



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΩΝ

Π.Μ.Σ. ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ: ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΝΘΥΜΟΥΜΕΝΗ ΓΟΝΕΪΚΗ ΑΠΟΔΟΧΗ – ΑΠΟΡΡΙΨΗ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ
ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ, ΣΤΗ ΣΥΓΧΩΡΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ
ΣΤΗΝ ΕΚΔΙΚΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ: ΓΚΟΥΡΜΠΙΑΤΣΗ ΕΥΔΟΞΙΑ

A.M.: 50

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Γιώτσα Άρτεμις

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω την καθηγήτριά μου κυρία Άρτεμις Γιώτσα για τη συνεργασία, τη βοήθεια και την υποστήριξή της στη διπλωματική μου εργασία, την οικογένειά μου που ήταν επίσης υποστηρικτική καθ' όλη τη διάρκεια, τις συμφοιτήτριές μου για την αλληλοβοήθεια και την υποστήριξη, καθώς και τα υπόλοιπα δύο μέλη της τριμελούς επιτροπής, κυρία Παπαντωνίου Γεωργία και κύριο Κούτρα Βασίλειο.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα μεταπτυχιακή εργασία με τίτλο «Ενθυμούμενη Γονεϊκή Αποδοχή - Απόρριψη: ο ρόλος της στην ψυχολογική προσαρμογή, στη συγχωρητικότητα και στην εκδικητικότητα των ενηλίκων», εκπονήθηκε στα πλαίσια συνεργασίας με το Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Προσχολικής Εκπαίδευσης του Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών, του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, στην κατεύθυνση «Ψυχολογία στην Εκπαίδευση και Ειδική Αγωγή». Το ερέθισμα για την ενασχόλησή μου με το θέμα της Διαπροσωπικής Αποδοχής - Απόρριψης και ειδικότερα της Γονεϊκής Αποδοχής - Απόρριψης, δόθηκε πριν από δύο χρόνια, κατά την παρακολούθηση του 7^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου Διαπροσωπικής Αποδοχής - Απόρριψης (7th International Congress on Interpersonal Acceptance - Rejection), το οποίο πραγματοποιήθηκε στο Πάντειο Πανεπιστήμιο, καθώς επίσης και μέσα από την εργασία μου ως εκπαιδευτικός. Μου κέντρισε το ενδιαφέρον η γονεϊκή συμπεριφορά, δηλαδή ο τρόπος που αντιμετωπίζουν καθημερινά οι γονείς τα παιδιά τους, αν τα αποδέχονται ή αν τα απορρίπτουν και σε ποιο βαθμό. Ως εκ τούτου το ενδιαφέρον μου στράφηκε στην μελέτη τον τρόπο κατά τον οποίο η γονεϊκή συμπεριφορά επηρεάζει τελικά τη στάση και τη συμπεριφορά των ίδιων των παιδιών, σε όλα τα στάδια της ζωής τους, από την παιδική ηλικία, την εφηβεία έως και την ενήλικη ζωή, όπου μεγαλώνοντας απομακρύνονται όλο και περισσότερο από τους γονείς τους.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	7
ABSTRACT.....	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	9
Α΄ ΜΕΡΟΣ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ - ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΘΕΜΕΛΙΩΣΗ	
1ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ.....	15
1.1. Γονεϊκή Αποδοχή Απόρριψη.....	15
1.2. Η Θεωρία Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης-PARTheory.....	15
1.2.1. Αποσαφήνιση των όρων γονεϊκή αποδοχή, γονεϊκή απόρριψη, ο ρόλος της συναισθηματικής ζεστασιάς και η σχέση μεταξύ τους.....	17
1.2.2. Συμπεριφορική και Φαινομενολογική Προσέγγιση της Θεωρίας.....	18
1.2.3. Οι υποθεωρίες της Θεωρίας Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης.....	19
1.2.3.2. Η υποθεωρία της προσωπικότητας.....	19
1.2.3.2. Η υποθεωρία της αντιμετώπισης.....	20
1.2.3.3. Η υποθεωρία των κοινωνικο- πολιτισμικών συστημάτων.....	20
1.3. Σχέση γονέα - παιδιού: Μια σύγκριση της Θεωρίας του Δεσμού και της Θεωρίας Διαπροσωπικής Αποδοχής - Απόρριψης.....	21
1.4. Η συστημική θεώρηση της οικογένειας και ο ρόλος των γονέων στην κοινωνικοσυναισθηματική εξέλιξη των παιδιών.....	23
1.5. Οι διαστάσεις της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης.....	25
2ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ.....	28
2.1. Η έννοια της Ψυχολογικής Προσαρμογής/ Psychological Adjustment.....	28
2.2. Παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου.....	29
2.3. Ερευνητικά δεδομένα που αναδεικνύουν την ύπαρξη σύνδεσης μεταξύ γονεϊκής αποδοχής – απόρριψης και ψυχολογικής προσαρμογής.....	31
2.4. Αδυναμία Ψυχολογική προσαρμογής.....	34

3ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ	38
3.1. Προσδιορισμός της έννοιας της Συγχώρεσης/Forgiveness.....	38
3.2. Οι θετικές επιδράσεις της συγχώρεσης.....	40
3.2. Τα χαρακτηριστικά της συγχώρεσης.....	43
3.1.1. Αντιλήψεις για τη θετική στάση του θύματος απέναντι τον θύτη.....	46
3.4. Οι επικρατέστεροι «μύθοι» περί συγχώρεσης.....	47
3.5. Η συγχώρεση και η σχέση της με την αναπτυξιακή ηλικία.....	50
3.6. Ο ρόλος της συγχώρεσης στην καταπολέμηση της επιθετικής συμπεριφοράς και η σύνδεση με τις αρνητικές διαπροσωπικές σχέσεις-Ευρήματα ερευνών.....	52
4ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ	54
4.1. Προσδιορισμός της έννοιας της Εκδίκησης/ Vengeance or Revenge.....	54
4.2. Οι συνέπειες της εκδίκησης.....	55
4.3. Το συναίσθημα του θυμού της εκδίκησης.....	57
4.4. Η γονεϊκή συμπεριφορά και η εκδικητικότητα του παιδιού.....	59
Β΄ ΜΕΡΟΣ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ	
5ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΜΕΘΟΔΟΣ	62
5.1. Σκοπός της έρευνας.....	62
5.2. Στόχοι και ερευνητικές υποθέσεις-ερευνητικά ερωτήματα.....	63
5.3. Συμμετέχοντες.....	65
5.4. Μεθοδολογικά εργαλεία.....	68
5.4.1. Ερωτηματολόγιο Γονεϊκής Αποδοχής Απόρριψης/μαμά/μπαμπάς/ Ενήλικες (σύντομη μορφή) ΕΓΑΑ / Adult PARQ (short form).....	69
5.4.2. Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης της Προσωπικότητας/Ενήλικες (σύντομη μορφή) ΕΑΠ / Adult PAQ (short form).....	71
5.4.3. Κλίμακα συγχώρεσης από καρδιάς / Heartland Forgiveness Scale HFS.....	73
5.4.2. Κλίμακα εκδίκησης [Vengeance Scale (VS-10)].....	74
5.5. Διαδικασία συλλογής δεδομένων.....	75
5.6. Στατιστική Μεθοδολογία.....	76

6ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	77
6.1. Περιγραφική στατιστική	77
6.2. Επαγωγική στατιστική	81
7ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	94
7.1. Συζήτηση.....	94
7.2. Περιορισμοί της έρευνας / Προτάσεις για αξιοποίηση των ευρημάτων / Προτεινόμενες μελλοντικές κατευθύνεις	103
ΚΑΤΑΚΛΕΙΔΑ	105
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	116
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	115
ΑΔΕΙΑ ΧΡΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ (Rohner Research Publications)	116
Φόρμα Δημογραφικών και Προσωπικών στοιχείων/Ενήλικες / Personal Information Form (PIF)	117
Ερωτηματολόγιο Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης/Ενήλικες: μαμά (σύντομη μορφή) ΕΓΑΑ / Adult PARQ_Mother (short form).....	118
Ερωτηματολόγιο Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης/Ενήλικες: πατέρας (σύντομη μορφή) ΕΓΑΑ / Adult PARQ_Father (short form)	121
Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης της Προσωπικότητας/Ενήλικες (σύντομη μορφή) ΕΑΠ / Adult PAQ (short form).....	123
Κλίμακα συγχώρεσης από καρδιάς / Heartland Forgiveness Scale (HFS).....	126
Κλίμακα εκδίκησης [Vengeance Scale (VS-10)]	128

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη μαζί με όλες τις έννοιες που σχετίζονται με αυτή, έχουν προκαλέσει μεγάλο ερευνητικό ενδιαφέρον σε παγκόσμιο επίπεδο. Διεθνείς μελέτες έχουν επιβεβαιώσει την επίδραση της γονεϊκής συμπεριφοράς στην ψυχολογική προσαρμογή, τόσο στην παιδική ηλικία όσο και στην ενήλικη ζωή. Οι συνέπειες της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης στην προσωπικότητα του ατόμου, αφορούν τις στάσεις και συμπεριφορές που συνιστούν τις διαπροσωπικές σχέσεις. Η συγχωρητικότητα και στον αντίποδα η εκδικητικότητα, αποτελούν δύο βασικές πτυχές της προσωπικότητας οι οποίες συνδέονται με τις διαπροσωπικές σχέσεις. Ωστόσο η εξέτασή τους σε σχέση με τις αναμνήσεις της γονεϊκής συμπεριφοράς δεν έχουν μεγάλη παρουσία στην διεθνή βιβλιογραφία, πόσο μάλλον στην ελληνική. Στην παρούσα ερευνητική μελέτη επιχειρείται να εξεταστεί αν η ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη σχετίζεται, πέρα από την ψυχολογική προσαρμογή, με την προδιάθεση του ατόμου να συγχωρεί τον εαυτό του, τους άλλους ή τις καταστάσεις και με την τάση να επιδιώκει την εκδίκηση. Στην έρευνα συμμετείχαν Έλληνες νέοι ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένοι. Η συλλογή των δεδομένων έγινε από ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς, τα οποία μετρούσαν την ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη, τον βαθμό της ψυχολογικής προσαρμογής, την συγχωρητικότητα και την εκδικητικότητα. Από την ανάλυση των δεδομένων διαπιστώθηκε ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ των αρνητικών εκδηλώσεων της μητρικής συμπεριφοράς με τις προδιαθέσεις συγχώρεσης και εκδίκησης, ενώ τα ευρήματα επιβεβαίωσαν για ακόμα μια φορά τα προγενέστερα ευρήματα για την συσχέτιση μεταξύ της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης και της προσαρμογής του ατόμου.

Λέξεις-κλειδιά Αποδοχή · Απόρριψη · Γονείς· Ψυχολογική προσαρμογή · Συγχώρεση · Εκδίκηση

ABSTRACT

Parental acceptance-rejection, and every concept associated with it, have generated a great deal of interest in research worldwide. International studies have confirmed the effects of parental behavior on psychological adjustment, both in childhood and in adulthood. The consequences of parental acceptance-rejection on the personality of the individual are related to the attitudes and behaviors that constitute interpersonal relationships. Forgiveness and on the other side vengeance, are two key aspects of a person's personality that are linked to interpersonal relationships. Yet, their examination in relation to childhood memories of parental behavior is not widely present in international literature, let alone in Greek. The present study attempts to examine whether recalled parental acceptance-rejection is related to psychological adjustment and the tendency to forgive oneself, others or situations, as well as to the tendency to seek revenge when they feel they are being wronged. The study involved Greek young adults, middle-aged and elderly people. The data was collected through self-report questionnaires, which measured recalled parental acceptance-rejection, the degree of psychological adjustment, forgiveness and vengeance. The analysis of the data showed that there was a correlation between negative manifestations of maternal behavior with predispositions of forgiveness and vengeance, while the findings once again confirmed the earlier conclusions regarding the association between parental acceptance-rejection and the individual's psychological adjustment.

