



1

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
1<sup>η</sup> ΥΠΕ ΑΤΤΙΚΗΣ



# “Συλλειτουργώντας στην πανανθρώπινη διάσταση της πανδημίας”

Θ. Τρακάκη, Ε. Βλαχάβα, Χ. Καλύβα, Σ. Δρακοπούλου,  
Δ. Κωστοπούλου, Δρ. Δ. Καραγιάννης

## Τρακάκη Θάλεια

Κοινωνική Λειτουργός, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια,

Υπεύθυνη Τμήματος Κοινωνικής Υπηρεσίας Κέντρου Παιδοψυχικής  
Υγιεινής Αθήνας,

τ. Ε. Συνεργάτης Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας, Α.Τ.Ε.Ι. Αθήνας.

# ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΡΙΣΗ

3

Οι Ειδικοί του Κέντρου Παιδοψυχικής Υγιεινής Αθήνας,

- ▶ όταν συμβαίνουν σημαντικά γεγονότα
- ▶ και καταστάσεις έκτακτης ανάγκης,
- ▶ όπως σε περιπτώσεις φυσικών καταστροφών (σεισμοί, πυρκαγιές),
- ▶ ατυχημάτων (ναυάγια, αεροπορικά δυστυχήματα),

σπεύδουν άμεσα για να προσφέρουν ψυχολογική υποστήριξη και ψυχοκοινωνική ενίσχυση σε παιδιά και οικογένειες που δοκιμάζονται συναισθηματικά και κοινωνικά και βιώνουν μετατραυματικό stress.

Η Ομάδα είναι διεπιστημονική, λειτουργεί συλλογικά και συνδυάζει την υψηλή επιστημονική γνώση, την μεγάλη εμπειρία και την εθελοντική προθυμία.

# Η πανδημία ως ανάγκη παρέμβασης

Με αφορμή τη βίωση μιας πρωτόγνωρης κατάστασης, με την έλευση της πανδημίας του covid-19,

- το lockdown,
- την απομόνωση,
- την εργασία από το σπίτι,
- την τηλεεκπαίδευση,
- το άγχος, την αγωνία και τον φόβο της νόσησης,
- την απώλεια οικείων και αγαπημένων προσώπων,

γεννήθηκε ισχυρό κίνητρο στους Ειδικούς, προκειμένου να σχεδιάσουν παρεμβάσεις, δράσεις και εφαρμογές καλών πρακτικών σε επίπεδο οικογένειας, σχολείου, κοινότητας, συνθέτοντας τη βιωματική εκπαίδευση και την τεχνολογία.

# Στόχος παρεμβάσεων

5

Γενικότεροι στόχοι αυτών των παρεμβάσεων ήταν:

- Η πρόληψη της ψυχικής υγείας των παιδιών, εφήβων και των οικογενειών τους τόσο κατά την περίοδο της κρίσης, όσο και σε περιόδους κανονικότητας.
- Η ευαισθητοποίηση και σε άλλες κοινωνικές και επαγγελματικές ομάδες στα πλαίσια του ανοίγματος στην ευρύτερη κοινότητα.
- Η δυνατότητα έκφρασης και διαχείρισης των συναισθημάτων τους.
- Η ενίσχυση των μελών στο “σχετίζεσθαι” με καλύτερη ενημερότητα, αποδοχή και συνύπαρξη κατά τη διάρκεια της πανδημίας.
- Και τέλος, η νοηματοδότηση των δύσκολων καταστάσεων και η ανάδειξη της δύναμης και της ελπίδας των ίδιων των ανθρώπων απέναντι στις αντιξοότητες.

# Φιλοσοφία παρεμβάσεων

6

Μέσα από την κλινική εμπειρία σε καταστάσεις κρίσης, μας είναι γνώριμο ότι:

