

ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

της ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑΣ ΓΡΗΓ. ΚΩΣΤΑΡΑ

ΕΠΙΚΟΥΡΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

της ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΑΘΗΝΩΝ

spyridoulakostara@aeaa.gr

<https://orcid.org/0000-0003-3202-7729>

Η Δρ Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά είναι μόνιμη Επίκουρος Καθηγήτρια (ΦΕΚ 1729 τ. Γ'/28-7-2021) με γνωστικό αντικείμενο "Ψυχολογία της Επικοινωνίας", στο Τμήμα Ιερατικών Σπουδών της Ανωτάτης Εκκλησιαστικής Ακαδημίας Αθηνών (Α.Ε.Α.Α.). Είναι κάτοχος πτυχίου με ειδίκευση στην Ψυχολογία με βαθμό "Άριστα" (9,4/10) και Διδάκτωρ Ψυχολογίας με βαθμό "Άριστα", του Τμήματος Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας, της Φιλοσοφικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Μιλάει ευχερώς αγγλικά και γερμανικά και έχει αποφοιτήσει από την Ανώτατη Σχολή Πιάνου και Μουσικής Θεωρίας του Εθνικού Ωδείου Αθηνών. Έχει παρακολουθήσει επιμορφωτικά σεμινάρια Ψυχολογίας, διδακτικής και καθοδηγητικής επάρκειας, αξιοποίησης των Τεχνολογιών της Πληροφορίας και των Επικοινωνιών στην Εκπαίδευση. Κατέχει την άδεια ασκήσεως του επαγγέλματος του ψυχολόγου σε όλη την επικράτεια. Είναι τακτικό μέλος της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας (ΕΛ.Ψ.Ε.) και ενεργό μέλος των Κλάδων της Κοινωνικής, της Συμβουλευτικής και της Θετικής Ψυχολογίας. Είναι τακτικό και ενεργό μέλος της Ψυχολογικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδος (Ψ.Ε.Β.Ε.). Είναι μέλος του Επιστημονικού Συμβουλίου (Scientific Advisory Board) της δράσης "Study in Greece" (SiG), η οποία αποτελεί τον επίσημο φορέα διεθνοποίησης κι εξωστρέφειας της ελληνικής ανώτατης εκπαίδευσης.

Η διδακτική της εμπειρία περιλαμβάνει:

α) Στην Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση (1990-2013), την διδασκαλία ως Καθηγήτρια στα Αρσάκεια σχολεία (Φιλεκπαιδευτική Εταιρεία) και την εκπαίδευση και καθοδήγηση μαθητών/τριών στους Ομίλους Ρητορικής Τέχνης των Αρσακείων Λυκείων Ψυχικού στην αξιοποίηση των επικοινωνιακών τους δεξιοτήτων για πολιτισμένο διάλογο, τεκμηριωμένη προσωπική έκφραση, ανάπτυξη διαπροσωπικών

σχέσεων και για συμμετοχή στους Πανελλήνιους Μαθητικούς Αγώνες Επιχειρηματολογίας (Αντιλογίας).

β) Στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση, την διδασκαλία των μαθημάτων Ψυχολογίας σε προπτυχιακό επίπεδο στην Α.Ε.Α.Α. (2007-) και σε μεταπτυχιακό επίπεδο στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών (2018-), στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής και στην ΑΣΠΑΙΤΕ (2019-) και στην Σχολή Εθνικής Ασφάλειας της Αστυνομικής Ακαδημίας (2004-2011).

γ) Σε πιστοποιημένα Επιμορφωτικά Προγράμματα Ενηλίκων, την διδασκαλία της Ψυχολογίας στο Τμήμα Επαγγελματικής Μετεκπαίδευσης Επιτελών Στελεχών (Τ.Ε.Μ.Ε.Σ.) της Αστυνομικής Ακαδημίας (2011-), στο Ινστιτούτο Ποιμαντικής Επιμορφώσεως της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών (2018-) (Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση) και εθελοντικά στον Τομέα Κατηχήσεως και Ορθοδόξου Μαρτυρίας της Αποστολικής Διακονίας της Εκκλησίας της Ελλάδος (2018-).