Keywords Acceptance • Rejection • Parenting • Psychological adjustment • Forgiveness • Vengeance

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η Θεωρία Γονεϊκής-Αποδοχής Απόρριψης (ΘΓΑΑ ή Θεωρία ΓΑΑ), (Parental Acceptance-Rejection Theory, PARTheory) πηγάζει από μια αρχική μελέτη του Ronald P. Rohner που σχετίζονταν με τα παιδιά που απορρίπτονται από τους γονείς τους. Αυτή η θεωρία με το πέρασμα του χρόνου διευρύνθηκε και συμπεριέλαβε όχι μόνο τις σχέσεις γονέων - παιδιών αλλά κι ένα ευρύτερο φάσμα από σχέσεις των ανθρώπων με τους άλλους, σε κάθε περίοδο της ζωής τους. Το 2014 η Θεωρία Γονεϊκής-Αποδοχής Απόρριψης μετονομάστηκε σε Θεωρία Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης (ΘΔΑΑ ή Θεωρία ΔΑΑ), (Interpersonal Acceptance-Rejection Theory, IPARTheory). Πρόκειται για μία θεωρία κοινωνικοποίησης που αποσκοπεί στην αναζήτηση των αιτιών, των αποτελεσμάτων και των σχετικών κατευθυντήριων γραμμών της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης. Η γονεϊκή αποδοχή αφορά τη στοργή, την εκδήλωση αγάπης από τους γονείς και διακρίνεται σε δύο άξονες, την σωματική εκδήλωση συναισθήματος (φιλί, αγκαλιά κ.α.) και την λεκτική (έπαινος, φιλοφρόνηση). Από την άλλη πλευρά η γονεϊκή απόρριψη, που αφορά την απουσία ή την ανεπαρκή εκδήλωση στοργής και αγάπης των γονέων, εμφανίζεται στις εξής 3 διαστάσεις: την εχθρότητα και επιθετικότητα (σωματική, λεκτική), την αδιαφορία και παραμέληση και τέλος την «αδιαφοροποίητη απόρριψη» που σχετίζεται με την αίσθηση του παιδιού ότι οι γονείς του δεν το αγαπούν ή το απορρίπτουν (Rohner, 1975).

Η Θεωρία ΔΑΑ λαμβάνει υπόψη ότι σε διάφορα πολιτισμικά πλαίσια, τα παιδιά ανταποκρίνονται με παρόμοιο τρόπο στις συμπεριφορές που ερμηνεύουν ως αποδοχή ή απόρριψη. Αξίζει να σημειωθεί ότι η απόρριψη από το γονέα μπορεί να υφίσταται σε όλα τα στάδια της ζωής του ατόμου, από την βρεφική ηλικία μέχρι την ενήλικη ζωή. Το άτομο που έχει βιώσει απόρριψη στην παιδική ηλικία, κατά την ενηλικίωσή του και ενώ έχει αποκτήσει θετικές εμπειρίες που πιθανόν να έχουν ελαττώσει τις δυσμενείς συνέπειες της απόρριψης, ενδεχομένως να εξακολουθούν να είναι εκτεθειμένοι στις αρνητικές επιδράσεις της

απόρριψης. Αυτές πιθανόν να επηρεάζουν διάφορους τομείς της ζωής του και να προκαλούν προβληματικές συμπεριφορές καθώς και σύγκρουση στις διαπροσωπικές σχέσεις (Rohner, 2017).

Σύμφωνα με τον Rohner (2017), η γονεϊκή αποδοχή και απόρριψη έχει αποδειχθεί ότι έχει πολλές συνέπειες για το άτομο σε όλα τα ηλικιακά στάδια. Στην προσωπικότητα του ατόμου και συγκεκριμένα στις επτά προδιαθέσεις που τη συγκροτούν, δίνει έμφαση η υποθεωρία προσωπικότητας της ΘΔΑΑ. Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία τα άτομα που έχουν βιώσει απόρριψη (παιδιά και ενήλικες), εμφανίζουν ένα σύνολο προδιαθέσεων, την εξάρτηση, την εχθρότητα και την επιθετικότητα, την αδυναμία συναισθηματικής ανταπόκρισης, τη χαμηλή αυτοεκτίμηση, τη χαμηλή αυτεπάρκεια και τέλος την αδυναμία συναισθηματικής σταθερότητας. Οι προδιαθέσεις αυτές στο βαθμό που εμφανίζονται καθορίζουν την ψυχολογική προσαρμογή ή την ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα του ατόμου. Τέλος, πολλές διεθνείς έρευνες έχουν δείξει ότι η γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη συσχετίζεται με την ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου και καθορίζει την συμπεριφορά του (Khaleque, & Rohner, 2002a).

Η βιβλιογραφία αναφέρει ότι η «συγχώρεση» αποτελεί ένα χαρακτηριστικό της προσωπικότητας ή μια συμπεριφορά. Υπάρχουν εμπειρικές μελέτες που υποστηρίζουν ότι η προδιάθεση για συγχώρεση σχετίζεται θετικά με την ψυχική υγεία και την ευημερία του ατόμου, ενώ από την άλλη η αρνητική προδιάθεση για συγχώρεση φαίνεται να έχει θετική συσχέτιση με παράγοντες όπως είναι το άγχος και η (αρνητική) ψυχοπαθολογία. Ακόμα αναφέρεται ότι η συγχώρεση του παραβάτη ή/και της παραβατικής συμπεριφοράς δεν υπονοεί απαραίτητα ότι θα υπάρξει συμφιλίωση μεταξύ θύματος και παραβάτη, αλλά ούτε και η συμφιλίωση υπονοεί απαραίτητα και συγχώρεση. Η έννοια της συγχώρεσης, η οποία θα μελετηθεί στην παρούσα μελέτη, αφορά την προδιάθεση του ατόμου για συγχώρεση πρώτον, του εαυτού, δεύτερον, των άλλων ανθρώπων και των παραβάσεων που έκαναν εις βάρος του

και, τρίτον, των αντίξοων καταστάσεων της ζωής, οι οποίες δεν ελέγχονται από τον ανθρώπινο παράγοντα (McQuillan, & Lloyd, 2017).

Μιλώντας για παραβάσεις, πρόκειται για εκδηλώσεις συμπεριφοράς που οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται ως καταπάτηση των προσδοκιών και των αντιλήψεών τους σχετικά με το πως οι ίδιοι, οι άλλοι και ο κόσμος γενικότερα θα μπορούσε να είναι. Όταν οι άνθρωποι συγχωρούν αναγνωρίζουν ότι έχει συμβεί μια παράβαση εις βάρος τους και προβαίνουν στις απαραίτητες γνωστικές, συναισθηματικές ή και συμπεριφορικές ενέργειες, οι οποίες είναι απαραίτητες για την αναπλαισίωση της παραβατικής συμπεριφοράς, ενώ παράλληλα η αντίδρασή τους στην αρνητική συμπεριφορά του άλλου δεν είναι τόσο αρνητική. Ωστόσο αυτό δεν σημαίνει ότι οι άνθρωποι συγχωρούν αυστηρά και χωρίς συνέπειες για τον θύτη. Ορισμένοι συγγραφείς έχουν ερμηνεύσει αυτή τη διαδικασία της αναπλαισίωσης ως μια κατασκευή μιας «νέας ερμηνείας» της παράβασης, του παραβάτη ή θύτη και του ατόμου που συγχωρεί. Συχνά το ανεκτικό άτομο, δηλαδή αυτό που συγχωρεί, μπορεί να δει από μια διαφορετική οπτική τις καταστάσεις και να κατανοήσει την παραβατική συμπεριφορά καθώς και τον θύτη με έναν πιο σύνθετο τρόπο (Sutton, 2017).

Καταλήγοντας η συγχώρεση αποτελεί ένα θετικό συναίσθημα και μπορεί να εξηγηθεί ως μια κινητήρια αλλαγή που αφορά κάποιον που παραβαίνει τα όρια και προσβάλλει, μειώνει τον κίνητρο για εκδίκηση και αυξάνει την θετική στάση και συμπόνια του ατόμου. Επιπλέον η συγχώρεση είναι ζωτικής σημασίας ως προς τη διατήρηση στενών σχέσεων των ανθρώπων και αποτελεί απαραίτητο συστατικό των υγιών και με διάρκεια διαπροσωπικών σχέσεων. Συνδέεται θετικά με την ευημερία και την ψυχική ανθεκτικότητα. Είναι ένα προτέρημα του ατόμου και αποτελεί μια συναισθηματική «αντικατάσταση» των αρνητικών συναισθημάτων που βιώνει, όπως για παράδειγμα ο θυμός και η επιθυμία για εκδίκηση, με θετικά συναισθήματα, όπως είναι η καλή πρόθεση, ως προς το άτομο με αρνητική συμπεριφορά. Τέλος από έρευνες έχει βρεθεί ότι η συγχώρεση έχει θετική συσχέτιση με την ικανοποίηση της ζωής, την ενσυναίσθηση, την ευγνωμοσύνη και την θετική επιρροή, ενώ συσχετίζεται

αρνητικά με την κατάθλιψη, το άγχος, το αρνητικό θυμικό, τις σκέψεις για εκδίκηση και τον νευρωτισμό (Sutton, 2017).

Στον αντίποδα της συγχώρεσης βρίσκεται η έκφραση μιας ισχυρής θέλησης για εκδίκηση και τιμωρία. Όταν ένα άτομο πληγώνεται και προσβάλλεται από κάποιον άλλον, αναζητά την ευκαιρία να πάρει εκδίκηση. Εκδικητικότητα σημαίνει τάση του ατόμου για επιβολή τιμωρίας ή απόκτηση ικανοποίησης λόγω της προσβολής, του πόνου, της βλάβης που δέχτηκε και αποτελεί την προσωπική αντίδραση απέναντι στην άδικη συμπεριφορά του άλλου.

Οι άνθρωποι που εκδικούνται είναι γεμάτοι αρνητικά συναισθήματα, θυμώνουν πολύ εύκολα και προσβάλλονται από άλλους. Ο ρόλος της εκδίκησης στην επιθετική συμπεριφορά και στην αρνητική επιθυμία είναι κρίσιμος. Συχνά αναφέρεται ως το έναυσμα των καταστροφικών και επιθετικών διαπροσωπικών και κοινωνικών συμπεριφορών, όπως είναι η ανθρωποκτονία, ο βιασμός (λεκτικός και σωματικός), ο εμπρησμός, η κλοπή και η απιστία. Οι άνθρωποι τις περισσότερες φορές επιθυμούν να εκδικηθούν τον άλλο, λόγω της αδικίας που τους συνέβη, έτσι ώστε να αποκαταστήσουν την αυτοεκτίμησή τους και να αποτρέψουν μελλοντικές αδικίες εις βάρος τους. Από έρευνες έχει βρεθεί ότι η εκδίκηση συσχετίζεται θετικά με την χαμηλή συναισθηματική ευημερία, την αρνητική επιρροή, την χαμηλή ικανοποίηση της ζωής, τον νευρωτισμό, ενώ συσχετίζεται αρνητικά με την ψυχική υγεία και την ευχαρίστηση (McCullough et al., 2001).

