****

**ΣΒΗΝΩ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΖΩΗ ΜΟΥ (ERASE-S GREECE)**

***Με την γόμα μου στο χέρι, το στρες «σβήνω» σε όλα τα μέρη!***

***(τίτλος κατάλληλος για μικρότερες τάξεις)***

Το **ERASE-S GREECE** (ή **ΣΒΗΝΩ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ**) αποτελεί ένα ολοκληρωμένο ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα με σκοπό την υποστήριξη των μαθητών/ριών στην σχολική κοινότητα μετά από ένα τραυματικό γεγονός. Ο γενικός στόχος του αφορά την μείωση των μετατραυματικών συμπτωμάτων των μαθητών/ριών αλλά και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητάς τους, έχοντας ως αποτέλεσμα τη μελλοντική αποτροπή της συμπτωματολογίας σχετικά με το στρες ύστερα από κρίσεις που προκαλούνται από στρεσογόνα γεγονότα (μικρής αλλά και ευρείας κλίμακας). Θα πρέπει να τονιστεί ότι το τραυματικό στρες μπορεί να αφορά τόσο την έκθεση σε κάποιο τραυματικό γεγονός ζωής όπως θάνατος γονέα, διαζύγιο, έκθεση σε φυσική καταστροφή αλλά και έκθεση στο συνεχές στρες και ενδεχομένως και σε βιώματα απώλειας και που έχουν προκληθεί από την πανδημία του COVID-19.

Γενικότερα πίσω από την λογική των προγραμμάτων που στοχεύουν στην ανάπτυξη δεξιοτήτων διαχείρισης του οξέος στρες, βρίσκονται διαπιστώσεις όπως ότι ο αριθμός των ανθρώπων που πλήττονται μέσω φυσικών και ανθρώπινων καταστροφές αυξάνονται κάθε χρόνο και για το λόγο αυτό από τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών έχει συσταθεί ειδική υπηρεσία, η United Nations Office for Disaster Risk Reduction ( UNDRR ) της οποίας σκοπός είναι να φέρει κοντά κυβερνήσεις, θεσμικούς παράγοντες και τοπικές κοινότητες έτσι ώστε να εργαστούν από κοινού ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος έκθεσης σε καταστροφή και απώλειες και να διασφαλιστεί η κοινή πορεία σε ένα πιο ασφαλές κα πιο βιώσιμο μέλλον ( βλ. και <https://www.undrr.org/about-undrr>).

Μετά από κάποια εμπειρία καταστροφής οι άνθρωποι βιώνουν κάποιες κοινές ψυχολογικές αντιδράσεις. Μπορεί να έχουν επαναλαμβανόμενες εικόνες, σκέψεις και όνειρα καθώς και ήχους, μυρωδιές και εικόνες σχετικά με το τραυματικό γεγονός (American Psychiatric Association, 2013). Σε μια τέτοια συνθήκη, η κατανόηση του τι συμβαίνει βοηθάει τους ανθρώπους να νιώσουν λιγότερο φοβισμένοι και να αποκτήσουν ένα πιο ισχυρό συναίσθημα ελέγχου της κατάστασης (Allen, 2001). Αυτό ακριβώς το συναίσθημα ελέγχου της κατάστασης αποτελεί έναν ισχυρό παράγοντα πρόληψης κατά της περαιτέρω ανάπτυξης αντιδράσεων στρες και ψυχολογικού τραύματος μετά από τέτοιες καταστάσεις, καθιστώντας εξαιρετικά κρίσιμη την άμεση και έγκαιρη παρέμβαση μετά την καταστροφή (Terr, 1996).

Στο επίκεντρο αυτών των έγκαιρων παρεμβάσεων πρέπει να βρίσκονται τα προγράμματα που στοχεύουν στην ενδυνάμωση της κοινότητας με επίκεντρο επαγγελματίες που βρίσκονται σε φροντιστικά επαγγέλματα και ρόλους όπως εκπαιδευτικοί, γιατροί, κληρικοί, γονείς, κ.α. (Eksi et al., 2008).

