



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΙΓΑΙΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΜΟΝΤΕΛΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ
«Ανθεκτικότητα γονέων παιδιών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και
αναπηρία/ες: Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση»

Ρέμπελου Αικατερίνη – Νικολέτα

ΡΟΔΟΣ, Φεβρουάριος 2024



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΙΓΑΙΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΜΟΝΤΕΛΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ρέμπελου Αικατερίνη – Νικολέτα

A.M:4152021031

*«Ανθεκτικότητα γονέων παιδιών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και
αναπηρία/ες: Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση.
Resilience of parents of children with special educational needs and
disabilities: Systematic literature review»*

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ: Δρ. ΤΣΙΜΠΙΔΑΚΗ ΑΣΗΜΙΝΑ,
ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΠΑΝ/ΜΙΟ ΑΙΓΑΙΟΥ

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΛΥΠΟΥΡΛΗ ΕΛΕΝΗ, ΜΟΝΙΜΗ ΛΕΚΤΟΡΙΣΣΑ ΠΤΔΕ ΠΑΝ. ΑΙΓΑΙΟΥ
ΤΟΥΛΟΥΠΗΣ ΘΑΝΟΣ, ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΠΤΔΕ ΠΑΝ. ΑΙΓΑΙΟΥ

ΡΟΔΟΣ, Φεβρουάριος 2024



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΜΟΝΤΕΛΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Ανθεκτικότητα γονέων παιδιών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και αναπηρία/ες:
Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση**

**Resilience of parents of children with special educational needs and disabilities.
Systematic literature review**

ΡΕΜΠΕΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ

Επιβλέπουσα: Τσιμπιδάκη Ασημίνα

Εγκρίθηκε από την τριμελή εξεταστική επιτροπή στις 5 Φεβρουαρίου 2024

Τσιμπιδάκη Ασημίνα

Λυπουρλή Ελένη

Τουλούπης Θάνος

Ρόδος, Φεβρουάριος 2024

Δηλώνω υπεύθυνα ότι είμαι συγγραφέας αυτής της πρωτότυπης μεταπτυχιακής διπλωματικής εργασίας, ότι έχω αναφέρει τις όποιες πηγές από τις οποίες έκανα χρήση δεδομένων, ιδεών ή λέξεων, είτε αυτές αναφέρονται ακριβώς είτε παραφρασμένες και ότι αυτή η εργασία προετοιμάστηκε από εμένα προσωπικά ειδικά για το συγκεκριμένο Π.Μ.Σ.

Ρέμπελου Αικατερίνη – Νικολέτα

Ευχαριστίες

Θέλω να εκφράσω θερμές ευχαριστίες στην καθηγήτριά μου, κυρία Τσιμπιδάκη Ασημίνα, η οποία με καθοδήγησε για την επαρκή ολοκλήρωση της παρούσας διπλωματικής εργασίας και συνέβαλε τα μέγιστα στην ορθή εκπόνησή της.

Επιπλέον, το σύζυγό μου Βαγγέλη και τους γονείς μου Δημήτρη και Ζαχαρούλα για τη διαρκή και αμέριστη συμπαράστασή τους καθόλη τη διάρκεια του μεταπτυχιακού.

Τέλος, το μικρό μου αγγελούδι Μιχαήλ που ήρθε στη ζωή μου εν μέσω της διάρκειας του κύκλου σπουδών και μου έδωσε μεγαλύτερη δύναμη και υπομονή για να ολοκληρώσω τις ακαδημαϊκές μου υποχρεώσεις.

Περίληψη

Η ανθεκτικότητα αφορά στην ικανότητα του ατόμου να προσαρμόζεται σε δυσμενείς καταστάσεις, αποδίδοντας θετικά αποτελέσματα. Ως έννοια, έχει μελετηθεί σε συνάρτηση με διάφορες διαστάσεις, όπως το άγχος, δημογραφικοί παράγοντες, τις οικογενειακές και κοινωνικές παρεμβάσεις, την ποιότητα ζωής, το στίγμα κ.ά. Η παρούσα εργασία διερευνά την ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή/και αναπηρία (ε.ε.α./α.). Πιο αναλυτικά, εξετάζει τον ορισμό της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με ε.ε.α./α., το άγχος ως παράγοντα πρόβλεψης για τη χαμηλή ανθεκτικότητα των γονέων, και τον ρόλο της παρέμβασης της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων στην αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων. Η μελέτη συνιστά μια ποιοτική έρευνα, και ειδικότερα μία συστηματική ανασκόπηση βιβλιογραφική. Το δείγμα ήταν 31 άρθρα που έχουν δημοσιευθεί το χρονικό διάστημα 2014-2022. Η ανάλυση των δεδομένων έγινε μέσω της θεματικής ανάλυσης. Τα ευρήματα ανέδειξαν ότι η ανθεκτικότητα είναι μια μετρήσιμη έννοια. Έχει αρνητική συνάφεια με το άγχος, το στίγμα, το γονικό βάρος και την αντίληψη ότι οι προκλήσεις που έχουν να αντιμετωπίσουν είναι τεράστιες. Υπάρχει θετική συσχέτιση με την ευεξία και την ποιότητα ζωής, την γονική αυτοαποτελεσματικότητα, τον τρόπο ανατροφής των παιδιών, την θετική ψυχική κατάσταση και την ελπίδα των γονέων, την οικογενειακή συνοχή και την αντίληψη των γονέων ότι έχουν τον έλεγχο, ενώ είναι αμφισβητήσιμη η σχέση της με την εκπαίδευση, το επάγγελμα και το εισόδημα. Όσον αφορά την παράμετρο «άγχος», βρέθηκε ότι το γονικό άγχος, εκτός των άλλων, είναι απόρροια και της κοινωνικής υποστήριξης. Η κακή συμπεριφορά των παιδιών και τα συναισθηματικά προβλήματα που αυτά βιώνουν έχουν αρνητική επίδραση στο άγχος των γονέων. Επίσης, η έλλειψη των κατάλληλων υπηρεσιών και της απαιτούμενης υποστήριξης, από το κοινωνικό και οικογενειακό περιβάλλον έχουν άμεση συσχέτιση με την ευημερία και την μείωση του άγχους των γονέων με παιδιά με ε.ε.α./α. Η κατάλληλη υποστήριξη από την οικογένεια και τους αρμόδιους κοινωνικούς φορείς, προάγει την ανθεκτικότητα των γονέων. Η ύπαρξη κρατικών προγραμμάτων, οι ομάδες αυτοβοήθειας, η βοήθεια από ειδικούς και η πληροφόρηση από διάφορες έγκυρες πηγές μπορεί να αποτελέσουν σημαντικούς παράγοντες που θα δώσουν ουσιαστικές λύσεις στους γονείς και θα τους κάνει να αντιληφθούν ότι βιώνουν μία κατάσταση που δεν είναι ανάγκη να την αντιμετωπίσουν μόνοι τους.

Abstract

Resilience refers to an individual's ability to adapt to adverse situations, yielding positive results. As a concept, it has been studied in relation to various dimensions such as stress, demographic factors, family and social interventions, quality of life, stigma, etc. This paper explores the resilience of parents with children with special educational needs and/or disabilities (SEND). Specifically, it examines the definition of mental resilience of parents with children with SEND, stress as a predictor of low parental resilience, and the role of extended family and social agency intervention in increasing parental mental resilience. The study constitutes a qualitative study, particularly a systematic literature review. The sample consisted of 31 articles published between 2014 and 2022. Data analysis was performed using thematic analysis. The findings indicated that resilience is a measurable concept. It is negatively related to stress, stigma, parental burden, and the perception that the challenges they face are overwhelming. There is a positive correlation with well-being and quality of life, parental self-efficacy, parenting style, positive mental state and parental hope, family cohesion, and parental perception of control, while its relationship with education, occupation, and income is questionable. Regarding the "stress" parameter, it was found that parental stress, among others, is also a result of social support. Children's bad behavior and the emotional problems they experience have a negative effect on parents' stress. Also, the lack of appropriate services and the required support, both from the family and from the social environment, have a direct correlation with the well-being and the reduction of stress for parents with children with special educational needs and/or disabilities. The appropriate support from the family and competent social agencies promotes the resilience of the parents. The existence of government programs, self-help groups, expert help, and information from various authoritative sources can be important factors in providing meaningful solutions to parents and making them realize that they are experiencing a situation that they do not need to deal with alone.

Περιεχόμενα

Ευχαριστίες	5
Περίληψη	6
Abstract.....	7
Περιεχόμενα.....	8
Κατάλογος Γραφημάτων	10
Κατάλογος Πινάκων	11
Κεφάλαιο 1^ο	
Εισαγωγή στην προβληματική της έρευνας	12
1.1. Διατύπωση του ερευνητικού προβλήματος.....	12
1.2 Βασικός σκοπός και επιμέρους στόχοι της έρευνας	13
1.3. Ερευνητικά ερωτήματα	13
1.4 Αναγκαιότητα και σημαντικότητα της έρευνας.....	14
1.5 Η οργάνωση της μελέτης	14
Κεφάλαιο 2^ο	
Θεωρητικό Πλαίσιο	16
2.1. Ορισμός της Ανθεκτικότητας.....	16
2.1.1. Η Ανθεκτικότητα ως χαρακτηριστικό ή ικανότητα	16
2.1.2. Προστατευτικοί Παράγοντες.....	19
2.2. Εννοιολογικές κατασκευές που σχετίζονται με την ανθεκτικότητα	20
2.3. Ανάπτυξη Ανθεκτικότητας	22
2.3.1. Εκπαιδευτικά Προγράμματα Ανθεκτικότητας	24
2.4. Μελλοντικές Κατευθύνσεις	26
Κεφάλαιο 3^ο	
Βιβλιογραφική Ανασκόπηση.....	28
3.1. Έρευνες για την ευεξία ως απόρροια της ανθεκτικότητας.....	28
3.2. Έρευνες που διερευνούν το άγχος σε σχέση με την ανθεκτικότητα.....	29
3.3. Έρευνες που διερευνούν τις στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με την ανθεκτικότητα.....	31
Κεφάλαιο 4^ο	
Μεθοδολογία Έρευνας.....	36
4.1. Ερευνητικός σχεδιασμός.....	36

4.2. Δείγμα	37
4.3. Ανάλυση Δεδομένων.....	50
Κεφάλαιο 5°	
Ευρήματα.....	53
5.1. Η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες ή/και Αναπηρία.....	53
5.2. Το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης χαμηλής ανθεκτικότητας των γονέων	56
5.3. Η παρέμβαση της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων για την αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων.....	59
Κεφάλαιο 6°	
Συζήτηση	64
6.1. Η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α.	64
6.2. Το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης χαμηλής ανθεκτικότητας των γονέων	66
6.3. Η παρέμβαση της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων για την αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων.....	67
6.4. Συμβολή της παρούσας έρευνας	69
Κεφάλαιο 7°	
Συμπεράσματα και προτάσεις.....	71
7.1. Συμπεράσματα	71
7.2. Περιορισμοί μελέτης.....	72
7.3. Προτάσεις για μελλοντική έρευνα	72
Βιβλιογραφία	73

Κατάλογος Γραφημάτων

Διάγραμμα 1. Διαδικασία επιλογής άρθρων.....	39
Διάγραμμα 2. Χρονολογία διεξαγωγής ερευνών.....	40
Διάγραμμα 3. Διεξαγωγή ερευνών στην Ελλάδα ή το εξωτερικό	41
Διάγραμμα 4. Χώρες διεξαγωγής ερευνών.....	42
Διάγραμμα 5. Είδος μελέτης.....	43
Διάγραμμα 6. Διερεύνηση ερευνητικών ερωτημάτων.....	43
Διάγραμμα 7. Παράγοντες που συσχετίστηκαν με την μέτρηση της ανθεκτικότητας ..	56

Κατάλογος Πινάκων

Πίνακας 1. Χρονολογία διεξαγωγής ερευνών	40
Πίνακας 2. Διεξαγωγή ερευνών στην Ελλάδα ή το εξωτερικό.....	40
Πίνακας 3. Χώρες διεξαγωγής ερευνών	41
Πίνακας 4. Είδος μελέτης	42
Πίνακας 5. Διερεύνηση ερευνητικών ερωτημάτων	43
Πίνακας 6. Έρευνες που απαντούν στο 1 ^ο ερευνητικό ερώτημα.....	55
Πίνακας 7. Έρευνες που διερευνούν τον παράγοντα "άγχος"	57
Πίνακας 8. Έρευνες που ερευνούν τον παράγοντα «παρεμβάσεις».....	59

Κεφάλαιο 1^ο

Εισαγωγή στην προβληματική της έρευνας

1.1. Διατύπωση του ερευνητικού προβλήματος

Η ανθεκτικότητα ή αλλιώς η ικανότητα προσαρμογής και επίτευξης καλών αποτελεσμάτων ενόψει αντιξοοτήτων είναι μια από τις πιο σημαντικές έννοιες στις σύγχρονες κοινωνικές επιστήμες (Mauroνιό et al., 2020). Σχετίζεται με ένα πλήθος συστημάτων και μπορεί να επιτευχθεί σε διάφορα επίπεδα που περιλαμβάνουν το άτομο, την οικογένεια και την κοινότητα (Masten, 2014; Van Breda, 2018). Η έρευνα τα τελευταία πενήντα χρόνια έχει εστιάσει κυρίως στο άτομο, θέτοντας την οικογένεια και αργότερα την κοινότητα ως το υποστηρικτικό ή το αποδιοργανωτικό περιβάλλον για τα επιτεύγματα του ατόμου. Παρότι υπήρξαν παλαιότερες μελέτες που διερευνούσαν τα δυνατά σημεία της οικογένειας και την προσαρμογή της στο στρες, ο όρος οικογενειακή ανθεκτικότητα άρχισε να χρησιμοποιείται τη δεκαετία του 1990 (Ahlert&Greeff, 2012). Η εστίαση στην ανθεκτικότητα της οικογένειας είναι περισσότερο διαισθητική, δεδομένου ότι η «οικογένεια» ως κοινωνικός θεσμός έχει από μόνη της επιδειξει ανθεκτικότητα, διατηρώντας την αξία της ανεξάρτητα από τη διακύμανση της μορφής της κατά τη διάρκεια της ιστορίας και μεταξύ των πολιτισμών. Οι αλλαγές στην οικογένεια όσον αφορά τη δομή (π.χ. τις μορφές της), αλλά και τις διαδικασίες (τις ιδιότητες των αλληλεπιδράσεων μέσα στις οικογένειες), την καθιστούν ένα σύνθετο σύστημα. Κατά συνέπεια, οι ορισμοί για την οικογένεια στερούνταν σαφήνειας και ρεαλιστικότητας (Mauroνιό et al., 2020).

Μέσα από τη διερεύνηση της βιβλιογραφίας, βλέπουμε ότι οι κυρίαρχες αντιλήψεις της οικογενειακής ανθεκτικότητας θεωρούν ότι είναι μια διαδικασία που αποτελείται από τρία στοιχεία (Patterson, 2002):

1. Μια συνθήκη κινδύνου, η οποία είναι απαραίτητη για την εκκίνηση της ανθεκτικότητας ως διαδικασίας,
2. Οι προστατευτικοί παράγοντες / μηχανισμοί που διευκολύνουν τη διαδικασία της ανθεκτικότητας και
3. Καλά αποτελέσματα μετά την έκθεση στον κίνδυνο.

Υπάρχουν συνεχιζόμενες προκλήσεις στον εντοπισμό των δεικτών αυτών των στοιχείων και της λειτουργικότητάς τους.

Σύμφωνα με τους Ungar και Liebenberg (2011) και τον Van Breda (2018), τόσο η διαδικασία (ανθεκτικότητα ως πορεία) όσο και το αποτέλεσμα (ανθεκτικές οικογένειες) υπάρχουν στην κατανόηση της ανθεκτικότητας. Αυτοί οι συγγραφείς συνιστούν ότι ο όρος «ανθεκτικότητα» χρησιμοποιείται καλύτερα ως ορισμός διαδικασίας και ότι το «ανθεκτικό» δεσμεύεται για έναν ορισμό του αποτελέσματος. Ο Van Breda (2018) εξηγεί: Το πρόσωπο ή το κοινωνικό σύστημα είναι «ανθεκτικό» επειδή αποδεικνύει τα καλά αποτελέσματα ενάντια στις αντιξοότητες. Από την άλλη πλευρά, η «ανθεκτικότητα» του ατόμου ή του κοινωνικού συστήματος είναι υποστηρικτικές σχέσεις και ελπίδα για το μέλλον.

1.2 Βασικός σκοπός και επιμέρους στόχοι της έρευνας

Η παρούσα εργασία αποτελεί μια συστηματική ανασκόπηση και πραγματοποιείται την ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή/και αναπηρία/ες. Έτσι, βασικός στόχος είναι να κατανοηθεί ο βαθμός ανθεκτικότητας των γονέων αυτών και να διερευνηθούν οι τρόποι που μπορούν να ενισχύσουν την ανθεκτικότητά τους στις δύσκολες καταστάσεις που βιώνουν σε πολλούς τομείς της καθημερινής τους ζωής.

Για να επιτευχθεί ο παραπάνω σκοπός, ορίστηκαν τρία ερευνητικά ερωτήματα. Το πρώτο αφορά την μέτρηση της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α.. Το δεύτερο ερευνητικό μας ερώτημα είχε ως στόχο να διερευνήσει κατά πόσο το άγχος αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την πρόβλεψη της ανθεκτικότητας των γονέων. Το τρίτο ερώτημα μελετά τις παρεμβάσεις που μπορούν να λάβουν χώρα μέσω της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών γονέων, προκειμένου να προαχθεί η ανθεκτικότητα των γονέων.

Απώτερος στόχος είναι η υιοθέτηση των βέλτιστων παρεμβάσεων σε κάθε επίπεδο, προκειμένου η οικογένεια να έχει τη βέλτιστη υποστήριξη και να ανταπεξέλθει στον δύσκολο ρόλο που καλείται να επιτελέσει.

1.3. Ερευνητικά ερωτήματα

Τα ερευνητικά ερωτήματα που επιχειρήσαμε να απαντήσουμε είναι:

- Τι είναι η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α..
- Εάν το άγχος αποτελεί παράγοντα πρόβλεψης για την χαμηλή ανθεκτικότητα των γονέων.
- Εάν η παρέμβαση της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων συμβάλλει στην αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων.

1.4 Αναγκαιότητα και σημαντικότητα της έρευνας

Οι συγγραφείς που έχουν μελετήσει τις θεωρητικές και εμπειρικές βάσεις της οικογενειακής ανθεκτικότητας καθορίζουν τα καλά αποτελέσματα με διαφορετικούς τρόπους. Η κυρίαρχη προσέγγιση είναι αυτή από τους McCubbins (McCubbin & McCubbin, 1988). Το έργο τους σχετικά με το μοντέλο ανθεκτικότητας του οικογενειακού στρες, της ρύθμισης και της προσαρμογής υπογραμμίζει την οικογενειακή προσαρμογή ως δείκτη καλών αποτελεσμάτων στο επίπεδο της οικογένειας. Εδώ, η προσαρμογή ποικίλλει σε ένα συνεχές από την καλή προσαρμογή στην κακή προσαρμογή και αντικατοπτρίζει την ικανότητα της οικογένειας να επιτύχει ταυτόχρονα σε δύο επίπεδα αλληλεπίδρασης: τα μέλη προς οικογένεια και η οικογένεια προς την κοινότητα. Αυτή η προσαρμογή σημαίνει ότι τα μεμονωμένα μέλη της οικογένειας λειτουργούν καλά και ότι η οικογενειακή μονάδα έχει μια αίσθηση ισορροπίας και αρμονίας στην εκτέλεση καθηκόντων και ευθυνών, καθώς και στις σχέσεις με την κοινότητα (Maugonić et al., 2020). Αυτή η εννοιοποίηση συνδέει τα αποτελέσματα σε ατομικό επίπεδο με εκείνα στο επίπεδο της οικογένειας, φέρνοντας το πλαίσιο της κοινότητας στο επίκεντρο.

Μέσω της παρούσας εργασίας επιχειρείται να αποκτηθεί η κατάλληλη γνώση σχετικά με την ανθεκτικότητα και τις συνθήκες μέσω των οποίων μπορεί να επηρεαστεί θετικά ή αρνητικά, προκειμένου να εξάγουμε εποικοδομητικά συμπεράσματα, τα οποία θα συμβάλλουν στην υιοθέτηση πρακτικών και στρατηγικών σε οικογενειακό, κοινοτικό και εθνικό επίπεδο ώστε να ενισχύεται η ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες. Η ενίσχυση της ανθεκτικότητας έχει θετικό αντίκτυπο στον τρόπο που οι γονείς αντιμετωπίζουν τις καθημερινές δυσκολίες μέσα στο οικογενειακό πλαίσιο, ενώ ταυτόχρονα αυξάνονται οι ψυχικές αντοχές τους και βελτιώνεται η ποιότητα της ζωής τόσο των γονέων, όσο και των παιδιών τους.

1.5 Η οργάνωση της μελέτης

Η παρούσα εργασία διατείνεται σε επτά κεφάλαια. Στο πρώτο κεφάλαιο με τίτλο «Εισαγωγή στην προβληματική της έρευνας», αποτυπώνεται ο ερευνητικός προβληματισμός, αναφέρεται ο σκοπός και οι γενικότεροι στόχοι της έρευνας, καταγράφονται τα ερωτήματα της έρευνας και διατυπώνονται οι λόγοι που καθιστούν την έρευνα του συγκεκριμένου ζητήματος αναγκαία και επιτακτική.

Στο δεύτερο κεφάλαιο «Θεωρητικό πλαίσιο» αναφέρονται οι ορισμοί που αφορούν την ανθεκτικότητα και τις Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες.

Στο τρίτο κεφάλαιο «Βιβλιογραφική ανασκόπηση» παρουσιάζονται έρευνες που τόσο από την Ελλάδα, αλλά και από το εξωτερικό, που σχετίζονται με την ανθεκτικότητα των γονέων με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες.

Το τέταρτο κεφάλαιο «Μεθοδολογία της Έρευνας» αναφέρει την μεθοδολογική προσέγγιση που ακολουθήσαμε και περιγράφει λεπτομερώς την ερευνητική διαδικασία και τις έρευνες που εντέλει συμπεριλήφθηκαν στην μελέτη μας.

Το πέμπτο κεφάλαιο «Ευρήματα» αναφέρεται αναλυτικά στα ευρήματα των ερευνών μας ανά ερευνητικό ερώτημα. Παρατίθενται διαγράμματα και πίνακες για την ορθότερη κατανόηση των ευρημάτων μας.

Στο έκτο κεφάλαιο «Συζήτηση» γίνεται αναθεώρηση των ευρημάτων μας από τις έρευνες που έχουν ενσωματωθεί στην μελέτη μας, ώστε να είναι δυνατή η εξαγωγή εποικοδομητικών συμπερασμάτων και προτάσεων μέσα από τα ευρήματά μας.

Στο έβδομο κεφάλαιο «Συμπεράσματα και προτάσεις για περαιτέρω έρευνα» αναφέρονται τα βασικά συμπεράσματά μας. Επίσης, γίνεται λόγος για τους περιορισμούς που είχαμε κατά την έρευνά μας, ενώ γίνονται προτάσεις για έρευνα που θα πρέπει να διενεργηθεί μελλοντικά.

Κεφάλαιο 2^ο

Θεωρητικό Πλαίσιο

2.1. Ορισμός της Ανθεκτικότητας

Ο όρος ανθεκτικότητα έχει δύο διαφορετικές σημασίες. Από την μία, ανθεκτικότητα μπορεί να σημαίνει την ικανότητα αντίστασης σε βλάβες ή παραμόρφωση από κάθε είδους βλάβες. Επίσης, ανθεκτικότητα μπορεί να σημαίνει την εύκολη επαναφορά ή ανάρρωση από τραύματα ή βλαβερές δυνάμεις. Ο πρώτος ορισμός αντιλαμβάνεται την ανθεκτικότητα ως ένα χαρακτηριστικό των ατόμων για επιβίωση. Ο δεύτερος ορισμός δίνει έμφαση στην ανθεκτικότητα ως μέσο ευημερίας. Αυτός ο διαχωρισμός είναι σημαντικός, καθώς τα άτομα που αντιμετωπίζουν αντιξοότητες μπορούν να προχωρήσουν πέρα από την απλή αντιμετώπιση βρίσκοντας νόημα στα γεγονότα που προκαλούν το τραύμα και χρησιμοποιώντας αυτό το νόημα για να βελτιώσουν την ευημερία τους. Τα άτομα αυτά βιώνουν μια μετατραυματική εξέλιξη, μια διαδικασία κατά την οποία κάποιος συσχετίζει γνωστικά τα οφέλη με τις καταστάσεις ή τα γεγονότα που έχει προκαλέσει το βιωμένο τραύμα (Feeney & Collins, 2014; Jayawickreme & Blackie, 2014).

Αυτοί οι αντιφατικοί ορισμοί είχαν ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη δύο κάπως ανεξάρτητων ροών έρευνας, καθεμία από τα οποίες ισχυρίζεται ότι μελετά την ανθεκτικότητα. Έτσι, υπάρχουν ερευνητές που βλέπουν την ανθεκτικότητα ως κάτι που διαθέτει ένα άτομο. Υποστηρίζεται, επίσης, ότι η ανθεκτικότητα μπορεί να αναδειχθεί μόνο μέσω των αντιδράσεων κάποιου σε ανεπιθύμητα συμβάντα (Harms et al., 2018).

2.1.1. Η Ανθεκτικότητα ως χαρακτηριστικό ή ικανότητα

Υπάρχουν πολλά μοντέλα και μετρήσεις της ανθεκτικότητας που την αντιμετωπίζουν ως κάτι που έχει ένα άτομο και μπορεί να αναφέρει βάσει προηγούμενης εμπειρίας (Britt et al., 2016). Τα μοντέλα αυτά θεωρούν την ανθεκτικότητα ως ένα ενιαίο κατασκεύασμα (π.χ. Brief Resilience Scale), (Smith et al., 2008) είτε ως κάτι σύνθετο που διακρίνεται από πολλά χαρακτηριστικά ή ικανότητες. Σε όλα τα μοντέλα, έχει προταθεί μια μεγάλη ποικιλία πιθανών χαρακτηριστικών που μπορούν να συμπεριληφθούν στις διαστάσεις της ανθεκτικότητας είτε ως σημεία αναφοράς είτε ως συστατικά της ανθεκτικότητας. Παράδειγμα είναι η κλίμακα που μετρά την ανθεκτικότητα Connor-Davidson (CD-RISC, Connor & Davidson, 2003), που θεωρείται ευρέως ως το «χρυσό πρότυπο» των μέτρων ανθεκτικότητας, είναι μια μέτρηση ανθεκτικότητας 25 στοιχείων που αξιολογεί την αποδοχή της αλλαγής, τον έλεγχο, την

προσωπική ικανότητα, τις πνευματικές επιρροές και την εμπιστοσύνη στα ένστικτα κάποιου. Η κλίμακα Five-by-Five (DeSimone et al., 2016) είναι μια σχετικά νέα κλίμακα που αποτελείται από 25 στοιχεία τα οποία έχουν πέντε διαστάσεις και ουσιαστικά γίνεται αξιολόγηση της προσαρμοστικότητας, της ρύθμισης των συναισθημάτων, της αισιοδοξίας, της αυτό-αποτελεσματικότητας και της υποστήριξης από τον κοινωνικό περίγυρο.

Μια πιο εξειδικευμένη έκδοση της προσέγγισης αυτής είναι το Παγκόσμιο Εργαλείο Αξιολόγησης ή GAT (Peterson et al., 2011; Lester et al., 2015), που αποτελείται από 105 στοιχεία. Το εργαλείο αυτό χρησιμοποιείται στις Η.Π.Α. για να ανατροφοδοτήσει και να συνδράμει άτομα που υπηρετούν στον στρατό και παρακολουθούν προγράμματα που βοηθούν στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας. Χρησιμοποιεί τέσσερις διαστάσεις προκειμένου να αξιολογήσει την ανθεκτικότητα, δηλαδή την Οικογενειακή, την Κοινωνική, την Συναισθηματική και την Πνευματική, οι οποίες χωρίζονται σε υποδιαστάσεις. Το GAT αποτελείται από ένα μείγμα προηγούμενων εμπειριών και αποτελεσμάτων ευημερίας, που οδηγεί σε ορισμένες ανησυχίες σχετικά με το εάν οι βαθμολογίες για τις ίδιες τις διαστάσεις υψηλότερης τάξης είναι ερμηνεύσιμες (Harms et al., 2016). Έτσι, το όργανο δεν παρέχει μια συνολική βαθμολογία «ανθεκτικότητας», καθώς η πρόθεση είναι να ενθαρρύνει τους στρατιώτες να σκεφτούν την ανθεκτικότητα με πολύπλευρο τρόπο.

Η ανθεκτικότητα και η ευημερία συνδέονται ουσιαστικά και, όπως σημειώθηκε παραπάνω, σε ορισμένες περιπτώσεις η ανθεκτικότητα μετριέται ακόμη και με τη χρήση εργαλείων ευημερίας (Davydov et al., 2010; Windle, 2011). Αυτός ο συνδυασμός δημιουργεί ζητήματα σχετικά με την θέση της σε μετρήσεις για την ευημερία. Πρώτον, θα πρέπει να επισημανθεί ότι αν και έχει φανεί από μετα-αναλύσεις ότι υπάρχουν ισχυρές σχέσεις μεταξύ των μέτρων ανθεκτικότητας και των μέτρων ευημερίας (Hu et al., 2015; Lee et al., 2013), υπάρχουν στοιχεία ότι τα μέτρα αυτοαναφοράς της ανθεκτικότητας δεν είναι άσχετα με τους δείκτες ευημερίας (Martínez-Martí & Ruch, 2017). Ταυτόχρονα, η σχέση μεταξύ ανθεκτικότητας και ευημερίας δεν είναι απλή.

Υπάρχει η άποψη από κάποιους ερευνητές ότι τα πιο υψηλά επίπεδα της ευημερίας χρησιμεύουν ως προηγούμενο της ανθεκτικότητας (Kuntz et al., 2016). Συγκεκριμένα, φαίνεται ότι τα θετικά συναισθήματα διευκολύνουν την ανθεκτικότητα (Ong et al., 2010). Η έρευνα δείχνει ότι η ύπαρξη θετικών συναισθημάτων επιφέρει μεγαλύτερα ποσοστά ανθεκτικότητας αφού προάγεται η ευέλικτη σκέψη και διευκολύνεται τόσο η προσαρμοστική αντιμετώπιση όσο και η διαφύλαξη των κοινωνικών σχέσεων (Harms et al., 2018). Βεβαίως, έχει προταθεί, αντίθετα με τα παραπάνω, ότι η ανθεκτικότητα σε σχέση με την ευημερία μπορεί να επιφέρει αντίθετα αποτελέσματα. Για παράδειγμα, αρκετοί ερευνητές έχουν χρησιμοποιήσει την

ανθεκτικότητα για να προβλέψουν άμεσα μια σειρά από αποτελέσματα ευημερίας, συμπεριλαμβανομένης της κατάθλιψης (Loh et al., 2014), της εργασιακής ικανοποίησης (Luthans et al., 2007) και της υποκειμενικής ευημερίας (Cohn et al., 2009; Liu et al., 2014). Άλλοι πάλι έχουν υποστηρίξει ότι η ανθεκτικότητα και οι σχετικές δομές μπορούν να χρησιμεύσουν ως μεσολαβητές μεταξύ των παραγόντων που προκαλούν άγχος και των αποτελεσμάτων της ευημερίας (Flinchbaugh et al., 2015; Min et al., 2015).

