



## Ν Α Τ Α Λ Ι Α Β Α Λ Υ Ρ Α Κ Η

### Β Ι Ο Γ Ρ Α Φ Ι Κ Ο Σ Η Μ Ε Ι Ω Μ Α

ΛΕΩΦ. Κ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ 160, ΧΑΝΙΑ Τ.Κ. 73-136. ΚΡΗΤΗ.  
ΤΗΛ. 28210-93778 • 28210-88682 • 28210-63939 • 6944-466522  
e-mail address: [natalyvalyraki@yahoo.gr](mailto:natalyvalyraki@yahoo.gr)  
facebook: Natalia Valyraki

#### ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

- Υπηκοότητα: Ελληνική
- Τόπος Γέννησης: Σαλίσμπουρι, Χαράρε

#### ΣΠΟΥΔΕΣ

- **Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Ειδίκευσης στη Σχολική Ψυχολογία, Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης.** Βαθμός: Λίαν Καλώς (8.11). Οκτώβριος 2004-Μάρτιος 2007 (Απονομή: 21-7-2007)
- **Πτυχίο της Σχολής Κοινωνικών Σπουδών, Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης.** Βαθμός: Λίαν Καλώς (8.1). Δεκέμβριος 1999 – Σεπτέμβριος 2002 (Απονομή: 11-12-2002)
- **Πτυχίο του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Τμήμα Γαλλικής Γλώσσας και Φιλολογίας.** Βαθμός: Καλώς (6.9). Σεπτέμβριος 1990 – Σεπτέμβριος 1996 (Απονομή: Δεκέμβριος 1996)

#### ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

- **Αγγλικά:** Άριστη γνώση γραπτού και προφορικού λόγου. (Michigan Certificate of Proficiency in English).
- **Γαλλικά:** Άριστη γνώση γραπτού και προφορικού λόγου. (Πτυχίο του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Τμήμα Γαλλικής Γλώσσας και Φιλολογίας)
- **Ισπανικά:** Καλή γνώση γραπτού και προφορικού λόγου. (Diploma Básico de Español)
- **Ιταλικά:** Καλή γνώση γραπτού και προφορικού λόγου. (Certificato Superiore)

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- **Παρούσα θέση.** Ελεύθερος επαγγελματίας ψυχολόγος από το 2007 έως και σήμερα.
- **Κέντρα Ξένων Γλωσσών στα Χανιά** (Ιούνιος 1997 - σήμερα). Ιδιοκτήτρια και Υπεύθυνη Σπουδών. Διοργάνωση «Σχολής Γονέων»: ομάδες συζήτησης των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν τα παιδιά στο σχολικό και οικογενειακό περιβάλλον. Διοργάνωση Σεμιναρίων Αποτελεσματικού Γονέα Gordon.
- **Διοργάνωση Σχολών Γονέων:** 1. Κέντρο Προσχολικής Αγωγής Δήμου Ελευθερίου Βενιζέλου (Νεροκούρου, τηλ. 28210-91635). 2. Παιδικός Σταθμός Δήμου Ακρωτηρίου (Στέρνες Ακρωτηρίου). 3. 19<sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Χανίων (Δ. Μιχελογιάννη 13, Χανιά, τηλ. 28210-45407). 4. Δημοτικό Σχολείο Περιβολίων (Περιβόλια, Χανιά, τηλ. 28210-96244): Προγραμματισμένες μηνιαίες συναντήσεις με ομάδες γονέων. Παρουσίαση και συζήτηση θεμάτων που αφορούν την προσχολική και τη σχολική ηλικία (Οκτώβριος 2006-σήμερα). Αναλυτικά:

### 1. ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΝΕΡΟΚΟΥΡΟΥ ΔΗΜΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ, ΧΑΝΙΑ

