



Σοφία Βαϊραμάκη

Διεύθυνση κατοικίας: Κώστα Παρθένη 3, Ηράκλειο Κρήτης
Τηλέφωνο επικοινωνίας: 6985627097
E-mail: sophvrm@gmail.com

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ:

- 06-08/2026 Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Mindfulness Specialist, από το Εκπαιδευτικό Ινστιτούτο ΕΚΙΣΥΠ. Πιστοποιημένο πρόγραμμα από τον International Mindfulness & Meditation Alliance.
- 10/2023-06/2024 Εκπαίδευση στην Τραυματοθεραπεία με υπεύθυνη την Ψυχολόγο Ματθαία Σπαθαράκη (Register Psychologist NIP/GIZ/BIG, EMDR Practitioner Europe, EMDR Consultant Europe, Body Oriented Psychotherapy (BOP)
- 2016-2020 Εκπαίδευση στο Εργαστήριο Συστημικής Σκέψης και Εκπαίδευσης με υπεύθυνο τον Ψυχίατρο-Ψυχοθεραπευτή κύριο Παναγιώτη Χρυσό.
- 11/2012-2014 Μεταπτυχιακός Τίτλος στο **Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Εξελικτικής-Σχολικής Ψυχολογίας**, στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης
- 2007-2012 **Πτυχίο Ψυχολογίας**, Τμήμα Ψυχολογίας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.
- 11/2010- 02/2011 **4ο Ειδικό Σχολείο Θεσσαλονίκης**. Πρακτική άσκηση με την εποπτεία του ψυχολόγου Π. Μπιτζαράκη.
- Άμεση συμμετοχή στις ομάδες ανάπτυξης σχέσεων.
 - Δραστηριοποίηση στα προγράμματα της εκπαιδευτικής κουζίνας και της πολυτεχνικής τάξης.
 - Συμμετοχή στις εκπαιδευτικές διαδικασίες της εκάστοτε τάξης.
 - Συμμετοχή στη διεκπεραίωση των εορτών του σχολείου.

- Παρακολούθηση και συμμετοχή στις ομάδες εφήβων/νεανίδων.

ΣΥΝΕΧΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ/ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ:

- 7/2024 “Polyvagal Theory in Therapy”, εισηγήτριες Janine Rulken και Ματθαία Σπαθαράκη.
- 11/2023 έως 06/2024 “**Εκπαιδευτικός Κύκλος** πάνω στο Τραύμα και το Σύνθετο Τραύμα”, εισηγήτρια Ματθαία Σπαθαράκη.
- 11/2024 **Δήμερο σεμινάριο** με θέμα: “Εισαγωγή στις Σχετιζόμενες με το Τραύμα Διαταραχές και τις Αποσυνδεδετικές Διαταραχές”, που οργανώθηκε από την εκπαιδύτρια και εισηγήτρια Ματθαία Σπαθαράκη.
- 7/2023 **Webinar** για το άγχος και το φόβο. Εισηγήτρια Αναστασία Κούρτη.
01/2023 Σεμινάριο “Τα Παραμύθια αλλιώς”, εισηγήτρια Αναστασία Κούρτη.
- 11/2014 **2ο Αλληλεπιδραστικό Συμπόσιο στη Συστημική Ψυχοθεραπεία** με θέμα: «**Αναζητώντας το Απρόβλεπτο στην Ψυχοθεραπεία**», που οργανώθηκε από το Εργαστήριο Συστημικής Σκέψης & Εκπαίδευσης, στο Ηράκλειο της Κρήτης.
- 10/2014 **Ημερίδα με θέμα:** «Αυτοκτονία:Φαινόμενο της Οικονομικής κρίσης; Εναλλακτικές προτάσεις αντιμετώπισής της». Περιφέρεια Κρήτης. Γενική Διεύθυνση Δημ. Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας. Διεύθυνση Κοινωνικής Μέριμνας Περιφέρειας Κρήτης
- 10/2014 **7^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας** με θέμα:«Ψυχική Υγεία: Κίνηση προς την Κοινότητα», που πραγματοποιήθηκε στο Ρέθυμνο «Σπίτι του Πολιτισμού».
- 06/2014 **Ημερίδα** από το Πρόγραμμα Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης «**Εισαγωγή στη Συστημική Προσέγγιση και σε Οικογενειακού Τύπου Παρεμβάσεις, στα πλαίσια φορέων ψυχικής υγείας**» της Ελληνικής Εταιρείας Συστημικής Σκέψης και Ψυχοθεραπείας Οικογένειας, σε συνεργασία με το Κέντρο Ψυχοθεραπειών της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής του ΕΚΠΑ-Αιγινήτειο Νοσοκομείο, με τίτλο “The values of psychotherapy: Attachment and other science perspectives and their role in bearing the malaise in public health services”, στο αμφιθέατρο της βιβλιοθήκης Επιστημών Υγείας.
- 08-11/05/2014 **4^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Εξελικτικής ψυχολογίας**, από το Τμήμα Ψυχολογίας και το Παιδαγωγικό Τμήμα Προσχολικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου

