

28^ο Διεθνές Συνέδριο

Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών

με θέμα:

Αγωγή Υγείας, Κοινωνική και Παιδαγωγική Ιατρική, Κοινωνική Παιδαγωγική, Συμβουλευτική και Ειδική Αγωγή



Πάτρα, 6-7 Δεκεμβρίου 2019

Συνεδριακό και Πολιτιστικό Κέντρο
Πανεπιστημίου Πατρών

Διοργάνωση:
Ινστιτούτο Πολιτισμού,
Δημοκρατίας και Εκπαίδευσης

Ενδεικτικές Θεματικές Ενότητες:

- Κοινωνική Παιδαγωγική · Ειδική Αγωγή · Σχολικός Εκφοβισμός · Συμβουλευτική · Σχέδια και στρατηγικές διδασκαλίας
- Προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων
- Διαχείριση συγκρούσεων και Παιδαγωγική της Δημοκρατίας
- Εκπαιδευτική Πολιτική · Κατάρτιση και επιμόρφωση εκπαιδευτικών · Μουσική και καλλιτεχνική εκπαίδευση
- Οργάνωση, Διοίκηση και Αξιολόγηση Εκπαίδευσης

τηλ/fax: +30-2613-019948

Website: <http://ipode.gr/conference/28conference/>

e-mail: 28synedrio@ipode.gr

Παντελής Γεωργογιάννης
Επιμέλεια

28ο
Διεθνές Συνέδριο

**Αγωγή Υγείας,
Κοινωνική Παιδαγωγική και Ιατρική,
Κοινωνική Παιδαγωγική,
Συμβουλευτική και Ειδική Αγωγή**

Πάτρα, 6 – 7 Δεκεμβρίου 2019
Συνεδριακό και Πολιτιστικό Κέντρο Πανεπιστημίου Πατρών

Επιστημονική σειρά:
Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση

Πάτρα 2020

Όλα τα αντίγραφα υπογράφονται από τον κάτοχο του copyright.



Copyright ©: Παντελής Γεωργογιάννης

Διεύθυνση: Αντωνίου Οικονόμου 8, 26504 Άγιος Βασίλειος, Πάτρα
Τηλ: +30 6944346420
<http://www.georgogiannis.gr>
E-mail: pantelis.georgogiannis@gmail.com

Τίτλος : Αγωγή Υγείας, Κοινωνική Παιδαγωγική και Ιατρική, Κοινωνική Παιδαγωγική, Συμβουλευτική και Ειδική Αγωγή

**Επιστημονική
σειρά:** Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση

**Ηλεκτρονική
στοιχειοθεσία:** Ινστιτούτο Πολιτισμού, Δημοκρατίας και Εκπαίδευσης
- Μελιτζάνη Ειρήνη

ISBN: 978-618-84238-4-8

σ.σ. 862, σχήμα 17,5 X 25 εκ.

Όλα τα κείμενα δημοσιεύονται με ευθύνη των συγγραφέων τους

Απαγορεύεται η μερική ή ολική αναδημοσίευση του έργου αυτού, καθώς και η αναπαραγωγή του με οποιοδήποτε άλλο μέσο, χωρίς σχετική άδεια του κατόχου του Copyright.

Επιστημονική Επιτροπή

Πρόεδρος:

Γεωργογιάννης Παντελής, τ. Καθηγητής Πανεπιστημίου Πατρών

Αντιπρόεδρος:

Πανταζής Σπύρος, Ομότιμος Καθηγητής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Μέλη:

Baros Wassilios, Professur für Bildungsforschung, Paris Lodron Universität Salzburg

Μαλαφάντης Κωνσταντίνος, Καθηγητής ΕΚΠΑ, Πρόεδρος Παιδαγωγικής Εταιρίας Ελλάδας

Ρεράκης Ηρακλής, Καθηγητής Παιδαγωγικής – Χριστιανικής Παιδαγωγικής, Α.Π.Θ.

Σκούρτου Ελένη, Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Αιγαίου

Δαμανάκης Μιχάλης, Ομότιμος Καθηγητής Πανεπιστημίου Κρήτης

Μήτσης Ναπολέον, Ομότιμος Καθηγητής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Φυριππής Εμμανουήλ, Ομότιμος Καθηγητής ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Αθηνών

Καμαρούδης Σταύρος, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας

Λαλούμη-Βιδάλη Ευαγγελία, Καθηγήτρια Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης

Μπάκας Θωμάς, Αναπληρωτής Καθηγητής ΠΤΝ Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Παπαδάκη Πολυξένη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Τμήμα Δημόσιας Διοίκησης Παντείου

Πανεπιστημίου Αθηνών

Φραγκούλης Ιωσήφ, Αναπληρωτής Καθηγητής στο Παιδαγωγικό Τμήμα της ΑΣΠΑΙΤΕ

Δροσινού-Κορέα Μαρία, Επίκουρη Καθηγήτρια Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης στη Σχολή

Ανθρωπιστικών Επιστημών και Πολιτισμικών Σπουδών στο Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου

Καινούργιου Ελένη, Δρ. Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, Επίκουρη Καθηγήτρια ΑΤΕΙ Ηπείρου

Καλεράντε Ευαγγελία, Επίκουρη Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας

Μάγος Κωνσταντίνος, Επίκουρος Καθηγητής ΠΤΝ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Μουσένα Ελένη, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Προσχολικής Αγωγής, Τ.Ε.Ι. Αθήνας

Στεργίου Αήδα, Επίκ. Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Βλαχάδη Μαρία, Δρ. Παντείου Πανεπιστημίου

Ζωγόπουλος Ευστάθιος, Δρ. Μηχανικός ΕΜΠ, Συντονιστής Εκπαιδευτικού Έργου ΠΕ82 στο 1ο ΠΕΚΕΣ Αττικής

Ηλιοπούλου Κωνσταντίνα, Δρ., Φιλολόγος

Κυπριανού Δέσποινα, Δρ. Πανεπιστημίου Πατρών, Εκπαιδευτικός, Αποσπασμένη

*στο Παιδαγωγικό
Ινστιτούτο Κύπρου
Κουνέλη Βασιλική, Δρ. Παιδαγωγικών, Φιλόλογος
Μαστρογιάννης Αλέξης, Σχολικός Σύμβουλος Αιτωλοακαρνανίας*

Οργανωτική Επιτροπή

***Γεωργογιάννης Παντελής**, τ. Καθηγητής Πανεπιστημίου Πατρών
Κουνέλη Βασιλική, Δρ. Παιδαγωγικών, Φιλόλογος
Μελιτζάνη Ειρήνη, Πτυχιούχος Τμ. Τουριστικών Επιχειρήσεων ΤΕΙ Πάτρας,
MSc στις Επιστήμες της Αγωγής,
Υπ. Διδάκτωρ ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Πατρών
Κορέση Νικολέττα, Εκπαιδευτικός ΠΕ70, Κάτοχος ΜΔΕ στη Γλωσσολογία και
Διδακτική της Γλώσσας ΕΚΠΑ
Θεοδωρακοπούλου Στανουόλα, Τελειόφοιτη ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Πατρών
Καρβέλη Ευγενία, Φιλόλογος*

Περιεχόμενα

Πρόλογος	11
Αγωγή Υγείας	17
Τρώμε υγιεινά για να ζούμε πιο καλά στην Ευρώπη με χαρά. <i>Ξιάρχου Χριστίνα</i>	19
Διδακτική Παρέμβαση: Στάσεις και Απόψεις των Μαθητών της Α΄ Τάξης του Βαρβα-κειού Προτύπου Γυμνασίου για τη Σωματική Άσκηση και τα Οφέλη της στην Υγεία. <i>Ζαράνη Φλώρα - Νταλαχάνη Καλλιρρόη</i>	27
Ιατρική και Δημόσια Υγεία στην Όψιμη Δημοκρατική Ρώμη <i>Καραμπάτος Ηρακλής</i>	44
Τα χέρια μου τα πλένω, τον γιατρό τον αποφεύγω. <i>Ξιάρχου Χριστίνα</i>	57
Τα προγράμματα Αγωγής Υγείας στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση (2011-2019): η περίπτωση της Διεύθυνσης Π. Ε Α΄ Αθήνας <i>Δούκας Τριαντάφυλλος Β.</i>	66
Ειδική Αγωγή	81
Θέματα εκπαίδευσης σε μαθητές με αυτισμό: δεδομένα από το Διεθνές Ευρωπαϊκό Συνέδριο για τον Αυτισμό στη Νίκαια της Γαλλίας <i>Δροσινού-Κορέα Μαρία - Τζίκα Κλαούντια-Αναστασία - Λιώνη Γεωργία</i>	83

Ρομποτικές εφαρμογές σε άτομα με αυτισμό: η οπτική του φιλόλογου <i>Αροσινού-Κορέα Μαρία - Λιώνη Γεωργία</i>	95
Διδασκαλία γλωσσικών δεξιοτήτων με κοινωνικές ιστορίες σε μαθητές με αυτισμό. <i>Αροσινού-Κορέα Μαρία - Τζίκα Κλαούντια-Αναστασία</i>	109
Κοινωνική Ασφάλιση, Κοινωνικές Παροχές σε Άτομα με Αναπηρία (ΑΜΕΑ) και Ευπαθείς Ομάδες Πληθυσμού στην Ελλάδα <i>Δρ. Μέμος Κωνσταντίνος</i>	121
Χρήση συστήματος γραφής Braille στο Γυμνάσιο. Μελέτη περίπτωσης <i>Τάτσης Δημήτρης</i>	137
Αξιολόγηση της μνήμης σε παιδιά με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής – Υπερκινητικότητα <i>Τοπαλίδου Ειρήνη</i>	154
Η ιστορική εξέλιξη και το νομοθετικό πλαίσιο της ειδικής αγωγής στην Ελλάδα <i>Κόκιου Μαρία - Μητσόβα Ελένη - Ρούσσου Μαρία</i>	169
Η αξιοποίηση του Παιδικού Ιχνογραφήματος σε νήπια με διαταραχές αυτιστικού φάσματος <i>Αροσινού-Κορέα Μαρία - Λάσκαρη Ελευθερία</i>	184

Κοινωνική Παιδαγωγική 199

Ο κοινωνικοπαιδαγωγικός ρόλος του δασκάλου: περιορισμοί και προτάσεις για την αναβάθμισή του <i>Λεπιντζή Παναγούλα</i>	201
Διδάσκοντας την Διαμεσολάβηση στους Εκπαιδευόμενους του Σχολείου Δεύτερης Ευκαιρίας Κοζάνης <i>Καγιόγλου Φωτεινή</i>	217
Η συναισθηματική νοημοσύνη ως εφόδιο και ρυθμιστικός παράγοντας κατά την άσκηση διοίκησης στις εκπαιδευτικές μονάδες <i>Ζάγκος Γεώργιος</i>	228
Η συναισθηματική νοημοσύνη των εκπαιδευτικών ως παράμετρος βελτιστοποίησης της Διαχείρισης Ανθρώπινου Δυναμικού της Εκπαίδευσης <i>Παναγόπουλος Νικόλαος - Αναστασίου Σοφία</i>	241

