

# **Αντιλήψεις Μαθητών Γυμνασίου για την έννοια της Συγχώρησης και οι Επιδράσεις στο Σχεδιασμό Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων Αγωγής της Συγχώρησης**

**Γαλίτη-Κυρβασίλη Πέλη University of Wisconsin-Madison pegaliti@gmail.com**

**Δαβράζος Γρηγόριος ΕΔΙΠ Πανεπιστήμιο Πατρών gdavrazo@upatras.gr**

## **Περίληψη**

Πρόσφατα έχει εμφανιστεί έντονο ενδιαφέρον σε διεθνές επίπεδο τόσο στην ερευνητική όσο και στην εκπαιδευτική κοινότητα για την ένταξη προγραμμάτων Αγωγής στη Συγχώρηση στη Πρωτοβάθμια και τη Δευτεροβάθμια εκπαίδευση και τη μελέτη των επιδράσεων στη ψυχосύνθεση των μαθητών. Προκειμένου να σχεδιαστούν αποτελεσματικά εκπαιδευτικά προγράμματα Αγωγής στη Συγχώρηση πρέπει να ληφθούν υπ' όψιν οι πρότερες αντιλήψεις των μαθητών. Στην παρούσα εργασία εφαρμόζοντας την ανάλυση περιεχόμενου κωδικοποιούμε τους ορισμούς συγχώρησης που έδωσαν μαθητές Γυμνασίου, πριν την εφαρμογή οποιουδήποτε εκπαιδευτικού προγράμματος. Λέξεις-Κλειδιά: Συγχώρηση, Ανάλυση Ορισμών, Αντιλήψεις Μαθητών

## **Εισαγωγή**

Αν και η διαπροσωπική συγχώρηση είναι μια αρχαία έννοια μόλις πρόσφατα έχει ελκύσει το ενδιαφέρον των Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών. Η δημιουργία ψυχοεκπαιδευτικών προγραμμάτων για την καλλιέργεια της ικανότητας συγχώρησης (συγχωρητικότητα) σε σχολικό επίπεδο φαίνεται να έλκει την αφετηρία της στην επιτυχία της ως ψυχοθεραπευτικής τεχνικής. Πιο συγκεκριμένα ως ψυχοθεραπευτική τεχνική έδειξε ότι είναι αποτελεσματική στην άμβλυνση των τραυματικών συνεπειών από οδυνηρά πλήγματα (π.χ. βιασμός, φόνος συγγενικού προσώπου, οποιαδήποτε μορφής κακοποίηση) που δέχθηκε στη ζωή του ο θεραπευόμενος, αφετέρου δε στην ποιοτική βελτίωση της ζωής του (Wade, Hoyt, Kidwell & Worthington, 2014). Αν και οι περισσότερες εμπειρικές έρευνες για τις θετικές επιπτώσεις της συγχωρητικότητας στην υγεία, ψυχική και σωματική, έχουν διεξαχθεί σε ενήλικες (Seawell, Toussaint & Cheadle, 2014), εντούτοις θετικές επιπτώσεις παρατηρούνται και στους εφήβους, όπως έχουν δείξει οι μέχρι τώρα έρευνες. Η συγχωρητικότητα σχετίζεται με μείωση του θυμού, της κατάθλιψης και της άγχους και με αύξηση της αυτοεκτίμησης και της ενσυναίσθησης. Ταυτόχρονα, συντελεί στην αποκατάσταση των διαπροσωπικών σχέσεων και στην ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων (Baskin & Enright, 2004; Worthington, 2006). Εμπειρική έρευνα με δείγμα 275 μαθητές από 9 έως 13 ετών έδειξε ότι η υψηλή βαθμολογία σε δυο διαφορετικά ερωτηματολόγια συγχώρησης σχετιζόταν με αντίστοιχα υψηλά επίπεδα ψυχολογικού ευ-ζην καθώς και με την διατήρηση των φιλικών τους σχέσεων (van der Wal, Karremans & Cillesen, 2016). Η συγχωρητικότητα στους εφήβους φαίνεται να σχετίζεται με την ψυχική ανθεκτικότητα. Μπορεί να θεωρηθεί είτε ως δυνατό στοιχείο της προσωπικότητας του εφήβου είτε σαν στοιχείο που προστατεύει τον έφηβο από μελλοντικά στρεσογόνα

περιστατικά (Anderson, 2006). Τέλος, η συγχωρητικότητα θεωρείται βασική συνιστώσα μια ευτυχισμένης ζωής (Lyubomirsky, 2008).

