

Θετική Ψυχολογία και Θεατρική Αγωγή στην Εκπαίδευση

Χρυσάνθη Πατεργιαννάκη

Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια, η σύγχρονη πραγματικότητα στα σχολεία χαρακτηρίζεται από την εισαγωγή νέων στοιχείων και μεταβλητών που έχουν αλλάξει την εικόνα της συγχρονης τάξης. Μέσα στην ίδια τάξη υπάρχουν μαθητές με ιδιαιτερότητες που είτε ανήκουν σε ομάδα κινδύνου, είτε χρειάζονται ήδη ειδική αγωγή και στήριξη (Elliot, Kratochwill, Cook, & Travers, 2000) παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες για τα οποία πρέπει να υπάρξει εξατομικευμένη διδασκαλία προκειμένου να μάθουν αλλά και να μην περιθωριοποιηθούν (Παντελιάδου, 2011). Επίσης, συναντάμε παιδιά με αναπηρίες ή παιδιά που αντιμετωπίζουν συναισθηματικές διαταραχές ενώ ταυτόχρονα μια μερίδα μαθητών προέρχεται από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα. Την ίδια ώρα η αύξηση των ποσοστών των προβλημάτων ψυχικής υγείας σε παιδιά σχολικής και εφηβικής ηλικίας στις αναπτυσσόμενες χώρες έχει αποτελέσει αντικείμενο προβληματισμού για πολλούς ερευνητές (Χατζηχρήστου, 2014).

Το σχολείο, πέρα από την εκπλήρωση των εκπαιδευτικών στόχων, έχει βαρύνοντα ρόλο στη ψυχολογική στήριξη και αποφόρτιση των παιδιών. Για το λόγο αυτό, κρίνεται αναγκαίο να υπάρχει μια διδασκαλία τα ευεργετικά αποτελέσματα της οποίας δεν θα αξιολογούνται με βαθμολογικά κριτήρια, αλλά θα αποτυπώνονται στην βελτίωση των παιδιών σε προσωπικό, συναισθηματικό και κοινωνικό επίπεδο (Παπαδόπουλος, 2010). Καθώς λοιπόν το σχολείο είναι η κύρια δεξαμενή κοινωνικών εμπειριών για το παιδί, εμπειριών που θα βοηθήσουν στην εκμάθηση επιλυσης κρίσεων και προβλημάτων, η εφαρμογή των αρχών τη θετικής ψυχολογίας στον εκπαιδευτικό χώρο θα μπορούσε να βοηθήσει σημαντικά στην κατεύθυνση αυτή, ενισχύοντας την αυτοεκτίμηση του μαθητή, βελτιώνοντας την αυτοεικόνα του και προωθώντας την ψυχική ανθεκτικότητά του (Κουδινγκέλη, 2011).

Κάνοντας μια σύντομη ανασκόπηση, η επιστήμη της Θετικής Ψυχολογίας, με ιδρυτή τον Martin Seligman, αποτελεί έναν κλάδο, που εξετάζει τη σημασία των «θετικών μεταβλητών» σε παιδιά αλλά και ενηλίκους. Επεξηγώντας τις μεταβλητές αυτές, η Θετική Ψυχολογία μελετά την ελπίδα, την αισιοδοξία, τη χαρά και την αγάπη και πώς αυτές προάγουν την ποιότητα της ζωής μας (Γαλανάκης, Μερτίκα, & Σεργιάννη, 2011). Η εφαρμογή των μεθόδων

της Θετικής Ψυχολογίας στη διδακτική πράξη μπορεί να έχει ευεργετικά αποτελέσματα και να επιδρά θετικά στην ψυχοσύνθεση των παιδιών, στην αποδοχή της διαφορετικότητας, στην ομαδοσυνεργατική διαδικασία, ενώ θεμελιώδης στόχος της εκπαίδευσης που εκκινεί από τις αρχές της Θετικής Ψυχολογίας, πρέπει να είναι η ευημερία και η προώθηση της θετικής ψυχικής υγείας μέσα στη σχολική κοινότητα (Norrish, Williams, O'Connor, & Robinson, 2013).

Παράλληλα, αναλογιζόμενοι ότι οι μορφές του Θεάτρου αλλά και οι εκφράσεις του που συνδέονται άμεσα με το παιχνίδι είναι βασικό μέσο αγωγής αλλά και παιδείας (Γραμματάς, χ.χ.) αλλά και το ότι το θέατρο στην εκπαίδευση είναι ένα μέσο το οποίο ενισχύει την κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού (Landy, 1982), θα μπορούσαμε να διερευνήσουμε μια πιθανή συνεργασία της θεατρικής εκπαίδευσης στο σχολείο με τις αρχές της θετικής ψυχολογίας και αν θα μπορούσε μια αρμονική εξισορρόπηση τους να συμβάλει στην ανασυγκρότηση της εκπαιδευτικής διαδικασίας και την ενίσχυση του σχολικού προγράμματος.

Σκοπός του παρόντος άρθρου είναι να διερευνηθεί βιβλιογραφικά κατά πόσο το μάθημα της Θεατρικής Αγωγής, το οποίο έχει ως βασικότερο μέσο το παιχνίδι, θα μπορούσε να αποτελέσει μέσο για την προώθηση και την προαγωγή των αρχών και στόχων της Θετικής Ψυχολογίας.

Βασικά Στοιχεία της Θετικής Ψυχολογίας

Η Θετική Ψυχολογία επικεντρώνεται στα θετικά γεγονότα και επιρροές στη ζωή του ανθρώπου. Δίνει έμφαση σε θετικές εμπειρίες όπως η ευτυχία, η χαρά, η έμπνευση και η αγάπη και σε θετικές καταστάσεις και χαρακτηριστικά όπως η ευγνωμοσύνη, η ανθεκτικότητα και η συμπόνια (Ackerman, 2018). Επιπρόσθετα, σύμφωνα με τον Γαλανάκη και συν. (2011), η Θετική Ψυχολογία έχει τη βάση της σε θετικές μεταβλητές με ευεργετική επίδραση στον άνθρωπο όπως η ελπίδα και η αισιοδοξία.

