

## **Συναισθήματα και αρετές στη Βυζαντινή Μουσική. Η διερεύνηση της συνάφειας ή και της αλληλοσυμπλήρωσης με την Θετική Ψυχολογία. Η επίδραση στην καθημερινότητα του ανθρώπου**

**Αριάδνη Τσαλούχου\***

ariadtsa@gmail.com

Η εισήγηση αναφέρεται στο ρόλο που μπορεί να ασκήσει η Βυζαντινή Μουσική και συγκεκριμένα οι ήχοι της Βυζαντινής μουσικής στην ευζωία των ανθρώπων χρησιμοποιώντας ως θεωρητικό πλαίσιο αυτό της Θετικής Ψυχολογίας, ενός νέου κλάδου της Ψυχολογίας που στόχο έχει όχι να αναπτύξει παρεμβάσεις που ανακουφίζουν από την μιζέρια όπως γίνεται στην ψυχοθεραπεία, αλλά να αναπτύξει παρεμβάσεις που προάγουν την ευζωία και τις δυνατές συνθήκες της ζωής. Είναι άλλο πράγμα να χτίζεις ικανότητες για να καταπολεμήσεις την κατάθλιψη, το άγχος και το θυμό και άλλο να χτίζεις ικανότητες (ελπίδα, αισιοδοξία) που θα σε βοηθήσουν να έχεις καλύτερες σχέσεις, περισσότερο νόημα στη ζωή, περισσότερη δέσμευση, περισσότερα θετικά συναισθήματα. Παρουσιάζεται η ευζωία από την πλευρά της Θετικής Ψυχολογίας ενώ αναλύονται οι στόχοι και η φιλοσοφία της Θετικής ψυχολογίας καθώς και οι επιδράσεις σε διάφορους τομείς της ζωής μας (εκπαίδευση, υγεία, εργασία, διαπολιτισμικότητα, μητρότητα). Επιπλέον, περιγράφεται ο ρόλος της Βυζαντινής μουσικής στην ψυχική και πνευματική υγεία των ανθρώπων μέσω των συναισθηματικών συνιστωσών της ευζωίας από την οπτική γωνία της Θετικής Ψυχολογίας. Ειδικότερα παρουσιάζεται ο ρόλος και η σημασία των συναισθημάτων στη ζωή του ανθρώπου ενώ αναφέρονται τα συναισθήματα που απορρέουν από τη Βυζαντινή Μουσική σύμφωνα με τους πατέρες της εκκλησίας δίνοντας έμφαση στα θετικά συναισθήματα. Τέλος, προτείνεται ποιοτική έρευνα της θετικής επίδρασης της Βυζαντινής μουσικής στους ανθρώπους χρησιμοποιώντας ως θεωρητικό πλαίσιο και μεθοδολογία τη Θετική Ψυχολογία με στόχο τη χρήση της Βυζαντινής Μουσικής σε παρεμβάσεις που έχουν σκοπό την ανάπτυξη των θετικών χαρακτηριστικών του ανθρώπου και έτσι την προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη.

---

\* Η Αριάδνη Τσαλούχου σπούδασε Συμβουλευτική και Επαγγελματικό Προσανατολισμό και Ψυχολογία στο Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Είναι υποψήφια διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Αθηνών. Έχει επιμορφωθεί στην Πολυπολιτισμική Συμβουλευτική από τον Εθνικό Οργανισμό Πιστοποίησης Προσόντων και Επαγγελματικού Προσανατολισμού. Είναι επιστημονικά υπεύθυνη για το Κέντρο Υποστήριξης Απασχόλησης του Δήμου Βόλου το οποίο υποστηρίζει ανέργους, γονείς, μαθητές, ευάλωτες κοινωνικές ομάδες, άτομα με ειδικές ανάγκες με τη χρήση ψυχομετρικών εργαλείων και τεχνικών συμβουλευτικής από το 2005 με στόχο την επαγγελματική ανάπτυξη και τον επαγγελματικό προσανατολισμό. Έχει δουλέψει επίσης σε ιδιωτικές επιχειρήσεις στα τμήματα Διαχείρισης Ανθρώπινου Δυναμικού και σε δημόσια σχολεία της Ελλάδος και της Κύπρου. Έχει πρόσφατη έρευνα α. στη διαχείριση άγχους, β. στη διαχείριση της διαφορετικότητας, γ. στη συμβουλευτική και τον επαγγελματικό προσανατολισμό ανέργων, δ. σε άτομα με ειδικές ανάγκες, ε. στη διαχείριση δια βίου σταδιοδρομίας. Είναι μέλος της Ελληνικής εταιρίας Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού της Ελληνικής Εταιρείας Θετικής Ψυχολογίας. Κάνει μαθήματα Βυζαντινής Μουσικής τα δύο τελευταία χρόνια, είναι μέλος του Τομέα Ψαλτικής Τέχνης και Μουσικολογίας της Ακαδημίας Θεολογικών Σπουδών Βόλου και μέλος της Ορχήστρας Κιθαριστών Βόλου "Sempre Viva & Sempre Viva Junior". Έχει κερδίσει υποτροφία του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών (Ι.Κ.Υ.) ως φοιτήτρια τριτοβάθμιας εκπαίδευσης στο Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών για άριστη επίδοση.