

---

# Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society

---

Vol 27, No 2 (2022)

---

Special Issue: Parenting and Development, in memoriam of Katerina Maridaki-Kassotaki

---

## Child and family resilience: the role of parenting

Marina Michaelidou, Stelios N. Georgiou

doi: [10.12681/psy\\_hps.31762](https://doi.org/10.12681/psy_hps.31762)

---

Copyright © 2022, Μαρίνα Μιχαηλίδου, Στέλιος Ν. Γεωργίου



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

### To cite this article:

Michaelidou, M., & Georgiou, S. N. (2022). Child and family resilience: the role of parenting. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 27(2), 123–142. [https://doi.org/10.12681/psy\\_hps.31762](https://doi.org/10.12681/psy_hps.31762)

# Ατομική και οικογενειακή ανθεκτικότητα: ο ρόλος της γονικότητας

Μαρίνα ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ<sup>1</sup>, Στέλιος Ν. ΓΕΩΡΓΙΟΥ<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κύπρου, Λευκωσία, Κύπρος

<sup>2</sup> Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Νεάπολης, Πάφος, Κύπρος

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ	ΠΕΡΙΛΗΨΗ
Ατομική ανθεκτικότητα, οικογενειακή ανθεκτικότητα, γονικότητα	Σκοπός της παρούσας θεωρητικής περιγραφής είναι να σκιαγραφηθεί το φαινόμενο της ανθεκτικότητας ως ένα συστημικό και πολυδιάστατο φαινόμενο που μπορεί να θωρακίσει τα παιδιά και τις οικογένειες απέναντι σε παράγοντες επικινδυνότητας που αυξάνουν την πιθανότητα δημιουργίας προβλημάτων στην ανάπτυξη του παιδιού και της οικογένειας. Επιπρόσθετα, συζητείται ο ρόλος που διαδραματίζει η γονικότητα στη διαμόρφωση της ατομικής ανθεκτικότητας του παιδιού και της ανθεκτικότητας του οικογενειακού συστήματος, αλλά και ο πιθανός συνδετικός ρόλος της γονικότητας ανάμεσα στην ανθεκτικότητα των δυο συστημάτων (ατομικού και οικογενειακού). Τέλος, γίνονται εισηγήσεις για περαιτέρω διερεύνηση σε θέματα που θα οδηγήσουν στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η γονικότητα προσδιορίζει την ανθεκτικότητα των δυο συστημάτων.
ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ	
Μαρίνα Μιχαλίδου, Πανεπιστήμιο Κύπρου, Αναστάσιος Γ. Λεβέντης. Τ.Κ. 20537, 1678 Λευκωσία, Κύπρος <a href="mailto:michaelidou.marina@ucy.ac.cy">michaelidou.marina@ucy.ac.cy</a>	

## Εισαγωγή

Η γονικότητα αποτελεί έναν από τους βασικότερους παράγοντες για την ανθρώπινη ανάπτυξη και όπως έχει διαπιστώσει η διεθνής έρευνα, η επίδρασή της καθορίζει σε μεγάλο βαθμό την ψυχοκοινωνική εξέλιξη του παιδιού (Collins et al., 2000). Η επιτυχής ανταπόκριση του γονέα στον γονικό του ρόλο επηρεάζει την προσαρμογή του παιδιού, όχι μόνο κατά την περίοδο της παιδικής ηλικίας, αλλά και κατά την αναπτυξιακή του πορεία προς την ενηλικίωση. Η ποιότητα της γονικότητας συνδέεται άμεσα με την προσαρμογή του παιδιού σε τομείς όπως ο ακαδημαϊκός, ο κοινωνικός και ο ψυχολογικός (Jaureguizar et al., 2018). Ο ρόλος του γονέα δεν περιορίζεται μόνο στην παροχή υλικών και συναισθηματικών αγαθών. Ο γονέας φροντίζει το παιδί του και το βοηθάει να αναπτύξει αισθήματα ασφάλειας. Όταν η γονική φροντίδα διακοπεί, η αναπτυξιακή πορεία του παιδιού στιγματίζεται από αρνητικά αποτελέσματα (Masten, 2001).

Η γονικότητα έχει διττή όψη, αφού η θετική γονικότητα αποτελεί προστατευτικό παράγοντα, ενώ η αρνητική αποτελεί παράγοντα επικινδυνότητας για το παιδί. Η διεθνής έρευνα συνδέει τις αρνητικές πτυχές της γονικότητας με τα αρνητικά αναπτυξιακά αποτελέσματα. Για παράδειγμα, η ελλιπής επίβλεψη, η μειωμένη γονική εμπλοκή στη ζωή του παιδιού, καθώς και η έλλειψη θετικών σχέσεων ανάμεσα στον γονέα και το παιδί, συνδέονται με αυξημένο κίνδυνο εκδήλωσης εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων προβλημάτων (Loeber et al., 1998). Παρόμοια προβλήματα μπορεί να εκδηλωθούν και εξαιτίας της γονικής απόρριψης (Deater-Deckard et al., 2006). Αντίθετα, οι θετικές πτυχές της γονικότητας συνδέονται με θετικά αναπτυξιακά αποτελέσματα. Για παράδειγμα, η γονική θαλπωρή έχει συνδεθεί με αυξημένη προσαρμογή (Conger et al., 2000), αυξημένη κοινωνικότητα, υψηλή ακαδημαϊκή επίδοση και φιλοκοινωνική συμπεριφορά (Cheung & McBride-Cheng, 2008).

Επίσης, η γονικότητα διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση και ανάπτυξη της ανθεκτικότητας, ως ένας από τους παράγοντες που μπορούν δυνητικά να ασκήσουν προστατευτική δράση απέναντι σε ποικίλες μορφές αντιξοότητας, με τις οποίες έρχονται αντιμέτωπα, όχι μόνο τα ίδια τα παιδιά, αλλά και οι οικογένειές τους (Masten & Cicchetti, 2016). Πολλές έρευνες έχουν καταλήξει στο συμπέρασμα ότι η γονικότητα θωρακίζει τα παιδιά απέναντι στην επικινδυνότητα. Η θεωρία της ανθεκτικότητας μελετάται από τη βιβλιογραφία σε δυο

ξεχωριστά συστήματα, το ατομικό και το οικογενειακό, τα οποία παρουσιάζουν κοινή πορεία και παρεμφερείς τρόπους διαμόρφωσης. Ωστόσο, παρατηρείται ότι ελάχιστη προσπάθεια έχει καταβληθεί για τη σύνδεση των δυο θεωριών περί ανθεκτικότητας (Masten & Monn, 2015). Πρόσφατα, ένας μικρός αριθμός ερευνητών έχει διαπιστώσει τη συγκεκριμένη έλλειψη στη βιβλιογραφία (Harrist et al., 2019· Henry et al., 2015· Masten, 2018· Masten and Monn, 2015· Masten & Motti-Stefanidi 2020).

Ενώ η έρευνα έχει μελετήσει εκτενώς την επίδραση της γονικότητας στην ανάπτυξη της ατομικής ανθεκτικότητας, η επίδραση της γονικότητας στην οικογενειακή ανθεκτικότητα παραμένει ακόμη ανεξερεύνητη. Η στενή σχέση των πιο πάνω εννοιών (ατομικής ανθεκτικότητας, οικογενειακής ανθεκτικότητας και γονικότητας) καταδεικνύει ότι οι συγκεκριμένες έννοιες θα πρέπει να συνεξετάζονται σχετικά με τον τρόπο που επιδρούν στη δημιουργία φαινομένων ανθεκτικότητας, στο ατομικό και οικογενειακό σύστημα. Η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η γονικότητα συνδέει την ανθεκτικότητα των δυο συστημάτων μπορεί να διαλευκάνει πολλά ερωτήματα, οδηγώντας την έρευνα σε νέα μονοπάτια.

Από τις πιο πάνω διαπιστώσεις, η παρούσα συστηματική θεωρητική προσέγγιση επιδιώκει να παρουσιάσει τις δυο θεωρίες περί ανθεκτικότητας (ατομική και οικογενειακή) καθώς και τον ρόλο που διαδραματίζει η γονικότητα στην ανάπτυξη της κάθε μιας από αυτές. Δηλαδή, σκιαγραφεί τον ρόλο που διαδραματίζει η γονικότητα στην αντιμετώπιση της επικινδυνότητας, θωρακίζοντας τόσο το ίδιο το παιδί, όσο και την οικογένεια απέναντι στην αντιξοότητα. Επίσης, συζητά τον πιθανό συνδυαστικό ρόλο της γονικότητας ανάμεσα στην ανθεκτικότητα των δυο συστημάτων (ατομικού και οικογενειακού).

### ***Ανθεκτικότητα: ένα συστημικό φαινόμενο***

Ο όρος «ανθεκτικότητα» σχετίζεται με την ικανότητα ενός συστήματος να προσαρμόζεται με επιτυχία κάτω από συνθήκες που απειλούν τη λειτουργία, τη ζωτικότητα και την ανάπτυξή του (Masten, 2014). Αποτελεί μια έννοια που έχει χρησιμοποιηθεί από επιστημονικά πεδία που μελετούν την υγεία, την ψυχολογία, την οικονομία και το περιβάλλον. Στον τομέα της ψυχολογίας, η έρευνα έχει σαν βασικό άξονα τη μελέτη της ανθρώπινης ανάπτυξης κάτω από συνθήκες επικινδυνότητας και το ερευνητικό ενδιαφέρον πηγάζει κυρίως από το γεγονός ότι η ανθεκτικότητα επηρεάζει την υγεία, την ποιότητα ζωής και την προσαρμογή του ατόμου, κατά τη διάρκεια όλων των αναπτυξιακών σταδίων, από τη βρεφική ηλικία μέχρι τα βαθιά γεράματα (Masten, 2014).

Η σύγχρονη έρευνα βασίζεται στη θεωρία των συστημάτων (Bronfenbrenner, 1992) για να περιγράψει το φαινόμενο της ανθεκτικότητας. Οι πιο σύγχρονοι ορισμοί της έννοιας περιλαμβάνουν το στοιχείο της συστημικότητας, όπως για παράδειγμα ο ορισμός της Masten (2018) που περιγράφει την ανθεκτικότητα ως την ικανότητα ενός δυναμικού συστήματος να προσαρμόζεται επιτυχώς στις προκλήσεις που απειλούν τη λειτουργία, την ανάπτυξη και την επιβίωσή του. Επίσης, ο Ungar (2011) αναφέρει ότι η ανθεκτικότητα είναι η ικανότητα του ατόμου να συνδιαλέγεται με ψυχολογικούς, κοινωνικούς, φυσικούς και πολιτισμικούς υποστηρικτικούς πόρους για να διατηρήσει την ευζωία του.

Επομένως, η ανθεκτικότητα αναγνωρίζεται ως ένα συστημικό φαινόμενο (Doty et al., 2017· Ioannidis et al., 2020· Masten & Cicchetti, 2016· Masten & Motti-Stefanidi, 2020· Ungar, 2018 · Ungar & Theron, 2020) το οποίο εμπλέκει τις προσαρμοστικές δυνατότητες διαφόρων συστημάτων, όπως η οικογένεια και το σχολείο, τα οποία αλληλεπιδρούν μεταξύ τους (Theron et al., 2021). Η Masten (2018) υποστηρίζει ότι τα φαινόμενα της ανθεκτικότητας στο ατομικό και στο οικογενειακό σύστημα είναι αλληλένδετα και αποτελούν απόρροια αναρίθμητων αλληλεπιδράσεων εντός των συγκεκριμένων συστημάτων, αλλά και μεταξύ αυτών και άλλων συστημάτων που τα περιβάλλουν, όπως το σχολείο, το σύστημα υγείας, το εργασιακό περιβάλλον και η κοινότητα. Τέλος, παρατηρείται πως όλα τα συστήματα που περιβάλλουν το άτομο και την οικογένεια, άλλοτε συνεργάζονται και άλλοτε συναγωνίζονται για την εξεύρεση υποστηρικτικών πόρων που συμβάλλουν στην ανθεκτικότητά τους.

Η ικανότητα του ατόμου να αντεπεξέρχεται στην αντιξοότητα συνδέεται με πολλαπλές διεργασίες και προστατευτικούς μηχανισμούς που σχετίζονται με τα διάφορα συστήματα που το περιβάλλουν (Masten & Cicchetti, 2016). Τέτοιες διεργασίες και μηχανισμοί αφορούν στην αλληλεπίδραση της επικινδυνότητας και των προστατευτικών παραγόντων (Masten & Cicchetti, 2010). Φαίνεται συνεπώς ότι ολοκληρωμένα μοντέλα εξέτασης του φαινομένου της ανθεκτικότητας, θα πρέπει να συνεξετάζουν τις πιο πάνω διεργασίες, κατά τις οποίες ένα σύστημα επηρεάζει ένα άλλο, διαφοροποιώντας την πορεία της ανάπτυξής του (Masten & Monn, 2015).

