



**Περιοχή**

Κεφαλονιά & Μαρούσι

**Τηλ. Επικοινωνίας**

6944240899

[cvallianatou@therapynetwork.gr](mailto:cvallianatou@therapynetwork.gr)

Ο ρόλος μου ως **συμβουλευτική ψυχολόγος** είναι να υποστηρίξω το άτομο να κάνει καλύτερες επιλογές οι οποίες καλύπτουν τις συναισθηματικές του ανάγκες και βελτιώνουν την καθημερινότητα του.

**Εκπαίδευση:** Είμαι κάτοχος διδακτορικού διπλώματος στη Συμβουλευτική Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο του Surrey από το 2000, και απόφοιτος ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Cardiff, της Μεγάλης Βρετανίας. Έχω εκπαιδευτεί στην [εποπτεία](#) από το Metanoia Institute στο Λονδίνο (Diploma in supervision) και στη [θεραπεία σχημάτων](#) από το Schema Therapy Institute της Νεας Υόρκης.

**Ερευνητικά ενδιαφέροντα:** Επικεντρώνονται στους τομείς της διαπολιτισμικής ψυχολογίας και ψυχοθεραπείας, των διαταραχών διατροφής, και σε θέματα που αφορούν τους νέους. Οι έρευνες αυτές έχουν δημοσιευθεί σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά και έχουν παρουσιασθεί σε πανελλήνια και παγκόσμια συνέδρια.

**Εργασία:** Έχω πολυετή πείρα στο Εθνικό Σύστημα Υγείας στη Μεγάλη Βρετανία. Πιο συγκεκριμένα έχω εργαστεί σε κοινοτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας, δομές απεξάρτησης και διαταραχών λήψης τροφής. Επίσης, έχω διδάξει στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Συμβουλευτικής Ψυχολογίας του New School of Counselling and Psychotherapy σε

συνεργασία με το Πανεπιστήμιου Middlesex. Με την επιστροφή μου στην Ελλάδα ασκώ το επάγγελμα της ψυχολόγου ιδιωτικά ενώ παράλληλα διδάσκω ψυχολογία και συμβουλευτική σε ιδιωτικούς και δημοσίους φορείς.

**Εξειδικεύομαι** στην αντιμετώπιση μακροχρόνιων προβλημάτων (π.χ., άγχος, κατάθλιψη, κρίση πανικού, χαμηλή αυτοεκτίμηση, κ.α.) που αφορούν τη σχέση μας με τον εαυτό μας και τους άλλους. Σε πολλές περιπτώσεις αυτές οι δυσκολίες ξεκινούν στην παιδική ή εφηβική ηλικία και ταλαιπωρούν το άτομο στην καθημερινότητα και σε όλη την ενήλικη ζωή του. Για την αντιμετώπιση των παραπάνω προβλημάτων ακολουθώ τη [θεραπεία σχημάτων](#) και τη [γνωστική συμπεριφορική προσέγγιση](#)

Παρέχω **εποπτεία** σε εκπαιδευόμενους/ες και επαγγελματίες ψυχικής υγείας, και **συνεδρίες** (ατομικές, ζεύγους, ομάδας) σε **ενήλικες** στα Ελληνικά και στα Αγγλικά. Οι συνεδρίες γίνονται στην Κεφαλονιά και στο Μαρούσι με δυνατότητα εβδομαδιαίων ραντεβού .

Κατέχω **άδεια εξάσκησης επαγγέλματος ψυχολόγου** στην Ελλάδα (αρ.αδείας 2667/07-03-2005) και στην Μεγάλη Βρετανία (Register of Chartered Counselling Psychologists, British Psychological Society αρ.μέλους 077795).