Σύμφωνα με την εποικοδομητική αντίληψη για τη μάθηση και τη διδασκαλία οι μαθητές οικοδομούν τη γνώση στη βάση προϋπάρχουσας γνώσης Άρα θεωρείται απαραίτητη η διερεύνηση των βιωματικών αντιλήψεων (ιδεών) των μαθητών για το προς διδασκαλία αντικείμενο (Ραβάνης, 2003). Αν και έχει εκφραστεί η θέση ότι ο εκπαιδευτικός δεν οφείλει να λαμβάνει υπ' όψιν τις αναπαραστάσεις των παιδιών διότι αυτές είναι αμέτρητες, συγκεχυμένες και δύσκολο να εκφραστούν, έρευνες έχουν δείξει πρώτον ότι αν αγνοηθούν οι αναπαραστάσεις στο σχεδιασμό της διδακτικής παρέμβασης αυτές μάλλον απωθούνται παρά εξαλείφονται και δεύτερον ότι ο αριθμός τους είναι αρκετά περιορισμένος (Ραβάνης, 2003).

Στα προγράμματα Αγωγής στη Συγχώρηση που διαπραγματεύονται μια σημαντική έννοια, η οποία θεωρείται και δεξιότητα ζωής από το ρεύμα της Θετικής Ψυχολογίας (Peterson & Seligman, 2004), θεωρούμε ότι είναι σημαντική η μελέτη των αρχικών αντιλήψεων των μαθητών προκειμένου το ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα να πετύχει το στόχο του που δεν είναι άλλος από την καλλιέργεια της ορθής αντίληψης για τη συγχώρηση όπως αυτή εκφράζεται από την επιστήμη της Ψυχολογίας.

Στο συγκεκριμένο άρθρο αφού αναφέρουμε εν συντομία την τρέχουσα επιστημονική γνώση σχετικά με την έννοια της συγχώρησης θα παρουσιάσουμε εν συνεχεία την ερευνητική μεθοδολογία και την ανάλυση σε κατηγορίες των αρχικών αντιλήψεων των μαθητών. Η εργασία κλείνει με τα συμπεράσματα και προτάσεις για μελλοντική έρευνα. Τι δεν είναι η Συγχώρηση

Η συγχώρηση δεν θα πρέπει να συγχέεται: • με την άρνηση, • την αγνόηση, • την υποτίμηση, • την ανοχή, • τη λησμονιά, • τη δικαιολόγηση, • ή την επιδοκιμασία της δυσάρεστης προσβολής του πλησίον μας προς το πρόσωπό μας (Witvliet, Ludwig & Vander Laan, 2001).

Δεν ζητείται από αυτόν που συγχωρεί να κάνει οποιασδήποτε μορφής συμβιβασμό ή έκπτωση στις αξίες, τις αρχές του ή στην ηθική του.

Η συγχώρηση επίσης δεν πρέπει να ταυτίζεται με τη συμφιλίωση. Η συγχώρηση αφορά μόνο ένα πρόσωπο ενώ η συμφιλίωση δύο. Η συμφιλίωση μπορεί να είναι το αποτέλεσμα της συγχώρεσης αλλά δεν είναι δυνατή όμως σε όλες τις περιπτώσεις (π.χ. περιπτώσεις εγκληματικών ενεργειών όπως φόνου βιασμού κ.α.) (Enright, Gassin & Wu, 1992). Η διαδικασία της συγχώρεσης δεν θεωρείται μια παθητική διαδικασία και γι' αυτό δεν πρέπει να ταυτίζεται με την ιαματική δύναμη του χρόνου (π.χ. ο χρόνος είναι ο καλύτερος γιατρός). Αντίθετα, αποτελεί μια ενεργητική διαδικασία (Enright, Gassin & Wu, 1992).