Οι Masten και Cicchetti (2010) ονομάζουν το συγκεκριμένο φαινόμενο «επίδραση της χιονοστιβάδας» για να περιγράψουν τις θετικές ή αρνητικές δευτερογενείς επιπτώσεις ενός παράγοντα σε κάποιον άλλο. Η Patterson

(2002) σημείωσε ότι ακόμη και μικρές θετικές αλλαγές μπορούν να ξεκινήσουν μια αλυσιδωτή αντίδραση που σχηματίζει ένα θετικό, συστημικό μοτίβο προς την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας. Τέλος, οι Doty et al. (2017) υποστήριξαν την ύπαρξη των πιο πάνω σχέσεων, μέσα από το Κλιμακωτό Μοντέλο Ανθεκτικότητας (Cascading Resilience Model, CRM). Το εν λόγω μοντέλο αναφέρει ότι τα προγράμματα εκπαίδευσης γονέων ενισχύουν τη γονική αυτοαποτελεσματικότητα και τη σχέση γονέα και παιδιού και έχουν θετικές επιδράσεις στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας του παιδιού και της οικογένειας, που μπορεί να διαχυθούν ακόμη και στις επόμενες γενιές της ίδιας οικογένειας.

Ως αποτέλεσμα των προαναφερθέντων, η ανθεκτικότητα δεν αποτελεί ένα διακριτό ατομικό χαρακτηριστικό, αλλά θεωρείται μια δυναμική αναπτυξιακή διαδικασία, η οποία είναι δυνατό να μεταβάλλεται με την πάροδο του χρόνου και η οποία μπορεί να καλλιεργηθεί στη ζωή κάθε ατόμου (Taket et al., 2014) και κάθε οικογένειας (Walsh, 2015). Αλλαγές που συμβαίνουν σε ένα σύστημα (θετικές ή αρνητικές), ενδεχομένως να έχουν άμεσο αντίκτυπο στην ανθεκτικότητα κάποιου άλλου συστήματος. Για παράδειγμα, η ξαφνική απώλεια της εργασίας ενός γονέα μπορεί να επιφέρει αρνητικές επιδράσεις στην ανθεκτικότητα του παιδιού, αφού έχει άμεσο αντίκτυπο στην ποιότητα της παρεχόμενης φροντίδας από τον συγκεκριμένο γονέα. Σε μια τέτοια περίπτωση, αντίστοιχες αρνητικές επιδράσεις είναι πιθανό να παρατηρηθούν και στην ισορροπία του συστήματος της οικογένειας. Κατά τον ίδιο τρόπο, θετικές αλλαγές στο οικογενειακό σύστημα ή στο σύστημα των γονέων, όπως η ενίσχυση των γονικών τους δεξιοτήτων μέσα από την παρακολούθηση ενός παρεμβατικού ή προληπτικού προγράμματος, μπορεί να ενισχύσουν την αίσθηση ασφάλειας στο παιδί, δημιουργώντας κατάλληλες συνθήκες ανάπτυξης της ανθεκτικότητας, τόσο στο ίδιο το παιδί όσο και στην οικογένεια.

### ***Η ανθεκτικότητα του παιδιού***

Η διαβίωση σε συνθήκες αντιξοότητας αποτελεί πραγματικότητα για αρκετά παιδιά, τα οποία έρχονται αντιμέτωπα με δυσκολίες όπως η ενδοοικογενειακή βία, η γονική ψυχοπαθολογία, οι συνθήκες οικονομικής αποστέρησης, ή τα φαινόμενα πολιτικής βίας. Ως επακόλουθο, κάποια από αυτά τα παιδιά παρουσιάζουν προβλήματα προσαρμογής, όπως είναι η χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση, η σχολική εγκατάλειψη, η παραβατική συμπεριφορά ή τα προβλήματα ψυχικής υγείας (Letourneau et al., 2011). Εντούτοις, η πλειονότητα των παιδιών που μεγαλώνουν σε συνθήκες αυξημένης επικινδυνότητας, κατορθώνουν να ξεπερνούν τα εμπόδια και να ακολουθούν μια φυσιολογική αναπτυξιακή πορεία προς την εφηβεία και την ενηλικίωση (Masten, 2015).

Η Masten (2001) κατά τα πρώιμα στάδια διερεύνησης της έννοιας, περιέγραψε την ανθεκτικότητα ως ένα φαινόμενο «συνηθισμένης μαγείας» (σ. 227), αφού όλα τα άτομα είναι εφοδιασμένα με τα κατάλληλα προσαρμοστικά συστήματα, έτσι ώστε να αντικρούουν την αντιξοότητα και να υπερπηδούν τις δυσκολίες. Η σύγχρονη έρευνα, ωστόσο, αποφεύγει να υιοθετεί τον όρο «ανθεκτικό άτομο», εξαιτίας της μεταβλητότητας του φαινομένου. Ένα παιδί ενδέχεται να παρουσιάζει αυξομειώσεις στα επίπεδα της ανθεκτικότητάς του από το ένα αναπτυξιακό στάδιο στο επόμενο, ή ακόμη και εντός του ίδιου αναπτυξιακού σταδίου. Η μεταβλητότητα της ανθεκτικότητας εναπόκειται στις συνθήκες που επικρατούν στο εκάστοτε αναπτυξιακό στάδιο (Cicchetti, 2013· Davydov et al., 2010· Khanlou & Wray, 2014· Luthar 2005· Luthar et al., 2015· Rutter, 2006) και στις αλλαγές που συμβαίνουν στο περιβάλλον του παιδιού (Masten, 1994). Ενώ, για παράδειγμα, σε μια δεδομένη χρονική περίοδο ένα παιδί κατορθώνει να διαχειρίζεται τις δυσκολίες παρά τα ψηλά επίπεδα αντιξοότητας που υπάρχουν στη ζωή του, είναι πιθανό να παρουσιάσει προβλήματα προσαρμογής σε μεταγενέστερο χρόνο. Επομένως, η ανθεκτικότητα δεν αποτελεί ένα σταθερό και διαχρονικό χαρακτηριστικό του ατόμου, ούτε γενικεύεται σε όλους τους τομείς της ζωής, σε όλες τις διαστάσεις της προσαρμογής και σε όλα τα αναπτυξιακά στάδια.

Επίσης, η ανθεκτικότητα αποτελεί μια πολυδιάστατη εννοιολογική κατασκευή, αφού είναι δυνατόν να παρουσιάζεται ανθεκτικότητα σε μια έκφραση της ζωής, ενώ κατά την ίδια χρονική περίοδο το άτομο να είναι ευάλωτο σε κάποια διαφορετική έκφρασή της (Hunter, 2012· Luthar et al., 2000). Για παράδειγμα, ένα παιδί που βιώνει αντιξοότητα είναι πιθανόν να παρουσιάζει ακαδημαϊκή ανθεκτικότητα, επιδεικνύοντας θετικά αποτελέσματα στο σχολείο, αλλά ταυτόχρονα να παρουσιάζει εσωτερικευμένες ή εξωτερικευμένες δυσκολίες (Luthar et al., 1993). Η παραπάνω διαπίστωση προέκυψε και από την έρευνα των Brody et al., (2013) σε δείγμα 489 αφροαμερικανών εφήβων σε οικογένειες χαμηλού κοινωνικοοικονομικού επιπέδου, η οποία έδειξε ότι οι συγκεκριμένοι έφηβοι εμφάνιζαν στοιχεία ανθεκτικότητας στις ηλικίες 11, 12, 13 και 19 ετών παρουσιάζοντας υψηλή ακαδημαϊκή επίδοση, ικανότητα αυτοελέγχου και απουσία εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων

δυσκολιών. Εντούτοις, διαπιστώθηκε ότι οι έφηβοι παρουσίαζαν μειωμένη ανθεκτικότητα σε θέματα οργανικής υγείας που συνδέονταν με υψηλά επίπεδα άγχους.

Η μεταβλητότητα της ανθεκτικότητας εναπόκειται και στο είδος και τη σοβαρότητα της επικινδυνότητας. Επομένως, όσο αυξάνονται τα επίπεδα της αντιξοότητας, τόσο μειώνονται οι τομείς της προσαρμογής στους οποίους παρουσιάζονται θετικά αποτελέσματα. Έρευνα της Μιχαηλίδου (2021) στην οποία το δείγμα των μαθητών δημοτικού και γυμνασίου διαχωρίστηκε σε τέσσερα προφίλ διαφορετικών επιπέδων ανθεκτικότητας με βάση την ανθεκτικότητα τους στον ακαδημαϊκό, τον ψυχικό και τον φιλοκοινωνικό τομέα, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η πιθανότητα να αναπτυχθεί καθολική ανθεκτικότητα στη ζωή του ατόμου (σε όλους τους υπό εξέταση τομείς) είναι πολύ μικρή. Συγκεκριμένα, στην εν λόγω έρευνα φάνηκε ότι μόνο το 23.6% των συμμετεχόντων παρουσίασαν ανθεκτικότητα σε όλους τους τομείς συγχρόνως, αφού είναι συχνότερο οι έφηβοι να κατορθώνουν να παραμένουν ανθεκτικοί σε έναν ή δύο τομείς της ζωής τους (59% του δείγματος), ενώ ένα σημαντικό ποσοστό δεν κατορθώνουν να παραμείνουν ανθεκτικοί σε κανένα τομέα (17.4% του δείγματος).

Ο Rutter (1990) υποστηρίζει ότι η γονικότητα δύναται να έχει προστατευτική επίδραση και να απομακρύνει το παιδί από παράγοντες επικινδυνότητας που πιθανόν να βρίσκονται στο άμεσο περιβάλλον του, αλλά και να μειώσει τις αλυσιδωτές αρνητικές επιπτώσεις τους. Για παράδειγμα, οι γονείς έχουν τη δυνατότητα να απομακρύνουν την οικογένεια τους από μια επικίνδυνη γειτονιά, μεταφέροντας την οικία τους σε μια ασφαλέστερη γειτονιά. Με τον συγκεκριμένο τρόπο, απομακρύνουν τα παιδιά τους από την ενδεχόμενη απειλή και προσφέρουν νέες ευκαιρίες για ανάπτυξη, όπως η φοίτηση σε ένα καλύτερο σχολείο. Επίσης, οι γονείς έχουν τη δυνατότητα μέσα από συγκεκριμένες πρακτικές να ενισχύσουν την αυτοεκτίμηση των παιδιών τους, την αυτοαποτελεσματικότητα και την πίστη ότι μπορούν να διαχειριστούν αποτελεσματικά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Τέλος, ορισμένες πτυχές της γονικότητας μπορούν να αυξήσουν τους εσωτερικούς και εξωτερικούς υποστηρικτικούς πόρους και τους προστατευτικούς παράγοντες του περιβαλλοντικού πλαισίου, έτσι ώστε να αντισταθμίσουν τις επιδράσεις της αντιξοότητας. Για παράδειγμα, ο ποιοτικός κοινός χρόνος γονέα και παιδιού έχει τη δυνατότητα να αντισταθμίσει την αρνητική επίδραση μιας σοβαρής οικονομικής δυσχέρειας της οικογένειας.

Παράλληλα όμως, το παιδί ως σύστημα έχει από μόνο του τη δυνατότητα να κινητοποιεί τις προσαρμοστικές του διαδικασίες και να αναπτύσσει ένα σύνολο προστατευτικών παραγόντων απέναντι στα προβλήματα που αντιμετωπίζει (Masten, 2001). Οι προστατευτικοί παράγοντες, υποκινούν διαδικασίες ανάμεσα στο παιδί και τα συστήματα που το περιβάλλουν. Άλλοτε κινητοποιούν το παιδί να αναζητήσει βοήθεια, άλλοτε το βοηθούν να απομακρυνθεί από την αντίξοη συνθήκη για να προστατευτεί, ενώ άλλες φορές το διευκολύνουν να αντλήσει υποστήριξη και προστασία μέσα από το περιβαλλοντικό του πλαίσιο. Η σύγχρονη έρευνα έχει καταλήξει σε ένα σύνολο χαρακτηριστικών, τα οποία αναπτύσσονται σε επίπεδο ενδοπροσωπικού συστήματος και λειτουργούν ενισχυτικά προς την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας (Masten, 2001).

Ένας σημαντικός προστατευτικός παράγοντας είναι η ικανότητα του παιδιού να θέτει ρεαλιστικούς στόχους και να λύνει προβλήματα λαμβάνοντας τις δικές του αποφάσεις, καθώς και να αντιμετωπίζει την αντιξοότητα ως πρόκληση και να αναπτύσσει μηχανισμούς επιβίωσης. Με αυτόν τον τρόπο κατορθώνει να λειτουργεί με επιτυχία κάτω από δύσκολες συνθήκες, είτε προσαρμόζοντας τον εαυτό του στο περιβάλλον, είτε το περιβάλλον στον εαυτό του (Luthar & Zelazo, 2003), αξιοποιώντας ατομικούς και περιβαλλοντικούς προστατευτικούς παράγοντες (Yates et al., 2003). Συχνά το παιδί αναπτύσσει την ικανότητα να λαμβάνει τα κατάλληλα μέτρα για να απομακρύνει τον εαυτό του από την αντιξοότητα ή να μειώσει την έκθεση του στην επικινδυνότητα. Γίνεται συνεπώς ενεργητικό και έχει την τάση να διαμορφώνει το περιβάλλον στο οποίο ζει (Zakeri et al., 2010).