- 04/12/2013 Κρήτης, στην Πανεπιστημιούπολη του Γάλλου
Εισήγηση στη Διεπιστημονική ημερίδα που διοργάνωσε η Φοιτητική Πρωτοβουλία Διεπιστημονικών Δράσεων, υπό την αιγίδα του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, στο Κέντρο Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων του Α.Π.Θ
- 30/11/2013 **Επιστημονική ημερίδα** από την ΕΛΕΠΑΠ για την «επίδραση της αναπηρίας του παιδιού στη δυναμική της οικογένειας», στη Θεσσαλονίκη
- 15-19/05/2013 **14^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας** της ΕΛ.ΨΕ. και Σχολή Επιστημών της Αγωγής του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης, Thraki Palace.
- 01-04/11/2012 **4^ο Πανελλήνιο Συνέδριο του Κλάδου της Συμβουλευτικής Ψυχολογίας** της ΕΛ.ΨΕ. και Τμήμα Ψυχολογίας του Α.Π.Θ., Κέντρο Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
- 16/06/2012 **Ημερίδα: “Νευροαναπτυξιακή Έκβαση και Θεραπευτική Παρέμβαση σε νεογνά υψηλού κινδύνου”**, Ελληνική Εταιρεία Αμφιθέατρο Γ.Ν. Παπαγεωργίου Θεσσαλονίκη, Νευροεξελικτικής Αγωγής, στη
- 17-20/05/2012 **3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Εξελικτικής Ψυχολογίας**, Κλάδος Εξελικτικής Ψυχολογίας της ΕΛ.ΨΕ. και Τμήμα του Α.Π.Θ., Κέντρο Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
- 03/05/2012 **Ημερίδα: “Δρόμοι για την Ενσωμάτωση”**, Ινστιτούτο Ενδοκοινωνιακής Αποκατάστασης, Κέντρο Ιστορίας Θεσσαλονίκης.
- 16/12/2011 **Ημερίδα: “Ανάπτυξη Πολιτισμικά Νευροψυχολογικών Δοκιμασιών για τον Ελληνικό Πληθυσμό”**, Κλάδος Ψυχολογικής Εταιρείας, Νευροψυχολογίας της Ελληνικής Εργαστήριο Γνωστικής Νευροεπιστήμης του Τμήματος Ψυχολογίας του Α.Π.Θ., Παλαιό Κτίριο της Φιλοσοφικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
- 03/12/2011 **2η Ημερίδα για την Εφηβεία** (3 μόρια συνεχιζόμενης ιατρικής εκπαίδευσης, CME-CPD), Θεσσαλονίκη.
- 21/10/2011 Κλινικό Σεμινάριο: **“Παρουσίαση και Ανάλυση μιας Κλινικής**

- Θεσσαλονίκη.
17/10/2011 *Συνεδρίας*”, Ινστιτούτο Ψυχολογίας και Υγείας,
Ανοιχτή βραδιά ψυχοδράματος: “ *Παιχνίδια συμμετρίας και
ασυμμετρίας*”, Ελληνικό Κέντρο Ψυχοδράματος,
Θεσσαλονίκη.
- 12/05/2011 **Ημερίδα: “ Σχολεία Συνεργατικής Μάθησης και
Πρόληψης”**
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Δήμος
Νεάπολης- Συκεών, με τη
συνεργασία του Κέντρου Πρόληψης “Πυξίδα”,
Θεσσαλονίκη.
- 02-04/12/2010 **3ο Διεθνές Συνέδριο: “ Children and youth in changing
societies”**, Θεσσαλονίκη.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ:

