

**ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ**

**ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ**

**ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΙΒΗΣ**

**Τίτλος**

**«Πρόγραμμα παρέμβασης για την προώθηση της μετατραυματικής ανάπτυξης σε παιδιά σχολικής ηλικίας την περίοδο της πανδημίας του COVID-10»**

**της κα Αλεξάνδρας Ταμιωλάκη,**

**Υποψ. διδάκτορα του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας**

**Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Αργυρούλα Καλαϊτζάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια**

Η παρουσίαση θα πραγματοποιηθεί την **Παρασκευή 26 Ιανουαρίου 2024** και ώρα **9:00π.μ.** στο **Ξύλινο** **Αμφιθέατρο στη ΣΕΥ**.

***Για διαδικτυακή παρακολούθηση: https://meet.google.com/wku-biac-vdt***

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

**Σκοπός** της παρούσας έρευνας είναι η δημιουργία και αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας ενός προγράμματος παρέμβασης που επιδιώκει να προωθήσει την μετατραυματική ανάπτυξη και την ψυχική υγεία (ενίσχυση ψυχικής ευημερίας και μείωση μετατραυματικού στρες) παιδιών σχολικής ηλικίας Γ΄ και Δ΄ δημοτικού μέσα από ασκήσεις που βοηθούν στην χρήση της ενσυνειδητότητας και των δυνάμεων και αρετών του χαρακτήρα (έμφυτα χαρακτηριστικά του ατόμου που μπορούν να καλλιεργηθούν). **Μεθοδολογία.** Το σχολικός έτος 2022-2023 υλοποιήθηκε ένα πρόγραμμα με τίτλο «Ανακαλύπτοντας την Ευτυχία εν καιρώ πανδημίας» σε 20 σχολεία της πόλης του Ηρακλείου Κρήτης, διάρκειας 8 εβδομάδων, 45 λεπτών κάθε συνάντηση. Στην αρχή και στο τέλος του προγράμματος συμπληρώθηκαν ερωτηματολόγια από τα παιδιά, καθώς και 1 μήνα μετά την ολοκλήρωσή του. Τα παιδιά κατανεμήθηκαν τυχαία είτε στην πειραματική ομάδα (συμμετείχαν στο πρόγραμμα) είτε στην ομάδα ελέγχου (συμπλήρωση μόνο των ερωτηματολογίων). **Αποτελέσματα.** Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, τα παιδιά της πειραματικής ομάδας, σε σύγκριση με εκείνα της ομάδας ελέγχου, εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα μετατραυματικής ανάπτυξης, βελτίωση στα επίπεδα ψυχικής υγείας (περισσότερη ψυχική ευημερία και λιγότερο μετατραυματικό στρες) και στην χρήση της ενσυνειδητότητας και των δυνάμεων και αρετών του χαρακτήρα. Μάλιστα η βελτίωση αυτή διατηρήθηκε 1 μήνα μετά. Το πρόγραμμα ήταν αποτελεσματικό για τους συμμετέχοντες και των δυο φύλων και τάξεων. Ακόμα, βρέθηκε ότι όσο αυξάνονταν τα επίπεδα μετατραυματικής ανάπτυξης των παιδιών, τόσο μειωνόταν το μετατραυματικό στρες και ενισχύονταν τα επίπεδα ψυχικής τους ευημερίας. Επίσης, περισσότερη μετατραυματική ανάπτυξη και καλύτερα επίπεδα ψυχικής υγείας (λιγότερο μετατραυματικό στρες, περισσότερη ψυχική ευημερίας) είχαν εκείνα τα παιδιά που χρησιμοποιούσαν περισσότερο την ενσυνειδητότητα και τις δυνάμεις και αρετές του χαρακτήρα τους. **Συμπεράσματα.** Συνολικά, τα ευρήματα της παρούσας διατριβής δείχνουν ότι το πρόγραμμα παρέμβασης βοηθά στην ανάπτυξή, στη προστασία και προαγωγή της ψυχικής υγείας των παιδιών σε περιόδους κρίσεων, μέσα από τη χρήση της ενσυνειδητότητας και των δυνάμεων και αρετών του χαρακτήρα.