

Γεννήθηκα το 1978 στη Θεσσαλονίκη. Σπούδασα **Ψυχολογία** στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, όπου συνέχισα τις μεταπτυχιακές σπουδές μου με υποτροφία αριστείας του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών στον τομέα της **Κοινωνικής Κλινικής Ψυχολογίας**. Στο πλαίσιο των μεταπτυχιακών σπουδών μου εξειδικεύτηκα στην **Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία**. Πραγματοποίησα την πρακτική μου άσκηση ως ειδικευόμενη κλινική ψυχολόγος στο Ψυχιατρείο Θεσσαλονίκης, στην Ιατροπαιδαγωγική Υπηρεσία και την Μονάδα Θεραπείας Συμπεριφοράς του Κέντρου Ψυχικής Υγιεινής Θεσσαλονίκης.

Το 2016 εξειδικεύτηκα στην **Θεραπευτική Αντιμετώπιση των Διατροφικών Διαταραχών & της Παχυσαρκίας** σύμφωνα με την Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία από την Ελληνική Εταιρεία Έρευνας της Συμπεριφοράς, Παράρτημα Μακεδονίας.

Εργάστηκα για 5 χρόνια στο [Κέντρο Εργάνη](#) παρέχοντας **Συμβουλευτική Απασχόλησης και Ψυχοκοινωνική Στήριξη** κυρίως σε γυναίκες, άνεργες και εργαζόμενες, σε μέλη Ευπαθών Κοινωνικά Ομάδων και σε γυναίκες μέλη γυναικείων συνεταιρισμών της Κεντρικής και Δυτικής Μακεδονίας. Υπήρξα για 3 χρόνια στέλεχος του [Γραφείου Διασύνδεσης του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης](#) όπου απασχολήθηκα ως **Ψυχολόγος – Σύμβουλος Σταδιοδρομίας**, παρέχοντας συμβουλευτική σταδιοδρομίας σε φοιτητές και απόφοιτους, τόσο σε ατομικό όσο σε ομαδικό επίπεδο. Για 3 περίπου χρόνια συνεργάστηκα με την Cosmote Θεσσαλονίκης ως **Ψυχολόγος Προσωπικού** παρέχοντας συμβουλευτική στο προσωπικό της επιχείρησης αναφορικά με την διαχείριση εργασιακών και προσωπικών προβλημάτων. Απαριθμώ πλήθος συνεργασιών ως εκπαιδευτρια σε θέματα που άπτονται του αντικειμένου της ψυχολογίας. Έχω συνεργαστεί ανά τα χρόνια με Σχολές Γονέων, με Κέντρα Δια βίου Μάθησης, με δημόσια ΙΕΚ και Κέντρα Επαγγελματικής Κατάρτισης. Επί του παρόντος, είμαι **Εκπαιδευτρια** στο [Ινστιτούτο Επιμόρφωσης](#) (IN.EΠ) του Εθνικού Κέντρου Δημόσιας Διοίκησης και Αυτοδιοίκησης (Ε.Κ.Δ.Δ.Α). Η επαγγελματική μου εμπειρία συνοδεύεται από συμμετοχές σε ερευνητικά προγράμματα, δημοσιεύσεις και πλήθος εισηγήσεων σε θέματα συμβουλευτικής και ψυχολογίας.

Είμαι μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς, του Υπομητρώου Στελεχών Βασικών Σ.Υ.Υ και του Μητρώου κύριου διδακτικού προσωπικού του Εθνικού Κέντρου Δημόσιας Διοίκησης & Αυτοδιοίκησης.

Κατέχω Άδεια Ασκήσεως Επαγγέλματος Ψυχολόγου (αρ.πρωτοκόλου 24/58059) και από το 2011 διατηρώ το γραφείο μου στην Θεσσαλονίκη, Βασιλέως Ηρακλείου 47, παρέχοντας ψυχοθεραπευτικές και συμβουλευτικές υπηρεσίες σε ενήλικες με βάση τις αρχές της Γνωστικής Συμπεριφορικής Προσέγγισης.

Αρθρογραφώ τα τελευταία χρόνια για θέματα σχετικά με την ψυχολογία και την ψυχοθεραπεία. Άρθρα μου μπορείτε να βρείτε στο προσωπικό μου blog <https://valiapavidou.blogspot.com/>, στην Πύλη της Ψυχολογίας <https://www.psychology.gr> και στο Επιστημονικό Site της Ψυχολογίας στην Ελλάδα <https://www.psychologynow.gr/>