- 25/04/2007 «Προσχολική ηλικία 3.5-6 χρ.»
- 04/06/2007 «Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών. Πένθος-Απώλεια-Διαζύγιο»
- 28/01/2009 «Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών»
- 18/02/2009 «Τα σεξουαλικά προβλήματα των παιδιών»
- 18/03/2009 «Το επιθετικό παιδί »
- 02/12/2009 «Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών»
- 02/01/2010 «Το παιδί ξεκινάει το σχολείο και αυτονομείται. Πώς να συμπεριφερθούν οι γονείς»
- 17/02/2010 «Τα προβλήματα των νηπίων»
- 19/04/2010 «Πένθος-Απώλεια-Διαζύγιο»
- 02/06/2010 «Εφηβεία»

### 2. ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΣΤΕΡΝΩΝ, ΧΑΝΙΑ

- 01/06/2009 «Τα προβλήματα των νηπίων (πλευροποίηση, ύπνος, όνειρα, ενούρηση, παιδικοί φόβοι, ενίσχυση-τιμωρία)».
- 13/01/10 «Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών»
- 10/2/2010 «Πώς να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα ενός νηπίου (3.5-6 χρ. διατροφή, ύπνος, παιχνίδι)»
- 03/03/2010 «Το παιδί ξεκινάει το σχολείο. Το επιθετικό παιδί»
- 21/04/2010 «Η σεξουαλική συμπεριφορά των παιδιών »

### 3. 19<sup>ο</sup> ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΝΙΩΝ

- 24/02/2010 «Το επιθετικό παιδί»
- 17/03/2010 «Η σεξουαλική συμπεριφορά των παιδιών»
- 28/04/2010 «Διαζύγιο-Πένθος-Απώλεια»
- 12/05/2010 «Εφηβεία»

### 4. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙΩΝ

- 24/03/2010 «Η σεξουαλική συμπεριφορά των παιδιών»
- 20/12/2014 «Θυμός»

▪ **Τηλεοπτικές Εκπομπές:**

1. 11/02/2010 ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΥΔΩΝ. Τίτλος Εκπομπής: «Πάνω απ' όλα υγεία» Παρουσίαση: Τώνια Λιοδάκη. Θέμα: «Μαθησιακές Δυσκολίες». Καλεσμένη για την παρουσίαση του θέματος και συζήτηση με τη δημοσιογράφο.

2. 25/03/2010 ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΥΔΩΝ. Τίτλος Εκπομπής: «Πάνω απ' όλα υγεία» Παρουσίαση: Τώνια Λιοδάκη. Θέμα: «Συμβουλές και αρχές σωστής διαπαιδαγώγησης των παιδιών». Καλεσμένη για την παρουσίαση του θέματος και συζήτηση με τη δημοσιογράφο.

3. 11/05/2010 ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΥΔΩΝ. Τίτλος Εκπομπής: «Πάνω απ' όλα υγεία» Παρουσίαση: Τώνια Λιοδάκη. Θέμα: «Το άγχος των εξετάσεων». Καλεσμένη για την παρουσίαση του θέματος και συζήτηση με τη δημοσιογράφο και την (επίσης καλεσμένη) διαιτολόγο.

4. 01/09/2014 ΝΕΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ. Τίτλος Εκπομπής: «Θερινή Ώρα». Παρουσίαση: Βίκυ Αρβελάκη. Θέμα: «Τεστ Μαθησιακού Προφίλ».

5. 09/09/2014 ΝΕΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ. Τίτλος Εκπομπής: «Θερινή Ώρα». Παρουσίαση: Βίκυ Αρβελάκη. Θέμα: «Τεστ Επαγγελματικού Προσανατολισμού».

6. 18/2/2015 ΝΕΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ. Τίτλος Εκπομπής: «Υγεία». Παρουσίαση: Λευτέρης Κουρκουλός. Θέμα: «Μαθησιακές Δυσκολίες». ( <http://www.neatv.gr/el/video.php?vi=3083>)

7. 27/02/2015 ΝΕΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ. Τίτλος Εκπομπής: "Στο κόκκινο". Παρουσίαση: Γωγώ Καλληδονάκη, Νίκος Μοτάκης. Θέμα: «Καθημερινά Προβλήματα Γονέων Παιδιών. Επιπτώσεις, Αντιμετώπιση». (<http://www.neatv.gr/el/video.php?vi=3118>) (min 0.23'-0.45')

8. 13/3/2015 Τίτλος Εκπομπής: "Στο κόκκινο". Παρουσίαση: Γωγώ Καλληδονάκη, Νίκος Μοτάκης. Θέμα: «Τεστ Επαγγελματικού Προσανατολισμού». ([www.neatv.gr/el/video.php?vi=3175](http://www.neatv.gr/el/video.php?vi=3175)) (min 33' -min 52').