Έρευνες από διάφορες περιοχές του κόσμου που έχουν πληγεί από καταστροφές, έχουν δείξει ότι τα παιδιά και οι έφηβοι που έχουν εκτεθεί στις παραπάνω συνθήκες, διατρέχουν υψηλό κίνδυνο να υποφέρουν από μετατραυματικές διαταραχές, κατάθλιψη, άγχος, συμπεριφορικές και λειτουργικές διαταραχές, δυσκολίες μάθησης και προβλήματα υγείας (Joshi & O'Donnell, 2003. Silverman & La Greca, 2002. Norris et al., 2002. Shaw, 2003). Ο δείκτης του μετατραυματικού στρες μεταξύ των νέων που είναι εκτεθειμένοι σε καταστροφές, κυμαίνονται μεταξύ από 8% - 75%, υποδηλώνοντας ότι αυτό το πρόβλημα είναι αρκετά κοινό (Gelkopf & Berger, 2009).

Τα τελευταία χρόνια ολοένα και αυξάνεται ο αριθμός των σχολικών παρεμβάσεων με αντικείμενο την αντιμετώπιση της επίδρασης των καταστροφών στα παιδιά και στους εφήβους (Jaycox, Morse, Tanielian & Stein, 2006. Peltonen & Punamaki, 2010). Γενικότερα, οι παρεμβάσεις που πραγματοποιούνται εντός σχολικού πλαισίου, χωρίζονται σε δύο κατηγορίες: (α) στοχευμένες παρεμβάσεις σε επιλεγμένα παιδιά τα οποία παρουσιάζουν συμπτώματα και (β) καθολικές παρεμβάσεις που απευθύνονται σε όλα τα παιδιά ανεξάρτητα από την συμπτωματολογία.

Με βάση την Χατζηχρήστου (2012), η ψυχοκοινωνική υποστήριξη των παιδιών και των εφήβων που έχουν πληγεί από τις συνέπειες μιας φυσικής καταστροφής εστιάζει στη σταδιακή ψυχολογική επανάκαμψη, ώστε να επανακτήσουν το αίσθημα ασφάλειας και να επιστρέψουν στην προηγούμενη ροή της ζωής τους. Οι σημαντικοί άλλοι (γονείς, συγγενείς, φίλοι, εκπαιδευτικοί, εθελοντές) μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά και τους εφήβους να αντεπεξέλθουν ψυχικά στη δύσκολη συνθήκη, δίνοντας έμφαση στην αναζήτηση τρόπων/στρατηγικών ώστε να διαχειριστούν τα δύσκολα συναισθήματά τους, να κατανοήσουν την κατάσταση και τις αντιδράσεις τους και να εστιάσουν στη δύναμη των διαπροσωπικών σχέσεων μέσα από αυτό το προτεινόμενο δομημένο πρόγραμμα .

Στην χώρα μας, τα ψυχοσυναισθηματικά προγράμματα παρέμβασης που υπάρχουν, εστιάζονται κυρίως στην αντιμετώπιση στρεσογόνων και αγχωτικών καταστάσεων (Αγγελοσοπούλου, 2011˙ Τζαβέλλου, 2003˙ Ψύλλου & Ζαφειροπούλου, 2009). Σχετικά με την αντιμετώπιση κρίσεων στην σχολική κοινότητα υπάρχουν οδηγοί αντιμετώπισης (Χατζηχρήστου, Δημητροπούλου, Κατή, Λυκιτσάκου, Μπακοπούλου, & Λαμπροπούλου, 2007), συγκεκριμένα αναφορικά με τις πυρκαγιές (Χατζηχρήστου, Υφαντή, Λιανός, Λαμπροπούλου, Στασινού, Γεωργουλέας, Αθανασίου, & Φραγκιαδάκη, 2018), την οικονομική κρίση (Χατζηχρήστου, Κατή, Γεωργουλέας, Λυκιτσάκου, & Υφαντή, 2012) και την γρίπη Η1Ν1 (Χατζηχρήστου, Κατή, Λυκιτσάκου, Δημητροπούλου, Λαμπροπούλου, & Μπακοπούλου, 2009).

