

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Όνομα: Μικαέλα Μανδαράκα
Ημερομηνία γέννησης: 07/03/1985
Τηλ. επικοινωνίας: 6945 744 111/ 213 044 8089
E-mail: info@mandaraka.gr

ΣΠΟΥΔΕΣ

2022- σήμερα Εισαγωγικές διαλέξεις, 1^{ος} κύκλος. **Ελληνική Ψυχαναλυτική Εταιρεία (ΕΨΕ).**

2018 (Ιανουάριος-Ιούνιος) Μετεκπαιδευτικό σεμινάριο του τμήματος Ψυχιατρικής Εφήβων και Νέων, Γ.Ν.Α. «Γ. Γεννηματάς» με θέμα «**Χώροι μεταβατικότητας στο σημερινό έφηβο: τέχνη, διαδικτυο, εικονική πραγματικότητα**».

2017-2018 Ψυχοδυναμικό μετεκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα: «**Βία και επιθετικότητα: Από το ενδοψυχικό στο διαπροσωπικό, από το ατομικό στο κοινωνικό. Μια ψυχαναλυτική προσέγγιση**». DEREΕ - Ι.Ψ.Υ.Π.Ε. - Ε.Κ.Ψ.&Ψ.Υ.

2017 (Ιανουάριος-Μαΐος) Ψυχοδυναμικό μετεκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα: «**Το σώμα και το σωματικό βίωμα στην ψυχαναλυτική προσέγγιση**». DEREΕ - Ι.Ψ.Υ.Π.Ε. - Ε.Κ.Ψ.&Ψ.Υ.

11/2015-03/2016 **Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.**
Κάτοχος πιστοποίησης επιμόρφωσης: «**Διαπαιδαγώγηση στην Παιδική και Εφηβική Ηλικία**».

10/2015-02/2016 **Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.**
Κάτοχος πιστοποίησης επιμόρφωσης: «**Προβλήματα Συμπεριφοράς στο Σχολείο και Στρατηγικές Αντιμετώπισης**».

10/ 2013 - 03/ 2014 **Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.**
Κάτοχος πιστοποίησης επιμόρφωσης: «**Διαχείριση Ψυχικού, Συναισθηματικού Τραύματος**».

2011 – 2013 **DEREE – The American College of Greece.**
Master of Science (MS) in Applied Psychology.
Major in Counseling Psychology & Psychotherapy.
▪ THESIS: “*Consumption tendencies in times of crisis: a study in an Athenian sample*”.
A quantitative study that measured the relationship between consumption trends, with psychological mood (depression and anxiety) in the economical crisis environment of Athens, in 2013.

2010-2011 **DEREE – The American College of Greece.**
Graduate Certificate in Psychology.

2004 – 2008 **DEREE – The American College of Greece.**
Bachelor of Arts (BA) in Communication.
Major in Public Relations.
Minor in Sociology.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

2013 (Ιανουάριος-Ιούνιος) Πρακτική Εκπαίδευση στο **Metropolitan Hospital** (Νέο Φάληρο), στην Ψυχιατρική Μονάδα και στην Β' Ογκολογική Μονάδα του Νοσοκομείου. Με εκπαίδευση στην Συστημική Ψυχολογία, στην Κλινική Ψυχολογία, στις Εξαρτήσεις, στην Ψυχοπαθολογία και στην Ψυχο-Ογκολογία.

2012-2015 Πρακτική Εκπαίδευση στο **Νοσοκομείο Παιδών** Παν. & Αγλ. Κυριακού, στην Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), Β' Παιδιατρική Πανεπιστημίου Αθηνών, με εκπαίδευση στην Συστημική Ψυχολογία. Συγκεκριμένα, παρακολούθησα (με εποπτεία) συνεδρίες εφήβων αλλά και γονέων των οποίων τα παιδιά παρουσίαζαν προβλήματα σχετικά με τις Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής, την εξάρτηση από το διαδικτυο, τη χρήση ουσιών, την παραβατικότητα, τη ΔΕΠΥ και άλλα εφηβικά ζητήματα. Κατόπιν ακολουθούσε ανάλυση και μελέτη του κάθε περιστατικού.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΕΙΡΑ

2013- σήμερα **Ιδιωτικό Γραφείο.** Ατομική και Ομαδική Ψυχοθεραπεία εφήβων, γονέων και ενηλίκων.