Τα παιδιά που διακρίνονται από ανθεκτικότητα διαθέτουν μια «διαφορετική νοοτροπία» η οποία διαμορφώνεται μέσα από το πώς τα ίδια αντιμετωπίζουν τον εαυτό τους και τον κόσμο γύρω τους (Goldstein & Brooks, 2013). Τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και τα ταλέντα τους (Cicchetti & Garmezy, 1993· Garmezy & Rutter, 1983· Masten & Barnes, 2018· Riley & Masten, 2005) λειτουργούν προστατευτικά, αφού χρησιμοποιούν τις ικανότητες και τα χαρίσματα που διαθέτουν για να επιβιώνουν μέσα σε ένα αντίξοο πλαίσιο. Για παράδειγμα, οι αποτελεσματικοί μηχανισμοί συναισθηματικής και συμπεριφορικής αυτορρύθμισης και η ψηλή προσαρμοστικότητα αποτελούν ισχυρούς προστατευτικούς παράγοντες για παιδιά που μεγαλώνουν σε αντίξοα πλαίσια (Curtis & Cicchetti, 2007). Επιπρόσθετα, τα θετικά συναισθήματα και η εξωστρέφεια (Campbell et al., 2006) αποτρέπουν την παθητικότητα και διευκολύνουν τη συνδιαλλαγή με περιβαλλοντικούς παράγοντες. Η θετικότητα, η ελπίδα και η πίστη στη ζωή αποτελούν, επίσης, σημαντικούς προστατευτικούς παράγοντες. Μια ομάδα ερευνών διαπιστώνει ότι τα άτομα που διαθέτουν ανθεκτικότητα, παρά το άγχος που μπορεί να βιώνουν,

διακατέχονται από ευχάριστα συναισθήματα (Luthar, 1991), αισιοδοξία και ψηλή αίσθηση του χιούμορ (Thomsen, 2002· Werner, 1993).

Αρκετές έρευνες που έχουν εξετάσει τα ατομικά χαρακτηριστικά που ενισχύουν την ανθεκτικότητα, διαπίστωσαν ότι τα παιδιά με ανθεκτικότητα παρουσίαζαν από την βρεφική τους ηλικία συγκεκριμένα γνωρίσματα όπως κοινωνικότητα, υψηλή νοημοσύνη, συναισθηματική αυτορρύθμιση, ενεργητικότητα, περιέργεια για νέες εμπειρίες και ικανότητα ανάπτυξης θετικών διαπροσωπικών σχέσεων (Cicchetti et al., 1993). Άλλες έρευνες παρουσιάζουν γνωστικούς παράγοντες, ως σημαντικούς προστατευτικούς παράγοντες. Η γνωστική ικανότητα διευκολύνει την αυτορρύθμιση της συμπεριφοράς, καθώς και τη συναισθηματική αυτορρύθμιση, αυξάνοντας τα επίπεδα της ανθεκτικότητας (Greenberg, 2006). Περαιτέρω, ο υψηλός δείκτης ευφυΐας επιτρέπει στα παιδιά να κατανοούν τι συμβαίνει στο περιβάλλον τους και να αναπτύξουν μηχανισμούς για να βρίσκουν την κατάλληλη λύση επιβίωσης (Condly, 2006).

Τέλος, μια άλλη ομάδα ερευνών έχει διαπιστώσει ότι τα παιδιά που αναπτύσσουν ανθεκτικότητα διακρίνονται από ψηλό βαθμό ενδοπροσωπικού ελέγχου (Luthar & Zigler, 1991· Werner & Smith, 1992). Δηλαδή, διακατέχονται από την πεποίθηση ότι έχουν τη δύναμη να αλλάξουν την ροή των γεγονότων, επηρεάζοντας όλα όσα συμβαίνουν στο περιβάλλον τους. Ταυτόχρονα, παράγοντες όπως η αυτοαποτελεσματικότητα και η αυτοπεποίθηση αποτελούν ασπίδα προστασίας σε διάφορες μορφές επικινδυνότητας. Επίσης, η αυτοεκτίμηση και η θετική αυτοεικόνα φάνηκε ότι αποτελούν προστατευτικούς παράγοντες κατά τη διάρκεια της εφηβείας απέναντι στην αντιξοότητα που προέρχεται από το οικογενειακό στρες (Masten et al., 1999· Werner & Smith, 1992).

Επομένως, ένα παιδί που διαθέτει ένα σύνολο ατομικών χαρακτηριστικών τα οποία λειτουργούν ως ασπίδα προστασίας απέναντι στην αντιξοότητα, αντιμετωπίζει μικρότερο ρίσκο για αναπτυξιακά προβλήματα. Οι Riley και Masten (2005) υποστηρίζουν πως η εξάλειψη των παραγόντων επικινδυνότητας μπορεί να είναι σχεδόν αδύνατη, αλλά η ενίσχυση της ανθεκτικότητας θωρακίζει το παιδί, ομαλοποιώντας την αναπτυξιακή του πορεία. «Η επένδυση στην ανθεκτικότητα από νωρίς στη ζωή του παιδιού αναγνωρίζεται ως ένα βήμα για τη διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης του μέχρι την ενήλικη ζωή με οφέλη στην ακαδημαϊκή, την επαγγελματική και την κοινωνική ανάπτυξη» (Khanlou & Wray, 2014, σ.65). Η γονικότητα αποτελεί παράγοντα που δύναται να ενισχύσει και να θεμελιώσει πολλά από τα πιο πάνω προστατευτικά χαρακτηριστικά στο παιδί, μέσα από τις γονικές πρακτικές και την ανάπτυξη της σχέσης γονέα και παιδιού.

### **Η οικογενειακή ανθεκτικότητα**

Οι οικογένειες αποτελούν, όπως και τα άτομα, ζωντανά συστήματα τα οποία αναπτύσσονται και αναδιαμορφώνονται, επηρεάζοντας την ικανότητα προσαρμοστικότητας των μελών τους (Henry et al., 2015). Τα οικογενειακά συστήματα είναι πολύπλοκα, συνδέονται με εξωτερικά συστήματα και περιλαμβάνουν εσωτερικά υποσυστήματα, όπως για παράδειγμα σχέσεις ή μοτίβα επικοινωνίας ανάμεσα στα μέλη (Walsh, 2015). Όλα τα μέλη εμπλέκονται σε διαδικασίες αλληλεπίδρασης, αποτέλεσμα των οποίων είναι οι αλλαγές στη δομή και την οργάνωση του οικογενειακού συστήματος. Οι αλληλεπιδράσεις εντός του οικογενειακού συστήματος, αλλά και μεταξύ του οικογενειακού συστήματος και εξωτερικών συστημάτων, ενδέχεται να ενδυναμώσουν ή να αποδυναμώσουν ολόκληρο το σύστημα και κάθε ξεχωριστό μέλος του.

Οι οικογένειες ως συστήματα έρχονται διαρκώς αντιμέτωπες με ψυχοπαιστικά γεγονότα, που ποικίλουν από απλά καθημερινά μέχρι τραυματικά γεγονότα. Τέτοια παραδείγματα είναι τα προβλήματα υγείας ενός από τα μέλη τους και τα βιώματα εμπόλεμης κατάστασης ή φυσικής καταστροφής. Ακόμα και μέλη που δεν επηρεάζονται άμεσα από μια κρίσιμη κατάσταση, ενδεχομένως να επηρεαστούν από τους χειρισμούς της οικογένειας κατά τη διαχείριση της κρίσης (Patterson, 2002). Συχνά, η αντιμετώπιση πολλαπλών δυσκολιών ή τραυματικών εμπειριών είναι πιθανό να οδηγήσουν την οικογένεια στην ευαλωτότητα και στην ανάπτυξη προβλημάτων (Masten & Coatsworth, 1998). Για αρκετές οικογένειες, ωστόσο, όσο αυξημένη είναι η αντιξοότητα που βιώνουν, τόσο μεγαλύτερος ο βαθμός ανθεκτικότητας που αναπτύσσουν (Bethell et al., 2019).

Σύμφωνα με τη θεωρία της οικογενειακής ανθεκτικότητας της Walsh (2015), οι οικογένειες ως λειτουργικές μονάδες, δύναται να ανακάμψουν μετά από σοβαρές δυσκολίες ή έντονα τραυματικά γεγονότα και να καταστούν ξανά λειτουργικές. Επομένως, η οικογένεια ως σύστημα μπορεί να ξεπερνά τις δυσκολίες και να αναβιώνει πιο δυνατή από προηγούμενως (Kalil, 2003). Η Walsh (2015) αναφέρει ότι η οικογένεια δεν αντιμετωπίζεται πλέον αποκλειστικά ως το πλαίσιο προστασίας του παιδιού, αλλά ως ένα δυναμικό σύστημα το

οποίο δύναται να παρουσιάζει θετική ή αρνητική προσαρμογή απέναντι στην αντιξοότητα, αναπτύσσοντας δυναμικές που προωθούν την ανθεκτικότητα, ξεπερνώντας σοβαρές δυσκολίες όπως η ασθένεια ενός από τα μέλη της.

Η οικογενειακή ανθεκτικότητα, επομένως, αποτελεί το σύνολο των προσπαθειών μιας οικογένειας να παραμείνει προσαρμοστική και επιτυχής στο να αντιμετωπίσει την αντιξοότητα, αλλά παράλληλα να προσαρμόζει τη λειτουργία της, ώστε να αντιμετωπίζει μελλοντικές προκλήσεις (Walsh, 2015). Σύμφωνα με τις Masten και Monn (2015), η πορεία προς την οικογενειακή ανθεκτικότητα δεν είναι μοναδική, αλλά κάθε οικογένεια διαγράφει τη δική της ξεχωριστή πορεία. Κατά τη διάρκεια αυτής της πορείας, τα οικογενειακά συστήματα έχουν τη δυνατότητα να ασκήσουν προστατευτικό ρόλο προς όλα τα μέλη τους και ειδικότερα να μεταφέρουν στα παιδιά τους τη συσσωρευμένη γνώση και τις κατάλληλες δεξιότητες που ενισχύουν την προσαρμοστικότητα, θέτοντας τις βάσεις για την ανάπτυξη της δικής τους ανθεκτικότητας (Masten & Monn, 2015).

Παρόλο που η έρευνα μέχρι σήμερα δεν έχει εξετάσει τους τρόπους σύνδεσης της ατομικής και της οικογενειακής ανθεκτικότητας, μικρός αριθμός μελετών καταδεικνύει ότι η ευζωία και η ανθεκτικότητα του οικογενειακού συστήματος επηρεάζουν τη διαμόρφωση της ανθεκτικότητας του παιδιού. Για παράδειγμα, οι Simon et al. (2005) επισημαίνουν ότι η οικογένεια δημιουργεί συνθήκες ανάπτυξης της ανθεκτικότητας του παιδιού μέσα από τους προστατευτικούς μηχανισμούς που διαθέτει. Επίσης, οι Rafferty et al. (2010) αναφέρουν ότι η ενδυνάμωση και η ευζωία της ίδιας της οικογένειας είναι καθοριστικές για την ευζωία του παιδιού. Άλλη μια έρευνα των Finklestein et al. (2020) επισημαίνει ότι έφηβοι οι οποίοι θεωρούσαν τις οικογένειες τους ως ανθεκτικές, ήταν και οι ίδιοι ανθεκτικοί και παρουσίαζαν λιγότερο άγχος κατά τη διάρκεια των δύσκολων συνθηκών που βίωναν.

Η αλληλεπίδραση του ενδοπροσωπικού και του οικογενειακού συστήματος αποτελεί σημαντικό παράγοντα στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας των δυο συστημάτων (Shevell & Denov, 2021). Εξαιτίας της συνεξάρτησης των δυο συστημάτων, η ανθεκτικότητα του καθενός από αυτά επηρεάζεται από την ανθεκτικότητα του άλλου. Οι Masten και Monn (2015) αναφέρουν ότι, η οικογένεια επηρεάζει την ανθεκτικότητα του παιδιού και διαμορφώνει τις συνθήκες ανάπτυξής της. Επίσης, η Walsh (2003) αναφέρει ότι η οικογένεια έχει τη δυνατότητα να επουλώσει τις πληγές της ακόμη και μετά από έντονα τραυματικά γεγονότα, καλλιεργώντας ταυτόχρονα την ατομική ανθεκτικότητα του παιδιού. Σε κατοπινά άρθρα της, η Walsh (2006, 2015) αναφέρεται στη δυνατότητα των οικογενειακών διεργασιών να μετριάσουν την επίδραση της αντιξοότητας για όλα τα μέλη της, αλλά ειδικότερα να θωρακίσουν το παιδί διευκολύνοντας τη θετική προσαρμογή. Τέλος, η Μιχαηλίδου (2021) υποστηρίζει ότι η οικογενειακή ανθεκτικότητα δεν φαίνεται να συνεισφέρει άμεσα στην ατομική, ωστόσο συνεισφέρει στην καλλιέργεια πλήθους δεξιοτήτων οι οποίες καλλιεργούν την ατομική ανθεκτικότητα.

Όπως και η ατομική, η οικογενειακή ανθεκτικότητα είναι ευμετάβλητη στο πέρασμα του χρόνου και επηρεάζεται από τις προκλήσεις, τις μεταβάσεις και τα αρνητικά γεγονότα με τα οποία έρχονται αντιμέτωπες οι οικογένειες. Αυτή η διαδικασία είναι συνεχής και επηρεάζει την ευζωία ολόκληρου του οικογενειακού συστήματος και κάθε μέλους ξεχωριστά (Walsh, 2021). Ωστόσο, η οικογενειακή ανθεκτικότητα δεν δημιουργείται ως αποτέλεσμα της συμπεριφοράς ή του συνόλου των συμπεριφορών των μελών της οικογένειας, ακόμη κι αν τα ίδια τα μέλη χαρακτηρίζονται από ανθεκτικότητα. Αντίθετα, είναι ένα φαινόμενο που δημιουργείται μέσα από τις σχέσεις και τις αλληλεπιδράσεις των μελών (Walsh, 2015), καθώς και τις αλληλεπιδράσεις ανάμεσα στα χαρακτηριστικά του κάθε μέλους με τα χαρακτηριστικά του οικογενειακού συστήματος (Masten & Coatsworth, 1998).