### **Τι είναι Συγχωρητικότητα;**

Μολονότι δεν υπάρχει ένα κοινά αποδεκτός ορισμός από όλους του ερευνητές που ασχολούνται με τη συγχώρηση όλοι σχεδόν συμφωνούν ότι περιλαμβάνει την απελευθέρωση από αρνητικά συναισθήματα όπως θυμό και μνησικακία. Κάποιοι επιπλέον θα προσθέσουν την αντικατάσταση αυτών των συναισθημάτων από θετικά όπως καλοσύνη ακόμα και αγάπη. Ο Enright (2001) δίνει ένα ορισμό της συγχωρητικότητας που αντικατοπτρίζει τη διπλή αυτή ιδέα. Χαρακτηριστικά αναφέρει «οταν άδικα πληγωνόμαστε από κάποιον άλλον, συγχωρούμε όταν υπερβαίνουμε την

μνησικακία προς αυτόν που μας πλήγωσε προσπαθώντας να προσφέρουμε προς αυτόν συμπόνοια, καλοσύνη και αγάπη (σελ. 25). Η Γαλίτη-Κυρβασίλη (2017) στον ορισμό της παρακάτω δίνει έμφαση στο γεγονός ότι η συγχώρηση αποτελεί ελεύθερη και συνειδητή επιλογή. Η συγχωρητικότητα δεν πρέπει να προσληφθεί ως μια απλή προτροπή ή ένα καθήκον αλλά είναι μια ελεύθερη επιλογή, η οποία αποτελεί μια πράξη ελέους και αγάπης προς κάποιον που μας πλήγωσε. Όταν συγχωρούμε, συνειδητά προσπαθούμε να ελαττώσουμε τον θυμό και τη μνησικακία που νιώθουμε για το πρόσωπο που μας πλήγωσε και αντ' αυτού να του προσφέρουμε καλοσύνη, σεβασμό, γενναιοδωρία, ακόμη και αγάπη. (σελ. 62).

Ακολουθώντας τους παραπάνω ορισμούς διαπιστώνουμε ότι η συγχωρητικότητα περιλαμβάνει χαρακτηριστικά από τρεις διαστάσεις: • γνωστική • συναισθηματική • συμπεριφορική

Η συγχώρηση ενός ανθρώπου που μας πλήγωσε (οποιαδήποτε πληγή ή προσβολή είναι αυτή) περιλαμβάνει: • να αναγνωρίσουμε την εγγενή αξία του. Η αξία του δεν εξαρτάται από την εμφάνιση του, την περιουσία του, τη συμπεριφορά του, τις ικανότητες του κ.α. • να καλλιεργεί για αυτόν σκέψεις, αισθήματα και πράξεις αγάπης • να συμπεριφέρεται προς αυτόν με ευγένεια, σεβασμό και γενναιοδωρία.

### **Μεθοδολογία Έρευνας**

Η ερευνητική μεθοδολογία που ακολουθήθηκε είναι η ποιοτική προσέγγιση και ειδικότερα η ανάλυση περιεχόμενου (Τσιώλης, 2015) με στόχο την ανάδειξη συγκεκριμένων κατηγοριών που θα συνοψίζουν τις αντιλήψεις των μαθητών για την έννοια της συγχώρησης. Πιο συγκεκριμένα ζητήθηκε από τους μαθητές/τριες να διατυπώσουν σε φύλλο εργασίας τον ορισμό της συγχώρησης όπως αυτοί την αντιλαμβάνονται. Οι ορισμοί των μαθητών αποτέλεσαν και τα εμπειρικά δεδομένα της παρούσης έρευνας.

### **Περιγραφή Δείγματος**

Στην έρευνα μας συμμετείχαν 374 μαθητές/τριες Δημοσίων και Ιδιωτικών Γυμνασίων των ευρύτερων περιοχών των αστικών κέντρων της Θεσσαλονίκης και της Αθήνας. Μόνο 355 μαθητές/τριες έδωσαν το δικό τους ορισμό στο φύλλο εργασίας που τους δόθηκε. Αποτελέσματα Έρευνας

Οι κατηγοριοποιήσεις των ορισμών έγινε από τους ερευνητές αρχικά ανεξάρτητα και κατόπιν με συζήτηση και τελικά συμφωνία σε εκείνους τους ορισμούς που υπήρχαν αρχικά διαφορές. Οι ορισμοί κατηγοριοποιήθηκαν σε αποκλειστικές κατηγορίες δηλαδή ο κάθε ορισμός κατηγοριοποιήθηκε σε μία μόνο κατηγορία με βάση αυτό που θεώρησαν οι ερευνητές ότι αποτελεί την κεντρική ιδέα του κάθε ορισμού που έδωσε ο μαθητής.