Το άγχος έχει αναγνωριστεί ως σημαντικός καθοριστικός παράγοντας της οικογενειακής λειτουργίας και των οικογενειακών σχέσεων. Αν και πολλές πτυχές του άγχους έχουν συσχετιστεί με τη γονική μέριμνα και την ανατροφή του παιδιού, συμπεριλαμβανομένου του άγχους της ζωής (Cnric et al., 2005) και της οικονομικής πίεσης (Conger et al. 1992), το άγχος που σχετίζεται με τη γονική μέριμνα είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό ζήτημα για τις οικογένειες. Το άγχος των γονέων έχει μελετηθεί από πολλαπλές προοπτικές, αλλά συχνά στοχεύει στις καθημερινές προκλήσεις και τις απαιτήσεις της φροντίδας (Cnric & Low 2002). Ο Deater-Deckard (2005) έχει προτείνει ότι τέτοια καθημερινά γονεϊκά άγχη παίζουν κρίσιμο ρόλο στην ανάπτυξη της ανατροφής των παιδιών και, στη συνέχεια, στην ψυχολογική και αναπτυξιακή ευημερία των παιδιών.

Έχει δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στα αυξημένα επίπεδα άγχους των οικογενειών που μεγαλώνουν ένα παιδί με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες (Orr et al. 1993; Fidler et al. 2000). Πέρα από το άγχος της διάγνωσης και της προσαρμογής, οι οικογένειες βιώνουν αυξημένες απαιτήσεις φροντίδας (Cnric et al. 2005), πρόσθετη οικονομική πίεση (Parish et al. 2004) και συμπεριφορές των επαγγελματιών και των σχολείων κατά την αλληλεπίδρασή τους με το παιδί.

Στη βιβλιογραφία, το άγχος έχει εξεταστεί ως προς τη σημαντική αλλαγή της ζωής, το στρες που σχετίζεται ειδικά με την απόκτηση παιδιού με Ε.Ε.Α./Α. και τον αντίκτυπο στην οικογένεια ως αποτέλεσμα της ύπαρξης του παιδιού με Ε.Ε.Α./Α. (Donenberg & Baker 1993).

Όπως σημειώθηκε παραπάνω, η έλλειψη ισχυρής θεωρίας που να πλαισιώνει την ανθεκτικότητα σημαίνει ότι η θέση της στο νομολογικό δίκτυο μπορεί συχνά να είναι συγκεκριμένη και φαινομενικά αντιφατική. Το ίδιο ζήτημα ισχύει και για άλλα στενά συνδεδεμένα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας. Πρόσφατες ανασκοπήσεις για την ανθεκτικότητα αναφέρονται σε δομές οι οποίες εννοιολογικά φαίνονται πολύ παρόμοιες με την ανθεκτικότητα (King et al., 2016; January, 2016).

Η ευημερία της οικογένειας είναι συνυφασμένη με την έννοια της ανθεκτικότητας. Η ευημερία μπορεί να οριστεί ως η αλληλεπίδραση μεταξύ ορισμένων παραγόντων (δηλαδή γονική ψυχική

και σωματική υγεία, οικογενειακή ανθεκτικότητα και αυτάρκεια) που είναι κρίσιμοι για τη βέλτιστη λειτουργία της οικογενειακής μονάδας (Newland, 2015) και απαραίτητοι για την ευημερία των μελών της οικογένειας (Merz et al., 2009; Umberson et al., 2010).

2.1.2. Προστατευτικοί Παράγοντες

Υποστηρίζεται γενικά από τους μελετητές ότι εξ ορισμού η ανθεκτικότητα έχει πρωτεύουσα σχέση με πόρους που ένα άτομο μπορεί να χρησιμοποιήσει προκειμένου να ξεπεραστούν οι αντιξοότητες (Harms et al., 2018). Αυτοί οι προστατευτικοί παράγοντες υπάρχουν σε μια μεγάλη ποικιλία μορφών, οι οποίες δύνανται να δώσουν σε ένα άτομο αντοχή. Διάφοροι ερευνητές τείνουν να εστιάζουν στη μελέτη της ανθεκτικότητας μέσω της ανάλυσης, συχνά με στόχο την ανάπτυξη παρεμβάσεων ανθεκτικότητας που στοχεύουν σε αυτό το επίπεδο.

Ατομικοί παράγοντες. Αφορά το επίπεδο που συνήθως ενδιαφέρει τους ψυχολόγους. Εδώ εμπερικλείονται διάφοροι ψυχολογικοί και νευροβιολογικοί παράγοντες, οι οποίοι είναι ικανοί να διατηρήσουν την ευεξία, αλλά και να την αποκτήσουν εκ νέου, αφού έχουν προηγηθεί άσχημες και ψυχοφθόρες καταστάσεις. Προκειμένου να διερευνηθούν οι ατομικοί παράγοντες, χρησιμοποιούνται έρευνες που διερευνούν την προσωπικότητα και τους τρόπους καταπολέμησης που μεσολαβούν στη σχέση μεταξύ αντιξοότητας και ευεξίας (Masten, 2007). Οι έρευνες αυτές μπορούν να εμπλουτιστούν προκειμένου να συμπεριληφθούν και διάφοροι άλλοι παράγοντες όπως είναι η σωματική κατάσταση, η γνωστική κατάσταση, αλλά και δομές που αφορούν τις νευρογνωστικές διαδικασίες και τη νευρική απόκριση σε καταστάσεις άγχους (Reinelt et al., 2015).

Κοινωνικοί παράγοντες. Εδώ μελετώνται οι σχέσεις με το κοινωνικό περιβάλλον και την βοήθεια που μπορεί να έχει κάποιος σε στιγμές κρίσεων από κάποιους. Ο κοινωνικός περίγυρος περιλαμβάνει την οικογένεια, φίλους ή οποιοδήποτε άτομο από την κοινότητα που μπορεί να βοηθήσει το άτομο σε οποιοδήποτε επίπεδο, κοινωνικό, οικονομικό ή συναισθηματικό. Από τις έρευνες που έχουν διεξαχθεί φαίνεται ότι οι κοινωνικές σχέσεις αποτελούν σημαντικό δείκτη για το εάν κάποιος μπορεί να διαχειριστεί σημαντικά στρεσογόνα γεγονότα όπως είναι ένα διαζύγιο, η απώλεια εισοδημάτων ή χρόνιες σωματικές ασθένειες. Υποστηρίζεται ευρέως ότι η κοινωνική υποστήριξη εμπεριέχει τόσο συναισθηματικά, όσο και σωματικά δεδομένα. Όπως υποστηρίζεται από τους Adams et al. (1996), είναι ευρέως αποδεκτό ότι η υποστήριξη από το κοινωνικό περιβάλλον μπορεί να προέρχεται από τον εργασιακό χώρο ή από το ευρύτερο περιβάλλον και μπορεί να προσφέρει ουσιαστική βοήθεια, όπως είναι η οικονομική βοήθεια ή να περιλαμβάνει συναισθηματική βοήθεια, όπως είναι η ενσυναίσθηση.

Κοινωνικοί παράγοντες. Η συζήτηση για την ανθεκτικότητα έχει προχωρήσει πέρα από τη σφαίρα της ατομικά εστιασμένης ψυχολογίας για να συμπεριλάβει την ανθεκτικότητα σε κοινότητα ή σε εθνικό επίπεδο. Εδώ λαμβάνονται υπόψη οι οικονομικοί, οικολογικοί και θεσμικοί παράγοντες που μπορούν να προσφέρουν ανθεκτικότητα σε τραγωδίες που έχουν να κάνουν με μια τρομοκρατική επίθεση, φυσική καταστροφή ή ακόμα και οικονομική κρίση (Norris et al., 2008). Ένα παράδειγμα αποτελεί το γεγονός ότι μπορεί μια περιοχή να διαθέτει υπηρεσίες που να ανταποκρίνονται σε έκτακτες καταστάσεις, όμως το ζητούμενο είναι ο τρόπος με τον οποίο ενσωματώνονται οι υπηρεσίες αυτές όταν προκύψει μια έκτακτη κατάσταση.

Η ανθεκτικότητα ως διαδικασία. Με απλά λόγια, η προσέγγιση της διαδικασίας για τη μελέτη της ανθεκτικότητας φαίνεται περισσότερο στο πώς τα άτομα αντιμετωπίζουν δυσκολίες και, ειδικότερα, συχνά συνδέονται με την αξιολόγηση των προτύπων ευημερίας με την πάροδο του χρόνου για να καθορίσουν ποιος είναι ανθεκτικός σε περιόδους άγχους (Windle, 2011, Becker και Ferry, 2016). Έχει προταθεί ότι υπάρχουν τρία γενικά πρότυπα που αντικατοπτρίζουν την ανθεκτικότητα: 1) που λειτουργούν καλά υπό δυσμενείς συνθήκες, 2) η σχετικά γρήγορη ανάκαμψη στην κανονική λειτουργία μετά την αντιμετώπιση των δυσμενών συνθηκών και 3) ανάπτυξη ενόψει της αντιξοότητας (Harms et al., 2018).

2.2. Εννοιολογικές κατασκευές που σχετίζονται με την ανθεκτικότητα

Όπως σημειώθηκε παραπάνω, η έλλειψη ισχυρής θεωρίας που να πλαισιώνει την ανθεκτικότητα σημαίνει ότι η θέση της στο νομολογικό δίκτυο μπορεί συχνά να είναι συγκεχυμένη και φαινομενικά αντιφατική. Το ίδιο ζήτημα ισχύει και για άλλα στενά συνδεδεμένα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας. Πρόσφατες ανασκοπήσεις που εξετάζουν την ανθεκτικότητα προτείνουν ένα πλήθος δομών που εννοιολογικά φαίνονται πολύ παρόμοιες με την ανθεκτικότητα (King et al., 2016; January, 2016). Παρακάτω παρουσιάζονται ορισμένες κύριες κατασκευές που σχετίζονται στενά με την ανθεκτικότητα.

▪ Ψυχολογικό κεφάλαιο

Με τον όρο ψυχολογικό κεφάλαιο (PsyCap) εννοούμε τους παράγοντες εκείνους που βοηθούν ώστε να υπερκεραστούν τα διάφορα εμπόδια (Youssef & Luthans, 2007) και αφορούν τέσσερις παραμέτρους που είναι η αισιοδοξία, η αυτό-αποτελεσματικότητα, η πεποίθηση ότι τα πράγματα θα γίνουν καλύτερα και η ανθεκτικότητα. Η τελευταία εδώ θεωρείται ότι είναι η ικανότητα να προσαρμόζεται κάποιος όταν υπάρχουν διάφορες δυσκολίες.

Εξ ορισμού το εργαλείο που βασίζεται στην αυτοαναφορά και τον περιορισμένο αριθμό ερωτήσεων που τίθενται συνήθως, τα εργαλεία αξιολόγησης PsyCap πρέπει γενικά να υποθέσουν ότι ο παράγοντας της ανθεκτικότητας είναι μονοδιάστατος, οι ερωτώμενοι έχουν υποβληθεί σε κατάλληλες δυσκολίες προκειμένου να έχουν κρίσεις τεκμηριωμένα και ότι μπορούν να υπολογίσουν ουσιαστικά τις μέσες απαντήσεις σε πολλαπλές μη επιθυμητές ενέργειες. Εξαιτίας των παραπάνω, πρόσφατα έχει επιχειρηθεί να έμμεσες μετρήσεις του PsyCap που να αντικατοπτρίζουν με πιο ουσιαστικό τρόπο την ανθεκτικότητα ενός ατόμου (Harms & Luthans, 2012).

▪ **Δυνατά σημεία του χαρακτήρα**

Τα δυνατά σημεία του χαρακτήρα είναι οι σκέψεις, τα συναισθήματα και οι συμπεριφορές που επιδρούν παραγωγικά (Harms, 2018). Αφορούν, δηλαδή, ένα πλήθος από τα στοιχεία της προσωπικότητας ενός ατόμου που το καθιστούν λειτουργικό, τόσο σε συμπεριφορικό επίπεδο, όσο και σε ψυχολογικό. Συνήθως αναφέρονται ως αυτο-αποτελεσματικότητα ή αυτοαξιολόγηση της ικανότητας να αντιδρούν με ορθό τρόπο σε κάποιες καταστάσεις.

Έτσι, απαιτούμενο της ανθεκτικότητας καθίσταται η παρουσία δυνατών σημείων στον χαρακτήρα ενός ατόμου (Martínez-Marti&Ruch, 2017; Peterson et al., 2011), τα οποία θεωρούνται και οι δείκτες που μπορούν να μετρήσουν την ανθεκτικότητα (Goodman et al., 2017). Παρόλα αυτά, τα εμπειρικά δεδομένα αυτής της υπόθεσης είναι κάπως ανάμεικτες για το ποιες δυνάμεις συνδέονται με την ευημερία (Goodman et al., 2017). Παρόλα αυτά, υπάρχουν ισχυρά στοιχεία ότι η αυτοαξιολόγηση ενός ατόμου για τα δυνατά σημεία που τον διακατέχουν, έχουν ισχυρή προγνωστική αξία για την εν γένει ψυχική τους υγεία (π.χ. τάσεις αυτοκτονίας και χρήση παράνομων ουσιών) (Lester et al., 2011). Παρόλα αυτά, εκφράζονται πολυάριθμες αντίθετες απόψεις για τις μετρήσεις που αφορούν τα δυνατά σημεία του χαρακτήρα όσον αφορά τους ορισμούς, το θεωρητικό τους υπόβαθρο, τον τρόπο εκτίμησης και την ανάλυσης (Kaiser & Overfield, 2011). Συνεπώς, παρόλο που τα δυνατά σημεία του χαρακτήρα σε σχέση με την ανθεκτικότητα δείχνει να είναι ένα χρήσιμο και αξιόλογο εργαλείο, χρειάζεται μεγαλύτερη βελτίωση των οργάνων μέτρησης προτού προσδιοριστεί εάν τα δυνατά σημεία της προσωπικότητας είναι προγενέστερα της ανθεκτικότητας ή ο δείκτης της αντοχής που διακατέχεται από συγκεκριμένα στοιχεία είναι περιττός.

▪ **Σθένος**

Το σθένος έχει γίνει γνωστό από τον Duckworth (Duckworth et al., 2007). Είναι η επιμονή που επιδεικνύει κάποιος όταν αντιμετωπίζει διάφορες προκλήσεις, αλλά και το πάθος που τον

διακατέχει προκειμένου να επιτευχθούν διάφοροι στόχοι μακροπρόθεσμα. Η σχέση με την ανθεκτικότητα είναι άμεσα αντιληπτή σύμφωνα με τον ορισμό αυτό, μιας και ένα συστατικό του σθένους, το πείσμα, δείχνει ότι μπορεί να είναι δείγμα μιας ανθεκτικής συμπεριφοράς. Ωστόσο, στοιχεία από μετα-αναλύσεις υποδηλώνουν ότι η σχέση μεταξύ του σθένους και της ανθεκτικότητας είναι μικρή, παρά το γεγονός ότι έχει άμεση σχέση με διάφορες πτυχές της ευεξίας (Credé et al., 2017).

Αυτό σημαίνει, ότι για άλλη μια φορά τα ζητήματα μέτρησης περιορίζουν το βαθμό στον οποίο μπορούν να εξαχθούν σταθερά συμπεράσματα σχετικά με το σθένος. Πρώτον, ο συνδυασμός των δύο παραγόντων του σθένους δεν υποστηρίζεται ούτε από τη θεωρία ούτε από εμπειρικά στοιχεία. Επιπλέον, έχει αποδειχθεί ότι οι τρέχουσες μετρήσεις για το σθένος επικαλύπτονται σε μεγάλο βαθμό με τις υπάρχουσες μετρήσεις της τάσης των ατόμων να είναι ευσυνείδητα (Credé et al., 2017). Κατά συνέπεια, λίγα πράγματα μπορούν να ειπωθούν για το σθένος συνολικά σε αυτό το σημείο και απαιτείται περαιτέρω βελτίωση της κλίμακας προτού εξαχθούν ασφαλή συμπεράσματα.

▪ **Αντοχή**

Από τις στενά σχετιζόμενες κατασκευές, η αντοχή είναι πιθανώς πιο κοντά από την άποψη της εννοιολογικής ομοιότητας με την ανθεκτικότητα. Τα άτομα με υψηλή αντοχή περιγράφονται ως «ακλόνητα» και τείνουν να αντιμετωπίζουν τα προβλήματα άμεσα και πρόθυμα. Συγκεκριμένα, η ίδια η αντοχή, είναι γενικά αποδεκτό ότι χαρακτηρίζει την προσωπικότητα ενός ατόμου και απεικονίζεται μέσω τριών παραμέτρων που είναι ο έλεγχος, η ανάληψη υποχρέωσης και το κίνητρο (Harms et al., 2018). Επιπλέον, στοιχεία από μετα-αναλύσεις δείχνουν ότι τα άτομα με υψηλή αντοχή επιδεικνύουν μεγαλύτερη ευεξία, χρησιμοποιούν βέλτιστους τρόπους αντιμετώπισης, έχουν καλή υγεία και περιβάλλονται από καλή κοινωνική υποστήριξη (Eschleman et al., 2010). Τα μοντέλα για την αντοχή δεν έχουν ακόμη καταλήξει σε συμφωνία ως προς το τι πρέπει να συμπεριληφθεί στα μέτρα και ποιες είναι οι συγκεκριμένες προηγούμενες εμπειρίες.

2.3. Ανάπτυξη Ανθεκτικότητας

Υπάρχει μια εκτεταμένη βιβλιογραφία που δείχνει ότι η ανθεκτικότητα στην ενηλικίωση μπορεί να εντοπιστεί σε εμπειρίες της παιδικής ηλικίας (Masten & Tellegen, 2012). Συγκεκριμένα, ένα ιστορικό φτώχειας, ασθένειας ή κατάχρησης συνδέεται συνήθως με χαμηλότερα επίπεδα ανθεκτικότητας αργότερα στη ζωή (Schibli et al., 2017, Windle, 2011). Ταυτόχρονα, υπάρχουν εκείνοι που υποστηρίζουν ότι τα εχθρικά περιβάλλοντα μπορούν να

βοηθήσουν τα άτομα να αναπτύξουν ανθεκτικότητα, καθώς αυτές οι πρώιμες εμπειρίες παρέχουν την ευκαιρία στα άτομα να αναπτύξουν τις απαραίτητες δεξιότητες για να ξεπεραστούν τα εμπόδια (Crane & Searle, 2016). Με άλλα λόγια, οι εμπειρίες άγχους και κακουχιών μπορούν, για μερικούς ανθρώπους, να είναι μια ευκαιρία να μάθουν και να αναπτυχθούν και να γίνουν πιο έτοιμοι να ανταποκριθούν στην επόμενη πρόκληση. Τα άτομα που είναι πιθανό να καταρρεύσουν όταν τελικά το καταφέρουν, αντιμετωπίζουν δυσκολίες (Davydov et al., 2010).

Οι στρατηγικές αντιμετώπισης αναφέρονται σε γνωστικές και συμπεριφορικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση των αγχωτικών γεγονότων ή των αρνητικών ψυχολογικών και φυσικών αποτελεσμάτων (Folkman & Moskowitz, 2004). Ωστόσο, όλοι οι υπάρχοντες ορισμοί της αντιμετώπισης υπογραμμίζουν τη διαδικασία αντίδρασης. Υποθέτουν ότι η διαδικασία απόκρισης ελέγχεται και απαιτεί προσπάθειες για να διασφαλιστεί ότι όλες οι ατομικές αντιδράσεις, συμπεριφορές και σκέψεις είναι σκόπιμες, συνειδητές και σκόπιμες. Οι τρόποι αντιμετώπισης θεωρούνται σταθερές στρατηγικές για τη διαχείριση ή την ανοχή σε κάθε είδους πιέσεις και αγχωτικές καταστάσεις. Κάποια άτομα όταν διακατέχονται από άγχος ενεργοποιούνται, ενώ κάποια άλλα μένουν παθητικά. Η ενεργή αντιμετώπιση είναι μία από τις δομές για τις οποίες δεν υπάρχει γενική και σαφής συμφωνία για τον ορισμό της (Adrian et al., 2011). Οι ενεργές στρατηγικές αντιμετώπισης είναι είτε συμπεριφορές είτε ψυχολογικές απαντήσεις που στοχεύουν στην αλλαγή της φύσης των αγχωτικών καταστάσεων ή της ψυχικής κατάστασης ενός ατόμου, ενώ η παθητική στάση οδηγεί σε λανθασμένες επιλογές (για παράδειγμα διάφορες καταχρήσεις) ή σε διάφορες ψυχολογικές μεταπτώσεις, που το αποτρέπουν να επιλύσει τις αντιξοότητες που αντιμετωπίζει. Οι τρόποι αντιμετώπισης βοηθούν να εξηγηθεί γιατί οι ίδιοι παράγοντες άγχους μπορούν να οδηγήσουν σε εξάντληση κάποια άτομα, ενώ άλλα όχι (Saijo et al., 2014). Οι Compass et al. (2001) θεωρούν ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης είναι μια εκούσια και συνειδητή προσπάθεια για τον έλεγχο διαφόρων συναισθημάτων όταν βιώνονται καταστάσεις που προκαλούν αυξημένο άγχος. Αυτός ο ορισμός βασίζεται στο μοντέλο ελέγχου των στρατηγικών αντιμετώπισης. Σε αυτό το μοντέλο, η αντιμετώπιση περιλαμβάνει την πρωτογενή αντιμετώπιση (η προσπάθεια να επηρεαστεί άμεσα η πηγή του στρες χρησιμοποιώντας λύσεις όπως η επίλυση προβλημάτων και οι συναισθηματικές εκφράσεις), τη δευτερεύουσα αντιμετώπιση (η προσπάθεια προσαρμογής στα όρια του άγχους μέσω μεθόδων όπως η γνωστική αποδοχή και η ανασυγκρότηση) και η αντιμετώπιση της άγνοιας (η προσπάθεια να εκτραπεί η πηγή του στρες μέσω μεθόδων όπως η αποφυγή και η άρνηση) (Compas et al., 2012). Οι άνθρωποι χρησιμοποιούν στρατηγικές

αντιμετώπισης για την ενίσχυση της προσαρμοστικής ικανότητάς τους και οι ανθεκτικοί άνθρωποι βασίζονται σε ευνοϊκές στάσεις και συμπεριφορές διάθεσης, όπως ένα εσωτερικό επίκεντρο ελέγχου, για να αντιμετωπίσουν το στρες (Friborg et al., 2006). Εκτός από την ενεργό αντιμετώπιση, η ελπίδα φαίνεται επίσης να διαδραματίζει μεσολαβητικό ρόλο στη σχέση μεταξύ γονικής υποστήριξης και ανθεκτικότητας (Eggerman & Panter-Brick, 2010).

Ωστόσο, έχει επίσης επισημανθεί ότι τα άτομα μπορούν επίσης να αναπτύξουν στρατηγικές για την υπέρβαση των δυσκολιών που θα μπορούσαν να είναι κατάφωρα ακατάλληλες σε περιβάλλοντα που δεν αποτελούν απειλή (Schibli et al., 2017). Για παράδειγμα, όταν γίνει γονιός ένα άτομο που είχε αναπτύξει μια στρατηγική απόσπασης για την αντιμετώπιση των διαπροσωπικών συγκρούσεων, είναι πιθανό να ανακαλύψει ότι αυτή η στρατηγική είναι ακατάλληλη για την αντιμετώπιση των βρεφών.

2.3.1. Εκπαιδευτικά Προγράμματα Ανθεκτικότητας

Τα προγράμματα κατάρτισης για την ανθεκτικότητα έχουν χρησιμοποιήσει πολλές διαφορετικές προσεγγίσεις για την αύξηση των ατομικών επιπέδων ανθεκτικότητας (Yost, 2016). Αυτά περιλαμβάνουν την ενθάρρυνση μιας νοοτροπίας ανάπτυξης, τη διαβουλευτική πρακτική, τον διαλογισμό, τη διδασκαλία στρατηγικών αντιμετώπισης και την παροχή κοινωνικής υποστήριξης. Μία από τις πιο διάσημες αναπτυξιακές παρεμβάσεις για παιδιά είναι το Πρόγραμμα Ανθεκτικότητας Penn (Gillham et al., 1995). Αυτό το πρόγραμμα βασίζεται σε προσεγγίσεις γνωσιακής συμπεριφορικής θεραπείας και εφαρμόζεται συνήθως σε σχολικά ή ομαδικά περιβάλλοντα.

Ουσιαστικά, το πρόγραμμα επιχειρεί να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν γνωστικές και συναισθηματικές δεξιότητες που μπορούν να χρησιμοποιήσουν όταν αντιμετωπίζουν αναποδιές. Για παράδειγμα, μια γνωστική δεξιότητα που διδάσκεται είναι η αποκαταστροφή ή αλλιώς η τακτική «βάζοντας τα πράγματα στη θέση τους». Δηλαδή, οι συμμετέχοντες λαμβάνουν οδηγίες να κάνουν ένα βήμα πίσω και να αξιολογήσουν πόσο σημαντικό μπορεί να είναι ένα γεγονός αποτυχίας ή μια ενοχλητική κατάσταση. Μια τέτοια απόκριση είναι μια μορφή γνωστικής επανεκτίμησης, που θεωρείται ευρέως η πιο αποτελεσματική μορφή ρύθμισης των συναισθημάτων (Gross, 2015). Η γνωστική επαναξιολόγηση είναι μια στρατηγική εστιασμένη σε παρελθοντικά γεγονότα, που λαμβάνει χώρα όταν ένα άτομο αλλάζει την υποκειμενική του αξιολόγηση της κατάστασης ή του γεγονότος που έχει διεγείρει το συναίσθημα προκειμένου να αλλάξει το συναίσθημα που νιώθει

(Fisher et al., 2013). Ως εκ τούτου, η γνωστική επαναξιολόγηση επιτρέπει στο άτομο να αποφύγει την υπερβολική αντίδραση σε αρνητικά γεγονότα.

Μία από τις πιο δημοφιλείς παρεμβάσεις ανθεκτικότητας στην ερευνητική βιβλιογραφία είναι το Πρόγραμμα Ανθεκτικότητας Penn. Ενώ μετα-αναλύσεις έδειξαν ότι το πρόγραμμα παρήγαγε ορισμένα θετικά αποτελέσματα, τα αποτελέσματά του ήταν πολύ μεταβλητά και, γενικά, δεν ήταν πιο αποτελεσματικό από άλλες συνθήκες ενεργού ελέγχου ή άλλες παρεμβάσεις σχεδιασμένες για τη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας (Brunwasser et al., 2009). Πέρα από το επίπεδο της τάξης, οι πρωτοβουλίες κατάρτισης για την ανθεκτικότητα γίνονται πλέον πιο δημοφιλείς σε εταιρικά και κυβερνητικά περιβάλλοντα. Αν και θεωρείται ότι σχεδόν οποιοσδήποτε μπορεί να επωφεληθεί από τέτοια προγράμματα, υπάρχει επίσης γενική ομοφωνία ότι η ανθεκτικότητα μπορεί να είναι πιο σημαντική για επαγγέλματα όπως τα μέλη των ομάδων άμεσης επέμβασης (π.χ. αστυνομία, πυροσβέστες κ.λπ.) ή το ιατρικό προσωπικό, όπου τα υψηλά επίπεδα στρες και η έκθεση στο δευτερογενές τραύμα είναι συνηθισμένα, κάτι που σχετίζεται με τις συχνές ενδοπροσωπικές συναισθηματικές αντιδράσεις που ενδέχεται ένα άτομο να εκφράσει κατά τη διάρκεια ή μετά από μια αλληλεπίδραση με άλλο άτομο που μοιράζεται τις προσωπικές του ιστορίες αποδυνάμωσης, τραύματος ή κακοποίησης (Williams et al., 2012; Britt et al., 2016).

Κατά συνέπεια, οι στρατιωτικοί οργανισμοί βρίσκονται στην πρώτη γραμμή της ανάπτυξης προγραμμάτων οικοδόμησης ανθεκτικότητας (Harms et al., 2013). Ιδιαίτερα αξιοσημείωτο ήταν το πρόγραμμα Comprehensive Soldier and Family Fitness (CSF2) από τον Στρατό των ΗΠΑ, το οποίο βασίζεται στο Πρόγραμμα Ανθεκτικότητας Penn και έχει εφαρμοστεί σε κάθε επίπεδο του Στρατού. Το CSF2 περιλαμβάνει όχι μόνο τακτικές αυτοαξιολόγησης της ανθεκτικότητας, αλλά επίσης διαδικτυακές ενότητες για την αντιμετώπιση ιδιαίτερων ανησυχιών των στρατιωτών και ενσωματώνει το Master Resilience Trainers (MRT) σε μονάδες σε όλα τα σώματα για την εφαρμογή ομαδικής εκπαίδευσης γνωστικών και συμπεριφορικών δεξιοτήτων που σχετίζονται με υψηλότερα επίπεδα ανθεκτικότητας και ευεξίας. Το πρόγραμμα CSF2 αποδείχθηκε πιο αποτελεσματικό στην ανάπτυξη ανθεκτικότητας σε νεότερους στρατιώτες παρά σε μεγαλύτερους (Lester et al., 2011) και έχει επίσης αποδειχθεί ότι σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα κατάχρησης ουσιών σε μονάδες που λαμβάνουν την εκπαίδευση (Harms et al., 2013).

Μια πρόσφατη μετα-ανάλυση των παρεμβάσεων των οργανισμών για την ανθεκτικότητα (Vanhove et al., 2016) έδειξε ότι δεν είναι ίδια όλα τα προγράμματα ανθεκτικότητας και δεν αντιδρούν όλα τα άτομα με τον ίδιο τρόπο σε τέτοια προγράμματα. Για παράδειγμα, αν και τα

οφέλη των προγραμμάτων ανάπτυξης της ανθεκτικότητας τείνουν να εξαφανίζονται για τους περισσότερους ανθρώπους με την πάροδο του χρόνου, υπήρχαν ενδείξεις ότι για τους πληθυσμούς που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο, τα οφέλη έτειναν να αυξάνονται με την πάροδο του χρόνου. Οι αναλύσεις αποκάλυψαν επίσης ότι οι παρεμβάσεις που βασίζονται σε υπολογιστή ήταν λιγότερο αποτελεσματικές για την εκπαίδευση της ανθεκτικότητας, ενώ η εκπαίδευση δια ζώσης ήταν η πιο αποτελεσματική. Συνολικά, τα αποτελέσματα αυτών των μελετών έχουν προτείνει ότι οι κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν την ανθεκτικότητα μπορούν να αλληλεπιδράσουν με μεμονωμένους παράγοντες και ότι οι καλά σχεδιασμένες παρεμβάσεις θα πρέπει να στοχεύουν στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας σε όλα τα επίπεδα προκειμένου να επιτευχθούν καλύτερα αποτελέσματα (Harms et al., 2018).

2.4. Μελλοντικές Κατευθύνσεις

Υπάρχουν αρκετές σχετικές έννοιες που πρέπει να διαφοροποιηθούν από την ανθεκτικότητα, αλλά δεν είναι σαφές εάν πολλές μετρήσεις της ανθεκτικότητας μετρούν ακόμη και την ίδια έννοια (Britt et al., 2016). Επιπλέον, όπως σημειώθηκε στις παραπάνω ενότητες, μια σημαντική μελλοντική κατεύθυνση για την ανθεκτικότητα και τις σχετικές μετρήσεις είναι η περαιτέρω βελτίωση των θεωριών και των εργαλείων μέτρησης. Πολύ συχνά, οι μετρήσεις της ανθεκτικότητας συνδυάζουν προηγούμενες εμπειρίες και τα αποτελέσματα της ανθεκτικότητας μαζί με τις συνολικές αξιολογήσεις και στη συνέχεια προσπαθούν να συναγάγουν ένα χαρακτηριστικό που βασίζεται στη στρουκτουραλιστική λογική ότι επειδή οι μεταβλητές συσχετίζονται, πρέπει απαραίτητα να ταιριάζουν.