Σύμφωνα με την οικοσυστημική προσέγγιση (Bronfenbrenner, 1992), ένας παράγοντας που χαρακτηρίζει τις ανθεκτικές οικογένειες είναι η ύπαρξη εσωτερικών υποστηρικτικών πόρων (π.χ., οικογενειακές διεργασίες) και εξωτερικών υποστηρικτικών πόρων (π.χ., κοινότητα, σχολείο, υπηρεσίες) που υπάρχουν σε άμεση διαθεσιμότητα κατά την αντιμετώπιση της αντίξοης συνθήκης (Walsh, 2003). Διεργασίες που συντελούνται στο εσωτερικό του οικογενειακού συστήματος και συνδιαλλαγές με εξωτερικά συστήματα, επιτρέπουν στις οικογένειες να αναπροσαρμόσουν τις δυνάμεις τους για να διαχειριστούν αποτελεσματικά τα ψυχοπνευματικά γεγονότα που αντιμετωπίζουν (Henry et al., 2015· Patterson, 2002). Σύμφωνα με το μοντέλο της Walsh (2015), η οικογενειακή ανθεκτικότητα περιγράφεται μέσα από εννέα διεργασίες που εντάσσονται σε τρεις υποκατηγορίες:

1) **τα οικογενειακά συστήματα πεποιθήσεων** που περιλαμβάνουν:

α) **τον τρόπο νοηματοδότησης της αντιξοότητας**, δηλαδή τον τρόπο αντίληψης της αντιξοότητας από το οικογενειακό σύστημα, αλλά και τις κοινές προσπάθειες των μελών να κατανοήσουν, να ερμηνεύσουν και να αποδώσουν ένα κοινό νόημα στην αντίξοη συνθήκη που αντιμετωπίζουν (Buzzanell, 2010· Walsh, 2015). Η συγκεκριμένη διεργασία βοηθά την οικογένεια να αντιληφθεί τι της έχει συμβεί και πως μπορεί να το αντιμετωπίσει και είναι μεγάλης σημασίας στη διαχείριση των δυσκολιών (Theiss, 2018).

β) **τη θετική οπτική** η οποία αποτελεί την υιοθέτηση μιας αισιόδοξης οπτικής θεώρησης της αντίξοης συνθήκης που αντιμετωπίζει η οικογένεια. Η υιοθέτηση μιας θετικής οπτικής και του χιούμορ απέναντι στις δυσκολίες, επηρεάζει θετικά το οικογενειακό κλίμα και ενισχύει την αισιοδοξία ανάμεσα στα μέλη. Επίσης, πεποιθήσεις σχετικά με την ύπαρξη θετικού νοήματος στη ζωή διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διαχείριση της αντιξοότητας και την καλλιέργεια της ανθεκτικότητας (Wright et al., 2013).

γ) **τις αξίες και την πνευματικότητα**, δηλαδή το σύνολο των αξιών οι οποίες υιοθετούνται από κάθε οικογένεια. Τόσο οι οικογενειακές αξίες όσο και οι διεργασίες που λαμβάνουν χώρα κατά τη διαμόρφωση του συστήματος πεποιθήσεων, έχουν άμεσο αντίκτυπο στον τρόπο με τον οποίο οι οικογένειες αντιδρούν στις δυσκολίες και ενεργούν για να λύσουν τα προβλήματα. Τα παιδιά μαθαίνουν τις αξίες της οικογένειας άμεσα από την αλληλεπίδρασή με τους γονείς, αλλά και έμμεσα από τις οικογενειακές δραστηριότητες και ρουτίνες (Walsh, 2006). Οι κοινές αντιλήψεις και οι κοινές πεποιθήσεις διαμορφώνουν επίσης τους κανόνες που διέπουν την οικογενειακή ζωή, τον τρόπο με τον οποίο η οικογένεια αντιμετωπίζει την κρίση (Kalil, 2003) και συνθέτουν την οικογενειακή ανθεκτικότητα (Walsh, 2015). Κατ' αυτόν τον τρόπο η οικογένεια σχηματίζει τη δική της ταυτότητα, η οποία επηρεάζει πολλές εκφάνσεις της οικογενειακής προσαρμογής (Patterson & Garwick, 1994). Ταυτόχρονα, η ευκαιρία ανάπτυξης οικογενειακών ρουτίνων ή εθίμων ενισχύουν την αίσθηση της ταυτότητας και της ομαδικότητας και αναπτύσσουν την ελπίδα και το νόημα της ζωής. Για παράδειγμα, ο ποιοτικός χρόνος της οικογένειας (δραστηριότητες αθλητισμού, οικογενειακά δείπνα, εκδρομές) ενισχύει τους δεσμούς, την αίσθηση ασφάλειας και την αίσθηση της υποστήριξης ανάμεσα στα μέλη.

Η Walsh (2015) θεωρεί τα οικογενειακά συστήματα πεποιθήσεων ως τον σημαντικότερο παράγοντα για την ομαλή λειτουργία του οικογενειακού συστήματος. Ένα θετικό σύστημα πεποιθήσεων βοηθά την οικογένεια να εστιάζει στη λύση των προβλημάτων, να διερευνήσει τις επιλογές της και να αναγνωρίσει ταυτόχρονα την πιθανή πρόοδο που μπορεί να έρθει μέσα από τη διαχείριση των δυσκολιών. Αντίθετα, ένα αρνητικό σύστημα πεποιθήσεων, κατά το οποίο η οικογένεια αναπτύσσει την πεποίθηση ότι αποτελεί θύμα των περιστάσεων ή ότι η ζωή είναι άδικη απέναντι της, λειτουργεί αρνητικά προς την ανάπτυξη της οικογενειακής ανθεκτικότητας. Μέσα από τις αξίες της και τον τρόπο με τον οποίο δίνει νόημα στις δυσκολίες της, η οικογένεια μπορεί να διατηρήσει την ελπίδα και να βρει το κουράγιο να αναλάβει δράση και να αξιοποιήσει ευκαιρίες. Συχνά παρατηρείται ότι οι οικογένειες που αποδίδουν πνευματικές διαστάσεις στην αντιξοότητα που βιώνουν, αναπτύσσουν αποτελεσματικότερους μηχανισμούς διαχείρισης και αντλούν περισσότερη ελπίδα και αισιοδοξία. Η ύπαρξη σκοπού και κατεύθυνσης από την οικογένεια είναι σημαντική, καθώς προσφέρει ένα πλαίσιο ασφάλειας σε όλα τα μέλη. Άλλες φορές, ωστόσο, η οικογένεια χρειάζεται να αναθεωρήσει την κοσμοθεωρία της για να προσαρμοστεί στα νέα δεδομένα που φέρνει μαζί της η κρίση. Όλες αυτές οι διεργασίες ενδυναμώνουν τις οικογένειες, ώστε να προσεγγίσουν τις προκλήσεις τους αποτελεσματικότερα (Walsh, 2015).

2) **τα οργανωτικά μοντέλα της οικογένειας** που χαρακτηρίζονται από:

α) **την ευελιξία** στον τρόπο διαχείρισης της κρίσιμης κατάστασης και την προσαρμοστικότητα στις νέες συνθήκες που διαμορφώνονται κατά την αντιμετώπισή της.

β) **τη συνοχή** της οικογένειας ως σχήμα και ως οργανωμένη οντότητα με διαφορετικούς ρόλους ανάμεσα στα μέλη της. Η αίσθηση του ανήκειν και οι σχέσεις που δημιουργούνται ανάμεσα στα μέλη όταν συνεργάζονται για ένα κοινό στόχο ενδυναμώνουν κάθε μέλος ξεχωριστά αλλά και ολόκληρο το σύστημα της οικογένειας. Επίσης, η αλληλοϋποστήριξη και η συνεργασία των μελών αλλά και ο σεβασμός στις ατομικές ανάγκες και τη διαφορετικότητα είναι μεγάλης σημασίας στην αίσθηση της ασφάλειας που δημιουργείται στο οικογενειακό σύστημα. Η πίστη της οικογένειας ότι μαζί αποτελούν ένα δυνατό σχήμα που αντέχει και διαχειρίζεται θετικά και ευέλικτα την αντιξοότητα, μέσα από την αλληλοϋποστήριξη, τον σχεδιασμό και τη σταθερότητα, λειτουργεί βοηθητικά προς την ανάπτυξη της οικογενειακής ανθεκτικότητας.

γ) **την ύπαρξη κοινωνικοοικονομικών πηγών στήριξης** που προέρχονται από το φιλικό και κοινωνικό περιβάλλον της οικογένειας, οι οποίες ενισχύουν την αίσθηση της σταθερότητας, της ασφάλειας και της

ανάπτυξης αισιοδοξίας ως προς τη διαχείριση της αντίξοης συνθήκης. Οι συνδέσεις της οικογένειας με το άμεσο φιλικό, συγγενικό και κοινοτικό περιβάλλον απορροφούν μεγάλο μέρος του άγχους που βιώνει η οικογένεια και προσφέρουν πολυεπίπεδη στήριξη.

Όλοι οι πιο πάνω παράγοντες έχουν μεγάλη σημασία για την ευημερία των μελών της οικογένειας, ενώ ταυτόχρονα δημιουργούν σταθερότητα και προβλεψιμότητα στο περιβάλλον (Washington et al., 2015). Η οργάνωση και η συνοχή ακόμη και σε θέματα που δεν αφορούν τη διαχείριση της κρίσης, όπως είναι η ρουτίνα του ύπνου των παιδιών, βοηθούν τις διαδικασίες αυτορρύθμισης και αυξάνουν το αίσθημα της ασφάλειας (Masten & Monn, 2015). Αντίθετα, ένα ανοργάνωτο οικογενειακό περιβάλλον αποδεικνύεται, συχνά, ένδειξη οικογενειακής δυσλειτουργίας (Evans & Wachs, 2010). Η Walsh θεωρεί τη γονικότητα ως τον κατεξοχήν παράγοντα που έχει τη δυνατότητα να διαμορφώνει την οργάνωση της οικογένειας σε θέματα δομής, ρόλων και κανόνων, αλλά και σε θέματα φροντίδας, καθοδήγησης και προστασίας. Κατονομάζει τους γονείς ως τους «αρχιτέκτονες» του οικογενειακού οικοδομήματος, αναφέροντας ότι η ισχυρή ηγεσία από μέρους τους παρέχει τη βάση για την ανάπτυξη των προσαρμοστικών συστημάτων στην οικογένεια. Η ίδια ερευνήτρια υποστηρίζει ότι η αίσθηση του ανήκειν και οι σχέσεις που δημιουργούνται ανάμεσα στα μέλη όταν συνεργάζονται προς ένα κοινό στόχο διδάσκουν στο παιδί αξίες και αναπτύσσουν την φιλοκοινωνική του συμπεριφορά.

3) **την επικοινωνία κατά την επίλυση των προβλημάτων**, που περιλαμβάνει:

α) **τη σαφήνεια**, δηλαδή τη σωστή διάχυση των πληροφοριών που σχετίζονται με την κρίση στην οικογένεια, έτσι ώστε όλα τα μέλη να έχουν μια σαφή εικόνα του προβλήματος. Ειδικά σε περιόδους κρίσης, υπάρχει μεγάλη ανάγκη για σαφήνεια στην επικοινωνία, ώστε όλα τα μέλη να έχουν μια ξεκάθαρη εικόνα του προβλήματος.

β) **το μοίρασμα των συναισθημάτων** που απορρέουν από την αντιμετώπιση των δυσκολιών και των προβλημάτων. Η συναισθηματική έκφραση των μελών δίνει την ευκαιρία αποφόρτισης, συμπαράστασης και ενθάρρυνσης ανάμεσα στα μέλη. Έρευνα των Cohen et al. (2002) καταδεικνύει ότι οι ανθεκτικές οικογένειες επιτρέπουν την ελεύθερη έκφραση των επίπονων και αρνητικών συναισθημάτων, ενώ αντίθετα οι λιγότερο ανθεκτικές οικογένειες αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην έκφραση τέτοιων συναισθημάτων. Οι επικοινωνιακές διεργασίες που επιτρέπουν την έκφραση και το μοίρασμα των συναισθημάτων ανακουφίζουν το άγχος των μελών και εξυπηρετούν την ανταλλαγή απόψεων για την εύρεση πιθανών λύσεων, ενισχύοντας την αίσθηση της ομαδικότητας και της αλληλοϋποστήριξης. Οι γονείς από τη δική τους πλευρά θα πρέπει να είναι ανοικτοί σε συζήτηση γύρω από τα θέματα της κρίσης, δημιουργώντας τις κατάλληλες συνθήκες για συναισθηματική έκφραση και αποτελεσματική επικοινωνία.

γ) **τη συνεργασία κατά την επίλυση των προβλημάτων** η οποία είναι απαραίτητη για να αποδώσουν οι προσπάθειες που καταβάλλει η οικογένεια. Ταυτόχρονα, κατά τη συνεργασία όλα τα μέλη μπορούν να αναπτύξουν την υπευθυνότητα τους, να αναλάβουν ρόλους και να αναπτυχθούν μαθαίνοντας νέες δεξιότητες. Επίσης, τα μεγαλύτερα μέλη της οικογένειας μπορούν να αποτελέσουν πρότυπο διαχείρισης προβλημάτων για τα νεαρότερα μέλη.