### **Κατηγορίες Ορισμών**

Μια κατηγορία που προέκυψε από την ανάλυση των ορισμών είναι οι Αυτοαναφορικοί ορισμοί. Ορισμοί δηλαδή που χρησιμοποιούν το ρήμα συγχωρώ για να ορίσουν την συγχώρηση. Παράδειγμα αυτή της κατηγορίας είναι ο παρακάτω ορισμός:

«Συγχώρηση είναι όταν κάποιος στο παρελθόν μας έκανε κάτι άσχημο και εμείς το συγχωρούμε»

Συνολικά δόθηκαν 47 ορισμοί (11,6%) που θεωρούμε ότι εμπίπτουν σε αυτή την κατηγορία.

Σε παρόμοιο μήκος κύματος είναι αρκετοί ορισμοί που έδωσαν οι μαθητές και δεν μπορούσαμε, κατανοώντας τους, να τους εντάξουμε σε κάποια κατηγορία. Για παράδειγμα:

Η συγχώρηση είναι όταν ζητάς τη γνώμη του άλλου για την κακιά πράξη που σου έκανε και είναι πολύ δύσκολο πολλές φορές να συγχωρέσεις κάποιον.

Ή ο παρακάτω ορισμός που θίγει τόσα πολλά ζητήματα που δεν μπορεί να ενταχθεί σε καμία κατηγορία:

Η συγχώρηση είναι ένα πράγμα που όλοι πρέπει να κάνουμε τουλάχιστον 1 φορά στην ζωή μας αυτό όμως δεν ισχύει για όλους τους ανθρώπους γιατί κάποιοι άνθρωποι δεν έχουν συγχωρήσει ποτέ. Άλλοι πάλι ειρωνεύονταν την συγχωρηση και ίσως συγχωρούν ασυνείδητα και χωρίς να ξέρουν τι σημαίνει. Κάποιοι άλλοι όντως μας συγχωρούν ότι και έχουμε κάνει γι' αυτό ξέρουν ότι δεν τα εννοούσαμε συνήθως αυτό γίνεται πιο πολύ στο οικογενειακό μας περιβάλλον. Βέβαια και αυτοί ξέρουν ότι κάποιες φορές ξεφεύγουμε.

Συνολικά κατηγοριοποιήθηκαν ως παρόμοιοι ορισμοί 23 (6,4%).

Τέσσερις μαθητές χαρακτηρίσαν την συγχώρηση ως μια αρετή που δείχνει ανωτερότητα. Πιο συγκεκριμένα αναφέρει ένας μαθητής: Συγχώρηση δεν σημαίνει απαραίτητα αδυναμία. Η Συγχώρηση είναι ανωτερότητα. Αν κάποιος με πληγώσει πρέπει να έχω την ικανότητα να το συγχωρέσω για να είμαι ανώτερος. Ακόμα και αν ο άλλος δεν αντιλαμβάνεται τι έκανε.

Βέβαια δεν μπορούμε να κατανοήσουμε ακριβώς τι εννοούν οι μαθητές ως ανωτερότητα. Για αυτό σε επίπεδο διδασκαλίας χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση. Η συγχώρηση δεν πρέπει να θεωρηθεί ότι ενέχει εγωισμό. Η αυθεντική συγχώρηση βασίζεται σε θετικά χαρακτηριστικά όπως συμπόνια, καλοσύνη, αγάπη.