Η Θετική Ψυχολογία δεν επιδιώκει να εντοπίσει το πρόβλημα και να το θεραπεύσει, αλλά κυρίως εστιάζει στη δύναμη και στο θετικό που κρύβει ο άνθρωπος μέσα του και χρησιμοποιώντας αυτά ως βάση αποσκοπεί στο να ενισχύσει τις δυνάμεις και τις δυνατότητές του χωρίς, Ωστόσο, να διακηρύσσει ότι διώχνει κάθε αρνητικό συναίσθημα και κάνει τον άνθρωπο να βιώνει μόνο τα θετικά. Το αντίθετο μάλιστα εφόσον έχει διαπιστωθεί μια μέτρια αρνητική συσχέτιση ανάμεσα στο θετικό και το αρνητικό συναίσθημα (Seligman M., *Authentic Happiness*, 2002). Δηλαδή, εξηγεί ο Seligman, μπορεί κάποιος να βιώνει πολλά αρνητικά συναισθήματα, το οποίο συνεπάγεται την ύπαρξη

θετικών συναισθημάτων σε βαθμό πολύ κάτω του συνηθισμένου, χωρίς όμως αυτό να υπονοεί ότι αυτομάτως ο άνθρωπος καταδικάζεται σε μια ζωή χωρίς χαρά. Ομοίως, καταλήγει ο ίδιος, αν κάποιος βιώνει πολλά θετικά συναισθήματα στη ζωή του, προστατεύεται μόνο κατά κάποιο τρόπο και σε κάποιο βαθμό από τη θλίψη. Γενικά, ένα από τα σημαντικότερα δυνητικά οφέλη της Θετικής Ψυχολογίας είναι ότι μας διδάσκει τη δύναμη να αλλάζουμε προοπτική και οπτική (Ackerman, 2018). Την ίδια στιγμή, η θεατρική αγωγή όπως και η αισθητική αγωγή στο σύνολό της, στόχο έχει την εξοικείωση των παιδιών με την ύπαρξη εναλλακτικών οπτικών που αφορούν σε όσα θέματα προκύπτουν, ενώ μέσα από δομημένες και εξειδικευμένες δραστηριότητες τα παιδιά μπορούν να αντιληφθούν τη διαφορετική σημασία των πραγμάτων σύμφωνα με την υιοθετούμενη κάθε φορά στάση κάτι που φανερώνει την υποκειμενική ματιά του κάθε ατόμου πέρα από το ίδιο (Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, 2011). (Οδηγός εκπαιδευτικού για το θέατρο, 2011)

Βασικές έννοιες της θετικής ψυχολογίας

Για να αντιληφθούμε περισσότερο τις αρχές της θετικής ψυχολογίας και να διαπιστώσουμε την πιθανή εφαρμογή της στην ελληνική εκπαιδευτική πραγματικότητα, χρήσιμο είναι να παρατεθούν τα βασικά συστατικά της θεωρίας της και να αποσαφηνιστούν οι έννοιές της. Ενώ θα παρατεθεί ο ορισμός και θα περιγραφούν κάποια χαρακτηριστικά των εννοιών αυτών, η περιγραφή θα είναι συνοπτική και δε θα αναλυθεί ο μηχανισμός λειτουργίας τους.

Ευτυχία

Μολονότι η ευτυχία και η κατάκτησή της ποτέ δεν έπαψε να απασχολεί τον άνθρωπο, ο προσδιορισμός του εν λόγω όρου επανέρχεται στη Θετική Ψυχολογία καταλαμβάνοντας θέση κεντρικού ζητούμενου (Μπούτρη, 2011). Η ευτυχία δεν αποτελεί μόνο σύντομες στιγμιαίες χαρές αλλά εκτιμάται συνολικά στη ζωή σαν εκτεταμένη αίσθηση καλής ψυχοσωματικής κατάστασης με αίσθημα ικανοποίησης από την ίδια τη ζωή (Μπούτρη, 2011). Καλή ζωή υπάρχει όταν το άτομο βιώνει θετικά συναισθήματα μεταξύ των οποίων το αίσθημα της ευτυχίας και αυτό της ικανοποίησης (Norrish, Williams, O'Connor, & Robinson, 2013). Σύμφωνα με τον Seligman (2002), η «αυθεντική» ευτυχία έρχεται όταν ο άνθρωπος αναγνωρίζει και καλλιεργεί τις θεμελιώδεις εσώτερες δυνάμεις και τις χρησιμοποιεί κάθε μέρα παντού. Η Θετική Ψυχολογία πρεσβεύει ότι τα θετικά συναισθήματα που απορρέουν από το αίσθημα της ευτυχίας δεν είναι επιθυμητά μόνο γιατί είναι ευχάριστα, αλλά κυρίως γιατί και αυτά με τη σειρά

τους θα έχουν θετικά αποτελέσματα στη ζωή και λειτουργία του ατόμου εν γένει και ότι τα θετικά συναισθήματα θα μπορούσαν να λειτουργούν ως «αντίδοτο» των παρατεταμένων αρνητικών συναισθημάτων (Fredrickson, 1998).

Αισιοδοξία

Η αισιοδοξία αποτελεί μια από τις κεντρικότερες έννοιες της Θετικής Ψυχολογίας και πιστεύεται ότι η ανατροφή ενός ανθρώπου με αισιοδοξία μπορεί να τον προστατέψει από την κατάθλιψη ακόμα και αν υπάρχει γενετική προδιάθεση προς εκείνη (Seligman M. , 2002). Οι αισιόδοξοι, συνεχίζει ο Seligman έχουν μια δύναμη που τους επιτρέπει να θεωρούν τα εμπόδια προσπελάσιμα και η αισιοδοξία είναι η μοναδική ανάμεσα σε δεκάδες ανθρώπινες δυνάμεις που έχει ως αποτέλεσμα τη μεγαλύτερη δυνατή προσέγγιση της ευημερίας. Οι αισιόδοξοι συνήθως αναζητούν λύση στα προβλήματά τους αντί να αποζητούν μια εύκολη λύση από κάποιον τρίτο (Μπούτρη, 2011).

Ευγνωμοσύνη

Η ευγνωμοσύνη ενισχύει την απόλαυση και την εκτίμηση των θετικών γεγονότων που έχουν συμβεί. Ταυτόχρονα ξαναγράφει την ιστορία με τη δύναμη της συγχώρεσης που μετριάζει την ισχύ που έχουν οι άσχημες στιγμές να προκαλούν πόνο. Σχεδόν μπορεί να μεταμορφώσει τις κακές αναμνήσεις σε θετικές (Seligman, 2002).

Ψυχική ανθεκτικότητα

Η ψυχική ανθεκτικότητα περιγράφει την ικανότητα ενός ανθρώπου να ζει καλά, ανεξάρτητα από τα προβλήματα που θα παρουσιαστούν στο δρόμο του (Λακιώτη, 2011). Είναι αυτή η ανεξήγητη και συνάμα εκπληκτική δεξιότητα που επιτρέπει στο άτομο αφού έχει καταρρακωθεί στη ζωή του να επανέρχεται ανακτώντας τη δύναμή του (Psychology today, χ.χ.).

Ψυχολογική Ροή

Η θεωρία της ροής (flow) περιγράφει την κατάσταση όπου κάποιος αφοσιώνεται ολοκληρωτικά στο έργο με το οποίο καταπιάνεται, επιδεικνύοντας σε τέτοιο βαθμό προσήλωση, που ενίοτε το άτομο δε συνειδητοποιεί το χώρο και το χρόνο ούτε καν την κόπωσή του (Σεργιάννη & Καρακασίδου, 2011). Μέσα από αυτήν την κατάσταση αντλεί απεριόριστη ικανοποίηση και εσωτερική

ολοκλήρωση και ασχολείται με τη δραστηριότητα ακόμα και αν αυτή φαντάζει δύσκολη ή ακόμα και αν το προσδοκώμενο όφελος δεν είναι ελκυστικό (Csikszentmihalyi, 1990).