- ▶ Άτομα, ζευγάρια, οικογένειες, κοινωνικές ομάδες, επαγγελματικές ομάδες, εκπαιδευτικά προγράμματα δεν μπορεί να κλειστούν στα όριά τους και να μην είναι θνησιγενή.
- ▶ Η ανθρώπινη οντότητα είναι κοινωνική. Η ταυτότητα όλων είναι αλληλεπιδραστική μέσα στις ανθρώπινες σχέσεις.
- ▶ Τα συναισθήματα όταν δεν εκφράζονται, κρυσταλλώνονται σε παθολογικές οντότητες, ενώ όταν κατανοούνται, αποτελούν πολύτιμο υλικό για την περαιτέρω ζωή.
- ▶ Οι ίδιες αιτίες-τραύματα που κάποιους τους οδηγούν στην ισοπέδωση, μπορεί να γίνουν παράγοντες ευεργετικοί σε αυτούς που αποφασίζουν να τις μεταβολίσουν και να τις υπερβούν.
- ▶ Οι άνθρωποι που πάλεψαν σε αντίξοες συνθήκες ήταν αυτοί που θα στέκονταν καλά στη συνέχεια της ζωής τους. Όχι μόνο δεν τους έμεινε τραύμα, αλλά δημιούργησαν ψυχικά αποθέματα αξιοποιήσιμα για άλλες δύσκολες καταστάσεις της ζωής.

# Τρόποι παρέμβασης

7

Ειδικότερα, τα σημαντικότερα προγράμματα που αναπτύχθηκαν από το Κέντρο Παιδοψυχικής Υγιεινής την περίοδο της πανδημίας είναι:

- **Webinars – Συνεντεύξεις** σε έντυπο και ηλεκτρονικό τύπο και σε κανάλια εθνικής εμβέλειας,
- **Ομάδες επεξεργασίας και αναστοχασμού** που δημιουργήθηκαν στον απόηχο των Webinars, αξιοποιώντας τη γνώση που παράγεται στις μικρές ομάδες και κατόπιν την πληροφορία που έρχεται στο άνοιγμα της μεγάλης ομάδας,...
- **Ψυχοεκπαιδευτικές Ομάδες,**
- **Ομάδες εποπτείας.**

# Μεθοδολογία παρεμβάσεων

8

- ▶ Η εφαρμογή των παρεμβάσεων έγινε σε τοπικό και εθνικό επίπεδο, στοχεύοντας στην υποστήριξη της οικογένειας, του σχολείου και της ευρύτερης κοινότητας.
- ▶ Βασικό εργαλείο των δράσεων αποτέλεσαν οι Ομάδες, που είχαν ως στόχο, να δημιουργήσουν έναν ουδέτερο χώρο, όπου οι συμμετέχοντες θα μπορούσαν να μιλήσουν ελεύθερα και να αναπτύξουν αλληλεγγύη μεταξύ τους υπερβαίνοντας τις διαφορές στις προσεγγίσεις, στους επαγγελματικούς ρόλους και στις διαφορετικές ευθύνες.
- ▶ Αυτό κράτησε και το ενδιαφέρον τους σταθερό, καλλιέργησε την αλληλοϋποστήριξη, την οικειότητα και το μοίρασμα εμπειριών.
- ▶ Οι αξίες της ψυχολογικής ευεξίας, του πολιτισμικού σχετικισμού, της κοινοτικής συμμετοχής, της προσβασιμότητας και της ισονομίας, αλλά και της άρρηκτης σύνδεσης της γενικής και ψυχικής υγείας στην κοινοτική φροντίδα, αποτέλεσαν βασικά χαρακτηριστικά των δράσεων αυτών.



# WEBINARS

9

- ▶ Η σειρά των Webinars που πραγματοποιήθηκε, είχε εξαιρετικά μεγάλη απήχηση.
- ▶ Αποδέκτες ήταν γονείς, εκπαιδευτικοί, φοιτητές, εργαζόμενοι, συλλογικές προσωπικότητες, άνθρωποι όλων των ηλικιών κ.α.
- ▶ Μέσω των τηλεδιασκέψεων δόθηκε η δυνατότητα ανοίγματος και παρέμβασης παρότι οι άνθρωποι βρίσκονται σε κατ' οίκον περιορισμό.
- ▶ Η πληροφορία έρχεται και τους συναντάει και επιβεβαιώνει ότι ο αναγκαστικός εγκλεισμός στην εποχή της καραντίνας, μπορεί να αποτελέσει ουσιαστικό άνοιγμα στις ανθρώπινες σχέσεις.
- ▶ Οι δράσεις αυτές είχαν ως στόχο το αρχαίο Ιπποκράτειο ρητό **“Κάλλιον του Θεραπεύειν το προλαμβάνειν”**, αναδεικνύοντας τη σημασία της ουσιαστικής πρόληψης στην ψυχική υγεία.