Έξι μαθητές έδωσαν αντίστοιχους ορισμούς (1,6%) επηρεασμένοι ενδεχομένως από το μάθημα των Θρησκευτικών και έτσι στον ορισμό τους ενέπλεξαν και το Θεό. Αυτοί οι ορισμοί αποτέλεσαν μια ξεχωριστή κατηγορία την οποία ονομάσαμε «Ορισμοί Θεολογικής Επιρροής». Παράδειγμα αυτή της κατηγορίας είναι ο παρακάτω ορισμός:

«Η συγχώρηση είναι όταν παραβλέπουμε τα λάθη των άλλων. Πρέπει όμως να την εννοούμε, δηλαδή να βγαίνει από καρδίας. Ο ίδιος ο Χριστός λέει πως πρέπει να συγχωρούμε 77 φορές και όχι μόνο 7, εννοώντας πως πρέπει να συγχωρούμε όλες τις φορές».

Τρεις μαθητές ορίζουν την συγχώρηση ως απουσία ανταπόδοσης και εκδίκησης. Με τα λόγια των ίδιων:

«Συγχώρεση: δεν χτυπώ, δεν ανταποδίνω τις ίδιες πράξεις αλλά μιλώ με τους εχθρούς μου αλλά είναι πολύ δύσκολο».

Αυτή η κατηγορία ορισμών φαίνεται να βρίσκονται ένα βήμα πιο πέρα από το αναπτυξιακό στάδιο της συγχωρητικότητας, την εκδικητική συγχωρητικότητα (Enright & The Human Development Group, 1994) που εμφανίζεται σε παιδιά μέχρι 13 ετών.

Μια κατηγορία που αναδείχθηκε από τους ορισμούς που έδωσαν οι μαθητές είναι η σύγχυση της συγχώρησης με την δικαιολόγηση. Με τα λόγια ενός μαθητή:

Συγχώρηση είναι η ικανότητα να αντιλαμβάνομαστε τις αδυναμίες του ανθρώπου, να μπορούμε να τις κατανοήσουμε και συνεπώς να τις δικαιολογήσουμε.

Συνολικά δόθηκαν 5 ορισμοί (1,4%) που τους εντάξαμε σε αυτή την κατηγορία. Αυτή η αντίληψη των μαθητών για τη συγχώρηση θεωρείται ότι όχι μόνο αποκλίνει από την επιστημονικά αποδεκτή έννοια της συγχώρησης αλλά ενέχει και κινδύνους θυματοποίησης για τα άτομα που την υιοθετούν. Ως εκ τούτου πρέπει να αποτελέσουν στόχο των εκπαιδευτικών προγραμμάτων αγωγής στη συγχώρηση.

Επτά μαθητές έδωσαν αντίστοιχους ορισμούς εστιάζοντας στην γνωστική διάσταση της διαδικασίας της συγχώρησης. Παραβλέποντας δηλαδή τη συναισθηματική και τη συμπεριφορική διάσταση. Η γνωστική διάσταση εστιάζει κυρίως στις σκέψεις που κάνει ένα άτομο που προσβλήθηκε ή αδικήθηκε προκειμένου να συγχωρήσει. Με τα λόγια των μαθητών:

Η συγχώρηση είναι όταν καταλαβαίνουμε το λάθος που έκανε κάποιος και ακόμα και αν μας επηρέασε σε μεγάλο βαθμό αρνητικά, προσπαθούμε να δούμε και την θετική πλευρά και να μην έχουμε τον άνθρωπο που έκανε αυτό το λάθος ως κακό χαρακτήρα. Όταν συγχωρούμε κάποιον προσπαθούμε να βρούμε τον καλό του χαρακτήρα χωρίς να βασιζόμαστε μόνο στο λάθος του.

Μια αναμενόμενη κατηγορία ορισμών είναι η σύνδεση της συγχώρησης με τη συμφιλίωση. Συνολικά δόθηκαν 31 ορισμοί που εντάχθηκαν στη συγκεκριμένη κατηγορία (8,6%). Αν και η συμφιλίωση είναι επιθυμητή για τις συνήθειες προσβολές και αδικίες που δέχεται ένας μαθητής εντούτοις στόχος των προγραμμάτων αγωγής στη συγχώρηση είναι και η ενημέρωση των μαθητών σχετικά με τις προϋποθέσεις συμφιλίωσης (Worthington, 2006). Παραδείγματα ορισμών που εντάχθηκαν στη συγκεκριμένη κατηγορία είναι:

Συγχώρηση είναι όταν είμαστε ικανοί να ξαναεμπιστευτούμε ένα άτομο που μας έχει πληγώσει.