Θετική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση

Η εφαρμογή της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαίδευση αποτελεί μια σημαντική πρόκληση καθώς μέσα σε ένα θετικό περιβάλλον προάγεται η μάθηση και βελτιώνεται η επίδοση, ενώ το παιδί νιώθει αισιόδοξο, πιστεύει στον εαυτό του και αντί να εστιάζει στις αδυναμίες του, επικεντρώνεται σε όσα μπορεί να κάνει (Μερτίκα, Μυτσκίδου, & Σεργιάννη, 2011). Η προσοχή λοιπόν στρέφεται στα θετικά στοιχεία και ικανότητες και όχι στην απουσία αυτών. Η ίδια η πρακτική της Θετικής Ψυχολογίας στοχεύει στο να διευκολύνει την ποιότητα της ζωής και να ενεργοποιεί τους ανθρώπους, ωθώντας τους να αξιοποιήσουν στο έπακρο τα θετικά τους στοιχεία (Lilnley, Joseph, Maltby, Harrington, & Wood, 2009).

Μιλώντας για τη Θετική Ψυχολογία στην εκπαίδευση, εννοούμε την εκπαίδευση που προωθεί τόσο την κατάκτηση παραδοσιακών γνωστικών δεξιοτήτων, όσο και της ευτυχίας. Η παγκόσμια αύξηση του ποσοστού της κατάθλιψης στους νέους με την ταυτόχρονη μείωση του αισθήματος ικανοποίησης από τη ζωή και σε συνδυασμό με τη δυναμική που μπορεί να έχει η μάθηση και τα θετικά συναισθήματα, συνηγορούν στο ότι οι δεξιότητες που οδηγούν στην ευτυχία πρέπει να διδάσκονται στο σχολείο (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009). Ο δρόμος προς την απόκτηση της ευτυχίας και της ευζωίας πρέπει να αποτελεί στόχο της σχολικής εκπαίδευσης αρχικά ως αντίδοτο στην κατάθλιψη, ως μέσο για την κατάκτηση του αισθήματος της ικανοποίησης από τη ζωή και τέλος ως ώθηση στη μάθηση και τη δημιουργική σκέψη (Seligman και συν., 2009).

Το σχολείο περισσότερο από οποιονδήποτε άλλο φορέα έχει βασικό ρόλο να μάθει στο παιδί να επικοινωνεί και να επιλύει προβλήματα, με απώτερο σκοπό να μπορεί μόνο του να παίρνει αποφάσεις για τον εαυτό του. Το παιδί πρέπει να μάθει από το σχολείο την αυτοεκτίμηση, την ικανότητα να αντιμετωπίζει δύσκολες καταστάσεις, να συνέρχεται γρήγορα από αυτές και να είναι αισιόδοξο. Όλα τα προηγούμενα είναι στοιχεία που αποτελούν τη βάση της Θετικής Ψυχολογίας και ως εκ τούτου η εφαρμογή της είναι ιδιαίτερα σημαντική στην εκπαίδευση (Κουδιγκέλη, 2011).

Η εφαρμογή των αρχών της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαίδευση στην προσχολική ηλικία είναι εξαιρετικά αποτελεσματική. Εκπαιδευτικοί και γονείς δίνουν ιδιαίτερη σημασία στην ευτυχία και την ευημερία των παιδιών. Οι Shoshani & Slone (2017) κάνουν ιδιαίτερα λόγο για τη σημασία της θετικής

ψυχολογίας στις καθημερινές δραστηριότητες των παιδιών της προσχολικής ηλικίας.

Ο Seligman (χ.χ., οπ. αναφ. στο Azar, 2011) ισχυρίζεται ότι τα περισσότερα προγράμματα Θετικής Ψυχολογίας στηρίζονται σε αυστηρή έρευνα και οι 21 εφαρμοσμένες δοκιμές επιστημονικά δομημένων προγραμμάτων αυτού του είδους σε παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες, απέδειξαν με εγκυρότητα ότι προλαμβάνεται η κατάθλιψη και το άγχος. Σύμφωνα με το Penn Resiliency Program (PRP), που αποτελεί ένα πρόγραμμα εφαρμογής των ιδεών της Θετικής Ψυχολογίας και της ευημερίας στα σχολεία, τα παιδιά που συμμετείχαν σε αυτό διδάχτηκαν πώς να σκέφτονται ρεαλιστικά και να προσαρμόζουν τη σκέψη τους για να αντιμετωπίζουν τα προβλήματά τους (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009).

Από τα παραπάνω καθίσταται προφανές ότι είναι σημαντικό οι όποιες διδακτικές παρεμβάσεις να μην είναι μεμονωμένες ενέργειες, αλλά να αποτελούν μια συνέχεια που διαπερνά την εκπαιδευτική διαδικασία στο σύνολό της. Πρέπει να τονιστεί ότι τα σχολεία είναι το κυριότερο μέσο για τη διάδοση του πολιτισμού και της ευημερίας (Alzina Bisquerra & Panniello Hernandez, 2017). Η ευημερία είναι ένας από τους βασικούς στόχους της προσωπικής και κοινωνικής ζωής. Η ευτυχία συχνά αναζητείται μέσα από λανθασμένες διαδρομές, οι οποίες μπορούν να οδηγήσουν σε επικίνδυνες συμπεριφορές, όπως η χρήση ναρκωτικών. Η εκπαίδευση που βασίζεται στην επιστήμη για την ευημερία πρέπει να θεωρείται απαραίτητη για την ολοκληρωμένη ανάπτυξη των μαθητών (Alzina Bisquerra & Panniello Hernandez, 2017). Η ευημερία θα έπρεπε να διδάσκεται στο σχολείο για τρεις σκοπούς: ως αντίδοτο στην κατάθλιψη, ως μέσο αύξησης του ποσοστού ικανοποίησης από τη ζωή και ως βοήθεια για καλύτερη μάθηση και δημιουργική σκέψη (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009). Τα θετικά συναισθήματα που δύναται να εμφυσήσει στα παιδιά μια τέτοια μορφή εκπαίδευσης διευρύνουν και χτίζουν, σύμφωνα με τον Seligman (2002), τις διανοητικές, κοινωνικές και σωματικές ικανότητες που αναπτύσσουν αυτά μεγαλώνοντας. Τα παιδιά, συνεχίζει ο ίδιος, είναι προικισμένα εκ φύσεως με θετικά συναισθήματα ενώ συναισθήματα όπως η αδιαφορία και η δυσφορία κάνουν την εμφάνισή τους προς το τέλος της παιδικής ηλικίας.

