



## Ελπίδα Θεοφανάκη

📍 Διεύθυνση: Βριλήσσια, Αθήνα, Ελλάδα

✉ Ηλεκτρονική διεύθυνση: [elpida.theofanaki@gmail.com](mailto:elpida.theofanaki@gmail.com)

☎ Αριθμός τηλεφώνου: (+30) 6943105056

🌐 Ιστότοπος: <http://www.elpida-psychology.gr/>

📘 Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100051789436547>

Φύλο: Γυναίκα Ημερομηνία γέννησης: 15/12/1992 Υπηκοότητα: Ελληνική

### ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

[ 2017 – Τρέχουσα ] **Ψυχολόγος με ειδίκευση στην κλινική ψυχολογία**

*Ψυχολογική υποστήριξη σε γραφείο ιατρού μαιευτήρα γυναικολόγου χειρουργού.*

[ 01/03/2018 – 30/06/2021 ] **Ταμίας**

*Μαιευτήριο Ιασώ*

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

[ 2017 – 2018 ] **Γραμματέας ιατρού**

*Ιασώ General*

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

[ 2016 – 2017 ] **Γραμματέας**

*Εταιρία American Appraisal*

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

[ 2015 – 2016 ] **Γραμματέας**

*Κέντρο Αισθητικής*

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

[ 2013 – 2015 ] **Γραμματέας ιατρού**

*Ιδιωτικό Ιατρείο Παιδιάτρου*

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΚΑ- ΤΑΡΤΙΣΗ

[ 2013 – 2015 ] **Bachelor of Science Psychology**

**Μητροπολιτικό Κολέγιο/University of East London**

**Διεύθυνση:** Αθήνα, Ελλάδα

**Κύριο θέμα / επαγγελματικές δεξιότητες που καλύπτονται:**

- Άδεια Ασκήσεως Επαγγέλματος Ψυχολόγου.
- Αναγνωρισμένη επαγγελματική ισοδυναμία από το Υπουργείο Παιδείας (ΣΑΕΠ).
- Πρακτική στην Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων με Alzheimer και Άνοια, Άκτιος.

[ 2017 – 2018 ] **Master of Science Clinical and Community Psychology**

**Μητροπολιτικό Κολέγιο/ University of East London**

**Διεύθυνση:** Αθήνα, Ελλάδα

**Κύριο θέμα / επαγγελματικές δεξιότητες που καλύπτονται:**

- Εκπαίδευση στη Γνωσιακή και Συμπεριφοριστική Θεραπεία.
- Accredited member of the British Psychological Society.
- Αναγνωρισμένη επαγγελματική ισοδυναμία από το Υπουργείο Παιδείας (ΣΑΕΠ).

[ 2020 – 2021 ] **Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Δεξιότητες και Τεχνικές Παρεμβάσεις στο Γνωσιακό Συμπεριφορικό Μοντέλο**

**ΨΝΑ Δρομοκαΐτειο συνεργασία με το ΕΚΙΣΥΠ**

## ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

---

**Μητρική γλώσσα/-ες:** ελληνικά

**Άλλη/-ες γλώσσα/-ες:**

**αγγλικά**

**ΑΚΡΟΑΣΗ A1 ΑΝΑΓΝΩΣΗ A1 ΓΡΑΦΗ A1**

**ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΛΟΓΟΥ A1 ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΛΟΓΟΥ A1**

## ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

---

Gmail | SPSS | SAP Software | Microsoft Windows | Social Media (Facebook Instagram Youtube) | ZOOM | Skype | Emails | Microsoft Office (Word Excel Power Point) | A smartphone( Android-iOS) | Outlook

[ 2021 ]

**Σεμινάριο - Διαδικτυακής Διημερίδας της Εταιρίας Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών**

[ 2021 ] **Σεμινάριο Εισαγωγή στην Επικοινωνία Διχως Βία**

[ 2021 ] **Σεμινάριο Ψυχική Ανθεκτικότητα σε Περιόδους κρίσης**

[ 2021 ]

**Σεμινάριο: Κατανοώντας το άγχος υγείας. Αίτια, συμπτώματα και θεραπεία.**

[ 2021 ] **Διημερίδα Γνωσιακής Συμπεριφοριστικής Θεραπείας**

[ 2021 ] **Καρκίνος του Μαστού: από την Πρόληψη έως τη Θεραπεία**

[ 2020 ]

**Webinar Ο ρόλος της Διατροφής στην Εποχή της COVID-19: Πρόληψη, Αντιμετώπιση και ο Παράγοντας της Παχυσαρκίας**

[ 2020 ] **Ημερίδα για την Συνεπιμέλεια**

[ 2020 ] **Webinar Αντιμετωπίζω το Άγχος στην Εργασία**

[ 2020 ] **Webinar Προοπτικές της Γονιδιωματικής στην Ψυχική Υγεία και Ευεξία**

[ 2020 ]

**Webinar Σχέσεις στην εποχή του Κοροναϊού: Απομόνωση vs Εγγύτητα. Δυσκολίες ή Προκλήσεις**

[ 2020 ] **Webinar Life Coaching στη Covid εποχή**

[ 2020 ] **Σεμινάριο η Ψυχική Υγεία στη Περίοδο της Πανδημίας**

[ 2015 ] **Σεμινάριο στη Σωματική Ψυχοθεραπεία**

[ 2014 ] **Σεμινάριο στο Χρόνιο Πόνο**

[ 2014 ] **Σεμινάριο Διαχείρισης Συναισθημάτων**

[ 2012 ] **Σεμινάριο στο Θεατρικό Παιχνίδι**

## ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟ- ΤΗΤΕΣ

---

### Οργανωτικές δεξιότητες

Από την εργασία μου ως γραμματέας ιατρού απέκτησα:

- προγραμματισμό
- ικανότητα οργάνωσης και διαχείρισης χρόνου
- ικανότητα επίλυσης προβλημάτων
- ικανότητα επικοινωνίας και ομαδικής συνεργασίας

## ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟ- ΤΗΤΕΣ

---

### Επικοινωνιακές και διαπροσωπικές δεξιότητες

- Καλές επικοινωνιακές δεξιότητες με ασθενείς που αποκτήθηκαν μέσω της δουλειάς μου ως γραμματέας ιατρού
- Ικανότητα διαχείρισης της εργασίας υπό πίεση και προσαρμογή μέσω της δουλειάς μου ως ταμίας.
- Ομαδική δουλειά και δημιουργικότητα που αποκτήθηκαν μέσω της πρακτικής μου άσκησης, στη μονάδα ηλικιωμένων.
- Αναπτυγμένη διαπροσωπική ευαισθησία, η οποία αποκτήθηκε μέσω της εργασίας μου στα ιατρεία, στα οποία ερχόμουν σε επαφή με ασθενείς, όπως και επίσης από την πρακτική μου στη μονάδα ηλικιωμένων.

## ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

---

[ 2015 – Τρέχουσα ] **Ψυχολογική υποστηρίξη** Γυναικολογικό - Μαιευτικό Ιατρείο

Παροχή εθελοντικής ψυχολογικής υποστήριξης σε πελάτες σε γραφείο ιατρού γυναικολόγου μαιευτήρα χειρουργού.

[ 2013 – 2014 ] **Πρακτική στη Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων με Alzheimer και Άνοια**

## ΛΟΙΠΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

---

### Λοιπές δεξιότητες

- Ατομικά/Ομαδικά αθλήματα.
- Έντονα αθλήματα (extreme sports).