Με τα όσα προαναφέραμε γίνεται εύκολα αντιληπτό ότι η γονεϊκή αποδοχή και απόρριψη, η προδιάθεση για συγχώρεση, η εκδικητικότητα και οι σχέσεις μεταξύ τους είναι σημαντικό ζήτημα. Εστιάζοντας στην παρούσα μελέτη, ο σκοπός της ερευνητικής αυτής προσπάθειας είναι η διερεύνηση των σχέσεων της ενθυμούμενης γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης με την προδιάθεση για συγχώρεση και την εκδικητικότητα σε Έλληνες νέους ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένους. Επιπλέον, αποσκοπεί στον εμπλουτισμό των υπάρχοντων βιβλιογραφικών και ερευνητικών δεδομένων αναφορικά με την ενθυμούμενη γονεϊκή απορριπτική συμπεριφορά και τις επιπτώσεις της συμπεριφοράς αυτής στην

ψυχολογική προσαρμογή των ενηλίκων. Στο πρώτο μέρος παρουσιάζεται το θεωρητικό πλαίσιο στο οποίο βασίζεται η μελέτη καθώς και ένα μεγάλο εύρος ερευνητικών δεδομένων, αναφορικά με την επίδραση της γονεϊκής αποδοχής και απόρριψης στην ψυχολογική προσαρμογή παιδιών και ενηλίκων. Επιπρόσθετα, παρουσιάζονται ερευνητικά στοιχεία που συνδέουν την προσαρμογή με την συγχωρητικότητα και την εκδικητικότητα και, άλλα τα οποία παρουσιάζουν τη εκδικητικότητα στο αντίθετο άκρο της συγχωρητικότητας. Στο δεύτερο μέρος καταγράφονται η μέθοδος της έρευνας, ο σκοπός, οι στόχοι, οι ερευνητικές υποθέσεις και τα ερευνητικά ερωτήματα της συγκεκριμένης μελέτης. Ακολούθως παρουσιάζονται τα αποτελέσματα όπως προέκυψαν από τις στατιστικές αναλύσεις των δεδομένων, τα συμπεράσματα με τη συζήτηση και τέλος οι ερευνητικοί περιορισμοί με τις προτεινόμενες μελλοντικές κατευθύνσεις.

Α΄ ΜΕΡΟΣ

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ - ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΘΕΜΕΛΙΩΣΗ

1ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

1.1. Γονεϊκή Αποδοχή - Απόρριψη

Η Θεωρία της Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης του συγγραφέα και ψυχολόγου Ronald P. Rohner και της ερευνητικής του ομάδας (1980), εστιάζει στην ανάγκη του ατόμου για αγάπη, υγιή αλληλεπίδραση και αποδοχή, στην ενθουμούμενη απόρριψη από τη μητέρα ή/και τον πατέρα και από το άμεσο οικείο περιβάλλον του, καθώς και στην ψυχολογική προσαρμογή του. Επιπρόσθετα μελετά τις σχέσεις μεταξύ των παιδιών και των γονέων και τον τρόπο με τον οποίο αυτές οι σχέσεις καθορίζουν την προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Ο Ronald P. Rohner κατά την διαμόρφωση της θεωρίας του, επηρεάστηκε από θεμελιωμένες θεωρίες του επιστημονικού κλάδου της Ψυχολογίας (όπως είναι η Ψυχαναλυτική Θεωρία, η Θεωρία της Συμβολικής Αλληλεπίδρασης). Επιπλέον σημαντικό ρόλο στην θεωρία του έπαιξαν διάφορες έρευνες που έγιναν τα επόμενα έτη (δεκαετία '80, '90), ενώ παράλληλα μέχρι και σήμερα υπάρχουν χιλιάδες ερευνητές οι οποίοι εστιάζουν και βασίζουν τα ερευνητικά τους έργα στην θεμελιώδη αυτή θεωρία.

1.2. Η Θεωρία Γονεϊκής Αποδοχής - Απόρριψης (PARTheory)

Η Θεωρία Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης (PARTheory) άρχισε να αναπτύσσεται το 1960 από τον Ronald P. Rohner. Στα πρώτα στάδια της μελέτης του ο Rohner έδωσε την συγκεκριμένη ονομασία στην θεωρία, με την επεξήγηση ότι ο όρος «γονέας» αφορά το πρωταρχικό άτομο στη ζωή του παιδιού, χωρίς απαραίτητα να εννοείται η μητέρα ή ο πατέρας. Βαθμιαία ωστόσο η θεωρία προσέγγισε το πλήθος των διάφορων σχέσεων που συνάπτουν οι άνθρωποι με τους σημαντικούς άλλους στην διάρκεια της ζωής τους. Οι Rohner, Khaleque και Cournoyer (2005), τοποθετούν στους σημαντικούς άλλους της ζωής ενός ατόμου, οποιοδήποτε άτομο συνδέεται συναισθηματικά μαζί του σε τέτοιο βαθμό, που να μην υπάρχει η δυνατότητα κάποιος άλλος να τον αντικαταστήσει. Έτσι το 1999 η Θεωρία μετονομάστηκε σε Θεωρία

Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης (Interpersonal Acceptance-Rejection Theory, IPARTheory). Αξίζει να αναφερθεί ότι μέσα από την εμπειρία των στενών σχέσεων, το άτομο κατασκευάζει νοητικές αναπαραστάσεις, οι οποίες μπορούν να επηρεάζουν τις αντιλήψεις του για τις μελλοντικές διαπροσωπικές σχέσεις. Επίσης σύμφωνα με τον Rohner (2010), το φαινόμενο της διαπροσωπικής αποδοχής-απόρριψης έχει αντίκτυπο στα μέλη κάθε κοινωνίας, επιδρά σε όλους τους πολιτισμούς και συνεπώς συνθέτει το πλαίσιο για την μελλοντική ψυχολογική προσαρμογή των ατόμων μικρότερων ηλικιών.

Ειδικότερα η Θεωρία Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης είναι μια ερευνητικά αποδεδειγμένη θεωρία κοινωνικοποίησης, η οποία μελετά τα αίτια και τα αποτελέσματα της διαπροσωπικής (γονεϊκής) αποδοχής-απόρριψης, καθώς επίσης και τον ρόλο αυτής στην διαμόρφωση της συμπεριφοράς του παιδιού, με τις πιθανές επιπτώσεις της στις μελλοντικές διαπροσωπικές σχέσεις και στην ψυχολογική προσαρμογή του (Rohner, 1980, 2017). Έχει μελετηθεί ένα πλήθος ατόμων διαφορετικών κοινωνιών και εθνικοτήτων, οι περισσότεροι από τους οποίους διαπιστώνεται ότι αντιδρούν στην ενθουμούμενη ή/και αντιληπτή αποδοχή και απόρριψη κατά τον τρόπο που προσεγγίζει και υποστηρίζει η συγκεκριμένη θεωρία (Khaleque & Rohner, 2002a· Khaleque & Rohner, 2012· Rohner, 2017).

Η θεωρία συγκροτείται από τρία σκέλη, τη θεωρία της προσωπικότητας, τη θεωρία της αντιμετώπισης και τη θεωρία των κοινωνικοπολιτισμικών συστημάτων, τα οποία σε συνδυασμό με την έννοια της συναισθηματικής ζεστασιάς συνιστούν τους βασικούς εννοιολογικούς άξονες της θεωρίας (Rohner, 2017).

Οι κατασκευαστές της θεωρίας αναφέρουν ότι ο άνθρωπος από την φύση του επιζητά την συναισθηματική ζεστασιά, την στοργή και γενικότερα την αποδοχή από τους γονείς και από τους σημαντικούς άλλους και επίσης ότι διαθέτει έναν μηχανισμό που αντιλαμβάνεται πότε οι άλλοι τον αποδέχονται ή τον απορρίπτουν. Για αυτό το λόγο η ψυχική υγεία του και η προσαρμογή του επηρεάζονται σε σημαντικό βαθμό από την εκλαμβανόμενη γονεϊκή συμπεριφορά. Ωστόσο εξίσου σημαντικές είναι και οι αντιλήψεις του ατόμου, για την άποψη

που θεωρεί ότι έχουν οι γονείς του για την συμπεριφορά του (Rohner & Rohner, 1980• Rohner & Khaleque, 2010• Rohner, 2017).

1.2.1. Αποσαφήνιση των όρων γονεϊκή αποδοχή, γονεϊκή απόρριψη, ο ρόλος της συναισθηματικής ζεστασιάς και η σχέση μεταξύ τους

Σύμφωνα με τον Rohner (1981, όπ. αναφ. στο Rohner, 2017), το άτομο κατά την παιδική ηλικία και όσο περνά τα ηλικιακά στάδια λαμβάνει σε κάποιο βαθμό ή στερείται τη συναισθηματική ζεστασιά και στοργή από τους γονείς ή τους πρωταρχικούς φροντιστές. Η συναισθηματική ζεστασιά και στοργή που δέχεται ή δεν δέχεται το άτομο, βρίσκεται πάνω σε ένα συνεχές με πολλά επίπεδα που λέγεται «διάσταση της συναισθηματικής ζεστασιάς». Στο ένα όριο του συνεχούς συναντάται η γονεϊκή αποδοχή και στο άλλο η γονεϊκή απόρριψη και αυτό συμβαίνει διότι ο καθένας έχει βιώσει λιγότερο ή περισσότερο συνθήκες αγάπης, ζεστασιάς, πικρίας και περιφρόνησης. Ο όρος ζεστασιά χρησιμοποιείται για να περιγράψει την συναισθηματική πτυχή του ρόλου του γονέα, την ένθερμη ανταπόκρισή τους στο παιδί και την έκφραση των πολλαπλών θετικών συναισθημάτων τους.

Η γονεϊκή αποδοχή βρίσκεται στο «θετικό» όριο του συνεχούς και συμπεριλαμβάνει την ζεστασιά των γονέων, καθώς και μια πληθώρα ευχάριστων συναισθημάτων. Συγκεκριμένα η τρυφερότητα, η φροντίδα, το ενδιαφέρον, η στοργή, η υποστήριξη και συνολικά η αγάπη που βιώνει το παιδί από τους γονείς ή/και τους σημαντικούς άλλους εκδηλώνεται σωματικά ή/και λεκτικά. Για την σωματική εκδήλωση της αγάπης χρησιμοποιούνται το φιλί, η αγκαλιά, το βλέμμα και το χαμόγελο και για την λεκτική έκφραση της αγάπης, ο έπαινος, τα ενθαρρυντικά σχόλια, η επιβράβευση. Από την άλλη πλευρά στο «αρνητικό» όριο του αυτού του συνεχούς, βρίσκεται η γονεϊκή απόρριψη, η οποία χαρακτηρίζεται από την απουσία ή την αφαίρεση των θετικών συναισθημάτων, δηλαδή την έλλειψη αγάπης. Η απόρριψη έχει τέσσερις εκφάνσεις. Πρώτον η ψυχρότητα ή η έλλειψη στοργής των γονέων ή των σημαντικών άλλων ως προς τα παιδιά συνδέεται με την απόρριψη και αφορά την ψυχολογική διάσταση που

τους τοποθετεί ως απαθείς και αδιάφορους απέναντι στα παιδιά. Δεύτερον η εχθρότητα των γονέων, αντανακλάται σε αρνητικό συναίσθημα, για παράδειγμα του θυμού, το οποίο αποτελεί αίτιο της επιθετικότητας και οδηγεί είτε σε λεκτική απόρριψη, με βρισιές, ειρωνεία και άσχημα λόγια, είτε σε άσκηση σωματικής βίας. Τρίτον υπάρχει η αδιαφορία των γονέων, που εκφράζεται με την απουσία ενδιαφέροντος για το παιδί και την ζωή του καθώς και η παραμέληση, τόσο σε ψυχολογικό όσο και σε σωματικό επίπεδο. Τέλος συναντάται η έννοια της αδιαφοροποίητης απόρριψης, η οποία σχετίζεται με την αίσθηση του παιδιού ότι οι γονείς του δεν το αγαπούν και δεν το καταλαβαίνουν, χωρίς ωστόσο να υπάρχουν εμφανή σημάδια απόρριψης (Khaleque & Rohner, 2002b· Khaleque & Rohner, 2012· Rohner, 2017).

