|  |  |
| --- | --- |
| SZEMÉLYI ADATOK | OrlaiLilla |
|  |  |
| [lillaorlai@gmail.com](mailto:lillaorlai@gmail.com) |

Pszichológus

|  |  |
| --- | --- |
| JELENLEGI MUNKAHELY |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 2016. 09.- | Iskolapszichológus |
| Andrássy Gyula Gimnázium és Kollégium (Békéscsaba), Esély Pedagógiai Központ (Békéscsaba), Esély Pedagógiai Központ Pánczél Gyula Tagintézménye (Gyula) |
| A gimnáziumi fiatalokkal segítő beszélgetéseket folytatok, elsősorban szorongásoldással, tanulási technikákkal, életvezetési nehézségekkel kapcsolatosan. A kisegítő iskolába járó gyermekekkel agressziókezelő foglalkozásokat, illetve a tanárok által megfogalmazott célzott kérésre/kérdésre irányuló üléseket tartok. |

|  |  |
| --- | --- |
| 2016. 04. - | Terápiás segítő |
| Gadara Ház, Békéscsaba |
| A Gadara Ház pszichiátriai betegek nappali ellátó intézményeként működik. Áprilistól önkéntes pszichológusként, októbertől pedig 30 órás munkaviszonyban dolgozom ott. Feladataim közé tartozik a különböző pszichiátriai betegek állapotának követése, pszichés támogatása. Problémamegoldó csoportfoglalkozást illetve relaxációs csoportot is tartok. |

|  |  |
| --- | --- |
| SZAKMAITAPASZTALAT |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 2016. 03. –2016.06. | Gyakornok |
| Szegedi Gyermekgyógyászati Klinika, Szeged |
| Az egészségpszichológia gyakorlatomat a gyermekklinika **onkológiai** osztályán végeztem, ahol a feladataim közé tartozott az osztályon lévő gyermekekkel való játék és beszélgetés, valamint a szülőkkel történő foglalkozás. |

|  |  |
| --- | --- |
| 2016. 01. –2016.03. | Gyakornok |
| Szegedi Gyermek-, és Ifjúságpszichiátriai Osztály, Szeged |
| A klinikai pszichológia gyakorlatomat végeztem az osztályon, ahol betekintést nyertem a gyermekpszichiátria működésébe, részt vettem konzultációkon, esetbemutatásokon, viziteken, valamint klinikai kérdés megválaszolására irányuló beszélgetéseket folytattam a gyerekekkel. |

|  |  |
| --- | --- |
| 2014. 06. –2015.06. | HR, csoportvezető |
| Aegon Zrt, Szeged |
| Feladataim közé tartozott a gyakornoki csoport vezetése, kapcsolattartás a gyakornokok és vezetőség közt, állásinterjúk és felvételi beszélgetések lefolytatása, valamint csapatépítő tréningek és motivációs feladatok kivitelezése. |

|  |  |
| --- | --- |
| TANULMÁNYOK |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 2015. 09. –2016.06. | Autogén relaxáció tréner |
|  | Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, Szeged |
|  | A relaxációs és test-szimbolikát követő folyamat során a kliens a testi ellazultság szándékos megélése mellett lélektani munkát folytat. A módszer alkalmas szorongásos zavarok, alvászavarok és egyéb pszichoszomatikus megbetegedések hatékony kezelésére. |

|  |  |
| --- | --- |
| 2014. 09. –2016.06. | Pszichológus (klinikai- és egészségpszichológia szakirány) |
|  | Szegedi Tudományegyetem |
|  | Főbb tantárgyak:   * Klinikai pszichodiagnosztika * Életkorhoz kötődő pszichopatológia és patopszichológia * Klinikai egészségpszichológia, egészségmagatartás, egészségfejlesztés * Egészség-pszichofiziológia és pszichoneuroimmunológia |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2011. 09. –2014.06. | | Viselkedéselemző |
| Szegedi Tudományegyetem | | |
| Főbb tantárgyak:   * Fejlődéspszichológia * Szociálpszichológia * Személyiségpszichológia * Kísérleti és általános pszichológia | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 2006. 09. –2011.06. | Érettségi |
|  | Széchenyi István Két Tanítási Nyelvű Közgazdasági Szakközépiskola, Békéscsaba |
|  | Angol két tanítási nyelvű közgazdasági osztályt végeztem |

|  |  |
| --- | --- |
| SZEMÉLYESKÉSZSÉGEK |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Egyébnyelvek | SZÖVEGÉRTÉS | | BESZÉD | | ÍRÁS |
|  | Hallás utániértés | Olvasás | Társalgás | Folyamatosbeszéd |  |
| angol | C1 | C1 | C1 | C1 | C1 |
| spanyol | B2 | B2 | B2 | B2 | B2 |

Szintek: A1 és A2 :Alapszintű felhasználó - B1 és B2: Önálló felhasználó -C1 és C2: Mesterfokú felhasználó

|  |  |
| --- | --- |
| Kommunikációs készségek | * Gyakorlataim során több egészséges és betegcsoporttal is volt szerencsém találkozni, így   megtanultam az igényeiknek megfelelően kommunikálni.   * Gyermekekkel kifejezetten könnyen és gyorsan fel tudom venni a kapcsolatot, melyet a gyermekosztályokon töltött gyakorlatom során sajátítottam el. * A z asszertív kommunikációra valókészség, és edukáció szintén fontos számomra. |

|  |  |
| --- | --- |
| Szervezési/vezetői készségek | Csoport vezetésében, feladatok megszervezésében és kivitelezésében szerzett jártasságomat a HR-  csoportvezetői munkám során szereztem. |

Digitáliskészségek ÖNÉRTÉKELÉS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Információ-feldolgozása | Kommunikáció | Tartalomlétrehozása | Biztonság | Problémamegoldás |
| mesterfokú felhasználó | mesterfokú felhasználó | önálló felhasználó | önálló felhasználó | mesterfokú felhasználó |

# Office program teljes körű ismerete

* SPSS statisztikai program ismerete

|  |  |
| --- | --- |
| Járművezetőiengedély(ek) | B |