### **Η οικογενειακή ανθεκτικότητα ως πηγή ανθεκτικότητας για το παιδί**

Κατά την παιδική ηλικία, το πρότυπο του οικογενειακού συστήματος είναι πολύ ισχυρό για το παιδί. Κατά το συγκεκριμένο αναπτυξιακό στάδιο, το παιδί παραμένει στενά συνδεδεμένο και εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το οικογενειακό σύστημα, ενώ αυτή η εξάρτηση μειώνεται στην εφηβεία. Επομένως, από τη βρεφική μέχρι την εφηβική ηλικία, το οικογενειακό σύστημα έχει τη δυνατότητα να θέσει τις βάσεις για την υγιή ανάπτυξη και την καλλιέργεια της ανθεκτικότητας του παιδιού. Το θετικό πρότυπο του οικογενειακού συστήματος στην αντιμετώπιση και διαχείριση της αντιξοότητας είναι πολύ σημαντικό για το παιδί και την καλλιέργεια της δικής του ανθεκτικότητας (Walsh, 2015).

Το πρότυπο μιας οικογένειας, οι αξίες της οποίας την ωθούν να αγωνιστεί ενάντια στις δυσκολίες, μεταδίδει θετικά μηνύματα ως προς τη διαχείριση της αντιξοότητας και ενδυναμώνει το παιδί ώστε να δραστηριοποιείται προς την αντιμετώπιση και των δικών του δυσκολιών (Walsh, 2021). Για παράδειγμα, οικογένειες που αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες ως προκλήσεις, διαθέτουν αισιοδοξία, χιούμορ και πίστη στις αξίες τους, δίνουν το θετικό μήνυμα στο παιδί ότι η αντιμετώπιση των κρίσεων είναι διαχειρίσιμη. Απεναντίας, αρνητικές οικογενειακές αξίες, στάσεις ή νοηματοδοτήσεις της αντίξοης συνθήκης, μεταδίδουν αρνητικά μηνύματα στο παιδί σχετικά με την αντιμετώπιση των δυσκολιών. Για παράδειγμα, οικογένειες οι οποίες αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες ως απειλές που αποδιοργανώνουν την υπόστασή τους και τις γεμίζουν φόβο, μεταδίδουν το μήνυμα

στο παιδί ότι οι δυσκολίες είναι ανυπέρβλητες, επομένως η αποφυγή της διαχείρισής τους είναι προτιμότερη (Μιχαηλίδου, 2021).

Το μοίρασμα κοινών εμπειριών και η αλληλεπίδραση των μελών της οικογένειας για την νοηματοδότηση των δύσκολων βιωμάτων και την άντληση δύναμης από τις κοινές αξίες, διδάσκουν στα παιδιά να ρυθμίζουν τα συναισθήματα τους, να αποκτούν ενσυναίσθηση, να προσαρμόζονται σε δύσκολες συνθήκες και να αναπτύσσουν κίνητρα για να διαχειριστούν κάθε δυσκολία (Silberberg, 2001). Επιπρόσθετα, οι θετικοί τρόποι επικοινωνίας και οργάνωσης που περιλαμβάνουν το μοίρασμα των συναισθημάτων, την ειλικρίνεια, τη συνέπεια και την κατανόηση, αναπτύσσουν στο παιδί τις κατάλληλες δεξιότητες που ενισχύουν τη συναισθηματική του ηρεμία, τη ρύθμιση του άγχους και τις επικοινωνιακές του δεξιότητες (Walsh, 2003). Ο Carr (2013) αναφέρει ότι ο αποτελεσματικός τρόπος λειτουργίας της οικογένειας που περιλαμβάνει υγιείς τρόπους επικοινωνίας, ικανοποίηση από τους ρόλους κάθε μέλους, συνεργασία στη λύση των προβλημάτων και συναισθηματική σύνδεση ανάμεσα στα μέλη, ενισχύει την προσαρμογή του παιδιού. Επίσης, το ζεστό οικογενειακό περιβάλλον που παρέχει ασφάλεια, οργάνωση και σταθερότητα ενισχύει την φιλοκοινωνική συμπεριφορά των παιδιών (Walsh, 2015). Επιπρόσθετα, η συνοχή, η σταθερότητα και γενικότερα οι αρμονικές οικογενειακές σχέσεις αποτελούν σημαντικούς παράγοντες στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας (Deb et al., 2015• Narayan et al., 2018). Τέλος, οι Acuña και Kataoka (2017) δείχνουν ότι οι αποτελεσματικές επικοινωνιακές διεργασίες, όπως η συζητήσεις για ένα πρόβλημα που απασχολεί την οικογένεια, βοηθούν παιδιά με τραυματικές εμπειρίες να αποφεύγουν την εκδήλωση μετατραυματικού στρες.

Ένα σταθερό οικογενειακό περιβάλλον με θετικά γονικά πρότυπα (Rutter, 2000), που προσφέρει υποστήριξη και πλήθος ερεθισμάτων (Cicchetti, 2013• Masten, 2014) προσφέρει ευκαιρίες στο παιδί να βιώσει πλήθος εμπειριών μέσα από τις σχέσεις με τους γονείς σε ρόλο προτύπου, έχοντας ταυτόχρονα ευκαιρίες μάθησης και ανάπτυξης δεξιοτήτων (Southwick & Charney, 2012). Αντίθετα, ένα οικογενειακό περιβάλλον που χαρακτηρίζεται από χάος και έλλειψη οργάνωσης ενισχύει την ευαλωτότητα (Solar & Mateo, 2005), εντείνει το άγχος και δυσχεραίνει την αυτορρύθμιση (Coley et al., 2015). Έρευνες όπως των Deb et al. (2015) αποδεικνύουν πως το αρνητικό οικογενειακό περιβάλλον και η κακής ποιότητας γονικότητα (έλλειψη επικοινωνίας, παραμέληση από τους γονείς) συνδέονται με ψηλά επίπεδα άγχους και άλλα προβλήματα στην προσαρμογή. Επίσης, ένα τέτοιο περιβάλλον συνδέεται με υψηλά επίπεδα παρορμητικότητας και έλλειψη αυτοελέγχου, τα οποία προβλέπουν χαμηλότερη φιλοκοινωνική συμπεριφορά και περισσότερα προβλήματα εξωτερίκευσης (Slagt et al., 2016). Τέλος, οι Cummings et al. (2015) αναφέρουν ότι ένα συγκρουσιακό οικογενειακό περιβάλλον χωρίς επικοινωνία και οργάνωση, έχει ως αποτέλεσμα τη χαμηλή αίσθηση ασφάλειας και συνδέεται με κατάθλιψη και άγχος στα κατοπινά στάδια της ζωής.

Συμπερασματικά, ένα οικογενειακό περιβάλλον με αυξημένη οργάνωση και επικοινωνία σε θέματα διαχείρισης της αντιξοότητας, αποτελεί έναν ολόκληρο πυρήνα μάθησης, όπου το παιδί μαθαίνει τους τρόπους να αντιμετωπίζει και το ίδιο τα δικά του προβλήματα και να γίνεται πιο ανθεκτικό στις δυσκολίες. Ένα σταθερό και υποστηρικτικό οικογενειακό περιβάλλον που προωθεί την οικογενειακή ανθεκτικότητα, προάγει ταυτόχρονα πλήθος ατομικών παραγόντων που προωθούν τις ξεχωριστές διαστάσεις της ατομικής ανθεκτικότητας του παιδιού (Μιχαηλίδου, 2021). Επομένως, τα παιδιά που προέρχονται από ανθεκτικές οικογένειες έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να αναπτύξουν και τα ίδια μεγαλύτερη ανθεκτικότητα σε μια ή περισσότερες διαστάσεις της ζωής τους.

### **Ο ρόλος της γονικότητας στην ανάπτυξη της ατομικής και της οικογενειακής ανθεκτικότητας**

Κάθε παιδί και κάθε οικογένεια έχουν τη δυνατότητα να διαγράψουν τη δική τους πορεία προς την ανθεκτικότητα, αφού για κάθε διαφορετικό προφίλ παιδιού και οικογένειας, οι ανάγκες, οι παράγοντες επικινδυνότητας καθώς και άλλοι περιβαλλοντικοί παράγοντες, όπως οι υποστηρικτικοί πόροι, οι προστατευτικοί παράγοντες και οι υποστηρικτικές συνδέσεις με εξωτερικά συστήματα, διαφέρουν. Για παράδειγμα, διαφορετικά δεδομένα αντιμετωπίζει μια οικογένεια προσφύγων και τα παιδιά της, μια μονογονική οικογένεια ή μια οικογένεια στην οποία ένα μέλος αντιμετωπίζει σοβαρά προβλήματα υγείας ή έχει αποβιώσει. Εξαιτίας της στενής σύνδεσης των δυο συστημάτων (ατομικό-οικογενειακό), υπάρχει στις μέρες μας ένα έντονο ερευνητικό ενδιαφέρον σχετικά με τον τρόπο σύνδεσης της ανθεκτικότητάς τους (Masten & Monn, 2015). Ένα ερώτημα που θα πρέπει να απασχολήσει την επερχόμενη έρευνα, είναι κατά πόσο η γονικότητα αποτελεί τον συνδετικό παράγοντα ανάμεσα στην ανθεκτικότητα καθενός από τα δύο συστήματα.

Αναμφίβολα, η γονικότητα έχει ισχυρή επίδραση στην προσαρμογή των παιδιών καθορίζοντας σε μεγάλο βαθμό τη μελλοντική τους ανάπτυξη. Ο γονέας έχει τη δυνατότητα να ασκήσει προστατευτικό ρόλο, μέσα από τη φροντίδα, την παροχή θετικών προτύπων, τη διδασκαλία δεξιοτήτων και τη μετάδοση της συσσωρευμένης γνώσης για τη ζωή (Bornstein, 2015). Η διεθνής βιβλιογραφία παρουσιάζει πληθώρα ερευνών που επιβεβαιώνουν τον προστατευτικό ρόλο της γονικότητας απέναντι στην αντιξοότητα (Luthar & Zelazo, 2003), ενώ ο τύπος της γονικότητας έχει τη δυνατότητα να συμβάλει ενισχυτικά στην επιτυχή διαχείριση της αντιξοότητας από το παιδί (Masten, 2001). Επομένως, η γονικότητα αποτελεί παράγοντα μέγιστης σημασίας στην ανάπτυξη και καλλιέργεια της ανθεκτικότητας του παιδιού (Armstrong et al., 2005· Horning & Rouse, 2002· Malmberg & Flouri, 2011), καθώς ενισχύει τα προσαρμοστικά του συστήματα (Masten, 2019) αρχίζοντας από την περίοδο της βρεφικής ηλικίας (Rak & Patterson, 1996· Wyman et al., 1999). Ταυτόχρονα, η γονικότητα αποτελεί ισχυρό παράγοντα στην ανάπτυξη της οικογενειακής ανθεκτικότητας, αφού μέσα από τις πρακτικές της διαμορφώνει τα απαραίτητα συστήματα για την αντιμετώπιση της κρίσης από το οικογενειακό σύστημα (Walsh, 2015).

Με ποιους τρόπους και μέσα από ποιες διαδικασίες η γονικότητα επηρεάζει την διαμόρφωση της ανθεκτικότητας; Ποια χαρακτηριστικά της γονικότητας είναι αυτά που ενισχύουν τη καλλιέργεια της ανθεκτικότητας στο παιδί, αλλά και σε ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα; Η διεθνής έρευνα έχει δείξει ότι διάφοροι παράγοντες επικινδυνότητας μπορούν να μετριαστούν ως αποτέλεσμα της ποιοτικής γονικότητας. Χαρακτηριστικά όπως η γονική θालπωρή, η γονική εμπλοκή, η αποδοχή και οι θετικές σχέσεις στην οικογένεια συνδέονται θετικά με την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας (Flouri et al., 2014· Kumpfer, 2002· Taket et al., 2014 Zakeri et al., 2010). Επιπρόσθετα, η επικοινωνία, η αγάπη, η αποδοχή, οι υψηλές προσδοκίες, η βοήθεια στα παιδιά να γευτούν την επιτυχία και να αποδέχονται τα λάθη τους είναι μερικά χαρακτηριστικά των γονέων που έχουν ανθεκτικά παιδιά (Brooks, 2013).

