



15 Μαΐου 2020

## Παρουσίαση, με τίτλο «12 Δεξιότητες Ζωής για Ανθεκτικότητα, εν μέσω της Πανδημίας»

Στο πλαίσιο της κοινωνικής ευθύνης του Πανεπιστημίου Κύπρου για συμβολή στην αντιμετώπιση της κρίσης που έχει προκαλέσει η πανδημία, το Κέντρο Μελετών για την Ανθεκτικότητα στο Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κύπρου έχει ετοιμάσει μια σύντομη ψυχο-εκπαιδευτική παρουσίαση, η οποία αποσκοπεί στην ενημέρωση του κοινού αναφορικά με ψυχολογικές και κοινωνικές δεξιότητες, οι οποίες ενδεχομένως να συμβάλλουν στην ανθεκτικότητα και θετική προσαρμογή εν μέσω των δύσκολων περιστάσεων που σήμερα διανύουμε.



Η παρουσίαση, με τίτλο «12 Δεξιότητες Ζωής για Ανθεκτικότητα, εν μέσω της Πανδημίας του Νέου Κορωνοϊού», διαμορφώθηκε ως ολιγόλεπτη ταινία όπου ο συμβολισμός της διάβασης ενός ποταμού παραπέμπει στη μετάβαση από την αντιξοότητα της πανδημίας στην τελική επάνοδο σε συνθήκες

ομαλότητας. Η εικονιζόμενη φιγούρα - στο χρυσαφί χρώμα του Πανεπιστημίου Κύπρου - διαχειρίζεται με επιτυχία την πρόκληση της διάβασης του ποταμού, παραπέμποντας έτσι στον ώριμο και ολοκληρωμένο άνθρωπο, που γνωρίζει με ποιο τρόπο να ενεργοποιήσει τις δεξιότητες και γνώσεις του, ώστε να διαχειριστεί με ανθεκτικότητα την πρωτόγνωρη αυτή κρίση, της πανδημίας.

Η ολιγόλεπτη ταινία είναι διαθέσιμη προς το κοινό, ακολουθώντας το σύνδεσμο: <https://youtu.be/elxtlquk9yc> για την παρουσίαση στα ελληνικά, ή το σύνδεσμο: <https://youtu.be/H6Z3JA3n-9o> για την παρουσίαση στα αγγλικά.



Το ψυχο-εκπαιδευτικό περιεχόμενο της παρουσίασης στηρίζεται στη διεθνή επιστημονική βιβλιογραφία αναφορικά με την καλλιέργεια της ψυχικής και κοινωνικής ανθεκτικότητας, καθώς επίσης και σε σχετικές έρευνες που διεξάγονται στο Πανεπιστήμιο Κύπρου.

Ο επιστημονικός συντονιστής του Κέντρου Μελετών για την Ανθεκτικότητα στο Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κύπρου, ο οποίος επέβλεψε την ετοιμασία της ψυχο-εκπαιδευτικής αυτής παρουσίασης, είναι ο Δρ. Αλέξανδρος Λόρδος, Λέκτορας Κλινικής Ψυχολογίας.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον ίδιο στο Ηλεκτρ. Ταχυδρ.: [lordos.alexandros@ucy.ac.cy](mailto:lordos.alexandros@ucy.ac.cy)

**Τέλος Ανακοίνωσης**