# Ενδεικτικοί τίτλοι των webinars

10

Ενδεικτικά αναφέρονται τίτλοι από τα Webinars, των οποίων την αποκλειστική ευθύνη είχε ο Παιδοψυχίατρος- Οικογενειακός Ψυχοθεραπευτής και Διευθυντής του Κέντρου, Δημήτρης Καραγιάννης.

- Διασχίζοντας μια πανδημία
- Υπαρξιακή Νοηματοδότηση Covid-19.
- Ψυχική ανθεκτικότητα σε καιρό αβεβαιότητας
- Υπερασπίζοντας το δώρο της ζωής σε συνθήκες επιβίωσης: Η ψυχική ανθεκτικότητα
- Psychological implications of the pandemic
- Αγάπη, απιστία και πανδημία
- Έχουμε τα χάλια μας αλλά δεν είμαστε χάλια
- Διαχρονικές αρετές
- Με ποιο δικαίωμα θέλουμε να προστατεύσουμε τα παιδιά από τη μάσκα;
- Οι βεβαιότητες που χτίστηκαν στους καιρούς της αβεβαιότητας

## Ψυχοεκπαιδευτικές Ομάδες

# Ομάδες παιδιών σε Παιγνιοθεραπεία

12

- ▶ Η Παιγνιοθεραπευτική παρέμβαση έγινε σε παιδιά μεγαλύτερων ηλικιών, όπου λειτούργησαν ομάδες σε σταθερή βάση, με προσαρμογή στα νέα δεδομένα, με εύρεση νέων τρόπων και αξιοποίηση εργαλείων, που επέτρεπαν να εξασφαλιστεί η σταθερότητα του χώρου, το απόρρητο και το ιδιωτικό της συνεδρίας, προκειμένου να λειτουργήσει ο διαδικτυακός χώρος, ως μεταβατικός θεραπευτικός χώρος.
- ▶ Για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας υπήρχαν πρακτικές δυσκολίες, ως προς την εφαρμογή της παιγνιοθεραπευτικής παρέμβασης μέσω διαδικτύου, λόγω ηλικίας και μεθοδολογίας.
- ▶ Ωστόσο, σε προγραμματισμένη ημέρα και ώρα γινόταν τηλεφωνική επικοινωνία με τους γονείς και το παιδί, διατηρώντας τη σταθερότητα στη θεραπευτική σχέση.
- ▶ Παράλληλα οι γονείς άντλησαν βοήθεια και τους δόθηκαν ιδέες και οδηγίες για δραστηριότητες, που μπορούσαν να έχουν με το παιδί τους, μέσα και έξω από το σπίτι και κυρίως πώς να οργανώσουν και να διατηρήσουν τον προσωπικό χώρο και χρόνο, προσαρμοζόμενο στις παρούσες συνθήκες.

## Ομάδες Γονέων

13

Δημιουργήθηκαν Ομάδες, όπου οι γονείς συμμετείχαν με μεγάλη ανταπόκριση στις διαδικτυακές συναντήσεις, με σκοπό:

- ▶ να διαχειριστούν, να κατανοήσουν και να επεξεργαστούν, τα πρωτόγνωρα συναισθήματα, από την αποσταθεροποίηση και την ανατροπή της καθημερινότητάς της οικογένειας.
- ▶ να αφουγκραστούν και να μοιραστούν τις δικές τους αγωνίες,
- ▶ να εκφράσουν συναισθήματα φόβου, πόνου, θυμού, απόγνωσης για την απώλεια της ζωής αγαπημένων προσώπων,
- ▶ να διασφαλίσουν τη διατήρηση μιας λειτουργικής καθημερινότητας τόσο στα πλαίσια της δυναμικής των σχέσεων του ζεύγους, όσο και της οικογένειας .
- ▶ να ανταποκριθούν στις απαιτητικές συνθήκες της τηλεργασίας και στο γονεϊκό τους ρόλο ταυτόχρονα, αφού τα όρια δεν ήταν καθόλου διακριτά,
- ▶ να αναζητήσουν τα δικά τους προσωπικά νοήματα και να επαναδομήσουν στις νέες συνθήκες.