Ο Περιορισμός της Περιθωριοποίησης και η Προώθησή Πρακτικών Συμπερίληψης.	254
<i>Καρακωνσταντίνου Άννα Μαρία</i>	
Εκφοβισμός (bullying) των εθνικών και γλωσσικών διακρίσεων - Προτάσεις Παρέμβασης	269
<i>Γκάτσα Τατιανή</i>	
Εφηβική θυματοποίηση και αύξηση της χρήσης των social media: Ανασκόπηση.	280
<i>Κούνιος Αθανάσιος - Κουφιώτη Γεωργία</i>	
Ψυχική Ανθεκτικότητα: Η ικανότητα επιβίωσης στις δυσκολίες και την αλλαγή	294
<i>Χαροκοπάκη Αργυρώ</i>	
Κοινωνική Παιδαγωγική και Ένταξη Κοινωνικά Αποκλεισμένων Ομάδων	314
<i>Γεωργιάδης Δημήτριος</i>	
Παιδαγωγική και Εκπαιδευτική Πράξη	325
Η Αξιοποίηση του Mentoring στο Πλαίσιο Υλοποίησης Καινοτόμων Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων	327
<i>Φραγκούλης Ιωσήφ</i>	
Η χρήση του εργαλείου των Wikis ως μέσο υποστήριξης των συνεργατικών και κοινωνικών δεξιοτήτων των μαθητών με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερικινητικότητα.	339
<i>Μουδατσάκη Ελένη</i>	
Διδακτικές προσεγγίσεις στο πλαίσιο της Διαφοροποιημένης διδασκαλίας σε μεικτή τάξη στο Γυμνάσιο. Μελέτη περίπτωσης	351
<i>Αθανασέλου Αργυρώ</i>	
Σχέδιο διαφοροποιημένης διδασκαλίας στο μάθημα της γλώσσας της Ε΄ τάξης του δημοτικού σχολείου	367
<i>Βασιλείου Κλεοπάτρα</i>	
Το Βιβλίο στα Πλαίσια της Ποιμαντικής Κλινικής (Ψυχο)Θεραπείας: Μία Βιβλιογραφική Επισκόπηση	379
<i>Δημητριάδου Α. Μαρίνα</i>	
Παράγοντες που ενισχύουν ή δυσκολεύουν τη συμμετοχή των ενηλίκων σε προγράμματα εκπαίδευσης-επιμόρφωσης. Μια μαθησιακή εμπειρία	

με την οπτική της Μετασχηματίζουσας μάθησης <i>Ζάγκος Γεώργιος</i>	392
Πρακτικές εφαρμογές του ηθικού προβληματισμού. Ευθανασία: Ένα χαρακτηριστικό πρόβλημα της εφαρμοσμένης ηθικής διδασκαλίας <i>Ζέλος Ιωάννης</i>	406
Η Στρατηγική Διδασκαλίας των Μικρών Βημάτων. Μια πρώτη προσέγγιση <i>Ζωγόπουλος Ευστάθιος - Βαρελά Μαρία</i>	417
Απόψεις των εκπαιδευτικών σχετικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν τη σχολική επίδοση <i>Κουτσαντώνη Παρασκευή</i>	428
Τεχνολογία Πληροφοριών και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στην Εκπαιδευτική Διαδικασία και στη Διοίκηση της Εκπαιδευτικής Κοινότητας <i>Μέμος Κωνσταντίνος - Ρούβαλη Σοφία</i>	455
Νέα Μέσα και μουσική: Διαδραδραστικές τεχνολογικές εφαρμογές σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. <i>Μπατσής Δημήτρης - Νούσια Αλεξάνδρα</i>	475
Κατασκευή άτυπου εργαλείου αξιολόγησης της ορθογραφικής δεξιότητας και πιλοτική χορήγησή του σε μαθήτρια Β΄ Δημοτικού με ορθογραφικές δυσκολίες (Μελέτη Περίπτωσης) <i>Πάργου Γεωργία</i>	490
Διδάσκοντας τις αξίες μέσα στην κρίση <i>Τριανταφύλλου Ευπραξία - Μπούρας Αντώνιος</i>	502
«Ασύμμετρες Απειλές» στο ελληνικό εκπαιδευτικό περιβάλλον. <i>Βλαχάδη Μαρία - Κουφιώτη Γεωργία - Κούνιος Αθανάσιος</i>	512
Η διαχείριση του χρόνου στην εκπαίδευση παράγοντας αποτελεσματικότητας <i>Αθανασούλα – Ρέππα Αναστασία</i>	525
Ο Εκπαιδευτής Ενηλίκων ως σύμβουλος-εμπνευστής στην εκπαιδευτική διαδικασία <i>Θεοδωρακοπούλου Θωμαΐτσα</i>	548
Εργασιακός χρόνος, επίπεδο σπουδών στελεχών εκπαίδευσης και διαχείριση κρίσεων <i>Ζωγόπουλος Κωνσταντίνος - Μπαντούνα Μαρία - Κουσάβελος Νικόλαος</i>	564
Χαρακτηριστικά και ιδιότητες αλγόριθμων, μέσω παραδειγμάτων για μαθητές Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης <i>Μαστρογιάννης Αλέξιος</i>	576

Ψυχική Ανθεκτικότητα: Η ικανότητα επιβίωσης στις δυσκολίες και την αλλαγή

Χαροκοπάκη Αργυρώ

Περίληψη

Στην εργασία αυτή και αναλύεται η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας. Αρχικά γίνεται αναφορά στο περιεχόμενο της έννοιας μέσα από την αναφορά στα επάλληλα στάδια έρευνας που συνέβαλαν στην κατανόηση των σημαντικών με αυτήν διαστάσεων και παραγόντων προσδιορισμού (παράγοντες επικινδυνότητας και προστατευτικοί παράγοντες). Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά σε ερευνητικά δεδομένα που αναφέρονται σε διαφορετικές πληθυσμιακές ομάδες και παρουσιάζονται οι στόχοι και ενδεικτικές διαστάσεις του περιεχομένου προγραμμάτων συμβουλευτικής παρέμβασης για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Λέξεις κλειδιά: ψυχική ανθεκτικότητα, συμβουλευτική αξιοποίηση

Resilience: The ability to survive from difficulties and change out of the sudden

Abstract

In the present study, we analyze the concept of “resilience”. Initially, we define the content of the concept by analyzing the successive stages of research that contributed to an understanding of its important dimensions and determinants (risk factors and protective factors). Finally, we make reference to research data referring to different population groups and the objectives and indicative dimensions of the content the dimensions of counseling intervention programs to promote the development of resilience.

Key words: resilience, risk and protective factors, counseling implications.

1. Εισαγωγή

Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας (resilience) απασχολεί την επιστημονική κοινότητα τις τελευταίες τρεις δεκαετίες τόσο ως προς τον εννοιολογικό της προσδιορισμό όσο και σε ότι αφορά τον σχεδιασμό και την εφαρμογή πρακτικών και στρατηγικών για την προαγωγή της, δεδομένης της πιθανολογούμενης επίδρασής της στην υγεία, την ευημερία, την ποιότητα ζωής και τον τρόπο που οι άνθρωποι διαχειρίζονται τις προκλήσεις της ζωής τους¹. Ιδιαίτερα όμως στις συνθήκες κρίσης της σύγχρονης κοινωνίας, όπου τα άτομα έρχονται αντιμέτωπα με μια σειρά από εμπόδια και δυσκολίες όπως η ηλικία, καταστάσεις που προκαλούν έντονα συναισθήματα όπως άγχος, θυμό, απελπισία, απρόβλεπτες καταστάσεις απώλειας ή μαζικού δράματος (τραγωδίες), χαμηλή αυτοπεποίθηση, οικογενειακές απαιτήσεις, οικονομικές απαιτήσεις, περιπλοκότητα, συνεχής και

1 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X. p. 347

απρόβλεπτη αλλαγή στη ζωή και την εργασία, η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας θεωρείται στρατηγικής σημασίας παράγοντας επιβίωσης².

2. Εννοιολογικός προσδιορισμός

2.1 Ερευνητική εξέλιξη

Οι ρίζες του εννοιολογικού προσδιορισμού της ψυχικής ανθεκτικότητας εντοπίζονται στις επιστήμες της Φυσικής και των Μαθηματικών καθώς αρχικά χρησιμοποιούνταν για να περιγράψει την ικανότητα ενός υλικού ή ενός συστήματος να επιστρέψει σε ισορροπία μετά από μια μετακίνηση ή αλλαγή³. Τη δεκαετία του 70 αναπτυξιακοί ψυχολόγοι άρχισαν να παρατηρούν ότι υπήρχαν παιδιά τα οποία ενώ βρίσκονταν σε ομάδα «υψηλού κινδύνου» για εκδήλωση ψυχικών προβλημάτων και προβλημάτων συμπεριφοράς εξαιτίας του ότι αντιμετώπιζαν έντονα στρεσογόνες καταστάσεις ή καταστάσεις που θεωρούνται απειλή για την ομαλή ανάπτυξη και τη θετική προσαρμογή τους⁴(π.χ. παιδιά με νοητική υστέρηση, παιδιά που μεγάλωσαν με μητέρες με σχιζοφρένεια, κ.ά.)ωστόσο φαίνονταν να τα καταφέρουν καλά στη ζωή τους⁵.

Η έννοια δεν αναδύθηκε στο πλαίσιο κάποιου συγκεκριμένου θεωρητικού πλαισίου. Αντιθέτως, ήταν **το αποτέλεσμα επάλληλων σταδίων έρευνας**. Σε ένα πρώτο στάδιο, φάνηκε να εκδηλώνεται με τη μορφή προσωπικών χαρακτηριστικών, όπως το να είναι κάποιος αποφασιστικός, ευέλικτος και ευπροσάρμοστος⁶. Έτσι, η ψυχική ανθεκτικότητα θεωρήθηκε ότι αναφέρεται σε ένα σύνολο εσωτερικών δυνάμεων που λειτουργούν ως κίνητρα, δηλαδή ότι επρόκειτο για «την κινητήριο δύναμη που απορρέει

2 Folke, C., S. R. Carpenter, B. Walker, M. Scheffer, T. Chapin, and J. Rockström. (2010). Resilience thinking: integrating resilience, adaptability and transformability. *Ecology and Society*15(4). <http://www.ecologyandsociety.org/vol15/iss4/art20/>

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion InPsychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

Savickas, M.L. (2008). Helping people choose jobs: A History of the Guidance Profession.

Windle, G., Bennett, K.M., Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9:8, 2-18, <http://www.hqlo.com/content/9/1/8>

3 Norris, F.H., Stevens, S.P., Pfefferbaum, B., Wyche, K.F., Pfefferbaum, R.S. (2008). Community Resilience as a metaphor, theory, set of capacities and strategy for disaster readiness. *AmJCommunityPsychology*, 41, 127-150 doi: 10.1007/s10464-007-9156-6.

