άκρο Φάντασμα, Διατροφικές Διαταραχές – Νευρική Ανορεξία/Βουλιμία, Αυτισμός, Play Therapy, Συναισθημα και επιρροή του στους ανθρώπους, Μαθησιακές Διαταραχές, Ομαδική Ψυχοθεραπεία, Σχέσεις Ζευγαριών – Διαζύγιο – Ψυχολογική Υποστήριξη των Παιδιών.*

Κατά τα τελευταία έτη ιδιωτεύει έχοντας την ιδιοκτησία και την επιστημονική διεύθυνση του **Κέντρου Επαγγελματικού Προσανατολισμού & Ψυχικής Υγείας (Σ.Κ.Ε.Π.Ψ.Υ)** στο Ηράκλειο Κρήτης. Το Σ.Κ.Ε.Π.Ψ.Υ είναι ένα διεπιστημονικό Κέντρο Ανάπτυξης και Θεραπείας για το Παιδί, τον Έφηβο και την Οικογένεια. Έπειτα από προσεκτική αξιολόγηση και υπεύθυνη διάγνωση, στο κέντρο, σχεδιάζονται και εφαρμόζονται εξατομικευμένες παρεμβάσεις που στόχο έχουν την ολιστική θεραπευτική προσέγγιση. Το υψηλό επίπεδο των παρεχόμενων υπηρεσιών, βασίζεται στην εφαρμογή των τελευταίων επιστημονικών δεδομένων στον χώρο της Ψυχικής Υγείας.

Η Καλλιόπη Ψυλλάκη είναι ταυτόχρονα σύμβουλος της **Hellas EAP (Employee Assistance Programs)**

, ένα δίκτυο εξειδικευμένων επαγγελματιών σε Ελλάδα και Κύπρο, που εφαρμόζοντας ένα εξειδικευμένο πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, στοχεύει στην ανάπτυξη και βελτίωση του ανθρώπινου δυναμικού μίας εταιρίας ή ενός οργανισμού, συμβάλλοντας στην εξισορρόπηση της προσωπικής, οικογενειακής και εργασιακής ζωής των εργαζομένων, στην αντιμετώπιση του εργασιακού στρες, την διασφάλιση της ψυχοκοινωνικής και σωματικής υγείας, στον προσδιορισμό και την ελαχιστοποίηση των εργασιακών και προσωπικών προκλήσεων, των ψυχικών και σωματικών ασθενειών, των απουσιών και των ατυχημάτων και τέλος στην ενίσχυση της ικανοποίησης και της αποδοτικότητας.

Την τελευταία περίοδο ασχολείται πιο εντατικά με την Διαχείριση Κρίσιμου / Πιεστικού Συμβάντος (Critical Incident Stress Management, CISM) παρέχοντας συμβουλευτικές παρεμβάσεις σε υπαλλήλους συμβεβλημένων τραπεζών για κρίσιμα συμβάντα, όπως ληστεία. Στόχος της είναι να εκτονώσει την ένταση ενθαρρύνοντας την συναισθηματική έκφραση των υπαλλήλων μετά το κρούσμα, να εντοπίσει και να αντιμετωπίσει τυχόν επικινδυνότητες σε συμπεριφορές των εργαζομένων, να προλάβει ή να διαχειριστεί το λεγόμενο «Μετατραυματικό Στρες», να ελαχιστοποιήσει τα γνωσιακά, συναισθηματικά και σωματικά συμπτώματα ώστε να επαναφέρει το Ανθρώπινο Δυναμικό σε κατάσταση εποικοδομητικής εργασίας.

Ταυτόχρονα διεξάγει σεμιναρικά προγράμματα για Οργανισμούς/Επιχειρήσεις τα οποία στοχεύουν στην ανάπτυξη του ανθρώπινου δυναμικού καθώς και την σωστή διοίκηση αυτών με τελικό αποτέλεσμα την ορθή και αποτελεσματική λειτουργία των οργανισμών/επιχειρήσεων. Τα θέματα των σεμιναρίων ποικίλουν ανάλογα με τις ανάγκες κάθε Οργανισμού/Επιχείρησης. Ενδεικτικά κάποια από αυτά είναι: «Λήψη Αποφάσεων», «Διαχείριση Χρόνου», «Διαχείριση Συγκρούσεων», «Αποτελεσματικές Εργασιακές Ομάδες», «Εργασιακό Άγχος», «Επικοινωνία των Επιχειρήσεων».