# Ομάδες Ηλικιωμένων Γυναικών-Γιαγιάδων

14

Δημιουργήθηκε Ομάδα ηλικιωμένων γυναικών-γιαγιάδων με στόχο να φροντίσουν και να νοιαστούν αποτελεσματικότερα τους εαυτούς τους και τις οικογένειες τους και να νοιώσουν χρήσιμες, εμπνέοντας και όχι επιβαρύνοντας. Τα θέματα αφορούσαν:

- ▶ την διαχείριση των συναισθημάτων φόβου, αγωνίας και άγχους θανάτου, εξαιτίας της πανδημίας,
- ▶ την ενημέρωση για τις κοινωνικές και ψυχολογικές επιπτώσεις της πανδημίας,
- ▶ την δυναμική της οικογένειας, τις σχέσεις με τα παιδιά και τα εγγόνια,
- ▶ την γονεϊκότητα και ειδικά μετά την ενηλικίωση των παιδιών,
- ▶ την μοναξιά και την απομόνωση ως απόρροια του εγκλεισμού,
- ▶ το κενό της διακοπής δραστηριοτήτων με ομάδες ομηλικών
- ▶ την διαχείριση κρίσεων και σε άλλες φάσεις ζωής.

Η δυνατότητα επεξεργασίας των θεμάτων αυτών δημιούργησε ευεργετικούς παράγοντες στη ζωή τους, αφού συμμετείχαν στην διαδικασία του μοιράσματος, της αλληλεπίδρασης, της υπέρβασης και της ανάπτυξης ζωντανίας και δημιουργικότητας

# Ομάδες Εποπτείας

# Ομάδες Λειτουργών Υγείας- Ιατρικό

## Και Νοσηλευτικό Προσωπικό

Οι Λειτουργοί υγείας, που βρισκόταν σε άμεση, καθημερινή, πολύωρη επαφή, και έκθεση με βαριά περιστατικά Covid-19 και μεγάλα ποσοστά απωλειών, αντιμετώπιζαν πολλαπλά προβλήματα με την έξαρση της πανδημίας, από τη μία ως επαγγελματίες υγείας και από την άλλη ως μέλη των οικογενειών τους.

Τα θέματα που επεξεργάστηκαν στις συναντήσεις ήταν:

- Διατροφικές διαταραχές και διαταραχές ύπνου, αυξημένο άγχος, αλλαγές διάθεσης και κρίσεις πανικού ακόμα και εκτός εργασίας.
- Αισθήματα ενοχής απέναντι στα μέλη της οικογένειας, αγωνία μετάδοσης της ασθένειας και θανάτου των ίδιων ή μελών της οικογένειας τους.
- Φυσική και κοινωνική απομόνωση από το ευρύτερο οικογενειακό σύστημα.
- Αίσθημα ματαιώσης από την αδυναμία ανταπόκρισης στις πρωτόγνωρες απαιτήσεις φροντίδας των ασθενών με Covid-19.
- Θυμός για το θεσμικό πλαίσιο λειτουργίας και την ανταπόκριση της πολιτείας στις ανάγκες τους.

Για την άμεση παρέμβαση ορίστηκε ομάδα εργασίας όχι μόνο για την καταγραφή των αναγκών και την ένταξη καινούριων δεδομένων, αλλά και τη δυνατότητα διαρκών παρεμβάσεων στην ψυχοσυναισθηματική τους υποστήριξη.



# Ομάδες Εποπτείας Εκπαιδευτικών

17

Παράλληλα στο Κέντρο Παιδοψυχικής Υγιεινής λειτούργησαν δύο Ομάδες Εποπτείας Εκπαιδευτικών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, από όλη τη Αττική. Οι ομάδες λειτούργησαν με συναντήσεις σε μηνιαία βάση, ήταν ανοιχτού τύπου και ο αριθμός των συμμετεχόντων ήταν μέχρι 12 άτομα.