Ως προς την κοινωνική δραστηριότητα και προσφορά συμβάλλει με διαλέξεις και ραδιοφωνικές εκπομπές με θέματα Ψυχολογίας που απασχολούν τον σύγχρονο άνθρωπο εστιάζοντας στη διερεύνηση της επικοινωνίας στην ατομική και κοινωνική ζωή και τις επιπτώσεις του άγχους στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Τα ερευνητικά και συγγραφικά της ενδιαφέροντα περιλαμβάνουν την επικοινωνία και τις μορφές της ως θεμελιώδη αρχή της ατομικής και ομαδικής ζωής, την Συμβουλευτική Ψυχολογία ως τέχνη του βίου (*ars vitae*), την αξία της πίστης, της γνώσης, της πράξης και της ελπίδας στην καθημερινή μας ζωή, τις επιπτώσεις του άγχους στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Έχει συμμετάσχει με ανακοίνωση σε επιστημονικά συνέδρια με κριτές και διεθνείς συμμετοχές και το συγγραφικό της έργο περιλαμβάνει μονογραφίες, συμμετοχές σε συλλογικούς τόμους, άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά, μεταφράσεις και επιστημονικές επιμέλειες. Ενδεικτικά:

- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: *Ο Μινώταυρος του Άγχους και του Φόβου, Συμβολή στην ψυχολογική έρευνα*. Αθήνα 2006, Διαθέτης (Εκδότης): ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΗ ΔΙΑΚΟΝΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ, σ.σ.144, ISBN 978-960-93-9569-4

- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: *Η δύναμη της Ορμής προς Επικοινωνία, Helen Keller: Ένα πρότυπο*. Διαθέτης (Εκδότης): ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΗ ΔΙΑΚΟΝΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ, Αθήνα 2016, σσ.288, ISBN 978-960-93-9568-7.
- Sven Seibold, Horst Schuh, Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: *Άγχος, Παρενόχληση και Εξουθένωση στον χώρο εργασίας*. Εκδόσεις Παπαζήση, 2021, σσ. 287, ISBN 978-960-02-3736-8.
- Anja von Kanitz, Christine Scharlau, Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: *Τεχνικές διαλόγου*. Εκδόσεις Παπαζήση, 2022. ISBN: 978-960-02-3858-7 (Υπό έκδοση)
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Η Ψυχολογία της πρώτης Εντύπωσης". *Διεπιστημονική Επιθεώρηση, τεύχ. 1ο*, (1990), σσ. 18-33.
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Θέματα Επικοινωνιακής Ψυχολογίας: Η Γλώσσα του Σώματος". «*Παρουσία*»-Επιθεώρηση Λόγου και Τέχνης, Τ.2(56) (2013), σσ. 18-36. ISSN 1109-6357
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Η Ψυχολογία της αισθητικής Επικοινωνίας". «*Παρουσία*»-Επιθεώρηση Λόγου και Τέχνης, Τ.4(58) (2014), σσ. 16-27. ISSN 1109-6357
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Προς τις μυστικές πηγές Θρησκείας και Τέχνης". «*Παρουσία*»-Επιθεώρηση Λόγου και Τέχνης, Τ.14(68) (2016), σσ. 59-64. ISSN 1109-6357
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός. Η επιστροφή στην αξία της Σχέσεως με τους άλλους". Κ. Χ. Καραγκούννης, π. Δ. Κουτσούρης, Σ. Γ. Κωσταρά, Μ. Κ. Μαντζανάς (επιμ.), *1ο Διεπιστημονικό Συνέδριο Α.Ε.Α.Α. Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός. Πρακτικά*, εκδόσεις Παπαζήση, Αθήνα 2021, σσ. 155-168. ISBN 978-960-02-3724-5
- Kostara, S. G. (2021). The Feeling of Inadequacy and the Metaphysical Hope. *Psychology*, 12, 1089-1095. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.127066>

This article belongs to the Special Issue on Emotion and Socio-Psychological Study.

ISSN Online: 2152-7199

ISSN Print: 2152-7180

- Kostara, S. G. (2021). The Potential of the Human Soul towards a Life in Harmony with Nature and *Logos* as Per the Stoic Psychology. *Psychology*, 12, 1246-1258. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.128078>

ISSN Online: 2152-7199

ISSN Print: 2152-7180

- Kostara, S. G. (2021). Parents—Navigators through the Symplegades. *Psychology*, 12, 2009-2019. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.1212122>

ISSN Online: 2152-7199

ISSN Print: 2152-7180

- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: “Ο ηγεσιακός επικοινωνιακός ρόλος του Ιερού Κλήρου και η συμβολή του στην Επανάσταση του 1821”. π. Β. Θερμός, Κ. Χ. Καραγκούνης, Σ. Γ. Κωσταρά, Β. Β. Μαυροσκά, Θ. Ν. Παπαθανασίου (επιμ.), *Ιερωσύνη, Εθνεγερσία, σύγχρονη Ζωή. Πρακτικά Β’ Διεπιστημονικού Συνεδρίου Α.Ε.Α.Α.*, εκδόσεις ΓΡΗΓΟΡΗ, 2022. ISBN 978-960-612- (Υπό έκδοση).

- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: “Η ζωή υπό σχεδιοποίηση. Ψυχολογική προσέγγιση της εθελούσιας και συνειδητής τεκνογονίας”, στον Συλλογικό Τόμο *Ζωή ή Θάνατος*, εκδόσεις Παρρησία, 2022. (Υπό έκδοση).