Ωστόσο, οι Osofsky και Thompson (2000) θεωρούν τη σχέση με τον γονέα ως τον σημαντικότερο προστατευτικό παράγοντα στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας. Ένα μεγάλο εύρος ερευνών διαπιστώνει ότι οι θετικές σχέσεις ανάμεσα στον γονέα και το παιδί αποτελούν σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα της προσαρμογής του παιδιού σε συνθήκες επικινδυνότητας (Erickson et al., 1985· Jordan, 2013· Kim & Cicchetti, 2004· Luthar et al., 2015). Μια τέτοια σχέση προσφέρει την αίσθηση της ασφάλειας στο παιδί και ενισχύει την εντύπωση του παιδιού ότι διαθέτει το υποστηρικτικό υπόβαθρο που χρειάζεται για να διαχειριστεί την αντιξοότητα. Οι υποστηρικτικές σχέσεις με τον γονέα ασκούν σημαντική προστατευτική δράση σε περιπτώσεις παιδιών που ήρθαν αντιμέτωπα με εμπόλεμες συνθήκες (Masten et al., 2015). Επίσης, ασκεί προστατευτική δράση απέναντι στα ακαδημαϊκής και κοινωνικής φύσης προβλήματα, σε μαθητές που ζούνε σε συνθήκες συσσωρευμένης επικινδυνότητας (Houston & Grych, 2016). Ακόμη και σε περιπτώσεις οικογενειακής βίας, η θετική σχέση με έναν από τους δυο γονείς ασκεί προστατευτική δράση και αναπτύσσει την ανθεκτικότητα στο παιδί (Collishaw et al., 2007). Τέλος, ο αποτελεσματικός γονικός έλεγχος και οι θετικές σχέσεις γονέα και παιδιού φαίνεται να προστατεύουν από την παραβατική συμπεριφορά που σχετίζεται με χρήση ουσιών (Stattin & Kerr, 2000).

Η βιβλιογραφία έχει ειδικότερα μελετήσει τη σχέση μητέρας και παιδιού. Μια τέτοια θετική σχέση ασκεί προστατευτική δράση απέναντι στις επιπτώσεις της οικονομικής δυσχέρειας (Malmberg & Flouri, 2011) και ρυθμίζει την επίδραση των αρνητικών γεγονότων της ζωής και της προβληματικής γειτονιάς ως προς την ανάπτυξη προβλημάτων εσωτερίκευσης και εξωτερίκευσης (Flouri et al., 2014). Επίσης, η στενή σχέση μητέρας και κόρης μετριάζει την αρνητική επιρροή από τους συνομήλικους και μειώνει τον κίνδυνο επικίνδυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς σε έφηβα κορίτσια αφροαμερικανικής καταγωγής που βρίσκονται σε ψυχιατρική φροντίδα (Emerson et al., 2012). Ανάλογη σημασία όμως έχει και η σχέση με τον πατέρα, αφού αρκετές έρευνες αποδεικνύουν την επίδραση της πατρικής γονικότητας στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Η συνεισφορά του πατέρα θεωρείται ιδιάζουσας σημασίας σε θέματα πρακτικής και συναισθηματικής στήριξης απέναντι στο παιδί (Dolan, 2008). Διαχρονική έρευνα των Kerr et al. (2009) έδειξε ότι η θετική γονικότητα από τον πατέρα επηρεάζει τις επόμενες γενιές παιδιών στην οικογένεια σε θέματα ικανοτήτων, αυτοεκτίμησης και σχέσεων με τους συνομήλικους. Επίσης, έρευνα των Antonopoulou et al. (2012) στον ελληνικό χώρο, αναφέρει ότι τα παιδιά που αντιλαμβάνονται τον πατέρα τους ως υποστηρικτικό έχουν περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν υψηλή αυτοεκτίμηση και ενσυναίσθηση, ενώ τα παιδιά που αντιλαμβάνονται τον πατέρα τους ως αυταρχικό, έχουν λιγότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν τα παραπάνω χαρακτηριστικά. Επιπρόσθετα, έρευνες αποδεικνύουν ότι η πατρική εμπλοκή στη ζωή του παιδιού αποτελεί ενισχυτικό παράγοντα στην ανάπτυξη της

ανθεκτικότητας του (Wyman et al., 1999). Συγκεκριμένα, η αυξημένη πατρική εμπλοκή συνδέεται με την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας του έφηβου παιδιού, ενώ έφηβοι με αυστηρό και τιμωρητικό πατέρα παρουσιάζουν μειωμένα επίπεδα ανθεκτικότητας (Zhang et al., 2014). Επομένως, μια υποστηρικτική πατρική φιγούρα κατά τη διάρκεια της εφηβείας θωρακίζει το παιδί σε μεγάλο βαθμό απέναντι στην επικινδυνότητα (Gervan et al., 2012).

Σημαντικό ρόλο κατέχει η γονικότητα και η οικογένεια στην ανάπτυξη των συναισθηματικών δεξιοτήτων του παιδιού, συμπεριλαμβανομένης της συναισθηματικής αυτορρύθμισης (Morris et al., 2007), της συναισθηματικής έκφρασης και της επικοινωνίας του συναισθήματος τους (Denham et al., 2003). Οι οικογένειες με γονείς που δημιουργούν συνθήκες συναισθηματικής έκφρασης, αποδοχής και εποικοδομητικής διαχείρισης των συναισθημάτων των παιδιών τους, αποτελούν συχνά και οι ίδιες πρότυπα συναισθηματικής αυτορρύθμισης, υψηλής ενσυναίσθησης και φιλοκοινωνικής συμπεριφοράς (Eisenberg et al., 2015). Η ικανότητα του γονέα να λειτουργεί ως πρότυπο και ως εκπαιδευτής της συναισθηματικής αυτορρύθμισης του παιδιού και το κατάλληλο κλίμα εντός της οικογένειας αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες στην εκμάθηση της διαχείρισης των συναισθημάτων και στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας (Labella et al., 2016). Μέσα από τις λειτουργίες της οικογένειας, τα μέλη όχι μόνο μαθαίνουν αυτόνομα να ρυθμίζουν τα συναισθήματά τους, αλλά πολύ συχνά αλληλοβοηθούνται μεταξύ τους στις διαδικασίες της αυτορρύθμισης (Morris et al., 2007).

Συχνά, οι έφηβοι μαθαίνουν να εκφράζονται συναισθηματικά και να ρυθμίζουν το συναίσθημα τους μέσα από την παρατήρηση και την ανταπόκριση σε συναισθηματικές ανάγκες άλλων μελών και γενικά τις δυναμικές που αναπτύσσονται εντός της οικογένειας σχετικά με το συναίσθημα (Katz et al., 1999). Σύμφωνα με τους Ellis et al. (2014) το πρότυπο των γονέων στη ρύθμιση του δικού τους συναισθήματος, αλλά και του συναισθήματος του παιδιού τους είναι πολύ ισχυρό, ενώ κάποιοι γονείς μπορεί να θεωρηθούν ως «προπονητές» του συναισθήματος του παιδιού τους βοηθώντας τους βήμα με βήμα μέσα από τη διαδικασία της ρύθμισης. Έρευνα των Criss et al. (2016) δείχνει ότι η αμοιβαία συμπαράσταση μεταξύ μητέρων και έφηβων ενισχύει τον ρόλο της μητέρας ως εμψυχώτριας και περιορίζει τα δυσάρεστα συναισθήματα της λύπης και του θυμού στους έφηβους. Επίσης, οι Taket et al. (2014) αναφέρουν ότι οι μητέρες που διδάσκουν τη συναισθηματική αυτορρύθμιση είχαν ψυχικά ανθεκτικότερα παιδιά.

Ο τρόπος με τον οποίο οι γονείς αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους διαμορφώνει το οικογενειακό υπόβαθρο, άλλοτε ενδυναμώνοντας και άλλοτε αποδυναμώνοντας το παιδί. Επίσης, η αποτελεσματική εποπτεία και ο βαθμός συμμετοχής του γονιού στη ζωή του παιδιού, το σταθερό περιβάλλον και η πειθαρχία φαίνεται να επιδρούν θετικά στην ενίσχυση της ανθεκτικότητας του παιδιού (Wyman et al., 2000). Όσον αφορά την αποτελεσματική εποπτεία, αυτή αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην παραβατική συμπεριφορά (Dishion & McMahon, 1998). Επιπρόσθετα, παράγοντες όπως η ενσυναίσθηση του γονέα, οι υψηλές προσδοκίες και οι ευκαιρίες για συμμετοχή του παιδιού στα οικογενειακά ζητήματα, ενισχύουν την οικογενειακή ανθεκτικότητα (Benard, 2004). Το υποστηρικτικό ενδοοικογενειακό κλίμα συνδέεται με την ευζωία του παιδιού σε πολλούς τομείς του βίου του (Buehler, 2020). Συγκεκριμένα, οι Padilla-Walker et al. (2016) αναφέρουν ότι το υποστηρικτικό περιβάλλον που δημιουργείται από τη μητέρα αυξάνει την φιλοκοινωνική συμπεριφορά του έφηβου εντός της οικογένειας, ενώ το υποστηρικτικό περιβάλλον που δημιουργείται από τον πατέρα αυξάνει την φιλοκοινωνική συμπεριφορά προς το κοινωνικό δίκτυο των φίλων.

Παράλληλα όμως, εκτός από την παροχή ενός προστατευτικού περιβάλλοντος, τη δημιουργία θερμών υποστηρικτικών σχέσεων, τη διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων και την εκπαίδευση στη συναισθηματική αυτορρύθμιση, στόχος των γονέων θα πρέπει να είναι η ενδυνάμωση του παιδιού, έτσι ώστε από μόνο του να υπερπηδά τους παράγοντες επικινδυνότητας που παρουσιάζονται μπροστά του. Γονείς οι οποίοι παρέχουν στα παιδιά ευκαιρίες για να λάβουν τα ίδια τις προσωπικές τους αποφάσεις στα δικά τους προβλήματα, ενθαρρύνουν την αυτονομία τους (Benard, 2004) και θέτουν τις βάσεις για την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας τους. Τέτοιες πρακτικές αναπτύσσουν ένα σύνολο δεξιοτήτων στα παιδιά και τα θωρακίζουν, ώστε να ενδυναμωθούν στο πέρασμα μέσα από τα μεταβατικά στάδια και τις δυσκολίες της ζωής. Η ενδυνάμωση της ανθεκτικότητας μπορεί να αποτελέσει ένα «ξεχωριστό δώρο από τους γονείς προς τα παιδιά» (Brooks, 2013, p. 457). Επίσης, οι Masten και Monn (2015) κάνουν αναφορά στη διαγενεακή μεταφορά της ανθεκτικότητας, όπως αυτή μεταφέρεται από την μια γενιά στην επόμενη. Αυτή η διεργασία συντελείται κυρίως μέσα από άτυπους τρόπους μάθησης, αλλά και μέσα από τη διδασκαλία προσαρμοστικών δεξιοτήτων από τους γονείς προς τα παιδιά και την ανάπτυξη δεξιοτήτων διαχείρισης μελλοντικών δυσκολιών.

## Σύνοψη και μελλοντικές κατευθύνσεις

Η ανθεκτικότητα επηρεάζει την υγεία και την ποιότητα ζωής του ατόμου κατά τη διάρκεια όλων των αναπτυξιακών σταδίων. Επομένως, η επένδυση στην ανθεκτικότητα είναι σημαντική, με διαχρονικές ωφέλειες στη ζωή του ατόμου, καλύπτοντας ένα μεγάλο φάσμα της προσαρμογής στο σχολείο, την κοινωνία, και τον χώρο εργασίας (Khanlou & Wray, 2014). Κατά ανάλογο τρόπο, η οικογενειακή ανθεκτικότητα αποτελεί βασικό παράγοντα στην εύρυθμη λειτουργία του συστήματος της οικογένειας (Walsh, 2015). Οι έννοιες της ατομικής ανθεκτικότητας, της οικογενειακής ανθεκτικότητας και της γονικότητας είναι αλληλένδετες και φαίνεται ότι αλληλοεπηρεάζονται και αλληλεπιδρούν κατά τη διάρκεια δημιουργίας του φαινομένου της ανθεκτικότητας στο ατομικό και στο οικογενειακό επίπεδο. Επομένως, μια ανθεκτική οικογένεια είναι πιθανόν να διαθέτει τους υποστηρικτικούς πόρους για να παραμείνει η ίδια ανθεκτική αλλά τους ίδιους πόρους προσφέρει και στο παιδί της ώστε να ενισχύσει τη δική του ανθεκτικότητα. Κατά ανάλογο τρόπο, το παιδί με τα δικά τους χαρακτηριστικά είναι δυνατόν να επηρεάσει την διαμόρφωση της ανθεκτικότητας ολόκληρου του οικογενειακού συστήματος. Τέλος, τα χαρακτηριστικά της γονικότητας είναι δυνατόν να επιδράσουν στη διαμόρφωση τόσο της ατομικής όσο και της οικογενειακής ανθεκτικότητας.

Παρόλο που στον σύγχρονο κόσμο, ο ρόλος του γονέα γίνεται ολοένα και πιο απαιτητικός και πολύπλοκος, παραμένει σημαντικότερος από ποτέ στη διαμόρφωση, τόσο της οικογενειακής ανθεκτικότητας όσο και της ανθεκτικότητας του παιδιού. Οι Brooks και Goldstein (2001) τονίζουν τη σημασία της εκπαίδευσης των γονέων, αλλά και την προσαρμογή του οικογενειακού περιβάλλοντος ώστε να ευνοείται η ανάπτυξη μιας νοοτροπίας ανθεκτικότητας στο παιδί. Επίσης, αρκετοί άλλοι ερευνητές υπογραμμίζουν τον σημαντικό ρόλο της γονικότητας στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας και προωθούν μια παιδαγωγική καλλιέργειας της ανθεκτικότητας, ως μέσο με τον οποίο ο γονέας μπορεί να ενδυναμώσει την ανθεκτικότητα στο παιδί του (Hoffman, 2010· Lantieri, 2008).

