

Μίνι Βιογραφικό – Γαλανός Ιωάννης

Ονομάζομαι Γαλανός Ιωάννης γεννήθηκα το 1976 και κατοικώ στην Γλυφάδα, είμαι ψυχολόγος και σύμβουλος ψυχικής υγείας, με περισσότερα από 12 χρόνια εμπειρίας στον χώρο της ψυχικής υγείας. Έχω ολοκληρώσει σπουδές BA in Applied Arts of psychology στο E-campus university καθώς και το HND in counselling and psychology στο Μεσογειακό Κολλέγιο.

Στην επαγγελματική μου πορεία έχω εργαστεί με άτομα που αντιμετωπίζουν κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές, κρίσεις άγχους και πανικού, καθώς και με θέματα σχέσεων και επικοινωνίας. Συντονίζω ατομικές και ομαδικές συνεδρίες.

Στο παρελθόν έκανα δωρεάν ομαδικές συναντήσεις σε δήμους, με κεντρικό θέμα τη διαχείριση του άγχους, θέλοντας να προσφέρω υποστήριξη και εργαλεία σε όσο το δυνατόν περισσότερους ανθρώπους.

Στόχος μου είναι να βοηθήσω τους ανθρώπους να βιώνουν ελευθερία, αφήνοντας πίσω τα «πρέπει» που τους διδάχθηκαν, ώστε να μπορέσουν να γίνουν αυτό που πραγματικά προορίζονται να είναι.

Στον ελεύθερο μου χρόνο κάνω κολύμβηση και περνάω χρόνο στην φύση καθώς και συναντήσεις με φίλους και οικογένεια.

Το προσωπικό μου μότο είναι:

«Οι σωστές λάθος επιλογές της ζωής είναι αυτές που θα σε οδηγήσουν στο δικό σου μονοπάτι».