1.2.2. Συμπεριφορική και Φαινομενολογική Προσέγγιση της Θεωρίας

Η έρευνα και η μελέτη γύρω από την γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη χρησιμοποιεί δύο διαφορετικές προσεγγίσεις. Η διαφοροποίησή τους αφορά στο υποκείμενο, το οποίο μπορεί να είναι είτε ο παρατηρητής είτε το παιδί που βιώνει απόρριψη. Στην πρώτη περίπτωση πρόκειται για τη συμπεριφορική προσέγγιση ενώ στη δεύτερη για τη φαινομενολογική. Και στις δύο περιπτώσεις τα συμπεράσματα που προκύπτουν είναι παρόμοια, παρ' όλα αυτά στην περίπτωση που διαφοροποιούνται, επιλέγονται εκείνα που βασίζονται στην φαινομενολογική προσέγγιση. Ακόμα η έμφαση δίνεται στην κατανόηση της κατάστασης κατά την οποία ένα παιδί που χαρακτηρίζεται από την κοινωνία ως «παραμελημένο», το ίδιο δεν αντιλαμβάνεται κανενός είδους απόρριψη από τους γονείς. Ταυτόχρονα προκύπτουν και πιο αξιόπιστα συμπεράσματα που σχετίζονται με το αντίστροφο, δηλαδή ενώ κάποιο παιδί έχει την πεποίθηση ότι οι γονείς του το απορρίπτουν, δεν υπάρχουν σαφή δεδομένα που να το αποδεικνύουν.

Επιπρόσθετα η θεωρία της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης αναδεικνύει ότι η στάση και συμπεριφορά του παιδιού καθορίζεται στο μεγαλύτερο βαθμό από την δική του αντίληψη για την συμπεριφορά των γονέων του και του κόσμου γύρω του ως προς αυτό. Τέλος αξίζει να

αναφερθεί ότι η Φαινομενολογική Προσέγγιση εστιάζει, πέρα από τον τρόπο που αντιλαμβάνεται το παιδί την γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη, στις πεποιθήσεις και στις σκέψεις των γονέων (Rohner, 2017).

1.2.3. Οι υποθεωρίες της Θεωρίας Γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης

1.2.3.1. Η υποθεωρία της προσωπικότητας

Σύμφωνα με τον Rohner (2004), η υποθεωρία της προσωπικότητας έχει στόχο να δώσει απαντήσεις αναφορικά με τον βαθμό στον οποίο η αποδοχή-απόρριψη επηρεάζει πρώτα απ' όλα την προσωπικότητά των παιδιών, την μελλοντική εξέλιξή τους και την ψυχολογική προσαρμογή και επιπλέον την συνύπαρξη ορισμένων παραμέτρων κινδύνου και προστασίας.

Η θεωρία αυτή υποστηρίζει ότι το άτομο διαθέτει μία έμφυτη ψυχική ανάγκη να συνδέεται και να αλληλοεπιδρά ευχάριστα με το άμεσο οικείο περιβάλλον του. Στην περίπτωση που το παιδί βιώνει απόρριψη από τους γονείς και οι γονείς έχουν μεγαλώσει και αυτοί σε ένα απορριπτικό περιβάλλον, είναι πιθανόν να έχει περισσότερα προβλήματα ψυχολογικής προσαρμογής συγκριτικά με κάποιο παιδί το οποίο το αποδέχονται. Σύμφωνα με έρευνες του Khaleque & Rohner (2002a), οι συνέπειες της γονεϊκής απόρριψης οργανώνονται σε επτά «προδιαθέσεις προσωπικότητας», βάσει του βαθμού, της σταθερότητας και της χρονικής περιόδου που εμφανίζεται η απόρριψη. Η κατηγοριοποίηση των προδιαθέσεων αυτών έχει ως εξής: εχθρότητα και επιθετικότητα, εξάρτηση ή αμυντική ανεξαρτησία, χαμηλή αυτοεκτίμηση, χαμηλή αυτεπάρκεια, αδυναμία συναισθηματικής ανταπόκρισης, συναισθηματική αστάθεια και αρνητική κοσμοαντίληψη. Αξίζει να τονιστεί ότι τα άτομα που έχουν βιώσει απόρριψη και τις αρνητικές επιπτώσεις της, ενδεχομένως να δημιουργήσουν μια αρνητική αντίληψη για τον κόσμο και να θεωρούν ότι περιστρέφονται αποκλειστικά από εχθρικά, βίαια άτομα τα οποία χαρακτηρίζονται από μια μόνιμη αρνητικότητα (Rohner, Khaleque, & Courmoyer, 2005). Οι Rohner και Khaleque (2010) υποστήριξαν ότι οι *νοητικές*

αναπαραστάσεις του ατόμου, στηρίζονται στις αντιλήψεις, στις στάσεις καθώς και σε άλλους τομείς της προσωπικότητάς του. Αυτές οι νοητικές αναπαραστάσεις παίζουν καθοριστικό ρόλο στην μνήμη, στις στάσεις και στις συμπεριφορές του ατόμου ως προς τον εαυτό του τους σημαντικούς άλλους.

1.2.3.2. Η υποθεωρία της αντιμετώπισης

Όσον αφορά την ψυχολογική προσαρμογή, η γονεϊκή αποδοχή δεν είναι πάντα παράγοντας καλής προσαρμογής. Έχει εντοπιστεί ότι άτομα τα οποία αισθάνθηκαν την απόρριψη από τους γονείς, εμφάνισαν άρτια προσαρμογή στο περιβάλλον και συνεπώς η γονεϊκή απόρριψη δεν είναι πάντα παράγοντας κακής προσαρμογής (Varan, Rohner, & Eryuksel, 2008). Σύμφωνα με την θεωρία της αντιμετώπισης όσοι έχουν βιώσει απόρριψη και είναι καλή ψυχολογική προσαρμογή μπορούν να ταξινομηθούν σε δύο κατηγορίες, στα άτομα με καλή ψυχική υγεία και θετική εικόνα εαυτού και σε αυτά με υψηλές επαγγελματικές επιδόσεις και ταυτόχρονα χαμηλή ψυχική υγεία λόγω της απόρριψης (Rohner, 2017).

1.2.3.3. Η υποθεωρία των κοινωνικοπολιτισμικών συστημάτων

Σύμφωνα με τους Ahmed, Rohner, Khaleque και Gielen (2011, όπ. αναφ. στο Rohner, Khaleque, & Cournoyer, 2003) η κοινωνική συνείδηση, η ιδεολογία, οι στάσεις και οι συμπεριφορές των μελών που συγκροτούν μια κοινωνία, επηρεάζουν σε έναν βαθμό την τάση των γονέων να είναι πιο θερμοί ή πιο ψυχροί, δηλαδή να αποδέχονται ή να απορρίπτουν τα παιδιά τους. Η συγκεκριμένη θεωρία επιχειρεί την αναζήτηση των αιτιών της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης καθώς και τη συσχέτιση της με το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο. Για να γίνει πιο σαφές, τα παιδιά που ανήκουν σε κοινωνίες οι οποίες χαρακτηρίζονται από απορριπτική στάση, είναι πιθανόν να εδραιώσουν πεποιθήσεις και συμπεριφορές για τον κόσμο γύρω τους, οι οποίες είναι κατά κύριο λόγο αρνητικές και εχθρικές. Αντιθέτως, τα

παιδιά μέλη των κοινωνιών οι οποίες διακατέχονται από άνευ όρων αποδοχή, τις περισσότερες φορές τείνουν να αναζητούν και να εξερευνούν τον κόσμο γύρω τους , για τον οποίο σκέφτονται θετικά και εκδηλώνουν ευχάριστα συναισθήματα.

Επιπλέον πολυπολιτισμικά δείγματα φανερώνουν την άμεση συσχέτιση της γονεϊκής αποδοχής με τις κοινωνικές δομές (π.χ. οικογένεια, γειτονιά) καθώς επίσης και με την επαγγελματική και καλλιτεχνική σταδιοδρομία των μελών αυτών των κοινωνικών δομών. Ως εκ τούτου μπορεί να εξηγηθεί η αιτία που οδηγεί ορισμένους γονείς να εκδηλώνουν καλοσύνη, ζεστασιά και οικειότητα, να είναι θερμοί δηλαδή, ενώ άλλους να χαρακτηρίζονται από ψυχρότητα, απορριπτική και σκληρή συμπεριφορά (Rohner, Khaleque, & Cournoyer, 2003).

1.3. Σχέση γονέα - παιδιού: Μια σύγκριση της Θεωρίας του Δεσμού και της Θεωρίας Διαπροσωπικής Αποδοχής - Απόρριψης

Η Θεωρία του Δεσμού (Attachment Theory) (Bowlby, 1969, 1988, όπ. αναφ. στο Goldberg, Muir, & Kerr, 2009) κατέχει κεντρική θέση στο επεξηγηματικό πλαίσιο για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας, τις ατομικές διαφορές και την ψυχοσυναισθηματική εξέλιξη καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του ατόμου. Σύμφωνα με την θεωρία του δεσμού τα άτομα έχουν έμφυτη ανάγκη να διαμορφώνουν στενούς συναισθηματικούς δεσμούς κατά την διάρκεια της ζωής τους, ξεκινώντας από την βρεφική ηλικία με τον πρωταρχικό φροντιστή τους (συνήθως με την μητέρα), που θα του παρέχει ασφάλεια, μέχρι και την φάση της διαμόρφωσης πολλαπλού δεσμού με τους σημαντικούς άλλους. Η φύση και η μορφή της πρώτης σχέσης αποτελεί το μοντέλο για τις μετέπειτα διαπροσωπικές σχέσεις, προκαλώντας προσδοκίες για το αν το άτομο είναι άξιο αγάπης και κατά πόσο μπορεί να βασιστεί στους άλλους. Επιπλέον η καλή ποιότητα στη σχέση που έχει αναπτύξει το παιδί με τον γονέα οδηγεί στην ανάπτυξη αισθημάτων ασφάλειας και σιγουριάς μέχρι να αυτονομηθεί. Απώτερος στόχος του δεσμού είναι η εξελικτική ικανότητα προσαρμογής του παιδιού στο περιβάλλον.

Συγκρίνοντας τη Θεωρία του Δεσμού με τη Θεωρία Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης, παρατηρούνται αρκετά κοινά στοιχεία και η μία θεωρία στηρίζεται στην άλλη. Αναφορικά με τη Θεωρία Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης, οι υποστηρικτές της τονίζουν την έμφυτη ανάγκη του ατόμου να το αποδέχονται οι γονείς του, αναζητά δηλαδή την συναισθηματική ζεστασιά, την αγάπη, τη στοργή και τη στήριξη μέσω του ισχυρού δεσμού που αναπτύσσει (Goldberg, Muir, & Kerr, 2009· Hughes, Blom, Rohner, & Britner, 2005· Rohner, 2005).