Νομίζω ότι η συγχώρηση πρέπει να υπάρχει ανάμεσα στους ανθρώπους για να διατηρούνται φιλίες.

Μια ακόμη κατηγορία που αναδείχθηκε από τους ορισμούς των μαθητών η οποία προσομοιάζει στην κατηγορία της Συμφιλίωσης είναι η συγχώρηση σαν ευκαιρία επανόρθωσης που δίνεται σε αυτόν που μας πρόσβαλε/αδίκησε. Με τα λόγια των μαθητών:

Συγχώρηση είναι να δίνει μια δεύτερη ευκαιρία σε κάποιον/κάποια ο οποίος σε έχει πληγώσει ή απογοητεύσει.

Συγχώρηση είναι η δύναμη η πνευματική και ψυχική που έχει ένας άνθρωπος, για να μπορέσει να συγχωρέσει το συνάνθρωπό του κατανοώντας τα προβλήματα του και τον λόγο που τον πλήγωσε δίνοντας του μια δεύτερη ευκαιρία για να επανορθώσει.

Η δεύτερη ευκαιρία μπορεί να οδηγήσει στη συμφιλίωση ακόμα και την αγάπη αλλά μπορεί και να μην οδηγήσει. Με τα λόγια των μαθητών:

Συγχώρεση είναι να δίνεις μια δεύτερη ευκαιρία στον άλλο να σου αποδείξει ότι αξίζει να τον ξαναδεχτείς πάλι.

Στη συγκεκριμένη κατηγορία εντάχθηκαν 75 ορισμοί (20,8%). Και για αυτή την αντίληψη τους οι μαθητές είναι καλό να είναι ενήμεροι ότι δεν είναι πάντα δυνατή ή μπορεί να είναι και επικίνδυνη η δεύτερη ευκαιρία για επανόρθωση και αυτό πρέπει να αποτελεί στόχο ενός προγράμματος αγωγή στη συγχώρηση. Ανάλογα με το αναπτυξιακό τους επίπεδο μπορούν οι μαθητές να ενημερωθούν για τις περιπτώσεις όπου η ευκαιρία επανόρθωσης δεν αποτελεί συνετή επιλογή.

Η συγχώρηση ορίζεται από πολλούς μαθητές ως η απουσία αρνητικών συναισθημάτων και πιο συγκεκριμένα κακίας ή θυμού. Παραδείγματα τέτοιων ορισμών των μαθητών είναι:

Συγχώρεση είναι να καταφέρεις να μην είσαι θυμωμένος με κάποιον που σε έχει πληγώσει ή σε έχει αδικήσει.

Η συγχώρηση είναι όταν ένας άνθρωπος σου κάνει κακό. Εσύ όμως δεν του κρατάς κακία. Τελικά τον συγχωρείς και δεν είσαι πιο θυμωμένος μαζί του.

Στη συγκεκριμένη κατηγορία κατηγοριοποιήθηκαν 34 ορισμοί μαθητών (9,4%). Οι μαθητές μέσω της αγωγή στη συγχώρηση δεν καλούνται να αρνηθούν ή και να καταπιέσουν τα αρνητικά τους συναισθήματα αλλά να τα αποδεχτούν να τα διαχειριστούν και μέσω της διαδικασίας της συγχώρησης να προχωρήσουν στην αντικατάσταση τους με θετικά συναισθήματα.

Μια από τις κατηγορίες που αναπαριστά τις περισσότερες άποψεις των μαθητών για την συγχώρηση είναι ότι συγχωρούμε τον άλλον όταν έχει μετανιώσει για την πράξη του. Συνολικά δόθηκαν 108 ορισμοί που εντάχθηκαν στη συγκεκριμένη κατηγορία (30%). Δυο παραδείγματα αυτών των ορισμών είναι τα παρακάτω:

Η συγχώρηση είναι όταν κάποιος έχει κάνει μια άσχημη πράξη και ζητά συγγνώμη για να τον συγχωρέσεις με την προϋπόθεση πως δεν θα το ξανακάνει.