4 Τα συνηθέστερα κριτήρια με τα οποία αξιολογείται η θετική προσαρμογή αφορούν στα ακόλουθα: θετική κοινωνική συμπεριφορά, σχολική επίδοση, αποδοχή από τους συνομηλίκους και φίλια, μειωμένες εκδηλώσεις εσωτερικευμένων ή εξωτερικευμένων προβλημάτων συμπεριφοράς και συμμετοχή σε ηλικιακά κατάλληλες δραστηριότητες (Masten&Reed, 2002).

5 Garnezy, N. (1974). The study of competence in children at risk for severe psychopathology. In E.J. Antony & C. Koupernik (Eds.), *The child in his family:Children at psychiatric risk*, 33, 1059-1075.

Garnezy, N. (1981). Children under stress: Perspective on antecedents and correlates of vulnerability and resistance to psychopathology. In A.I. Rabin, J. Aronoff, A. M.Barclay, &R.A.Zuckern, (Eds)., *Further explorations in personality* (pp. 196-269). New York: Wiley.

Garnezy, Masten&Tellegen, 1984, Masten, Best &Garnezy, (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.

Masten, A.S., Best, K.M., &Garnezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.

6 Bimrose, J., & Hearne, L. (2012). Resilience and career adaptability: Qualitative studies of adult career counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 338-344. Doi: 10.1016/j.jvb.2012.08.02.

από τον κάθε άνθρωπο ώστε να αναζητά τη σοφία, την αυτοπραγμάτωση, τον αλτρουισμό, καθώς και το να είναι σε αρμονία με μια πνευματική πηγή δύναμης»⁷.

Σε δεύτερο στάδιο, η έννοια χρησιμοποιήθηκε για να περιγράψει τη διαδικασία η οποία δείχνει τον τρόπο που το άτομο διαχειρίζεται την αντιξοότητα, την απότομη και απρόοπτη αλλαγή. Έτσι, θεωρήθηκε ότι εκτείνεται πέραν της έννοιας ενός σταθερού ατομικού γνωρίσματος ή χαρακτηριστικού του ατόμου ή ενός πυρήνα ικανοτήτων και δεξιοτήτων. Προσδιορίστηκε ως μια *κατηγορία καταστάσεων που χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενους τύπους θετικής προσαρμογής στο πλαίσιο σημαντικών αντιξοοτήτων ή επικίνδυνων καταστάσεων*⁸.

Ως αποτέλεσμα, η μελέτη της έννοιας της ψυχικής ανθεκτικότητας κρίθηκε σημαντικό να περιλαμβάνει τον προσδιορισμό δύο σημαντικών καταστάσεων: α) την έκθεση σε δύσκολες συνθήκες είτε στο παρελθόν είτε στο παρόν (τραυματικές και στρεσογόνες εμπειρίες) και β) κατά πόσο το άτομο τα καταφέρνει καλά στη ζωή του κυρίως σε σχέση με ένα σύνολο αναμενόμενων συμπεριφορών και αναπτυξιακών επιτευγμάτων (θετική και ομαλή προσαρμογή⁹)¹⁰. Ακολούθως, η ψυχική ανθεκτικότητα περιγράφηκε ως μια *δυναμική διαδικασία (process)* που μπορεί να δημιουργεί διαφορετικά ανά άτομο αποτελέσματα, ωστόσο «αποτελέσματα ομαλής και θετικής προσαρμογής»

7 Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321, p. 309

8 Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9, 145-154.

Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future research. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23, 141-154.

Masten, A.S., Obradovic, J. & Burt, K. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J.J. Arnett & J.J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173-190). Washington, D.C: American Psychological Association Press.

Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, 1094, 1-12.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

9 Ως αρνητικά αποτελέσματα προσδιορίζονται οι συναισθηματικές διαταραχές, προβλήματα στην συμπεριφορά όπως επιθετικότητα και έλλειψη σεβασμού ορίων και κανόνων, προβλήματα τις διαπροσωπικές σχέσεις, συναισθηματικές διαταραχές, σχολική αποτυχία, εγκατάλειψη του σχολείου, χρήση ουσιών κ.ά. (Masten & Tellegen, 2012; Wright & Masten, 2005). Από την άλλη πλευρά, τα συνθετικότερα κριτήρια με τα οποία αξιολογείται η θετική προσαρμογή είναι τα ακόλουθα: θετική κοινωνική συμπεριφορά, σχολική επίδοση, αποδοχή από συνομηλίκους και φίλια, μειωμένες εκδηλώσεις εσωτερικευμένων ή εξωτερικευμένων προβλημάτων συμπεριφοράς και ηλικιακά κατάλληλες δραστηριότητες (Masten & Reed, 2002; Rutter, 2012). Σε κάθε περίπτωση βέβαια, το σύνολο των αναμενόμενων συμπεριφορών και επιτευγμάτων προσδιορίζεται με βάση το αναπτυξιακό επίπεδο. Για παράδειγμα, σε παιδιά που έχουν υποστεί σωματική κακοποίηση και παραμέληση, θετική προσαρμογή στην εφηβική ηλικία και έως την ηλικία των 18 ετών θεωρούνται: α) η αποφοίτηση από το σχολείο, β) η καλή ψυχική υγεία, γ) η απουσία καταχρήσεων ή κακοποίησης και δ) η απουσία βίας, εμπλοκής με το νόμο ή αυτοκαταστροφικών τάσεων. Στην ενήλικη ζωή προστίθενται άλλες δύο διαστάσεις: α) η εύρεση και διατήρηση εργασίας και μόνιμης κατοικίας και β) η κοινωνική δραστηριότητα (DuMont, Widom & Czaja, 2007).

10 Kim-Cohen, J., & Turkewitz, R. (2012). Resilience and measured gene-environment interactions. *Development and Psychopathology*, 24, 1297-1306.

Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future research. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Rutter, M. (2009). Understanding and testing risk mechanisms for mental disorders. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50, 44-52.

παρά την ύπαρξη δύσκολων, αντιξωων συνθηκών ή την έκθεση σε άλλους παράγοντες επικινδυνότητας¹¹.

2.2 Σύγχρονες τάσεις

Στη σύγχρονη βιβλιογραφία η ψυχική ανθεκτικότητα δεν συγκροτεί μια ενιαία θεωρία. Μελετάται ως μια **πολυεπίπεδη αλληλεπίδραση** μεταξύ των κληρονομικών καταβολών και άλλων στοιχείων του ατόμου και του ευρύτερου περιβάλλοντός του καθώς και των παραγόντων επικινδυνότητας και προστατευτικών παραγόντων που αντιμετωπίζει¹². Κοινή συνισταμένη αυτής της αλληλεπίδρασης αποτελεί η έκθεση του ατόμου σε δύσκολες καταστάσεις, δηλαδή σε καταστάσεις που απειλούν την ομαλή εξέλιξη και ανάπτυξή του, ενώ τα τελευταία χρόνια σημαντικό προσδιοριστικό στοιχείο αποτελεί, επιπρόσθετα, το νόημα που αποδίδει κάθε άτομο στους παράγοντες και τις εμπειρίες του περιβάλλοντός του¹³.

Η ανωτέρω διαδικασία εκτός από πολυεπίπεδη προσδιορίζεται ως **δυναμική και συνεχιζόμενη**, η οποία ανάλογα με τις συνθήκες του περιβάλλοντος μπορεί να μεταβάλλεται¹⁴. Σχετίζεται επίσης με τις κοινωνικές εμπειρίες και τις κοινωνικές πηγές στήριξης του ατόμου (Masten, Powell & Luthar, 2003). Ως εκ τούτου, την **τελευταία δεκαετία** η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας θεωρήθηκε ότι εκφράζει «τη συνολική δυναμική, δυνατότητα και ικανότητα ενός συστήματος να αντέξει, ανακτώντας από σημαντικές απειλές για τη σταθερότητα, τη βιωσιμότητα ή την ανάπτυξή του»¹⁵. Ο λειτουργικός αυτός ορισμός θεωρείται ότι είναι δυνατό να εφαρμοστεί προκειμένου να μελετηθούν ολόκληρα συστήματα ως προς τη συνολική δυναμική λειτουργίας τους (οικογένειες, σχολεία, κοινότητες, κοινωνίες, οικοσυστήματα κ.ά.) ώστε γίνουν αντιληπτές οι αλληλεπιδραστικές διαδικασίες μεταξύ παραγόντων των συστημάτων αυτών και του ατομικού πλαισίου του ατόμου, οι οποίες διαμορφώνουν την ανθεκτικότητα και προάγουν την πνευματική και ψυχική υγεία. Πρόκειται για τη σύγχρονη τάση μελέτης της ψυχικής ανθεκτικότητας, η οποία αναδεικνύει την πολυπλοκότητα της έννοιας¹⁶.

11 Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future research. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, 1094, 1-12.

12 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi: 10.1017/S0954579412000028.

13 Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi: 10.1017/S0954579412000028.

14 Kolar, K. (2011). Resilience: Revisiting the concept and its utility for social research. *International Journal of Mental Health & Addiction*, 9(4), 421-433.

Reyes, J.A. & Elias, M.J. (2011). Fostering social-emotional resilience among Latino youth. *Psychology in the Schools*, 48(7), 723-737.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi: 10.1017/S0954579412000028.

15 Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23, 141-154, p. 426.

16 Folke, C., S. R. Carpenter, B. Walker, M. Scheffer, T. Chapin, and J. Rockström. (2010). Resilience

Συμπερασματικά και σε κάθε περίπτωση, η **αναπτυξιακή προσέγγιση**, οι μεταβαλλόμενες συνθήκες ζωής και οι αλλαγές καθώς επίσης **το πλαίσιο της αλληλεπίδρασης μιας σειράς ατομικών και κοινωνικών παραγόντων** είναι συνδεδεμένες με τη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας¹⁷. Αυτό σημαίνει ότι δεν αρκούν μεμονωμένες ενδείξεις ή περιστατικά είτε ατομικών είτε κοινωνικών παραγόντων για την εμφάνιση αρνητικών αποτελεσμάτων ή αντιθέτως για την εμφάνιση θετικών αποτελεσμάτων¹⁸. Επίσης, υπάρχει διαφοροποίηση στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα ανταποκρίνονται σε φαινομενικά ίδιες καταστάσεις αντίζοες καταστάσεις, επιδεικνύοντας ή όχι ψυχική ανθεκτικότητα¹⁹. Τέλος, η ψυχική ανθεκτικότητα δεν θεωρείται μόνιμο χαρακτηριστικό στη συμπεριφορά ενός ατόμου αλλά διαφοροποιείται με το πέρασμα του χρόνου. Επομένως, αναλόγως τους ατομικούς και κοινωνικούς παράγοντες, ένα άτομο μπορεί να είναι ψυχικά ανθεκτικό σε μια περίοδο της ζωής του αλλά όχι σε άλλη²⁰.