Ιδιαίτερα προβληματική είναι η συμπερίληψη στοιχείων που αναφέρονται σε αποτελέσματα ευημερίας στις μετρήσεις ανθεκτικότητας, καθώς αυτή η τάση τείνει να δημιουργεί ψευδώς υψηλούς συσχετισμούς μεταξύ των κατασκευών (Wood & Harms, 2016). Αντίθετα, θα ήταν προτιμότερο να υιοθετήσουμε μια λειτουργική προσέγγιση για την αξιολόγηση της ανθεκτικότητας (Wood et al., 2015), δηλαδή να ξεκαθαρίσουμε τα προηγούμενα ψυχολογικά στοιχεία της ανθεκτικότητας και να διερευνήσουμε πώς αλληλεπιδρούν για την παραγωγή συμπεριφορικής και συναισθηματικής ανθεκτικότητας. Μια άλλη γόνιμη προσέγγιση μπορεί να είναι να απομακρυνθούμε εντελώς από προσεγγίσεις που βασίζονται σε ερωτηματολόγια και να προσπαθήσουμε να αναπτύξουμε αξιολογήσεις ανθεκτικότητας με βάση νευρολογικές μετρήσεις (Quisenberry, 2015), έμμεσες μετρήσεις (Harms & Luthans, 2012) ή τεστ καταστάσεων (Kirschbaum et al., 1993). Ταυτόχρονα, μπορεί να μην είναι απαραίτητο να αποφύγουμε εντελώς τις μετρήσεις αυτοαναφοράς εάν ο στόχος είναι να αξιολογηθεί η ανθεκτικότητα ως διαδικασία ή πρότυπο. Υπήρξαν πολλές εκκλήσεις για περισσότερη

διαχρονική έρευνα για τη διερεύνηση της ανθεκτικότητας ως μοτίβο ευημερίας αντί για τις συγχρονικές, αναδρομικές μελέτες που τείνουν να κυριαρχούν στη βιβλιογραφία (Britt et al., 2016; King et al., 2016).

Ο Welbourne (2014) έδειξε ότι ακόμη και η επανειλημμένη υποβολή μιας ερώτησης σχετικά με την ευημερία για αρκετές ημέρες μπορεί να παράγει διαφωτιστικά αποτελέσματα όσον αφορά τον προσδιορισμό της συνολικής ανθεκτικότητας ενός ατόμου. Πηγαίνοντας αυτή τη λογική ένα βήμα παραπέρα καταλήγουμε στην έρευνα του Sotak (2015), ο οποίος έδειξε ότι τα καθημερινά και εβδομαδιαία μοτίβα συναισθημάτων και ευεξίας μπορούν να αφαιρεθούν από τέτοιες αξιολογήσεις προκειμένου να συγκεντρωθεί μια πιο ακριβής άποψη για τις διακυμάνσεις ως απάντηση σε στρεσογόνους παράγοντες.

Μαζί με την ανάπτυξη νέων οργάνων και τεχνικών είναι η ανάγκη επικύρωσης αυτών των οργάνων και τεχνικών. Μια ανασκόπηση των μέτρων ανθεκτικότητας έδειξε ότι σχεδόν κανένα από αυτά δεν είχε περάσει από αυστηρές διαδικασίες επικύρωσης και η συνολική εγκυρότητα των περισσότερων μέτρων ανθεκτικότητας ήταν αμφισβητήσιμη στην καλύτερη περίπτωση (Windle et al., 2011). Χωρίς τα κατάλληλα εργαλεία, είναι δύσκολο να δούμε πώς μπορούμε να εμπιστευτούμε πολλές προηγούμενες έρευνες ή πώς θα προχωρήσουμε το πεδίο.

Πέρα από την ανάγκη για νέες μετρήσεις, η θεωρητική ανάπτυξη στον τομέα της ανθεκτικότητας αποτελεί ανάγκη. Ειδικότερα, θα πρέπει να υπάρχει ακόμη μεγαλύτερη ακρίβεια στα αποτελέσματα των μετρήσεων από το να θεωρούμε ότι η ανθεκτικότητα θα πρέπει να συσχετίζεται θετικά με καλά αποτελέσματα και αρνητικά με κακά αποτελέσματα. Οι κλινικοί ψυχολόγοι είναι αρκετά σαφείς σχετικά με το τι προσδοκούν όσον αφορά τα αποτελέσματα της ανθεκτικότητας. Όταν συμβαίνουν άσχημα πράγματα, η ανθεκτικότητα καθορίζεται από τρόπο που αναρρώνει κανείς από το άγχος. Ωστόσο, οι ερευνητές στο κίνημα της θετικής ψυχολογίας ήταν ασυνεπείς ως προς το τι να περιμένουμε από τις παρεμβάσεις ανθεκτικότητας. Για αυτούς, ο στόχος είναι ή πρέπει να είναι να δουν αν μπορούν να προωθήσουν την ατομική ευημερία. Ταυτόχρονα, αναγνωρίζεται ότι τα προγράμματα που βασίζονται στη θετική ψυχολογία κρίνονται αποτελεσματικά όταν μειώνουν τις ψυχικές ασθένειες (Seligman & Fowler, 2011). Παρομοίως, οι βιομηχανικοί ψυχολόγοι προσπαθούν να συνδέσουν την ανθεκτικότητα με κάθε είδους εργασιακά αποτελέσματα με ελάχιστη προσοχή στη θεωρία (Britt et al., 2016). Η ύπαρξη πιο ξεκάθαρων κατασκευών και μοντέλων θα βοηθούσε στην αποτροπή αυτής της προσέγγισης της επιστήμης και θα εξοικονομήσει πολύτιμους πόρους και χρόνο.

Κεφάλαιο 3^ο

Βιβλιογραφική Ανασκόπηση

3.1. Έρευνες για την ευεξία ως απόρροια της ανθεκτικότητας

Η έρευνα των Aivalioti και Perzikianidis (2020) είχε ως σκοπό να διερευνήσει τις συσχετίσεις μεταξύ της οικογενειακής ανθεκτικότητας, της γονικής ανθεκτικότητας και της γονικής ευημερίας σε δείγμα Ελλήνων γονέων. Το δείγμα αποτελείτο από 83 Έλληνες γονείς στους οποίους διανεμήθηκε ερωτηματολόγιο μέσω της Google Forms. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε τις κλίμακες PERMA-Profilier (εκτίμηση ευεξίας), CD-RISC (μέτρηση ψυχολογικής ανθεκτικότητας) και Family resilience questionnaire (εκτίμηση της ανθεκτικότητας της οικογένειας υπό στρεσογόνες καταστάσεις). Η έρευνα κατέδειξε ότι ο μόνος παράγοντας της ανθεκτικότητας της οικογένειας που μπορεί να προβλέψει σε σημαντικό βαθμό τη γονεϊκή ευεξία είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιεί η οικογένεια. Επίσης, φάνηκε ότι οι πατέρες εμφάνισαν ελαφρώς υψηλότερη αντιληπτή οικογενειακή ανθεκτικότητα, γονική ευημερία και γονική ανθεκτικότητα από τις μητέρες.

Η έρευνα των Mustafa et al. (2019) αποτελεί έναν περιγραφικό σχεδιασμό του οποίου στόχος ήταν η εκτίμηση της ανθεκτικότητας και της ψυχολογικής ευεξίας γονέων με παιδιά με λευχαιμία. Το δείγμα αποτελείτο από 93 γονείς, στους οποίους δόθηκε ερωτηματολόγιο που περιελάμβανε κοινωνικο-δημογραφικά ερωτήματα, την κλίμακα ανθεκτικότητας Connor-Davidson και την ψυχολογική κλίμακα ευεξίας του Ryff's. Στην συγκεκριμένη έρευνα, υπήρχε θετική συσχέτιση μεταξύ της ψυχολογικής ευεξίας και της ανθεκτικότητας των γονέων. Αυτό, θεωρείται από τους συγγραφείς ότι σχετίζεται με την προσωπική επάρκεια που αυξάνει την ικανότητα φροντίδας του παιδιού, βοηθά να εκτελούν την φροντίδα με αποτελεσματικό τρόπο και βελτιώνεται η στάση τους στις αγχωτικές καταστάσεις. Έτσι, η προσωπική επάρκεια οδηγεί στην αύξηση των επιπέδων της ψυχολογικής ευεξίας των γονέων.

Οι Chatzinikolaou et al. (2023) σε μια διαχρονική μελέτη που διενήργησαν για να μελετήσουν την πνευματική ανθεκτικότητα και την ευεξία των γονέων με παιδιά με διαβήτη τύπου 1, συμπεριέλαβαν 80 γονείς. Παρείχαν ένα ερωτηματολόγιο το οποίο περιελάμβανε δημογραφικά και κλινικά στοιχεία, την κλίμακα ανθεκτικότητας RS-14 και το Ερωτηματολόγιο Μέτρησης GHQ-28. Βρέθηκε ότι οι γονείς που ανέφεραν ότι μετρούσαν τα επίπεδα γλυκόζης στο αίμα περισσότερες από τέσσερις φορές την ημέρα είχαν σημαντικά χαμηλότερη ανθεκτικότητα και μεγαλύτερη κοινωνική δυσλειτουργία από εκείνους που ανέφεραν ότι μετρούσαν έως και

τέσσερις φορές την ημέρα, γεγονός που τους προκαλούσε περισσότερα σωματικά συμπτώματα και σοβαρή κατάθλιψη, μειώνοντας έτσι την ευεξία και την ανθεκτικότητά τους.

3.2. Έρευνες που διερευνούν το άγχος σε σχέση με την ανθεκτικότητα

Οι da Costa Cunha et al. (2018) διενήργησαν μια συγχρονική περιγραφική μελέτη για να διερευνήσουν το άγχος και την ανθεκτικότητα των γονέων, μέσω διασταύρωσης ποσοτικών και ποιοτικών μεταβλητών ISD με την Κλίμακα Ανθεκτικότητας Connor και Davidson (CD-RISC) και τους συνολικούς παράγοντες άγχους και ανθεκτικότητας, και να διερευνήσουν εάν υπάρχει προγνωστικό μοντέλο για το υψηλό στρες και την υψηλή ανθεκτικότητα. Συμμετέχοντες σε αυτή τη μελέτη ήταν 92 γονείς παιδιών που είχαν διαγνωστεί με εγκεφαλική παράλυση (ICD-10-G80). Η έρευνα διεξήχθη ατομικά στην αίθουσα αναμονής του πανεπιστημιακού νοσοκομείου στην Πάρα της Βραζιλίας. Τα εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν ήταν το Κοινωνικο-δημογραφικό Ερωτηματολόγιο (ISD), ο Δείκτης Άγχους Γονέων, η Σύντομη Φόρμα (PSI/SF) και η κλίμακα ανθεκτικότητας Connor και Davidson. Τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας έδειξαν μεγαλύτερο αριθμό γονέων με υψηλό επίπεδο άγχους στην υποκλίμακα «Δύσκολο Παιδί», που αντιστοιχεί στις συμπεριφορικές πτυχές των παιδιών. Αν και υπάρχει, το άγχος των γονέων βρέθηκε σε χαμηλά/φυσιολογικά επίπεδα σε περισσότερους από τους μισούς γονείς που συμμετείχαν στην έρευνα, κάτι που συμφωνεί με ένα μέρος της βιβλιογραφίας που δείχνει ότι δεν παρουσιάζουν υψηλά επίπεδα άγχους όλες οι οικογένειες που λαμβάνουν διάγνωση χρόνιας αναπτυξιακής αλλοίωσης. Η παρούσα μελέτη έδειξε ότι δεν υπήρχε προγνωστικό μοντέλο υψηλού άγχους, αλλά διαπιστώθηκε ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία γονείς είναι πιο πιθανό να επιδείξουν υψηλή ανθεκτικότητα, όπως συμβαίνει και με τους γονείς μικρότερων παιδιών.

Η Allen (2020) διενήργησαν μια ποιοτική έρευνα για να διερευνήσουν τα αντιλαμβανόμενα επίπεδα άγχους και την ανθεκτικότητα που βιώνουν οι οικογένειες με παιδιά με προβλήματα ακοής ή κώφωση. Οι συμμετέχοντες ήταν από τις οικογένειες που παρακολουθούσαν το The Care Project Retreat στο Wilmington, NC, τον Νοέμβριο του 2019. Για τη μελέτη αυτή, εννέα ζεύγη γονέων συμπεριλήφθηκαν για συμμετοχή στα ερωτηματολόγια και τη διαδικασία συνέντευξης. Χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα PSI-4 SF που περιείχε 36 ερωτήματα σε τρεις τομείς: γονική δυσανασχέτηση (PD), μη λειτουργική αλληλεπίδραση γονέα-παιδιού (P-CDI) και δυσκολία παιδιού (DC) που συνδυάζονται για να σχηματίσουν την κλίμακα του Ολικού Στρες. Οι γονείς που συμμετείχαν στις ημι-δομημένες συνεντεύξεις ανέφεραν βασικές εμπειρίες που έχουν σχέση με την υγειονομική περίθαλψη και την εκπαίδευση, προκλήσεις λόγω απογοήτευσης, άγχους και αίσθημα απομόνωσης, ενώ πηγές δύναμης ήταν η εύρεση

άλλων σε παρόμοιες καταστάσεις, η διατήρηση της προοπτικής τους, η σκέψη της εξέλιξής τους ως ένα ταξίδι και η επιμονή παρ' όλες τις προκλήσεις τις οποίες αντιμετωπίζουν.

Η Duca (2015) στην μελέτη της διερεύνησε την ανθεκτικότητα της οικογένειας και το γονεϊκό άγχος, στο πλαίσιο της ανατροφής ενός παιδιού με διαταραχή στο φάσμα του αυτισμού (ASD) και την επίδραση σε διάφορες μεταβλητές που αφορούν τη συζυγική σχέση. Η μελέτη της περιελάμβανε 100 άτομα που κλήθηκαν να συμπληρώσουν μια σειρά από κλίμακες που αφορούσαν τις μεταβλητές αυτής της μελέτης: την οικογενειακή ανθεκτικότητα, το γονεϊκό άγχος, την δυαδική προσαρμογή και την δυαδική αντιμετώπιση. Για να επιτευχθεί ο σκοπός αυτός, χρησιμοποιήθηκε η Κλίμακα αξιολόγησης οικογενειακής ανθεκτικότητας (FRAS), για το άγχος των γονέων χρησιμοποιήθηκε η Κλίμακα του Γονεϊκού Άγχους (PSI-SF), η δυαδική αντιμετώπιση αξιολογήθηκε με το Ερωτηματολόγιο Δυαδικής Αντιμετώπισης (DCI) και η Κλίμακα Δυαδικής Προσαρμογής (DAS). Η μελέτη αυτή υποδεικνύει ότι η ανθεκτικότητα της οικογένειας και το γονικό άγχος είναι ένα πολύπλοκο φαινόμενο που μπορεί να επηρεάσει διαφορετικά τη δυναμική προσαρμογή και τη δυαδική αντιμετώπιση των οικογενειών που επηρεάζονται από τον αυτισμό. Ως αποτέλεσμα, οι οικογενειακοί θεραπευτές θα πρέπει να συνεργαστούν με αυτούς τους τύπους οικογενειών προκειμένου να βελτιωθούν οι δεξιότητες επικοινωνίας και επίλυσης προβλημάτων. Θα πρέπει να βοηθήσουν στην υποστήριξη των οικογενειών για την ανάπτυξη μηχανισμών αντιμετώπισης που υποτίθεται ότι διατηρούν μια θετική προοπτική, μαζί με την οικοδόμηση κοινωνικών συνδέσεων και υποστηρικτικών δικτύων. Όσον αφορά τη σχέση μεταξύ του στρες των γονέων και της ανθεκτικότητας της οικογένειας, βρέθηκε ότι η χαμηλή βαθμολογία γονικής δυσφορίας συνδέεται με υψηλά επίπεδα οικογενειακής επικοινωνίας και επίλυσης προβλημάτων και υψηλής βαθμολογίας παιδιού σχετίζεται με την ικανότητα να βρει νόημα στις αντιξοότητες.

Τέλος, οι Gerstein et al. (2009) διενήργησαν μια μελέτη για να απαντηθούν δύο σημαντικά ερωτήματα: πρώτον να εξετάσει το καθημερινό άγχος των γονέων με παιδιά με διανοητικές αναπηρίες, λαμβάνοντας υπόψη τόσο την απόλυτη όσο και τη σχετική σταθερότητα με την πάροδο του χρόνου, προσδιορίζοντας τις καμπύλες ανάπτυξης και για τους δύο γονείς. Δεύτερον, να μελετηθούν συγκεκριμένοι κίνδυνοι που μπορούν να επηρεάσουν το καθημερινό άγχος από την γονική μέριμνα: την ευημερία των γονέων, την οικογενειακή προσαρμογή και τη θετική σχέση γονέα – παιδιού. Κάθε παράγοντας διερευνάται για την επίδρασή του στις καθημερινές πιέσεις της γονικής μέριμνας του ίδιου γονέα, καθώς και των αποτελεσμάτων διασταύρωσης στην αντίληψη του άλλου γονέα για το καθημερινό άγχος των γονέων. Οι συμμετέχοντες ήταν 115 οικογένειες με παιδιά με διανοητική αναπηρία 3 ετών. Αρχικά

λήφθηκε από τους γονείς ένα τηλεφωνικό ερωτηματολόγιο, ενώ στην πρώτη συνάντηση λήφθηκαν δημογραφικά στοιχεία και τους χορηγήθηκε το ερωτηματολόγιο BSID II για να γίνει εκτίμηση του αναπτυξιακού επιπέδου του παιδιού. Έπειτα συμπληρώθηκε από τους γονείς ένα ερωτηματολόγιο και ακολούθησαν επισκέψεις στο σπίτι από τους ερευνητές που διήρκεσαν 6 μήνες. Οι μετρήσεις που χρησιμοποιήθηκαν ήταν η μέτρηση του αναπτυξιακού επιπέδου του παιδιού (BSID II), η μέτρηση του ημερήσιου άγχους από την γονική μέριμνα (PDH), η μέτρηση της γονικής ευεξίας (Symptom Checklist-35), η συζυγική προσαρμογή μετρήθηκε με την Κλίμακα Δυαδικής Ρύθμισης (DAS), ενώ η αλληλεπίδραση γονέα – παιδιού μετρήθηκε με την Κλίμακα Εκτίμησης Αλληλεπίδρασης Γονέα Παιδιού (PCIRS). Τα ευρήματα της συγκεκριμένης έρευνας δείχνουν ότι υπήρχαν σύνθετα συμπεριφορικά προβλήματα που συνδέονταν με τη διανοητική αναπηρία, τα οποία συνδέονται άμεσα με το γονεϊκό άγχος. Οι παράγοντες που οδηγούν τους πατέρες και τις μητέρες στην ανθεκτικότητα δεν είναι παρόμοιοι. Ενώ τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του κάθε γονέα και οι δυαδικές σχέσεις υψηλής ποιότητας συμβάλλουν στην ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με διανοητικές αναπηρίες, οι γονείς επηρεάζουν ο ένας τον άλλον ως προς την προσαρμοστικότητα με τρόπους που δεν έχουν διερευνηθεί πλήρως.

3.3. Έρευνες που διερευνούν τις στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με την ανθεκτικότητα

Οι Rajan και Romate (2022) διενήργησαν μια μελέτη με στόχο την εξέταση της σχέσης μεταξύ της ανθεκτικότητας των γονέων και των στρατηγικών αντιμετώπισης, χρησιμοποιώντας ένα συσχετιστικό σχεδιασμό. Συμπεριλήφθηκαν 121 γονείς με παιδιά 5 ετών και άνω, που είχαν διαγνωστεί με διανοητική αναπηρία τουλάχιστον δύο χρόνια πριν. Χρησιμοποιήθηκαν η Κλίμακα Ανθεκτικότητας των Connor-Davidson (CD-RISC) και η Παρακολούθηση των Στρατηγικών Αντιμετώπισης (CSS).

Οι γονείς παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα ανθεκτικότητας όταν βασίστηκαν περισσότερο σε στρατηγικές αντιμετώπισης που ήταν εστιασμένες στο συναίσθημα. Σε αυτή την μελέτη, το συναίσθημα εστίασε σε στρατηγικές όπως την προσέγγιση θρησκευτικών ηγετών για υποστήριξη, την απόδοση ευθυνών στην μοίρα και την απραξία, το κλάμα, την απόσπαση της προσοχής μέσω οικιακών ή επαγγελματικών δραστηριοτήτων, την παραμέληση του παιδιού με αναπηρία για κάποιο χρονικό διάστημα ή μέχρι να νιώσει καλύτερα, και την εκτόνωση αρνητικών συναισθημάτων για το παιδί και τη σύζυγο, που, εν τέλει, μείωσαν την ανθεκτικότητά τους. Οι στρατηγικές που διευκόλυναν τη γονική ανθεκτικότητα ήταν: η

προσέγγιση επαγγελματιών για καθοδήγηση, η αναζήτηση πληροφοριών σχετικά με την κατάσταση του παιδιού και τη διαχείρισή του, η συζήτηση με άλλους ή μέλη της οικογένειας για το πώς να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα, οι ψυχαγωγικές ή ευχάριστες δραστηριότητες και η χρήση δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων. Οι γονείς χρησιμοποίησαν μεθόδους αντιμετώπισης με εστίαση στο πρόβλημα και με επίκεντρο το συναίσθημα για να αντιμετωπίσουν την αναπηρία του παιδιού τους. Τα ευρήματα υποδηλώνουν ότι η γονική αντιμετώπιση του προβλήματος μπορεί να λειτουργήσει ως προστατευτικός μηχανισμός στο πλαίσιο της ανθεκτικότητας, ενώ η αντιμετώπιση που εστιάζεται στο συναίσθημα μπορεί να είναι στοιχείο κινδύνου. Καθώς οι γονείς τείνουν να βασίζονται και στις δύο στρατηγικές αντιμετώπισης, οι επαγγελματίες πρέπει να ακολουθούν μια ευέλικτη προσέγγιση όταν τους βοηθούν.

Οι Bayraklı και Kaner (2012) διενήργησαν μια μελέτη με στόχο να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ των αντιλήψεων ανθεκτικότητας, της αντιλαμβανόμενης κοινωνικής υποστήριξης και των στρατηγικών αντιμετώπισης των μητέρων παιδιών με νοητική υστέρηση και τυπικά αναπτυσσόμενων παιδιών στο πλαίσιο της μοντελοποίησης δομικών εξισώσεων. Χρησιμοποιήθηκε η Κλίμακα Ανθεκτικότητας Μητέρων (MRS), η Αναθεωρημένη Κλίμακα Γονικής Κοινωνικής Υποστήριξης (RPSSS) και η Κλίμακα Τρόπου Αντιμετώπισης (CSS) σε ένα δείγμα 491 συμμετεχόντων. Το πρώτο συμπέρασμα της μελέτης ήταν ότι η ποσότητα και η ποιότητα της κοινωνικής υποστήριξης που αντιλαμβάνονταν οι μητέρες επηρέασαν τις στρατηγικές αντιμετώπισης των προβλημάτων με θετικό και μέτριο τρόπο. Η δεύτερη ήταν η ποσότητα και η ποιότητα της κοινωνικής υποστήριξης που επηρέασε την ανθεκτικότητα με χαμηλό αλλά θετικό τρόπο και στις δύο ομάδες μητέρων. Η αντιμετώπιση της ανθεκτικότητας με επίκεντρο το πρόβλημα είναι σημαντικότερος παράγοντας από την ποσότητα και την ποιότητα της κοινωνικής υποστήριξης. Συμπερασματικά, η ανθεκτικότητα, η κοινωνική υποστήριξη και η αντιμετώπιση με επίκεντρο το πρόβλημα συνδέονται στενά μεταξύ τους και είναι σημαντικοί προστατευτικοί παράγοντες για την ανθεκτικότητα των μητέρων. Η απόκτηση ενός παιδιού με αναπηρία είναι πηγή άγχους, αλλά με τα προστατευτικά αποτελέσματα κοινωνικής υποστήριξης και της επικεντρωμένης στο πρόβλημα αντιμετώπισης, μπορεί να επιτευχθεί επιτυχής προσαρμογή.

Οι Cantero- García και Alonso- Tapia (2018) διενήργησαν μια μελέτη με στόχο να αναλυθούν οι στρατηγικές αντιμετώπισης γονέων με παιδιά με προβλήματα συμπεριφοράς και τη σχέση τέτοιων στρατηγικών με την ανθεκτικότητα. Για αυτήν την ανάλυση, αναπτύχθηκε το ερωτηματολόγιο Αντιμετώπισης Προβλημάτων Συμπεριφοράς Παιδιών (CCBP-Q), ένα

ερωτηματολόγιο που λαμβάνει υπόψη τόσο τις διαφορετικές στρατηγικές αντιμετώπισης που αναφέρονται όσο και τις αγχωτικές καταστάσεις που αντιμετωπίζουν οι οικογένειες. Στην έρευνα συμμετείχαν 615 γονείς και χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Αντιμετώπισης Προβλημάτων Συμπεριφοράς Παιδιών (CCBP-Q) και η Σύντομη κλίμακα ανθεκτικότητας (BRS). Μέσα από την συγκεκριμένη έρευνα τονίστηκε η σημασία του να ληφθούν υπόψη οι συγκεκριμένες καταστάσεις που πρέπει να αντιμετωπίσουν οι γονείς – το είδος του συγκεκριμένου προβλήματος συμπεριφοράς που παρουσιάζουν τα παιδιά – προκειμένου να αντιληφθούμε τις διαφορετικές στρατηγικές αντιμετώπισης που ακολουθούν οι γονείς σε σχέση με τα προβλήματα συμπεριφοράς των παιδιών τους. Μέσω της έρευνας αυτής διαφαίνεται ότι η γνώση του τρόπου αντιμετώπισης που χρησιμοποιεί ένα άτομο μπορεί να βοηθήσει να εξηγηθεί σε κάποιο βαθμό η ανθεκτικότητά του, όπως έχουν δείξει οι αναλύσεις συσχέτισης και παλινδρόμησης. Παρόλο που τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής δεν μπορούν να ερμηνευθούν από την άποψη της αιτιότητας, είναι συμβατά με την ιδέα ότι η αντιμετώπιση μέσω της θετικής αυτορρύθμισης των συναισθημάτων, καθώς και η αντιμετώπιση του προβλήματος, μπορεί να έχει ευνοϊκή επίδραση στην ανθεκτικότητα, καθώς και στην μείωση τέτοιων προβλημάτων και στη συναισθηματική ευημερία των οικογενειών. Ωστόσο, είναι επίσης σημαντικό να σημειωθεί ότι, στην περίπτωση προβλημάτων συμπεριφοράς, η αντιμετώπιση των συναισθημάτων μέσω στρατηγικών που κανονικά έχουν αρνητικές επιπτώσεις μπορεί να εμφανιστούν παράλληλα με τη χρήση άλλων μορφών αντιμετώπισης, ιδίως της χρήσης στρατηγικών θετικής αυτορρύθμισης.

Οι Alonso-Tapia et al. (2019) διενήργησαν μια συγχρονική μελέτη για διερευνηθεί τον τρόπο με τον οποίο η ανθεκτικότητα μπορεί να προβλεφθεί από τους τρόπους αντιμετώπισης (που επικεντρώνεται στο πρόβλημα, επικεντρωμένο σε συναισθήματα και κοινωνικά επικεντρωμένα) και τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας (αίσθηση κυριαρχίας, αίσθησης συγγένειας και συναισθηματικής αντιδραστικότητας). Το δείγμα της έρευνας ήταν 430 συμμετέχοντες και χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Υποκειμενικής Ανθεκτικότητας για Ενήλικες (SSRQA), το Ερωτηματολόγιο Αντιμετώπισης για Ενήλικες (SCQA) και το Ερωτηματολόγιο Ανθεκτικότητας για Ενήλικες (RQA).

Τα ευρήματα της έρευνας έχουν κάποιες επιπτώσεις στην αξιολόγηση και την προώθηση της ανθεκτικότητας. Πρώτον, καθώς η αντιμετώπιση ήταν ο κύριος προγνωστικός παράγοντας για την ανθεκτικότητα, οι επαγγελματίες όπως οι ψυχολόγοι, οι εκπαιδευτικοί και οι θεραπευτές θα πρέπει να επικεντρωθούν στην τροποποίηση της χρήσης στρατηγικών αντιμετώπισης προς ένα ενδεδειγμένο πρότυπο προκειμένου να προωθηθεί η ανθεκτικότητα.

Με βάση τα δεδομένα μας, τα άτομα πρέπει να βοηθήσουν να χρησιμοποιήσουν την αντιμετώπιση που εστιάζει στο πρόβλημα και να αποφεύγουν την αντιμετώπιση που εστιάζει στα συναισθήματα, έτσι ώστε να αυξήσουν την αίσθηση της κυριαρχίας τους και να μειώσουν τη συναισθηματική τους αντιδραστικότητα. Εκτός αυτού, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο αντίκτυπος της ανθεκτικότητας και η αντιμετώπιση της ανθεκτικότητας ποικίλλει σε όλες τις καταστάσεις, γεγονός που τονίζει την ανάγκη να εξεταστεί προσεκτικά το είδος της δυσμενούς κατάστασης τόσο στην αξιολόγηση της ανθεκτικότητας όσο και στον σχεδιασμό παρέμβασης. Οι ψυχολόγοι και άλλοι φροντιστές υγείας θα πρέπει να προσδιορίσουν ποιες στρατηγικές αντιμετώπισης είναι δυνητικά πιο ενδεδειγμένες για τον συγκεκριμένο τύπο αντιξοότητας και να βοηθούν στην προώθηση της χρήσης τους. Επιπλέον, θα πρέπει να προωθηθεί η ευελιξία στη χρήση των πιο προσαρμοστικών στρατηγικών αντιμετώπισης σε όλα τα πλαίσια, καθώς ορισμένες στρατηγικές έχουν αποτέλεσμα ενόψει ενός είδους αντιξοότητας αλλά όχι ενόψει άλλου.

Τέλος, οι Balubaid και Sahab (2017) διενήργησαν μια ημιδομημένη ποιοτική μελέτη για να διερευνήσουν τις εμπειρίες γονέων που μεγαλώνουν ένα παιδί με διαταραχή στο φάσμα του αυτισμού. Το πρώτο σημαντικό θέμα ήταν η πνευματικότητα και διαπιστώθηκε ότι σε ορισμένες περιπτώσεις η θρησκεία και η πίστη στο Θεό οδήγησαν σε αυξημένη εμπιστοσύνη ώστε να μπορέσουν να ανταπεξέλθουν στις προκλήσεις που παρουσίασε το παιδί με αυτισμό. Η παρούσα μελέτη εντόπισε ότι οι γονείς συχνά στράφηκαν στη θρησκεία και την πνευματικότητα ως μέσο πρόσθετης υποστήριξης. Οι γονείς στην παρούσα μελέτη ανέφεραν ότι η προσευχή τους παρείχε άνεση και δύναμη. Το δεύτερο ζήτημα που εξετάστηκε ήταν η κοινωνική υποστήριξη. Οι γονείς δήλωσαν ότι αυτό αύξησε την ικανότητά τους να αντιμετωπίσουν τις καθημερινές προκλήσεις. Ένας από τους συμμετέχοντες είπε ότι είχε δημιουργήσει μια ομάδα υποστήριξης που κατέληξε να ανταποκρίνεται σε μια σημαντική ζήτηση στη χώρα της. Οι γονείς ανέφεραν το θετικό αποτέλεσμα που είχαν αυτές οι πηγές υποστήριξης στη συναισθηματική τους ευημερία και δήλωσαν ότι αυτό οφείλεται στην αντίληψή τους ότι είχαν λιγότερη ευθύνη. Η παρούσα έρευνα διαπίστωσε ότι οι συζητήσεις στις ομάδες υποστήριξης ήταν ένας άλλος τρόπος με τον οποίο οι γονείς θα μπορούσαν να μοιραστούν την τεχνογνωσία και τις βέλτιστες πρακτικές, λαμβάνοντας έτσι περισσότερη υποστήριξη. Ένα άλλο θέμα που αναφέρθηκε από τους γονείς ήταν η χρησιμότητα των εκπαιδευτικών υλικών και των πόρων, συμπεριλαμβανομένων των κέντρων για την παροχή επαγγελματικής παρέμβασης. Ένα άλλο θέμα ήταν ότι οι γονείς εξέταζαν επίσης τις θετικές πτυχές της εμπειρίας άλλων γονέων, οι οποίες αποτελούσαν μια άλλη πηγή υποστήριξης.