Ωστόσο, μεγαλύτερη σημασία έχει η αλληλεπίδραση μεταξύ των συστημάτων στη διαμόρφωση της ατομικής και οικογενειακής ανθεκτικότητας, η οποία θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη στον σχεδιασμό ερευνών, στον σχεδιασμό παρεμβάσεων, προγραμμάτων και νομοθεσιών που έχουν στόχο την ευζωία και την ευημερία του παιδιού (Masten & Monn, 2015). Για παράδειγμα, μια παρέμβαση προς τους γονείς, η οποία θα αυξήσει την ικανοποίηση των ίδιων από τη ζωή, είναι πιθανό να βελτιώσει τον ρόλο τους ως φροντιστές (Luthar & Eisenberg, 2017) έχοντας θετική επίδραση στην ανθεκτικότητα του παιδιού. Πολύ συχνά, επομένως, ενισχύοντας το γονικό και οικογενειακό σύστημα δημιουργείται το κατάλληλο περιβάλλον για τη θετική ανάπτυξη του παιδιού (Twum-Antwi et al., 2020).

Παραδείγματα παρεμβάσεων ενίσχυσης της ατομικής και της οικογενειακής ανθεκτικότητας μπορεί να έχουν ως στόχο την αλλαγή στη νομοθεσία που αφορά την προστασία του παιδιού και της οικογένειας, την κοινωνική υποστήριξη και τα παρεμβατικά προγράμματα που απευθύνονται σε γονείς και παιδιά, όπως τα σχολικά προγράμματα που ενισχύουν τις δεξιότητες ζωής και τα προγράμματα στον χώρο εργασίας των γονέων. Όλες αυτές οι παρεμβάσεις στοχεύουν στην κάλυψη των αναγκών κάθε αναπτυξιακού σταδίου, αλλά και των αναγκών του φύλου, της κουλτούρας και άλλων ειδικών αναγκών κάθε ομάδας στην οποία απευθύνεται η παρέμβαση. Τελικό στόχο, ωστόσο, θα έχουν τη δημιουργία συνθηκών ενίσχυσης της ανθεκτικότητας σε διαφορετικά συστήματα με τελικό αποδέκτη το ίδιο το παιδί.

Βαδίζοντας προς την πιο πάνω κατεύθυνση χρειάζονται περισσότερες έρευνες που να συνεξετάζουν την αλληλεπιδραστική σχέση της ατομικής και οικογενειακής ανθεκτικότητας και της γονικότητας. Ενώ η έρευνα έχει προσφέρει πολλές ενδείξεις ότι ο ρόλος της γονικότητας στην ανάπτυξη της ανθεκτικότητας του παιδιού είναι μεγάλης σημασίας, το θέμα της επίδρασης της γονικότητας στην οικογενειακή ανθεκτικότητα έχει τύχει λιγότερης διερεύνησης. Επίσης, περαιτέρω έρευνα χρειάζεται για να συνδεθούν συγκεκριμένες πτυχές της γονικότητας με συγκεκριμένες διαστάσεις της ανθεκτικότητας (π.χ., ανθεκτικότητα στον ακαδημαϊκό, ψυχικό ή φιλοκοινωνικό τομέα). Επιπλέον, υπάρχει ανάγκη να διαπιστωθεί ποιες ακριβώς πτυχές της γονικότητας συνδέονται με την ανάπτυξη των κατάλληλων ενδοοικογενειακών συστημάτων που συμβάλλουν στην οικογενειακή ανθεκτικότητα. Ερωτήματα που μπορούν να απασχολήσουν την μελλοντική έρευνα είναι ο τρόπος με τον οποίο συνδέονται έννοιες όπως η γονική θέρμη με την ανάπτυξη των οικογενειακών συστημάτων πεποιθήσεων ή η γονική εμπλοκή με την ανάπτυξη των οργανωτικών μοντέλων της οικογένειας.

Η δημιουργία ενός συστημικού μοντέλου που θα παρουσιάζει τις σχέσεις ανάμεσα στην ατομική και οικογενειακή ανθεκτικότητα και στη γονικότητα θα οδηγήσει σε μια πιο σφαιρική αντίληψη του τρόπου διαμόρφωσης του φαινομένου της ανθεκτικότητας. Συγκεκριμένα, η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η

γονικότητα συνδέει την ανθεκτικότητα καθενός από τα δύο συστήματα (ατομικό και οικογενειακό) θα διαφωτίσει περαιτέρω την αντίληψη για τον συστημικό τρόπο διαμόρφωσης του φαινομένου της ανθεκτικότητας, ενώ ταυτόχρονα θα διαλευκάνει πολλά ερωτήματα που παραμένουν αναπάντητα αναφορικά με τις διαδικασίες και τους μηχανισμούς ανάπτυξης του.

## Βιβλιογραφία

- Acuña, M. A., & Kataoka, S. (2017). Family communication styles and resilience among adolescents. *Social Work, 62*(3), 261-269. <https://doi.org/10.1093/sw/swx017>
- Antonopoulou, K., Alexopoulos, D. A., & Maridaki-Kassotaki, K. (2012). Perceptions of father parenting style, empathy, and self-esteem among Greek preadolescents. *Marriage & Family Review, 48*(3), 293-309. <https://doi.org/10.1080/01494929.2012.665016>
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F., & Critchley, C. R. (2011). Emotional intelligence and psychological resilience to negative life events. *Personality and Individual Differences, 51*(3), 331-336. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.025>
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. WestEd.
- Bethell, C. D., Gombojav, N., & Whitaker, R. C. (2019). Family resilience and connection promote flourishing among US children, even amid adversity. *Health Affairs, 38*(5), 729-737. <https://doi.org/10.1377/hlthaff.2018.05425>
- Bornstein, M. H. (2015). Children's parents. In M. H. Bornstein, T. Leventhal, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Ecological settings and processes* (pp. 55-132). John Wiley & Sons, Inc..
- Brody, G. H., Yu, T., Chen, E., Miller, G. E., Kogan, S. M., & Beach, S. R. (2013). Is resilience only skin deep? Rural African Americans' socioeconomic status-related risk and competence in preadolescence and psychological adjustment and allostatic load at age 19. *Psychological Science, 24*(7), 1285-1293. <https://doi.org/10.1177/0956797612471954>
- Bronfenbrenner, U. (1992). *Ecological systems theory*. Jessica Kingsley Publishers.
- Brooks, R. B. (2013). The power of parenting. *Handbook of resilience in children* (pp. 443-458) Springer.
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2001). *Raising resilient children: Fostering strength, hope, and optimism in your child*. ERIC.
- Buehler, C. (2020). Family processes and children's and adolescents' well-being. *Journal of Marriage and Family, 82*(1), 145-174. <https://doi.org/10.1111/jomf.12637>
- Buzzanell, P. M. (2010). Resilience: Talking, resisting, and imagining new normalcies into being. *Journal of Communication, 60*(1), 1-14. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2009.01469.x>
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy, 44*(4), 585-599. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001>
- Carr, A. (2013). *What works with children and adolescents?: A critical review of psychological interventions with children, adolescents and their families* Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203754818>
- Cheung, C. S., & McBride-Chang, C. (2008). Relations of perceived maternal parenting style, practices, and learning motivation to academic competence in Chinese children. *Merrill-Palmer Quarterly, 1*-22.
- Cicchetti, D. (2013). Annual research review: Resilient functioning in maltreated children—past, present, and future perspectives. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 54*(4), 402-422. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2012.02608.x>
- Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology, 5*(4), 497-502. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006118>
- Cicchetti, D., Rogosch, F. A., Lynch, M., & Holt, K. D. (1993). Resilience in maltreated children: Processes leading to adaptive outcome. *Development and Psychopathology, 5*(4), 629-647. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006209>
- Cohen, O., Slonim, I., Finzi, R., & Leichtentritt, R. D. (2002). Family resilience: Israeli mothers' perspectives. *American Journal of Family Therapy, 30*(2), 173-187. <https://doi.org/10.1080/019261802753573876>

- Coley, R. L., Lynch, A. D., & Kull, M. (2015). Early exposure to environmental chaos and children's physical and mental health. *Early Childhood Research Quarterly*, 32, 94-104. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2015.03.001>
- Collins, W. A., Maccoby, E. E., Steinberg, L., Hetherington, E. M., & Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. *American Psychologist*, 55(2), 218. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.2.218>
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 211-229. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.004>
- Condly, S. J. (2006). Resilience in children a review of literature with implications for education. *Urban Education*, 41(3), 211-236. <https://doi.org/10.1177/0042085906287902>
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., & Elder Jr, G. H. (2000). Competence in early adult romantic relationships: A developmental perspective on family influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 224. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.79.2.224>
- Criss, M. M., Morris, A. S., Ponce-Garcia, E., Cui, L., & Silk, J. S. (2016). Pathways to adaptive emotion regulation among adolescents from low-income families. *Family Relations*, 65(3), 517-529. <https://doi.org/10.1111/fare.12202>
- Cummings, E. M., Koss, K. J., & Davies, P. T. (2015). Prospective relations between family conflict and adolescent maladjustment: Security in the family system as a mediating process. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 503-515. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-02D9926-02D1>
- Curtis, W. J., & Cicchetti, D. (2007). Emotion and resilience: A multilevel investigation of hemispheric electroencephalogram asymmetry and emotion regulation in maltreated and non-maltreated children. *Development and Psychopathology*, 19(03), 811-840. <https://doi.org/10.1017/S0954579407000405>
- Davydov, D. M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical Psychology Review*, 30(5), 479-495. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.003>
- Deater-Deckard, K., Ivy, L., & Petrill, S. A. (2006). Maternal warmth moderates the link between physical punishment and child externalizing problems: A parent-offspring behavior genetic analysis. *Parenting: Science and Practice*, 6(1), 59-78. [https://doi.org/10.1207/s15327922par0601\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327922par0601_3)
- Deb, S., Kumar, A., & Giresan, A. (2015). Stress and Resilience Capacity of Students: A Burning Public Health Issue. *Positive Psychology*, 163.
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child development*, 74(1), 238-256. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00533>
- Dishion, T. J., & McMahan, R. J. (1998). Parental monitoring and the prevention of child and adolescent problem behavior: A conceptual and empirical formulation. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1(1), 61-75. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1021800432380>
- Dolan, P. (2008). Prospective possibilities for building resilience in children, their families and communities. *Child Care in Practice*, 14(1), 83-91. <https://doi.org/10.1080/13575270701733765>
- Doty, J. L., Davis, L., & Arditti, J. A. (2017). Cascading resilience: Leverage points in promoting parent and child well-being. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 111-126. <https://doi.org/10.1111/jftr.12175>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Knafo-Noam, A. (2015). Prosocial development. In M. E. Lamb & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Socioemotional processes* (pp. 610-656). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi/10.1002/9781118963418.childpsy315>
- Ellis, B. H., Alisic, E., Reiss, A., Dishion, T., & Fisher, P. A. (2014). Emotion regulation among preschoolers on a continuum of risk: The role of maternal emotion coaching. *Journal of Child and Family Studies*, 23(6), 965-974. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-02D013>
- Emerson, E., Donenberg, G. R., & Wilson, H. W. (2012). Health-protective effects of attachment among African American girls in psychiatric care. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 124. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0026352>

- Erickson, M. F., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (1985). The relationship between quality of attachment and behavior problems in preschool in a high-risk sample. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 147-166. <https://doi.org/10.2307/3333831>
- Evans, G. W., & Wachs, T. D. (2010). *Chaos and its influence on children's development*. American Psychological Association.
- Finklestein, M., Pagorek-Eshel, S., & Laufer, A. (2020). Adolescents' individual resilience and its association with security threats, anxiety and family resilience. *Journal of Family Studies*, 1-17. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1778504>
- Flouri, E., Midouhas, E., Joshi, H., & Tzavidis, N. (2014). Emotional and behavioural resilience to multiple risk exposure in early life: The role of parenting. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s00787>
- Paper presentation Garmezy, N. E., & Rutter, M. E. (1983). Stress, coping, and development in children [Paper Presentation]. Seminar on Stress and Coping in Children, Centre for Advanced Study in the Behavioral Sciences, Stanford, California, United States.
- Gervan, S., Granic, I., Solomon, T., Blokland, K., & Ferguson, B. (2012). Paternal involvement in multisystemic therapy: Effects on adolescent outcomes and maternal depression. *Journal of Adolescence*, 35(3), 743-751. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.009>
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2013). Why study resilience? *Handbook of resilience in children* (pp. 3-14) Springer. <https://doi.org/10.1007/978%2D1>
- Greenberg, M. T. (2006). Promoting resilience in children and youth. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 139-150. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.013>
- Harrist, A. W., Henry, C. S., Liu, C., & Morris, A. S. (2019). Family resilience: The power of rituals and routines in family adaptive systems. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0000099-013>
- Henry, C. S., 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>
- Hoffman, D. M. (2010). Risky investments: Parenting and the production of the 'resilient child'. *Health, Risk & Society*, 12(4), 385-394. <https://doi.org/10.1080/13698571003789716>
- Horning, L. E., & Rouse, K. A. G. (2002). Resilience in preschoolers and toddlers from low-income families. *Early Childhood Education Journal*, 29(3), 155-159. <https://doi.org/10.1023/A:1014580408103>
- Houston, J., & Grych, J. (2016). Maternal attachment buffers the association between exposure to violence and youth attitudes about aggression. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 45(5), 605-613. <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.987380>
- Hunter, C. (2012). *Is resilience still a useful concept when working with children and young people?* Australian Institute of Family Studies. <https://doi/10.3316/informit.020407233943460>
- Ioannidis, K., Askelund, A. D., Kievit, R. A., & Van Harmelen, A. (2020). The complex neurobiology of resilient functioning after childhood maltreatment. *BMC Medicine*, 18(1), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-1490-7>
- Jaureguizar, J., Bernaras, E., Bully, P., & Garaigordobil, M. (2018). Perceived parenting and adolescents' adjustment. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 31. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0088-x>
- Jordan, J. V. (2013). *Relational resilience in girls*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4\\_5](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_5)
- Kalil, A. (2003). *Family resilience and good child outcomes*. Ministry of Social Development.
- Katz, L., Wilson, B., & Gottman, J. (1999). Conflict and cohesion in families: Causes and consequences.
- Kerr, D. C., Capaldi, D. M., Pears, K. C., & Owen, L. D. (2009). A prospective three generational study of fathers' constructive parenting: Influences from family of origin, adolescent adjustment, and offspring temperament. *Developmental Psychology*, 45(5), 1257. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0015863>
- Khanlou, N., & Wray, R. (2014). A whole community approach toward child and youth resilience promotion: A review of resilience literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(1), 64-79. <https://doi.org/10.1007/s11469-013-9470-1>
- Kim, J., & Cicchetti, D. (2004). A longitudinal study of child maltreatment, mother-child relationship quality and maladjustment: The role of self-esteem and social competence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 32(4), 341-354. <https://doi.org/10.1023/B:JACP.0000030289.17006.5a>