3. Παράγοντες προσδιορισμού της ψυχικής ανθεκτικότητας

Όπως αναφέρθηκε, η ψυχική ανθεκτικότητα εκάστου ατόμου προσδιορίζεται κάθε φορά από ατομικά χαρακτηριστικά και από τις συνθήκες του περιβάλλοντός του, ιδιαιτέρως δε από την πολυεπίπεδη αλληλεπίδραση μεταξύ *προστατευτικών παραγόντων* και *παραγόντων επικινδυνότητας*.

3.1 Παράγοντες επικινδυνότητας

Παράγοντες επικινδυνότητας (risk factors) ορίζονται οι μεταβλητές, οι οποίες αυξάνουν την πιθανότητα εμφάνισης προβλημάτων σε διάφορους τομείς ανάπτυξης και προσαρμογής εφήβων και παιδιών²¹. Οι παράγοντες επικινδυνότητας εντοπίζονται σε πολλά επίπεδα:

- στην κοινότητα,

thinking: integrating resilience, adaptability and transformability. *Ecology and Society* **15**(4). <http://www.ecologyandsociety.org/vol15/iss4/art20/>

Masten, A.S., Obradovic, J. & Burt, K. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J.J. Arnett & J.J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173-190). Washington, D.C: American Psychological Association Press.

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion In Psychiatry*, *24*, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

17 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, *24*, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

Masten, A.S., & Wright, M.O. (2009). Resilience over the lifespan. In *Handbook of adult resilience* (213-237). New York: Guilford Press.

18 Wright, M.O., & Masten, A.S. (2005). Resilience processes in development: Fostering positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R.B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp.17-37). New York: Springer.

19 Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, *1094*, 1-12.

20 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, *24*, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

21 Masten, A.S., Obradovic, J. & Burt, K. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J.J. Arnett & J.J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173-190). Washington, D.C: American Psychological Association Press.

- στο σχολείο,
- στις σχέσεις με τους συνομιλήκους,
- στην οικογένεια,
- στο ίδιο το άτομο.

Έτσι, επιβαρυντικά στοιχεία μπορεί να είναι στοιχεία που συνθέτουν την βιολογική του κληρονομιά όπως ο πρόωρος τοκετός, το χαμηλό βάρος στη γέννηση, νοητικά προβλήματα του ατόμου, η ύπαρξη άγχους ως δομικού παράγοντα της προσωπικότητας του ατόμου κ.ά.. Σε ότι αφορά το περιβάλλον του, παράγοντες επικινδυνότητας θεωρούνται το διαζύγιο των γονέων, ο θάνατος ενός συγγενικού ή αγαπημένου προσώπου, η κακή ποιότητα γονεϊκής ανατροφής, το υποβαθμισμένο οικογενειακό περιβάλλον (μεμονωμένα ή σε όλες τις διαστάσεις: το κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο ή ποιότητα ανατροφής ή η συμπεριφορά των γονέων, προβλήματα υγείας και ψυχοκοινωνικά προβλήματα των γονέων), η κακοποίηση (ψυχολογική, φυσική ή σεξουαλική)²², η ύπαρξη ασθένειας ή ψυχοπαθολογίας των γονέων, η φτώχεια (χαμηλό κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο), το υποβαθμισμένο σχολικό περιβάλλον (μεμονωμένα ή σε όλες τις διαστάσεις) η μητρότητα στην εφηβεία, το ψυχικό τραύμα από πόλεμο, φυσικές καταστροφές, κ.ά.²³. Η εμφάνιση περισσότερων του ενός παραγόντων κινδύνου στα πιο πολλά από τα παραπάνω επίπεδα θεωρείται ότι επιφέρει ένα ή περισσότερα αρνητικά αποτελέσματα και η επίδρασή τους είναι μάλλον πολλαπλασιαστική παρά αθροιστική²⁴.

Οι ερευνητές επίσης δείχνουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τη μελέτη ενός σημαντικά ενδεικτικού παράγοντα επικινδυνότητας στις περιπτώσεις που το άτομο αντιμετωπίζει καταστάσεις αντιξοότητας ή περιβαλλοντικές καταστάσεις έντονου στρες στην περίοδο της ζωής του. Ο παράγοντας αυτός είναι η υιοθεσία²⁵.

3.2 Προστατευτικοί παράγοντες της ψυχικής ανθεκτικότητας

Ιδιαίτερη σημασία για τη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας έχουν οι παράγοντες εκείνοι που κάνουν τη διαφορά και συμβάλλουν ώστε το άτομο να ξεπερνά τις αντιξοότητες και στρεσογόνες καταστάσεις και να τα καταφέρνει στη ζωή του. Οι παράγοντες αυτοί λειτουργούν με πιθανότητα εμφάνισης θετικών αποτελεσμάτων, δηλαδή δρουν αντισταθμιστικά στις αντιξοότητες ή μειώνουν τα αποτελέσματα των επιδράσεών τους και αποκαλούνται **προστατευτικοί παράγοντες** (*protective factors*)²⁶. Διακρίνονται δε σε

22 Silberg, J.L., Maes, H., & Eaves, L.J. (2010). Genetic and environmental influences on the transmission of parental depression to children's depression and conduct disturbance: An extended children of twins study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51, 734-744.

23 Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, 1094, 1-12.

Reddy, R., Rhodes, J., & Mulhall, P. (2003). The influence of teacher support on student adjustment in the middle school years: A latent growth curve study. *Development and Psychopathology*, 15, 119-138.

24 Wright, M.O., & Masten, A.S. (2005). Resilience processes in development: Fostering positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R.B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp.17-37). New York: Springer.

25 Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

26 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

δύο κατηγορίες:

- τις δυνατότητες (εσωτερικές και εξωτερικές) (internal&externalassets) και τις πηγές στήριξης (resources) (promotivefactors)
- τους προστατευτικούς παράγοντες (protectivefactors)

Αναλυτικότερα, οι *δυνατότητες* αναφέρονται σε μετρήσιμα χαρακτηριστικά ατόμων ή καταστάσεων που αποτελούν προβλεπτικούς παράγοντες για την ύπαρξη θετικών αποτελεσμάτων στο μέλλον ως προς κάποιο κριτήριο ανάπτυξης. Ως δυνατότητες λοιπόν έχουν προσδιοριστεί το καλό νοητικό δυναμικό και οι γνωστικές ικανότητες και όχι αποκλειστικά και μεμονωμένα ένας υψηλός δείκτης νοημοσύνης²⁷, μια ιδιαίτερη ικανότητα (ταλέντο), γνωστικές δεξιότητες όπως δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και επεξεργασίας πληροφοριών, ο αυτοέλεγχος η προσωπική αίσθηση επάρκειας και ελέγχου, η δυνατότητα δημιουργίας κινήτρων για τον εαυτό, η θετική αυτοαντίληψη, ο ευπροσάρμοστος χαρακτήρας, η (θρησκευτική) πίστη και η ύπαρξη νοήματος στη ζωή, η αισιοδοξία, η καλή σχολική επίδοση για την περίοδο της παιδικής ηλικίας και η ύπαρξη κοινωνικότητας και η ελκυστικότητα από τους συνομιλήκους²⁸, το χιούμορ ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας, ²⁹κ.ά.

Οι *πηγές στήριξης* αναφέρονται κυρίως στα ανθρώπινα, κοινωνικά και υλικά «εφόδια» που διαθέτει το άτομο και κατ'ουσίαν ομοιάζουν με τους προστατευτικούς παράγοντες. Οι *προστατευτικοί παράγοντες* αφορούν στην ηλικιακή περίοδο της εφηβείας και της ενηλίκου ζωής και μπορεί να είναι ποιοτικά χαρακτηριστικά των ίδιων των ατόμων, ή των πλαισίων (systems) στα οποία ανήκουν (π.χ. οικογένεια, σχολείο, ευρύτερο περιβάλλον κτλ). Όλοι οι ερευνητές συμφωνούν ότι η *καλή ποιότητα της γονεϊκής ανατροφής* όπως προσδιορίζεται από θετικές, υποστηρικτικές σχέσεις ασφάλειας με τουλάχιστον ένα γονέα/κηδεμόνα (ασφαλής τύπος δεσμού), καλό κλίμα και επικοινωνία

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

Sameroff, A.J. (2000). Developmental systems and psychopathology. *Development and Psychopathology*, 12, 297-312.

27 Hauser, S., Alen, J., Golden, E., (2006). *Out of the woods: Tales of resilient teens*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

28 Masten, A.S., Desjardins, C.D., McCormick, C.M., Kuo, S.L.-C. & Long, J.D. (2010). The significance of childhood competence for adult success in work: A developmental cascade analysis. *Development and Psychopathology*, 22, 681-696.

Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

Sapienza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion In Psychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

29 Masten, A.S., Powell, J.L., & Luthar, S.S. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Doi: 10.1017/cbo9780511615788.003

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

Morrison, G.M., Brown, M., D'Incau, B., O'Farrell, S.L., & Furlong, M.J. (2006). Understanding resilience in educational trajectories: Implications for protective possibilities. *Psychology in the Schools*, 43(1), 19-31.

Shiner, R.L., & Masten, A.S. (2002). Personality and success in the developmental tasks of early adulthood: What is the direction of influence? Paper presented at the biennial meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Ottawa, August.

στην οικογένεια, αποτελούν τον πιο σημαντικό προστατευτικό παράγοντα. Ιδιαίτερα δε η ύπαρξη και διαθεσιμότητα ενός ή περισσότερων ενηλίκων με επάρκεια στη ζωή των παιδιών ή των εφήβων αλλά, κυρίως, η σύναψη μιας συναισθηματικά δυνατής σχέσης του παιδιού ή του εφήβου με έναν (τουλάχιστον) επαρκή και συναισθηματικά διαθέσιμο ενήλικα(παραδείγματος χάριν θετική συναισθηματική σχέση με τον παππού ή τη γιαγιά, έναν εκπαιδευτικό, ένα άλλο συγγενικό πρόσωπο, φίλο ή εκπαιδευτικό), είναι πολύ βασική προϋπόθεση για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Στους προστατευτικούς παράγοντες συγκαταλέγονται επίσης τα αποτελεσματικά σχολεία³⁰ αλλά και το υψηλό κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο, οι ερωτικές υποστηρικτικές σχέσεις, οι θετικές επικοινωνιακές σχέσεις σε πρόσωπα της γειτονιάς, η συμμετοχή σε δραστηριότητες της κοινότητας ή της ευρύτερης κοινωνίας κ.ά.³¹.