Το **ERASE-S GREECE** αποτελεί ένα πρόγραμμα καθολικής παρέμβασης, κατάλληλο για το σύνολο της σχολικής τάξης και πλαισιώνεται από μια σειρά από δράσεις που πληρούν τα κριτήρια της διεπιστημονικότητας της προσέγγισης, της αξιοποίησης των αποτελεσμάτων της έρευνας για την επιστήμη και την αντιμετώπιση σημαντικών κοινωνικών προβλημάτων που συνδέονται με τις επιπτώσεις των στρεσσογόνων συμβάντων ιδιαίτερα σε πληθυσμούς με ευαλωτότητα. Η υλοποίηση του προγράμματος σε σχολικά πλαίσια αναμένεται να έχει τα εξής οφέλη:

1. Να παρέχει στους/ις μαθητές/ριες ένα κατάλληλο ψυχοσυναισθηματικό πλαίσιο στο οποίο θα είναι σε θέση να κατανοούν, να εκφράζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές τους σχετικά με το στρες.
2. Να εξοπλίσει τους/ις μαθητές/ριες με δεξιότητες αντιμετώπισης του άγχους και στρατηγικές ανθεκτικότητας.
3. Να βελτιώσει την επίγνωση και τον έλεγχο των συναισθημάτων των μαθητών/ριών, αλλά και του σώματος τους.
4. Να ενισχύσει τους κοινωνικούς δεσμούς των μαθητών/ριών και να βελτιώσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες.
5. Να παρέχει βοήθεια στους εκπαιδευτικούς αναφορικά με την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας και των δεξιοτήτων αντιμετώπισης, και μετέπειτα στον εντοπισμό και στην παραπομπή των μαθητών/ριών υψηλού κινδύνου.

Η υλοποίηση του προγράμματος αποτελεί έναν καρπό συνεργασίας του Εργαστηρίου Ψυχολογίας και Εφαρμογών στην Εκπαίδευση του Παιδαγωγικού Τμήματος Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας με τον δημιουργό του προγράμματος Rony Berger σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο του Tel Aviv και του Πανεπιστημίου της Haifa του Ισραήλ. Η μετάφραση, η προσαρμογή και η ετοιμασία του υλικού, καθώς και η εποπτεία για την υλοποίηση παρέχεται στο πλαίσιο μιας σύμπραξης / συνεργασίας, στην οποία, εκτός από α) το **Εργαστήριο Ψυχολογίας και Εφαρμογών στην Εκπαίδευση** συμμετέχουν β) η **Ομοσπονδία Φορέων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης & Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ,** γ) η **ΑΜΚΕ ΙΑΣΙΣ,** δ) η **Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος**, ε) η **EΨYKA – Εταιρεία Ψυχικής Υγείας & Κοινωνικής Αποκατάστασης Ασθενών** και στ) **ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΑΚΙ - Ελληνικό Κέντρο για την Ψυχική Υγεία και Θεραπεία του Παιδιού και της Οικογένειας.**

Επιστημονικά υπεύθυνη για το **ERASE-S GREECE** έχει η Χριστίνα Ρούση, Επίκ. Καθ. Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας στο Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Τα βασικά δομικά συστατικά του ERASE-S **GREECE** ως ενός προγράμματος κατάλληλου για την σχολική τάξη, είναι α) ένα εγχειρίδιο με αναλυτικό υλικό και οδηγίες για τους εκπαιδευτικούς, και β) ένα πλαίσιο εκπαίδευσης και εποπτείας από εκπαιδευμένους ειδικούς ψυχικής υγείας (των φορέων που συμμετέχουν στην σύμπραξη) και αναλαμβάνουν την εκπαίδευση και την εποπτεία των εκπαιδευτικών που θα το εφαρμόσουν στις τάξεις τους.

Το περιεχόμενο του προγράμματος αποτελείται από τα εξής 16 μέρη , τα οποία προτείνεται να ενσωματωθούν σε 12 (κατ’ εκτίμηση) δίωρες σχολικές παρεμβάσεις κατάλληλες για παιδιά δημοτικού (Δ’ – ΣΤ΄) και Γυμνασίου.

Τα μέρη του προγράμματος είναι τα εξής:

1. **Ξεκινώ** – Η πρώτη συνάντηση επικεντρώνεται στην έναρξης του προγράμματος από τον διευθυντή του σχολείου και στη συνέχεια πραγματοποιείται μια επισκόπηση του προγράμματος από τον εκπαιδευτικό. Οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί θα θεσπίσουν τους βασικούς κανόνες για τη δημιουργία ασφάλειας και αμοιβαίου σεβασμού. Στη συνέχεια, ο δάσκαλος θα παρουσιάσει τι είναι το άγχος και ποιες είναι οι αντιδράσεις σε αυτό μέσα από διαδραστικές ασκήσεις, ώστε να γίνει μέσα από το βίωμα πιο κατανοητό.