9. 18/03/15 ΝΕΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ. Τίτλος Εκπομπής: «Υγεία». Παρουσίαση: Λευτέρης Κουρκουλός. Θέμα: «Σχολικός Εκφοβισμός». ( <http://www.neatv.gr/el/video.php?vi=3195>)

10. 13/3/2015 Τίτλος Εκπομπής: "Στο κόκκινο". Παρουσίαση: Γωγώ Καλληδονάκη, Νίκος Μοτάκης. Θέμα: «Playtherapy». (<http://www.neatv.gr/el/video.php?vi=3563>) (min 7.16'- min 27.33').

- **Εθελοντική πρακτική άσκηση στο Νοσοκομείο Ημέρας Χανίων** (Κροκιά 25, Χανιά). (Ιανουάριος 2003 – Δεκέμβριος 2003). Παρακολούθηση του προγράμματος του κέντρου 4 φορές την εβδομάδα, συμμετοχή στις ψυχοθεραπευτικές ομάδες και ανάθεση εργασιών από την ψυχολόγο.
- **Εθελοντική εργασία στο Κέντρο Εφήβων Χανίων** (Μ. Μπότσαρη 49, Χανιά). (Μάιος 2003 – Μάιος 2004). Παρακολούθηση περιστατικών και ψυχοθεραπευτική στήριξη ασθενών. Χορήγηση και βαθμολόγηση του Τεστ Νοημοσύνης Παιδιών και Εφήβων (WISC-III).

## ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ-ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- **Εκπαίδευση στην Παιγνιοθεραπεία Play Therapy Greece.** Αθήνα, Δεκέμβριος 2014- Σεπτέμβριος 2015.
- **Εκπαίδευση Εκπαιδευτών Αποτελεσματικού Γονέα (Gordon).** Αθήνα, 29-31/05/2015 και 03-05/06/2015.
- **Εκπαίδευση στη Χορήγηση ΤΕΣΤ BULLYING Ariston.** Αθήνα, Απρίλιος 2014.
- **Σεμινάριο Εκπαίδευσης Αποτελεσματικού Γονέα (Gordon).** Βεβαίωση Συμμετοχής. Χανιά, 23/01/2015.
- **Εκπαίδευση στη Χορήγηση ΤΕΣΤ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ Ariston.** Αθήνα, Δεκέμβριος 2014.
- **Εκπαίδευση στη Χορήγηση ΤΕΣΤ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΕΣΤ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ Ariston.** Αθήνα, Μάιος 2014.
- **Εκπαίδευση στη χρήση της μεθόδου TOMATIS (TOMATIS PRACTITIONER LEVEL 1).** Αθήνα, Ιούνιος 2014.
- **1<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Συνέδριο Πολιτικής Ψυχολογίας με διεθνή συμμετοχή: «Μύθοι, Ιστορία, Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης».** Βεβαίωση Συμμετοχής και Εθελοντικής Εργασίας. Πανεπιστημιούπολη Γάλλου, Ρέθυμνο, 19-22 Μαΐου 2005.
- **27<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο Σχολικής Ψυχολογίας.** Βεβαίωση Συμμετοχής. Αθήνα, 13-17 Ιουλίου 2005.
- **Σεμινάριο «Διαχείριση Κρίσεων».** Βεβαίωση Συμμετοχής. 27<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο Σχολικής Ψυχολογίας, Αθήνα, 13-17 Ιουλίου 2005.
- **Σεμινάριο Ψυχώσεις 2002-2004** (Κύκλος Ηρακλείου, Ομάδα Χανίων της Ευρωπαϊκής Σχολής Ψυχανάλυσης, Β2 Ψυχιατρικό Τμήμα & Νοσοκομείο Ημέρας του Θ.Ψ.Π.Χ). Υπεύθυνες προγράμματος: Φουντουλάκη Γωγώ, Ψυχαναλύτρια, Μέλος της Ε.Σ.Ψ., Τζανακάκη-Μελισσάρη Μαρία, Δ/ντρια Β2 Ψυχ. τμήματος. (29 Νοεμβρίου 2002-5 Ιουλίου 2004).
- **9<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας.** Βεβαίωση Παρακολούθησης. Ρόδος, 21-24 Μαΐου 2003.
- **Πανελλήνιο Ψυχιατρικό Συνέδριο «Η Συμβολή της Τέχνης στις Ψυχιατρικές Θεραπείες».** Βεβαίωση Συμμετοχής. Χανιά, 15-18 Μαΐου 2003.
- **Εργαστήριο «Focusing και Τέχνη: Η Βιωματική Προσέγγιση της Τέχνης ως Εργαλείο για την Αυτογνωσία».** Συντονιστής: Παύλος Ζαρογιάννης. Πανελλήνιο Ψυχιατρικό Συνέδριο «Η Συμβολή της Τέχνης στις Ψυχιατρικές Θεραπείες». Χανιά, 15-18 Μαΐου 2003.
- **Εκπαιδευτικό Σεμινάριο στην Αξιολόγηση της Νοημοσύνης Παιδιών και Εφήβων (WISC-III).** Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου. Επιστημονικός Υπεύθυνος: Ι. Τσιάντης. 21 Μαρτίου – 10 Μαΐου 2003. (40 ώρες).
- **Διάλεξη Καθηγητή Κοινωνιολογίας Βασίλη Φίλια με θέμα: «Προβληματισμοί και Επισημάνσεις στα Σύγχρονα Κοινωνικά Προβλήματα».** Επιστημονική Υπεύθυνη: Αναστασία-Βαλεντίνη Ρήγα. Πανεπιστημιούπολη Γάλλου, Ρέθυμνο, 6 Μαρτίου 2001.