Geelong Grammar School

Το ενδιαφέρον για τη Θετική Ψυχολογία στην εκπαίδευση έχει αρχίσει βαθμιαία να αυξάνεται, όσο αυξάνεται η αναγνώριση του ρόλου που έπαιξαν τα σχολεία που εφάρμοσαν τις αρχές της ευζωίας και όσο αποδεικνύεται η σχέ-

ση ανάμεσα στην ευημερία και την ακαδημαϊκή επιτυχία (Norrish, Williams, O'Connor, & Robinson, 2013). Ως προς την εφαρμογή των αρχών της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαίδευση αξίζει να αναφερθούμε στις προσπάθειες που γίνονται από κάποιους εκπαιδευτικούς οργανισμούς να εντάξουν τις αρχές της θετικής ψυχολογίας στην εκπαίδευση. Μια τέτοια περίπτωση είναι η σχολική μονάδα Geelong Grammar School που εφαρμόζει τις αρχές της Θετικής Ψυχολογίας στο εκπαιδευτικό του πρόγραμμα.

Το Αυστραλιανό σχολείο αποτέλεσε πρότυπο μοντέλο εφαρμογής, στο οποίο έλαβαν χώρα άμεσες και έμμεσες διδακτικές σε συνδυασμό με πρακτικές σε όλο το εύρος των σχολικών δραστηριοτήτων. Όλες οι εκπαιδευτικές πρακτικές στόχευαν σε διάφορους τομείς της Θετικής Ψυχολογίας, όπως τα θετικά συναισθήματα, η θετική δέσμευση, η επιτυχία, ο θετικός σκοπός και οι θετικές σχέσεις. Για την επίτευξη των επιδιωκόμενων στόχων αξιοποιήθηκε η δυναμική της προσωπικότητας του κάθε μαθητή ξεχωριστά και όλων στο σύνολό τους (Norrish, Williams, O'Connor, & Robinson, 2013).

Η εκπαίδευση που έχει ως βάση τις αρχές της Θετικής Ψυχολογίας και που και σήμερα εφαρμόζει το σχολείο αυτό στηρίζεται σε κάποιες ιδέες που τις θέτει ως βάση στη φιλοσοφία του. Αν κάποιος μοιράζεται κάποια καλά νέα με τους άλλους, η ανταπόκριση που πρόκειται να λάβει μπορεί να έχει τεράστια επίδραση στην ευημερία και στην υγεία της σχέσης τους. Αρχικά είναι η ανταλλαγή θετικών νέων και ειδήσεων και η ανταπόκρισή τους σε αυτές που είναι ενθαρρυντική και υποστηρικτική. Έτσι το σχολείο θεωρεί ότι διευκολύνεται ο υγιής δεσμός και αυτός με τη σειρά του οδηγεί στην ευημερία (Gable, Reis, Impett, & Asher, 2004). Βασικές αρχές του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού οργανισμού μέχρι σήμερα είναι η ψυχολογική ροή, τα δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα, οι θετικές παρεμβάσεις, η ενσυνειδητότητα, η θεωρία της διεύρυνσης και της δόμησης, η ευγνωμοσύνη, η ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας, η ευημερία (Geelong Grammar School, χ.χ.) Ανάμεσα στα οφέλη της πνευματικής και σωματικής ευημερίας προστίθεται και η επίδραση των θετικών σχέσεων στην ακαδημαϊκή επιτυχία (Norrish, Robinson, & Williams, 2011).

Η Θεατρική Αγωγή και τα οφέλη της

Έχοντας ήδη επιχειρήσει μια προσέγγιση των αρχών της Θετικής Ψυχολογίας, ιδιαίτερα κατατοπιστικό θα ήταν να αναλυθεί και το μάθημα της Θεατρικής Αγωγής και πώς αυτό συμβάλει στη σύγχρονη εκπαιδευτική πραγματικότητα, προκειμένου να αντληθούμε στην πορεία πιθανές γέφυρες ανάμεσα στις δύο επιστήμες.

Είναι αναχρονιστικό και σχεδόν απαγορευτικό να αντιλαμβανόμαστε την εκπαίδευση με την κλασική έννοια της απλής μεταβίβασης γνώσεων καθώς η εκπαίδευση είναι μια πολύ ευρύτερη έννοια που αναφέρεται σε οποιαδήποτε διαδικασία μάθησης, συντελούμενη δια βίου και σε οποιοδήποτε πλαίσιο (Alzina Bisquerra & Panniello Hernandez, 2017). Ο Gardner έχει μιλήσει για αυτόνομες νοημοσύνες σε διαφορετικούς τομείς, όπως: α) η γλωσσική, όπου εκτελούνται γλωσσικές διεργασίες για την οργάνωση και αποτύπωση σκέψεων, β) η λογική- μαθηματική, όπου εκτελούνται πράξεις που αφορούν τα μαθηματικά, γ) η μουσική, όπου αναγνωρίζονται μουσικές έννοιες που αφορούν το άκουσμα και τη μελωδία, δ) η χωρική, η οποία αφορά στον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται το σώμα του σε σχέση με το χώρο, ε) η σωματική- κιναισθητική, όπου το άτομο ελέγχει το σώμα του, τη φυσική του απόδοση και τις δυνάμεις του, στ) η ενδοπροσωπική, η οποία βοηθά το άτομο να αντιληφθεί και να λύσει εσωτερικά ζητήματα και ζ) η διαπροσωπική που σχετίζεται με τις κοινωνικές σχέσεις και συναναστροφές (Elliot, Kratochwill, Cook, & Travers, 2000). Πάνω στη βάση της πολλαπλής νοημοσύνης η θεατρική παιδεία θέτει νέους στόχους. Στοχεύοντας λοιπόν στη δημιουργία της «δραματικής ευφυΐας», η θεατρική εκπαίδευση εστιάζει σε άλλα είδη νοημοσύνης όπως η γλωσσική, η κιναισθητική, η ενδοπροσωπική και φυσικά η συναισθηματική (Παπαδόπουλος, 2010).

Η συνεισφορά των θεατρικών πρακτικών στην εκπαίδευση, τη μάθηση και τη διαδικασία απόκτησης γνώσεων είναι αδιαμφισβήτητη. Σήμερα χρησιμοποιείται ευρέως ο όρος «Θεατροπαιδαγωγική» για να προσδιορίσει το είδος της επιστήμης που χρησιμοποιεί τα εργαλεία του θεάτρου στην υπηρεσία των σκοπών της εκπαίδευσης. Στην επιστήμη αυτή που διατηρεί την καλλιτεχνική βάση της, το Θέατρο και η Παιδαγωγική διατηρώντας το καθένα απόφια την ουσία τους, εισχωρούν σε νέες αναζητήσεις και δημιουργούν ένα όλο, «συνεργάζονται», χωρίς η μία επιστήμη να επισκιάζει την άλλη (Λεκανάκης, 2008). Ο ορισμός αυτός ξεδιπλώνει τις αμέτρητες πτυχές στις οποίες μπορεί να δράσει το θέατρο και οι τεχνικές του και να τις θέσει στην υπηρεσία της εκπαίδευσης.