**2.** **Ενισχύω τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίζω τις δύσκολες καταστάσεις -**– Κατά τη διάρκεια αυτής της συνάντησης οι μαθητές θα εξερευνήσουν το προσωπικό τους στυλ αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων. Μέσα από τεχνικές νοερής απεικόνισης μιας απειλής οι μαθητές θα είναι σε θέση να επεξεργαστούν την εμπειρία του βιώματος χρησιμοποιώντας καλλιτεχνικό υλικό στο πλαίσιο ομαδικών δραστηριοτήτων. Ο δάσκαλος θα προσπαθήσει μέσα από αυτή τη διαδικασία να ενισχύσει το ήδη υπάρχον δυναμικό κάθε μαθητή για να μπορέσει να αναδειχθεί και να ενισχυθεί το προσωπικό στυλ αντιμετώπισης.

**3.** **Σε επαφή με το σώμα μου** – Κατά τη διάρκεια αυτής της συνάντησης οι μαθητές θα έρθουν σε επαφή με το σώμα τους, θα μάθουν να αναγνωρίζουν πώς το άγχος εκδηλώνεται στο σώμα τους αλλά και στο σώμα των συμμαθητών τους και πώς αυτό αντιδρά σε ακραίες εκδηλώσεις στρες. Επιπλέον θα μάθουν πως να ελέγχουν τις αισθητηροκινητικές αντιδράσεις τους μέσα από εξάσκηση σε συγκεκριμένες δεξιότητες.

**4.** **Αναγνωρίζω τα συναισθήματά μου**  – Σε αυτή τη συνεδρία οι μαθητές θα εξερευνήσουν διάφορους τρόπους με τους οποίους εκφράζουν τα συναισθήματά τους και θα κατανοήσουν τη σημασία της συναισθηματικής έκφρασης για την αντιμετώπιση του τραυματικού στρες. Στη συνεδρία αυτή θα επικεντρωθούμε στον τρόπο αναγνώρισης των συναισθημάτων και τη σύνδεση αυτών με τις αισθητηριο-κινητικές αντιδράσεις

5**.** **Ελέγχω τα συναισθήματά μου** - Αυτή η συνάντηση επικεντρώνεται στις συνδέσεις μεταξύ των τριών συστατικών που διαμορφώνουν συμπεριφορές, δηλαδή: αισθήσεις, σκέψεις και συναισθήματα. Οι μαθητές θα μάθουν γνωστικές δεξιότητες αντιμετώπισης του άγχους και θα τις εξασκήσουν κατά τη διάρκεια της συνεδρίας μέσα από ασκήσεις

**6.** **Αντιμετωπίζω τους φόβους μου**  – Στη συνάντηση αυτή θα συζητηθεί ο ρόλος του φόβου στην ανθρώπινη ανάπτυξη. Οι μαθητές θα εξερευνήσουν νέους τρόπους για την αντιμετώπιση των φόβων τους και θα δημιουργήσουν μια εσωτερική αίσθηση ασφάλειας.

**7.** **Διαχειρίζομαι το θυμό και την οργή μου** - Η συνάντηση αυτή θα βοηθήσει τους μαθητές να αντιμετωπίσουν τον θυμό και την οργή και θα τους δώσει την ευκαιρία να τα εκφράσουν με ελεγχόμενο τρόπο. Οι μαθητές θα μάθουν για τη διεκδικητική συμπεριφορά και θα την εξασκήσουν μέσα στη συνεδρία.

**8.** **Αντιμετωπίζω το πένθος και την απώλεια** – Σε αυτή τη συνάντηση οι μαθητές θα εξερευνήσουν σταδιακά τις εμπειρίες θλίψης και απώλειας που έχουν βιώσει και θα τους δοθεί η ευκαιρία να εκφράσουν αυτά τα συναισθήματά τους μέσα σε ένα ασφαλές πλαίσιο. Στη συνέχεια θα μάθουν για τη διαδικασία και τα στάδια του πένθους και την σημαντικότητα του υποστηρικτικού δικτύου.