Επίσης οι γονείς συχνά βασίστηκαν σε εξωτερική βοήθεια από άλλες ομάδες, προκειμένου να λάβουν βοήθεια με τις ευθύνες που προκύπτουν από το μέγεθος των παιδιών τους. Οι στρατηγικές αντιμετώπισης είναι ζωτικής σημασίας για τους γονείς των παιδιών με αυτισμό λόγω των προκλητικών προβλημάτων συμπεριφοράς που παρουσιάζει η διαταραχή και μπορούν να επηρεάσουν την ποιότητα ζωής των γονέων και των παιδιών. Οι στρατηγικές αντιμετώπισης μπορούν να μετατρέψουν την αρχικά μια πολύ δύσκολη διαδικασία, η οποία είναι η διαδικασία ανατροφής των παιδιών, σε μια ευχάριστη εμπειρία για όλη την οικογένεια. Ωστόσο, δεδομένων των προκλήσεων που παρουσιάζει η διαταραχή του αυτισμού, είναι σημαντικό οι γονείς να έχουν έγκαιρη πρόσβαση στις μεθόδους αντιμετώπισης και να εφαρμόσουν τις διαθέσιμες στρατηγικές, οι οποίες θα μπορούσαν να είναι χρήσιμες λαμβάνοντας υπόψη την ιδιαίτερη αναπηρία του παιδιού. Επιπλέον, η χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης μπορεί να οδηγήσει στην ανάπτυξη ενός πιο θετικού οικογενειακού περιβάλλοντος, το οποίο θα βοηθήσει την οικογένεια να προσαρμοστεί.

Κεφάλαιο 4^ο

Μεθοδολογία Έρευνας

4.1. Ερευνητικός σχεδιασμός

Η παρούσα εργασία έχει ως στόχο τη διερεύνηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α.. Τελικός στόχος είναι η υιοθέτηση των ικανοποιητικών παρεμβάσεων σε όλα τα επίπεδα, προκειμένου η οικογένεια να έχει τη βέλτιστη υποστήριξη και να ανταπεξέλθει στον δύσκολο ρόλο που καλείται να επιτελέσει.

Η εργασία μας είναι μια συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση. Οι συστηματικές ανασκοπήσεις μπορούν να συμβάλλουν στη λήψη αποφάσεων σε πολλούς διαφορετικούς κλάδους, όπως η υγειονομική περίθαλψη καθώς και η εμπειριστατωμένη πολιτική και πρακτική (Grant & Booth, 2009). Μια συστηματική ανασκόπηση μπορεί να στοχεύει στην ενδελεχή περίληψη της υπάρχουσας βιβλιογραφίας που σχετίζεται με ένα ερευνητικό ερώτημα.

Για τους σκοπούς αυτούς διενεργήθηκε ποιοτική έρευνα. Ειδικότερα, διεξήχθη μία συστηματική ανασκόπηση σε δείγμα 31 επιστημονικών άρθρων, τα οποία δημοσιεύθηκαν κατά την χρονική περίοδο 2014 έως 2023 σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά. Η ανάλυση των δεδομένων βασίστηκε σε μεικτή μεθοδολογία (ποιοτική και ποσοτική). Τα ευρήματα της μελέτης ανέδειξαν την σημαντικότητα της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α. και την συμβολή των παρεμβάσεων σε οικογενειακό, κοινωνικό και εθνικό επίπεδο για την ενδυνάμωση των γονέων και την προαγωγή της ανθεκτικότητάς τους.

Οι συστηματικές ανασκοπήσεις καθορίζουν την έρευνα βάσει αυστηρών προσεγγίσεων προκειμένου να υπάρχει σωστή αξιολόγηση και να μειωθεί όσο το δυνατόν η πιθανότητα μεροληψίας. Οι συστηματικές ανασκοπήσεις κατά βάση στηρίζονται σε ποσοτικές μετα-αναλύσεις, αλλά μπορεί να στηρίζονται επίσης σε ποιοτικά δεδομένα ή να ακολουθούνται μεικτές μέθοδοι (Bearman & Dawson, 2013). Στην περίπτωση της ποσοτικής ή μεικτής ανάλυσης, γίνεται χρήση στατιστικών μεθόδων προκειμένου να μπορούν να συνδυαστούν τα ευρήματα από τις μελέτες που περιλαμβάνονται. Προκειμένου να αξιολογηθεί η ποιότητα των λεπτομερειών, ανάλογα με τη μεθοδολογία χρησιμοποιούνται τα επίπεδα βαθμολόγησης, αν και η βιβλιοθήκη Cochrane είναι αντίθετη με αυτό (Nunn, & Chang, 2020).

Για τις ποιοτικές ανασκοπήσεις, οι κατευθυντήριες γραμμές αναφοράς περιλαμβάνουν το ENTREQ (Ενίσχυση της διαφάνειας στην αναφορά της σύνθεσης της ποιοτικής έρευνας) για

συνθέσεις ποιοτικών αποδεικτικών στοιχείων, το RAMESES (Realist And Meta-narrative Evidence Syntheses: Evolving Standards) για μετα-αφηγηματικές και ρεαλιστικές κριτικές (Wong et al., 2013) και το eMERGe (Βελτιωμένη αναφορά της Meta-Ethnography) για την μετα-εθνογραφία (Flemming et al., 2018).

Η παρούσα εργασία αποτελεί μια ποιοτική έρευνα, στην οποία τα δεδομένα αναλύονται μέσω της θεματικής ανάλυσης. Έτσι, αναζητήθηκαν και αναγνωρίστηκαν μοτίβα που είναι επαναλαμβανόμενα, προκειμένου να εντοπιστούν και να αναλυθούν τα νοήματα που απαντούν στα ερευνητικά μας ερωτήματα.

Εν τέλει, διενεργήθηκε μετα-ανάλυση μέσω του προγράμματος Microsoft Excel προκειμένου να αποτυπωθούν με στατικό τρόπο τα περιγραφικά ευρήματα.

4.2. Δείγμα

Για τους σκοπούς της έρευνάς μας έγινε αναζήτηση ερευνητικών άρθρων στις μηχανές αναζήτησης PubMed, Elsevier και Google Scholar την περίοδο Φεβρουάριος έως Απρίλιος του 2023. Στην αναζήτηση χρησιμοποιήθηκαν οι όροι «ανθεκτικότητα γονέων», «παιδιά με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες», «παιδιά με αναπηρίες», στα ελληνικά και “parent’s resilience”, “children with special education needs”, “children with disabilities”, καθώς και συνδυασμός αυτών των όρων.

Από την βιβλιογραφική έρευνα, ανέκυψαν συνολικά 122 άρθρα. Από αυτά εν τέλει, συμπεριλήφθηκαν στην συστηματική μας ανασκόπηση 31 άρθρα. Τα υπόλοιπα 91 απορρίφθηκαν γιατί α) δεν είχαμε δυνατότητα πρόσβασης στο πλήρες άρθρο, β) αποτελούσαν συστηματική ανασκόπηση προηγούμενων μελετών, γ) μελετούσαν τις περιπτώσεις των παιδιών με Ε.Ε.Α./Α. μη λαμβάνοντας υπόψη τους γονείς και την ανθεκτικότητα που ενδεχομένως επιδείκνυαν ή δ) δεν αποτελούσαν στατιστικά σημαντικές περιπτώσεις ή τα αποτελέσματα τελούσαν υπό αμφισβήτηση.

Τα κριτήρια για την ένταξη των άρθρων που χρησιμοποιούνται στην παρούσα εργασία είναι:

- Τα άρθρα να είναι αμιγώς ερευνητικά.
- Τα άρθρα να είναι στην ελληνική ή την αγγλική γλώσσα ή, εναλλακτικά, να είναι μεταφρασμένα στις γλώσσες αυτές.
- Η δημοσίευσή τους να έχει διεξαχθεί από επίσημους επιστημονικούς φορείς ή σε αναγνωρισμένα παγκοσμίως επιστημονικά περιοδικά.

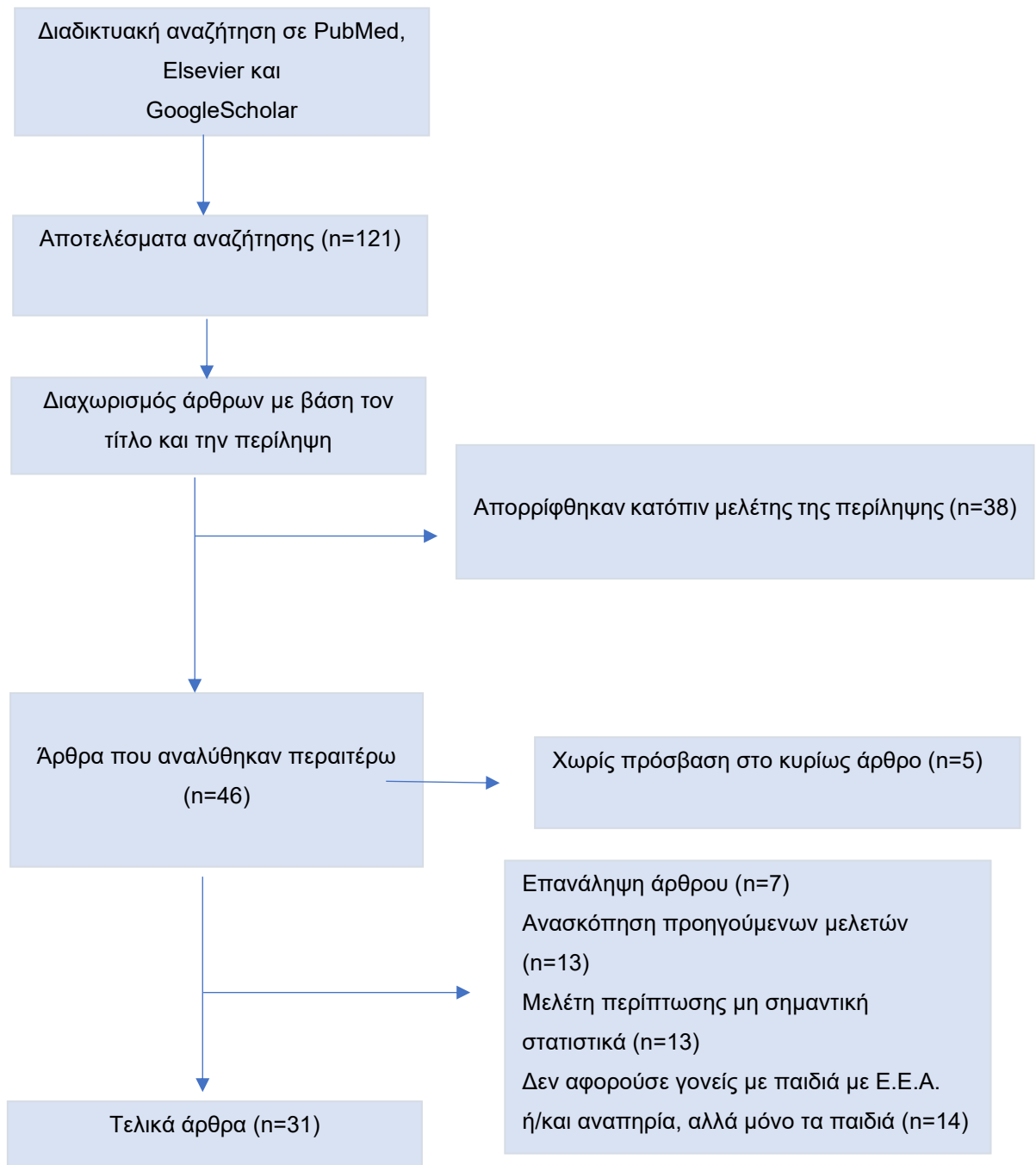
- Να έχουν δημοσιευθεί από το 2014 έως το 2023 ή να έχουν επικαιροποιηθεί από ερευνητικές ομάδες.
- Οι συμμετέχοντες στις μελέτες να είναι γονείς με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α..

Τα κριτήρια για τον αποκλεισμό άρθρων ήταν:

- Άρθρα που έχουν δημοσιευθεί σε γλώσσες εκτός της αγγλικής και της ελληνικής.
- Περιεχόμενο ή τίτλος που δεν ήταν σχετικό με το αντικείμενό μας.
- Άρθρα που είναι συστηματικές ανασκοπήσεις.
- Άρθρα που έχουν δημοσιευθεί το 2013 ή παλαιότερα.
- Άρθρα που δεν έχουν δημοσιευθεί από επιστημονικούς φορείς ή έγκριτα επιστημονικά περιοδικά.

Αναλυτικότερα, η διαδικασία για την επιλογή των άρθρων που επιλέχθηκαν για την συγκεκριμένη εργασία, φαίνεται στο διάγραμμα 1.

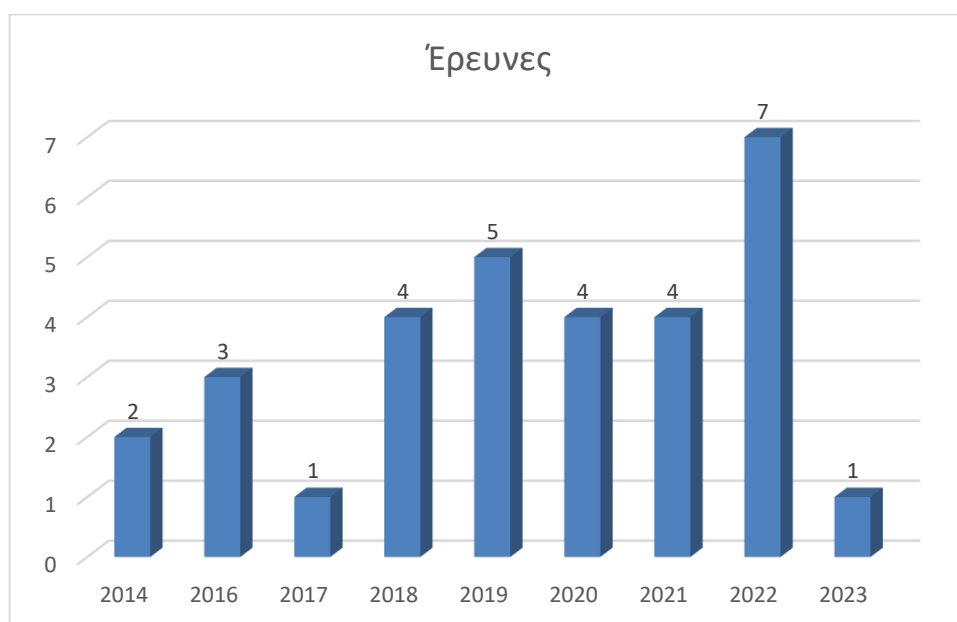
Διάγραμμα 1. Διαδικασία επιλογής άρθρων



Όσον αφορά τον αριθμό των μελετών ανά έτος, διαπιστώνουμε ότι οι περισσότερες έχουν διενεργηθεί το έτος 2022 (7 έρευνες), έπεται το έτος 2019 (5 έρευνες), τα έτη 2020, 2021 και 2018 (4 έρευνες), το έτος 2016 (3 έρευνες), το έτος 2014 (2 έρευνες) και τα έτη 2023 και 2017 (1 έρευνα) (πίνακας 1, διάγραμμα 2).

Πίνακας 1. Χρονολογία διεξαγωγής ερευνών

Έτος	Έρευνες
2022	7
2014	2
2016	3
2017	1
2018	4
2019	5
2020	4
2021	4
2023	1
Σύνολο	31

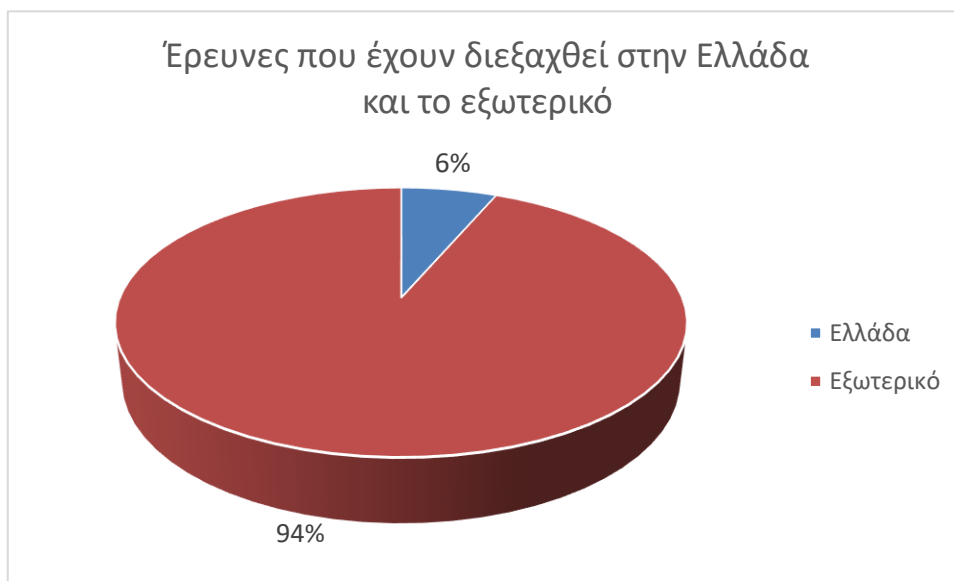


Διάγραμμα 2. Χρονολογία διεξαγωγής ερευνών

Από τις παραπάνω έρευνες, δύο έχουν διεξαχθεί στην Ελλάδα (ποσοστό 6%) και οι 29 στο εξωτερικό (ποσοστό 94%) (πίνακας 2, διάγραμμα 3).

Πίνακας 2. Διεξαγωγή ερευνών στην Ελλάδα ή το εξωτερικό

Ελλάδα	2
Εξωτερικό	29

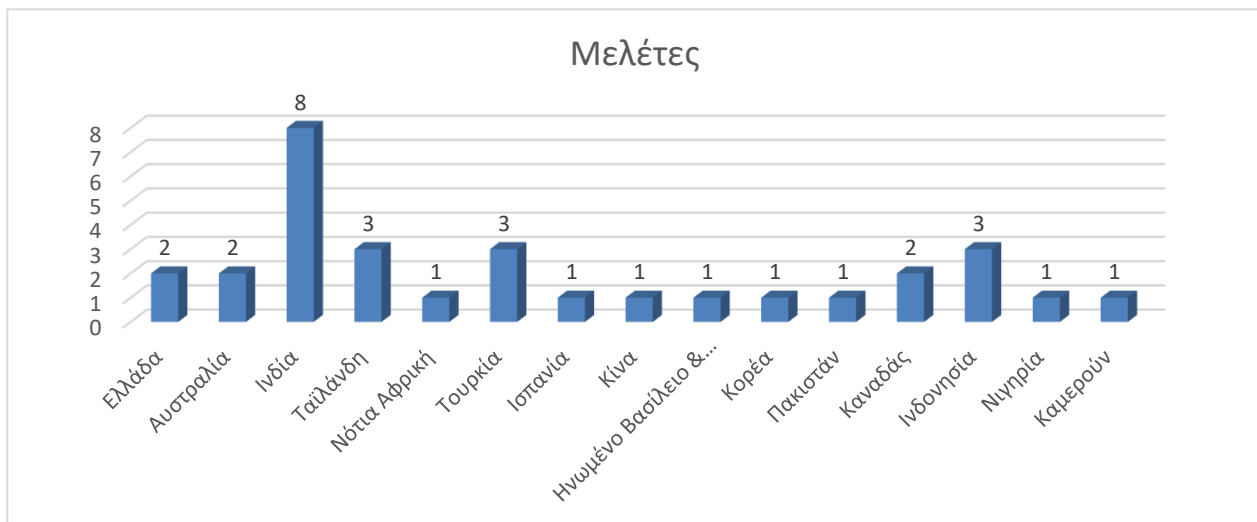


Διάγραμμα 3. Διεξαγωγή ερευνών στην Ελλάδα ή το εξωτερικό

Μελετήθηκε διεξοδικότερα η χώρα προέλευσης των μελετών. Η πλειοψηφία (8 μελέτες) προέρχονται από την Ινδία, 3 μελέτες από την Ταϊλάνδη, την Τουρκία και την Ινδονησία αντίστοιχα, 2 μελέτες από την Ελλάδα, την Αυστραλία και τον Καναδά αντίστοιχα και από 1 μελέτη λάβαμε από τη Νότια Αφρική, την Ισπανία, την Κίνα, το Ηνωμένο Βασίλειο και τις ΗΠΑ, την Κορέα, το Πακιστάν τη Νιγηρία και το Καμερούν (πίνακας 3, Διάγραμμα 4).

Πίνακας 3. Χώρες διεξαγωγής ερευνών

Χώρες	Μελέτες
Ελλάδα	2
Αυστραλία	2
Ινδία	8
Ταϊλάνδη	3
Νότια Αφρική	1
Τουρκία	3
Ισπανία	1
Κίνα	1
Ηνωμένο Βασίλειο και ΗΠΑ	1
Κορέα	1
Πακιστάν	1
Καναδάς	2
Ινδονησία	3
Νιγηρία	1
Καμερούν	1

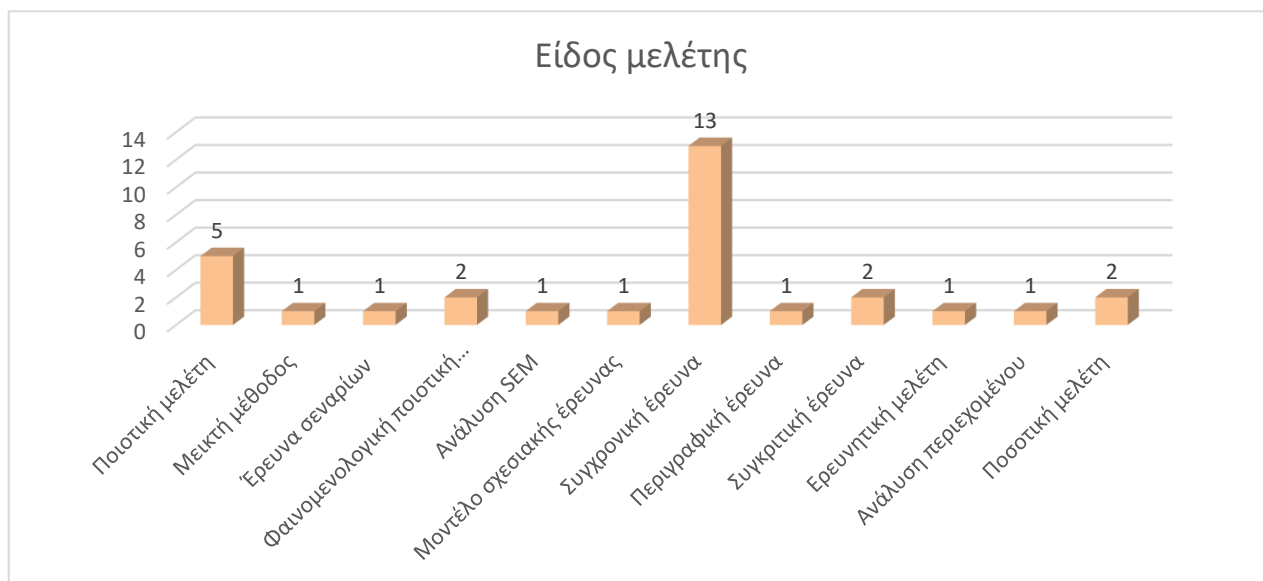


Διάγραμμα 4. Χώρες διεξαγωγής ερευνών

Στη συνέχεια μελετήθηκε το είδος της έρευνας, σύμφωνα με την περιγραφή που δόθηκε από τους συγγραφείς τους. Διαπιστώνεται ότι η πλειονότητα (13 έρευνες) έχουν χαρακτηριστεί ως συγχρονικές έρευνες, 5 ως ποιοτικές, 2 ως ποσοτικές, συγκριτικές και φαινομενολογικές έρευνες αντίστοιχα και οι υπόλοιποι χαρακτηρισμοί αφορούν από 1 έρευνα (πίνακας 4., διάγραμμα 5).

Πίνακας 4. Είδος μελέτης

Είδος μελέτης	
Ποιοτική μελέτη	5
Μεικτή μέθοδος	1
Έρευνα σεναρίων	1
Φαινομενολογική ποιοτική έρευνα	2
Ανάλυση SEM	1
Μοντέλο σχεσιακής έρευνας	1
Συγχρονική έρευνα	13
Περιγραφική έρευνα	1
Συγκριτική έρευνα	2
Ερευνητική μελέτη	1
Ανάλυση περιεχομένου	1
Ποσοτική μελέτη	2

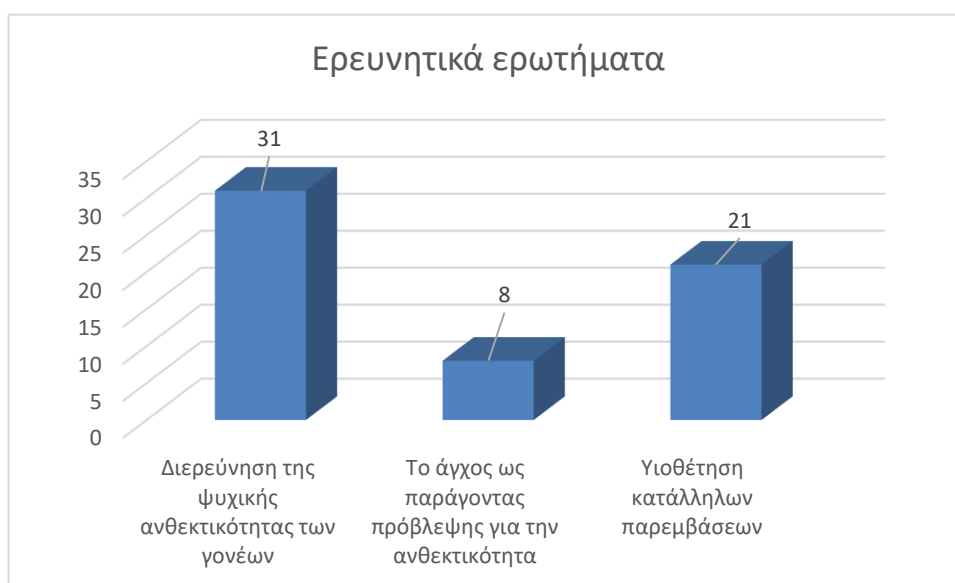


Διάγραμμα 5. Είδος μελέτης

Όσον αφορά τα ερευνητικά μας ερωτήματα, και οι 31 έρευνες διερευνούν την ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων (100%), οι 8 (25,8%) διερευνούν την παρουσία του άγχους ως παράγοντα πρόβλεψης για την ανθεκτικότητα των γονέων, ενώ οι 21 από αυτές ασχολούνται και με την υιοθέτηση των κατάλληλων παρεμβάσεων (64,5%) (πίνακας 5, διάγραμμα 6).

Πίνακας 5. Διερεύνηση ερευνητικών ερωτημάτων

Διερεύνηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων	31
Το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης της ανθεκτικότητας	8
Υιοθέτηση κατάλληλων παρεμβάσεων	21



Διάγραμμα 6. Διερεύνηση ερευνητικών ερωτημάτων.