Τέλος, δεδομένου ότι η ψυχική ανθεκτικότητα μπορεί να μεταβάλλεται, οι ερευνητές κατέγραψαν περιπτώσεις παιδιών που αντιμετώπισαν σημαντικές περιβαλλοντικές στρεσογόνες καταστάσεις ωστόσο αντιμετώπισαν με επιτυχία όμοιες καταστάσεις στην ενήλικη ζωή τους. Η κατάσταση αυτή βρέθηκε ότι συσχετίζεται με την ύπαρξη προστατευτικών παραγόντων στην ενήλικη ζωή, όπως ο γάμος και η δημιουργία μιας οικογένειας με υψηλή λειτουργικότητα και θετικές υποστηρικτικές σχέσεις ή σύναψη υποστηρικτικής ερωτικής σχέσης, η εύρεση μιας «καλής» εργασία (ως υποκειμενικά

30 Ένα σχολείο προσδιορίζεται ως αποτελεσματικό εφόσον διαθέτει πέντε χαρακτηριστικά: ισχυρή διοίκηση, σχολικό κλίμα που εγγυάται τη μαθησιακή πρόοδο, υψηλές προσδοκίες για τις μαθητικές επιδόσεις, σαφές πλαίσιο αξιολόγησης των μαθητικών επιδόσεων και έμφαση στην απόκτηση βασικών μορφωτικών δεξιοτήτων (Sackney, 2007).

31 Bowes, L., Maughan, B. Caspi, A., Moffitt, T.E., Arseneault, L. (2010). Families promote emotional and behavioural resilience to bullying: Evidence of an environmental effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51, 809-817.

Masten, A.S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19, 921-930.

Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23, 141-154.

Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garnezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Masten, A.S., Powell, J.L., & Luthar, S.S. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Doi: 10.1017/cbo9780511615788.003

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

McCormick, C.M., Desjardins, C.D., Kuo, S.I.-C., Long, J.D., & Masten, A.S. (2010). *Competence in romantic relationships: A developmental cascades analysis spanning 20 years*. Poster presented at the 2010 meeting of the International Society for the study of Behavioural Development, Lusaka, Zambia, July.

Obradovic, J., & Masten, A.S. (2007). Developmental antecedents of young adult civic engagement. *Applied Developmental Science*, 11, 2-19.

Sapienza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion In Psychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

Wright, M.O., & Masten, A.S. (2005). Resilience processes in development: Fostering positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R.B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp.17-37). New York: Springer.

οριζόμενη), η συμμετοχή σε θρησκευτικές οργανώσεις, η υποστηρικτική σχέση με έναν ενήλικα εκτός οικογένειας, η ύπαρξη προσωπικής επάρκειας και αυτοελέγχου, η παρακολούθηση προγράμματος κατάρτισης ή πανεπιστημιακών σπουδών, κ.ά.³²

4. Συμβολή και λειτουργία των παραγόντων προσδιορισμού της ψυχικής ανθεκτικότητας

Οι προστατευτικοί παράγοντες που αναφέρθηκαν προσδιορίζονται από τα αποτελέσματα της επίδρασής τους, δηλαδή από την συμβολή τους στην πρόληψη αρνητικών αποτελεσμάτων λόγω της έκθεσης στις αντιξοότητες και την παράλληλη αύξηση της πιθανότητας εμφάνισης θετικών αποτελεσμάτων, δηλαδή την βελτίωση της πνευματικής και ψυχικής υγείας. Με άλλα λόγια, οι ερευνητές εστιάζουν στα **αποτελέσματα της επενέργειας των παραγόντων αυτών** και όχι στη φύση (περιεχόμενο) τους. Για το λόγο αυτό, τους αποκαλούν *και* **προστατευτικές λειτουργίες** (*promotive and protective functions*) (Rutter, 2012; Masten & Tellegen, 2012).

Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι η ύπαρξη και μόνο των προστατευτικών παραγόντων δεν αποτελεί εχέγγυο εμφάνισης ψυχικής ανθεκτικότητας. Παρά το ότι οι ερευνητές καταγράφουν τη σχέση μεταξύ προστατευτικών παραγόντων, ιδιαιτέρως δε μεταξύ της θετικής γονεϊκής ανατροφής με την εκδήλωση ψυχικής ανθεκτικότητας, ωστόσο οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ τους είναι δυναμικές, πολυπαραγοντικές και όχι αιτιώδεις, όπως άλλωστε συμβαίνει σε όλα τα κοινωνικά φαινόμενα³³.

Έτσι, ορισμένοι προστατευτικοί παράγοντες -όταν υπάρχουν- είναι δυνατόν να λειτουργήσουν παράγοντας θετικά αποτελέσματα, όπως για παράδειγμα η ύπαρξη μιας ιδιαίτερης ικανότητας - ταλέντου στο άτομο ή η υποστηρικτική σχέση με ένα μέλος

32 Burt, K.B., & Paysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

Burt, K.B. Obradovic, J., Long, J.D., & Masten, A.S. (2008). The interplay of social competence and psychopathology over 20 years: Testing transactional and cascade models. *Child Development*, 79, 359-374.

Burt, K.B. & Masten, A.S. (2010). Development in the transition to adulthood: Vulnerabilities and opportunities. In J.E. Grant & M.N. Potenza (Eds.), *Young adult mental health* (pp. 5-18). New York: Oxford University Press.

Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garnezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi: 10.1017/S0954579412000028.

Shiner, R.L., & Masten, A.S. (2002). Personality and success in the developmental tasks of early adulthood: What is the direction of influence? Paper presented at the biennial meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Ottawa, August.

33 Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi: 10.1017/S0954579412000028.

της οικογένειάς του, αλλά αυτό δε σημαίνει ότι είναι πιθανό να εμφανιστούν αρνητικά αποτελέσματα στην προσαρμογή του ατόμου όταν δεν υπάρχουν. Ομοίως, *παράγοντες επικινδυνότητας (riskfactors)*, οι οποίοι μπορεί θεωρείται ότι αυξάνουν την πιθανότητα εμφάνισης προβλημάτων όταν υπάρχουν, είναι δυνατόν να μην επενεργήσουν αρνητικά ή ακόμα οι επιδράσεις τους αυτές να μετριαστούν εξαιτίας της διαμεσολάβησης προστατευτικών παραγόντων (όπως καλή ποιότητα γονεϊκής ανατροφής).

Τέλος -αλλά όχι λιγότερα σημαντικό- για τη μελέτη των παραγόντων που προσδιορίζουν την εμφάνιση ψυχικής ανθεκτικότητας, είναι ότι οι έχουν καταγραφεί περιπτώσεις όπου η ύπαρξη παραγόντων επικινδυνότητας (π.χ. η διάρρηξη των οικογενειακών σχέσεων λόγω διαζυγίου των γονέων ή η μη ασφαλής, μη υποστηρικτική σχέση, ή σχέση παραμέλησης με τους γονείς/κηδεμόνες), συνέβαλαν στο να επιδείξει το άτομο ψυχική ανθεκτικότητα, δηλαδή λειτούργησαν σαν να ήταν προστατευτικοί παράγοντες ενδυναμώνοντας το άτομο. Για το λόγο αυτό οι ερευνητές τους αποκαλούν και ενισχυτικούς παράγοντες (“steeling” or strengthening effects)³⁴.

Συμπερασματικά, για τη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας αυτό που έχει ιδιαίτερη σημασία είναι αφενός ο ακριβής προσδιορισμός των ατομικών στοιχείων και των στοιχείων του περιβάλλοντος του ατόμου που προσδιορίζονται είτε ως παράγοντες επικινδυνότητας είτε ως προστατευτικοί παράγοντες. Αφετέρου, η θεώρησή τους ως αλληλεπιδρώντων και όχι ως συντελεστών παραγωγής αιτιωδών αποτελεσμάτων στην εμφάνιση ή μη ψυχικής ανθεκτικότητας και συναφών θετικών αποτελεσμάτων (πνευματική και ψυχική υγεία). Επίσης, βασικό συμπέρασμα των ερευνητών αποτελεί ότι υπάρχει μεγάλο εύρος και ετερογένεια στην αντίδραση των ατόμων σε αντίξοες ή περιβαλλοντικά στρεσογόνες³⁵.

5. Σημαντικές επισημάνσεις

- Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας αφορά και αναφέρεται στον ακριβή προσδιορισμό *αρκετών διαστάσεων, εννοιών και παραγόντων* που απαιτούν σε κάθε περίπτωση ακριβή προσδιορισμό και *δεν θεωρούνται ενιαίο σύνολο*³⁶.
- Η ψυχική ανθεκτικότητα δεν αποτελεί ένα σταθερό ατομικό γνώρισμα του ατόμου. Αφορά και αναφέρεται σε *δυναμική, συνεχιζόμενη διαδικασία και πολυεπίπεδη αλληλεπίδραση ατομικών στοιχείων και προστατευτικών παραγόντων* (από τα συστήματα στήριξης της οικογένειας, της κοινότητας, της ευρύτερης κοινωνίας κ.ά.) και διαφοροποιείται με βάση τις συνθήκες του περιβάλλοντός του. Η *διαδικασία αυτή ισχύει για όλες τις περιόδους της ζωής του ατόμου*³⁷.

34 Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

35 Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

36 Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028

37 Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

- Δεν υπάρχουν «άτρωτα» παιδιά ή παιδιά που δεν θα εκτεθούν ποτέ σε δυσκολίες, αντίξοες συνθήκες και παράγοντες επικινδυνότητας. Ένα «ανθεκτικό» παιδί ή ενήλικας δε σημαίνει ότι διάγει τον βίο του χωρίς δυσκολίες, αλλά ότι μπορεί να επιβιώνει μέσα από τα συναισθήματα και τις συνέπειες των εντάσεων και των επώδυνων γεγονότων³⁸.
- Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι έρευνες σε παιδιά και εφήβους που είχαν εκτεθεί σε σημαντικά αντίξοες συνθήκες και περιβαλλοντικά στρεσογόνες καταστάσεις και στην ενήλικη ζωή τους αντιμετώπισαν παρόμοιες καταστάσεις περισσότερο αποτελεσματικά. Οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι αυτό συνέβη γιατί η ψυχική ανθεκτικότητα αναπτύσσεται καθώς οι άνθρωποι μεγαλώνουν και αποκτούν διάφορες δεξιότητες καθώς και στρατηγικές αντιμετώπισης, δηλαδή τη δυνατότητα να «εκμεταλλούνται» τα συστήματα υποστήριξής τους ή ακόμα και να δημιουργούν νέα³⁹.

Τα τελευταία χρόνια έχει δοθεί ευρεία ώθηση στη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας **στην ηλικιακή ομάδα των πρώτων χρόνων μετάβασης στην ενήλικη ζωή (transition to adulthood)** (18 έως 30 ετών) τόσο στον κανονικό πληθυσμό όσο και σε ιδιαίτερες πληθυσμιακές ομάδες (άτομα που έχουν ζήσει σε αναδόχους γονείς ή άλλους κοινωνικούς φορείς, με χρόνια προβλήματα υγείας, πνευματικής ή ψυχικής υγείας, σωματικά ή σεξουαλικά κακοποιημένα, κ.ά.)⁴⁰.