**9.** **Χτίζω την προσωπική κοινωνική ασπίδα** – Σε αυτή τη συνάντηση οι μαθητές θα εξερευνήσουν τις κοινωνικές τους ανάγκες και τους τρόπους με τους οποίους ικανοποιούνται αυτές στο τρέχον υποστηρικτικό τους δίκτυο. Θα μάθουν πώς να ζητούν βοήθεια και πώς να είναι ενσυναισθητικοί προς τους συνομηλίκους τους, καθώς και πώς να ενισχύουν συνολικά τα συστήματα που λαμβάνουν και δίνουν υποστήριξη.

**10.** **Ενισχύω την αυτοεκτίμησή μου**  – Αυτή η συνάντηση θα βοηθήσει τους μαθητές να εξερευνήσουν την αυτοεικόνα τους και τον τρόπο με τον οποίο επηρεάζει την ικανότητά τους να αντιμετωπίζουν τις στρεσογόνες καταστάσεις. Οι μαθητές θα έχουν την ευκαιρία να αποδεχτούν τα ελλείμματά τους, να αναγνωρίσουν τα δυνατά τους σημεία και να μάθουν πώς να επιβεβαιώνουν θετικά τον εαυτό τους.

**11.** **Μετατρέπω την κρίση σε ευκαιρία** – Σε αυτή τη συνάντηση οι μαθητές θα επικεντρωθούν στο πώς να δουν το «γεμάτο ποτήρι» ακόμα και σε δύσκολες καταστάσεις. Στη συνέχεια θα μάθουν στρατηγικές ανθεκτικότητας για την αναπλαισίωση μιας κρίσης και τη μετατροπή της σε ευκαιρία προσωπικής ανάπτυξης.

**12.** **Αναζητώ ένα καλύτερο μέλλον** – Σε αυτή τη συνάντηση οι μαθητές θα εξερευνήσουν τα μελλοντικά τους όνειρα και τις φαντασιώσεις τους και θα μάθουν τρόπους να αναπτύξουν την αισιοδοξία. Θα επανεξετάσουν και θα συνοψίσουν το πρόγραμμα στο οποίο συμμετείχαν και θα αναγνωρίσουν τη σημαντική συμβολή της ομάδας.

**ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

Berger, R., & Gelkopf, M. (2009). School-based intervention for the treatment of tsunami-related distress in children: A quasi-randomized controlled trial. *Psychot. Psychosom., 78*, 364-371

Berger, R., & Manasra, N. (2005). *Enhancing resiliency among students experiencing stress (ERASE-STRESS CHERISH): A manual for teachers*. Tel Aviv: Natal, Trauma Center for Victimsof terror and War (Hebrew).

Berger, R., Benatov, J., Cuadros, R., Vannattan, J., & Gelkopf, M. (2018). *Enhancing resiliency and promoting prosocial behavior among Tanzanian primary-school students : A school-based intervention*. *55*(6), 821–845. https://doi.org/10.1177/1363461518793749

Berger, R., Gelkopf M., & Heineberg, Y. (2012). A school-based intervention for reducing traumatic stress related symptomatology in students exposed to ongoing and intense war related stress: A quasi-randomized controlled study. *Adolescent Health 51*, 453-61

Berger, R., Gelkopf, M. (2011). An intervention for reducing secondary traumatization and improving professional self-efficacy in well baby clinic nurses following war and terror: A random control group trial. International. *Journal of Nursing Studies, 48,* 601-610

Berger, R., Gelkopf, M., & Benatov, J. (2018). Enhancing resiliency and promoting prosocial behavior among Tanzanian primary-school students: A school-based intervention. *Transcultural Psychiatry, 55, 821-845.*

Berger, R., Gelkopf, M., & Heineberg, Y. (2012). A Teacher-Delivered Intervention for Adolescents Exposed to Ongoing and Intense Traumatic War-Related Stress: A Quasi-Randomized Controlled Study. *The Journal of Adolescent Health* Volume, *51* (5), 453-461.

