

Δρ Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά

Αν. Καθηγήτρια Ψυχολογίας της Επικοινωνίας, ψυχολόγος

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

spyridoulakostara@aeaa.gr

Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθήνας (ΑΕΑΑ)

Τμήμα Ιερατικών Σπουδών

Χρυσαλλίδος 38, 145 61 Νέα Κηφισιά

(+30) 210 8070686

<http://www.aeaa.gr>

ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Η Δρ Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά είναι **ψυχολόγος, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια** (ΦΕΚ 1645 τ. Γ'/8-7-2022) με **γνωστικό αντικείμενο "Ψυχολογία της Επικοινωνίας"**, στο **Τμήμα Ιερατικών Σπουδών της Ανωτάτης Εκκλησιαστικής Ακαδημίας Αθήνας (ΑΕΑΑ)**.

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.

Από το 2007-08 έως το 2009-10 και από 15-11-2012 έως 15-7-2013 άσκηση **αυτοδύναμου διδακτικού έργου** ως έκτακτο Διδακτικό Προσωπικό σύμφωνα με τα άρθρα 15 (παρ. 1,2,3) και 16 (παρ. 1) εν συνδυασμό προς το άρθρο 10 (παρ. 1,2,3β) του Νόμου 3432/3-2-2006 (ΦΕΚ 14,τ.Α'). Εκλογή στη βαθμίδα του **Λέκτορα** ομόφωνα και παμψηφεί (ΦΕΚ 1328/19-11-2013). Εκλογή στη βαθμίδα της **Επίκουρης Καθηγήτριας επί Θητεία** στην Α.Ε.Α.Α. στο γνωστικό αντικείμενο "Ψυχολογία της Επικοινωνίας" (ΦΕΚ 350 τ. Γ'/4-4-2018). **Μονιμοποίηση στη βαθμίδα της Επίκουρης Καθηγήτριας** ομόφωνα και παμψηφεί στην Ανώτατη

Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθήνας με γνωστικό αντικείμενο «Ψυχολογία της Επικοινωνίας» (ΦΕΚ 1729 τ. Γ'/28-7-2021). Εκλογή στη βαθμίδα του **Αναπληρωτή Καθηγητή** ομόφωνα και παμψηφεί στην Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθήνας με γνωστικό αντικείμενο «Ψυχολογία της Επικοινωνίας» (ΦΕΚ 1645 τ. Γ'/8-7-2022).

Κατέχει την **άδεια ασκήσεως του επαγγέλματος του ψυχολόγου** σε όλη την επικράτεια (Μαρούσι 06-07-2020, ΑΡ. ΠΡΩΤ: 3775).

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 **διδασκική 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 έως σήμερα).

γ) Στην **Τριτοβάθμια Εκπαίδευση**, την διδασκαλία των μαθημάτων Ψυχολογίας σε **μεταπτυχιακό επίπεδο** στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθηνών (2018 έως σήμερα), στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής και στην ΑΣΠΑΙΤΕ (2019 έως σήμερα) 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 έως σήμερα), στο Ινστιτούτο Ποιμαντικής Επιμορφώσεως της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών (2018 έως σήμερα) (Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση) και εθελοντικά στον Τομέα Κατηχήσεως και Ορθοδόξου Μαρτυρίας της Αποστολικής Διακονίας της Εκκλησίας της Ελλάδος (2018 έως σήμερα).

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.

Έχει συμμετάσχει με ανακοίνωση σε επιστημονικά συνέδρια με κριτές και διεθνείς συμμετοχές και είναι μέλος της συντακτικής επιτροπής διεθνών επιστημονικών περιοδικών.

Έχει συμμετάσχει ως μέλος σε **Οργανωτικές και Επιστημονικές Επιτροπές**.
Ενδεικτικά το 2021-2022:

- Μέλος της **Επιστημονικής Επιτροπής του 8ου Πανελλήνιου Συνεδρίου Συμβουλευτικής Ψυχολογίας και 3ου Πανελλήνιου Συνεδρίου Θετικής Ψυχολογίας** με τίτλο **“Συναντήσεις, Αφηγήσεις, Προκλήσεις”** (Νοέμβριος 2023), που διοργανώνει η Ελληνική Ψυχολογική Εταιρεία (ΕΛ.Ψ.Ε.), οι Κλάδοι της Συμβουλευτικής και της Θετικής Ψυχολογίας, το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών και το Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών.

<https://www.counselpositive2022.gr/>

- Μέλος της **Οργανωτικής Επιτροπής του “The 2022 International Conference on Cloud Computing, Big Data and Internet of Things (3CBIT 2022)”**, October 22-23, 2022 in Wuhan, China.

<http://3cbit.info/organizing.html>

- Μέλος της **Οργανωτικής Επιτροπής του διεθνούς Συνεδρίου με θέμα “Wireless Communications, Electrical Engineering and Automation” (WCEEA 2022)**, 15-16 Οκτωβρίου 2022 στην Indianapolis, USA.