#### **ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΕΣ**

- MS Windows και σχετικά προγράμματα (Word, Excel, Power Point, κτλ.)
- Corel
- Internet

#### **ΣΧΕΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ**

- **Παράγοντες που σχετίζονται με την ανάπτυξη της αναγνωστικής ευχέρειας: διαχρονική μελέτη στις μεσαίες τάξεις του δημοτικού.** Διπλωματική Εργασία (διάρκεια: Μάρτιος 2006-Μάρτιος 2007).
- **Σύγκριση της Έκφρασης μέσω Τέχνης ασθενών με Διάγνωση Σχιζοφρένειας και Μανιοκατάθλιψης.** Εργασία που ανακοινώθηκε στο Πανελλήνιο Ψυχιατρικό Συνέδριο: «Η συμβολή της τέχνης στις ψυχιατρικές θεραπείες». Χανιά, 15-18 Μαΐου 2003. (90 σελίδες).
- **Ψυχοθεραπευτικές Διαδικασίες στη Συνθετική Ψυχοθεραπεία: Παρεμβάσεις του Θεραπευτή.** Διπλωματική Εργασία (διάρκεια: Οκτώβριος 2001-Σεπτέμβριος 2002).

#### **ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ**

- Μ. Τζανακάκη-Μελλισάρη, Ψυχίατρος-Νευρολόγος. Δ/ντρια Β2 Ψυχ. τμήματος. Διεύθυνση: Θ.Ψ.Π.Χ, Οδός Θεραπευτηρίου, Χανιά. Τηλ.: 28210-30700, 6946-462800.
- Β. Προφητάκη, Ψυχολόγος. Διεύθυνση: Νοσοκομείο Ημέρας Χανίων, Κροκιά 25, Χανιά. Τηλ.: 28210-51394, 6973-210522.

#### **ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ**

- Αντιμετώπιση των μαθησιακών δυσκολιών κατά την εκμάθηση της ξένης γλώσσας. Τρόποι παρέμβασης.
- Μαθησιακές Δυσκολίες: Διάγνωση και Παρέμβαση.