Τα θέματα τα οποία διαπραγματεύτηκαν ήταν:

- ▶ Η επεξεργασία των δικών τους συναισθημάτων τους στην παρούσα κατάσταση.
- ▶ Η αντιμετώπιση των κρίσεων και η ενίσχυση της δικής τους ανθεκτικότητας μπροστά στις καθημερινές αντιξοότητες της τηλεκπαίδευσης.
- ▶ Η ανάπτυξη καλών πρακτικών για την ενθάρρυνση και έμπνευση των μαθητών αυτή την περίοδο.
- ▶ Η διασύνδεση και δικτύωση τους μέσα στην εκπαιδευτική κοινότητα και τέλος
- ▶ Η ενίσχυση δεξιοτήτων για έγκαιρη δράση σε μελλοντικές καταστάσεις.

# Ομάδες Εποπτείας Φροντιστών Ψυχικής Υγείας στο μεταναστευτικό ζήτημα

18

Στο Κέντρο Παιδοψυχικής Υγιεινής λειτούργησαν ομάδες εποπτείας και mentoring φροντιστών προσφύγων που εργάζονται σε όλη τη γκάμα των στεγαστικών δομών (camp, ξενώνας, διαμερίσματα κ.ά.).

Μέσα από τη διεργασία των ομάδων (εμπειρίες, βιώματα, μνήμες), αναδύονται και γίνονται αντικείμενο επεξεργασίας θεματικές όπως:

- ▶ ο αποχωρισμός, η πολυπολιτισμικότητα, το πένθος, η απώλεια, το τραύμα των εφήβων, το δευτερογενές τραύμα των εργαζόμενων, η οριοθέτηση.
- ▶ Στα πλαίσια του mentoring, ενθαρρύνθηκαν οι συμμετέχοντες να διαχειριστούν το δυναμικό τους και να αναπτύξουν δεξιότητες σε δραστηριότητες, καθήκοντα και ρόλους, στα οποία προσδίδουν αξία και νόημα ως άτομα και ως πολιτισμός-κουλτούρα.
- ▶ Επεξεργάστηκαν το άγχος, τη ματαιίωση, την επαγγελματική εξουθένωση, το αδιέξοδο που δημιουργούσε η νέα πραγματικότητα.

Λειτούργησαν συνολικά 6 διαφορετικές ομάδες ανά 15θήμερο ή ανά μήνα, ανάλογα με την δυνατότητα προσέλευσης των εργαζομένων στις δομές. Συμτείχαν συνολικά 40 εργαζόμενοι σε camp, ξενώνες και προστατευμένα διαμερίσματα.

# Αξιολόγηση δράσεων από τους

## 19 συμμετέχοντες στις Ομάδες

Στο τέλος κάθε κύκλου συναντήσεων οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν το αποτέλεσμα και την εμπειρία που βίωσαν στις ομάδες :

- ▶ Ανέφεραν πως απέκτησαν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη να διαχειριστούν δύσκολες καταστάσεις, διότι μπόρεσαν να τις κατανοήσουν, διαφοροποιώντας τη δική τους θέση.
- ▶ Μίλησαν για την αλλαγή της δικής τους στάσης, απέναντι στις περίεργες συνθήκες που βίωναν και τη δυνατότητα που απέκτησαν να επικοινωνούν και με άλλους λειτουργικότερους τρόπους.
- ▶ Ανέφεραν πως άρχισαν να βλέπουν διαφορετικά τις αντιδράσεις, νοηματοδοτώντας το ρόλο τους και όχι εξιδανικεύοντας τον.
- ▶ Μοιράστηκαν τα δικά τους βιώματα και το δικό τους προσωπικό προχώρημα, ένιωσαν πιο προσιτοί και ελεύθεροι από τη συμμετοχή τους στις Ομάδες.
- ▶ Κάποια μέλη των ομάδων ανέφεραν, πως εισέπραξαν, εκτίμηση και αποδοχή, κάτι το οποίο τους δυσκόλεψε στις σχέσεις τους και στην οικογένεια και στον επαγγελματικό χώρο.