Έρευνες σε ανθεκτικούς νέους ενήλικες έχουν υποδείξει το ρόλο και τη σημασία προστατευτικών παραγόντων κυρίως δε τη διατήρηση παλαιών και τη δημιουργία νέων υποστηρικτικών σχέσεων (*relationships*) κατά τη φάση μετάβασης από την εφηβεία στην ενηλικίωση⁴¹. Έρευνες έχουν καταγράψει ως επιπρόσθετους προστατευτικούς παράγοντες όπως τις συναισθηματικές ικανότητες, τις γνωστικές δεξιότητες, τις δεξιότητες αυτοδιαχείρισης της ενήλικης ζωής, την υποστήριξη από έναν συναισθηματικά επαρκή ενήλικα, την απομάκρυνση από δυσλειτουργικούς φίλους ή οικογένειες, τη δημιουργία μιας υποστηρικτικής και ξεστής ερωτικής σχέσης, το γάμο και ως εξ αυτού τη συγγένεια με μια θετικά λειτουργική οικογένεια, τη στρατιωτική θητεία, την εύρεση

Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Masten, A.S., Desjardins, C.D., McCormick, C.M., Kuo, S.L.-C. & Long, J.D. (2010). The significance of childhood competence for adult success in work: A developmental cascade analysis. *Development and Psychopathology*, 22, 681-696.

Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

38 Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

39 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

40 Burt, K.B., & Pysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

41 Burt, K.B., & Pysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

και τη διατήρηση εργασίας, τις ευκαιρίες σπουδών, τη συμμετοχή σε μια θρησκευτική κοινότητα⁴². Στις ιδιαίτερες πληθυσμιακές ομάδες οι κύριοι προστατευτικοί παράγοντες είναι περίπου ίδιοι με τον κανονικό πληθυσμό (γνωστικές ικανότητες, γονεϊκή υποστήριξη, κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο) με την προσθήκη ενίοτε διαφορετικών, ανάλογα με τα χαρακτηριστικά των ατόμων⁴³.

- Οι ερευνητές συμφωνούν ότι *οι ρίζες της επίδειξης ψυχικής ανθεκτικότητας στην ενήλικη ζωή βρίσκονται στην παιδική ηλικία και στην ύπαρξη δυνατοτήτων σε διάφορους τομείς όπως η προσωπικότητα και οι παράμετροι της οικογένειας που δημιουργούν ένα θετικό υποστηρικτικό κλίμα ασφάλειας. Οι παράμετροι αυτοί ποικίλουν από το κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο έως τη ζεστασιά και τη συναισθηματική επάρκεια των γονέων καθώς και την ύπαρξη πειθαρχίας και οργάνωσης στις σχέσεις μεταξύ των μελών της*⁴⁴. Με άλλα λόγια, παιδιά που παρουσιάστηκαν ανθεκτικά στην αντιμετώπιση σημαντικών περιβαλλοντικά στρεσογόνων καταστάσεων, *διατήρησαν την εν λόγω δυνατότητα και στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή*⁴⁵. Αντίθετα, αρνητικά αποτελέσματα για την πνευματική και ψυχική τους υγεία εμφανίστηκαν σε παιδιά που είχαν πολύ λίγους ή καθόλου προστατευτικούς παράγοντες στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή⁴⁶.

42 Burt, K.B. & Masten, A.S. (2010). Development in the transition to adulthood: Vulnerabilities and opportunities. In J.E. Grant & M.N. Potenza (Eds.), *Young adult mental health* (pp. 5-18). New York: Oxford University Press.

Masten, A.S., (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.

Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Masten, A.S., Obradovic, J. & Burt, K. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J.J. Arnett & J.J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173-190). Washington, D.C: American Psychological Association Press.

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.

Shiner, R.L., & Masten, A.S. (2002). Personality and success in the developmental tasks of early adulthood: What is the direction of influence? Paper presented at the biennial meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Ottawa, August.

43 Burt, K.B., & Pysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

44 Burt, K.B., & Pysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

45 Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. & Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.

Masten, A.S., & Osofsky, J.D. (2010). Disasters and their impact on child development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003

46 Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.

6. Συμβουλευτική αξιοποίηση της ψυχικής ανθεκτικότητας

6.1. Στρατηγικές και στόχοι για την εφαρμογή παρεμβατικών προγραμμάτων

Η αντίληψη ότι η ψυχική ανθεκτικότητα είναι δυνατόν να παρατηρηθεί σε επίπεδο ατόμου, οικογένειας, σχολείου, κοινότητας και οικοσυστήματος (συστημική θεώρηση) αποτέλεσαν τη βάση για την ανάπτυξη προγραμμάτων παρέμβασης σε παιδιά, εφήβους⁴⁷ και ενήλικες⁴⁸. Ως συνέπεια προσδιορίζεται και η **ηστοχοθέτηση** των εν λόγω προγραμμάτων για την ενδυνάμωση των ατόμων και των συστημάτων αυτού μέσω της μείωσης των παραγόντων επικινδυνότητας και της ανάδειξης ή ενίσχυσης των προστατευτικών παραγόντων. Σε μια τέτοια θεώρηση η συμβολή των προγραμμάτων παρέμβασης κρίνεται, μεταξύ άλλων, και από το ότι τα ίδια τα συστήματα θα πρέπει να συνεργάζονται μεταξύ τους (π.χ. σχολείο-οικογένεια)⁴⁹. Οι τρεις βασικές κατηγορίες στρατηγικών που έχουν υιοθετηθεί για την εφαρμογή παρεμβατικών προγραμμάτων είναι οι εξής⁵⁰:

- A) **Στρατηγικές με επίκεντρο την επικινδυνότητα.** Οι εν λόγω στρατηγικές στοχεύουν στην πρόληψη ή και τη μείωση των παραγόντων κινδύνου και άγχους, δηλαδή στη μείωση της έκθεσης των παιδιών και εφήβων σε επιβλαβείς εμπειρίες. Παραδείγματα τέτοιων στρατηγικών είναι η παροχή προγεννητικής φροντίδας για τη μείωση προβλημάτων στον τοκετό, παροχή εκπαίδευσης στους γονείς για διάφορα θέματα όπως π.χ. την πρόληψη της κακοποίησης παιδιών, για την πρόληψη χρήσης ουσιών από εφήβους κ.ά.
- B) **Στρατηγικές με επίκεντρο τις δυνατότητες.** Οι στρατηγικές αυτές αποσκοπούν στη βελτίωση του αριθμού ή και της ποιότητας των πηγών στήριξης των παιδιών και των εφήβων κατά την ανάπτυξή τους. Παραδείγματα τέτοιων στρατηγικών είναι η ύπαρξη για τον μαθητή/τρια ενός εκπαιδευτικού-μέντορα, η δημιουργία πνευματικών κέντρων στην κοινότητα, ή δημιουργικών κέντρων απασχόλησης. Εδώ συγκαταλέγονται και στρατηγικές ενίσχυσης του κοινωνικού ή οικονομικού τομέα στη ζωή του παιδιού όπως για παράδειγμα η ανάπτυξη προγραμμάτων σε γονείς για την εκμάθηση γραφής, την εύρεση εργασίας, σχολές γονέων, κ.ά.

47 Masten, A.S., & Reed, M-G.J. (2002). Resilience in development in C.R.Snyder&S.J.Lopez(Eds) (pp. 74-88), *Handbook of positive psychology*. New York:NY. Oxford University Press.

Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion InPsychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

48 Burt, K.B., & Paysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

49 Folke, C., S. R. Carpenter, B. Walker, M. Scheffer, T. Chapin, and J. Rockström. (2010). Resilience thinking: integrating resilience, adaptability and transformability. *Ecology and Society*15(4). <http://www.ecologyandsociety.org/vol15/iss4/art20/>

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion InPsychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.

50 Masten, A.S., & Reed, M-G.J. (2002). Resilience in development in C.R.Snyder&S.J.Lopez (Eds) (pp. 74-88), *Handbook of positive psychology*. New York:NY. Oxford University Press.

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion InPsychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

Γ) **Στρατηγικές με επίκεντρο τη διαδικασία.** Οι στρατηγικές αυτές στοχεύουν στην ενεργοποίηση των δυνατοτήτων των ανθρώπινων προστατευτικών συστημάτων. Πρόκειται για προγράμματα που στοχεύουν στη βελτίωση της ποιότητας των συναισθηματικών σχέσεων και στην ενεργοποίηση ενός συστήματος που κινητοποιεί τα παιδιά και τους εφήβους να αποκτήσουν εμπειρίες μέσα από τις οποίες ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους καθώς το να βιώνουν την επιτυχία στην προσπάθεια να κατακτήσουν δεξιότητες, ή γνώσεις.

Ο **συνδυασμός** περισσότερων στρατηγικών μπορεί να συμβάλλει πιο αποτελεσματικά στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας παιδιών και εφήβων. Μερικές ακόμα προδιαγραφές αναφέρονται στη **μέθοδο υλοποίησής** τους (Ατομική ή Ομαδική), στο περιεχόμενο του προγράμματος, στην ομάδα –στόχο, στο πλαίσιο εφαρμογής και τον εκάστοτε διαθέσιμο χρόνο.

6.2. Περιεχόμενα και ομάδες στόχοι των προγραμμάτων παρέμβασης

Σύγχρονοι ερευνητές υποδεικνύουν δύο άξονες για τα προγράμματα συμβουλευτικής παρέμβασης σε παιδιά και εφήβους:

α) Προγράμματα που θα ευαισθητοποιήσουν και θα εκπαιδεύσουν τους γονείς/ κηδεμόνες σχετικά με μεθόδους αγωγής οι οποίες θα διαμορφώσουν υψηλά επίπεδα ασφαλούς δεσμού προσκόλλησης με τα παιδιά τους και πρότυπα σχέσεων αλληλεπίδρασης που προωθούν αισθήματα ασφάλειας, εμπιστοσύνης και υποστήριξης. Δευτερευόντως, στο να δημιουργούν τις συνθήκες που θα ευνοούν την εμπλοκή των παιδιών τους στη λήψη αποφάσεων, θα αναπτύσσουν ικανότητες και δεξιότητες ανάληψης ευθυνών, αυτονομίας, αυτοβουλίας, πρωτοβουλίας, εν γένει ενεργού δράσης, αποφεύγοντας την τακτική της αγωγής ως «κανονικοποιητική ρύθμιση» τους όρους της οποίας ρυθμίζουν και μόνο εκείνοι γνωρίζουν⁵¹.

Στο εύρος της συστημικής θεώρησης της ψυχικής ανθεκτικότητας που έχει παρουσιαστεί στο παρόν κεφάλαιο, οποιαδήποτε λειτουργική συμβουλευτική παρέμβαση που αφορά τους γονείς/κηδεμόνες προτείνεται να πραγματοποιείται σε περισσότερα του ενός συστήματα (π.χ. οικογένεια και σχολείο) καθώς επίσης και σε συνεργασία μεταξύ τους. Το τελευταίο αυτό επίπεδο (συνεργασία σχολείου-οικογένειας) βρίσκεται στο επίκεντρο της συζήτησης παιδαγωγών, ψυχολόγων, κοινωνιολόγων και άλλων επιστημόνων εδώ

51 Borden, L., Schultz, T., Herman K. (2010). The incredible years parent training program: promoting resilience through evidence-based prevention groups. *Group Dynam*, 14, 230-241, p.p. 228-230.