Η Θεατρική Αγωγή στην εκπαίδευση διαθέτει ένα πολύ σημαντικό εργαλείο που λέγεται Δημιουργικό Θέατρο. Σύμφωνα με τον ορισμό του Children's Theatre Association of America, το Δημιουργικό Θέατρο είναι ένα αυτοσχεδιαστικό, όχι με σκοπό την παράσταση αλλά εστιασμένο στη διαδικασία, είδος δράματος, στο οποίο οι συμμετέχοντες, καθοδηγούμενοι από έναν εμπνευστή, φαντάζονται και αντιδρούν πάνω σε ανθρώπινες εμπειρίες. Βασισμένο πάνω στο έμφυτο χαρακτηριστικό και στην ικανότητα του ανθρώπου να ενσαρκώνει ιδέες με σκοπό την κατανόηση, το Δημιουργικό

Θέατρο απαιτεί λογική και διαισθητική σκέψη, προσωποποιεί τη γνώση και ταυτόχρονα δίνει προτεραιότητα στην αισθητική ευχαρίστηση (οπ. αναφ στο Landy, 1982). Σύμφωνα με έναν άλλο ορισμό, το Δημιουργικό Θέατρο αποτελεί μια εκπαιδευτική τεχνική που απαιτεί την ενεργό εμπλοκή ενός καθοδηγητή και σκοπό έχει να μεταφέρει στους μαθητές την τέχνη και τον ενθουσιασμό και δια μέσου της τέχνης να ανακαλύψουν τη γνώση και τη μάθηση (Taneri & Akduman, 2014). Επιπλέον, μέσα από τις δραστηριότητες του δημιουργικού θεάτρου τα παιδιά μαθαίνουν να ελέγχουν την πραγματικότητα και να αποφεύγουν τη θλίψη τους (McCaslin, 2006). Πώς όμως επιτυγχάνονται όλα αυτά; Ποιες εσωτερικές διεργασίες εκτελούνται κατά τη διάρκεια της συμμετοχής των παιδιών στο θεατρικό παιχνίδι;

Στο παιδί που λαμβάνει μέρος στο θεατρικό παιχνίδι ενσαρκώνοντας έναν ρόλο, ενεργοποιούνται εσωτερικοί μηχανισμοί και εμπλουτίζεται η σχέση του εαυτού με τον Άλλον. Έτσι ο βαθύτερος σκοπός και ρόλος του θεάτρου είναι να ανασύρουν όλοι όσοι εμπλέκονται συναισθήματα και συγκινήσεις, ενώ δημιουργούν και αναπαριστούν μια ιστορία ή μια υποθετική κατάσταση (Λεκανάκης, 2013).

Η έκφραση των συναισθημάτων των παιδιών είναι πάντα πάρα πολύ δύσκολη. Το παιχνίδι είναι ένας τρόπος να αποκαλύπτουν όσα νιώθουν. Αν και η αποκωδικοποίηση των συναισθημάτων τους είναι ένα απαιτητικό εγχείρημα, το σίγουρο είναι ότι τα παιδιά εκφράζουν όσα αισθάνονται για πολύ σοβαρά ζητήματα μέσα από το παιχνίδι (Gottman & DeClaire, 1997). Επιπλέον, είναι πολλά τα παιδιά εκείνα που δυσκολεύονται να αντιληφθούν, να ταξινομήσουν και να εκφράσουν αυτό που νιώθουν. Μέσα από το παιχνίδι, τους δίνεται η δυνατότητα να τα ανακαλύψουν με χαρούμενη διάθεση (Plummer, 2008). Καθώς λοιπόν τα συναισθήματα είναι δύσκολο να περιγραφούν, το κλειδί βρίσκεται στα εξωλεκτικά συστατικά της επικοινωνίας, όπως η φωνή, οι κινήσεις των χεριών, και οι εκφράσεις του προσώπου (Goleman, 1995).

Ως μέθοδος, το θεατρικό παιχνίδι έχει καλλιτεχνική αλλά και ψυχοπαιδαγωγική βάση, προωθώντας το παιχνίδι ως δραστηριότητα αλλά και την επικοινωνία των μελών της ομάδας (Παπαδόπουλος, 2010). Σύμφωνα με τους Traux και Carkhuff (χ.χ., ό.π. αναφ. στο McLeod, 2005) μια βασική δεξιότητα η οποία σχετίζεται με την επικοινωνία είναι η ενσυναίσθηση, η οποία δύναται να διδαχθεί στο πλαίσιο ενός δομημένου εκπαιδευτικού προγράμματος. Η ενσυναίσθηση είναι ένα κύριο συστατικό για την επιτυχή διαχείριση του θυμού (Plummer, 2008). Η επικοινωνία των μελών και το χτίσιμο υγιών σχέσεων είναι θεμελιώδη για την πνευματική υγεία και την ευημερία. Οι σχέσεις με τους άλλους, είτε πρόκειται για τα μέλη της οικογένειας, είτε για τους εκπαιδευτικούς είτε για τους συνομηλίκους διαδραματίζουν

σημαντικό ρόλο στη ζωή των παιδιών (Norrish, Robinson, & Williams, 2011). Τα οφέλη όμως δεν σταματούν εκεί. Το θεατρικό παιχνίδι πυροδοτεί τη φαντασία και την παραγωγή ιδεών ενώ ταυτόχρονα τα παιδιά εκφράζονται σωματικά αναπαριστώντας υποθετικές καταστάσεις (Παπαδόπουλος, 2010). Για παράδειγμα, μπορεί να ζητηθεί από τους μαθητές να επεξεργαστούν τη λέξη «άνθηση» και να δημιουργήσουν οπτικές αναπαραστάσεις σχετικές με το πώς αντιλαμβάνονται την έννοια αυτή (Norrish, Williams, O'Connor, & Robinson, 2013). Αυτές οι πρακτικές αναπαράστασης είναι ένα βασικό εργαλείο στο μάθημα της Θεατρικής Αγωγής.

Εν κατακλείδι, η βίωση της θεατρικής εμπειρίας μπορεί να ιδωθεί μέσα από το πρίσμα των διαπροσωπικών και κοινωνικών σχέσεων, και μέσα από κιναισθητικές και γλωσσικές θεωρήσεις κάτι που αποτελεί δομικό συστατικό της λεγόμενης 'δραματικής' ανάπτυξης του μαθητή (Παπαδόπουλος, 2010).