# Αποτελεσματικότητα των Προγραμμάτων στον αντίκτυπο της πανδημίας (1)

20

- Η υποστήριξη των συμμετεχόντων λειτούργησε έμμεσα πολλαπλασιαστικά για τους ίδιους, τις οικογένειές τους, το ευρύτερο κοινωνικό και εργασιακό πλαίσιο, αφού βελτιώθηκε η επικοινωνία και αναπλαισιώθηκε ο τρόπος ανάγνωσης της πραγματικότητας.
- Σημαντικότερο όλων κατά κοινή παραδοχή από το αποτύπωμα των Ομάδων, ήταν η αίσθηση ελπίδας που άντλησαν, καθώς το άνοιγμα και το μοίρασμα της δυσκολίας απέτρεψε την αποδυνάμωση και μετουσιώθηκε σε πηγή έμπνευσης και ζωής.
- Η προσωπική νοηματοδότηση των δύσκολων καταστάσεων και η ενίσχυση της ανθεκτικότητας μέσα από την αναγνώριση της στάσης και της δύναμης απέναντι στις αντιξοότητες, δημιούργησε νέα προσωπικά αφηγήματα.

# Αποτελεσματικότητα των Προγραμμάτων στον αντίκτυπο της πανδημίας (2)

20

- Μέσα από τη σειρά των Webinars δόθηκε, η δυνατότητα της πρόσβασης στην πληροφορία και σε Έλληνες του εξωτερικού, φοιτητές και εργαζόμενους ανακουφίζοντας καταρχήν την αγωνία, το άγχος και τον φόβο στο ανοίκειο και άγνωστο.
- Οι άνθρωποι ένιωσαν ότι με αυτό τον τρόπο βρέθηκαν πιο κοντά στις οικογένειές τους, μικραίνοντας την απόσταση, η οποία έμοιαζε ανυπέρβλητη, με τον αναγκαστικό εγκλεισμό στην εποχή της καθολικής καραντίνας.
- Έτσι, η τεχνολογία υπήρξε ένα μέσον που δημιούργησε γέφυρες και θεραπευτικές συνδέσεις.

# Επίλογος

22

- Η εξειδικευμένη θεωρητική γνώση και η επεξεργασμένη κλινική εμπειρία των ειδικών του Κέντρου επέτρεψε το προσωπικό στοιχείο να αποτελέσει κίνητρο, έμπνευση και δημιουργική έκφραση, να διευρύνει τα όρια της επιστημονικής ευθύνης έξω στην πόλη και να φροντίσει την οικογένεια μέσα από τις δράσεις στην ευρύτερη κοινότητα.
- Η πόλη χάνει τα όρια της στον καιρό της παγκοσμιοποίησης, αλλά οι άνθρωποι βρίσκουν τρόπους να επικοινωνούν, να αλληλοεπιδρούν και να μεταβολίζουν το δύσκολο βίωμα.
- Με αυτό τον τρόπο καλλιεργείται η έννοια της συνοδοιπορίας και της συλλειτουργίας στην πανανθρώπινη διάσταση της πανδημίας.



➤ Σας ευχαριστώ!

# Βιβλιογραφία

24

- ▶ Collisaw, S., & Sellers, R (2020) Trends in child and adolescent mental health prevalence, outcomes, and inequalities. In E. Taylor, F. Verhulst, J. Wong, K. Yoshida & A. Nikapota (Eds). *Mental health and illness of children and adolescents* (pp. 1-11). Springer.
- ▶ Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P.L., & Clemens, V. (2020) Challenges and Burden of the coronavirus 2019 pandemic for child and adolescent mental health. A narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 14, 1-11. doi. Org/ 10.1186/s13034-020-00329-3
- ▶ Hatzichristou, C., Lampropoulou, A. & Lianos, P. (2019) Social justice principles as core concepts in School Psychology training, research and practice at a transnational level. *School Psychology International*, 41 (1), 67-86. doi.org/ 10.1177/0143034319892031
- ▶ Hatzichristou, C. & Lianos, P. (2016) Social and emotional learning in the Greek educational system : An Ithaca Journey. *International Journal of Emotional Education*, 8(2), 105-127
- ▶ Powell, T. M., & Bui T. (2016) Supporting social and emotional skills after a disaster: Findings from a mixed methods study. *School Mental Health*. Doi: 10.1007/s12310-016-9180-5
- ▶ Qiu, W., Rutherford, S., Mao, A. & Chu, C (2017). The pandemic and its impact. *Health Culture and Society*. 9. 1-11. Doi: 10.5195/HCS. 2017.221
- ▶ Sprang, G., & Silman, M. (2013) Posttraumatic Stress Disorder in Parents and youth after health related disasters, *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*. 7 (1) 105-110 doi: 10.1017/dmp.2013.22
- ▶ Karagiannis, D. (2005), "*Fracture and touching*", 11th edition, Athens: Armos.
- ▶ Δημήτρης Θ. Καραγιάννης: «Ρωγμές και Αγγίγματα» Εκδόσεις Αρμός, Αθήνα 2005 Διαθέσιμη 11η Έκδοση
- ▶ Karagiannis, D. (2010), "*Exploring a hurtful feeling of injustice*", 29th edition, Athens: Armos
- ▶ Δημήτρης Θ. Καραγιάννης: «Η Αδικία που πληγώνει» Εκδόσεις Αρμός, Αθήνα 2010 Διαθέσιμη η 28η Έκδοση
- ▶ Karagiannis, D. (2014), "*Love or nothing*", 25th edition, Athens: Armos
- ▶ Δημήτρης Θ. Καραγιάννης «Ερωτας ή τίποτα» Εκδόσεις Αρμός, Αθήνα 2014 Διαθέσιμη η 25η Έκδοση
- ▶ Karagiannis, D. (2018), "*Is the human person a changing being?*", 18th edition, Athens: Armos
- ▶ Δημήτρης Θ. Καραγιάννης «ΑΛΛΑΖΕΙ ο άνθρωπος;» Εκδόσεις Αρμός, Αθήνα 2018 Διαθέσιμη Η 18η Έκδοση