<http://wceea.info/organizing.html>

- Μέλος της **Επιστημονικής Επιτροπής** του **18ου Πανελληνίου Συνεδρίου Ψυχολογικής Έρευνας της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας (ΕΛΨΕ)**, ως μία εκ των εκπροσώπων του Κλάδου της Κοινωνικής Ψυχολογίας. Τίτλος Συνεδρίου “Τίποτα το ανθρώπινο δε μου είναι ξένο” Τερέντιος, 186-159 π.Χ. (Αθήνα, Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών, 5-9/10/2022).
https://www.elpse2022.gr/scientific_committee
- Μέλος της **Οργανωτικής Επιτροπής** του “**The 3rd International Symposium on Information Science and Engineering Technology (SISSET 2022)**”, July 30 to 31, 2022 in Beijing, China.
<http://www.siset.info/committee.html>
- Μέλος της **Οργανωτικής Επιτροπής** του διεθνούς Συνεδρίου με θέμα “**Robotics and Advanced Intelligent Technologies**” (**RAIT 2022** σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Indiana State University), στις 28-30 Απριλίου 2022 στο Chicago, USA (GCRAIT2022 has been listed in IEEE).
<http://raitconf.info/organizing.html>
- Μέλος της **Επιστημονικής Επιτροπής και της Οργανωτικής Επιτροπής** του **B Διεπιστημονικού Συνεδρίου με τίτλο «Ιερωσύνη, Εθνεγερσία, σύγχρονη Ζωή»**, που διοργανώθηκε διαδικτυακά από την Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθήνας στις 12- 14 Μαΐου 2021.

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, την επίδραση του άγχους και του φόβου στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Το συγγραφικό της έργο περιλαμβάνει μονογραφίες, συμμετοχές σε συλλογικούς τόμους, άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά, μεταφράσεις και επιστημονικές επιμέλειες.

Ενδεικτικά:

BIBΛΙΑ

- Anja von Kanitz, Christine Scharlau, Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: *Τεχνικές διαλόγου*. Εκδόσεις Παπαζήση, 2022. ISBN: 978-960-02-3858-7 (Υπό έκδοση)
- 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.
- 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.
- 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.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΕΣ ΒΙΒΛΙΩΝ (2019-2022)

- Κ. Χ. Καραγκούνης - Σ. Γ. Κωσταρά (Επιμ.) "Ιερωσύνη, Εθνεγερσία, σύγχρονη Ζωή". Εκδόσεις ΓΡΗΓΟΡΗ, 2022, ISBN 978-960-612-407-5.
- Κ. Χ. Καραγκούνης, Σ. Γ. Κωσταρά (Επιμ.) E-Book "Ιερωσύνη, Εθνεγερσία, σύγχρονη Ζωή", εκδόσεις Παπαζήση, 2021, ISBN 978-618-85451-0-6.
- Κ. Χ. Καραγκούνης, π. Δ. Κουτσούρης, Σ. Γ. Κωσταρά, Μ. Μαντζανάς (Επιμέλεια) "Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός. Πρακτικά 1ου Διεπιστημονικού Συνεδρίου Α.Ε.Α.Α.", εκδόσεις Παπαζήση, 2021, ISBN 978-960-02-3724-5.
 - Κ. Χ. Καραγκούνης, Σ. Γ. Κωσταρά (Επιμ.) "Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός", εκδόσεις Παπαζήση, 2019, ISBN 978-960-02-3561-6.

ΑΡΘΡΑ (2021-2022)

- Spyridoula Kostara, G. (2022). Physical and Mental Health under Constant Interaction. *CPQ Neurology and Psychology*, 5(2), 01-03.
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Η ζωή υπό σχεδιοποίηση. Ψυχολογική προσέγγιση της εθελούσιας και συνειδητής τεκνογονίας", στον Συλλογικό Τόμο *Ζωή ή Θάνατος*, εκδόσεις Καθ' οδόν, (Υπό έκδοση).
- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Ο ηγεσιακός επικοινωνιακός ρόλος του Ιερού Κλήρου και η συμβολή του στην Επανάσταση του 1821". Στο *Ιερωσύνη, Εθνεγερσία*,

σύγχρονη Ζωή. Πρακτικά Β' Διεπιστημονικού Συνεδρίου Α.Ε.Α.Α., εκδόσεις ΓΡΗΓΟΡΗ, 2022. ISBN 978-960-612-407-5.

- 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

- 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). 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

- Σπυριδούλα Γρηγ. Κωσταρά: "Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός. Η επιστροφή στην αξία της Σχέσεως με τους άλλους". Στο *Χριστιανισμός και Ανθρωπισμός. Πρακτικά*, εκδόσεις Παπαζήση, Αθήνα 2021, σσ. 155-168. ISBN 978-960-02-3724-5