Πιο αναλυτικά, οι μελέτες που επιλέχθηκαν, εμφάνισαν τα παρακάτω στοιχεία:

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Aivalioti και Pezirkianidis (2020), Ελλάδα	Ποιοτική μελέτη	n: 83 άτομα, PERMA-Profiler, CD-RISC, Ερωτηματολόγιο για την οικογενειακή ανθεκτικότητα	Οι γονείς, που ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα στρατηγικών αντιμετώπισης όσον αφορά την ανθεκτικότητα της οικογένειας, ήταν πιο πιθανό να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα ευεξίας και ψυχολογικής ανθεκτικότητας. Ωστόσο, δεν εντοπίστηκαν σημαντικές διαφορές στην οικογενειακή ανθεκτικότητα, τη γονική ευημερία και τη γονική ανθεκτικότητα μεταξύ μητέρων και πατέρων.
Alsharaydeh et al. (2022), Αυστραλία	Μελέτη μεικτών μεθόδων	n: 134 άτομα, 10 μήνες, Κλίμακα Zarit Burden Interview, Κλίμακα Family Crisis Oriented Personal Evaluation	Οι μετανάστες γονείς που είχαν υψηλότερο αντιληπτό επίπεδο προκλήσεων επέδειξαν χαμηλότερα επίπεδα αντιμετώπισης και ανθεκτικότητας, ενώ εκείνοι με καλύτερα επίπεδα αντιμετώπισης και ανθεκτικότητας αντιλαμβάνονταν χαμηλότερο επίπεδο προκλήσεων. Τα επίπεδα ανθεκτικότητας και αντιμετώπισης φαίνεται να επηρεάζουν άμεσα το αντιληπτό επίπεδο των προκλήσεων. Ως εκ τούτου, η βελτίωση της ανθεκτικότητας και της αντιμετώπισης των γονέων μεταναστών είναι ζωτικής σημασίας για τη μείωση των αντιληπτών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν.
Arakkathara και O Bance (2020), Ινδία	Ποιοτική μελέτη	n: 174 άτομα, Parental Stress Scale (PSS) και Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	Η μελέτη δείχνει ξεκάθαρα ότι η ιδέα της ενίσχυσης της ανθεκτικότητας μπορεί να μειώσει το γονικό άγχος μητέρων με παιδιά με διανοητική αναπηρία.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Bhattacharjee et al. (2022), Ινδία	Έρευνα σεναρίων ανθεκτικότητας	n: 200 άτομα, Κλίμακα Ανθεκτικότητας Connor-Davidson	Φάνηκε ότι υπάρχει σημαντική συσχέτιση των δημογραφικών μεταβλητών - εκπαίδευση, επάγγελμα και εισόδημα με τη γονική ανθεκτικότητα. Ως εκ τούτου, η ανθεκτικότητα των γονέων παίζει σημαντικό ρόλο στην αντιμετώπιση των καθημερινών προκλήσεων, στην επίλυση προβλημάτων και στην ανάκαμψη από ορισμένες αντιξοότητες στην οικογένεια.
Chantasiriwate et al. (2019), Ταϊλάνδη	Φαινομενολογική ποιοτική μελέτη	n: 7, Κλίμακα Αξιολόγησης Οικογενειακής Ανθεκτικότητας	Σύμφωνα με τη θεωρία της ανθεκτικότητας, η ευτυχία και η ωριμότητα της ανάπτυξης μιας οικογένειας είναι τα αποτελέσματα μιας επιτυχημένης προσαρμογής.
Durr και Greeff (2020), Νότια Αφρική	Ποιοτική έρευνα	n: 16, Συνέντευξη	Μέσω της μελέτης αυτής επιβεβαιώνεται ότι η πίστη στον Θεό, η κοινωνική υποστήριξη, η επιμονή, η αμοιβαία αγάπη, η υπομονή, το χιούμορ, οι οικογενειακές ρουτίνες, η ευελιξία της οικογένειας στην καθημερινή τους λειτουργία και ο καλός προγραμματισμός είναι σημαντικά χαρακτηριστικά της οικογενειακής ανθεκτικότητας. Αυτά τα χαρακτηριστικά σχετίζονται τόσο με την ευημερία του παιδιού με αναπηρία όσο και με την προσαρμογή της οικογένειας.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Efiliti (2019), Τουρκία	Μοντέλο σχεσιακής έρευνας	n: 50 άτομα, Κλίμακα Ανθεκτικότητας για Ενήλικες	Η έρευνα έδειξε ότι υψηλότερο επίπεδο ψυχολογικής ανθεκτικότητας ανάμεσα στους γονείς είχαν αυτοί που είχαν ανώτερη εκπαίδευση και εργάζονταν, ενώ δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των επιπέδων ανθεκτικότητας και άλλων παραμέτρων όπως το πλήθος των παιδιών μέσα στην οικογένεια.
Flores-Buils και Andris-Roqueta (2022), Ισπανία	Ποιοτική έρευνα	n: 156 άτομα, Κλίμακα Ανθεκτικότητας CD-RISK και Test of Emotion Comprehension (TEC)	Η ηλικία των παιδιών και οι τυπικές μεταβλητές υποστήριξης προέβλεψαν την ανθεκτικότητα των γονέων ανάλογα με τον τύπο της διαταραχής.
Fu et al. (2023), Κίνα	Συγχρονική μελέτη	n: 373 άτομα. Parental Stress Index- Short Form, the Child Adjustment and Parent Efficacy Scale- Developmental Disability (CAPES- DD), and Social Support Scale	Εάν οι γονείς παιδιών με αναπηρίες αναζητήσουν ενεργά κοινωνική υποστήριξη, θα βελτιωθεί η ευημερία τους, η ποιότητα ζωής, η αποτελεσματικότητα των γονέων και η ανθεκτικότητα
Halstead et al. (2018), Ηνωμένο Βασίλειο και ΗΠΑ	Συγχρονική μελέτη	n: 312 άτομα, Brief Resilience Coping Scale, Strengths and Difficulties Questionnaire, QRSF7	Δεν υπήρχε διαχρονική συσχέτιση μεταξύ της ανθεκτικότητας και των αποτελεσμάτων της μητρικής ευημερίας. Υπήρχαν ελάχιστα στοιχεία για το ρόλο της ανθεκτικότητας ως προστατευτικού παράγοντα προβληματικών συμπεριφορών του παιδιού και της μητρικής ευημερίας και στις δύο μελέτες.
Hye-Young (2018), Κορέα	Περιγραφική ερευνητική μελέτη	n: 108 άτομα, Parenting Stress Index, Wagnild and Young scale	Η ανθεκτικότητα και η αντίληψη για την υγεία έχουν σημαντική επίδραση στο γονικό βάρος.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Janha et al. (2021), Ταϊλάνδη	Συγχρονική μελέτη	n: 160 άτομα, PSI-SF, RQ, Coping scale	Οι περισσότεροι γονείς είχαν τυπικό άγχος. Η κοινωνική υποστήριξη και οι δεξιότητες αντιμετώπισης αποφυγής συσχετίστηκαν σημαντικά με το άγχος των γονέων και την ανθεκτικότητα. Αυτό υποδηλώνει ότι ο τρόπος αντιμετώπισης και η ανθεκτικότητα είναι ύψιστης σημασίας για την ποιότητα ζωής των γονέων ή των βασικών φροντιστών.
Kadı και Eldeniz Cetin (2018), Τουρκία	Ποιοτική μελέτη	n: 222 άτομα, Family Resilience Scale	Το άγχος μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα ανθεκτικότητας των γονέων.
Katrak και Sunkarapalli (2021), Ινδία	Συγχρονική μελέτη	n: 157 άτομα, Learned Helplessness Questionnaire, Life Orientation Test-Revised, Family Resilience Scale	Οι γονείς που έχουν παιδιά με νευροαναπτυξιακές διαταραχές βιώνουν υψηλότερα επίπεδα ανικανότητας και συγκριτικά χαμηλότερα επίπεδα γονικής ανθεκτικότητας και αισιοδοξίας.
Khan et al. (2017), Πακιστάν	Συγκριτική έρευνα	n: 200 άτομα, Resilience Scale, Rotter's Locus of Control Scale, MSPSS	Εξάγεται το συμπέρασμα ότι βρέθηκαν σημαντικές διαφορές στην ανθεκτικότητα και τη βαθμολογία της αντίληψης ελέγχου των μητέρων που είχαν παιδιά με ΔΑΦ σε σχέση με αυτές που είχαν φυσιολογικά παιδιά. Επιπλέον, βρέθηκε σημαντική σχέση μεταξύ της ανθεκτικότητας και της αντιληπτής υποστήριξης από το κοινωνικό πλαίσιο σε μητέρες με παιδιά με ΔΑΦ.
Kumar και Deepalatha (2019), Ινδία	Συγχρονική μελέτη	n: 65 άτομα, NIMH Disability Impact Scale	Οι μητέρες αντιμετωπίζουν περισσότερες δυσκολίες σε σύγκριση με τους πατέρες. Οι μητέρες προσαρμόζονται σε μεγάλο βαθμό και αντιμετωπίζουν απώλεια κοινωνικής υποστήριξης λόγω της κατάστασης του παιδιού. Οι μητέρες που παρατηρήθηκαν με υψηλή ανθεκτικότητα σε σύγκριση με τους άνδρες.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Leone et al. (2016), Αυστραλία	Συγχρονική μελέτη	n: 155 άτομα, Family Resilience Assessment Scale, DBC-P24, PCQ, CRPR, DASS-21	Οι οικογένειες είναι σε θέση να καλλιεργήσουν ανθεκτικότητα και να βιώσουν θετικά αποτελέσματα παρά τις προκλήσεις της φροντίδας. Η πρόσβαση σε κοινωνικούς και οικονομικούς πόρους μπορεί να προάγει την ανθεκτικότητα της οικογένειας, αλλά δεν είναι η βασική κινητήρια δύναμη.
McConnell et al. (2014), Καναδάς	Ερευνητική μελέτη	n: 538 άτομα, Family Life Survey, DBC-24, General Family Functioning scale	Πρωτεύον παράγοντας για την ανθεκτικότητα είναι η ύπαρξη και η πρόσβαση σε κοινωνικούς πόρους, ενώ οι ατομικοί ή οικογενειακοί παράγοντες είναι δευτερεύοντες. Όσον αφορά τα αποτελέσματα σε επίπεδο οικογένειας, η ενίσχυση των κοινωνικών σχέσεων και η βελτίωση της οικονομικής δυσπραγίας θεωρείται σημαντική.
Muryono και Suranata (2022), Ινδονησία	Φαινομενολογική μελέτη	n: 8 άτομα, Συνέντευξη	Πίσω από την ανθεκτικότητα που επιδεικνύουν οι οικογένειες, υπάρχουν αξίες στις οποίες πιστεύουν και κρατούν ακράδαντα. Αυτές οι αξίες περιλαμβάνουν: (1) την αξία της παράδοσης και της θρησκευτικότητας, (2) η αξία της πολιτικής και της ευημερίας μέσα σε μια ομάδα, και (3) η αξία της οικουμενικότητας.
Ndata και Maduka (2019), Νιγηρία	Συγχρονική μελέτη	n: 161 άτομα, RS-14, WHOQOL-BREF	Βρέθηκε ότι η ανθεκτικότητα συνδέεται θετικά με την ποιότητα ζωής των φροντιστών. Ακόμη και με την έκθεση σε σημαντικό κίνδυνο ή αντιξοότητες στους ρόλους φροντίδας, οι φροντιστές που είναι ανθεκτικοί μπορούν να ξεπερνούν τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν αξιοποιώντας σωστά τους εσωτερικούς και εξωτερικούς τους πόρους.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Ngumabou και Tsala (2021), Καμερούν	Ανάλυση περιεχομένου	n: 4 άτομα, Ημιδομημένη συνέντευξη, family endurance index	Η ποιότητα της οικογενειακής ένωσης και συνεργασίας είναι βασικός παράγοντας που διευκολύνει την ανθεκτικότητα.
Ouellette-Kuntz et al. (2014), Καναδάς	Συγχρονική μελέτη	n: 154 άτομα, Inventory for Family Protective Factors, BFDS	Βρέθηκε συσχέτιση μεταξύ της ανθεκτικότητας των γονέων και της χαμηλής αντίληπτης κρίσης. Η χαμηλή ανθεκτικότητα οδηγεί στην ανάπτυξη προβλημάτων ψυχικής υγείας στους γονείς ή αντίστροφα, τα προβλήματα ψυχικής υγείας στους γονείς οδηγούν σε χαμηλή ανθεκτικότητα.
Rajan et al. (2016), Ινδία	Συγχρονική μελέτη	n: 60 άτομα, CD RISK	Η ανθεκτικότητα βρέθηκε ότι είναι ανεξάρτητη της ηλικίας των γονέων, του γένους και των ετών που έχουν περάσει από τη διάγνωση, την ηλικία του παιδιού, το γένος και το IQ.
Rajan et al. (2018), Ινδία	Συγχρονική μελέτη	n: 57 άτομα, Connor Davidson Resilience Scale και Internal-External Scale	Η γονική αντίληψη ελέγχου επηρεάζει σημαντικά την ανθεκτικότητά τους. Η εσωτερική αντίληψη ελέγχου δρα ως προστατευτικός μηχανισμός της ανθεκτικότητας.
Sari και Ayriza (2019), Ινδονησία	Ποσοτική μελέτη	n: 50 άτομα, SEPTI, Resilience Scale by CD-RISC instrument	Υπάρχει ισχυρή συσχέτιση μεταξύ της γονικής αυτοαποτελεσματικότητας και της ανθεκτικότητας. Η γονική αυτο-αποτελεσματικότητα είναι καλός προγνωστικός παράγοντας ανθεκτικότητας για τους γονείς με παιδιά με ειδικές ανάγκες.
Singh και Kumar (2022), Ινδία	Συγκριτική μελέτη	n: 300 άτομα, Κλίμακα ανθεκτικότητας των Junnarkar και Kaur	Το επίπεδο ανθεκτικότητας είναι διαφορετικό στις μητέρες παιδιών με διανοητική αναπηρία, σε παιδιά με κινητικές αναπηρίες και σε φυσιολογικά παιδιά. Τα στοιχεία υποστηρίζουν τη θεωρία ότι η ανθεκτικότητα συνδέεται με τη διαθεσιμότητα και την προσβασιμότητα σε διαθέσιμους πόρους υποστήριξης.

Μελέτη	Είδος μελέτης	Πληθυσμός – Μεθοδολογία	Αποτελέσματα
Sinha et al. (2016), Ινδία	Συγχρονική μελέτη	n: 98 άτομα, CD-RISC, Κλίμακα γονεϊκού άγχους	Το αντιληπτό επίπεδο άγχους σε έναν γονέα επηρεάζεται από το είδος της αναπηρίας, τον χρόνο που αφιερώνεται με το παιδί και το φύλο του γονέα και του παιδιού, ενώ η γονική ανθεκτικότητα επηρεάζεται από τους τρόπους ανατροφής.
Sunbul (2020), Τουρκία	Περιγραφική μελέτη	n: 120 άτομα, Brief Resilience Scale, SCS, DHS	Υπάρχει σημαντική θετική συσχέτιση μεταξύ αυτοσυμπόνιας και ελπίδας, καθώς και μεταξύ ελπίδας και ανθεκτικότητας.
Tejakum et al. (2022), Ταϊλάνδη	Συγχρονική μελέτη	n: 85 άτομα, Patient Health Questionnaire-9, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, CD-RISC-10	Η κατάθλιψη, η γνωστική λειτουργία, η κοινωνική υποστήριξη και το στίγμα που βίωναν οι φροντιστές ήταν σημαντικός προγνωστικός παράγοντας για την ανθεκτικότητά τους.
Τσιμπιδάκη (2021), Ελλάδα	Ποσοτική έρευνα	n: 411 άτομα, Αυτοσχέδιο Ερωτηματολόγιο, Κλίμακα Ανθεκτικότητας, Ερωτηματολόγιο Νοήματος Ζωής και Γενική Κλίμακα Αυτοαποτελεσματικότητας	Η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων συσχετίζεται άμεσα με τις θετικές συναισθηματικές διεργασίες, οι οποίες είναι καταλυτικές σε περιπτώσεις τραυματικών εμπειριών και σοβαρών κρίσεων.
Widayawati et al. (2022), Ινδονησία	Συγχρονική μελέτη	n: 497 οικογένειες, IFPP, PREQ, Quality of Life Questionnaire	Οι προστατευτικοί παράγοντες (θρησκεία, κοινωνική υποστήριξη, συντροφικότητα) επιδρούν σημαντικά στην ανθεκτικότητα των γονέων.

4.3. Ανάλυση Δεδομένων

Η ποιοτική έρευνα είναι ένα ποικίλο πεδίο που χρησιμοποιεί μια ποικιλία αναλυτικών τεχνικών για την κατανόηση των πλούσιων συνόλων δεδομένων. Μεταξύ των πιο κοινών τεχνικών που χρησιμοποιούνται από ερευνητές στην ποιοτική έρευνα, είναι η θεματική ανάλυση που περιλαμβάνει τον εντοπισμό επαναλαμβανόμενων προτύπων που παρουσιάζονται από τους ερευνητές ως γενικές δηλώσεις ή θέματα (Lochmiller, 2021).

Μέσω της θεματικής ανάλυσης, εντοπίζονται πρότυπα ή διάφορα ζητήματα όταν γίνεται ποιοτική διερεύνηση. Οι Clarke & Braun (2013) υποστηρίζουν ότι είναι βασική μέθοδος, αφού σε αυτήν στηρίζονται και άλλου είδους αναλύσεις και είναι μια ευέλικτη μέθοδος, η οποία δεν έχει σχέση με συγκεκριμένες γνωσιολογικές ή θεωρητικές προοπτικές (Maguire & Delahunt, 2017).

Ο προσανατολισμός του αναλυτή στη θεματική ανάλυση εξαρτάται εγγενώς από τα συγκεκριμένα ερευνητικά ερωτήματα που χρησιμοποιούνται για να καθοδηγήσουν τη μελέτη του. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η θεματική ανάλυση είναι μια άσκηση βασισμένη σε ερωτήσεις και εξαρτάται από σαφώς διατυπωμένες γραμμές έρευνας για να πλαισιώσει την ερμηνεία των δεδομένων από τον μελετητή. Οι Clarke και Braun (2013) παρατηρούν ότι η θεματική ανάλυση μπορεί να προσανατολιστεί έτσι ώστε «να αναφέρει εμπειρίες, νοήματα και την πραγματικότητα των συμμετεχόντων». Αυτό έχει συνέπειες για τα είδη των ερωτήσεων που ένας αναλυτής μπορεί να απαντήσει χρησιμοποιώντας θεματική ανάλυση και ερμηνεία. Αυτές οι ερωτήσεις ξεκινούν συχνά με «τι» ή «γιατί» και σπανιότερα περιλαμβάνουν ερωτήσεις που ξεκινούν με «πώς». Όταν προσανατολίζεται με αυτόν τον τρόπο, η θεματική ανάλυση συνοψίζει αυτό που οι συμμετέχοντες θεωρούν πολύτιμο και ασχολείται κυρίως με την παραγωγή μιας περιγραφικής περιγραφής της κατανόησης των συμμετεχόντων. Μια θεματική ανάλυση μπορεί να επικεντρωθεί σε ομοιότητες ή διαφορές σε επαναλαμβανόμενα μοτίβα που βρίσκονται στο σύνολο δεδομένων.

Εναλλακτικά, η θεματική ανάλυση μπορεί επίσης να είναι μια δομημένη μέθοδος, η οποία εξετάζει τους τρόπους με τους οποίους τα γεγονότα, η αντιληπτή πραγματικότητα, τα βιώματα και ούτω καθεξής μπορούν να λειτουργήσουν μέσα στο κοινωνικό πλαίσιο. Όταν πλαισιώνεται με αυτόν τον τρόπο, ο κονστρουξιονιστικός προσανατολισμός επιδιώκει να εφαρμόσει την ερμηνεία του αναλυτή ως ριζωμένη σε ένα εννοιολογικό ή θεωρητικό πλαίσιο (Lochmiller, 2021). Ως εκ τούτου, η έρευνα κινείται από την απλή περιγραφή του τι αναφέρουν οι συμμετέχοντες στην προσφορά μιας ερμηνείας των προτύπων που έχει παρατηρήσει ο αναλυτής. Επομένως, η θεματική ανάλυση μπορεί να είναι περιγραφική, επεξηγηματική ή/και κριτικής φύσης. Η θεματική ανάλυση δίνει τη δυνατότητα στους μελετητές να ορίσουν και να περιγράψουν τι είναι η πραγματικότητα ενός συμμετέχοντα χρησιμοποιώντας τη δική τους γραπτή ή προφορική αναφορά. Αυτή η προσέγγιση συνοψίζει αυτά που αναφέρουν οι συμμετέχοντες και επομένως συγκεντρώνει αυτές τις κατανοήσεις σε αναγνωρίσιμα μοτίβα. Ως επεξηγηματικό εργαλείο, η θεματική ανάλυση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να εξάγει ένα νόημα σχετικά με τις εμπειρίες, τις προοπτικές ή τα συστήματα πεποιθήσεων μέσα από το πρίσμα ενός συγκεκριμένου εννοιολογικού ή θεωρητικού πλαισίου. Αυτή η προσέγγιση περιλαμβάνει την εξέταση του τρόπου με τον οποίο τα μοτίβα που βρίσκονται μέσα στα δεδομένα απεικονίζουν συγκεκριμένες εννοιολογικές ή θεωρητικές ιδέες και απαιτεί από τον αναλυτή να ταιριάζει τα πρότυπα με μια συγκεκριμένη θεωρητική ή εννοιολογική εξήγηση (Maguire&Delahunt, 2017). Έτσι, συχνά χρησιμοποιείται όταν το σχήμα κωδικοποίησης του

αναλυτή ορίζεται εκ των προτέρων. Τέλος, ως εργαλείο κριτικής ανάλυσης, η θεματική ανάλυση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον εντοπισμό επίμονων κενών στις αναφερόμενες εμπειρίες των συμμετεχόντων. Αυτά τα κενά είναι συχνά αντιπροσωπευτικά επαναλαμβανόμενων προτύπων που δείχνουν την ύπαρξη καταπίεσης, διακρίσεων ή ανισορροπίας ισχύος. Έτσι, τα θέματα που παράγονται επιδιώκουν να αναδείξουν αυτά τα μοτίβα με σκοπό την επιστημονική ανάκριση προκειμένου να αντιμετωπιστούν δυνητικά αυτά τα ζητήματα στην πράξη, μέσω της πολιτικής ή μέσω της ανάπτυξης ενισχυμένης κοινωνικής συνείδησης (Lochmiller, 2021).

Στην παρούσα εργασία, η κωδικοποίηση έγινε βάσει των ερευνητικών ερωτημάτων. Πιο συγκεκριμένα, βάσει των συγκεκριμένων ερευνητικών ερωτημάτων που τέθηκαν αναλύθηκαν τα δεδομένα και έτσι η εργασία μας αποτέλεσε μια θεωρητική θεματική ανάλυση και όχι μια επαγωγική ανάλυση. Τα ερευνητικά ερωτήματα ήταν η διερεύνηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων, το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης της ανθεκτικότητας και η υιοθέτηση των κατάλληλων παρεμβάσεων. Έτσι, αφού αποκλείστηκαν κάποιες μελέτες, βάσει των όρων συμπερίληψης και αποκλεισμού που τέθηκαν, μελετήσαμε κάθε άρθρο που συμπεριλήφθηκε κωδικοποιώντας κάθε τμήμα του κειμένου του που ήταν σχετικό ή σχετιζόταν άμεσα με το εκάστοτε ερευνητικό μας ερώτημα. Τέλος, βρέθηκαν τα κοινά στοιχεία στα ερωτήματά μας και εξήχθησαν αποτελέσματα και συμπεράσματα.

Κεφάλαιο 5^ο

Ευρήματα

Διερευνήσαμε μέσω γραφημάτων τα αριθμητικά στοιχεία που δείχνουν τα έτη δημοσίευσης των άρθρων που επιλέχθηκαν στην παρούσα διπλωματική, πόσες έρευνες διεξήχθησαν στην Ελλάδα αλλά και στο εξωτερικό, αποτυπώνοντας παράλληλα ξεχωριστά πόσες αντιστοιχούν σε κάθε χώρα, την ερευνητική προσέγγιση που ακολουθήθηκε και τα ερευνητικά ερωτήματα που απαντήθηκαν.

5.1. Η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες ή/και Αναπηρία

Βασικό ερώτημα της εργασίας μας είναι η μέτρηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων παιδιών με Ε.Ε.Α./Α.. Διαπιστώθηκε από τη βιβλιογραφική έρευνα ότι η ανθεκτικότητα μπορεί να καθοριστεί, να ρυθμιστεί αλλά και να διατηρηθεί από ένα πλήθος παραγόντων που περιλαμβάνουν την αυτοαποτελεσματικότητα, τις ψυχολογικές διεργασίες και τους οικογενειακούς δεσμούς, ενώ η παρέμβαση της κοινότητας και του κράτους μπορούν να παίξουν, επίσης, καθοριστικό ρόλο.

Όλες οι έρευνες που ενσωματώθηκαν (100%) διερευνούν το ερώτημα αυτό. Πιο συγκεκριμένα, διερευνάται η ανθεκτικότητα σε σχέση με διάφορους παράγοντες που μπορεί να την επηρεάζουν. Έτσι, το αν οι στρατηγικές αντιμετώπισης και η κοινωνική υποστήριξη επιφέρουν μεγαλύτερα επίπεδα ανθεκτικότητας διερευνάται από 21 έρευνες (ποσοστό 67,74%), με θετική συσχέτιση μεταξύ τους (Aivalioti & Pezirkianidis, 2020; Alsharaydeh et al., 2022; Chantasiriwate et al., 2019; Durr & Greeff, 2020; Fu et al.; 2023; Flores – Buils & Andrus - Roqueta, 2022; Janha et al., 2021; Khan et al., 2017; Leone et al., 2016; McConnell et al., 2014; Muryono & Suranata, 2022; Ndata & Maduka, 2019; Nguimabou & Tsala, 2021; Singh & Kumar, 2022; Tejakum et al., 2022; Widyawati et al., 2022; Hye - Young, 2018; Kumar & Deepalatha, 2019; Ouellette - Kuntzet al., 2014; Rajan et al., 2018; Sinha et al., 2016).

Η συσχέτιση της ανθεκτικότητας με το άγχος διερευνήθηκε από 8 έρευνες (ποσοστό 25,8%) και βρέθηκε ότι η ενίσχυση της ανθεκτικότητας μειώνει το γονικό άγχος (Arakkathara & O Bance, 2020; Fu et al., 2023; Halstead et al., 2018; Janha et al., 2021; Leone et al., 2016; Ouellette - Kuntz et al., 2014; Sinha et al., 2016; Tejakum et al., 2022).

Η επίδραση των δημογραφικών στοιχείων (εκπαίδευση, επάγγελμα, εισόδημα) βρέθηκε από 11 έρευνες (ποσοστό 35,48%) ότι σχετίζεται με την ανθεκτικότητα των γονέων, αφού η ανώτερη εκπαίδευση, η φύση του επαγγέλματος και τα υψηλά εισοδήματα συνδέθηκαν με μεγαλύτερα ποσοστά ανθεκτικότητας (Alsharaydeh et al., 2022; Bhattacharjee et al., 2022; Durr & Greeff, 2020; Efiliti, 2019; Fuet al., 2023; Flores – Buils & Andris - Roqueta, 2022; McConnell et al., 2014; Khan et al., 2017; Kumar & Deepalatha, 2019; Ouellette – Kuntz et al., 2014; Widyawati et al., 2022). Όμως, θα πρέπει να αναφερθεί ότι 5 έρευνες (ποσοστό 16,1%) δε βρήκαν θετική συσχέτιση μεταξύ των δημογραφικών στοιχείων και της ανθεκτικότητας των γονέων (Rajan et al., 2016; Janha et al., 2021; Kadi & Eldeniz Cetin, 2018; Leone et al., 2016; Sunbul, 2020). Οι Rajan et al. (2016) βρήκαν ότι οι γονείς που είχαν ανώτερη μόρφωση εμφάνισαν μεγαλύτερη ανθεκτικότητα, αλλά η ηλικία, το γένος του γονέα, το γένος του παιδιού, το IQ και τα έτη μετά τη διάγνωση δε φαίνεται στην έρευνά τους να σχετίζονται με την ανθεκτικότητα, ενώ οι Sinha et al. (2016) υπογράμμισαν στην έρευνά τους ότι η οικονομική δυσπραγία σχετίζεται με χαμηλή ανθεκτικότητα.

Σε 11 έρευνες (ποσοστό 35,48%) βρέθηκε ότι η ανθεκτικότητα συνδέεται άμεσα με την ποιότητα ζωής των γονέων και την ευεξία (Alsharaydeh et al., 2022; Durr & Greeff, 2020; Ndata & Maduka, 2019; Aivalioti & Pezirkianidis, 2020; Halstead et al., 2018; Janha et al., 2021; Khan et al., 2017; Kumar & Deepalatha, 2019; Muryono & Suranata, 2022; Τσιμπιδάκη, 2021; Widyawati et al., 2022). Η επιτυχημένη προσαρμογή φάνηκε ότι έχει ως αποτέλεσμα μεγαλύτερα ποσοστά ανθεκτικότητας (2 έρευνες, ποσοστό 6,4%) (Chantasiriwate et al., 2019; Durr & Greeff, 2020), ενώ η χαμηλή ανθεκτικότητα σχετίζεται με το γονικό βάρος (4 έρευνες, ποσοστό 12,9%) (Hye - Young, 2018; Ouellette - Kuntz et al., 2014; Kadi & Eldeniz Cetin, 2018; Kumar & Deepalatha, 2019), με το κοινωνικό στίγμα (5 έρευνες, ποσοστό 16,1%), με προβλήματα ψυχικής υγείας των γονέων (4 έρευνες, ποσοστό 12,9%) και με υψηλότερα ποσοστά των αντιληπτών προκλήσεων (2 έρευνες, ποσοστό 6,45%).

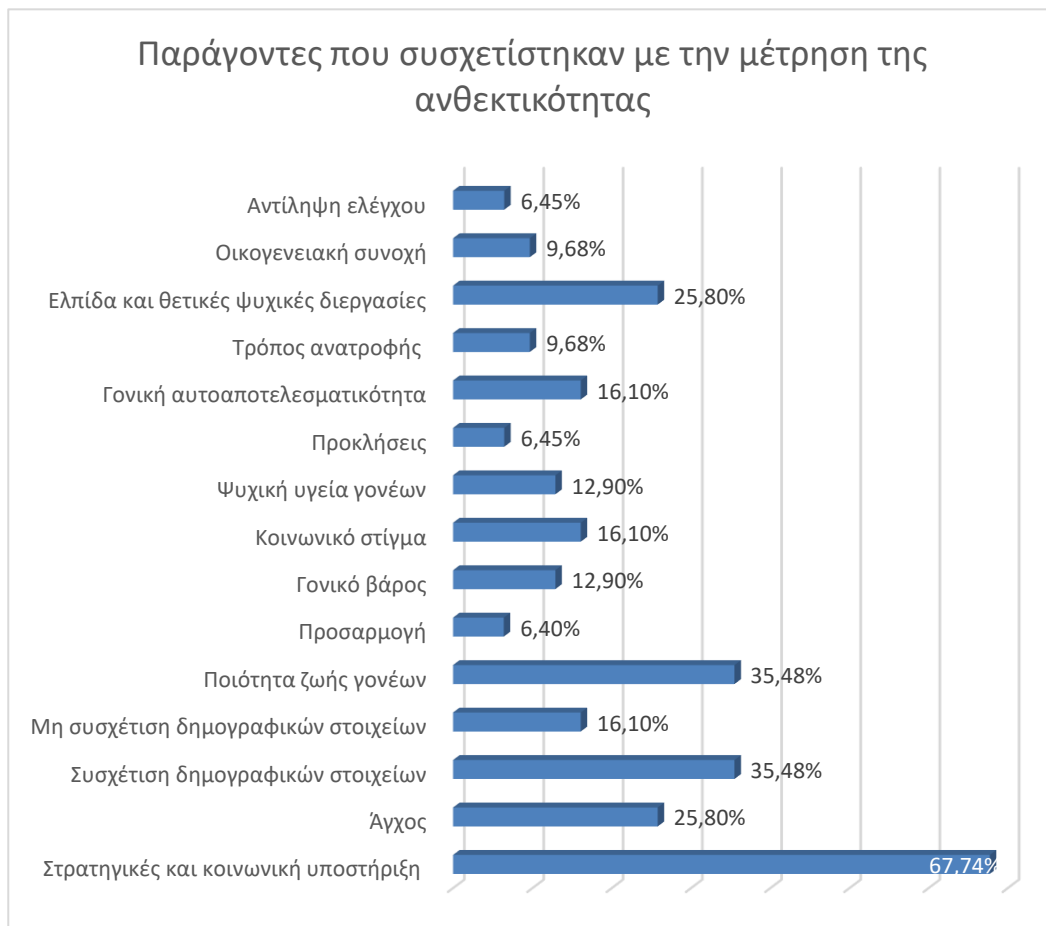
Θετική συσχέτιση εμφανίζεται στην ανθεκτικότητα σε σχέση με την επίτευξη γονικής αυτοαποτελεσματικότητας (5 έρευνες, ποσοστό 16,1) (Fu et al., 2023; Sari & Ayriza, 2019; Arakkathara & O Bance, 2020; Sari & Ayriza, 2019; Τσιμπιδάκη, 2021), με τον τρόπο ανατροφής των παιδιών (3 έρευνες, ποσοστό 9,68%) (Sinha et al., 2016; Leone et al., 2016; Sinha et al., 2018), με την ελπίδα και τις θετικές ψυχικές διεργασίες (8 έρευνες, ποσοστό 25,8%) (Durr & Greeff, 2020; Sunbul, 2020; Τσιμπιδάκη, 2021; Arakkathara & O Bance, 2020; Bhattacharjee et al., 2022; Chantasiriwate et al., 2019; Halstead et al., 2018; Katrak & Sunkarapalli, 2021), την οικογενειακή συνοχή (3 έρευνες, ποσοστό 9,68%) (Durr & Greeff,

2020; Nguimabou & Tsala, 2021; Khan et al., 2017) και την αντίληψη για τον έλεγχο (2 έρευνες, ποσοστό 6,45%) (Rajan et al., 2018; Singh & Kumar, 2022).

Στον πίνακα 6 βλέπουμε τις έρευνες που απαντούν στο πρώτο μας ερευνητικό ερώτημα, ενώ στο διάγραμμα 7 εμφανίζονται οι παράγοντες που συνδέθηκαν με τη μέτρηση της ανθεκτικότητας.