- 2020-μέχρι σήμερα Ψυχολόγος-αυτοαπασχολούμενη.
- 09/2016-06/2022 Ψυχολόγος στο Ψυχοθεραπευτικό Κέντρο Εύα Τζώρτζη.
- 11/2016-06/2022 Ψυχολόγος σε Σχολεία στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση στο
Νομό Ηρακλείου ως αναπληρώτρια στο πλαίσιο του θεσμού της
Ε.Δ.Υ.
- 2016/2021 Ψυχολόγος σε Ομάδες Γονέων Σχολεία στην Πρωτοβάθμια
Εκπαίδευση στο Νομό Ηρακλείου.
- 10/2013-06/2014 **Πρακτική άσκηση** στα πλαίσια του Προγράμματος
Μεταπτυχιακών Σπουδών Εξελικτικής-Σχολικής
Ψυχολογίας, Α.Π.Θ, στο Πρότυπο Πειραματικό Σχολείο
(Νηπιαγωγείο μέχρι Λύκειο) & στα Πρότυπα Εκπαιδευτήρια
Θεσσαλονίκης (Νηπιαγωγείο & Δημοτικό)
- 12/2013-05/2014 **Επιμορφώτρια** στις ενδοσχολικές επιμορφωτικές
συναντήσεις-βιωματικά εργαστήρια, 24 ωρών συνολικά σε
σχολεία της 3ης Εκπαιδευτικής Περιφέρειας Π.Ε του Νομού
Θεσσαλονίκης
- 11/2012-05/2013
12/2013-06/2014 **Δήμος Καλαμαριάς**, Αντιδημαρχία Παιδείας, Αθλητισμού,
Πολιτισμού και Νεολαίας, Γραφείο Συμβουλευτικής και
Ψυχολογικής Υποστήριξης μαθητών και γονέων, Δήμου
Καλαμαριάς. Πρακτική άσκηση στο «Συντονισμό Ομάδων
Στήριξης Γονέων» (Σχολές Γονέων), με εποπτεία από την
Ψυχολόγο και Κοινωνική Ανθρωπολόγο, Παπαχριστούδη
Έλλη

09/2010-06/2012
προσφορά

4ο Ειδικό Σχολείο Θεσσαλονίκης. Εθελοντική υπηρεσιών.

- Παρακολούθηση εκπαιδευτικών βίντεο και συζήτηση με τον ψυχολόγο του σχολείου Π. Μπιτζαράκη.
- Συμμετοχή στις ομάδες ανάπτυξης σχέσεων (αυτορρύθμιση) όλων των ηλικιακών ομάδων.
- Οργάνωση και συμμετοχή στις ομάδες συνύπαρξης.
- Οργάνωση και παρέμβαση στα προγράμματα της εκπαιδευτικής κουζίνας και της πολυτεχνικής τάξης.
- Συνοδεία στις εκπαιδευτικές εκδρομές του σχολείου και οργάνωση βιωματικών δράσεων για τους μαθητές του σχολείου.
- Οργάνωση και συμμετοχή στις ομάδες εφήβων/νεανίδων με ποικίλα θέματα, όπως σεξουαλική διαπαιδαγώγηση.

09/2011-06/2012
Εθελοντική
Ειδικού
10/2010-06/2012
από το 4ο
συμμετοχή υπό την
προγράμματος.

10ο 1/θ Ειδικό Νηπιαγωγείο Θεσσαλονίκης. συμμετοχή σε όλες τις δραστηριότητες του Νηπιαγωγείου.

Πρόγραμμα “Κοινωνικής Ένταξης” οργανωμένο Ειδικό Σχολείο Θεσσαλονίκης. Εθελοντική εποπτεία των υπευθύνων του

- Ετήσια συνεργασία με την οικογένεια ενός παιδιού από το 4ο Ειδικό Σχολείο.
- Οργάνωση περιπάτων και δραστηριοτήτων στη γειτονιά, όπως: παιχνίδι στον παιδότοπο, επίσκεψη σε διάφορα μουσεία, παιδικό θέατρο και σινεμά.
- Δραστηριότητες που προέβλεπαν την προσαρμοστική συμπεριφορά στο οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον.
- Παρακολούθηση των “Ενημερωτικών και Βιωματικών Εκπαιδευτικών προγραμμάτων στην αναπηρία”.

07/2011-08/2011
ατόμων με
συμμετοχή ως εκπαιδύτρια
απασχόλησης αυτιστικών ατόμων.
01/07/2010-29/07/2010
εργασία με 8ωρη

Σύλλογος Γονέων, Κηδεμόνων και Φίλων
Αυτισμό “Στηρίζω”. Εθελοντική
στο πρόγραμμα θερινής

Κρατικό Θεραπευτήριο Λέρου. Εθελοντική
καθημερινή απασχόληση σε

Ενδονοσοκομειακές Δομές και σε Διαμερίσματα.

Προστατευόμενα

- Μελέτη ιστορικού
- Συνεργασία και συζήτηση με τον ψυχίατρο και την ψυχολόγο του θεραπευτηρίου
- Οργάνωση εκδρομών και συνοδεία των ασθενών.
- Χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής και εποπτεία στις σχέσεις των ασθενών.

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ:

Αγγλικά
English,
Γαλλικά
Francais.

Άριστο επίπεδο, πτυχίο: Certificate of Proficiency in University of Michigan.

Βασικό επίπεδο, πτυχίο: Delf B2, L'Institut de

ΆΛΛΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ:

- Γνώσεις Η/Υ: ECDL Progress Certificate, Syllabus Version 4: Χρήση του Η/Υ και Διαχείριση Αρχείων, Επεξεργασία Κειμένου, Υπολογιστικά Φύλλα, Υπηρεσίες Διαδικτύου
- Δίπλωμα αυτοκινήτου.