Συγχώρηση είναι όταν κάποιος έχει κάνει κάτι κακό και έχει μετανιώσει και μας ζητάει συγγνώμη πραγματικά, τότε πρέπει να τη σεβαστούμε και να τον συγχωρέσουμε.

Αυτή η αντίληψη των μαθητών για τη συγχώρηση έχει εμφανιστεί και σε επιστημονικά μοντέλα συγχώρησης όπως αυτό των Baumeister, Exline, and Sommer (1998) που ανήκει στα διαπροσωπικά μοντέλα συγχώρησης (Worthington, 2006). Η κριτική που έχουν δεχθεί τα συγκεκριμένα μοντέλα συγχώρησης είναι ότι έχουν εφαρμογή μόνο όταν υφίσταται διαπροσωπική σχέση μεταξύ των δυο, γεγονός που δεν αντικατοπτρίζει όλες τις περιπτώσεις προσβολής. Οι μαθητές, λοιπόν που συμμετέχουν σε ένα πρόγραμμα αγωγής στη συγχώρηση θα πρέπει να ενημερωθούν για τους περιορισμούς της συγκεκριμένης αντίληψης.

Είκοσι μαθητές έδωσαν ορισμούς για τη συγχώρηση την οποία την θεωρούν μια πράξη αγάπης (5,5%). Με τα λόγια ενός από τους μαθητές που συμμετείχαν στην έρευνα:

Συγχώρεση είναι η πράξη που δείχνει ότι ο άλλος νοιάζεται για σένα ακόμα κι αν έχει κάνει κάτι αρκετά άσχημο. Έτσι δείχνει την αγάπη του για σένα.

Αν και πολλοί ορισμοί που κατηγοριοποιήθηκαν στη συγκεκριμένη κατηγορία ενδεχομένως να μπορούσαν να μετακινηθούν στην κατηγορία της συμφιλίωσης επειδή την εμπειρείχαν εντούτοις τη διακρίναμε ως ξεχωριστή. Και αυτό διότι η συγχωρητικότητα ως αγάπη εμφανίζεται στα αναπτυξιακά στάδια της συγχώρησης (Enright & The Human Development Group, 1994). Θεωρείται η ανώτερη μορφή συγχωρητικότητας. Σύμφωνα με αυτή το ενδεχόμενο της συμφιλίωσης είναι ανοικτό ενώ αποκλείεται το ενδεχόμενο της αντεκδίκησης . Περιορισμοί Έρευνας

Ο βασικός περιορισμός είναι ότι οι κατηγοριοποιήσεις των ορισμών έγιναν από δυο άτομα με συζήτηση και τελικά συμφωνία σε εκείνους τους ορισμούς που υπήρχαν αρχικά διαφορές. Τα ποσοστά απαντήσεων που δόθηκαν για κάθε κατηγορία ορισμών δεν σημαίνει ότι ανταποκρίνονται και σε κάθε δείγμα μαθητών που θα κληθούν να ορίσουν την έννοια της συγχώρησης. Ίσως σε ένα διαφορετικό δείγμα μαθητών να αναδειχθούν και άλλες κατηγορίες οι οποίες είτε δεν εκφράστηκαν στο συγκεκριμένο δείγμα είτε δεν έγιναν αντιληπτές από τους ερευνητές. Συμπεράσματα

Το ρεύμα της Θετικής Ψυχολογίας έδωσε ώθηση στην ερευνητική προσέγγιση αρετών γνωστών από την αρχαιότητα. Μια από αυτές τις αρετές που έλκυσε το ερευνητικό ενδιαφέρον είναι η χριστιανική αρετή της συγχώρησης. Πέρα από το θρησκευτικό πλαίσιο, η συγκεκριμένη αρετή έδειξε το δυναμικό της σε πολυάριθμες έρευνες οι οποίες ανέδειξαν τον ρόλο της στη βελτίωση της ποιότητας ζωής ενηλικών και εφήβων οι οποίοι υπήρξαν θύματα διαφόρων αδικιών και προσβολών στη διάρκεια της ζωής τους.