- Kumpfer, K.L. (2002). Factors and Processes Contributing to Resilience. In: Glantz, M.D., Johnson, J.L. (eds) *Resilience and Development. Longitudinal Research in the Social and Behavioral Sciences: An Interdisciplinary Series*. Springer. [https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1\\_9](https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1_9)
- Labella, M. H., Narayan, A. J., & Masten, A. S. (2016). Emotional climate in families experiencing homelessness: Associations with child affect and socioemotional adjustment in school. *Social Development*, 25(2), 304-321. <https://doi.org/10.1111/sode.12154>
- Lantieri, L., & Goleman, D. P. (2008). *Building emotional intelligence: Techniques to cultivate inner strength in children*. Sounds True.
- Letourneau, N. L., Duffett-Leger, L., Levac, L., Watson, B., & Young-Morris, C. (2013). Socioeconomic status and child development: A meta-analysis. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 21(3), 211-224. <https://doi.org/10.1177/1063426611421007>.
- Loeber, R., Farrington, D. P., Stouthamer-Loeber, M., & Van Kammen, W. B. (1998). *Antisocial behavior and mental health problems: Explanatory factors in childhood and adolescence*, Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410602930>
- Luthar, S. S. (1991). Vulnerability and Resilience: A Study of High-Risk Adolescents. *Child Development*, 62 (3), 600-616. <https://doi.org/10.2307/1131134>
- Luthar, S. S. (2005). Resilience at an early age and its impact on child psychosocial development. *Encyclopedia on Early Childhood Development*.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Luthar, S. S., Doernberger, C. H., & Zigler, E. (1993). Resilience is not a unidimensional construct: Insights from a prospective study of inner-city adolescents. *Development and Psychopathology*, 5(4), 703-717. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006246>
- Luthar, S. S., & Eisenberg, N. (2017). Resilient adaptation among at-risk children: Harnessing science toward maximizing salutary environments. *Child Development*, 88(2), 337-349. <https://doi.org/10.1111/cdev.12737>
- Luthar, S. S., Grossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience and adversity. <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy307>
- Luthar, S. S., & Zelazo, L. B. (2003). Research on resilience: An integrative review. *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*, 2, 510-549.
- Luthar, S. S., & Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1), 6. <https://doi.org/10.1037/h0079218>
- Malmberg, L., & Flouri, E. (2011). The comparison and interdependence of maternal and paternal influences on young children's behavior and resilience. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(3), 434-444. <https://doi.org/10.1080/15374416.2011.563469>
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity: Challenges and prospects. *Educational resilience in inner city America: Challenges and prospects* (pp. 3-25) Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227.
- 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. (2015). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Publications.
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12-31.
- Masten AS. Resilience from a developmental systems perspective. *World Psychiatry*. 2019 Feb;18(1):101-102. <https://doi:10.1002/wps.20591>
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in Children: Developmental Perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Masten, A. S., & Cicchetti, D. (2010). Developmental cascades. *Development and Psychopathology*, 22(3), 491-495. <https://doi.org/10.1017/S0954579410000222>
- Masten, A. S., & Cicchetti, D. (2016). Resilience in development: Progress and transformation. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Risk, resilience, and intervention* (pp. 271-333). John Wiley & Sons, Inc. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/9781119125556.devpsy406>

- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.53.2.205>
- Masten, A. S., Hubbard, J. J., Gest, S. D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11(1), 143-169. <https://doi.org/10.1017/S0954579499001996>
- 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>
- Masten, A. S., & Motti-Stefanidi, F. (2020). Multisystem resilience for children and youth in disaster: Reflections in the context of COVID-19. *Adversity and Resilience Science*, 1(2), 95-106. <https://doi.org/10.1007/s42844-020-00010-w>
- Masten, A. S., Narayan, A. J., Silverman, W. K. & Osofsky, J. D. (2015). Children in War and Disaster. In Lerner R., M (Ed.), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science* (2<sup>nd</sup> ed, pp. 1-42). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy418>
- Miller, A. L., Seifer, R., Stroud, L., Sheinkopf, S. J., & Dickstein, S. (2006). Biobehavioral indices of emotion regulation relate to school attitudes, motivation, and behavior problems in a low-income preschool sample. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094 (1), 325-329. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.043>
- Μιχαηλίδου, Μ. (2021). *Ατομικά και οικογενειακά χαρακτηριστικά ως παράγοντες ενός πολυσυστημικού μοντέλου ανθεκτικότητας* [Μη δημοσιευμένη διδακτορική διατριβή]. Πανεπιστήμιο Κύπρου.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Narayan, A. J., Rivera, L. M., Bernstein, R. E., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: A pilot study of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *Child Abuse & Neglect*, 78, 19-30. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.022>
- Osofsky, J. D., & Thompson, M. D. (2000). Adaptive and maladaptive parenting: Perspectives on risk and protective factors. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp. 54-75). Cambridge University Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/CBO9780511529320.005>
- Padilla-Walker, L. M., Nielson, M. G., & Day, R. D. (2016). The role of parental warmth and hostility on adolescents' prosocial behavior toward multiple targets. *Journal of Family Psychology*, 30(3), 331. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/fam0000157>
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 349-360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Patterson, J. M., & Garwick, A. W. (1994). Levels of meaning in family stress theory. *Family Process*, 33(3), 287-304. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1994.00287.x>
- Rafferty, Y., Griffin, K. W., & Robokos, D. (2010). Maternal depression and parental distress among families in the early head start research and evaluation project: Risk factors within the family setting. *Infant Mental Health Journal*, 31(5), 543-569. <https://doi.org/10.1002/imhj.20271>
- Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counseling & Development*, 74(4), 368-373. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1996.tb01881.x>
- Riley, J. R., & Masten, A. S. (2005). Resilience in context. *Resilience in children, families, and communities* (pp. 13-25) Springer.
- Rutter, M. (1989). Pathways from Childhood to Adult Life. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 30(1), 23-51. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1989.tb00768.x>
- Rutter, M. (1990). Commentary: Some focus and process considerations regarding effects of parental depression on children. *Developmental Psychology*, 26(1), 60. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0092669>
- Rutter, M. (2000). Resilience reconsidered: Conceptual considerations, empirical findings, and policy implications. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp.651-682). Cambridge University Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/CBO9780511529320.030>

- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>
- Shevell, M. C., & Denov, M. S. (2021). A multidimensional model of resilience: Family, community, national, global and intergenerational resilience. *Child Abuse & Neglect*, 119, 105035. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105035>
- Silberberg, S. (2001). Searching for family resilience. *Family Matters*, (58), 52-57.
- Simon, J. B., Murphy, J. J., & Smith, S. M. (2005). Understanding and fostering family resilience. *The Family Journal*, 13(4), 427-436. <https://doi.org/10.1177/1066480705278724>
- Slagt, M., Semon Dubas, J., & van Aken, M. A. (2016). Differential susceptibility to parenting in middle childhood: Do impulsivity, effortful control and negative emotionality indicate susceptibility or vulnerability? *Infant and Child Development*, 25(4), 302-324. <https://doi.org/10.1002/icd.1929>
- Solar, F. C., & Mateo, C. M. (2005). Diferencias de género en preadolescentes en la vulnerabilidad a presentar comportamientos desadaptativos en condiciones de adversidad familiar. *Clínica y Salud*, 16(1), 91-106.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). The science of resilience: implications for the prevention and treatment of depression. *Science*, 338(6103), 79-82. <https://doi.org/10.1126/science.1222942>
- Stattin, H., & Kerr, M. (2000). Parental monitoring: A reinterpretation. *Child Development*, 71(4), 1072-1085. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00210>
- Taket, A., Nolan, A., & Stagnitti, K. (2014). Family strategies to support and develop resilience in early childhood. *Early Years*, 34(3), 289-300. <https://doi.org/10.1080/09575146.2013.877421>
- Theiss, J. A. (2018). Family communication and resilience. *Journal of Applied Communication Research*, 46(1), 10-13. <https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1426706>
- Theron, L., & Murphy, A., & Ungar, M. (2021). *Multisystemic Resilience: Learning from Youth in Stressed Environments*. Youth & Society. <http://dx.doi.org/10.1177/0044118X211017335>
- Thomsen, K. (2002). *Building resilient students: Integrating resiliency into what you already know and do*. Corwin Press.
- Twum-Antwi, A., Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Promoting child and youth resilience by strengthening home and school environments: A literature review. *International Journal of School & Educational Psychology*, 8(2), 78-89. <https://doi.org/10.1080/21683603.2019.1660284>
- Ungar, M. (2018). Nurturing hidden resilience in troubled youth. *Nurturing Hidden Resilience in Troubled Youth*. University of Toronto Press. <https://doi.org/10.3138/9781442677975>
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1-17. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>
- Ungar, M., & Theron, L. (2020). Resilience and mental health: How multisystemic processes contribute to positive outcomes. *The Lancet Psychiatry*, 7(5), 441-448. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30434-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30434-1)
- 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>
- Walsh, F. (2006). *Family resilience*. Guilford Press.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- Walsh, F. (2021). Family resilience: A dynamic systemic framework. In Ungar, M. (Ed.), *Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change* (pp. 255-270). Oxford University Press.
- Washington, T., Rose, T., Colombo, G., Hong, J. S., & Coard, S. I. (2015). Family-level factors and African American children's behavioural health outcomes: A systematic review. *Child & Youth Care Forum* 44, 819-834. Springer. <https://doi.org/10.1007/s10566-015-9308-z>
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5(04), 503-515. <https://doi.org/10.1017/S095457940000612X>
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Wright, M.O., Masten, A.S., Narayan, A.J. (2013). Resilience Processes in Development: Four Waves of Research on Positive Adaptation in the Context of Adversity. In Goldstein, S., Brooks, R. (eds) *Handbook of Resilience in Children* (pp. 15-37). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4\\_2](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_2)

- Wyman, P. A., Cowen, E. L., Work, W. C., Hoyt-Meyers, L., Magnus, K. B., & Fagen, D. B. (1999). Caregiving and developmental factors differentiating young at-risk urban children showing resilient versus stress-affected outcomes: A replication and extension. *Child Development, 70*(3), 645-659. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00047>
- Wyman, P. A., Sandler, I., Wolchik, S., & Nelson, K. (2000). Resilience as cumulative competence promotion and stress protection: Theory and intervention. In D. Cicchetti, J. Rappaport, I. Sandler, & R. P. Weissberg (Eds.), *The promotion of wellness in children and adolescents* (pp. 133-184). Child Welfare League of America.
- Yates, T. M., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (2003). Rethinking resilience: A developmental process perspective. In Luthar S.S., (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 243-266). Cambridge University. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/CBO9780511615788.012>
- Zakeri, H., Jowkar, B., & Razmjoe, M. (2010). Parenting styles and resilience. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 5*, 1067-1070. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.236>
- Zhang, B., Zhao, F., Ju, C., & Ma, Y. (2014). Paternal involvement as protective resource of adolescents' resilience: Roles of male gender-role stereotype and gender. *Journal of Child and Family Studies, 1*-11. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9995-3>

## Child and family resilience: the role of parenting

Marina MICHAELIDOU<sup>1</sup>, Stelios N. GEORGIU<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Department of Psychology, University of Cyprus, Nicosia, Cyprus

<sup>2</sup> Department of Psychology, Neapolis University, Pafos, Cyprus

---

### KEYWORDS

Child Resilience,  
family resilience,  
parenthood

---

### CORRESPONDENCE

Marina Michaelidou,  
University of Cyprus,  
Anastasios Leventis  
P.O Box 20537, 1678  
Nicosia, Cyprus  
[michaelidou.marina@ucy.ac.cy](mailto:michaelidou.marina@ucy.ac.cy)

---

### ABSTRACT

The purpose of this theoretical paper is to outline the phenomenon of resilience as a systemic and multidimensional phenomenon that protects children and families against risk. In addition, the current review attempts to present how parenthood contribute in shaping both child and family resilience, while summarizing the possible connecting role of parenthood between the resilience of the two systems (individual and family). Finally, suggestions are made for further exploration on issues that will enhance our understanding of how parenthood connects the resilience of the two systems.