Dozier, M., Lindheim O., Lewis E. (2009). Effects of a foster parent training program on young children's attachment behaviours: preliminary evidence from a randomized clinical trial. *Child Adolescence Son Work J*, 26, 321-332, p. 327-329.

Sapienza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion In Psychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.

Smyke, A., Zeanah C., Fox N. et al. (2010). Placement in foster care enhances quality of attachment among young institutionalized children. *Child Development*, 81, 212-223, p.p. 218-219.

Thoenissen, C., & Walper, S. (2012). Parental support and the relationship between young adults and their parents. In E. Scabini & G. Rossi (Eds), *Family transitions and families in transition* (pp. 125-145). Milan, Italy: Vita e Pensiero, p. 140.

Χαροκοπάκη, Α. (2012). Αυτοαποτελεσματικότητα στη διαδικασία λήψης εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων μαθητών/τριών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης: Ο ρόλος ατομικών παραγόντων και υποστηρικτικών μηχανισμών. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Παιδαγωγικό Δημοτικής Εκπαίδευσης, Διδακτορική διατριβή, σ.σ. 84-90.

και δύο δεκαετίες. Εφαρμόζεται στη Δυτική Ευρώπη και τις Η.Π.Α και περιλαμβάνει διάφορες μεθόδους και πρακτικές: ενημερώσεις γονέων (π.χ. σεμινάρια), επικοινωνία με τους γονείς, εθελοντική εργασία από τους γονείς σε συγκεκριμένες δραστηριότητες, μάθηση στο σπίτι, λήψη αποφάσεων, συνεργασία με την κοινότητα, κ.ά.⁵²

β) Προγράμματα που θα δημιουργήσουν τις συνθήκες για την ανάπτυξη σημαντικών *ατομικών γνωστικών δεξιοτήτων* σύμφωνα με το στάδιο ανάπτυξης και τις ιδιαιτερότητας της ομάδας-στόχου. Εδώ συμπεριλαμβάνονται δεξιότητες σχεδιασμού, καθοδήγησης, ευελιξίας, αυτοκυριαρχίας για παιδιά και εφήβους που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου (π.χ. άστεγα, ή που υστερούν σε νοητικό δυναμικό)⁵³. Στόχο ακόμα αποτελεί η ανάπτυξη *δεξιοτήτων προσωπικών επιλογών και σχεδιασμού ζωής*, αυτοπροσδιορισμού, αυτεπίγνωσης-αυτογνωσίας, αποδοχής εαυτού, προσωπικής υπευθυνότητας, ποιοτικής επικοινωνίας, αναγνώρισης και διαχείρισης συναισθημάτων, διεκδικητικής στάσης, επίλυσης προβλημάτων και συγκρούσεων, κ.ά. καθώς και δεξιοτήτων που προάγουν την αποτελεσματική επικοινωνία με τους σημαντικούς άλλους (γονείς, φίλους, κ.ά.)⁵⁴

Στο *χώρο του σχολείου* παρεμβατικά προγράμματα στοχεύουν στην προαγωγή θετικού κλίματος στην τάξη και σε όλη τη σχολική κοινότητα. Στη χώρα μας τέτοια προγράμματα έχουν αναπτυχθεί και εφαρμοστεί στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση⁵⁵ ενώ προτάσεις για το σχεδιασμό παρεμβατικών προγραμμάτων που αφορούν στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση αφορούν σε θέματα όπως η διαχείριση

52 Μπρούζος, Αν. (2007). Σχέσεις οικογενειακού-σχολικού περιβάλλοντος. Στο: *Συσχετισμός Οικογενειακού-Κοινωνικού-Πολιτισμικού Περιβάλλοντος στη σχολική επίδοση του παιδιού*. ΟΕΠΕΚ, <http://www.oepek.gr>. 73
53 Pears, K., Fisher, P., Bruce J., et al. (2010). Early elementary school adjustment of maltreated children in foster care: the roles of inhibitory control and caregiver involvement. *Child Development*, 81, 1550-1564, p.p. 1559-1561.

Sapientza J.K., & Masten, A.S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion In Psychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.0b013e3283776a8, p. 267-268.

54 ΑργυροπούλουΚ., &Τερζάκη, Μ. (2019). Αίσθηση χρονικής προοπτικής και στρατηγικές λήψης επαγγελματικών αποφάσεων. Πεποιθήσεις και συμπεριφορές διαχείρισης σταδιοδρομίας στο σχολικό περιβάλλον. *Νέα Παιδεία*, 169, (13-28).

Αργυροπούλου, Κ., Τερζάκη, Μ., &Χαροκοπάκη, Α. (υπό έκδοση). Μεταδεξιότητες σταδιοδρομίας και λήψη επαγγελματικών αποφάσεων στην εφηβική ηλικία: Αίσθηση Χρονικής Προοπτικής, Σχεδιασμός Μέλλοντος και Ανθεκτικότητα. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*.

Burt, K.B., &Paysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *DevelopmentandPsychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.

Χαροκοπάκη, Α. (2018). Η προαγωγή της Ψυχικής Ανθεκτικότητας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση: Προτάσεις εφαρμογής της Συμβουλευτικής στο Σχολικό Περιβάλλον. Στο: Γεωργιογιάννης Π., (Επιστημονική Επιμέλεια) (2019). *Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση (επιστημονική σειρά)*. Πρακτικά 26^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου με θέμα την *Αγωγή Υγείας, Παιδαγωγική Ιατρική, Συμβουλευτική, Διαπολιτισμικότητα, Και Ειδική Αγωγή*. Πρακτικά Διεθνούς Συνεδρίου, Ινστιτούτο Πολιτισμού, Δημοκρατίας και Εκπαίδευσης, Πάτρα. ISBN: 978-618-84238-2-4 <http://ipode.gr/conference/26conference/praktika/>

55 Βλ. ενδεικτικά: Χατζηχρήστου, Χ. (2012). Προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας σε επίπεδο συστήματος: το σχολείο ως κοινότητα που νοιάζεται και φροντίζει. Στο Χ. Χατζηχρήστου & Η. Μπεξεβέγκης (Επιμ.). *Θέματα ανάπτυξης και προσαρμογής παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο* (σ. 325-354). Αθήνα: Πεδίο.

Χατζηχρήστου, Χ. (2011α). (Επιμ.). *Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο σχολείο: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα: Εκπαιδευτικό υλικό Ι: Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Νηπιαγωγείο, Α', Β', δημοτικού: Θεωρητικό πλαίσιο και δραστηριότητες*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Χατζηχρήστου, Χ. (2011β). (Επιμ.). *Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο σχολείο: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα: Εκπαιδευτικό υλικό ΙΙ: Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Γ', Δ', Ε', ΣΤ', δημοτικού: Θεωρητικό πλαίσιο και δραστηριότητες*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

συναισθημάτων, η ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων και αυτογνωσίας, διαδικασιών λήψης επαγγελματικών αποφάσεων, συμβουλευτική και εμπλοκή γονέων στις σχέσεις με το σχολείο (familyengagement), καθώς συμβουλευτική ομιλήκων (peercounseling) αποτελούν ένα αναπτυσσόμενο πεδίο και ως εκ τούτου είναι ακόμη περιορισμένες⁵⁶.

7. Επίλογος

Στο κλίμα ρευστότητας που επικρατεί σε όλους τους τομείς της σύγχρονης κοινωνίας αναδεικνύεται η σημασία και ο όρος της ψυχικής ανθεκτικότητας του ατόμου ως εσωτερική ψυχοκοινωνική δύναμη-πηγή σε καταστάσεις επικινδυνότητας και στρατηγικός παράγοντας επιβίωσης, που συμβάλλει στη δημιουργία θετικών αποτελεσμάτων στα άτομα σχετικά με τη διαχείριση και το σχεδιασμό της ζωής τους σε όλους τους ρόλους που καλούνται να αναλάβουν.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο ρόλος των επαγγελματικών ψυχικής υγείας αναδεικνύεται σημαντικός στην επίτευξη –μεταξύ άλλων- ψυχικής ανθεκτικότητας στα άτομα και οι σύμβουλοι καλούνται να οργανώσουν και να αναπτύξουν ενέργειες και προγράμματα συμβουλευτικής παρέμβασης για την ενδυνάμωση των πελατών τους. Σε κάθε περίπτωση η μελλοντική έρευνα οφείλει να στραφεί σε ερευνητικούς σχεδιασμούς για τη δοκιμή των προγραμμάτων αυτών, ώστε να δοθεί η εμπειρικά αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα και οι επιστήμονες να είναι ενημερωμένοι για το πώς θα αντιμετωπίσουν τις καταστάσεις αβεβαιότητας που απαιτούν την επίδειξη τέτοιων δεξιοτήτων και δυνάμεων επιβίωσης.

Βιβλιογραφία

Ελληνόγλωσση

- Αργυροπούλου Κ., & Τερζάκη, Μ. (2019). Αίσθηση χρονικής προοπτικής και στρατηγικές λήψης επαγγελματικών αποφάσεων. Πεποιθήσεις και συμπεριφορές διαχείρισης σταδιοδρομίας στο σχολικό περιβάλλον. *Νέα Παιδεία*, 169, (13-28).
- Αργυροπούλου, Κ., Τερζάκη, Μ., & Χαροκοπάκη, Α. (υπό έκδοση). Μεταδεξιότητες σταδιοδρομίας και λήψη επαγγελματικών αποφάσεων στην εφηβική ηλικία: Αίσθηση Χρονικής Προοπτικής, Σχεδιασμός Μέλλοντος και Ανθεκτικότητα. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*.
- Μπρούζος, Αν. (2007). Σχέσεις οικογενειακού-σχολικού περιβάλλοντος. Στο: *Συσχετισμός Οικογενειακού-Κοινωνικού-Πολιτισμικού Περιβάλλοντος στη σχολική επίδοση του παιδιού*. ΟΕΠΕΚ, <http://www.oeppek.gr> σ.73
- Χαροκοπάκη, Α. (2019). «Πιστεύω ότι μπορώ να πραγματοποιήσω επαγγελματικές επιλογές. Η αυτοαποτελεσματικότητα στη διαδικασία λήψης αποφάσεων:

56 Χαροκοπάκη, Α. (2018). Η προαγωγή της Ψυχικής Ανθεκτικότητας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση: Προτάσεις εφαρμογής της Συμβουλευτικής στο Σχολικό Περιβάλλον. Στο: Γεωργιάννης Π., (Επιστημονική Επιμέλεια) (2019). *Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση (επιστημονική σειρά). Πρακτικά 26^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου με θέμα την Αγωγή Υγείας, Παιδαγωγική Ιατρική, Συμβουλευτική, Διαπολιτισμικότητα, Και Ειδική Αγωγή*. Πρακτικά Διεθνούς Συνεδρίου, Ινστιτούτο Πολιτισμού, Δημοκρατίας και Εκπαίδευσης, Πάτρα. ISBN: 978-618-84238-2-4 <http://ipode.gr/conference/26conference/praktika/>