# Links

- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=qVVVL-a46IE>  
<https://www.youtube.com/watch?v=sHtAqnmyNdk>  
<https://www.youtube.com/watch?v=2BsXV3WDAc8>  
<https://www.youtube.com/watch?v=i09z-F1dbTY>  
<https://www.youtube.com/watch?v=nkvIkytFp74>  
<https://live.delphiforum.gr/agenda/session/542954?fbclid=IwAR23M6NIHrBk9d57tvaRg1HFFsu8UpFepB0K7T3qrDmftON0Mu6h-uHnMMA>  
[https://www.athensvoice.gr/life/health/709983\\_dimitris-karagiannis-ta-s-agapo-den-kanoyntoryvo?fbclid=IwAR1BP3ostK7maQHrFPKyq9F9SuK2Dgh6CMDqnEcmxLbwEJxxdkTk3PZeLY0](https://www.athensvoice.gr/life/health/709983_dimitris-karagiannis-ta-s-agapo-den-kanoyntoryvo?fbclid=IwAR1BP3ostK7maQHrFPKyq9F9SuK2Dgh6CMDqnEcmxLbwEJxxdkTk3PZeLY0)  
<https://www.youtube.com/>  
[https://www.athensvoice.gr/life/health/654755\\_dimitris-karagiannisehoyme-ta-halia-mas-alla-den-eimaste-halia?fbclid=IwAR1\\_OdT6v-ydPUW\\_WKA8oelh5NhffKuvpnBpMYOioAbXi2vfU3bzOamtHbQ](https://www.athensvoice.gr/life/health/654755_dimitris-karagiannisehoyme-ta-halia-mas-alla-den-eimaste-halia?fbclid=IwAR1_OdT6v-ydPUW_WKA8oelh5NhffKuvpnBpMYOioAbXi2vfU3bzOamtHbQ)  
[https://www.infokids.gr/o-koryfaios-paidopsyxiatros-d-karagia/?fbclid=IwAR2CCDrfQqrh\\_LqoiJatRl15MxISxJrQXu1aaHyFkXMHVLSz5rPq-1PXaQo](https://www.infokids.gr/o-koryfaios-paidopsyxiatros-d-karagia/?fbclid=IwAR2CCDrfQqrh_LqoiJatRl15MxISxJrQXu1aaHyFkXMHVLSz5rPq-1PXaQo)
- ▶ <https://youtu.be/rhmOdDb99fc>

# ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΟΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

26

## ΑΘΗΝΑΣ

- **http://www.kepsya.gr**
- **E-mail:** child-family@1dype.gov.gr
- **Facebook:** Κέντρο Παιδοψυχικής Υγιεινής Αθήνας
- **Ταχ. Δ/νση:** Ηπείρου 17, Τ.Κ. 104 33, Αθήνα
- **Τηλ:** 210 8801300