Επιπρόσθετα ένα άλλο κοινό σημείο στις δύο παραπάνω θεωρίες, εντοπίζεται στα θεμέλιά τους και συγκεκριμένα στα εσωτερικά λειτουργικά μοντέλα που καταγράφονται στη Θεωρία του Δεσμού και στις νοητικές αναπαραστάσεις της Θεωρία ΔΑΑ. Τα λειτουργικά μοντέλα που αναπτύσσει το παιδί, διαμορφώνουν την προσωπικότητά του, κατευθύνουν την κοινωνική του συμπεριφορά και αποτελούν την βάση για την διαμόρφωση προσδοκιών, αντιλήψεων και στάσεων στις υπάρχουσες και στις νέες σχέσεις που αναπτύσσουν. Επίσης το άτομο μέσα από τα εσωτερικά λειτουργικά μοντέλα παρακινείται να αξιολογεί τις συμπεριφορές και γενικότερα τα είδη των σχέσεων με τους σημαντικούς άλλους. Κατά τον ίδιο τρόπο η Θεωρία ΔΑΑ αναφέρει ότι οι νοητικές αναπαραστάσεις, δηλαδή οι πεποιθήσεις και οι αντιλήψεις του ατόμου για τον εαυτό του και τους σημαντικούς άλλους, του δίνουν το κίνητρο για να κατανοεί και να αξιολογεί τις διαπροσωπικές σχέσεις και τις νέες καταστάσεις της ζωής του. Τα άτομα που βιώνουν απόρριψη μέσα από αρνητικές διαπροσωπικές σχέσεις, διαμορφώνουν νοητικές εικόνες οι οποίες διατηρούνται και σε επόμενες σχέσεις και με βάση αυτές το άτομο επιδιώκει ή καταπολεμά διάφορες νέες καταστάσεις ή σχέσεις. Ακόμα η Θεωρία του Δεσμού εστίασε αρχικά στην βρεφική και παιδική ηλικία, ενώ η Θεωρία Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης στην παιδική και εφηβική ηλικία, ωστόσο οι σύγχρονες μελέτες που πηγάζουν από τις δύο αυτές θεωρίες έχουν διευρύνει το ηλικιακό φάσμα και επεκτείνονται πλέον σε όλη την διάρκεια της ζωής του ατόμου. Τέλος από την μία πλευρά η Θεωρία του Δεσμού εστίασε στην εκδήλωση της συμπεριφοράς του βρέφους / παιδιού απέναντι στους γονείς του, ενώ από την άλλη η Θεωρία ΔΑΑ στην συμπεριφορά και την

φροντίδα των γονέων απέναντι στο παιδί τους. (Rohner, 1975, 1986, 2004· Rohner et al., 2005, όπ. αναφ. στο Hughes et al., 2005).

1.4. Οικογένεια: η συστημική θεώρηση της οικογένειας και ο ρόλος των γονέων στην κοινωνικοσυναισθηματική εξέλιξη των παιδιών

Οικογένεια χαρακτηρίζεται το κοινωνικό και συγκροτημένο σύστημα ανόμοιων γενεών, το οποίο επηρεάζεται άμεσα ή έμμεσα πρώτον, από κοινωνικά πρότυπα αναφορικά με την προέλευση, τις διαπροσωπικές σχέσεις, την ένταξη των μελών στην κοινωνία και δεύτερον από τις κοινωνικές εξελίξεις (Γιώτσα, 2004). Κάθε οικογένεια ως σύστημα διαθέτει τα δικά της χαρακτηριστικά, καθορίζει τους δικούς της κανόνες, αναθέτει τους ρόλους στα μέλη της, αναπτύσσει πολυδιάστατες σχέσεις μεταξύ τους και επιπλέον διαμορφώνει τα μέσα ώστε να ανταλλάσσει μηνύματα με την κοινωνία και να επιλύει δυσκολίες και εμπόδια (Γεωργιάς, 2000). Επίσης κύρια χαρακτηριστικά του συστήματος - οικογένεια αποτελούν η δομή, η μορφή και η λειτουργία. Συνεπώς εμφανίζονται διάφορα είδη οικογενειών αφού υπάρχουν δομικές και λειτουργικές διαφορές, οι οποίες καθορίζονται από τα μέλη τους αλλά και από το κοινωνικό περιβάλλον.

Το σύστημα της οικογένειας έχει μια μεγάλη ισχύ, δεν παραμένει σταθερό αλλά εξελίσσεται και εναλλάσσεται στο χρόνο. Συγκροτείται από ενεργά μέλη μεταξύ των οποίων αναπτύσσονται στενές συναισθηματικές σχέσεις και σχέσεις αλληλεξάρτησης, η όποια αλλαγή του ενός δηλαδή, ασκεί σημαντική επιρροή στους υπόλοιπους. Τα μέλη του συνθέτουν τους κανόνες και είναι υπεύθυνα για την καλή λειτουργία του (Γιώτσα, 2004). Επιπλέον κάθε μέλος της οικογένειας έχει συγκεκριμένο ρόλο τον οποίο αποκτά λόγω της κατάταξής του σε αυτήν. Για να γίνει πιο σαφές οι γονείς και τα παιδιά, φέρουν διαφορετικούς ρόλους οι οποίοι ενδέχεται να ποικίλουν και να μεταβάλλονται στο χρόνο. Σχεδόν πάντα κάθε μέλος του συστήματος οικογένεια αποτελεί και μέρος άλλων κοινωνικών συστημάτων και αποτελεί τον

συνδεδεμένο κρίκο μεταξύ αυτών των συστημάτων. Το άτομο που ανήκει σε περισσότερα από ένα συστήματα καλείται κάθε φορά να αναλάβει συγκεκριμένο ρόλο, να προβάλει την αντίστοιχη ταυτότητά του και να υιοθετήσει κατάλληλες συμπεριφορές. Συνεπώς πρόκειται για μια συστημική προσέγγιση που συνδέει μικρότερες ολότητες μεταξύ τους συμπεριλαμβανομένου και της οικογένειας. Καταλήγοντας ο ρόλος των γονέων μέσα στο σύστημα της οικογένειας είναι ουσιαστικός καθώς οι γονείς θέτουν τα θεμέλια για την ανάπτυξη και κοινωνική αλληλεπίδραση των παιδιών δηλαδή προωθούν την εξέλιξή τους (Kingsbury & Scanzoni, 1993, όπ. αναφ. στο Γιώτσα, 2004). Σύμφωνα με τον Parsons (1965, όπ. αναφ. στο Γιώτσα, 2004) ο ρόλος της μητέρας στο παρελθόν ήταν εκφραστικός, διότι πρόσφερε τη συναισθηματική ασφάλεια και την υποστήριξη στα παιδιά της, την στιγμή που ο πατέρας αναλάμβανε τις εξωτερικές εργασίες. Οι ρόλοι των γονέων στην παραδοσιακή ελληνική οικογένεια ήταν οι εξής: ο πατέρας είχε ηγετικό ρόλο και διαχειριζόνταν τα οικονομικά θέματα, ενώ η μητέρα αποδέχονταν όλες τις αποφάσεις του συζύγου της, έμενε στο σπίτι και ο βασικός της ρόλος ήταν να είναι καλή μητέρα (Mylonas, Gari, Giotsa, Pavioroulos, & Panagiotopoulou, 2006). Ωστόσο στην σύγχρονη κοινωνία είναι συχνό φαινόμενο ο πατέρας να αναλαμβάνει και αυτός τον ρόλο που είχε η μητέρα στο παρελθόν. Γίνεται λοιπόν κατανοητό ότι οι γονείς, τα σημαντικότερα πρόσωπα στη ζωή των παιδιών, είναι αυτοί που διαμορφώνουν τα θεμέλια για την ανάπτυξη δυνατών σχέσεων με τα παιδιά, καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό την ψυχολογική προσαρμογή τους και αποτελούν το μέσο με το οποίο κοινωνικοποιούνται και εισάγονται σε νέα κοινωνικά συστήματα.

Ως προς την ψυχολογική προσαρμογή αξίζει να αναφερθεί η ερευνητική μελέτη των Giotsa και Touloumakos, (2014), η οποία έγινε σε δείγμα παιδιών ηλικίας επτά έως δώδεκα ετών, στην Ελλάδα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η ψυχολογική προσαρμογή τόσο των αγοριών όσο και των κοριτσιών είχε θετική συσχέτιση με την πατρική αποδοχή, ωστόσο μόνο η ψυχολογική προσαρμογή των κοριτσιών είχε θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική αποδοχή. Αναφορικά με την αντιληπτή μητρική αποδοχή, αυτή βρέθηκε ότι προέβλεπε σε στατιστικά σημαντικό βαθμό την ψυχολογική προσαρμογή μόνο των κοριτσιών,

ενώ η αντιληπτή πατρική αποδοχή, προέβλεπε εν μέρει την ψυχολογική προσαρμογή μόνο των αγοριών.

1.5. Οι διαστάσεις της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης

Προηγουμένως αναφέρθηκε η θέση σύμφωνα με την οποία στο παρελθόν η μητέρα ήταν η μόνη που φρόντιζε για τη σωματική, ψυχική και κοινωνική εξέλιξη του παιδιού. Την ίδια άποψη για την θέση της μητέρας στην οικογένεια εξέφρασε και ο Stern (1995, όπ. αναφ στο Rohner & Veneziano, 2001). Ωστόσο ο Rohner και Veneziano (2001), εξήγησαν ότι η άποψη αυτή δεν ισχύει πλέον διότι ο πατέρας εμφανίζεται πλέον ως ο σημαντικότερος παράγοντας ο οποίος μπορεί να περιορίσει την σχέση εξάρτησης μητέρας και παιδιού. Επιπλέον έρευνες καταδεικνύουν ότι η αποδοχή του πατέρα έχει το ίδιο δυναμικό με την μητρική στοργή και αγάπη αναφορικά με τον τρόπο που επηρεάζουν την συμπεριφορά, την ανάπτυξη ψυχολογικών δυσκολιών και την ψυχική υγεία των παιδιών τους. Άλλες έρευνες τονίζουν τις διαφορές μεταξύ μητρικής και πατρικής αποδοχής και απόρριψης ως προς την αξία τους, την ένταση που εκδηλώνονται και τις συνέπειες που επιφέρουν. Η μελέτη γύρω από την αποδοχή, την στοργή και τη συναισθηματική ζεστασιά, δείχνει τον ουσιαστικό τους ρόλο στην ομαλή ανάπτυξη του ατόμου. Επίσης καταγράφεται ότι η επίδραση της πατρικής αποδοχής ή απόρριψης εξαρτάται από το φύλο του ατόμου (Khurshid, Butt & Hafeez, 2012· Rohner & Veneziano, 2001). Επίσης σύμφωνα με τον Rohner (1998), η αποδοχή του πατέρα εξισορροπεί την επιρροή της μητέρας ως προς το παιδί και εξομαλύνει τις μεταξύ τους σχέσεις.

Στο τρίτο από τα πέντε επίπεδα της ιεραρχικής πυραμίδας των αναγκών του Maslow περιλαμβάνονται οι ανάγκες του ατόμου για την ικανοποίηση του αισθήματος του ανήκειν, της αγάπης και της οικειότητας και στοργής. Οι οικογενειακές σχέσεις καθώς και οι υπόλοιπες διαπροσωπικές σχέσεις υποβοηθούν στην εκπλήρωση της ανάγκης για αποδοχή η οποία είναι βασική για τα ανθρώπινα κίνητρα (Khurshid, et al., 2012). Στοιχεία ερευνών αποδεικνύουν ότι τα παιδιά που δεν λαμβάνουν αρκετή συναισθηματική ζεστασιά ή τη στερούνται τείνουν να

εμφανίζουν ψυχολογικά προβλήματα προσαρμογής και να παρουσιάζουν χαμηλή αυτοεκτίμηση ενώ είναι πιθανό να αναπτύξουν και αρνητική κοσμοαντίληψη. Τα άτομα που απορρίφθηκαν στο παρελθόν, συχνά πιστεύουν ότι οι άνθρωποι είναι αναξιόπιστοι, εχθρικοί, απειλητικοί και ακόμη και επικίνδυνοι. Όλες αυτές οι παρανοήσεις επηρεάζουν αρνητικά τις διαπροσωπικές τους σχέσεις και την ψυχολογική τους ευημερία (Rohner & Britner 2002· Rohner, Khaleque, Cournoyer, 2012). Ο Coie (1990, όπ. αναφ. στο Khurshid, et al., 2012) ανέφερε ότι ορισμένα άτομα που έχουν βιώσει απόρριψη είναι πιθανό να έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν ψυχολογικά προβλήματα όπως κατάθλιψη και κοινωνικό άγχος, ενώ άλλα άτομα είναι πιθανό να εκδηλώνουν παραβατική συμπεριφορά, για παράδειγμα επιθετικότητα, χωρίς απαραίτητα να φέρουν ψυχολογικά προβλήματα.