- θεωρία και συμβουλευτική αξιοποίηση». Στο: Αργυροπούλου, Αικ., (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων*, Αθήνα: Γρηγόρης, 2019.
- Χαροκοπάκη, Α. (2018). Η προαγωγή της Ψυχικής Ανθεκτικότητας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση: Προτάσεις εφαρμογής της Συμβουλευτικής στο Σχολικό Περιβάλλον. Στο: Γεωργιάννης Π., (Επιστημονική Επιμέλεια) (2019). *Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση (επιστημονική σειρά). Πρακτικά 26^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου με θέμα την Αγωγή Υγείας, Παιδαγωγική Ιατρική, Συμβουλευτική, Διαπολιτισμικότητα, Και Ειδική Αγωγή*. Πρακτικά Διεθνούς Συνεδρίου, Ινστιτούτο Πολιτισμού, Δημοκρατίας και Εκπαίδευσης, Πάτρα. ISBN: 978-618-84238-2-4 <http://ipode.gr/conference/26conference/praktika/>
- Χαροκοπάκη, Α. (2012). Αυτοαποτελεσματικότητα στη διαδικασία λήψης εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων μαθητών/τριών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης: Ορόλος ατομικών παραγόντων και υποστηρικτικών μηχανισμών. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Παιδαγωγικό Δημοτικής Εκπαίδευσης, Διδακτορική διατριβή, σ.σ. 84-90.
- Χατζηχρήστου, Χ. (2012). Προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας σε επίπεδο συστήματος: το σχολείο ως κοινότητα που νοιάζεται και φροντίζει. Στο Χ. Χατζηχρήστου & Η. Μπεζεβέγκης (Επιμ.). *Θέματα ανάπτυξης και προσαρμογής παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο* (σ. 325-354). Αθήνα: Πεδίο.
- Χατζηχρήστου, Χ. (2011α). (Επιμ.). *Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο σχολείο: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα: Εκπαιδευτικό υλικό Ι: Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Νηπιαγωγείο, Α', Β', δημοτικού: Θεωρητικό πλαίσιο και δραστηριότητες*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Χατζηχρήστου, Χ. (2011β). (Επιμ.). *Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο σχολείο: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα: Εκπαιδευτικό υλικό ΙΙ: Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση Γ', Δ', Ε', ΣΤ', δημοτικού: Θεωρητικό πλαίσιο και δραστηριότητες*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Ξενόγλωσση

- Bimrose, J., & Hearne, L. (2012). Resilience and career adaptability: Qualitative studies of adult career counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 338-344. Doi: 10.1016/j.jvb.2012.08.02.
- Borden, L., Schultz, T., Herman K. (2010). The incredible years parent training program: promoting resilience through evidence-based prevention groups. *Group Dynam*, 14, 230-241, p.p. 228-230.
- Bowes, L., Maughan, B. Caspi, A., Moffitt, T.E., Arseneault, L. (2010). Families promote emotional and behavioural resilience to bullying: Evidence of an environmental effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51, 809-817.
- Burt, K.B. & Masten, A.S. (2010). Development in the transition to adulthood: Vulnerabilities and opportunities. In J.E. Grant & M.N. Potenza (Eds.), *Young adult mental health* (pp. 5-18). New York: Oxford University Press.
- Burt, K.B. Obradovic, J., Long, J.D., & Masten, A.S. (2008). The interplay of social competence and psychopathology over 20 years: Testing transactional and cascade

- models. *Child Development*, 79, 359-374.
- Burt, K.B., &Paysnick, A.A. (2012). Resilience in transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 493-505. Doi: 10.1017/S0954579412000119.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9, 145-154.
- children's attachment behaviours: preliminary evidence from a randomized clinical trial. *Child Adolescence Son Work J*, 26, 321-332, p. 327-329.
- Folke, C., S. R. Carpenter, B. Walker, M. Scheffer, T. Chapin, and J. Rockström. (2010). Resilience thinking: integrating resilience, adaptability and transformability. *Ecology and Society*15(4). <http://www.ecologyandsociety.org/vol15/iss4/art20/>
- Garmezy, N. (1974). The study of competence in children at risk for severe psychopathology. In E.J. Antony & C. Koupornik (Eds.), *The child in his family: Children at psychiatric risk*, 33, 1059-1075.
- Garmezy, N. (1981). Children under stress: Perspective on antecedents and correlates of vulnerability and resistance to psychopathology. In A.I. Rabin, J. Aronoff, A. M.Barclay, &R.A.Zuckern, (Eds.), *Further explorations in personality* (pp. 196-269). New York: Wiley.
- Garmezy, Masten&Tellegen, 1984, Masten, Best &Garmezy, (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.
- Hauser, S., Alen, J., Golden, E., (2006). *Out of the woods: Tales of resilient teens*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kim-Cohen, J., &Turkewitz, R. (2012). Resilience and measured gene-environment interactions. *Development and Psychopathology*, 24, 1297-1306.
- Kolar, K. (2011). Resilience: Revisiting the concept and its utility for social research. *International Journal of Mental Health & Addiction*, 9(4), 421-433.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future research. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A.S., (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masten, A.S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19, 921-930.
- Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23, 141-154.
- Masten, A.S., Best, K.M., &Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Masten, A.S., Burt, K.B., Roisman, G.I., Obradovic, J. Long, J.D. &Tellegen, A. (2004). Resources and resilience in the transition to adulthood: Continuity and change. *Developmental Psychopathology*, 6, 1071-1094.
- Masten, A.S., Desjardins, C.D., McCormick, C.M., Kuo, S.L.-C. & Long, J.D. (2010). The significance of childhood competence for adult success in work: A devel-

- opmental cascade analysis. *Development and Psychopathology*, 22, 681-696.
- Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.
- Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003.
- Masten, A.S., Obradovic, J. & Burt, K. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J.J. Arnett & J.J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173-190). Washington, D.C: American Psychological Association Press.
- Masten, A.S., & Osofsky, J.D. (2010). Disasters and their impact on child development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27. Doi: 10.1196/annals.1376.003
- Masten, A.S., Powell, J.L., & Luthar, S.S. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Doi: 10.1017/cbo9780511615788.003
- Masten, A.S., & Reed, M-G.J. (2002). Resilience in development in C.R.Snyder & S. J.Lopez (Eds) (pp. 74-88), *Handbook of positive psychology*. New York:NY. Oxford University Press.
- Masten, A.S. & Tellegen, A., (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. Doi: 10.1017/S095457941200003X.
- Masten, A.S., & Wright, M.O. (2009). Resilience over the lifespan. In *Handbook of adult resilience* (213-237). New York: Guilford Press.
- McCormick, C.M, Desjadrins, C.D. ,Kuo, S.I.-C., Long, J.D., & Masten, A.S. .(2010). *Competence in romantic relationships: A developmental cascades analysis spanning 20 years*. Poster presented at the 2010 meeting of the International Society for the study of Behavioural Development, Lusaka, Zambia, July.
- Morrison, G.M., Brown, M., D’Incau, B., O’Farrell, S.L., & Furlong, M.J. (2006). Understanding resilience in educational trajectories: Implications for protective possibilities. *Psychology in the Schools*, 43(1), 19-31.
- Obradovic, J., & Masten, A.S. (2007). Developmental antecedents of young adult civic engagement. *Applied Developmental Science*, 11, 2-19.
- Pears, K., Fisher, P., Bruce J., et al. (2010). Early elementary school adjustment of maltreated children in foster care: the roles of inhibitory control and caregiver involvement. *Child Development*, 81, 1550-1564, p.p. 1559-1561.
- Reddy, R., Rhodes, J., & Mulhall, P. (2003). The influence of teacher support on student adjustment in the middle school years: A latent growth curve study. *Development and Psychopathology*, 15, 119-138.
- Reyes, J.A. & Elias, M.J. (2011). Fostering social-emotional resilience among Latino youth. *Psychology in the Schools*, 48(7), 723-737.
- Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.

- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, 1094, 1-12.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.
- Sameroff, A.J. (2000). Developmental systems and psychopathology. *Development and Psychopathology*, 12, 297-312.
- youth. *Current Opinion In Psychiatry*, 24, 267-273. Doi: 10.1097/YCO.ob013e3283776a8, p. 267-268.
- Shiner, R.L., & Masten, A.S. (2002). Personality and success in the developmental tasks of early adulthood: What is the direction of influence? Paper presented at the biennial meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Ottawa, August.
- Silberg, J.L., Maes, H., & Eaves, L.J. (2010). Genetic and environmental influences on the transmission of parental depression to children's depression and conduct disturbance: An extended children of twins study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51, 734-744.
- Smyke, A., Zeanah C., Fox N. et al. (2010). Placement in foster care enhances quality of attachment among young institutionalized children. *Child Development*, 81, 212-223, p.p. 218-219.
- Thoennissen, C., & Walper, S. (2012). Parental support and the relationship between young adults and their parents. In E. Scabini & G. Rossi (Eds), *Family transitions and families in transition* (pp. 125-145). Milan, Italy: Vita e Pensiero, p. 140.
- Windle, G., Bennett, K.M., Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9:8, 2-18, <http://www.hqlo.com/content/9/1/8>
- Wright, M.O., & Masten, A.S. (2005). Resilience processes in development: Fostering positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R.B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 17-37). New York: Springer.

Βιογραφικά στοιχεία συγγραφέα

Η κ. **Αργυρώ Κ. Χαροκοπάκη** είναι κάτοχος μεταπτυχιακού και διδακτορικού διπλώματος στη Συμβουλευτική και τον Επαγγελματικό Προσανατολισμό. Είναι Εκπαιδευτικός Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης με πολυετή εμπειρία στην εφαρμογή του θεσμού Συμβουλευτική – Προσανατολισμός και στην υλοποίηση καινοτόμων δράσεων και ευρωπαϊκών προγραμμάτων. Είναι Επιστημονική συνεργάτης του Παιδαγωγικού Τμήματος Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του Ε.Κ.Π.Α., του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Κύπρου (Ε.Π.Κ.) και της Ανώτατης Σχολής Παιδαγωγικής & Τεχνολογικής Εκπαίδευσης (Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε). Έχει συγγράψει κεφάλαια σε συλλογικούς τόμους (διαφόρων εκδοτικών οίκων και του Ε.Ο.Π.Π.ΕΠ.) και έχει εισηγήσεις σε διεθνή και ελληνικά επιστημονικά συνέδρια και δημοσιεύσεις σε ελληνικά και ξένα επιστημονικά περιοδικά στο αντικείμενο της Συμβουλευτικής-Προσανατολισμού, με κύρια ομάδα-στόχο τους μαθητές/τριες δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Είναι κρητικής καταγωγής, παντρεμένη και μητέρα ενός 11χρονου αγοριού.