Πίνακας 6. Έρευνες που απαντούν στο 1^ο ερευνητικό ερώτημα

	Έρευνες
Μέτρηση της ανθεκτικότητας	<p>Aivalioti & Pezirkianidis, 2020 Alsharaydeh et al., 2022 Arakkathara & O Bance, 2020 Bhattacharjee et al., 2022 Chantasiriwate et al., 2019 Durr & Greeff, 2020 Efilti, 2019 Flores – Buils & Andris - Roqueta, 2022 Fu et al., 2023 Halstead et al., 2018 Hye-Young, 2018 Janha et al., 2021 Kadi & Eldeniz Cetin, 2018 Katrak & Sunkarapalli, 2021 Khan et al., 2017 Kumar & Deepalatha, 2019 Leone et al., 2016 McConnell et al., 2014 Muryono & Suranata, 2022 Ndata & Maduka, 2019 Nguimabou & Tsala, 2021 Ouellette - Kuntz et al., 2014 Rajan et al., 2016 Rajan et al., 2018 Sari & Ayriza, 2019 Singh & Kumar, 2022 Sinha et al., 2016 Sunbul, 2020 Tejakum et al., 2022 Τσιμπιδάκη, 2021 Widyawati et al., 2022</p>
Δεν διερευνάται	



Διάγραμμα 7. Παράγοντες που συσχετίστηκαν με τη μέτρηση της ανθεκτικότητας

5.2. Το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης χαμηλής ανθεκτικότητας των γονέων

Από τις 31 έρευνες, οι 8 (ποσοστό 25,8%) διερεύνησαν το ερώτημα εάν το άγχος αποτελεί παράγοντα πρόβλεψης της χαμηλής ανθεκτικότητας των γονέων. Θα πρέπει εδώ να αναφερθεί ότι σε όλες τις έρευνες αναφέρεται το άγχος ως παράγοντας που σχετίζεται με την ανθεκτικότητα, αλλά στις 8 έρευνες γίνεται μέτρηση του άγχους. Στον πίνακα 7 εμφανίζονται οι έρευνες που διερευνούν τον παράγοντα αυτό αναλυτικά.

Πίνακας 7. Έρευνες που διερευνούν τον παράγοντα "άγχος"

	Έρευνες
Αυξημένο άγχος γονέων	Arakkathara & O Bance, 2020 Fu et al., 2023 Halstead et al., 2018 Janha et al., 2021 Leone et al., 2016 Ouellette-Kuntz et al., 2014 Sinha et al., 2016 Tejakum et al., 2022
Δεν διερευνάται άμεσα	Aivalioti & Pezirkianidis, 2020 Alsharaydeh et al., 2022 Bhattacharjee et al., 2022 Chantasiriwate et al., 2019 Durr & Greeff, 2020 Hye-Young, 2018 Kadi & Eldeniz Cetin, 2018 Katrak & Sunkarapalli, 2021 Kumar & Deepalatha, 2019 Khan et al., 2017 McConnell et al., 2014 Muryono & Suranata, 2022 Ndata & Maduka, 2019 Nguimabou & Tsala, 2021 Rajan et al., 2018 Rajan et al., 2016 Sari & Ayriza, 2019 Singh & Kumar, 2022 Sunbul, 2020 Τσιμπιδάκη, 2021 Widyawati et al., 2022

Αναλυτικότερα, από τις έρευνες που διερευνήθηκαν φάνηκε μια αρνητική και σημαντική σχέση μεταξύ της ανθεκτικότητας και του άγχους των γονέων. Γενικότερα, διαπιστώνεται η αρνητική επίδραση του γονικού άγχους στην αποτελεσματικότητα των γονέων, το οποίο εν μέρει δημιουργείται άμεσα και εν μέρει έμμεσα μέσω της κοινωνικής υποστήριξης, η οποία αποτελεί μια ενδιάμεση μεταβλητή. Επίσης, υπάρχει μια θετική συσχέτιση μεταξύ της συμπεριφοράς των παιδιών και των συναισθηματικών προβλημάτων τους και του γονικού

άγχους σε όλα τα επίπεδα της γονικής ανθεκτικότητας που μετρήθηκαν. Αν και βρέθηκε μια σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ της γονικής ανθεκτικότητας και της συμπεριφοράς των παιδιών και των συναισθηματικών τους προβλημάτων, κάτι το οποίο προβλέπει το γονικό άγχος, διαπιστώθηκε ότι τα υψηλότερα ποσοστά ανθεκτικότητας συνδέονται με καλύτερα γονικά αποτελέσματα σε χαμηλότερα επίπεδα προβληματικής συμπεριφοράς των παιδιών, ενώ αναμενόταν ότι η ανθεκτικότητα θα ήταν ένας προστατευτικός παράγοντας σε υψηλά επίπεδα συμπεριφορικών και συναισθηματικών προβλημάτων.

Βέβαια, θα πρέπει να αναφερθεί ότι οι περισσότεροι γονείς είχαν τυπικό άγχος, κάτι που, σύμφωνα με τους ερευνητές, οφείλεται στους εσωτερικούς παράγοντες των γονέων. Οι γονείς με παιδιά που έχουν διαγνωστεί πρόσφατα μπορεί να αγχώνονται περισσότερο από τους γονείς που τα παιδιά τους έχουν διαγνωστεί αρκετό καιρό πριν. Οι τελευταίοι έχουν πρόσβαση σε προγράμματα εκπαίδευσης γονέων, σε ομαδικές συνεδρίες ή σε ατομική θεραπεία από ειδικούς, κάτι που μπορεί να βοηθήσει στην μείωση του άγχους τους. Επίσης βρήκαν ότι η ανθεκτικότητα συνδέεται σε σημαντικό βαθμό αρνητικά με το γονικό άγχος.

Είναι σημαντικό ότι το γονικό άγχος συνδέεται αρνητικά με το οικογενειακό πλαίσιο ανθεκτικότητας. Η συμπεριφορά του παιδιού έχει μια έμμεση επίδραση στην ανθεκτικότητα, καταδεικνύοντας μια ισχυρή σχέση με το γονικό άγχος. Το γονικό άγχος, που παρέχει ένα πλαίσιο για τα πρότυπα της επικοινωνίας της οικογένειας, αποτελεί τον πιο ισχυρό παράγοντα για την ανθεκτικότητα. Υποδεικνύεται ότι η κατάθλιψη, ειδικότερα, θέτει σε κίνδυνο την ανθεκτικότητα της οικογένειας με συμπτώματα κατάθλιψης που περιλαμβάνουν την έλλειψη πρωτοβουλίας και ενθουσιασμού και εκνευρισμό, που επιδρούν στην ικανότητα παροχής φροντίδας των γονέων και τη συμμετοχή στην οικογενειακή ζωή.

Εξάλλου, αναφέρεται ότι και μόνο το μέγεθος ενός παιδιού είναι από μόνο του στρεσογόνο. Μπορούμε λοιπόν να φανταστούμε το άγχος της ανατροφής ενός παιδιού με αναπηρίες. Συχνά διάφοροι παράγοντες συμβάλλουν στο γονικό άγχος, όπως π.χ. α) η άγνοια για την ασθένεια και η πρόσβαση σε ποιοτική υγειονομική περίθαλψη, β) τα σωματικά, ψυχολογικά και γνωστικά συμπτώματα των αναπτυξιακών διαταραχών και γ) το κοινωνικό στίγμα προς τα παιδιά με αναπτυξιακές διαταραχές. Επίσης, στο άγχος μπορεί να συμβάλλουν παράγοντες όπως οι προκλήσεις από τα καθημερινά προβλήματα, τα οικονομικά βάρη κατά την αναζήτηση βοήθειας και φροντίδας υγείας και η κοινωνική απομόνωση των οικογενειών λόγω των συμπεριφορικών προβλημάτων.

Από τις έρευνες διαπιστώνουμε ότι 6 μήνες μετά την αρχική προσέγγιση και βρήκαν ότι πολύ λίγες οικογένειες είχαν λάβει τις απαιτούμενες υπηρεσίες, ενώ κάποιοι δήλωσαν ότι είχαν χάσει εντελώς την υποστήριξη, επιδεινώνοντας κατά πολύ το γονικό άγχος. Έτσι, διαπιστώνεται ότι οι καθοριστικοί παράγοντες που προβλέπουν την ανθεκτικότητα των γονέων σε παιδιά με προβλήματα είναι η κατάθλιψη και το άγχος, η κοινωνική υποστήριξη, η γνωστική κατάσταση των γονέων και το στίγμα.

5.3. Η παρέμβαση της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων για την αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων

Από τις έρευνες που συμπεριλήφθηκαν στην εργασία μας, οι 17 αναφέρονται σαφώς στην σημαντικότητα της παρέμβασης της οικογένειας και των κοινωνικών παραγόντων για τη βελτίωση της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α. (πίνακας 8).

Πίνακας 8. Έρευνες που ερευνούν τον παράγοντα «παρεμβάσεις».

	Έρευνες
Παρεμβάσεις για την αύξηση της ανθεκτικότητας	<p>Aivalioti & Pezirkianidis, 2020 Alsharaydeh et al., 2022 Bhattacharjee et al., 2022 Chantasiriwate et al., 2019 Durr & Greeff, 2020 Flores –Buils & Andris - Roqueta, 2022 Fu et al., 2023 Hye-Young, 2018 Janha et al., 2021 Khan et al., 2017 McConnell et al., 2014 Nguimabou & Tsala, 2021 Ouellette - Kuntz et al., 2014 Singh & Kumar, 2022 Tejakum et al., 2022 Τσιμπιδάκη, 2021 Widyawati et al., 2022</p>

Δεν διερευνάται	Efiliti, 2019 Halstead et al., 2018 Kadi & Eldeniz Cetin, 2018 Katrak & Sunkarapalli, 2021 Kumar & Deepalatha, 2019 Ndata & Maduka, 2019 Muryono & Suranata, 2022 Leone et al., 2016 Rajan et al., 2016 Rajan et al., 2018 Sari & Ayriza, 2019 Sinha et al., 2016 Sunbul, 2020
-----------------	--

Από τις παραπάνω έρευνες, διαπιστώνουμε ότι οι στρατηγικές παρέμβασης θεωρούνται ως ένας από τους πιο σημαντικούς θετικούς παράγοντες πρόβλεψης για την ευεξία των γονέων. Ως προς τις εσωτερικές στρατηγικές, η συνοχή είναι σημαντική για την καθημερινή διαβίωση της οικογένειας, ενώ οι εξωτερικές στρατηγικές όπως είναι η χρήση των κοινωνικών δικτύων και οι οικονομικές ρυθμίσεις θεωρούνται εξίσου αποτελεσματικές. Οι ομάδες υποστήριξης είναι ιδιαίτερα χρήσιμες, υπογραμμίζοντας παράλληλα την σημασία των υπηρεσιών για την παροχή κοινωνικής υποστήριξης. Η απουσία των υποστηρικτικών αυτών δικτύων θεωρήθηκε ως σημαντικό εμπόδιο από τους γονείς. Γενικότερα, η κοινωνική υποστήριξη ολόένα και περισσότερο αναγνωρίζεται ως μια σημαντική πηγή υποστήριξης για ανθρώπους που βιώνουν στρεσογόνες καταστάσεις. Ένας σημαντικός αριθμός γονέων, δηλώνουν ότι δεν υπάρχει συναισθηματική υποστήριξη από τους συγγενείς τους, πιθανώς λόγω της πίεσης στην καθημερινότητά τους που δεν τους άφηνε διαθέσιμο χρόνο.

Είναι γνωστό ότι η αναζήτηση βοήθειας προκύπτει ως φυσικό ένστικτο όταν υπάρχει ανάγκη. Ακόμη και στην περίπτωση που η κατάσταση ελέγχεται από τους γονείς, πάντα χρειάζεται εξωτερική βοήθεια, κάτι που συμβάλλει τα μέγιστα στην γονική ανθεκτικότητα. Έτσι, η ύπαρξη κρατικών προγραμμάτων, οι ομάδες αυτοβοήθειας, βοήθεια από ειδικούς και σπουδαστές και η χρήση του διαδικτύου για αναζήτηση βοήθειας και γνώσης μπορεί να αποτελέσουν σημαντικούς παράγοντες που θα δώσουν ουσιαστικές λύσεις στους γονείς και θα νιώσουν παράλληλα ότι δεν είναι μόνοι τους στον αγώνα τους. Η υποστήριξη από τους συγγενείς και τους φίλους μπορεί να βελτιώσει την προσαρμοστικότητα των γονέων, ενώ η

κοινωνική υποστήριξη από οικογένειες, φίλους, την κοινότητα και άλλους γονείς με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α. μπορεί να είναι παράγοντας για την βελτίωση της ανθεκτικότητας των γονέων.

Γενικότερα, η κοινωνική υποστήριξη θεωρείται ως η μια βασική πηγή ανθεκτικότητας. Αυτή περιλαμβάνει υποστήριξη από όλη την οικογένεια, υποστήριξη από εξωτερικά δίκτυα καθώς και από τους φίλους και την κοινότητα. Η κοινωνική υποστήριξη θεωρείται από τους ερευνητές ως ένας σημαντικός παράγοντας ανθεκτικότητας, ειδικά κατά τη διαδικασία προσαρμογής. Η ανεπίσημη υποστήριξη από την οικογένεια και τους φίλους, καθώς και η επίσημη υποστήριξη από την κοινότητα, τα σχολεία και τους γιατρούς, μπορούν να βοηθήσουν τους γονείς να λάβουν πληροφόρηση και συναισθηματική και σωματική υποστήριξη, η οποία με την σειρά της ενισχύει την επιμονή και τις σκέψεις όλων των μελών της οικογένειας.

Η επίσημη υποστήριξη από επαγγελματίες αποτελεί μια πηγή πληροφόρησης και οργανικής υποστήριξης που μπορεί να παρέχει πηγές για όλη την οικογένεια (όπως η παρακολούθηση ψυχοεκπαιδευτικών παρεμβάσεων ή τα κέντρα εργοθεραπείας). Η ανεπίσημη υποστήριξη περιλαμβάνει τη συμμετοχή σε οικογενειακούς συλλόγους ή δραστηριότητες με άλλες οικογένειες που παρέχει συναισθηματική υποστήριξη και χώρο για χαλάρωση. Επιπλέον, η υποστήριξη μπορεί να λειτουργήσει ως ένας προστατευτικός παράγοντας μέσω της βοήθειας στη φροντίδα του παιδιού, κάτι που μπορεί να μειώσει το βάρος και το άγχος των γονέων. Επιπλέον, η κοινωνική υποστήριξη μπορεί να προάγει, ανάμεσα στα άλλα, την ψυχική υγεία και την ικανοποίηση για τις οικογένειες στις δύσκολες στιγμές. Η κοινωνική υποστήριξη αποτελεί μια άμεση πηγή θετικών συναισθημάτων και ένας παράγοντας που βοηθά στην μείωση των αρνητικών συναισθημάτων. Η ατομική αντίληψη για την υποστήριξη αποτελεί μια ψυχολογική πραγματικότητα, που επηρεάζει τις συμπεριφορές των ανθρώπων. Οι γονείς με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες που αναζητούν ενεργά κοινωνική υποστήριξη, ενισχύουν την ευεξία τους, την ποιότητα της γονικής υποστήριξης, την απόδοση και την ανθεκτικότητα.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι έχουν αναπτυχθεί και εφαρμόζονται προγράμματα υποστήριξης, αλλά όμως στην πραγματικότητα δεν λαμβάνονται υπόψη τα προβλήματα υγείας των γονέων. Έτσι, προτείνεται η ανάπτυξη διάφορων μορφών υποστηρικτικών προγραμμάτων προκειμένου να βοηθήσουν τους γονείς να διατηρήσουν την ανθεκτικότητά τους και μια υγιή κατάσταση. Ειδικότερα, η ανάπτυξη νοσηλευτικών προγραμμάτων παρέμβασης θα πρέπει να μελετώνται συνέχεια και να υποστηρίζονται πρακτικά, ώστε να είναι διαθέσιμα σε όλη την κοινότητα. Εξάλλου, από τις έρευνες διαπιστώνεται οι γονείς που έχουν πρόσβαση σε γονικά προγράμματα εκπαίδευσης, ομαδική ή ατομική συμβουλευτική θεραπεία από ειδικούς μπορούν να βοηθηθούν στο να μειώσουν το άγχος τους, προάγοντας έτσι την ανθεκτικότητά τους.

Αναφέρεται ότι εάν μια οικογένεια διαθέτει κοινωνικο-οικολογικούς πόρους (όπως για παράδειγμα την οικογένεια σε αλληλεπίδραση με το περιβάλλον της), τότε μειώνονται οι στρεσογόνοι παράγοντες και αυξάνεται η ανθεκτικότητα. Αυτή η βασική γνώση μπορεί να έχει σημαντικές επιδράσεις στην πολιτική και την πρακτική. Μία επίδραση είναι ότι, γενικά, οι πολιτικές και τα προγράμματα που σχεδιάζονται για να βελτιώσουν τις κοινωνικο-οικολογικές συνθήκες (π.χ. βελτίωση της οικονομικής δυσπραγίας και προώθηση της κοινωνικής ένταξης), λογικά, θα έχουν μεγαλύτερη επίδραση στο επίπεδο των αποτελεσμάτων σε μια οικογένεια από ότι τα προγράμματα που εστιάζουν στην θεραπεία της αναπηρίας ή στην τροποποίηση της συμπεριφοράς του παιδιού. Παρόλα αυτά, οι πολιτικές και τα προγράμματα για τη βελτίωση των κοινωνικο-οικολογικών συνθηκών μπορεί να μην επηρεάζουν το ίδιο όλους τους ανθρώπους. Θα πρέπει, λοιπόν, να ληφθούν υπόψη ένα πλήθος στρατηγικών για τη δημιουργία των κατάλληλων κοινωνικο-οικολογικών συνθηκών για τις οικογένειες που μεγαλώνουν παιδιά με αναπηρίες. Μια τέτοια στρατηγική, και αναμφισβήτητα η πιο κοινή πρακτική, είναι να εξοπλιστούν οι γονείς με δεξιότητες για την αποτελεσματική διαχείριση των προβλημάτων συμπεριφοράς των παιδιών. Ωστόσο, ακόμη και αν εξαλειφθούν τα προβλήματα συμπεριφοράς των παιδιών, οι οικογένειες πιθανότατα θα δυσκολευτούν εάν οι κοινωνικο-οικολογικές συνθήκες στις οποίες ζουν παραμένουν δυσμενείς.

Σημαντικός είναι ο ρόλος της αναδιοργάνωσης μέσα στην οικογένεια, δηλαδή το μοίρασμα των ρόλων και η φύση της υποστήριξης από όλα τα μέλη της οικογένειας και την κοινότητα. Επίσης, τονίζεται ότι η παραπομπή του παιδιού σε κέντρο αποκατάστασης κατά τα πρώιμα στάδια, του επιτρέπει τη γρήγορη απόκτηση δεξιοτήτων, ενώ οι ψυχοεκπαιδευτικές συνεδρίες στους γονείς τους επιτρέπουν να κατανοήσουν καλύτερα τα μειονεκτήματά τους και να αναδιοργανώσουν το οικογενειακό σύστημα.

Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, μετά από έξι μήνες από την πρώτη συνεδρία με τους γονείς, λίγες οικογένειες λαμβάνουν τις κοινωνικές υπηρεσίες που είχαν ζητήσει, ενώ κάποιοι άλλοι χάνουν την υποστήριξη. Έτσι, διαπιστώνεται ότι όσο μεγαλύτερη ανθεκτικότητα είχαν κατά τον χρόνο που είχαν λάβει υπηρεσίες, ήταν πιο πιθανό να αποφύγουν κρίσεις έξι μήνες μετά. Αυτό το εύρημα υπογραμμίζει τη σημασία της εξέτασης της ανθεκτικότητας από τις κοινωνικές υπηρεσίες για να υποστηριχθεί η λειτουργικότητα της οικογένειας. Η ανθεκτικότητα μιας οικογένειας αντανakλάται στην αίσθηση ελέγχου και προσαρμογής της σε γεγονότα της ζωής και στρεσογόνους παράγοντες, καθώς και στην πεποίθηση ότι μπορούν να αντέξουν τις προκλήσεις.

Θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη παρεμβάσεων που θα βοηθήσουν τους γονείς με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α. να γίνουν πιο ανθεκτικοί και σίγουροι για τις γονεϊκές τους ικανότητες. Βρέθηκε ότι οι γονείς που είχαν υψηλά επίπεδα κοινωνικής υποστήριξης ήταν περισσότερο ικανοί να ενθαρρύνουν τα παιδιά τους και να λάβουν μέρος στις εξωτερικές δραστηριότητες της κοινότητας. Οι γονείς αυτοί, ιδιαίτερα όταν προέρχονται από χαμηλό κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο, πρέπει να λαμβάνουν κοινωνική υποστήριξη και πόρους, καθώς και αποτελεσματικά προγράμματα παρέμβασης. Οι γονείς θα πρέπει να ενδυναμωθούν βελτιώνοντας την ανθεκτικότητά τους μέσω της κοινωνικής υποστήριξης, της υποστήριξης από την οικογένεια, την εκπαίδευσή τους, την ελπίδα κ.λπ., ενώ οι επαγγελματίες στην αποκατάσταση θα πρέπει να κάνουν αξιολόγηση της ανθεκτικότητας και να παρέχουν εκπαίδευση.

Οι έρευνες αναφέρουν ότι οι γονείς των παιδιών αυτών βιώνουν σωματικό και ψυχολογικό βάρος από την προσωπική τους ευθύνη, ενώ η κοινωνική υποστήριξη μειώνεται όσο αυξάνεται η σοβαρότητα της προκλητικής συμπεριφοράς. Στην ουσία, η κοινωνική υποστήριξη είναι ένας σημαντικός παράγοντας που συνδέεται με την υγεία και τείνει να είναι ισχυρότερη όταν υπάρχει υποστήριξη λαμβάνοντας υπόψη συμπεριφορικούς, ψυχολογικούς και βιολογικούς μηχανισμούς. Έτσι, οι φορείς χάραξης πολιτικής θα πρέπει να μελετήσουν ένα σύστημα υποστήριξης που θα υποστηρίζει τους γονείς των παιδιών με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες, προκειμένου να μειώσουν το βάρος των γονέων και να βελτιώσουν την ανθεκτικότητα της οικογένειας. Το σύστημα υποστήριξης θα πρέπει αποτελείται από υποστηρικτικά προγράμματα των γονέων, ειδικά εκπαιδευτικά προγράμματα για τα παιδιά και οικονομική υποστήριξη, ειδικά στις οικογένειες χαμηλού οικονομικού επιπέδου.

Δεν πρέπει να παραβλέπουμε ότι ο ποιοτικός χρόνος των μελών της οικογένειας και η αλληλεπίδραση μεταξύ τους είναι σημαντικοί παράγοντες, ενώ οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες θα πρέπει να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις με έναν τρόπο ολιστικό. Επίσης, θα πρέπει οι ειδικοί να αναπτύξουν την έρευνα, τους τρόπους αντιμετώπισης και τις πρακτικές προκειμένου να ενισχυθεί η ανθεκτικότητα των γονέων, συμπεριλαμβάνοντας στη φάρετρα τους τη σύγχρονη τεχνολογία, μέσω της τηλεεκπαίδευσης και της απομακρυσμένης συμβουλευτικής.

Κεφάλαιο 6^ο

Συζήτηση

Η εργασία μας αποτελεί μια συστηματική ανασκόπηση και πραγματεύεται την ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή/και αναπηρία/ες. Επιχειρεί να γίνει κατανοητός ο βαθμός ανθεκτικότητας των γονέων αυτών και να διερευνηθούν οι τρόποι που μπορούν να ενισχύσουν την ανθεκτικότητά τους στις δύσκολες καταστάσεις που βιώνουν σε πολλούς τομείς της καθημερινής τους ζωής. Προκειμένου να επιτευχθεί αυτό, υπάρχουν τρία ερευνητικά ερωτήματα. Το πρώτο αφορά τη μέτρηση της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α.. Το δεύτερο ερευνητικό μας ερώτημα είχε ως στόχο να διερευνήσει κατά πόσο το άγχος αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την πρόβλεψη της ανθεκτικότητας των γονέων. Το τρίτο ερώτημα μελετά τις παρεμβάσεις που μπορούν να λάβουν χώρα μέσω της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων, προκειμένου να προαχθεί η ανθεκτικότητα των γονέων. Αναζητήθηκαν σχετικά άρθρα από μηχανές αναζήτησης (PubMed, Elsevier και Google Scholar). Απομονώθηκαν 122 άρθρα, από τα οποία, μετά από ενδελεχή μελέτη και σύμφωνα με τους όρους ένταξης και αποκλεισμού που τέθηκαν, συμπεριλήφθηκαν στη μελέτη μας 31 άρθρα.

6.1. Η ψυχική ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α.

Το πρώτο μας ερώτημα απαντήθηκε από την ολότητα των ερευνών που ενσωματώθηκαν στην εργασία αυτή. Η ανθεκτικότητα αποτελεί έναν δείκτη μετρήσιμο, ενώ μπορεί να διαμορφωθεί και εξαρτάται άμεσα από μεταβλητές που περιλαμβάνουν τις διαθέσιμες παρεμβάσεις, τους δεσμούς της οικογένειας, ψυχολογικούς παράγοντες κ.ά.

Οι περισσότεροι συγγραφείς βρήκαν ότι η ανθεκτικότητα σχετίζεται άμεσα με διάφορους παράγοντες όπως η ελπίδα και οι στρατηγικές αντιμετώπισης (Cheraghian et al., 2023), με το γονεϊκό άγχος (Arakkathara & O Bance, 2020; Fuet et al., 2023; Halstead et al., 2018; Janha et al., 2021; Leone et al., 2016; Ouellette - Kuntz et al., 2014; Sinha et al., 2016; Tejakum et al., 2022), με τις στρατηγικές αντιμετώπισης και την κοινωνική υποστήριξη (Aivalioti & Pezirkianidis, 2020; Alsharaydeh et al., 2022; Chantasiriwate et al., 2019; Durr & Greeff, 2020; Fu et al., 2023; Flores – Buils & Andris - Roqueta, 2022; Janha et al., 2021; Khan et al., 2017; Leone et al., 2016; McConnell et al., 2014; Muryono & Suranata, 2022; Ndata & Maduka, 2019; Nguimabou & Tsala, 2021; Singh & Kumar, 2022; Tejakum et al., 2022; Widyawati et al., 2022; Hye -Young, 2018; Kumar & Deepalatha, 2019; Ouellette - Kuntzet al., 2014; Rajan

et al., 2018; Sinha et al., 2016) και την ποιότητα ζωής των γονέων και την ευεξία (Alsharaydeh et al., 2022; Durr & Greeff, 2020; Ndata & Maduka, 2019; Aivalioti & Pezirkianidis, 2020; Halstead et al., 2018; Janha et al., 2021; Khan et al., 2017; Kumar & Deepalatha, 2019; Muryono & Suranata, 2022; Τσιμπιδάκη, 2021; Widyawati et al., 2022). Το εύρημα αυτό συμφωνεί με άλλες μελέτες. Οι O' Dougherty Wright et al., 2013 ταξινόμησαν και μελέτησαν διάφορους παράγοντες που είναι ικανοί να συμβάλλουν στην ανθεκτικότητα των γονέων και βρήκαν ότι τα ατομικά χαρακτηριστικά, οι εξωτερικοί προστατευτικοί παράγοντες, οι παρεμβάσεις και η ικανότητα κατανόησης, διέρχονται από το ατομικό επίπεδο που εμπερικλείει επιγενετικές και νευροβιολογικές διεργασίες και επεκτείνονται μέχρι την οικογένεια και το ευρύτερο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον. Επιπλέον, ο Masten (2011) θεωρεί την ανθεκτικότητα ως τη δεξιότητα εκείνη που καθιστά ικανό ένα δυναμικό σύστημα να αντέξει ή να θεραπευτεί από σοβαρές καταστάσεις που μπορούν να επηρεάσουν θέματα σταθερότητας, ανάπτυξης ή βιωσιμότητας, ενώ ο Van Breda (2018) ορίζει την ανθεκτικότητα ως «διεργασίες πολλαπλών επιπέδων στις οποίες εμπλέκονται τα συστήματα για να επιτύχουν καλύτερα από τα αναμενόμενα αποτελέσματα ενόψει ή μετά από αντιξοότητες».

Σημαντικό εύρημα είναι ότι η ανθεκτικότητα σχετίζεται με παράγοντες που μπορούν να συμβάλλουν στη διαμόρφωση στρατηγικών για την επίτευξή της. Έτσι, η θετική συσχέτιση της ανθεκτικότητας με την γονική αυτοαποτελεσματικότητα (Fu et al., 2023; Sari & Aygiza, 2019; Arakkathara & O Bance, 2020; Sari & Aygiza, 2019; Τσιμπιδάκη, 2021), με τον τρόπο ανατροφής των παιδιών (Sinha et al., 2016; Leone et al., 2016; Sinha et al., 2016), με την ελπίδα και τις θετικές ψυχικές διεργασίες (Durr & Greeff, 2020; Sunbul, 2020; Τσιμπιδάκη, 2021; Arakkathara & O Bance, 2020; Bhattacharjeet et al., 2022; Chantasiriwate et al., 2019; Halstead et al., 2018; Katrak & Sunkarapalli, 2021), την οικογενειακή συνοχή (Durr & Greeff, 2020; Nguimabou & Tsala, 2021; Khan et al., 2017) και την αντίληψη για τον έλεγχο (Rajan et al., 2018; Singh & Kumar, 2022) αποτελούν συμπεράσματα που καθιστούν την ανθεκτικότητα όχι ένα τυχαίο και αυτόνομο στοιχείο, αλλά μία έννοια που μπορεί να διαμορφωθεί και να βελτιστοποιηθεί μέσω της βελτίωσης των παραγόντων που την χαρακτηρίζουν. Αυτό ενισχύεται και με άλλες έρευνες, όπως αυτή του Deater - Deckard (2005), που υποστηρίζει ότι ο τρόπος ανατροφής των παιδιών συμβάλλει στη θετική ή αρνητική ευημερία τόσο των παιδιών, όσο και των υπολοίπων μελών της οικογένειας. Περαιτέρω, η κλίμακα ανθεκτικότητας Connor - Davidson (CD-RISC, Connor και Davidson, 2003), που θεωρείται ευρέως ως το «χρυσό πρότυπο» των μέτρων ανθεκτικότητας και αποτελεί τη μέτρηση ανθεκτικότητας 25 στοιχείων που αξιολογεί την αποδοχή της αλλαγής, τον έλεγχο, την

προσωπική ικανότητα, τις πνευματικές επιρροές και την εμπιστοσύνη στα ένστικτα κάποιου ενισχύει αυτό το εύρημα.

Η ποιότητα ζωής και η ευεξία σε συνάρτηση με την ανθεκτικότητα φάνηκε ότι έχει θετική επίδραση στους γονείς από 11 έρευνες. Οι Credé et al. (2017) αναφέρουν ότι η ευεξία σχετίζεται με το σθένος, επιφέροντας την ικανοποίηση από την ζωή ή αντίθετα, την κατάθλιψη. Το ίδιο υποστηρίζεται και από την εν γένει βιβλιογραφία, όπου θετικά συναισθήματα όπως είναι η ευεξία δημιουργούν ένα αίσθημα ικανοποίησης, αυξάνοντας έτσι την ανθεκτικότητα (Silard, 2016). Το γονικό βάρος, το κοινωνικό στίγμα, τα ψυχικά προβλήματα των γονέων και η αντίληψη ότι οι προκλήσεις που έχουν να αντιμετωπίσουν είναι τεράστιες είναι αποτέλεσμα χαμηλής ανθεκτικότητας, ενώ αντίθετα, η επιτυχημένη προσαρμογή επιφέρει μεγάλα ποσοστά ανθεκτικότητας.