Σύμφωνα με τους Khaleque και Rohner (2002a) στην περίπτωση που οι γονείς απορρίπτουν το παιδί τους και παράλληλα δεν του παρέχουν συναισθηματική ασφάλεια, έχει σαν αποτέλεσμα το παιδί να εκδηλώσει αρνητικά συναισθηματικά, γνωστικά, συμπεριφορικά και ψυχοφυσιολογικά συμπτώματα. Για να γίνει πιο σαφές στην υπάρχουσα βιβλιογραφία αναφέρεται ότι η γονεϊκή απόρριψη συνδέεται με συμπεριφορικές, ψυχολογικές και σωματικές δυσκολίες, διαταραχές προσωπικότητας και συναισθηματική αστάθεια, καθώς επίσης και με δυσκολίες που σχετίζονται με την αλληλεπίδραση και επικοινωνία με τους σημαντικούς άλλους (Rohner & Rohner, 1980). Επιπρόσθετα έρευνες παρουσιάζουν και χαμηλότερου βαθμού δυσκολίες, οι οποίες σχετίζονται με την γονεϊκή απόρριψη (Rohner & Khaleque, 2012· Rohner et al., 2003). Ως προς τον συναισθηματικό παράγοντα, τα άτομα τα οποία έχουν βιώσει απόρριψη, χαρακτηρίζονται από δυσλειτουργική ρύθμιση των συναισθημάτων τους και συμπεριφορά που εναντιώνεται στους κοινωνικούς κανόνες, διατηρώντας ταυτόχρονα μειωμένο αυτοέλεγχο. Στους παράγοντες που σχετίζονται με την γονεϊκή απόρριψη συμπεριλαμβάνονται ακόμα η συναισθηματική αστάθεια, αρνητική αυτοεικόνα, μη ανεπτυγμένη αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας που προωθεί την αίσθηση ανικανότητας, μειωμένη ανταπόκριση στα συναισθηματικά ερεθίσματα και αρνητικές αντιλήψεις για τον

εαυτό καθώς και αρνητική θεώρηση του κόσμου (Khaleque & Rohner, 2002a). Οι Giotsa, Kyriazos και Mitrogiorgou (2018) στην έρευνά τους σε ενήλικες 18 έως 35 ετών, συμπέραναν ότι κάποιοι παράγοντες της γονεϊκής απόρριψης και συγκεκριμένα η μητρική και πατρική εχθρότητα/επιθετικότητα, η αδιαφορία/παραμέληση και η αδιαφοροποίητη απόρριψη έχουν θετική συσχέτιση με το διαπροσωπικό άγχος των ενηλίκων, το οποίο συσχετίστηκε αρνητικά με τους παράγοντες της διαπροσωπικής αποδοχής, δηλαδή την γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά και στοργή. Καταλήγοντας προβλήματα λόγω της γονεϊκής απόρριψης καταγράφονται και στις μετέπειτα κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, δηλαδή στις φιλίες και στις συντροφικές σχέσεις και γενικότερα στην κοινωνική αποδοχή, τα οποία απομονώνουν ακόμα περισσότερο το άτομο (Campo & Rohner, 1992).

Συνοψίζοντας ο Rohner (2017) στη Θεωρία ΔΑΑ αναφέρει ότι η γονεϊκή απόρριψη αποτελεί μία βασική αιτία που παρεμποδίζει την συναισθηματική ευεξία του ατόμου, την προσωπική εξέλιξη καθώς και την ψυχολογική και κοινωνική του προσαρμογή. Αυτό όμως δεν σημαίνει ότι η γονεϊκή αποδοχή οδηγεί αποκλειστικά σε καλλιέργεια καλής ψυχικής υγείας και καλής προσαρμογής του ατόμου, διότι είναι πιθανό αυτό το άτομο να επηρεαστεί από διάφορους άλλους παράγοντες κατά την διάρκεια της ζωής του και να αναπτύξει προβλήματα. Αξίζει να αναφερθεί ότι η διαμόρφωση μιας ποιοτικής συναισθηματικής σχέσης παιδιού - γονέα (ή παιδιού με τον πρωταρχικό φροντιστή του), σε συνδυασμό με την ύπαρξη διαπροσωπικής αποδοχής, συναισθηματικής ζεστασιάς και στοργής με σταθερό έλεγχο του παιδιού, το προφυλάσσουν από την ανάπτυξη προβλημάτων και την ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα. Παρ' όλα αυτά υπάρχουν και περιπτώσεις στις οποίες ενδιάμεσοι παράγοντες οδηγούν σε αντίθετα από τα αναμενόμενα αποτελέσματα.

Καταλήγοντας ο φαινόμενο της αντιληπτής αποδοχής και απόρριψης επηρεάζει την ψυχολογική προσαρμογή και συμπεριφορά του ατόμου και συνεπώς επηρεάζει και τη ψυχική του υγεία και τις αλληλοεπιδράσεις του με τους άλλους (Leafgran, 1989, όπ. αναφ. στο Khurshid, et al., 2012).

2ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

2.1. Η έννοια της Ψυχολογικής Προσαρμογής (Psychological Adjustment)

Η έννοια της ψυχολογικής προσαρμογής στη Θεωρία της Διαπροσωπικής Αποδοχής-Απόρριψης αφορά την γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη του ατόμου και ταυτόχρονα συνδέεται με την ικανότητα να μπορεί να διαχειρίζεται το περιβάλλον του. Η προσαρμογή και η διαχείριση του περιβάλλοντος πρέπει να γίνεται σε ικανοποιητικό βαθμό και για τους τρεις τομείς γνωστικό, συναισθηματικό και κοινωνικό, με την απουσία εκδήλωσης ενδογενών και εξωγενών δυσλειτουργιών (Garcia-Fernandez et al., 2017· Rohner, 2017).

Ωστόσο στην αντίθετη κατεύθυνση κινείται η έννοια της ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητας ή αδυναμίας ψυχολογικής προσαρμογής (Rohner et. al., 2012). Πρόκειται για μια έννοια αντίθετη της προσαρμογής δηλαδή σχετίζεται με την απουσία της ικανότητας του ατόμου να ανταποκρίνεται και να διαχειρίζεται το περιβάλλον. Επίσης αφορά την έκδηλη διαταραχή στη συναισθηματική υγεία, τον προβληματισμό και την αδυναμία του ατόμου να συμβαδίζει με τις μεταβολές του περιβάλλοντος καθώς επίσης και την περιορισμένη λειτουργικότητα στο γνωστικό, συναισθηματικό ή/και κοινωνικό δυναμικό.

Έρευνες που σχετίζονται με την ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα παρουσιάζουν την γονεϊκή απόρριψη ως προβλεπτικό παράγοντα στις μικρές ηλικίες. Η δυσκολία προσαρμογής έχει διαφορετικές όψεις, οι οποίες ενδέχεται να μεταβάλλονται στο άτομο στα διάφορα ηλικιακά στάδια. Επιπλέον ένα άτομο σε μια περίοδο της ζωής του μπορεί να εκδηλώνει ελαττωματική συμπεριφορά η οποία ωστόσο σε άλλο ηλικιακό στάδιο να καταγράφεται ως φυσιολογική (Γαλανάκη, 2004). Οι ενδείξεις για παρεκκλίνουσα συμπεριφορά καταγράφονται κυρίως στην πρώιμη παιδική ηλικία, με την ηλικία των δύο ετών να αποτελεί το αποκορύφωμα στην εκδήλωση των συμπτωμάτων. Από εκεί κι έπειτα περιοδικά ελαττώνονται και περίπου στην ηλικία των έξι ετών το παιδί έχει απαλλαχθεί από αυτήν την

συμπεριφορά και παρουσιάζει πλέον μία εντελώς διαφορετική από την αρχική (Hill, Degnan, Calkins & Keane, 2006· Tremblay, 2000).

Παρ' όλο που η συμπεριφορά τείνει να γίνεται φυσιολογική ο βαθμός, το μέγεθος, ο ρυθμός επανάληψης και η επίδρασή της αφήνουν το στίγμα τους στο παιδί και πιθανόν προβλέπουν την μετέπειτα συμπεριφορά του.

Στη Θεωρία της Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης ο όρος ψυχολογική προσαρμογή χρησιμοποιείται για να περιγράψει την θέση ενός ατόμου μεταξύ των επτά προδιαθέσεων προσωπικότητας που υποστηρίζονται στην υποθεωρία της προσωπικότητας. Όπως αναφέρθηκε οι προδιαθέσεις προσωπικότητας ομαδοποιούνται ως εξής: α) εχθρότητα, επιθετικότητα, παθητική επιθετικότητα ή προβλήματα διαχείρισης της εχθρότητας και της επιθετικότητας, β) αδυναμία συναισθηματικής ανταπόκρισης γ) εξάρτηση ή αμυντική ανεξαρτησία, ανάλογα με τη μορφή, τη συχνότητα, τη διάρκεια και τη ένταση της αντιλαμβανόμενης απόρριψης δ) χαμηλή αυτοεκτίμηση ε) χαμηλή αυτεπάρκεια στ) συναισθηματική αστάθεια και ζ) αρνητική θεώρηση του κόσμου/κοσμοαντίληψη.

Επίσης όταν ένα άτομο βιώνει απόρριψη από ένα σημαντικό άτομο στην ζωή του (για παράδειγμα τη μητέρα) είναι πιθανό να αναπτύξει συναισθήματα άγχους, αβεβαιότητας και αμφισβήτησης καθώς και να παρουσιάσει προβλήματα στο γνωστικό επίπεδο (Rohner, 2017).

2.2. Παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου

Αξίζει να αναφερθεί ότι στην Θεωρία της Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης, η έννοια της ψυχολογικής προσαρμογής, αναφέρεται στην κοινωνική, συναισθηματική και γνωστική ικανότητα του ατόμου. Η ψυχολογική προσαρμογή των παιδιών και κατ' επέκταση των ενηλίκων διαμορφώνεται από ένα σύνολο διαφορετικών χαρακτηριστικών τα οποία

αλληλοεπιδρούν μεταξύ τους. Τα χαρακτηριστικά αυτά χωρίζονται σε δύο κατηγορίες, τα έμφυτα και τα περιβαλλοντικά (Raine, 2002).

Στα έμφυτα χαρακτηριστικά, τα οποία επηρεάζουν σε κάποιο βαθμό την προσαρμογή, ανήκουν οι οργανικές δυσλειτουργίες και συγκεκριμένα οι εγκεφαλικές βλάβες, τα αναπτυξιακά και συναισθηματικά προβλήματα, η κληρονομικότητα και η ιδιοσυγκρασία (Χρηστάκης, 2010). Ειδικότερα ο ιδιαίτερος τρόπος που αντιδρά κι εκδηλώνει κάποιος τα συναισθήματα και, γενικά τον ψυχικό του κόσμο, βρέθηκε ότι συσχετίζεται με την συναισθηματική αστάθεια, με τα προβλήματα συμπεριφοράς καθώς και με άλλα ψυχικά συμπτώματα (Wichstrom, Penelo, Viddal, De la Osa, & Ezpeleta, 2017).

Πέραν των βιολογικών στοιχείων, υπάρχουν και περιβαλλοντικοί παράγοντες που επηρεάζουν με τη σειρά τους την προσαρμογή του ατόμου. Αυτοί εντοπίζονται στα τρία βασικότερα πλαίσια ανάπτυξης και δραστηριοποίησης του παιδιού, δηλαδή την οικογένεια, το σχολείο και την κοινωνία στην οποία ανήκει (Πουρσανίδου, 2016). Όπως αναφέρθηκε η οικογένεια κατέχει τον σημαντικότερο ρόλο και αποτελεί την βάση ώστε το παιδί να αποκτήσει την προσωπική του ταυτότητα, να αναπτύξει μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα, να έχει ψυχική υγεία και να προσαρμόζεται με άνεση στο περιβάλλον του. Συνεπώς οποιαδήποτε μεταβολή της ομαλής λειτουργίας της, συμπεριλαμβανομένου και της διατάραξης της σχέσης γονέα - παιδιού, μπορεί να αποτελέσει την αιτία ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητας του παιδιού. Στοιχεία επικινδυνότητας αποτελούν η έλλειψη φροντίδας, ζεστασιάς και αγάπης τους ενός ή/και των δύο γονέων (Lyons-Ruth, 1996, όπ. αναφ. στο Καράμπελα, 2019), η χαμηλή κοινωνικο-οικονομική τάξη της οικογένειας (Qi & Kaiser, 2003, όπ. αναφ. στο Καράμπελα, 2019), η αποκλίνουσα γονεϊκή συμπεριφορά καθώς και η απουσία συναισθηματικής σύνδεσης του παιδιού με τους σημαντικούς άλλους, δηλαδή με τους γονείς ή τους πρωταρχικούς φροντιστές (Crawford, Schrock, & Woodruff-Borden, 2011· Jenkins, Simpson, Dunn, Rasbash, & O'Connor, 2005, όπ. αναφ. στο Καράμπελα, 2019).

