

## **Ναυσικά Βράιλα**

### **Ψυχολόγος - Οικογενειακή Σύμβουλος M.Sc.**

#### **Οικογενειακή σύμβουλος:**

Τετραετές πρόγραμμα, Εκπαίδευση στις Συστημικές παρεμβάσεις στην Ψυχοθεραπεία, Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρωπίνων Σχέσεων

#### **Μεταπτυχιακό στην Οργανωσιακή Ψυχολογία,**

Birkbeck College, University of London

#### **Diploma in Executive & Life Coaching,**

Middlesex University, Ακαδημία Coaching, Λονδίνο

#### **Πτυχίο Ψυχολογίας,**

Deree Αμερικανικό Κολλέγιο Ελλάδα

#### **Μέλος Ευρωπαϊκής & Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής.**

**Πιστοποιημένη στη χορήγηση και διάγνωση Ψυχομετρικών Τεστ και Επαγγελματικού Προσανατολισμού.**

## **Εκπαιδεύσεις**

- Μετεκπαιδευτικό πρόγραμμα στην **Αναπτυξιακή Ψυχοπαθολογία**, Παιδοψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ.
- Διεπιστημονική Εκπαιδευτική Συνάντηση με θέμα **«Ψυχο-Νευροενδοκρινολογία και Ψυχοθεραπεία»**
- Ελληνική Εταιρεία Συστημικής Οικογενειακής Θεραπείας
- Εκπαιδευτική Διημερίδα **«Τι συμβαίνει στα παιδιά μας; Αναπτυξιακά, συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα»**, Παιδοψυχιατρική Κλινική "Αγία Σοφία"
- Επιμορφωτικό Σεμινάριο Τρίμηνο, **Διεπιστημονικό για τη Γονεϊκή Ισότητα**, Επιδοτούμενο από το ΕΣΠΑ στη ΜΚΟ ΓΟΝ.ΙΣ.
- Πιστοποιητικό επιμόρφωσης «Ίδρυμα Νεολαίας και Δια Βίου Μάθησης» στη Σχολή Γονέων Αττικής. Θέμα **«Στερεότυπα και διακρίσεις στην οικογένεια»**, Σχολές Γονέων.
- Διατροφικές διαταραχές**, διάγνωση και θεραπεία, Κέντρο Συστημικής Θεραπείας και Δημιουργίας In Vivo.
- Η χρήση της εικόνας στην Ψυχοθεραπεία**, Θεραπεία Τόπος και Τέχνη
- Ψυχαναλυτική Θεωρία, Ζακ Λακάν, Η δομή της υποκειμενικότητας**, Deree
- Λακανική θεωρία και σουρεαλισμός: Μια εναλλακτική λύση για την ψυχανάλυση; Deree: **Πρακτικές πτυχές στην Αναπτυξιακή Ψυχοπαθολογία και Ψυχική Υγεία από τα μικρότερα παιδιά.**

### Θεματολογία σεμιναρίων που έχουν πραγματοποιηθεί:

- Εγώ, ο εαυτός μου και οι άλλοι
- Πώς μπορώ να σχετιστώ διατηρώντας τα όριά μου. Πόσο κοντά, πόσο μακριά;
- Διαχείριση Στρες - ο Αγχώδης άνθρωπος
- Συναισθηματικό φαγητό
- Ο πολύπλευρος εαυτός μου. Βλέπουν οι άλλοι αυτό που είμαι;
- Γιατί δεν βρίσκω τον κατάλληλο σύντροφο;
- Συναισθηματικός δεσμός. Κριτήρια επιλογής συντρόφου
- Άνδρες - Γυναίκες. Συμπαίκτης ή αντίπαλοι; Η επιλογή είναι δική μας
- Αντιμετωπίζοντας το Διαζύγιο
- Γονιός - Παιδί. Μια καθοριστική Σχέση.  
Πώς οριοθετούμε το παιδί, αφήνοντάς του χώρο να αναπτυχθεί
- Ο ρόλος του παιδιού μέσα στην οικογένεια
- Παιδικό εργαστήρι, διαχείριση παιδικού στρες (κύκλος 8-10 συναντήσεων)
- Αποτελεσματικοί γονείς (κύκλος 10 συναντήσεων) για γονείς παιδιών νηπιαγωγείου - δημοτικού - γυμνασίου
- Ομάδες εφήβων
- «Θετικές Παρασκευές» - ασκήσεις χαλάρωσης, διαχείρισης αρνητικών συναισθημάτων