6.2. Το άγχος ως παράγοντας πρόβλεψης χαμηλής ανθεκτικότητας των γονέων

Το δεύτερο ερώτημα της εργασίας μας αφορούσε το άγχος και την επίδρασή του στην ανθεκτικότητα των γονέων. Οι έρευνες που μελετήθηκαν χρησιμοποίησαν διάφορες κλίμακες για τη μέτρηση του άγχους (Parental Stress Scale (PSS), Resources and Stress – short Form (QRSF7), Parenting Stress Index – Short Form (PSI-SF), Depression Anxiety Stress Scales – 21 (DASS-21), Depression Anxiety Stress Scales – 21 (DASS-21)). Όλες τις έρευνες συμφωνούν για την αρνητική συσχέτιση του άγχους με την ανθεκτικότητα των γονέων. Οι Fu et al. (2023) διαπιστώνουν ότι το γονικό άγχος, εκτός των άλλων, είναι απόρροια και της κοινωνικής υποστήριξης. Αυτή η διαπίστωση συμφωνεί και με την ευρύτερη βιβλιογραφία. Πιο συγκεκριμένα, οι Franck et al. (2015), υποστηρίζουν ότι η απομόνωση από το γύρω περιβάλλον και οι αρνητικές σκέψεις είναι αποτέλεσμα του έντονου άγχους και του φόβου που βιώνουν οι γονείς. Επίσης, οι Windle, 2011, Becker και Ferry, 2016 έχουν υποστηρίξει ότι το άγχος συμβάλλει ώστε οι γονείς να νιώθουν αποκομμένοι από τους γύρω τους και να έχουν αρνητικές σκέψεις.

Η κακή συμπεριφορά των παιδιών και τα συναισθηματικά προβλήματα που αυτά βιώνουν, βρέθηκε από τους Halstead et al. (2018) και τους Leone et al. (2016) ότι επιδρούν αρνητικά στη γονική ανθεκτικότητα. Η διαπίστωση αυτή συμφωνεί και με τους Landolt et al. (2012) που υποστηρίζουν ότι συμπεριφορές των παιδιών όπως η ευερεθιστότητα, η εχθρότητα και η κοινωνική απομόνωση επηρεάζουν αρνητικά την ψυχική υγεία των γονέων και την ικανότητά τους να προσαρμοστούν και να ανταπεξέλθουν στις καταστάσεις που βιώνουν. Επίσης,

διαπιστώνουμε ότι οι γονείς που τα παιδιά τους έχουν πρόσφατα διαγνωστεί με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες, βιώνουν αυξημένο άγχος σε σχέση με τους γονείς που η διάγνωση έχει γίνει αρκετό καιρό πριν (Janha et al., 2021). Αυτό διαπιστώνεται και από άλλους ερευνητές. Ο Boström (2010) υποστηρίζει ότι όταν γίνεται η διάγνωση οι γονείς βιώνουν πολλά κοινά συναισθήματα, όπως συναισθήματα θλίψης, θυμού, σοκ και άρνησης. Οι Knestrict και Kuchey (2009) εξηγούν ότι η αποδοχή της διάγνωσης σε ένα παιδί, για τους γονείς μπορεί να είναι ανάλογη με τη διαδικασία του πένθους, όπου σε αυτή την περίπτωση το πένθος αντιπροσωπεύει την απώλεια ενός «κανονικού» παιδιού. Γενικότερα, η ευρύτερη βιβλιογραφία ενισχύει τα ευρήματα των ερευνών που συμπεριλήφθηκαν στην εργασία μας αφού δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στο άγχος που μεγαλώνουν ένα παιδί με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες (Ort et al. 1993; Fidler et al. 2000). Πέρα από το άγχος της διάγνωσης και της προσαρμογής, οι οικογένειες βιώνουν αυξημένες απαιτήσεις φροντίδας (Crnic et al. 2005), πρόσθετη οικονομική πίεση (Parish et al. 2004) και συμπεριφορές των επαγγελματιών και των σχολείων κατά την αλληλεπίδρασή τους με το παιδί. Η έλλειψη των κατάλληλων υπηρεσιών και της απαιτούμενης υποστήριξης, βρέθηκε από τους Ouellete - Kuntz et al. (2014) ότι αυξάνει πάρα πολύ το γονικό άγχος. Πολλοί είναι οι συγγραφείς που υποστηρίζουν ότι η υποστήριξη έχει άμεση συσχέτιση με την ευημερία και τη μείωση του άγχους των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α. (Elder, 1998; Knestrict & Kuchey, 2009; Bluth et al., 2013 κ.ά.). Ούτως ή άλλως, σύμφωνα με τους Sinha et al. (2016), η ανατροφή ενός παιδιού είναι από μόνη της μια στρεσογόνα διαδικασία, η οποία επιδεινώνεται όταν αφορά την ανατροφή ενός παιδιού με Ε.Ε.Α./Α.. Οι Tejakum et al. (2022), συμφωνώντας με τους Sinha et al. (2016), αναφέρουν ότι υπάρχει ένα πλήθος παραγόντων που αυξάνει το άγχος των γονέων όπως η άγνοια για την ασθένεια και η πρόσβαση σε ποιοτική υγειονομική περίθαλψη, τα σωματικά, ψυχολογικά και γνωστικά συμπτώματα των αναπτυξιακών διαταραχών και το κοινωνικό στίγμα προς τα παιδιά με αναπτυξιακές διαταραχές.

6.3. Η παρέμβαση της ευρύτερης οικογένειας και των κοινωνικών φορέων για την αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων

Ως προς το τρίτο ερώτημα της εργασίας μας που αφορά τις παρεμβάσεις τόσο από την ευρύτερη οικογένεια, όσο και από τους κοινωνικούς φορείς για την αύξηση της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α., σε 17 έρευνες που μελετήθηκαν διαπιστώνεται η σημαντικότητά τους.

Οι Aivalioti και Pezirkianidis (2020) βρήκαν θετική συσχέτιση ανάμεσα στις στρατηγικές παρέμβασης και την ευεξία των γονέων, αναφέροντας τις εσωτερικές παρεμβάσεις ως

σημαντικές για τη συνοχή και την αντιμετώπιση των καθημερινών προβλημάτων της οικογένειας, ενώ οι εξωτερικές παρεμβάσεις παρέχουν τη δυνατότητα να ενισχύσει η οικογένεια την ανθεκτικότητά της. Η απουσία υποστηρικτικών δικτύων, σύμφωνα με τους Alsharaydeh et al. (2022), αποτελεί σημαντική τροχοπέδη για τους γονείς, μιας και συμβάλλουν στην αντιμετώπιση των στρεσογόνων καταστάσεων και στην εύρεση λύσεων στις καθημερινές αντιξοότητες. Η ευρύτερη βιβλιογραφία μας τονίζει ότι η διασύνδεση πόρων σε ατομικό, οικογενειακό και κοινοτικό επίπεδο συμβάλλει τόσο στην ατομική, όσο και στην οικογενειακή ανθεκτικότητα (Taylor, 2013), ενώ από τους Bluth et al. (2013) τονίζεται η σημασία της οικονομικής, κοινωνικής και επαγγελματικής υποστήριξης.

Μια πρόσφατη μετα-ανάλυση των παρεμβάσεων των οργανισμών για την ανθεκτικότητα (Vanhove et al., 2016) έδειξε ότι δεν είναι ίδια όλα τα προγράμματα ανθεκτικότητας και δεν ανταποκρίνονται όλοι οι άνθρωποι με τον ίδιο τρόπο σε τέτοια προγράμματα. Έτσι, ενισχύεται η άποψη ότι απαιτούνται εξειδικευμένα προγράμματα παρεμβάσεων που θα εστιάζουν στις καταστάσεις και στις ανάγκες των συγκεκριμένων κάθε φορά οικογενειών που τις χρειάζονται. Οι Bhattacharjee et al. (2022) υποστηρίζουν ότι η ύπαρξη κρατικών προγραμμάτων, οι ομάδες αυτοβοήθειας, βοήθεια από ειδικούς και σπουδαστές και η χρήση του διαδικτύου για αναζήτηση βοήθειας και γνώσης μπορεί να αποτελέσουν σημαντικούς παράγοντες που θα δώσουν ουσιαστικές λύσεις στους γονείς και θα νιώσουν παράλληλα ότι δεν είναι μόνοι τους στον αγώνα τους. Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται και από άλλους συγγραφείς, όπως ο Yost (2016) ή οι Gillham et al. (1995) που υποστηρίζουν ότι η ενθάρρυνση μιας νοοτροπίας ανάπτυξης, η διαβουλευτική πρακτική, ο διαλογισμός, η διδασκαλία στρατηγικών αντιμετώπισης και η παροχή κοινωνικής υποστήριξης μπορούν να αυξήσουν τα ατομικά επίπεδα ανθεκτικότητας των γονέων.

Οι Chantasiriwate et al. (2019), οι Flores – Buils και Andris - Roqueta (2022), οι Widyawati et al. (2022) και οι Durr και Greeff (2020) τονίζουν ιδιαίτερα και την υποστήριξη από την οικογένεια και τους φίλους, καθώς εκτός από συναισθηματική ενθάρρυνση, μπορεί να προσφέρει και σωματική υποστήριξη, να μοιραστούν κάποιες από τις ευθύνες και να υπάρξει οικονομική υποστήριξη στον βαθμό που είναι εφικτό, ενισχύοντας έτσι τις θετικές σκέψεις και στάσεις της οικογένειας και ως εκ τούτου, την ανθεκτικότητα των γονέων. Εξάλλου, η Τσιμπιδάκη (2021), υπογραμμίζει τη σημαντικότητα του ποιοτικού χρόνου των μελών της οικογένειας για την επίτευξη της αύξησης της ανθεκτικότητας. Η ευρύτερη βιβλιογραφία μας δείχνει ότι η χρήση ποιοτικού χρόνου μπορεί να συμβάλλει στην καλή λειτουργία της οικογένειας (Walsh, 2003·DeHaan et al., 2013).

Η πληροφόρηση και η συνδρομή των επαγγελματιών υγείας ως παράγοντας αύξησης της ανθεκτικότητας και μείωσης του άγχους, υποστηρίζεται από διάφορες έρευνες (Flores- Buils & Andris- Roqueta (2022); Fu et al. (2023); Hye- Young (2018); Janha et al. (2021); Ouellette - Kuntz et al. (2014); Singh & Kumar (2022)). Προτείνεται η παρακολούθηση ψυχοεκπαιδευτικών παρεμβάσεων, η στήριξη από κέντρα εργοθεραπείας και νοσηλευτικά κέντρα και γενικότερα διάφορες μορφές υποστηρικτικών προγραμμάτων, προκειμένου να διατηρηθεί η καλή σωματική υγεία των γονέων, ενώ παράλληλα θα ενισχυθεί η συναισθηματική και ψυχολογική τους υποστήριξη, προάγοντας έτσι την ανθεκτικότητά τους. Η παραδοχή αυτή υποστηρίζεται και από άλλους συγγραφείς, όπου διατείνονται ότι ένα υποστηρικτικό δίκτυο βοηθά τους γονείς να αποφύγουν τα αρνητικά συναισθήματα (Landolt et al., 2012), δίνοντάς τους ελπίδα για το μέλλον (VanBreda, 2018), αφού η κοινωνική υποστήριξη εμπεριέχει συναισθηματικές, αλλά και οργανικές συνιστώσες (Adams et al., 1996).

Η διαπίστωση αυτή συμφωνεί με αρκετούς μελετητές, όπως π.χ. τον Yost, 2016, που προτείνει την ενθάρρυνση μιας νοοτροπίας ανάπτυξης, τη διαβουλευτική πρακτική, τον διαλογισμό, τη διδασκαλία στρατηγικών αντιμετώπισης και την παροχή κοινωνικής υποστήριξης ή τους Gillham et al., 1995 που προτείνουν το Πρόγραμμα Ανθεκτικότητας Penn που βασίζεται σε προσεγγίσεις γνωσιακής συμπεριφορικής θεραπείας και εφαρμόζεται συνήθως σε σχολικά ή ομαδικά περιβάλλοντα. Προγράμματα που εστιάζουν στη θετική ψυχολογία, φαίνεται από τη βιβλιογραφία ότι είναι επίσης αποτελεσματικά (Seligman & Fowler, 2011).

Οι McConnell et al. (2014) εστιάζουν στις κοινωνικο-οικολογικές συνθήκες (π.χ. βελτίωση της οικονομικής δυσπραγίας και προώθηση της κοινωνικής ένταξης), που, σύμφωνα με αυτούς, θα έχουν μεγαλύτερη επίδραση στο επίπεδο των αποτελεσμάτων σε μια οικογένεια από ότι τα προγράμματα που εστιάζουν στην θεραπεία της αναπηρίας ή στην τροποποίηση της συμπεριφοράς του παιδιού. Η Τσιμπιδάκη (2021) προτείνει την ολιστική προσέγγιση των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες και στην ανάπτυξη της έρευνας για τους τρόπους αντιμετώπισης και τις καλές πρακτικές για την ενίσχυση της ανθεκτικότητας.

6.4. Συμβολή της παρούσας έρευνας

Η παρούσα εργασία επιχειρεί να διερευνήσει εν συνόλω το πλήθος των ερευνών που εστιάζουν στην έννοια της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες, επιχειρώντας να συμβάλλει στην οριοθέτηση του προβλήματος με σαφέστερο και ολοκληρωμένο τρόπο. Οι τρόποι με τους οποίους μπορεί να ενισχυθεί η ανθεκτικότητα των γονέων έχει αποτελέσει ήδη αντικείμενο έρευνας, όμως θεωρούμε ότι δεν έχουν μελετηθεί στον βαθμό που απαιτείται και

έτσι χρειάζεται περαιτέρω έρευνα, τόσο στο διεθνές, όσο και στο ελληνικό στερέωμα. Η ταξινόμηση των έως τώρα ευρημάτων και η μελέτη τους θα συμβάλλει τα μέγιστα στη σωστή μελλοντική διερεύνηση, αλλά και στον σχεδιασμό προγραμμάτων παρέμβασης στο ατομικό, οικογενειακό, κοινοτικό και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον.

Κεφάλαιο 7^ο

Συμπεράσματα και προτάσεις

7.1. Συμπεράσματα

Μέσω της παρούσας εργασίας επιχειρήσαμε να διερευνήσουμε την ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες ή/και αναπηρία/ες. Αποτελεί μια συστηματική ανασκόπηση, η οποία εστίασε σε τρία ερευνητικά ερωτήματα: τη διερεύνηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων αυτών, τη διερεύνηση του άγχους ως παράγοντα πρόβλεψης για τη χαμηλή ανθεκτικότητα των γονέων και τη διερεύνηση των παρεμβάσεων από την ευρύτερη οικογένεια και τους κοινωνικούς φορείς προκειμένου να συμβάλλουν στην αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας των γονέων. Επιλέχθηκαν 31 άρθρα από την ελληνική και διεθνή βιβλιογραφία που μελετούσαν τα ζητήματα που αναφέρθηκαν.

Μέσα από τη μελέτη των άρθρων αυτών, μπορούν να εξαχθούν τα εξής συμπεράσματα:

- Η ανθεκτικότητα αποτελεί ένα μετρήσιμο παράγοντα για την πρόβλεψη της ευεξίας και της μείωσης του άγχους των γονέων, ενώ εξαρτάται από διάφορους παράγοντες όπως τους οικογενειακούς δεσμούς, την ικανότητα προσαρμοστικότητας, αλλά και την υποστήριξη από οικογενειακούς και κοινωνικούς φορείς.
- Το άγχος αποτελεί, μεταξύ άλλων, απόρροια της ευθύνης για την ανατροφή των παιδιών με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες, της κοινωνικής απομόνωσης, της κακής συμπεριφοράς των παιδιών και των ψυχολογικών προβλημάτων τους, των αρνητικών σκέψεων και του φόβου που βιώνουν οι γονείς.
- Οι παρεμβάσεις, τόσο από το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον, όσο και από την κοινότητα, μπορούν να μειώσουν το άγχος και να αυξήσουν την ανθεκτικότητα των γονέων.
- Η πληροφόρηση, ψυχοεκπαιδευτικές παρεμβάσεις, στήριξη από νοσηλευτικά και εργοθεραπευτικά κέντρα, αλλά και μια ολιστική προσέγγιση και η υιοθέτηση καλών πρακτικών, είναι καταλυτικοί παράγοντες ως προς την προαγωγή της ανθεκτικότητας των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες.

Η μελέτη μας καταλήγει στο γενικότερο συμπέρασμα ότι η ανθεκτικότητα είναι ένας μετρήσιμος παράγοντας που προβλέπει την ευεξία και τη μείωση του άγχους των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α./Α., ενώ η υποστήριξη της ευρύτερης οικογένειας και κοινωνικών φορέων, οι υπάρχοντες οικογενειακοί δεσμοί και η ικανότητα προσαρμοστικότητας

αποτελούν παράγοντες από τους οποίους εξαρτάται άμεσα. Μέσα από τη μελέτη μας καταδεικνύεται η σημαντικότητα και η ανάγκη για παρεμβάσεις από την οικογένεια και την κοινότητα, πληροφόρηση, ψυχοεκπαιδευτικές δράσεις, αλλά και μια γενικότερη ολιστική προσέγγιση, προκειμένου οι γονείς με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες να αυξάνουν την ανθεκτικότητά τους και να μπορούν να λειτουργούν συγκροτημένα και χωρίς άγχος στις καθημερινές τους απαιτήσεις.

7.2. Περιορισμοί μελέτης

Στην μελέτη μας ενυπάρχουν κάποιοι περιορισμοί, που είναι:

Εν πρώτοις, οι περισσότερες μελέτες ασχολούνται με την ανθεκτικότητα των εκπαιδευτικών ή των ίδιων των παιδιών. Οι έρευνες που επικεντρώνονται στους ίδιους τους γονείς είναι σχετικά λίγες, ενώ στην Ελλάδα σχεδόν μηδενικές. Λαμβάνοντας υπόψη ότι οι γονείς αποτελούν τον πυλώνα για την ανατροφή των παιδιών αυτών, απαιτείται διερεύνηση του ζητήματος της ανθεκτικότητας των γονέων.

Η διερεύνηση των επιμέρους παραγόντων που συμβάλλουν στην προαγωγή της ανθεκτικότητας θεωρούμε ότι είναι αποσπασματική. Οι έρευνες δεν εστιάζουν σε μια ολιστική και συνολική προσέγγιση των παραγόντων που μπορεί να συμβάλλουν στην ενίσχυση της ανθεκτικότητας, αλλά σε επιμέρους και μεμονωμένους παράγοντες.

7.3. Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Δεδομένου ότι η ανθεκτικότητα των γονέων με παιδιά με Ε.Ε.Α. ή/και αναπηρίες αποτελεί ένα σημαντικό ζήτημα, το οποίο δεν περιορίζεται στο στενό οικογενειακό περιβάλλον, αλλά επηρεάζει όλο το κοινωνικό φάσμα, θεωρούμε ότι η περαιτέρω έρευνα των παραγόντων που επηρεάζουν την ανθεκτικότητα είναι αναγκαία.

Προτείνεται η έρευνα των συνολικών παραγόντων που επηρεάζουν την ανθεκτικότητα των γονέων με όσο το δυνατόν μεγαλύτερο δείγμα πληθυσμού. Η έρευνες είναι αναγκαίες σε διεθνές επίπεδο.

Στην Ελλάδα, θα πρέπει να μελετηθεί σε βάθος το ζήτημα αυτό, διερευνώντας τις πρακτικές διακυβέρνησης που μπορούν να διευκολύνουν την προαγωγή της ανθεκτικότητας των γονέων μέσα στα πλαίσια των δυνατοτήτων και των υπάρχοντων πολιτικών της χώρας μας.

Βιβλιογραφία

- Adams, G., King, L., & King, D. (1996). Relationships of job and family involvement, family social support, and work-family conflict with job and life satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, 81, 411–420. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.4.411>
- Adams, J., Swain, J., & Clark, J. (2000). “What's so special? Teachers' models and their realization in practice in segregated schools”, *Disability and Society*, 15(2), 233-245. <https://doi.org/10.1080/09687590025658>
- Adrian, M., Zeman, J., Veits, G. (2011). Methodological implications of the affect revolution: A 35-year review of emotion regulation assessment in children. *Journal of Experimental Child Psychology*; 110:171–97. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2011.03.009>.
- Agbetorwoka, A., Dewodo, C.Y., & Tsyawo, M.Y. (2019). Effects of Teachers’ Attitude on Collaboration with Stakeholders towards the Practice of Inclusive Education in Akatsi District of Ghana. *American Journal of Educational Research*; 7(3), 269-278. <https://doi.org/10.12691/education-7-3-12>.
- Ahlert, I.A., & Greeff, A.P. (2012). Resilience factors associated with adaptation in families with deaf and hard of hearing children. *American Annals of the Deaf*, 157, 391–404. <https://doi.org/10.1353/aad.2012.1629>.
- Ainscow, M., & Sandill, A. (2010). Developing inclusive education systems: the role of organisational cultures and leadership. *International Journal of Inclusive Education*, 14(4), 401–416. <https://doi.org/10.1080/13603110802504903>
- Aivalioti, I., & Pezirkianidis, C. (2020). The Role of Family Resilience on Parental Well-Being and Resilience Levels. *Psychology*. 11, 1705-1728. <https://doi.org/10.4236/psych.2020.1111108>.
- Alkahtani, M.A. (2016). Review of the literature of children with special educational needs. *Journal of Education and Practice*, 7(35), 70-83. ISSN 2222-1735.
- Allen, S., (2020). *Family Stress and Resilience in Families with Young Children who are Deaf or Hard of Hearing*. University of North Carolina at Greensboro.
- Alonso-Tapia, J., Rodríguez-Rey, R., Hernansaiz, H.G., Ruiz, M.Á., & Nieto, C. (2019). Coping, personality and resilience: prediction of subjective resilience from coping strategies

and protective personality factors. *Behavioral Psychology*, 27(3), pp. 375-389. <https://doi.org/10.1016/j.psycod.2018.04.001>

Alsharaydeh, E., Alqudah, M., Lee, R., & Chan, S. (2022). Challenges, coping and resilience in caring for children with disability among immigrant parents: A mixed methods study. *Journal of Advanced Nursing*, 1-18. <https://doi.org/10.1111/jan.15551>

American Association on Mental Retardation, (1992). *Mental Retardation*. (9th ed.) Washington D.C.: AAMR.

Arakkathara, J.G., & O' Bance, L. (2020). Resilience as a predictor of parental stress among selected mothers of children with intellectual disability in Kerala, India. *The International Journal of Indian Psychology*, 8, 1. DIP: 18.01.009/20200801 <https://doi.org/10.25215/0801.009>.

Avey, J., Reichard, R., Luthans, F., & Mhatre, K. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human Resource Development Quarterly*, 22, 127-152. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20070>

Balubaid, R. & Sahab, L. (2017). The Coping Strategies Used by Parents of Children with Autism in Saudi Arabia. *Journal of Education and Practice*, 8(35): 141-151. <https://doi.org/10.1177/23969415221142262>

Bayraklı, H. & Kaner, S. (2012). Investigating the Factors Affecting Resiliency in Mothers of Children with and without Intellectual Disability. *Educational Sciences: Theory and Practice*. 12. 936-943. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0013.0282>

Bearman, M., & Dawson, P. (2013). "Qualitative synthesis and systematic review in health professions education". *Medical Education* 47(3): 252–260. <https://doi.org/10.1111/medu.12092>. ISSN 1365-2923.

Becker, T.E., & Ferry, D.L. (2016). Profiles as a way of learning more about resilience. *Industrial and Organizational Psychology*, 9, 503–508. <https://doi.org/10.1002/job.4030140207>

Bhattacharjee, R., Baruah, J., & Doley, G. (2022). Relationship between parental resilience and demographic characteristics. *The Pharma Innovation Journal*; 11(6S), 80-88. <https://doi.org/10.22271/tpi.2022.v11.i6Sb.12913>.

Birnbaum, R. (2010). *Choosing a School for a child with Special Needs*. (6th ed). Jessica Kingsley Publishers.

- Bluth, K., Roberson, P., Billen, R., & Sams, J. (2013). A stress model for couples parenting children with autism spectrum disorders and the introduction of a mindfulness intervention. *Journal of Family Theory and Review*, 5(3), 194-213. <https://doi.org/10.1111/jftr.12015>
- Boström, P.K. (2010). Parents' descriptions and experiences of young children recently diagnosed with intellectual disability. *Child: Care, Health and Development*, 36(1), 93-101. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.01036.x>
- Bradley, B., Davis, T.A., Wingo, A.P., Mercer, K.B., & Ressler, K.J. (2013). Family environment and adult resilience: Contributions of positive parenting and the oxytocin receptor gene. *European Journal of Psychotraumatology*, 4(1), 21659. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v4i0.21659>.
- Britt, T.W., Shen, W., Sinclair, R.R., Grossman, M.R., & Klieger, D.M. (2016). How much do we really know about employee resilience? *Industrial and Organizational Psychology*, 9, 378–404. <https://doi.org/10.1017/iop.2015.107>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brunwasser, S., Gillham, J., & Kim, E. (2009). A meta-analytic review of the Penn Resiliency Program's effect on depressive symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, 77, 1042-1054. <https://doi.org/10.1037/a0017671>
- Buli-Holmberg, J., & Jeyaprabhan, S. (2016). Effective Practice in Inclusive and Special Needs Education. *International Journal of Special Education*, 31(1), 119-134. <https://doi.org/10.17509/ijcsne.v1i1.39154>
- Cantero-García, M, & Alonso-Tapia J. (2018). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en familias con hijos con problemas de conducta. *Revista de Psicodidáctica*; 23:153–159. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2018.04.001>.
- CDC (2022). Facts About Developmental Disabilities. Available at: <https://www.cdc.gov/ncbddd/developmentaldisabilities/facts.html>.
- Chantasiriwate, P., Tuicomepee, A., & Taepan, N. (2019). Qualitative Study of Families Resilience in Mothers with a Child with Autism Spectrum Disorder. *Journal Of Ratchasuda College, Research and Development of Persons With Disabilities*; 15(2).

- Chatzinikolaou, A, Kazakos, K, Owens, D, et al. (2023). Parental Resilience and Physical Health in Parents of Children With Type 1 Diabetes in Northern Greece. *Cureus* 15(2): e35149. <https://doi.org/10.7759/cureus.35149>.
- Cheraghian, H., Moradian, K., & Nouri, T. (2023). Structural model of resilience based on parental support: the mediating role of hope and active coping. *BMC Psychiatry*, 23. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04678-z>.
- Clarke, V. & Braun, V. (2013). Teaching thematic analysis: Overcoming challenges and developing strategies for effective learning. *The Psychologist*, 26(2), 120-123.
- Compas, B.E., Connor-Smith, J.K, Saltzman, H., Thomsen, A.H., Wadsworth, M.E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Progress, problems, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*; 127: 87–127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>.
- Compas, B.E., Jaser, S.S., Dunn, M.J., Rodriguez, E.M. (2012). Coping with chronic illness in childhood and adolescence. *Annual Review of Clinical Psychology*; 8: 455–80. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143108>.
- Conger, R.D., Conger, K.J., Elder, G.H., Lorenz, F.O., Simons, R.L., Whitbeck, L.B. (1992). A family process model of economic hardship and adjustment of early adolescent boys. *Child Development*; 63:526–541. <https://doi.org/10.2307/1131344>
- Connor, D. (2015). Review of The Politics of Race, Class, and Special Education: The Selected Works of Sally Tomlinson. *Disability Studies Quarterly*. 34, 10. <https://doi.org/10.1016/j.ds.2015.04.001>
- Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Corbett, J. (1996). *Bad-Mouthing: The Language of Special Needs*. Falmer Press.
- Crane, M.F., & Searle, B.J. (2016). Building resilience through exposure to stressors: The effects of challenges versus hindrances. *Journal of Occupational Health Psychology*, 21, 468–479. <https://doi.org/10.1037/a0040064>
- Credé, M., Tynan, M., & Harms, P.D. (2017). Much ado about Grit: A meta-analytic synthesis of the Grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 492-511. <https://doi.org/10.1037/pspp0000102>

- Crnic, K.A., Hoffman, C., Gaze, C. (2005). Cumulative parenting stress across the preschool period: relations to maternal parenting and child behaviour at age 5. *Infant and Child Development*; 14:117–132. <https://doi.org/10.1002/icd.384>
- Crnic, K.A., Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. In: Bornstein, MH., editor. *Handbook of Parenting*, 2nd Edition, Volume 5: *Practical Issues in Parenting*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum; p. 243-268. <https://doi.org/10.1016>
- da Costa Cunha K., da Silva Pinto D., Ramos Pontes F.A., Souza da Costa Silva S. (2018). Stress and resilience in parents of children with cerebral palsy. *International Journal of Development Research*, 8, (09), 22729-22737. <https://doi.org/10.4236/psych.2017.81004>
- Davydov, D.M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical Psychology Review*, 30, 479-495. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.003>
- Deater-Deckard K. (2005). Parenting stress and children's development: introduction to the special issue. *Infant and Child Development*; 13:111–115. <https://doi.org/10.1002/icd.383>
- DeHaan, L.G., Hawley, D.R., & Deal, J.E. (2013). Operationalizing family resilience as process: Proposed methodological strategies. In D. S. Bevcar (Ed.), *Handbook of family resilience*, 17–31. Springer.
- DES (Department of Education and Science) (1978). *Special Educational Needs* (The Warnock Report), HMSO.
- DeSimone, J.A., Harms, P.D., Vanhove, A.J., & Herian, M.N. (2016). Development and validation of the five-by-five resilience scale. *Assessment*, 24, 778-797. <https://doi.org/10.1177/1073191115625803>
- DfES (2016). *World class education and care*. London: TW9 4DU. Retrieved from <https://www.gov.uk/government/publications/dfe-strategy-2015-to-2020-world-class-education-and-care>
- Donenberg, F., Baker, B.L. (1993). The impact of young children with externalizing behaviors on their families. *Journal of Abnormal Child Psychology*; 21:179–198. <https://doi.org/10.1007/BF00911315>
- Drabble, S. (2013). *Support for children with special educational needs (SEN)*. RAND.