Berger, R., Gelkopf, M., Heineberg, Y., & Zimbardo, P. (2015). Developing resiliency and promoting tolerance among Jewish Israeli elementary school students facing ongoing rocket shelling. *J Educational Psychology 107, 678-98*

Berger, R., Pat-Horencyk, R., & Gelkopf M. (2007). School-based intervention for prevention and treatment of elementary-pupil's' terror-related distress in Israel: Quasi-Randomized controlled trial. *J Traum Stress, 20,* 541-51

Berger, R., Senderov, D., Horvitz, M., Gelert, L., & Sendor, D. (2003). *Overshadowing the Threat of Terrorism: Developing Students resiliency: A Teacher's Manual.* Tel Aviv, Israel; Natal,Trauma Center for Victims of terror and War (Hebrew).

*Dadds, M., & Roth, J. (2008).* Prevention of anxiety disorders: Results of a universal trial with young children*. Journal of Child and Family Study, 17,* 320-335.

Gelkopf, M. Ryan, P. Cotton, S., & Berger, R. (2008). The impact of a “training of the trainers” course for helping Tsunami-Survivor children on Sri Lankan disaster volunteer workers. *Int J of Stress Man, 15*, 117-35

Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASEStress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 50,* 962–971.

Gurwitch, R.H., Sitterle, K.A., Young, B.H., & Pfefferbaum, B. (2002). The aftermath of terrorism. In: *Helping children cope with disasters and terrorism* (pp. 327 -358) Edited by La Greca AM, Silverman WK, Vernberg EM, Roberts M. Washington, DC: American Psychological Association

Inter-Agency Standing Committee (IASC) (2007). *IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. Geneva: IASC.

Inter–Agency Standing Committee (IASC) (2018). *Κατευθυντήριες Οδηγίες της IASC για την Ψυχική Υγεία και την Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη σε Καταστάσεις Έκτακτης Ανάγκης*. Αθήνα: Κέντρο Ημέρας Βαβέλ/Συν–ειρμός ΑμΚΕ Κοιν. Αλληλεγγύης.

Jaycox, L. H., Morse, L. K., Tanielian, T. & Stien, B. D. (2006). *How schools can help students recover from traumatic experiences: A tool kit for supporting long-term recovery*. Santa Monica, CA: The Rand Cooperation. <http://www.rand.org/content/dam/rand/pubs/technical_reports/2006/RAND_TR413.pdf>

Joshi, P., T, & O'Donnell, D., A. (2003). Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical Child and Family Psychology Review, 6* (4), 275-292.

Klingman, A., & Shalev, R. (2001). Graffiti: Voices of Israeli youth following the assassination of the prime minister. *Youth & Society, 32*(4), 403 420. [https://doi.org/10.1177/0044118X01032004001](https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0044118X01032004001)

Lukens, E. P., & Mcfarlane, W. R. (2004). Psychoeducation as Evidence-Based Practice : Considerations for Practice Research, and Policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention,* 205-225*,* 34(3). <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhh019>

Marcal, G. (2003). *Impact of Armed Conflict on Children*: *A Review of Progress since the 1996*. United Nations Report on the Impact of Armed Conflict on Children. New York: UNICEF. 3.

Norris, F., Friedman, M., Watson, P., Byrne, C., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 Disaster victims speak: Part I, an empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry, 65*, 207–239.

Pat-Horenczyk, R., Qasrawi. R., Haj-Yahia, M. M., Peled, O., Shaheen, M**.** Berger, R., Brom, D., & Abdeen, Z. (2009). Posttraumatic Distress and Coping among Youth on Both Sides of the Israeli-Palestinian Conflict. *Journal of Applied Psychology Applied Psychology*: *An International Review*, *58* (4),688-708.

Peltonen, K., & Punamaki, R. L. (2010). Preventive Interventions Among Children Exposed to Trauma of Armed Conflict: A Literature Review. *Aggressive Behavior*. *36*, 95–116.

Psychountaki, M., Zervas, Y., Karteroliotis, K., & Spielberger, C. (2003). Reliability and validity of the Greek version of STAIC. *European Journal of Psychological Assessment, 12*(2), 124-130.

Rolfsnes, E.S., & Idsoe, T. (2011). School-based intervention programs for PTSD symptoms: a review and meta-analysis. *Journal of Traumatic Stress*. *2*, 155-65.

