



Ελισάβετ Γεωργίου

Ξεκίνησα την επαγγελματική μου σταδιοδρομία εστιάζοντας στο χώρο της εργασίας και πώς οι άνθρωποι μπορούν να γίνουν ευτυχισμένοι και ψυχικά υγιείς ισορροπώντας την επαγγελματική και προσωπική τους ζωή. Σήμερα πιστεύοντας πως η ευτυχία και η ολοκλήρωση έρχεται μέσα από την ένωση όλων των πλευρών της καθημερινότητάς μας επικεντρώνομαι στην αυτογνωσία του ατόμου, την επίγνωση των αναγκών του και τη νοηματοδότηση της ζωής του σε κάθε δραστηριότητα επαγγελματική ή προσωπική.

Εξειδικεύομαι στη διαχείριση επαγγελματικών & προσωπικών κρίσεων και μεταβάσεων (απόλυση, πένθος, διαζύγιο, ασθένεια) καθώς και στην προώθηση της ψυχικής υγείας και του Ευ Ζην μέσω εταιρικών προγραμμάτων Ευεξίας και προγραμμάτων Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης.

Έχω εμπειρία 20+ ετών ως σύμβουλος επιχειρήσεων σε θέματα ανάπτυξης και διαχείρισης ανθρώπινου δυναμικού και παράλληλη εμπειρία 10+ ετών ως ψυχοθεραπεύτρια.

Από τον Ιανουάριο του 2010 ίδρυσα και διευθύνω, το Κέντρο Be Yourself όπου παρέχει υπηρεσίες Συμβουλευτικής, Coaching, Mentoring, Εκπαίδευσης και Ψυχοθεραπείας, ατομικά ή ομαδικά, σε ιδιώτες, επιχειρήσεις, ΜΚΟ και άλλους εκπαιδευτικούς οργανισμούς.

Είμαι κάτοχος Πτυχίου Ψυχολογίας (Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών), Μεταπτυχιακού Τίτλου "Οργανωτικής & Οικονομικής Ψυχολογίας" (Πάντειο Πανεπιστήμιο), Διπλώματος Personal & Executive Positivity Coaching (Positivity Coaching Academy), έχω 4ετή ειδική εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία Gestalt (Gestalt Foundation) και πιστοποίηση Εκπαιδευτή Ενηλίκων (ΕΟΠΠΕΠ).

Επίσης, είμαι από τα ιδρυτικά μέλη και πρόεδρος του Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας & Ευημερίας Be Positive (Μάθετε [εδώ](#) περισσότερα) που στοχεύει στην προαγωγή της Ψυχικής Υγείας και Ευημερίας μέσα από δράσεις και προγράμματα που απευθύνονται σε ευπαθείς/ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού, μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς, δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς καθώς και το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

Συνεχίζω να εκπαιδεύομαι σε νέες τεχνικές, εργαλεία και μεθόδους από το χώρο της Νευροψυχολογίας, της Θετικής Ψυχολογίας, της φιλοσοφίας και του coaching.