Πως η θεατρική αγωγή θα μπορούσε να γίνει αγωγός της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Ο Goleman (1995) μιλώντας για τη συναισθηματική νοημοσύνη έθεσε ως ζήτημα την ανάγκη να δώσουν σημασία οι εκπαιδευτικοί στη συναισθηματική δομή και να ενισχύουν τη συζήτηση για την αποφόρτιση εντάσεων και ψυχικών τραυμάτων. Την ίδια στιγμή είναι σημαντικό οι εκπαιδευτικοί να διανθίσουν την εκπαιδευτική πρακτική με θετικά συναισθήματα, προκειμένου να έρθουν οι μαθητές σε επαφή με τις εμπειρίες τους και τα συναισθήματα της καθημερινότητάς τους (Κουδιγκέλη, 2011). Και σε αυτό το σκοπό συνεισφέρει το θεατρικό παιχνίδι καθώς βοηθά το παιδί να ανασύρει όσα αισθάνεται και το συγκινούν (Λεκανάκης, 2013), ενώ είναι γνωστό ότι μέσα από το παιχνίδι τα παιδιά εξωτερικεύουν αυτά που νιώθουν (Gottman & DeClaire, 1997).

Επιπλέον, παράγοντες που ενδεχομένως να αποτελούν εμπόδιο στην προσωπική ανάπτυξη των παιδιών, μπορούν να προσεγγιστούν μέσα από τη βιωματική διαδικασία μάθησης και έτσι να αντιμετωπιστούν (Κουδιγκέλη, 2011). Η βιωματική διαδικασία αποτελεί καθημερινή πρακτική στο θεατρικό παιχνίδι. Τα παιδιά χρησιμοποιούν τη φαντασία τους και αναπαριστούν καταστάσεις (Παπαδόπουλος, 2010).

Οι κοινωνικές δεξιότητες και η ανάπτυξή τους στο σχολικό πλαίσιο, αποτελεί παράγοντα ιδιαίτερα σημαντικό, καθώς καθίσταται αναγκαία η έμφαση στη συναισθηματική ανάπτυξη, μέσω δραστηριοτήτων «συναισθηματικής εκπαίδευσης» (Κουδιγκέλη, 2011). Μία πρόσφατη έρευνα που ερευνήσε την επίδραση της Εστιασμένης στο Θέατρο Παιδαγωγικής (Drama Based Pedagogy), σε μαθητές έδειξε ότι η θεατρική παιδαγωγική συντέλεσε

στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων (Lee, Patall, Cawthon, & Steingut, 2015). Η Εστιασμένη στο Θέατρο Παιδαγωγική αποτελεί μια συγκέντρωση τεχνικών και στρατηγικών για να εμπλέξουν τους μαθητές στη διαδικασία της μάθησης. Οι καθηγητές που την εφαρμόζουν, τη χρησιμοποιούν για να διευκολύνουν τη μάθηση σε μαθήματα που είτε σχετίζονται είτε όχι με το θεατρικό περιεχόμενο (Lee, Patall, Cawthon, & Steingut, 2015). Στην έρευνα αυτή που διεξήχθη από το 1982 έως το 2012, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι η Εστιασμένη στο Δράμα Παιδαγωγική επέδρασε θετικά στην ψυχική διάθεση και τις κοινωνικές δεξιότητες των μαθητών. Πολλές από τις μεθόδους προσέγγισης της Παιδαγωγικής αυτής περιλαμβάνουν θεατρικά παιχνίδια που διευκολύνουν την ανάπτυξη συνεκτικών δεσμών και το χτίσιμο σχέσεων μεταξύ των μελών της ομάδας (Lee, Patall, Cawthon, & Steingut, 2015).

Το παιχνίδι δίνει την ευκαιρία ανακάλυψης μέσα από χαρούμενη διάθεση (Plummer, 2008) και τα θετικά συναισθήματα είναι εύφορο έδαφος για την ανάπτυξη της δημιουργικότητας (Κουδιγκέλη, 2011). Η δραματοποίηση, η μίμηση και τα φανταστικά παιχνίδια βοηθούν την ανάπτυξη της φαντασίας (Tombak, 2014) και μαζί με αυτήν ενισχύουν και την παραγωγή ιδεών (Παπαδόπουλος, 2010).

Η ένταξη σε μια ομάδα σε συνδυασμό με την αποδοχή, είναι απαραίτητα στοιχεία προκειμένου να καλυφθούν οι κοινωνικές και συναισθηματικές ανάγκες του παιδιού, κάτι που θα έχει άμεσο αντίκτυπο στην επίδοσή του, τόσο την κοινωνική όσο και την ακαδημαϊκή (Γραδούνη, 2015). Η δραματική τέχνη, συνεχίζει η ίδια, είναι αυτή μέσω της οποίας επιτυγχάνεται ο παραπάνω στόχος, καθώς η διάδραση, η ομαδικότητα και η ασφάλεια σε μια τάξη που διδάσκεται η θεατρική αγωγή, συνεισφέρουν στη μάθηση αλλά και στη διαχείριση συναισθηματικών προβλημάτων.

Η διδασκαλία της Θεατρικής Αγωγής επομένως, με όλες της τις πρακτικές και εκπαιδευτικές προεκτάσεις, θα μπορούσε ίσως να συνδεθεί με τις αρχές εφαρμογής της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαίδευση καθώς και οι δύο δίνουν έμφαση στη δημιουργικότητα, τη φαντασία, την έκφραση συναισθημάτων και τις κοινωνικές δεξιότητες.

Συμπεράσματα

Ενώ λοιπόν γίνεται πολύς λόγος για νέες στρατηγικές στην εκπαίδευση, για επαναστατικές προσεγγίσεις και εφαρμογές, θα ήταν ίσως ωφέλιμο να αντιληφθούμε ότι η Θεατρική Αγωγή προσφέρει όλες εκείνες τις δραστηριότητες που προσανατολίζονται στην ολόπλευρη ανάπτυξη του παιδιού. Η έκφραση των συναισθημάτων, η ευχάριστη και διασκεδαστική διάθεση, η συνεργασία

με την ομάδα, η δημιουργική σκέψη, η κιναισθητική εμπλοκή είναι στοιχεία που ενθαρρύνονται και αποτελούν θεμελιώδη λίθο του μαθήματος της Θεατρικής Αγωγής. Μήπως λοιπόν η Θεατρική Αγωγή αποτελεί ήδη μια εφαρμογή των αρχών της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαιδευτική πραγματικότητα της Ελλάδας και δεν το έχουμε ακόμα αξιολογήσει αρκετά;

