

# Βιογραφικό Σημείωμα – Ειρήνη Μπονίκου

*Κλινική Κοινωνική Λειτουργός – Ψυχοθεραπεύτρια – Πραγματογνώμονας  
Πρωτοδικείου Πειραιά*

## Ποια είμαι ως επαγγελματίας

Η δουλειά μου στην ψυχική υγεία είναι βαθιά συνδεδεμένη με την ανθρώπινη επαφή. Πιστεύω ότι κάθε άνθρωπος έχει μια ιστορία που χρειάζεται χώρο, χρόνο και έναν ασφαλή συνοδοιπόρο για να ειπωθεί. Στο θεραπευτικό πλαίσιο, επιδιώκω να δημιουργώ αυτόν τον χώρο: έναν χώρο όπου το άγχος, ο φόβος, η σύγχυση, η οργή ή η θλίψη μπορούν να ειπωθούν χωρίς ντροπή και χωρίς βιασύνη.

Η κλινική μου πορεία με έχει φέρει κοντά σε ενήλικες, εφήβους και οικογένειες που βρίσκονται σε κρίση, σε μεταβατικές φάσεις ή στα πρώτα σημάδια ψυχικής δυσφορίας. Η έγκαιρη παρέμβαση, η ψυχοεκπαίδευση και η θεραπευτική σχέση αποτελούν τον πυρήνα της δουλειάς μου.

Παράλληλα, υπηρετώ ως **Πραγματογνώμονας Πρωτοδικείου Πειραιά**, αναλαμβάνοντας κοινωνικές εκθέσεις και αξιολογήσεις σε υποθέσεις που απαιτούν επιστημονική ακρίβεια, αντικειμενικότητα και υψηλό αίσθημα ευθύνης. Η δικαστική πραγματογνωμοσύνη αποτελεί για μένα μια ακόμη μορφή προστασίας του ανθρώπου και της οικογένειας.

## Ψυχοθεραπευτική Ταυτότητα & Προσέγγιση

Η ψυχοθεραπευτική μου πρακτική είναι συνθετική, με ισχυρή βάση στις:

- Γνωσιακές Ψυχοθεραπείες
- Ψυχοσωματική Συμβουλευτική
- Κλινική Ψυχοπαθολογία
- Σχεσιακή – ψυχοδυναμική κατανόηση
- Εξειδίκευση σε παιδί & έφηβο

Στο θεραπευτικό δωμάτιο δουλεύω με:

- αγχώδεις διαταραχές
- δυσκολίες ρύθμισης συναισθήματος
- ψυχοσωματικά συμπτώματα
- τραύμα και εμπειρίες εγκλεισμού
- δυσλειτουργικά μοτίβα σχέσεων
- οικογενειακή συμβουλευτική
- πρώιμα σημάδια ψύχωσης και ψυχοεκπαίδευση οικογενειών

Η θεραπεία για μένα είναι μια διαδικασία επανασύνδεσης με τον εαυτό, με τις ανάγκες και με τις δυνατότητες που συχνά χάνονται μέσα στην ένταση της καθημερινότητας.

## Διδακτική Δραστηριότητα

Από το 2024 συμμετέχω στο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο «**Εγκαιρη Παρέμβαση στην Ψύχωση**» του ΕΠΨΥ και της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ ως **διδάσκουσα**, μεταφέροντας κλινική εμπειρία, θεραπευτικές δεξιότητες και πρακτικές παρεμβάσεις σε νέους επαγγελματίες ψυχικής υγείας.

Η διδασκαλία είναι για μένα μια φυσική συνέχεια της θεραπευτικής δουλειάς: ένας τρόπος να ενισχύω την κοινότητα των επαγγελματιών και να συμβάλλω στη διάδοση σύγχρονων, ανθρώπινων και τεκμηριωμένων πρακτικών.

## Εκπαίδευση

- **Πτυχίο Κοινωνικής Εργασίας**, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής *Βαθμός: 7,59 – Λίαν Καλώς*

## Εξειδικευμένη Επιμόρφωση

### Κλινική & Ψυχοθεραπευτική Εκπαίδευση

- Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο Κλινικών Δεξιοτήτων στην Ψυχοπαθολογία – Α΄ Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ & ΕΠΨΥ
- Εκπαίδευση στις Γνωσιακές Ψυχοθεραπείες «Ιωάννης Παπακόστας»
- Ψυχοσωματική Συμβουλευτική – ΕΚΠΑ
- Μετεκπαίδευση στην Κλινική Ψυχοπαθολογία «Παναγιώτης Ουλής»
- CAARMS Training (2024)
- Certified PANSS Rater (2023)

### Εξειδίκευση σε Παιδί & Έφηβο

- Παιδοψυχολογία – Πανεπιστήμιο Αιγαίου
- Παιδική & Εφηβική Ψυχιατρική – ΕΚΠΑ
- Θέματα Ψυχικής Υγείας Παιδιών & Εφήβων – Κοινοτικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας Παγκρατίου

### Κοινωνική Εργασία & Κοινωνική Ψυχική Υγεία

- Στίγμα & Κοινωνικός Αποκλεισμός – Πανεπιστήμιο Αιγαίου
- Κοινωνιολογία & Ψυχολογία Υγείας – Πανεπιστήμιο Αιγαίου (600 ώρες)
- Έμφυλη Βία – ΔΙΟΤΙΜΑ & ΠΑΔΑ
- Ειδική Αγωγή – Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

## Επαγγελματική Εμπειρία

- **ΕΠΨΥ – Μονάδα Έγκαιρης Παρέμβασης στην Ψύχωση** Κλινική υποστήριξη, ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις, ψυχοεκπαίδευση, οικογενειακή συμβουλευτική, αξιολόγηση κινδύνου.
- **Ομοσπονδία ΑΡΓΩ – Γραμμή Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης** Παρέμβαση σε κρίση, συμβουλευτική, διαχείριση ψυχικής επιβάρυνσης.
- **ΠΕΨΑΕΕ – Πρόγραμμα Υπουργείου Υγείας για COVID-19** Υποστήριξη νοσούντων, συγγενών και υγειονομικών.

## Πραγματογνωμοσύνες

- **Πραγματογνώμονας Πρωτοδικείου Πειραιά** Σύνταξη κοινωνικών εκθέσεων, αξιολόγηση οικογενειακών και κοινωνικών συνθηκών, τεκμηριωμένες εισηγήσεις σε δικαστικές υποθέσεις.

## Εθελοντικό Έργο

Σημαντική συμμετοχή σε προγράμματα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης της Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ, ειδικά κατά την περίοδο της πανδημίας, με ρόλο στον συντονισμό, την αξιολόγηση και τη διασύνδεση με δομές ψυχικής υγείας.

## Ομιλίες & Επιστημονικές Παρουσίες

Θεματικές όπως:

- Stress και καρκίνος
- Θετική ψυχολογία
- Τραύμα εγκλεισμού
- Αγχώδεις διαταραχές
- Ψυχοεκπαίδευση υγειονομικών
- Ψυχική υγεία στην πανδημία
- Παρουσίαση πανεπιστημιακού μαθήματος για την κοινωνική εργασία στην ψυχική υγεία

## Βραβεύσεις

- **Βραβείο “Σπύρος Δοξιάδης για τον έφηβο” (2021)** Για το πρόγραμμα «Απομόνωση χωρίς Μοναξιά».