

Η Αντιγόνη Γκρίζη είναι ψυχολόγος, με αδεια ασκήσεως επαγγέλματος 15342/24092019, χοροθεραπεύτρια και εκπαιδευόμενη στην συνθετική ψυχοθεραπεία. Απέκτησε το πτυχίο Ψυχολογίας από το Πανεπιστήμιο Αθηνών το 2016 (BSc), το Μεταπτυχιακό της μέσω χορου και κίνησης από το Πανεπιστήμιο του Derby στο Ηνωμένο Βασίλειο το 2019(MA) και αυτή την στιγμή βρίσκεται σε συνεχιζόμενη εκπαίδευση στην συνθετική ψυχοθεραπεία με τον φορέα UKCP του Ηνωμένου Βασιλείου. Έχει παρακολουθήσει πιστοποιημένα σεμινάρια, workshops, συνεδρια και ημερίδες στην Ελλάδα και στο Ηνωμένο Βασίλειο. Τα τελευταία οχτώ έτη της καριέρας της έχει ασχοληθεί ιδιαίτερα με την διαχείριση κρίσεων και την ψυχοθεραπεία τραύματος, την υποστήριξη ατόμων με αυτισμό, ΔΕΠΥ και κοινωνικό άγχος, την συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία σε θύματα ενδοοικογενειακής και σεξουαλικής βίας. Έχει επίσης προσφέρει ψυχοθεραπεία σε εφήβους, παιδιά, ζευγάρια και οικογένειες με όλα τα θέματα ψυχικής υγείας. Επιπρόσθετα, έχει ασχοληθεί με την καθοδήγηση και εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας. Τέλος, έχει μεγάλη εμπειρία στην ανάπτυξη κοινωνικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων διάφορων πληθυσμιακών ομάδων σε ΜΚΟ, κολλέγια, οργανισμούς και στον δημόσιο τομέα του Ηνωμένου Βασιλείου μέσω θεραπευτικών προγραμμάτων. Τέλος, έχει δουλέψει πολύ με την αντιμετώπιση ψυχοσωματικών συμπτωμάτων, άγχους, κατάθλιψης και τραυματικών εμπειριών ενηλίκων και εφήβων μεταναστών, προσφύγων και αιτούντων άσυλο. Μεταξύ άλλων, έχει εργαστεί για την ΜΚΟ PRAKSIS, καθώς και για διάφορες ΜΚΟ στο Λονδίνο και στο Νότινγχαμ, σε ιδιωτικές επιχειρήσεις, σε ξενώνες φιλοξενίας παιδιών και σπίτια διαχείρισης κρίσεων ενηλίκων, στο Δήμο του Νότινγχαμ καθώς και σε κέντρα ειδικών θεραπειών στην Αττική. Αυτή την στιγμή, η Αντιγόνη έχει εστιάσει στο να δημιουργήσει τις δικές της ψυχοθεραπευτικές ομάδες γυναικών, διαδικτυακά αλλά και διά ζώσης σε όλη την Αθήνα, συμπεριλαμβάνοντας χοροθεραπευτικές τεχνικές και CBT τεχνικές, μέσω της συνεργασίας με άλλους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, με διαφορετικές εξειδικεύσεις, ώστε να μπορέσει να προσφέρει μια πιο συνθετική προσέγγιση στους θεραπευόμενους της.

Στοιχεία επικοινωνίας

Email: AG_bodyandmind@proton.me

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/antigoni-g-a5b298106/>