



Καλώς ήλθατε!

Είμαι η Ζωή Σιούτη, Κλινική και Συμβουλευτική Ψυχολόγος, με εξειδίκευση στη διαχείριση του στρες, στο σχεδιασμό και στην υλοποίηση προγραμμάτων προαγωγής ψυχικής υγείας και στη συμβουλευτική ψυχολογία. Παρακάτω μπορείτε να μάθετε μερικές επαγγελματικές πληροφορίες για εμένα.

Βιογραφικό

Σπούδασα στο τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης την επιστήμη που αγαπώ και ολοκλήρωσα τις μεταπτυχιακές μου σπουδές (M.Sc. και M.Ed.) στα παρακάτω πεδία: «Η Επιστήμη του Στρες και η Προαγωγή της Υγείας» (Ιατρική Σχολή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών), «Συμβουλευτική Ψυχολογία και Συμβουλευτική στην Εκπαίδευση, την Υγεία και την Εργασία» (Σχολή Επιστημών Αγωγής του ΕΚΠΑ), «Επιστήμες της Αγωγής: Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση Ατόμων με Προβλήματα Προφορικού και Γραπτού λόγου» (Διδρυματικό – Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο και Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας), «Αντιμετώπιση Εξαρτήσεων-Εξαρτησιολογία» (Ιατρική Σχολή – ΕΚΠΑ) και «Διαχείριση Γήρανσης και Χρόνιων Νοσημάτων» (Διδρυματικό – Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο και Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας).

Ακολουθώντας τις συνεχείς εξελίξεις στο χώρο της Ψυχολογίας και τις διαρκώς αυξανόμενες ανάγκες αποτελεσματικής εφαρμογής της ψυχοθεραπείας, έχω διεξαγάγει έρευνες και έχω παρακολουθήσει μεγάλο αριθμό σεμιναρίων και μετεκπαιδεύσεων. Διαθέτω πιστοποιημένη εξειδίκευση στη χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων (WISC V, MMPI II, PEQ5.0, VIS 1, VIS 2, CAB), προβολικών δοκιμασιών (CAT, TAT & Τεστ κηλίδων μελάνης Rorschach) και πιστοποιημένη μετεκπαιδευτική εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή και στη γλώσσα Braille. Έχω συμμετάσχει ως εισηγήτρια σε Συνέδρια Ψυχολογίας, σε Δήμους, σε Συλλόγους και σε Σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, ενώ παράλληλα έχω εργαστεί ως Ψυχολόγος σε δομές του Δημόσιου και Ιδιωτικού τομέα.

Σήμερα εργάζομαι ως εξωτερική επιστημονική συνεργάτιδα – Ψυχολόγος στο Τμήμα Κλινικής και Μεταφραστικής Έρευνας στην Ενδοκρινολογία της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών (<https://www.endokrinologiki.med.uoa.gr>) και ως εκπαιδύτρια ενηλίκων σε σεμινάρια Ψυχολογίας

στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου. Διατηρώ ιδιωτικό γραφείο (αρ. αδείας 1543/19-08-2013) στην Ελευσίνα με εξειδίκευση στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία - Cognitive Behavioral Therapy/ CBT (Εταιρεία Γνωσιακών και Συμπεριφοριστικών Σπουδών του Ινστιτούτου Έρευνας και Θεραπείας Συμπεριφοράς - ΙΕΘΣ: <https://cbt.edu.gr/erg/>), Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης - Acceptance and Commitment Therapy/ ACT (Εταιρεία Γνωσιακών και Συμπεριφοριστικών Σπουδών του Ινστιτούτου Έρευνας και Θεραπείας Συμπεριφοράς - ΙΕΘΣ: <https://cbt.edu.gr/erg/>) και στη μέθοδο Απεναισθητοποίησης και Επεξεργασίας μέσω Οφθαλμικών Κινήσεων - Eye Movement Desensitization and Reprocessing/ EMDR (Ινστιτούτο Τραυματοθεραπείας: <https://travmatotherapeia.com>) για τη θεραπεία του τραύματος με εφήβους και ενήλικους.