Αξιοποιώντας την εποικοδομητική αντίληψη για τη μάθηση και τη διδασκαλία σύμφωνα με την οποία οι μαθητές οικοδομούν τη γνώση στη βάση προϋπάρχουσας γνώσης διερευνήσαμε τις αρχικές αντιλήψεις των μαθητών για τη συγχώρηση καλώντας τους μαθητές να δώσουν τον δικό τους ορισμό για τη συγκεκριμένη έννοια. Η κατηγοριοποίηση των ορισμών οδήγησε σε συγκεκριμένες κατηγορίες οι οποίες θα πρέπει να ληφθούν υπ' όψιν τόσο στη σχεδίαση ψυχοεκπαιδευτικών προγραμμάτων για τη συγχώρηση όσο και από τον εκπαιδευτικό που προσεγγίζει διδακτικά την συγκεκριμένη έννοια ώστε ο μαθητής να την οικοδομήσει σύμφωνα την τρέχουσα επιστημονική γνώση. Τυχόν παρεξηγήσεις στην έννοια της συγχώρησης ενδέχεται να οδηγήσουν τον μετέπειτα ενήλικα είτε σε ολισθηρά μονοπάτια είτε σε υποβάθμιση της ποιότητας ζωής του.

## Βιβλιογραφία

- Γαλίτη – Κυρβασίλη, Π. (2017). Σύγκρουση και Συνύπαρξη στο σχολείο και στην κοινότητα: Αποκαταστατική δικαιοσύνη και Συγχώρηση: Προγράμματα και σχέδια εργασίας. Αθήνα: Εκδόσεις Γρηγόρη
- Ραβάνης, Κ. (2003). Εισαγωγή στη Διδακτική των Φυσικών Επιστημών. Αθήνα: Εκδόσεις Νέων Τεχνολογιών.
- Τσιώλης, Γ (2015). Ανάλυση ποιοτικών δεδομένων: διλήμματα, δυνατότητες, διαδικασίες. Στο Γ. Πυργιωτάκης & Χρ. Θεοφιλίδης (επιμ.) Ερευνητική Μεθοδολογία στις Κοινωνικές Επιστήμες και στην Εκπαίδευση. Συμβολή στην επιστημολογική θεωρία και την ερευνητική πράξη. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο.
- Anderson, M. A. (2006). The Relationship among Resilience, Forgiveness, and Anger Expression in Adolescents. Electronic Theses and Dissertations. Διαθέσιμο σε <http://digitalcommons.library.umaine.edu/etd/416/>.
- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), Dimensions of forgiveness (pp. 79-104). Philadelphia: Templeton Enright, R. D., Gassin, El. A. & Wu Ching- Ru. (1992). Forgiveness: a developmental view. Journal of Moral Education Vol. 21, (2) pp. 99-114.
- Enright, R. D. & The Human Development Study Group (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: Identity or reciprocity? Human Development, 37, pp. 6380.
- Enright, R. D., Freedman, S. & Rique, J. (1998). The psychology of interpersonal forgiveness. Στο R. D. Enright & J. North (Eds.), Exploring forgiveness (pp. 46–62). Madison, WI: University of Wisconsin.
- Lyubomirsky, S. (2008). The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want. New York: Penguin Press
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.
- Seawell, A. H., Toussaint L. L., Cheadle A.C.D. (2014). Prospective associations between unforgiveness and physical health and positive mediating mechanisms in a nationally representative sample of older adults. Psychology & Health Vol. 29, (4) pp. 375-389
- van der Wal R., Karremans, J., Cillessen, Ant. (2016). Interpersonal forgiveness and psychological well-being in Late Childhood. Merrill-Palmer Quarterly 62 (1), pp. 1-22.
- Wade, N.G., Hoyt, W., Kidwell, J.E.M., & Worthington, E.L., Jr. (2014). Efficacy of psychotherapeutic interventions to promote forgiveness: A meta-analysis. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 82 (1), pp. 154-170.



Witvliet, C. V. O., Ludwig, T. E. & Vander Laan, K. L. (2001). Granting forgiveness or harboring grudges: implications for emotion, physiology, and health. *Psychological Science*, 12 (2), pp. 117-123.

Worthington, E. L., Jr. (2006). *Forgiveness and Reconciliation: Theory and applica*