2016- 2018	Ατομική και Ομαδική ψυχοθεραπεία παιδιών και εφήβων. Συμβουλευτική γονέων, συγγραφή άρθρων (Ψ θέματα). Let's Speak, κέντρο ειδικής αγωγής .
2016- 2020	Αξιολόγηση, play therapy, ομαδικές δραστηριότητες σε παιδιά. Ενημερώσεις, ομιλίες και συμβουλευτική σε γονείς. Friendship, προσχολική εκπαίδευση .
2014- 2017	Συνεδρίες ψυχοθεραπείας. Συμβουλευτική εφήβων, γονέων και ενηλίκων, στο Πολυϊατρείο του Δήμου Κηφισιάς .
Ιούνιος 2015	Εισηγήτρια στην Ημερίδα «Τεχνικές και Δεξιότητες Αξιολόγησης και Διαχείρισης Άγχους» , Dr. Tinia Apergi, Electra Palace, Πλάκα, Αττική.
2013-2015	Συνεργάτης του Νοσοκομείου Παιδών «Παν. & Αγλ. Κυριακού» και συγκεκριμένα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), Β΄ Παιδιατρική Πανεπιστημίου Αθηνών. Οικογενειακή Συμβουλευτική. Λήψη ιστορικού, αξιολόγηση και παραπομπή γονέων. Ψυχοθεραπεία γονέων και εφήβων. Επιστημονική Συνεργάτης της Μονάδας με συμμετοχή μου σε έρευνες σχετικές με την εξάρτηση παιδιών και εφήβων από το διαδίκτυο και από τα διαδικτυακά τυχερά παιχνίδια.
2013	Πρακτική Εκπαίδευση στο Metropolitan Hospital (Νέο Φάληρο), στην Ψυχιατρική Μονάδα και στην Β΄ Ογκολογική Μονάδα του Νοσοκομείου. Με εκπαίδευση στην Συστημική Ψυχολογία, στην Κλινική Ψυχολογία, στις Εξαρτήσεις, στην Ψυχοπαθολογία και στην Ψυχο-Ογκολογία.
2013	Υπό την επίβλεψη του μαθήματος « Program Design and Evaluation » (του Μεταπτυχιακού Προγράμματος), συμμετείχα σε επαγγελματικές αξιολογήσεις γηροκομείου στα βόρεια προάστια, άλλων ιδρυμάτων και κολλεγίων.
2007 – 2010	Εργάστηκα στο χώρο της επικοινωνίας.
1998 – 2005	Μοντέλο Ηνωμένων Εθνών (Μ.Ο.Ε.) <i>Delegate, Journalist, Editor-in-Chief.</i> <ul style="list-style-type: none"> 1998-2001 – Αντιπρόσωπος χωρών, σε Μοντέλα Ηνωμένων Εθνών τα οποία έλαβαν μέρος στην Αθήνα και στο Διεθνές Δικαστήριο της Χάγης, Ολλανδία. 2001-2003 – Δημοσιογράφος για την εφημερίδα του Μοντέλου Ηνωμένων Εθνών. 2003-2005 – Αρχισυντάκτρια για την εφημερίδα του Μοντέλου Ηνωμένων Εθνών.

MEMBERSHIPS

2017	Associate Member of the American Psychological Association (APA).
------	---

ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Γλώσσα	Έλληνικά (Μητρική), Αγγλικά (Κάτοχος Proficiency, TOEFL και Lower), Γαλλικά (DELF), Ισπανικά (Inicial), Ιταλικά (Βασικός Χρήστης).
Γνώσεις Υπολογιστών	Windows Office, Internet/www, δημιουργικά προγράμματα (Photoshop, Sound Forge), έμπειρη χρήστρια υπολογιστών Mac.
Εμπειρία στον τομέα	Συμβουλευτική/ Ψυχοθεραπεία ενηλίκων, ζεύγους, εφήβων και παιδιών. Συντονισμός θεραπευτικών ομάδων. Διανομή, βαθμολόγηση και καταγραφή αναφοράς ψυχομετρικών τεστ και ερωτηματολογίων (π.χ. WAIS-IV, MMPI, TAT). Διάγνωση ψυχοπαθολογίας (DSM-IV-TR, 5 AXIS reports). Ενδοοικογενειακή βία. Εξαρτήσεις. Σχεδιασμός Αξιολόγησης και Προγραμματισμού εταιρειών, ιδρυμάτων και σχολείων. Νευροβιολογία εγκεφάλου. Ποιοτική και Ποσοτική (SPSS) Έρευνα. Στήριξη παιδιών και ενηλίκων σε καταστάσεις κρίσεων, το τραύμα της απώλειας, το παιδικό τραύμα, το τραύμα του διαζυγίου. Βιωματικές Ασκήσεις/ Δραστηριότητες. Μετατραυματικό στρες. Αγχώδης Διαταραχές. Διαταραχές της Διάθεσης. Αφασία και εγκεφαλικό. Ασθενείς με Καρκίνο. Εκφοβισμός. Εξάρτηση από το διαδίκτυο.