Λαμβάνοντας υπόψη ότι το μάθημα της Θεατρικής Αγωγής διδάσκεται μόνο στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση και έχει μόλις τα τελευταία χρόνια ενταχθεί στο πρωινό υποχρεωτικό ωράριο και μάλιστα μόνο στις τέσσερις πρώτες τάξεις του Δημοτικού, αντιλαμβανόμαστε ότι ίσως να μην του έχει δοθεί ιδιαίτερη βαρύτητα. Οι πρακτικές της θεατρικής εκπαίδευσης φέρνουν το παιδί σε επαφή με τα συναισθήματά του και με υποθετικές καταστάσεις τις οποίες καλείται να βιώσει και να βρει λύσεις. Δίνει την ευκαιρία να χρησιμοποιήσει ο μαθητής τη δημιουργικότητά του, να εκφραστεί και να παίξει καθώς και τη δυνατότητα να ενταχθεί σε μια ομάδα, να νιώσει αποδεκτός και μέρος του συνόλου. Μέσα από το παιχνίδι και τις ομαδικές δραστηριότητες μπορεί να καλλιεργηθεί η δόμηση σταθερών σχέσεων κάτι που σίγουρα προάγει θετικά συναισθήματα και κατ' επέκταση θετικούς δεσμούς. Η Θεατρική Αγωγή και εκπαίδευση προκαλεί τον ενθουσιασμό μέσα από τη δημιουργία και το παιχνίδι και τα συναισθήματα που αυτά διεγείρουν θα μπορούσαμε να πούμε ότι αποτελούν το εύφορο χωράφι για την καλλιέργεια των ιδεών της Θετικής Ψυχολογίας.

Η έμφαση που δίνεται στη Θετική Ψυχολογία τα τελευταία χρόνια είναι ενθαρρυντική και ως προς τις προσδοκώμενες εξελίξεις στην εκπαιδευτική διαδικασία. Εκτός από την έρευνα του Lee και των συνεργατών του (2015) που αναφέραμε προηγουμένως, εντοπίστηκε και μια ακόμα πρόσφατη έρευνα των Gul και Caglayan (2017), που διεξήχθη ανάμεσα σε 39 φοιτητές τετάρτου έτους της Γυμναστικής Ακαδημίας. Αυτή επιχείρησε να αποδείξει πιθανή σχέση ανάμεσα στη διδασκαλία θεατρικών πρακτικών και την ανάπτυξη των ποσοστών της ευτυχίας ανάμεσα στους φοιτητές. Η έρευνα εξέτασε την ευημερία των φοιτητών πριν και μετά την πρακτική εφαρμογή θεατρικών μαθημάτων και βρήκε ελάχιστη διαφορά που δε χαρακτηρίστηκε στατιστικά σημαντική. Τέτοια αποτελέσματα δε θα έπρεπε να μας αποθαρρύνουν, καθώς ο αριθμός του δείγματος ήταν μικρός και το ίδιο και η χρονική διάρκεια που ήταν μόλις 14 εβδομάδες και ας μην ξεχνάμε ότι οι συμμετέχοντες ήταν ενήλικοι, και η ηλικία διαδραματίζει σημαντικό ρόλο. Αντίθετα, μας δίνουν έναυσμα για μελλοντικές περεταίρω έρευνες που θα συμπεριλάβουν μεγαλύτερο δείγμα και έκταση και ίσως περισσότερες μεταβλητές.

Καθώς δεν εντοπίστηκαν επαρκείς διαθέσιμες έρευνες στον τομέα της θεατρικής εκπαίδευσης σε συνδυασμό με τις πρακτικές εφαρμογές της

θετικής ψυχολογίας, όπως προέκυψε από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που διεξήχθη, γεννώνται πολλά ερωτήματα προς διερεύνηση. Υπάρχει κάποια σχέση ανάμεσα στη διδασκαλία της Θεατρικής Αγωγής με την εφαρμογή της Θετικής Ψυχολογίας στην εκπαίδευση; Τα παιδιά που διδάσκονται Θεατρική Αγωγή παρουσιάζουν θετικότερα συναισθήματα συγκριτικά με εκείνα που δεν διδάσκονται πια ή δεν έχουν έρθει ποτέ σε επαφή με το συγκεκριμένο μάθημα; Υπάρχει θετική σχέση ανάμεσα στην ακαδημαϊκή επίδοση των μαθητών αυτών, στην αυτοεκτίμησή τους, στη δημιουργία φιλίας ή στη θετική τους στάση απέναντι στην αντιμετώπιση προβλημάτων; Βοηθάει η Θεατρική Αγωγή στην ένταξη στο σύνολο των παιδιών εκείνων που αντιμετωπίζουν δυσκολίες προσαρμογής; Η αναπαράσταση ρόλων και υποθετικών καταστάσεων έχει κάποια σχέση με τη μείωση του στρες στα παιδιά;

Ο ελλειπής εντοπισμός διαθέσιμων δημοσιευμένων ερευνών μας ωθεί προς την ανάγκη περαιτέρω διερεύνησης του ζητήματος, προκειμένου να καταφέρουμε να αξιοποιήσουμε στον μεγαλύτερο βαθμό κάθε δυνατότητα βελτίωσης της εκπαίδευσης.

Βιβλιογραφία

- Ackerman, C. (2018). www.positivepsychology.com. Ανάκτηση Αύγουστος 10, 2019, από <https://positivepsychology.com/what-is-positive-psychology-definition>
- Alzina Bisquerra, R., & Panniello Hernandez, S. (2017). Psicología Positiva, Educacion Emocional Y El Programa Aulas Felices. *Papeles del Psicologo*, 38(1), 58-65.
- Azar, B. (2011, April). Positive psychology advances, with growing pains. *Monitor on Psychology*, 42(4), 32.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Elliot, S. N., Kratochwill, T. R., Cook, J. L., & Travers, J. F. (2000). *Εκπαιδευτική Ψυχολογία: Αποτελεσματική διδασκαλία, αποτελεσματική μάθηση*. Αθήνα: Gutenberg.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions. *Review of general psychology*, 2(3), 300-319.
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 228-245.
- Geelong Grammar School. (χ.χ.). Ανάκτηση Αύγουστος 7, 2019, από www.geelonggrammar.com.au

- ggs.vic.edu.au/School/Positive-Education/What-is-Positive-Education-/Key-Concepts
- Goleman, D. (1995). *Η συναισθηματική νοημοσύνη*. Αθήνα: Πεδίο.
- Gottman, J., & DeClaire, J. (1997). *Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών*. Αθήνα: Πεδίο.
- Gul, O., & Caglayan, H. S. (2017). Effects Of The Drama Course On Psychological Well-Being Of Physical Education Teacher Candidates. *International Journal of Enviromental & Science Education*, 12(3), 559-569.
- Landy, J. R. (1982). *Handbook of educational drama*. USA: GreenwoodPress.
- Lee, B. K., Patall, E. A., Cawthon, S. W., & Steingut, R. R. (2015). The Effect of Drama-Based Pedagogy on PreK-16 Outcomes: A Meta-Analysis of Research From 1985 to 2012. *Review of Educational Research*, 85(1), 3-49.
- Lilnley, A. P., Joseph, S., Maltby, J., Harrington, S., & Wood, A. M. (2009). Possitive Psychology applications. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of Positive Psychology* (pp. 35-47). New York: Oxford University Press.
- McCaslin, N. (2006). *Creative drama in the classroom and beyond* (8th ed.). New York: Pearson Education.
- McLeod, J. (2005). *Εισαγωγή στη συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Norrish, J. M., Williams, P., O'Connor, M., & Robinson, J. (2013). An applied framework for positive education. *International Journal of Wellbeing*, 3(2), 147-161.
- Norrish, J., Robinson, J., & Williams, P. (2011). *Geelong Grammar School*. Ανάκτηση Αύγουστος 10, 2019, από www.ggs.vic.edu.au/PosEd
- Plummer, D. M. (2008). *Παιχνίδια διαχείρισης θυμού για παιδιά*. Αθήνα: Πατάκης.
- Psychology today*. (no date). Ανάκτηση Αύγουστος 7, 2019, από <http://www.psychologytoday.com/us/basics/resilience>
- Seligman, M., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311.
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness*. New York: ATRIA.
- Shoshani, A., & Slone, M. (2017). Positive Education for Young Children: Effects of a Positive Intervention for Preschool Children on Subjective Well Being and Learning Behaviors. *Frontiers in Psychology*, 8.
- Taneri, P., & Akduman, N. (2014). *Multiple Intelligence an Creative Drama*