Δημοσιεύσεις

- Κουγιουμτζής, Γ., και συνεργάτες (2021). Εκπαιδευτική Ψυχολογία- Στρατηγικές διαχείρισης κρίσεων παιδιών & εφήβων στο σχολικό περιβάλλον. Ζ. Σιούτη, Β. Γιωτσίδη, Α. Καλτσούδα & Γ.Α. Κουγιουμτζής (2021). Συναισθηματική ρύθμιση και επιθετική συμπεριφορά., σελ. 235-265, Αθήνα: Γρηγόρης. ISBN: 978-960-612-334-4.
- Σιούτη, Ζ., Κουγιουμτζής, Γ., Γκούβα, Μ., & Γουργουλιάνης, Κ. (2020). Η διερεύνηση του δείκτη της ποιότητας ζωής και του δείκτη της κατάθλιψης, του στρες και του άγχους σε ασθενείς με Hashimoto, σε ασθενείς με αδένωμα επινεφριδίων και σε υγιείς ενήλικες. Βιβλιοθήκη και κέντρο πληροφόρησης του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου.
- Κουγιουμτζής, Γ., και συνεργάτες (2019). Ψυχολογία & Συμβουλευτική Ύστερης Ενήλικης Ζωής- Τρίτης Ηλικίας. Σιούτη, Ζ. (2019). Ταξινομικά & διαγνωστικά κριτήρια της κατάθλιψης: Η πορεία της έως σήμερα. Θεραπευτική αντιμετώπιση της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία: Φαρμακολογική θεραπεία της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία, Ψυχοδυναμική προσέγγιση της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία: Θεωρία, εφαρμογές και θεραπεία, Προσωποκεντρική προσέγγιση της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία: Θεωρία, εφαρμογές και θεραπεία, Γνωσιακή Συμπεριφοριστική προσέγγιση της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία: Θεωρία, εφαρμογές και θεραπεία, Συστημική προσέγγιση της κατάθλιψης στην τρίτη ηλικία: Θεωρία, εφαρμογές και θεραπεία., σελ. 173-204, Αθήνα: Γρηγόρης. ISBN: 978-960- 612-202-6.
- Σιούτη, Ζ., Μαλλιώρα, Μ., Παπαρρηγόπουλος, Θ., & Δουζένης, Α. (2018). Διαταραχή τζόγου και εξάρτηση από αλκοόλ. Ψυχοπαθολογία θεραπευομένων σε προγράμματα απεξάρτησης από τζόγο. Βιβλιοθήκη Επιστημών της Ιατρικής Σχολής Αθηνών, Κωδικός ηλ. υποβολής εργασίας (μοναδικός προσδιοριστής): 2837631.

- Σιούτη, Ζ., Ίσαρη, Φ., Κουνενού, Κ., & Τσαμπαρλή, Α. (2018). Οικονομική κρίση και γονικότητα παιδιών με νοητική αναπηρία. Βιβλιοθήκη Επιστημών της Αγωγής, Κωδικός ηλ. υποβολής εργασίας (μοναδικός προσδιοριστής): 2738576.
- Σιούτη, Ζ. (2017). Η διερεύνηση των στρατηγικών αναγνωστικής κατανόησης σε μαθητές πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. 7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης και Ειδικής Αγωγής. <http://dx.doi.org/10.12681/edusc.1724>.
- Σιούτη, Ζ., & Τόλης, Ε. (2017). Ο σχολικός εκφοβισμός ως παράγοντας κινδύνου στην ενήλικη ζωή. 7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης και Ειδικής Αγωγής. <http://dx.doi.org/10.12681/edusc.1723>.
- Σιούτη, Ζ., Δικαίος, Δ., Δαρβίρη, Χ., & Χρούσος, Γ. (2017). Γνωσιακή συμπεριφοριστική παρέμβαση μείωσης του στρες και των συμπτωμάτων της υπνικής άπνοιας. 16ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας, Άτομα, Θεσμοί, Κοινωνία: Ο κόσμος της Ψυχολογίας.
- Φιλία, Ι., Βουλβούλη, Μ., Ζαχαριά, Α., Γαλικά, Α., Λουδοβιώτη, Κ., Σιούτη, Ζ., & Φραγκάκη, Μ. (2016). Εμπειρίες ειδικών ψυχικής υγείας και εθελοντών που εργάζονται με πρόσφυγες. 6ο Πανελλήνιο Συνέδριο Συμβουλευτικής Ψυχολογίας: Ζητήματα πολυπολιτισμικότητας και κοινωνικής δικαιοσύνης στη συμβουλευτική ψυχολογία.
- Σιούτη, Ζ., Δικαίος, Δ., Δαρβίρη, Χ., & Χρούσος, Γ. (2016). Διαχείριση του αντιλαμβανόμενου στρες σε ασθενείς με υπνική άπνοια, ηλικιακής ομάδας 18-65: Τυχαίοποιημένη κλινική μελέτη. Βιβλιοθήκη Επιστημών της Ιατρικής Σχολής Αθηνών, Κωδικός ηλ. υποβολής εργασίας (μοναδικός προσδιοριστής): E582B17CAA25A49CC2257FB70054FABB.