Το σχολικό περιβάλλον καθώς και η εκάστοτε κοινωνία, αποτελούν εξίσου σημαντικά πλαίσια μαζί με την οικογένεια, τα οποία ενδεχομένως να επηρεάζουν την ψυχοκοινωνική προσαρμογή του παιδιού. Αξίζει να τονιστεί ότι ο εκπαιδευτικός και στη συνέχεια η σχολική μονάδα (διευθυντής, σχολικός σύμβουλος, σχολικός ψυχολόγος), διαδραματίζουν ουσιαστικό ρόλο στον εντοπισμό της διαφορετικής συμπεριφοράς του μαθητή. Ιδιαίτερα ο εκπαιδευτικός είναι αυτός που εντοπίζει πρώτος το πρόβλημα. Γι' αυτόν τον λόγο οφείλει να δημιουργήσει μια δυναμική σχέση με τον μαθητή του, έτσι ώστε να υπάρξει έγκαιρη ανίχνευση των δυσκολιών και ορθή παρέμβαση και λήψη των σωστών μέτρων για την αντιμετώπισή τους. Από την άλλη πλευρά, αναφορικά με το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο, στην έρευνα των Bradshaw, Pas, Debnam, Bottiani, και Rosenberg (2018), διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές που προέρχονταν από διαφορετικές εθνοτικές ομάδες και πολιτισμικά περιβάλλοντα, εμφάνισαν υψηλότερο κίνδυνο εκδήλωσης κοινωνικο- συναισθηματικών προβλημάτων συγκριτικά με τους υπόλοιπους μαθητές. Επιπλέον στους παράγοντες της κοινωνίας που επηρεάζουν το άτομο, συμπεριλαμβάνεται και το οικονομικό επίπεδο της οικογένειας. Συγκεκριμένα βρέθηκε ότι στις χώρες στις οποίες η πλειοψηφία του πληθυσμού ανήκει στην χαμηλή και μεσαία οικονομική τάξη, εμφανίζονται τα περισσότερα κρούσματα ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητας (Dowdall και συν., 2017, όπ αναφ στο Καράμπελα, 2019).

2.3. Ερευνητικά δεδομένα που αναδεικνύουν την ύπαρξης σύνδεσης μεταξύ γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης και ψυχολογικής προσαρμογής

Έρευνες σε παγκόσμιο επίπεδο έχουν δείξει ότι η αντιληπτή γονεϊκή αποδοχή και συναισθηματική ζεστασιά, συσχετίζεται θετικά με την ψυχολογική προσαρμογή, την υγιή προσωπικότητα και την ομαλή ανάπτυξη της συμπεριφοράς (Khaleque & Rohner, 2002a-2012).

Η πρώτη συστηματική ανασκόπηση και μετα-ανάλυση στηρίχθηκε σε 43 έρευνες που περιλάμβαναν 7.563 ερωτηθέντες από δεκαπέντε χώρες παγκοσμίως, συμπεριλαμβανομένου αμερικανικών εθνοτικών ομάδων (π.χ. Αφροαμερικανοί, Ισπανοί-Αμερικανοί). Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν τον ισχυρισμό της Θεωρίας ΓΑΑ αναφορικά με την συσχέτιση της αντιλαμβανόμενης γονεϊκής αποδοχής με τη συνολική ψυχολογική προσαρμογή παιδιών και ενηλίκων (Khaleque & Rohner, 2002a, όπ. αναφ. στο Khaleque & Rohner, 2011).

Η δεύτερη ανασκόπηση και μετα-ανάλυση στηρίχθηκε σε 51 έρευνες που περιλάμβαναν 6.898 ερωτηθέντες από οκτώ κράτη και από εθνοτικές ομάδες των ΗΠΑ. Αυτή η μετα-ανάλυση μελέτησε την αξιοπιστία των μέτρων αυτοαναφοράς που αξιοποιήθηκαν στο σύνολο των ερευνών και συγκεκριμένα το ερωτηματολόγιο Γονεϊκής Αποδοχής και Απόρριψης (ΕΓΑΑ για τη μητέρα και για τον πατέρα) και το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της προσωπικότητας (ΕΑΠ). Τα αποτελέσματα επαλήθευσαν την αξιοπιστία των δύο ερωτηματολογίων για όλες τις μελέτες (Khaleque & Rohner, 2002b, όπ. αναφ. Khaleque & Rohner, 2011).

Η τρίτη μετα-ανάλυση στηρίχθηκε σε δεκαεπτά έρευνες που συμμετείχαν 3.568 ενήλικες που προέρχονταν από δέκα διαφορετικά έθνη. Ανέλυσε και επέκτεινε τα ευρήματα της πρώτης ανασκόπησης και συμπεριέλαβε ακόμη έναν παράγοντα. Για να γίνει πιο σαφές, μελετήθηκε η σχέση μεταξύ της ψυχολογικής προσαρμογής των ενηλίκων ανδρών και γυναικών και της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής στην παιδική ηλικία. Επίσης, ερευνήθηκε αν υπάρχει συσχέτιση μεταξύ της ψυχολογικής προσαρμογής ανδρών και γυναικών και των απόψεών τους αναφορικά με την αποδοχή ή απόρριψη που βίωσαν στην παρούσα κατάσταση από τους οικείους εταίρους τους. Αξίζει να αναφερθεί ότι η μελέτη κατευθύνθηκε κυρίως στην διερεύνηση του εξής ερωτήματος: «η αρνητική επίδραση της απόρριψης από τους οικείους εταίρους στην ψυχολογική προσαρμογή των ενηλίκων είναι ίδια με την επίδραση της ενθουμούμενης γονεϊκής απόρριψης στην παιδική τους ηλικία;». Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η αντιληπτή αποδοχή του συντρόφου και οι αναμνήσεις της παιδικής ηλικίας ως προς τη

γονεϊκή αποδοχή, εμφανίζουν υψηλή θετική συσχέτιση με την υπάρχουσα ψυχολογική προσαρμογή των ενηλίκων ανεξαρτήτως φύλου (Rohner & Khaleque, 2010, όπ. αναφ. στο Khaleque & Rohner, 2011).

Η τέταρτη μετα-ανάλυση στηρίχθηκε σε 68 έρευνες με 19.511 ερωτηθέντες από είκοσι δύο χώρες παγκοσμίως. Τα αποτελέσματα φανέρωσαν ότι το μέγεθος των επιδράσεων από τις συσχετίσεις μεταξύ της αντιλαμβανόμενης γονεϊκής αποδοχής και της ψυχολογικής προσαρμογής των απογόνων παιδιών και ενηλίκων, ήταν στατιστικά σημαντικό για όλες τις χώρες που έγιναν μελέτες. Επιπρόσθετα το μέσο μέγεθος της επίδρασης που προέκυψε από τη συσχέτιση αντιλαμβανόμενης πατρικής αποδοχής και ψυχολογικής προσαρμογής των παιδιών ήταν στατιστικά σημαντικά μεγαλύτερο από αυτό που προέκυψε μέσω της συσχέτισης αντιλαμβανόμενης μητρικής αποδοχής και ψυχολογικής προσαρμογής των παιδιών (Khaleque & Rohner, στον Τύπο, όπ. αναφ. στο Khaleque & Rohner, 2011).

Η μελέτη των Khaleque και Rohner (2011) επιχειρεί να επεκτείνει τις παραπάνω μετα-αναλύσεις και αλλάζει την ιδέα της συνολικής ψυχολογικής προσαρμογής όπως περιγράφεται στην Θεωρία ΔΑΑ. Συγκεκριμένα εστιάζει στις επτά προδιαθέσεις της προσωπικότητας, που αναφέρθηκαν παραπάνω, και στην αξιολόγηση της συσχέτισης αυτών των τάσεων αρχικά με τις αντιλήψεις των παιδιών περί γονεϊκής αποδοχής και απόρριψης και έπειτα με τις αναμνήσεις των ενηλίκων για την γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη που έχουν αισθανθεί στην παιδική ηλικία.

Στην έρευνα των Rohner και Khaleque (2002a) τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πατρική αποδοχή που είχαν βιώσει οι γυναίκες κατά την παιδική ηλικία, είχε στατιστικά μεγαλύτερη επίδραση στην ψυχολογική τους προσαρμογή συγκριτικά με τους άνδρες.

Επιπλέον μία έρευνα που διεξήχθη σε 13 χώρες με 3.483 ενήλικες συμμετέχοντες, εξέτασε αν οι αναμνήσεις των ενηλίκων (τόσο των ανδρών όσο και των γυναικών) αναφορικά με τη απόρριψη (τόσο της μητέρας όσο και του πατέρα) στην παιδική ηλικία, σχετίζονται με

το φόβο των ενηλίκων για στενές διαπροσωπικές σχέσεις, με διαμεσολαβητικό ρόλο να κατέχει η αδυναμία ψυχολογικής προσαρμογής και το άγχος των διαπροσωπικών σχέσεων. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η ενθουμούμενη μητρική και πατρική απόρριψη προέβλεπε τον φόβο για στενές διαπροσωπικές σχέσεις ανδρών και γυναικών και από τις 13 χώρες και επιπρόσθετα σε όλες τις χώρες, οι αναμνήσεις ανδρών και γυναικών για την μητρική και πατρική απόρριψη, είχαν θετική συσχέτιση με την αδυναμία ψυχολογικής προσαρμογής και το άγχος διαπροσωπικών σχέσεων (Rohner et al., 2019).

Καταλήγοντας, το περιεχόμενο της θεωρία γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης, σταδιακά εμπλουτίστηκε και ξεκίνησε να εστιάζει στο σύνολο των τις παραμέτρων της διαπροσωπικής αποδοχής και απόρριψης (Khaleque, 2007).

2.4 Αδυναμία Ψυχολογικής Προσαρμογής

Πλήθος ερευνών από όλο τον κόσμο ενισχύουν το επιχειρήμα της ουσιαστικής διαπολιτισμικής σύνδεσης της γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης με την ψυχολογική προσαρμογή. Ουσιαστικά παραδείγματα αποτελούν αρχικά μια διεθνής έρευνα σε εκατόν ένα κράτη η οποία τεκμηριώνει ορθά αυτόν τον ισχυρισμό (Rohner, 1975). Επίσης σε μια μελέτη του, ο Cournoyer (2000, όπ. αναφ. στο Rohner et al., 2005) επισήμανε μια λίστα πολιτισμικών και κοινωνικών συνόλων ανά τον κόσμο, στα οποία βρέθηκε και επαληθεύτηκε το συγκεκριμένο αξίωμα, ενδεικτικά ΗΠΑ, Μπαχρέιν, Μεξικό, Πακιστάν, Ινδία (Al-Falaj, 1991· Rohner, 1986· Rohner, Kean, & Cournoyer, 1991· Rohner, Roll, & Rohner, 1980, όπ. αναφ. στο Rohner et al., 2005). Αξίζει να αναφερθεί ότι μία μελέτη μετα-ανάλυση των Khaleque & Rohner (2002a), με 7.563 συμμετέχοντες από σαράντα τρεις έρευνες, επισήμανε ότι τα αποτελέσματα σχεδόν όλων των ερευνών που παρουσίασαν σημαντική συσχέτιση της αντιληπτής γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης με την ψυχολογική προσαρμογή.