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ/ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

2018, Μάρτιος 2018 (Ιανουάριος-Μαΐος)	Ημερίδα με θέμα « Το αναλυτικό πλαίσιο (setting) ». Περιοδικό Οιδίπους. Ψυχοδυναμικό μετεκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα: « Βία και επιθετικότητα: Από το ενδοψυχικό στο διαπροσωπικό, από το ατομικό στο κοινωνικό. Μια ψυχαναλυτική προσέγγιση ». DEREΕ - Ι.Ψ.Υ.Π.Ε. - Ε.Κ.Ψ.&Ψ.Υ.
2018 (Ιανουάριος-Ιούνιος)	Μετεκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα: « Χώροι μεταβατικότητας στο σημερινό έφηβο:

τέχνη, διαδίκτυο, εικονική πραγματικότητα». Τμήμα Ψυχιατρικής Εφήβων και Νέων.
Γ.Ν.Α. «Γ. Γεννηματάς».

- 2017 (Νοέμβριος) Συνέδριο της Ελληνικής Ψυχαναλυτικής Εταιρείας, «**Πένθη και καταθλίψεις**». Αμφιθέατρο Τμήματος Νοσηλευτικής ΕΚΠΑ.
- 2017 (28 Ιανουαρίου) «**Απώλειες**», εκδήλωση του ψυχαναλυτικού περιοδικού "Οιδίπους".
- 2015 (24-26 Σεπτεμβρίου) «**9th International Forum of Dasein Analysis**», of International Federation of Daseinanalysis (IFDA), Πανεπιστήμιο Αθηνών.
- 2015 (11 Μαΐου) «**Ψυχολογική Νόσος, Θεραπεία και Ίσως**», Αλέξης Μορντώ, Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης.
- 2015 (8 Φεβρουαρίου) Βιωματικό σεμινάριο στο **Ψυχόδραμα**, Ματούλα Νταλώση, Νικόλαος Τάκης. Ενδοχώρα, Αθήνα.
- 2014 (14 Νοεμβρίου) Διήμερο Workshop, «**Exploring the World of Children's Drawings**», Θεοδώρα Παπαδοπούλου, Deree, The American College of Greece.
- 2014 (13 Μαρτίου) Open Lecture, «**Personality and Personality Disorders: An Overview**», Otto F. Kernberg, Deree, The American College of Greece.
- 2013 (Μάρτιος) **7ο Εντατικό Σεμινάριο στην Εφηβική Ιατρική**, Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών. Ledra Marriott.
- 2013 (24 Σεπτεμβρίου) Ημερίδα του ΚΕΘΕΑ, «**Γονεϊκότητα, Τραύμα και Κατάχρηση Ουσιών**», σε συνεργασία με το US San Diego, το Deree και το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Η ημερίδα διεξήχθη στο Deree, The American College of Greece.
- 2013 (21 Σεπτεμβρίου) Ημερίδα «**Μιλώντας για τις Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής**», στα πλαίσια του προγράμματος «**Βήματα Εμπρός**», Divani Palace Acropolis.
- 2013 (06/06-08/06) Τριήμερο «**Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας**», Deree The American College of Greece, σε συνεργασία με το Ε.Π.Α.Ψ.Υ.
- 2013 (12/04-13/04) **6ο Εντατικό Σεμινάριο στην Εφηβική Ιατρική**, Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών. Ledra Marriott.
- 2013 (9 Μαρτίου) «**Historical Truth in the Psychoanalytic process**», Σταυρούλα Μπεράτη, Deree, the American College of Greece.
- 2012 (14/06-16/06) 13ο NPSA τριήμερο Διεθνές Συνέδριο Νευροψυχανάλυσης, «**From Addiction to Relationships: Neuropsychanalytic Perspectives on craving, caring and clinging**», Ευγενίδειο Ίδρυμα Αθηνών.
- 2011 (30/06-01/07) Τριήμερο workshop, «**Treating Acquired Brain Injury: An Evidence-based Guide**», Dr. Kristine Kingsley (Psy.D., Clinical Psychologist specializing in Neuro-rehabilitation) Deree the American College of Greece.
- 2011 (24 Φεβρουαρίου) Francois Villa, Καθηγητής Ψυχοπαθολογίας, πάνω στο το ζήτημα του σωματικού σε **ασθενής που πάσχουν από καρκίνο**. Η εισήγηση έλαβε μέρος στο Κέντρο Ημέρας για Ψυχολογική Υποστήριξη ασθενών με Καρκίνο.
- 2009 (Φεβρουάριος-Ιούνιος) «**Techniques of understanding Body Language**», Deree College.
- 2006 (Ιούνιος) Εκπαιδευτικά σεμινάρια **επικοινωνίας** στο Emerson College, στην Βοστώνη, Μασαχουσέτη, Η.Π.Α.