Επίσης, παρέχει ομιλίες τόσο σε σχολεία, στα πλαίσια του προγράμματος σχολές γονέων, όσο και σε ΚΑΠΗ. Οι ομιλίες της στηρίζονται σε ποικίλη θεματολογία όπως: «Σχέσεις Παιδιών – Αδελφών», «Σχολική Επίδοση και Συμπεριφορά Γονέων», «Παρέες και Φίλοι Παιδιών», «Σχέσεις μεταξύ των Δύο Φύλων», «Τρόποι Μελέτης», «Ο Φόβος στην Τρίτη Ηλικία», «Η Εύθραυστη Τρίτη Ηλικία», «Η Θλίψη, Η Μελαγχολία και η Κατάθλιψη», «Οι Σχέσεις με την Οικογένεια, τα Παιδιά και τα Εγγόνια», «Η Μοναξιά και η Απομόνωση των Ηλικιωμένων», «Τρόποι Ψυχαγωγίας στην Τρίτη Ηλικία», «Ο Διάλογος και η Επικοινωνία στην Τρίτη Ηλικία», «Η Απώλεια Σημαντικών Ατόμων της Ζωής μας», «Ωριμάζουμε ή Γερνάμε; Ο Ρόλος της Οικογένειας στον Σχεδιασμό ενός Νέου Μοντέλου Ζωής για τα Ηλικιωμένα Μέλη της», «Συμβουλές για Εύκολη Προσαρμογή στη Συνταξιοδότηση. Απλές Συνήθειες που Επιμηκύνουν την Ζωή μας».

Το **Creta Channel** της εμπιστεύτηκε την στήλη της Ψυχολογίας κατά την διάρκεια της μεσημεριανής Εκπομπής, ποικίλων θεμάτων, «Μαζί σας με Αγάπη» όπου και ανέπτυξε διάφορα θέματα, όπως « *Άγχος*», «*Επιθετικά Παιδιά*», «*Παιδική Παχυσαρκία – Διατροφικές Διαταραχές*

», «

Αυτό-Εκτίμηση

», «

Φοβίες

», «

Επαγγελματικός Προσανατολισμός

», «

Εφηβεία

», «

Παιχνίδι

», «

Μαθησιακές Δυσκολίες – Δυσλεξία

», «

Μεταλόχεια Μελαγχολία

», «

Σωστή Μελέτη – Πανελλήνιες

», «

Επαγγελματική Ανάπτυξη

», «

Διαζύγιο και Παιδιά

», «

Ηλικιωμένοι-Μοναξιά

», «

Ναρκωτικά

», «

Υιοθετημένα Παιδιά – Υιοθεσία

», κ.α., με σκοπό όχι μόνο την πληροφόρηση του κόσμου για τα συγκεκριμένα θέματα αλλά και για τον περαιτέρω προβληματισμό του. Επιπλέον, συμμετέχει και στην εκπομπή «Όταν

το Παιδί», όπου αναπτύσσει θέματα σχετικά με το Παιδί και τον Έφηβο, ώστε να διευκολύνει τους γονείς τόσο στο να κατανοήσουν την συμπεριφορά και τα προβλήματα των παιδιών τους όσο και στο να τους δώσει έναν σωστό προσανατολισμό για την διαπαιδαγώγηση τους.

Το **Κρήτη TV** συχνά την καλεί να συμμετέχει σε διάφορες εκπομπές με σκοπό να παρουσιάζει και να αναλύει ποικίλα θέματα σχετικά με την επιστήμη της, ώστε οι τηλεθεατές να είναι σε θέση να γνωρίσουν τόσο το θέμα στο οποίο αναφέρεται κάθε φορά, όσο και την σπουδαιότητά, τις αιτίες καθώς και τους τρόπους αντιμετώπισής του.

Επίσης το **Νέο Ραδιόφωνο** (New Radio – John Greek) **102.3** και το **Ράδιο Κρήτη (102,8)**, της ανέθεσαν την στήλη της Ψυχολογίας κατά την διάρκεια ενημερωτικής εκπομπής ώστε να αναπτύσσει για τους ακροατές του σταθμού θέματα όπως: «Μουσική και η Επιρροή της στον Άνθρωπο και τα Συναισθήματά του», «Προσαρμογή στην Πρώτη τάξη του Δημοτικού», «Διαζύγιο και Παιδιά», «Όνειρα στην Ψυχοθεραπεία», «Διατροφικές Διαταραχές», κ.α.

Η εκπαίδευσή της, με διεθνή χαρακτήρα, αλλά και η άσκηση του επαγγέλματός της σε ποικίλους θεραπευτικούς χώρους, της έδωσε την ευκαιρία να καλλιεργήσει τόσο τις ικανότητές της όσο και τις γνώσεις της ώστε να είναι σε θέση να συναναστραφεί αποτελεσματικά με ασθενείς κάθε ηλικίας που χρήζουν άμεσης αντιμετώπισης διαφόρων ψυχολογικών / συναισθηματικών προβλημάτων ή πάσχουν από ψυχολογικές διαταραχές.