Seballos, F., Tanner, T., Tarazona M., Gallegos, J., (2011). *Children and Disasters: Understanding Impact and Enabling Agency*. Children in a Changing Climate Research Report. Brighton: IDS.

Shaw, J.A. (2003). Children exposed to war/terrorism*. Clinical Child and Family Psychological Review, 6*, 237-246.

Silverman, W.K, & La Greca, A.M. (2002). Children experiencing disasters: Definitions, reactions and predictors of outcomes**.** In: *Helping children cope with disasters and terrorism*. Edited by La Greca, A.M., Silverman, W.K, Vernberg, E.M., & Roberts, M. Washington, DC: American Psychological Association, 11-33.

The Israeli Information for Human Rights in the Occupied Territories (B'Tselem). (2012). Statistic of fatalities from 29.9.2000-31.10.2012, Jeruslaem: B'Tselem, Available at <http://old.btselem.org/statistics/english/Casualties.asp>

United Nations Children’s Fund (December, 2007). The State of the World's Children 2008. New York: UNICEF. Ανακτήθηκε από: <http://www.unicef.org/sowc08/docs/sowc08.pdf>

United Nations International Strategy for Disaster Reduction (UNISDR). 2009. Global Assessment. Report on Disaster Risk Reduction: Risk and Poverty in a Changing Climate. Geneva: UNISDR. Ανακτήθηκε από: <http://www.unisdr.org/we/inform/publications/9413>

Yule, W., Perrin, S., & Smith, P. (2001). Traumatic events and post-traumatic stress disorder. In W. K. Silverman & P. D. A. Treffers (Eds.), *Anxiety disorders in children and adolescents: Research, assessment and intervention*(pp. 212–234). Cambridge University Press.

Αγγελοσοπούλου, Α. (2011). "Ο αγχόσαυρος": σχεδιασμός, κατασκευή, εφαρμογή και αξιολόγηση ενός ψυχοεκπαιδευτικού προγράμματος για την πρόληψη και διαχείριση των εσωτερικευμένων προβλημάτων σε παιδιά σχολικής ηλικίας, Διδακτορική Διατριβή, Βόλος: Παιδαγωγικό Τμήμα, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Τζαβέλλου, Ε. (2003). Πρόγραμμα διαχείρισης άγχους παιδιών σχολικής ηλικίας: πιθανές αλληλεπιδράσεις με τη σχολική επίδοση των παιδιών και τις δυνατότητες και δυσκολίες τους. Διπλωματική εργασία στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Κλινικής Ψυχολογίας. Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Χατζηχρήστου, Χ. (επιμ.) (2012). *Διαχείριση Κρίσεων στη Σχολική Κοινότητα*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Χατζηχρήστου, Χ., Δημητροπούλου, Π., Κατή, Α., Λυκιτσάκου, Κ., Μπακοπούλου, Α. & Λαμπροπούλου, Α. (2007). *Στήριξη των Παιδιών σε Καταστάσεις Κρίσεων*. Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Χατζηχρήστου, Χ., Κατή, Α., Γεωργουλέας, Γ., Λυκιτσάκου, Κ., & Υφαντή, Θ. (2012). *Ψυχολογική υποστήριξη παιδιών σε καταστάσεις κρίσεων. Με παράρτημα για την οικονομική κρίση*. Αθήνα: Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Χατζηχρήστου, Χ., Κατή, Α., Λυκιτσάκου, Κ., Δημητροπούλου, Π., Λαμπροπούλου, Α. & Μπακοπούλου, Α. (2009). *Στήριξη των Παιδιών σε Καταστάσεις Κρίσεων: Η περίπτωση της γρίπης H1N1*. Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Χατζηχρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λιανός, Π., Λαμπροπούλου, Κ., Στασινού, Β., Γεωργουλέας, Γ., Αθανασίου, Δ., & Φραγκιαδάκη, Δ. (2018). *Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη Παιδιών και Εφήβων μετά από Φυσικές Καταστροφές. Χρήσιμες επισημάνσεις για την ψυχοκοινωνική προσαρμογή παιδιών και εφήβων μετά από πυρκαγιά*. Αθήνα: Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Ψύλλου, Ρ. & Ζαφειροπούλου, Μ. (2009). *Τα Φιλαράκια: Πώς να αντιμετωπίσουμε τα αρνητικά συναισθήματα μας.* Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.