- DucaD.-S. (2015). Family resilience and parental stress: the effects on marital relationship in the context of a child diagnosed with an autism spectrum disorder. *Annals of the AI*, 24(1): 71-90. <https://doi.org/10.1177/0192513X20910192>
- Durr, E., & Greeff, A. (2020). Resilience characteristics of families with children with severe or profound intellectual disability. *Social Work/Maatskaplike Werk*, 56(2), 221-234, <https://doi.org/10.15270/52-2-822>.
- Efiliti, E. (2019). Investigating the Psychological Resilience of Fathers with Mentally Handicapped Children. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 11(4), 353-360. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2019.51.112.120>
- Eggerman, M., & Panter-Brick, C. (2010). Suffering, hope, and entrapment: Resilience and cultural values in Afghanistan. *Social Science & Medicine*; 71: 71–83. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.03.023>.
- Elder, G.H. (1998). The life course as developmental theory. *Child Development*, 69, 1–12. <https://doi.org/10.2307/1132065>
- Emerson, E., & Heslop, P. (2010). *A Working Definition of Learning Disabilities*. (Report No.1), Department of Health.
- Eschleman, K., Bowling, N., & Alarcon, G. (2010). A meta-analytic examination of hardiness. *International Journal of Stress Management*, 17, 277-307. <https://doi.org/10.1037/a0020476>
- European Agency for Special Needs and Inclusive Education, 2019. *Legislation Updates 2019*. (E. Óskarsdóttir, ed.).
- Farrell, M. (2004). *Special educational needs: a resource for practitioners*. (1st ed.) London: Paul Chapman Publishing.
- Farrell, M. (2010). *Debating Special Education* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203852453>.
- Feeney, B.C., & Collins, N.L. (2014). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19, 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Fidler, D.J., Hodapp, R.M., & Dykens, E.M. (2000). Stress in families of young children with Down syndrome, Williams syndrome, and Smith - Magenis syndrome. *Early Education and Development*; 11:395–406. https://doi.org/10.1207/s15566935eed1104_2

- Fisher, C.D., Minbashian, A., Beckmann, N., & Wood, R.E. (2013). Task appraisals, emotions, and performance goal orientation. *Journal of Applied Psychology*, 98, 364–73. <https://doi.org/10.1037/a0031260>
- Flemming, K., Booth, A., Hannes, K., Cargo, M., & Noyes, J., (2018). "Cochrane Qualitative and Implementation Methods Group guidance series—paper 6: reporting guidelines for qualitative, implementation, and process evaluation evidence syntheses". *Journal of Clinical Epidemiology* 97: 79–85. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2017.10.022>.
- Flinchbaugh, C., Luth, M., & Li, P. (2015). A challenge or a hindrance? Understanding the effects of stressors and thriving on life satisfaction. *International Journal of Stress Management*, 22, 323-345. <https://doi.org/10.1037/a0039136>
- Flores-Buils, R, & Andris-Roqueta, C. (2022). Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, social cognition, and social support. *Frontiers in Psychiatry* 13, 886590. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.886590>.
- Folkman, S, Moskowitz, J.T. (2004). Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*; 55:745–74. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>.
- Foreman, P. (2009). “Education of Students with an Intellectual Disability: Research and Practice”. (4th ed). *Information Age Publishing*, Charlotte, NC, 237.
- Foster, C.E., Webster, M.C., Weissman M.M., Pilowsky D.J., Wickramaratne P.J., Rush A.J., & King C.A. (2008). Course and Severity of Maternal Depression: Associations with family functioning and child adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(8), 906–916. <https://doi.org/10.1007/s10964-007-9216-0>.
- Foucault, M. (1997). *The politics of truth*. Semibtext(e).
- Franck, L.S., Wray, J., Gay, C., Dearmun, A.K., Lee, K., & Cooper, B.A. (2015). Predictors of parent post-traumatic stress symptoms after child hospitalization on general pediatric wards: A prospective cohort study. *International Journal of Nursing Studies*. 52(1),10-21. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.06.011>
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H., Martinussen, M., Aslaksen, P.M.,&Flaten, M.A. (2006). Resilience as a moderator of pain and stress. *Journal of Psychosomatic Research*; 61(2): 213–9. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2005.12.007>.

- Froh, J. (2004). The history of positive psychology: Truth to be Told. *NYS Psychologist*, 16(3): 18–20.
- Fu, W., Li, R., Zhang, Y., & Huang, K. (2023). Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, 2133. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>.
- Gauvin – Lepage, J., Lefebvre, H., & Malo, D. (2014). Family resilience: Defining concept from a humanistic perspective. *Interdisciplinary Journal of Family Studies*, XiX, 22–36.
- Gerstein E.D., Crnic K.A., Blacher J., & Baker B.L. (2009). Resilience and the course of daily parenting stress in families of young children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disabilities*; 53(12): 981–997. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2009.01220.x>.
- Gillham, J., Reivich, K., Jaycox, L., & Seligman, M.E.P. (1995). Prevention of depressive symptoms in schoolchildren: Two-year follow-up. *Psychological Science*, 6, 343-351. <http://www.jstor.org/stable/40062887>
- Goodman, F.R., Disabato, D.J., Kashdan, T.B., & Machell, K.A. (2017). Personality strengths as resilience: A one-year multiwave study. *Journal of Personality*, 85, 423–434. <https://doi.org/10.1111/jopy.12250>
- Grant, M.J., & Booth, A. (2009). "A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies". *Health Information and Libraries Journal* 26 (2): 91–108. <https://doi.org/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x>. ISSN 1471-1842.
- Gross, J. (2002). *Special educational needs in the primary school a practical guide* (4th ed.). Open University Press.
- Gross, J.J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gyasi, M.N.K., Okrah, A.K., & Anku, J.S.A. (2020). Teachers' Knowledge of Special Educational Needs and Disability Students and Their Classroom Management Approaches. *World Journal of Education*, 10(4), 160-172. <https://doi.org/10.5430/wje.v10n4p160>
- Halstead, E., Ekas, N., Hastings, R., & Griffith, G. (2018). Associations between resilience and the well-being of mothers of children with autism spectrum disorder and other developmental disabilities. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(4), 1108-1121. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3447-z>

- Harms, P.D. & Luthans, F. (2012). Measuring implicit psychological constructs in organizational behavior: An example using psychological capital. *Journal of Organizational Behavior*, 33, 589-594. <https://doi.org/10.1002/job.1785>
- Harms, P.D., Brady, L., Wood, D., & Silard, A. (2018). Resilience and well-being. In E. Diener, S. Oishi, και L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. DEF Publishers. <https://doi.org/nobascholar.com>.
- Harms, P.D., Krasikova, D., Vanhove, A., Herian, M., & Lester, P. (2013). Stress and emotional wellbeing in military organizations. *Research in Occupational Stress and Well-being*, 11, 103-132. [https://doi.org/10.1108/S1479-3555\(2013\)0000011008](https://doi.org/10.1108/S1479-3555(2013)0000011008)
- Harms, P.D., Vanhove, A., & Luthans, F. (2017). Positive projections and health: An initial validation of the implicit psychological capital health measure. *Applied Psychology: An International Review*, 66, 78-102. <https://doi.org/10.1111/apps.12077>
- Harms, P.D., Wood, D., & Spain, S. (2016). Separating the why from the what: A reply to Jonas and Markon. *Psychological Review*, 123, 84-89. <https://doi.org/10.1037/A0039860>
- Hawley, D.R. (2013). The Ramifications for Clinical practice of a focus on family resilience. In D.S. Bevcar (Ed.), *Handbook of family resilience* (pp. 31–49). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2_3.
- HE (Ηνωμένα Έθνη), (2006). Σύμβαση για τα δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (ΑμεΑ). Διαθέσιμο στο: www.un.org/disabilities/documents/convention/crpd_greek.doc
- Henry, C., Sheffield Morris, A., & Harrist, A.W. (2015). Family resilience: Moving into the third wave. *Family Relations*, 64(1), 22–43. <https://doi.org/10.1111/fare.12106>.
- Hjemdal, O., Aune, T., Reinfjell, T., Stiles, T.C., & Friborg, O. (2007). Resilience as a predictor of depressive symptoms: A correlational study with young adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 12(1), 91–104. <https://doi.org/10.1177/1359104507071062>.
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18–27. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.039>
- Hye-Young, K. (2018). The relationship between resilience and parenting burden among mothers of children with disability; The mediating effect of the health perception. *Asia-pacific Journal of Convergent Research Interchange*, 4 (2), 71-78. <http://dx.doi.org/10.14257/apjcri.2018.06.08>

- Ilias, K., Cornish, K., Kummar, A.S., Park, M.S.-A., & Golden, K.J. (2018). Parenting Stress and Resilience in Parents of Children With Autism Spectrum Disorder (ASD) in Southeast Asia: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology* 9, 280. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00280>
- James, C., & Harris, M.D. (2010). *Intellectual disability: A Guide for Families and Professionals*, Oxford University Press.
- Janha, P., Punyapas, S., & Ratta-apha, W. (2021). Parental Stress-Coping Skills and Resilience among Parents of Children with Specific Learning Disorders. *Siriraj Medical Journal*; 73(1), 38-45. <http://dx.doi.org/10.33192/Smj.2021.06>
- January, S.C. (2016). Integrating multiple perspectives into the study of resilience. *Industrial and Organizational Psychology*, 9, 462–466. DOI: <https://doi.org/10.1017/iop.2016.40>
- Jayawickreme, E., & Blackie, L.E. (2014). Post-traumatic growth as positive personality change: Evidence, controversies and future directions. *European Journal of Personality*, 28, 312–331. <https://doi.org/10.1111/jopy.12591>
- Kadi, S., & Eldeniz Cetin, M. (2018). Investigating the resilience levels of parents with children with multiple disabilities based on different variables. *European Journal of Educational Research*, 7(2), 211-223. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.7.2.211>
- Kaiser, R., & Overfield, D. (2011). Strengths, strengths overused, and lopsided leadership. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 63, 89-109. <https://doi.org/10.1037/a0024470>
- Katrak, B.K., & Sunkarapalli, G. (2021). Relationship between optimism, resilience and learned helplessness in parents of children with neurodevelopmental disorders. *International Journal of Indian Psychology*, 9(1), 1165-1180. DIP:18.01.122/20210901, <https://doi.org/10.25215/0901.122>
- Khan, M.A., Kamran, R., & Ashraf, S., (2017). Resilience, perceived social support and locus of control in mothers of children with autism vs those having normal children. *Pakistan Journal of Professional Psychology: Research and Practice* 8(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/10534512231190615>
- King, D.D., Newman, A., & Luthans, F. (2016). Not if, but when we need resilience in the workplace. *Journal of Organizational Behavior*, 37, 782–786. <https://doi.org/10.1002/job.2063>

- Kirschbaum, C., Pirke, K.M., & Hellhammer, D.H. (1993). The 'Trier Social Stress Test' -a tool for investigating psychobiological stress responses in a laboratory setting. *Neuropsychobiology*, 28, 76–81. <https://doi.org/10.1159/000119004>
- Kittay, E. & Carlson, L. (2010). *Cognitive disability and its challenge to moral philosophy*, Blackwell.
- Knestrick, T., & Kuchey, D. (2009). Welcome to Holland: Characteristics of resilient families raising children with severe disabilities. *Journal of Family Studies*, 15(3), 227-244. <https://doi.org/10.5172/jfs.15.3.227>
- Krasikova, D.V., Lester, P.B., & Harms, P.D. (2015). Effects of psychological capital on mental health and substance abuse. *Journal of Leadership and Organizational Studies*, 22, 280–291. <https://doi.org/10.1177/1548051815585853>
- Kumar, K., & Deepalatha, R. (2019). Resilience and vulnerability in parents of child with intellectual disability (ID). *International Journal of Health Sciences and Research*; 9(5), 322-331. ISSN: 2249-9571
- Kumpfer, K.L. (1999). Factors and processes contributing to resilience. The resilience framework. In M. Glantz, & J. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life Adaptations* (pp. 179–224). Kluwer Academic/Pienum Publishers. https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1_9
- Kuntz, J.R. C., Näswall, K., & Malinen, S. (2016). Resilient employees in resilient organizations: Flourishing beyond adversity. *Industrial and Organizational Psychology*, 9, 456–462. <https://doi.org/10.1017/iop.2016.39>
- Kuyini, et al. (2015). *Disability rights awareness and inclusive education: Building capacity of parents and teaches*. UN, UN Voluntary Fund on Disability.
- Kwok, H., & Katz, G. (2009). “International and Cross-Cultural Issues: The Classification of Intellectual and Learning Disabilities”, *Meeting Report*. 26-27. <https://doi.org/10.1177/1470595808091788>
- Ladrón, A., Alvarez, M., Sanz, L., Antequera, J., Muñoz, J., & Almendro, M. (2013). DSM-5: novedades y Criterios Diagnósticos.; 205, 20. Available from: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/DSM%205%20%20Novedades%20y%20Criterios%20Diagnosticos.pdf>

- Landolt, M.A., Ystrom, E., Sennhauser, F.H., Gnehm, H.E., & Vollrath, M.E. (2012). The mutual prospective influence of child and parental posttraumatic stress symptoms in pediatric patients. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(7), 767-774. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02520.x>
- Lee, J.H., Nam, S.K., Kim, A.R., Kim, B., Lee, M.Y., & Lee, S.M. (2013). Resilience: A meta-analytic approach. *Journal of Counseling and Development*, 91, 269–279. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00095.x>
- Leone, E., Dorstyn, D., & Ward, L. (2016). Defining Resilience in Families Living with Neurodevelopmental Disorder: A Preliminary Examination of Walsh’s Framework. *Journal of Developmental and Physical Disabilities* 28, 595–608. <https://doi.org/10.1007/s10882-016-9497-x>.
- Lester, P.B., Harms, P.D., Bulling, D., Herian, M., & Spain, S. (2011). *Evaluation of relationships between reported resilience and soldier outcomes: Negative outcomes (Suicide, drug use, and violent crime)*. Comprehensive Soldier Fitness, United States Army.
- Lester, P.B., Harms, P.D., Herian, M.N., & Sowden, W.J. (2015). A force of change: Chris Peterson and the US Army’s Global Assessment Tool. *Journal of Positive Psychology*, 10, 7–16. <http://dx.doi.org/10.1037/mil0000141>
- Liebenberg, L., & Joubert, N. (2019). A comprehensive review of core resilience elements and indicators: Findings of relevance to children and youth. *International Journal of Child and Adolescent Resilience*, 6(1), 8–18. <https://doi.org/10.7202/1069072ar>
- Lietz, C.A., & Strength, M. (2011). Stories of successful Reunification: A Narrative study of family resilience in child Welfare. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 92 (2), 203–220. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.4102>
- Lindsay, G., Wedell, K., & Dockrell, J. (2020). Warnock 40 Years on: The Development of Special Educational Needs Since the Warnock Report and Implications for the Future. *Frontiers in Education* 4, 164. <https://doi.org/10.3389/educ.2019.00164>.
- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., & Li, T. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 66, 92-97. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.023>
- Lochmiller, C. R. (2021). Conducting Thematic Analysis with Qualitative Data. *The Qualitative Report*, 26(6), 2029-2044. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2021.5008>

- Loh, J.M.I., Schutte, N.S., & Thorsteinsson, E.B. (2014). Be happy: The role of resilience between characteristic affect and symptoms of depression. *Journal of Happiness Studies*, 15, 1125–1138. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9467-2>
- Magaña-Gómez, J.A., Domínguez-Castro, F.A., Alvarez-Parra, I.Y., Espinoza-Solís, L., Angulo-Rojo, C.E., Castro-Perez, R., & Duarte-De la Pepa, G. (2019). Practical considerations for integral approach of people with intellectual disabilities. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 20(4), 186-193. <https://doi.org/10.24875/RMN.19000004>
- Mansell, J. (2010). *Raising our sights: services for adults with profound intellectual and multiple disabilities. A report by Professor Jim Mansell*. Project report. Department of Health, Available at: <https://kar.kent.ac.uk/24356/>.
- Maguire, M., & Delahunt, B. (2017). Doing a Thematic Analysis: A Practical, Step-by-Step Guide. *Reflections, Journeys and Case Studies* 9(3): 3351-33514.
- Martínez-Martí, M.L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12, 110-119. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1163403>
- Masten, A., & Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361. <https://doi.org/10.1017/S095457941200003X>
- Masten, A. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19, 921-930. <https://doi.org/10.1017/S0954579407000442>
- Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23(2), 493–506. <https://doi.org/10.1017/S0954579411000198>.
- Masten, A.S. (2014). Global Perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85 (1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>.
- Masten, A.S., & Monn, A.R. (2015). Child and family resilience: A call for integrated science, practice and professional training. *Family Relations*, 64(1), 5–21. <https://doi.org/10.1111/fare.12103>.

- Maurović, I., Liebenberg, L., & Ferić, M. (2020). A Review of Family Resilience: Understanding the Concept and Operationalization Challenges to Inform Research and Practice, *Child Care in Practice*, <https://doi.org/10.1080/13575279.2020.1792838>.
- McConnell, D., Savage A., & Breitzkreuz R. (2014). Resilience in families raising children with disabilities and behavior problems. *Research in Developmental Disabilities*, <http://dx.doi.org/10.1016/j.ridd.2014.01.015>
- McCubbin, H.I., & McCubbin, M.A. (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social Class and Ethnicity. *Family Relations*, 37(3), 247–254. <https://doi.org/10.2307/584557>.
- Merz, E., Consedine, N., Schulze, H., & Schuengel, C. (2009). Well-Being of Adult Children and Ageing Parents: Associations with Intergenerational Support and Relationship Quality. *Ageing and Society*, 29, 783-802. <https://doi.org/10.1017/S0144686X09008514>.
- Min, H., Kim, H.J., & Lee, S.B. (2015). Extending the challenge–hindrance stressor framework: The role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management*, 50, 105–114. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2015.07.006>
- Muryono, S., & Suranata, K. (2022). The values of family and social sources resilience of disability children: a phenomenology study. *Judicial Research and Training Institute*; 7(4), pp. 770-775. DOI: <https://doi.org/10.29210/30032740000>.
- Mustafa, A.M., El-Ashry, N.M., & Mahmoud S. (2019). Resilience and Psychological Wellbeing among Parents of Leukemic Child at 57357 Hospital. *Egyptian Journal of Health Care*, Vol.10 No.1, pp. 476-487. <https://doi.org/10.21608/EJHC.2019.239100>
- Navas, P., Verdugo, M., & Gómez, L. (2008). Diagnóstico y clasificación en discapacidad intelectual. *Psychosocial Intervention*, 17, 143-52. <https://doi.org/10.4321/S1132-05592008000200004>
- Navrady, L.B., Zeng, Y., Clarke, T.K., Adams, M.J., Howard, D.M., Deary, I.J., & McIntosh, A.M. (2018). Genetic and environmental contributions to psychological resilience and coping. *Wellcome Open Research*, 3(12), <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.13854.1>.
- NCSE (2013). *Supporting students with special educational needs in schools*. National Council for Special Education.

- Ndata, C.W., & Maduka, A.U. (2019). Role of Resilience and Quality of Life Among Caregivers of Intellectually Challenged Children and Adolescents in a Dwindling Economy. *Journal of Resourcefulness and Distinction*, 17, 1. ISSN 2276-9684.
- Newland, L. (2015). Family Well-Being, Parenting, and Child Well-Being: Pathways to Healthy Adjustment. *Clinical Psychologist*, 19, 3-14. <https://doi.org/10.1111/cp.12059>
- Nguimabou, V.W., & Tsala, J.-P.T. (2021). "Intellectual Disability in Children and Family Resilience: Clinical Case of Cameroonian Families". *Acta Scientific Medical Sciences* 5(4), 48-61. <https://doi.org/10.31080/ASMS.2020.05.0868>
- Nichols, W.C. (2013). Roads to understand family resilience: 1920 to the twenty-first century. In D.S. Bevcar (Ed.), *Handbook of family resilience* (pp. 3–16). New York: Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2_1.
- Niitsu, K., Rice, M.J., Houfek, J.F., Stoltenberg, S.F., Kupzyk, K.A., & Barron, C.R. (2018). A systematic review of genetic influence on psychological resilience. *Biological Research for Nursing*, 21(1), 61–71. <https://doi.org/10.1177/1099800418800396>.
- Norris, F., Stevens, S., Pfefferbaum, B., Wyche, K., & Pfefferbaum, R. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*, 41, 127-150. <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9156-6>
- Nunn, J., & Chang S. (2020). What are Systematic Reviews? *Wiki Journal of Medicine*, 7(1):5, 1-11. <https://doi.org/10.15347/wjm/2020.005>
- O' Dougherty Wright, M., Masten, A.S., & Narayan, A.J. (2013). Resilience processes in development: Four waves on research of positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein, and R.B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (2nd ed., pp. 15–37). Springer US.
- Oh, S., & Chang, S.J. (2014). Concept analysis: Family resilience. *Open Journal of Nursing*, 4(13), 980–990. <https://doi.org/10.4236/ojn.2014.413105>.
- Oliver, M. (1996). *Understanding Disability, from Theory to Practice*. Macmillan, Press Ltd.
- Ong, A.D., Zautra, A., & Reid, M.C. (2010). Psychological resilience predicts decreases in pain catastrophizing through positive emotions. *Psychology and Aging*, 25, 516-523. <https://doi.org/10.1037/a0019384>

- Oshri, A., Lucier-Greer, M., O’Neal, C.W., Arnold, A.L., Mancini, J.A., & Ford, J.L. (2015). Adverse childhood experiences, family functioning, and resilience in military families: A pattern-based approach. *Family Relations*, 64(1), 44–63. <https://doi.org/10.1111/fare.12108>.
- Ouellette-Kuntz, H., Blinkhorn, A., Rouette, J., Blinkhorn, M., Lunsby, Y., & Weiss, J. (2014). Family Resilience – An Important Indicator When Planning Services for Adults with Intellectual and Developmental Disabilities. *Journal of Developmental Disabilities*, 20(2), 55-66.
- Parish, S.L., Seltzer, M.M., Greenberg, J.S., & Floyd, F. (2004). Economic implications of caregiving at midlife: comparing parents with and without children who have developmental disabilities. *Mental Retardation*; 42:413–426. [https://doi.org/10.1352/0047-6765\(2004\)42<413:EIOCAM>2.0.CO;2](https://doi.org/10.1352/0047-6765(2004)42<413:EIOCAM>2.0.CO;2)
- Patterson, J.M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349–360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N., & Castro, C.A. (2011). Assessment for the U.S. Army comprehensive soldier fitness program: The global assessment tool. *American Psychologist*, 66, 10–18. <https://doi.org/10.1037/a0021658>
- Prigerson, H.G., & Maciejewski, P.K. (2008). Grief and acceptance as opposite sides of the same coin: setting a research agenda to study peaceful acceptance of loss. *The British journal of psychiatry: The journal of mental science*, 193(6), 435-7. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.108.053157>
- Orr, R.R., Cameron, S.J., Dobson, L.A., & Day, D.M. (1993). Age-related changes in stress experienced by families with a child who has developmental delays. *Mental Retardation*; 31:171–176. PMID: 8326878
- Quisenberry, D. (2015). *Testing the internal validity of psychological capital: A laboratory experiment utilizing neurophysical and psychological measures*. Unpublished dissertation. University of Nebraska at Lincoln.
- Rajan, A.M., Romate, J., & Srikrishna, G. (2016). Resilience of parents having children with intellectual disability: Influence of parent and child related demographic factors. *Indian Journal of Health and Wellbeing*; 7(7), 707-710. <https://doi.org/10.1007/s10882-018-9586-0>

- Rajan A.M., & Romate J. (2022). Resilience and Coping by Parents of Children with Intellectual Disability in Kerala, South India. *dcidj.org*, 33(3). <https://doi.org/10.47985/dcidj.524>.
- Rajan, A.M., Srikrishna, G., & Romate, J. (2018). Resilience and Locus of Control of Parents Having a Child with Intellectual Disability. *Journal of Developmental and physical Disabilities*; 30, 297–306. <https://doi.org/10.1007/s10882-018-9586-0>
- Reinelt, E., Barnow, S., Stopsack, M., Aldinger, M., Schmidt, C.O., John, U., & Grabe, H.J. (2015). Social support and the serotonin transporter genotype (5-HTTLPR) moderate levels of resilience, sense of coherence, and depression. *American Journal of Medical Genetics, Part B: Neuropsychiatric Genetics*, 168, 383–391. <https://doi.org/10.1002/ajmg.b.32322>
- Roberts, R. (1994). “Definitions of Developmental Disability”. *Aging*; Issue 366, p36, 1/5p, Academic Search Elite.
- Saijo, Y., Chiba, S., Yoshioka, E., et al. (2014). Effects of work burden, job strain and support on depressive symptoms and burnout among Japanese physicians. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*; 27:980–92. <https://doi.org/10.2478/s13382-014-0324-2>.
- Sari, P.P., & Ayriza, Y. (2019). The Relationship of Parenting Self-Efficacy as A Predictor of Resilience to Parents of Children with Special Needs in Inclusive Schools. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 296, 29-32. <https://doi.org/10.2991/icsie-18.2019.6>
- Schibli, K., Wong, K., Hedayati, N., & D’Angiulli, A. (2017). Attending, learning, and socioeconomic disadvantage: Developmental cognitive and social neuroscience of resilience and vulnerability. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1396, 19–38. <https://doi.org/10.1111/nyas.13369>
- Schünemann, H., Brožek, J., Guyatt, G., & Oxman A. (2013). GRADE Handbook. Introduction to GRADE Handbook. Διαθέσιμο στο: <https://gdt.gradeapro.org/app/handbook/handbook.html>
- Seligman, M.E.P. & Fowler, R. (2011). Comprehensive Soldier Fitness and the future of psychology. *American Psychologist*, 66, 82-86. <https://doi.org/10.1037/a0021898>
- Silard, A. (2016). Emotional intelligence as an antecedent of leader emotion contrasting behaviors. In A. Farazmand (Ed.), *Global encyclopedia of public administration, public policy, and governance* (pp. 1–6). Springer.

Simms, M. (2018). Intellectual and developmental disability. In: Kliegman RM, Lye PS, Brdini BJ, Toth H, Basel D, editors. *Nelson Pediatrics Symptom-Diagnosis*. Elsevier; p. 929.

Singh, K.K., & Kumar, A. (2022). Resilience in Mothers having Children with Disabilities. *Chettinad Health City Medical Journal*; 11(3), 23-29. DOI: <https://doi.org/10.24321/2278.2044.202225>

Sinha, D., Verma, N., & Hershe, D. (2016). A Comparative Study of Parenting Styles, Parental Stress and Resilience among Parents of Children Having Autism Spectrum Disorder, Parents of Children Having Specific Learning Disorder and Parents of Children Not Diagnosed With Any Psychiatric Disorder. *Annals of International Medical and Dental Research*, 2(4), 106-11. <https://doi.org/10.21276/aimdr.2016.2.4.30>

Skidmore, D. (2004). *Inclusion: the dynamic of school development*. Open University Press.

Smith, B.W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>

Sotak, K.L. (2015). *A within- and between-persons levels of analysis approach to motivation: A model and empirical tests*. Unpublished dissertation. Binghamton University.

Special Attention Project (2011). *Children with learning difficulties in public basic schools in Ghana: A study involving local stakeholders in Greater Accra*. Retrieved on 20/4/2023 from www.sapghana.com

Sunbul, A. (2020). Self-compassion and Resilience in Parents of Children with Special Needs: The Mediating Role of Hope Özel Gereksinimli Çocukları Olan Ebeveynlerde Öz-şefkatve Psikolojik Sağlamlık: Umudun Aracı Rolü. *Cukurova University Faculty of Education Journal*. 49, 690-705. <https://doi.org/10.14812/cufej.749645>.

Tajalli, P., Sobhi, A., & Ganbaripannah, A. (2010). The relationship between daily hassles and social support on mental health of university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 99–103. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.058>.

Taylor, S.D. (2013). "Family Resilience Model of Behavioral Health for Low-Income Ethnic Minority Families". *Loma Linda University Electronic Theses, Dissertations and Projects*. 155.

Tejakum, W., Tankumpuan, T., Suksatan, W., Saboonma, J., Phetrasuwan, S., & Rodney, T. (2022). Depressive symptoms, social support, cognitive function, and stigma: predictors of

resilience in caregivers of children with intellectual disabilities. *Frontiers of Nursing*, 4, 361–370. <https://doi.org/10.2478/fon-2022-0046>

Theron, L., Liebenberg, L., & Ungar, M. (2014). *Youth resilience and culture: Commonalities and complexities*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9415-2>.

Τζουριάδου, Μ. (2011). *Προσαρμογές Αναλυτικών Προγραμμάτων για Μαθητές με Μαθησιακές Δυσκολίες, Θεωρητικό πλαίσιο*. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο.

Τσιμπιδάκη, Α. (2021). Ανθεκτικότητα, νόημα στη ζωή και αυτοαποτελεσματικότητα σε οικογένειες με ή χωρίς μέλος με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και αναπηρία στην πανδημία COVID-19. *Ψυχολογία*, 26 (3), 21-43. https://doi.org/10.12681/psy_hps.23724

ΥΠ.Ε.Π.Θ–Π.Ι. (2002). *Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγράμματος Σπουδών (Δ.Ε.Π.Π.Σ.) και Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών (Α.Π.Σ.) υποχρεωτικής εκπαίδευσης*. Διαθέσιμο στο: <http://www.pischools.gr/programs/depps/>.

UCLES (2017). *Special educational needs*. Cambridge: Cambridge Assessment International Education.

Umberson, D., Crosnoe, R., & Reczek, C. (2010). Social Relationships and Health Behavior across the Life Course. *Annual Review of Sociology*, 36, 139-157. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-070308-120011>

Ungar, M. (2018). Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecology and Society*, 23(4), 34. <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>.

Ungar, M., & Liebenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed Methods: Construction of the child and youth resilience measure. *Journal of Multiple Methods in Research*, 5(2), 126–149. <https://doi.org/10.1177/1558689811400607>.

Ungar, M., & Theron, L. (2019). Resilience and mental health: How multisystemic processes contribute to positive outcomes. *The Lancet*, [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30434-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30434-1).

Van Breda, A.D.P. (2018). A critical review of resilience theory and its relevance for social work. *Social Work*, 54(1), <https://doi.org/10.15270/54-1-611>.

Vander Plaats, M. (2016). Activating the sociological imagination to explore the boundaries of resilience research and practice. *School Psychology International*, 37(2), 189–203. <https://doi.org/10.1177/0143034315615938>.

Vanhove, A.J., Herian, M.N., Perez, A.L.U., Harms, P.D., & Lester, P.B. (2016). Can resilience be developed at work? A meta-analytic review of resilience-building programme effectiveness. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 89, 278–307. <https://doi.org/10.1111/joop.12123>

ΦΕΚ 102 (2018). Νόμος 4547/2018 - ΦΕΚ 102/12.6.2018. Αναδιοργάνωση των δομών υποστήριξης της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και άλλες διατάξεις. Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1–18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x>.

Wasserman, D., Asch, A., Blustein, J., & Putnam, D. (2017). "Cognitive Disability and Moral Status", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Edward N. Zalta (ed.)), available at: <https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/cognitive-disability/>.

Welbourne, T. (2014). Taking the pulse of leaders to optimize and direct employee energy at work. *Employment Relations Today*, 41, 1-9. <https://doi.org/10.1002/ert.21548>

Widyawati, Y., Scholte, R.H.J., Kleemans, T., & Otten, R. (2022). Parental Resilience and Quality of Life in Children with Developmental Disabilities in Indonesia: The Role of Protective Factors. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*. <https://doi.org/10.1007/s10882-022-09878-1>.

Williams, A.M., Helm, H.M., & Clemens, E.V. (2012). The effect of childhood trauma, personal wellness, supervisory working alliance, and organization factors on vicarious traumatization. *Journal of Mental Health Counseling*, 34, 133–153. <https://doi.org/10.17744/mehc.34.2.j3l62k872325h583>

Wilmoth, J.D., & Smyser, S. (2009). The ABC-X model of family stress in the book of Philippines. *Journal of Psychology and Theology*, 37(3), 155–162. <https://doi.org/10.1177/009164710903700301>.

Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2), 152–169. <https://doi.org/10.1017/S095925981000042>.

Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21, 152–169. <https://doi.org/10.1017/S0959259810000420>

- Wong, G., Greenhalgh, T., Westhorp, G., Buckingham, J., & Pawson, R. (2013). "RAMESES publication standards: realist syntheses". *Journal of Advanced Nursing* 97: 987–1004. <https://doi.org/10.1111/jan.12095>.
- Wood, D. & Harms, P.D. (2016). On the TRAPs that make it dangerous to study personality with personality questionnaires. *European Journal of Personality*, 30, 327-328. DOI: <https://dx.doi.org/10.1037/pspp0000441>
- Wood, D., Gardner, M.H., & Harms, P.D. (2015). How functionalist and process approaches to behavior can explain trait covariation. *Psychological Review*, 122, 84-111. <https://doi.org/10.1002/ijop.12175>
- Wood, D., Harms, P.D., & Vazire, S. (2010). Perceiver effects as projective tests: What your general perceptions of others says about you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99, 174-190. <https://doi.org/10.1037/a0019390>
- Yost, P. (2016). Resilience practices. *Industrial and Organizational Psychology*, 9, 475-479. <https://doi.org/10.1017/iop.2016.42>
- Youssef, C.M., & Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of Management*, 33, 774-800. <https://doi.org/10.1177/0149206307305562>