- Practices with Disadvantages Groups*, 226-229.
- Tombak, A. (2014). Importance of Drama in Pre-School Education. *Procedia Social and Behavioral Science*, 143, 372-378.
- Γαλανάκης, Μ., Μερτίκα, Α., & Σεργιάννη, Χ. (2011). Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου (επιμ.), *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 21-43). Αθήνα: Τόπος.
- Γραδούνη, Κ. (2015). Η συμβολή του θεάτρου στην εκπαίδευση μαθητών Α'βάθμιας εκπαίδευσης με ειδικές μαθησιακές ανάγκες. Στο Σ. Παπαδόπουλος (επιμ.), *Θέατρο και θεατρικές τεχνικές στην Αγωγή και στην Εκπαίδευση* (σσ. 240-252). Αθήνα: ΘΑΛΗΣ- ΕΚΠΑ.
- Γραμματάς, Θ. (χ.χ.). *Η θεατρική αγωγή στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Γενικές αρχές και επισημάνσεις*. doi:<https://theodoregrammatas.com/el/%ce%b7-%ce%b8%ce%b5%ce%b1%cf%84%cf%81%ce%b9%ce%ba%ce%b7-%ce%b1%ce%b3%cf%89%ce%b3%ce%b7-%cf%83%cf%84%ce%b7%ce%bd-%cf%80%cf%81%cf%89%cf%84%ce%bf%ce%b2%ce%b1%ce%b8%ce%bc%ce%b9%ce%b1-%ce%ba%ce%b1%ce%b9/>
- Κουδιγκέλη, Φ. (2011). Η Θετική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου (επιμ.), *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 243-288). Αθήνα: Τόπος.
- Λακιώτη, Α. (2011). Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου (επιμ.), *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 117-140). Αθήνα: Τόπος.
- Λεκανάκης, Α. (2008). Η Θεατροπαιδαγωγική ως νέο μοντέλο παρέμβασης στην Αγωγή ατόμων με εμπόδια στη ζωή και στη μάθηση. Στο Η. Κουρκούτας, & J. P. Chaertier (επιμ.), *Παιδιά και έφηβοι με ψυχοκοινωνικές και μαθησιακές διαταραχές* (σσ. 455-470). Αθήνα: Τοπίο.
- Λεκανάκης, Α. (2013). Η μορφοπαιδευτική αξία του θεάτρου και του παιχνιδιού στην εκπαίδευση. Στο Θ. Γραμματάς (επιμ.), *Το Θέατρο ως μορφοπαιδευτικό αγαθό και καλλιτεχνική έκφραση στην Εκπαίδευση και την κοινωνία*, Διδακτικό εγχειρίδιο στο πλαίσιο του προγράμματος "Θαλής" (σσ. 58-77). Αθήνα: ΕΚΠΑ.
- Μερτίκα, Α., Μυτσκίδου, Π., & Σεργιάννη, Χ. (2011). Εφαρμογές της Θετικής Ψυχολογίας. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου, *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 231-242). Αθήνα: Τόπος.
- Μπούτρη, Α. (2011). Ευτυχία, Ελπίδα- Αισιοδοξία, Περιέργεια. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου (επιμ.), *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 63-85). Αθήνα: Τόπος.
- Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής. (2011). *Οδηγός εκπαιδευτικού για το*

θέατρο. Ινστιτούτο εκπαιδευτικής Πολιτικής, Υπουργείο Παιδείας και Δια Βίου Μάθησης. Αθήνα: ΕΣΠΑ2007-13\Ε.Π.Ε&ΔΒΜ\Α.Π.1-2-3. doi: http://repository.edulll.gr/edulll/bitstream/10795/1915/2/1915_%ce%9f%ce%b4%ce%b7%ce%b3%cf%8c%cf%82%20%ce%b3%ce%b9%ce%b1%20%ce%98%ce%ad%ce%b1%cf%84%cf%81%ce%bf%20%ce%92%20%ce%a0%cf%81%cf%8c%cf%84%ce%b1%cf%83%ce%b7%20%e2%80%94%20%ce%94%ce%b7%ce%bc%ce%bf%cf

Παντελιάδου, Σ. (2011). *Μαθησιακές δυσκολίες και εκπαιδευτική πράξη*. Αθήνα: Πεδίο.

Παπαδόπουλος, Σ. (2010). *Παιδαγωγική του Θεάτρου*. Αθήνα: Ιδιωτική έκδοση.

Σεργιάννη, Χ., & Καρακασίδου, Ε. (2011). Ψυχολογική ροή. Στο Α. Σταλίκας, & Π. Μυτσκίδου, *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία* (σσ. 87-96). Αθήνα: Τόπος.

Χατζηρήστου, Χ. Γ. (2014). *Συμβουλευτική στη σχολική κοινότητα*. Αθήνα: Gutenberg.

Abstract

This article attempts, through a review of contemporary literature, to show how Theatre Education is suitable for the application of the principles of Positive Education, and how this can be beneficial for all students, at a time when the modern school faces countless challenges.

The purpose of this article is to approach the field of Positive Psychology while clarifying its basic terms and elements. Then, the application of the principles of Positive Education and possible positive benefits derived from it will be sought. As education based on Positive Psychology is gaining increasing recognition, many schools are choosing to base their curriculum on it, such as Geelong Grammar School. In addition, an attempt will be made to seek a link between the teaching of drama education and the implementation of Positive Psychology principles through it.

Key-words: Positive Psychology, Theatre Education

Χρυσάνθη Πατεργιαννάκη
Θεατρολόγος, MSc Εκπαιδευτική Ψυχολογία
Παπαρηγοπούλου 22, Χαλάνδρι 152 33
Τηλ.: 6976044446
E-mail: chrysanthip@live.com