Οι Khaleque και Rohner (2002a) σε μια μελέτη μετα-ανάλυσης σαράντα τριών ερευνών με 7.563 συμμετέχοντες από όλο τον κόσμο, με ηλικίες από έξι έως ογδόντα εννέα ετών. Σε όλες τις έρευνες χρησιμοποιήθηκαν τα ερωτηματολόγια ΕΓΑΑ για παιδιά και ενήλικες και το ΕΑΠ για παιδιά και ενήλικες. Τα αποτελέσματα της μελέτης τους υποστηρίζουν τους ισχυρισμούς της Θεωρίας ΓΑΑ και κατ' επέκταση της Θεωρίας ΔΑΑ και συγκεκριμένα ότι η υψηλή ενθουμούμενη/αντιληπτή γονεϊκή απόρριψη συσχετίζεται παγκοσμίως με υψηλή ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητα τόσο στα παιδιά όσο και στους ενήλικες (Rohner 1986, 1999a, όπ. αναφ. στο Khaleque & Rohner, 2002). Επίσης επιβεβαιώνουν τις προσδοκίες της Θεωρίας ΔΑΑ, καθώς το μέγεθος της συσχέτισης μεταξύ της αντιληπτής γονεϊκής απόρριψης και της ψυχολογικής προσαρμογής, τείνει να είναι ισχυρότερη στην παιδική από την ενήλικη ζωή. Αυτό συμβαίνει διότι τα παιδιά εξακολουθούν να επηρεάζονται, μέρα με τη μέρα, είτε από την αποδοχή και την αγάπη των γονέων τους είτε από την απόρριψη και απόσυρση της αγάπης τους, σε αντίθεση με τους ενήλικες στους οποίους η απόσταση στη γονεϊκή σχέση τείνει να μεγαλώνει με το πέρασμα του χρόνου (Rohner, 1986· Rohner, 1992a, όπως αναφ. στο Khaleque & Rohner, 2002). Καταλήγοντας τα στοιχεία που παρέχονται από την συγκεκριμένη μετα-ανάλυση δείχνουν ότι οι παγκόσμιες μελέτες στην συντριπτική πλειοψηφία, είναι σύμφωνες με τις αντιλήψεις της Θεωρίας ΔΑΑ. Δηλαδή υποστηρίζουν την ύπαρξη σχέσης της ενθουμούμενης/αντιληπτής αποδοχής και απόρριψης με έναν ιδιαίτερο σχηματισμό προσωπικών διαθέσεων και ψυχολογικών καταστάσεων, τα οποία στο σύνολό τους αναδεικνύουν την ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου. Ως προς τους ενήλικες η ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη συνδέεται σε ποσοστό 26% με την ψυχολογική προσαρμογή και υπάρχει κι ένα ποσοστό που αφορά περιβαλλοντικούς και βιολογικούς παράγοντες (όπως η αλληλεπίδραση με τον κοινωνικό περίγυρο, οι στάσεις και οι συμπεριφορές) το οποίο συνδέεται με την ψυχολογική προσαρμογή. Τα αποτελέσματα των ερευνών δεν αποδεικνύουν αιτιώδη σχέση μεταξύ των δύο μεταβλητών, ωστόσο υποδηλώνουν έντονα ότι πιθανόν να υπάρχει μια αιτιακή σχέση μεταξύ των παιδικών βιωμάτων γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης και της υπάρχουσας ή μετέπειτα ψυχικής υγείας παιδιών και ενηλίκων.

Αξίζει να αναφερθεί ότι οι Rohner και Britner (2002) στην μελέτη τους για την παγκόσμια ψυχική υγεία, βρήκαν ότι αυτή συσχετίζεται με την γονεϊκή αποδοχή - απόρριψη και συγκεκριμένα ότι η γονεϊκή απόρριψη τείνει να προηγείται της ανάπτυξης ποικίλων προβλημάτων ψυχικής υγείας (όπως η κατάθλιψη). Επιπλέον μπορεί να προκαλέσει συμπεριφορικά προβλήματα και κατάχρηση ουσιών που επηρεάζουν εξίσου την προσαρμογή του.

Στην έρευνα του Khaleque (2011), η οποία συμπεριλάμβανε 98 συμμετέχοντες Αμερικανούς ενήλικες, τα αποτελέσματα φανέρωσαν θετική συσχέτιση της μητρικής και της πατρικής αποδοχής με την ψυχολογική προσαρμογή τόσο των ανδρών όσο και των γυναικών. Επίσης στους άνδρες αναφέρεται η ανεξάρτητη επίδραση της πατρικής αποδοχής στην ψυχολογική προσαρμογή τους, ενώ στις γυναίκες σημειώνεται η ανεξάρτητη επίδραση τόσο της μητρικής όσο και της πατρικής αποδοχής στην ψυχολογική τους προσαρμογή.

Επιπρόσθετα μια μελέτη μετα-ανάλυσης των Ali, Khaleque και Rohner (2015) στηρίχθηκε σε διακόσιες είκοσι μελέτες 33.081 ερωτηθέντων από είκοσι τρεις εθνικότητες παγκοσμίως. Τα αποτελέσματα κατέγραψαν την σημαντική θετική συσχέτιση της ενθουμούμενης/αντιληπτής γονεϊκής αποδοχής με την ψυχολογική προσαρμογή τόσο των παιδιών όσο και των ενηλίκων. Αναφορικά με την αντιληπτή γονεϊκή αποδοχή των παιδιών και τη συσχέτισή της με την ψυχολογική προσαρμογή τους δεν βρέθηκαν διαφορές ως προς το φύλο. Ακόμα αναφορικά με τις ενήλικες κόρες επισημαίνεται ότι οι αναμνήσεις τους περί πατρικής αποδοχής έχουν ισχυρότερη συσχέτιση με την ψυχολογική τους προσαρμογή συγκριτικά με τις αναμνήσεις τους περί μητρικής.

Μια ακόμη μελέτη των Sultana και Khaleque (2015), η οποία στόχευε στη διερεύνηση πιθανής συσχέτισης μεταξύ της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής, διακοσίων ενηλίκων από το Μπαγκλαντές και της υπάρχουσας ψυχολογικής προσαρμογής. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τόσο η πατρική όσο και η μητρική αποδοχή έχουν σημαντική ανεξάρτητη επίδραση στην ψυχολογική προσαρμογή των ανδρών, αλλά μόνο η πατρική αποδοχή έχει σημαντική ανεξάρτητη επίδραση στην ψυχολογική προσαρμογή των γυναικών. Η πατρική αποδοχή

θεωρείται ότι μπορεί να αποτελέσει παράγοντα μεγαλύτερης μεταβλητότητας της ψυχολογικής προσαρμογής των ατόμων σε σχέση με την μητρική αποδοχή. Επίσης βρέθηκε ότι το φύλο των γονέων έχει σημαντική αλληλεπίδραση στην ψυχολογική προσαρμογή των γυναικών αλλά όχι των ανδρών και τέλος οι ενήλικες κόρες ανέφεραν σημαντικά μεγαλύτερη γονεϊκή αποδοχή καθώς και υψηλότερη ψυχολογική προσαρμογή σε σχέση με τους ενήλικες γιους.

Επιπρόσθετα σε πρόσφατη έρευνα των Khaleque, Hussain, Gul και Zahra (2018) εξετάστηκαν οι σχέσεις που διέπουν την ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη με την ψυχολογική προσαρμογή και τον φόβο της οικειότητας, 366 ενηλίκων συμμετεχόντων από το Πακιστάν. Οι ενήλικες χωρίστηκαν σε άνδρες και γυναίκες και σε τρεις κατηγορίες βάσει ηλικίας, στους νέους ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένους, όπως ακριβώς επιχειρήθηκε και στην παρούσα έρευνα. Αξίζει να αναφερθεί ότι από τα αποτελέσματα της έρευνάς τους προέκυψαν τα ακόλουθα. Αρχικά μόνο οι νέοι ενήλικες άνδρες αντιλαμβάνονται πατρική και μητρική απόρριψη κατά την παιδική τους ηλικία συγκριτικά με τις νέες ενήλικες γυναίκες. Οι ενήλικες που είχαν βιώσει γονεϊκή απόρριψη, ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητας, άγχους και φόβου οικειότητας συγκριτικά με τους ενήλικες που είχαν βιώσει γονεϊκή αποδοχή, εκτός των ηλικιωμένων. Επίσης και στα δύο φύλα όλων των ηλικιών, πέραν των ηλικιωμένων, παρατηρήθηκε σημαντική θετική συσχέτιση της ενθουμούμενης πατρικής και μητρικής αποδοχής με την υπάρχουσα ψυχολογική προσαρμογή τους. Τέλος βρέθηκε ότι η μητρική αποδοχή έχει σημαντική και ανεξάρτητη συνεισφορά στην ψυχολογική προσαρμογή μόνο των νέων ενηλίκων ενώ η πατρική αποδοχή στην έχει σημαντική ανεξάρτητη συνεισφορά στην ψυχολογική προσαρμογή τόσο των νέων ενηλίκων όσο και των ηλικιωμένων και για τα δύο φύλα.

3ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

3.1. Προσδιορισμός την έννοιας της Συγχώρεσης (Forgiveness)

Η έννοια της συγχώρεσης είναι μια πολυδιάστατη έννοια και οι βάσεις της τοποθετούνται στην αρχαιότητα. Μέχρι σήμερα, πολλοί άνθρωποι έχουν επιχειρήσει να ασχοληθούν και να την οριοθετήσουν. Η επιστημονική μελέτη της συγχώρεσης είναι πρόσφατο ζήτημα που άρχισε την δεκαετία του 1970, ενώ ιδιαίτερα σημαντικό είναι το ενδιαφέρον των επιστημονικών κλάδων της Ψυχολογίας και της Παιδαγωγικής γύρω από την έρευνα αυτού του θέματος (Enright, Santos, & Al-mabuk, 1989, όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018). Η συστηματική μελέτη άρχισε με τον καθηγητή Robert Enright, ο οποίος ορίζει τη συγχώρεση ως την προσπάθεια και την επιθυμία για απόσυρση από την αγανάκτηση που προκάλεσε η δυσάρεστη συμπεριφορά κάποιου (θύτης ή παραβάτης) και η αντιμετώπισή του με αγάπη, κατανόηση και μεγαλοψυχία, αν και ο θύτης δεν έχει αυτό το δικαίωμα (Enright, 2001, όπ. αναφ. στο Wedding, Zettle, & Gird, 2012). Άλλοι ερευνητές διαχωρίζουν τον όρο «συγχωρητικότητα» που αφορά την ιδιότητα ή προδιάθεση του ανθρώπου να συγχωρεί, από τον όρο «συγχώρεση» που είναι η ίδια η πράξη της συγχώρεσης (Enright, 2001· Enright, 2012a· Enright et al., 2010· Gambaro et al, 2008· Gassin et al, 2005· Holter et al., 2008, όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018).

Από την ετυμολογία της λέξης «συγχωρώ» μπορεί να γίνει κατανοητή η ουσία της έννοιας συγχώρεση. Συγκεκριμένα «συγχωρώ» (συν + χωρώ) σημαίνει ότι αφήνω χώρο στην καρδιά, στην ψυχή και στο μυαλό μου, έτσι ώστε να εισέλθουν οι άνθρωποι που με στηρίζουν αλλά και αυτοί που με στεναχώρησαν (Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018).

Σήμερα, συναντάται μία ποικιλία απόψεων των ερευνητών για τον ορισμό της έννοιας της συγχώρεσης. Κοινό στοιχείο των αντιλήψεών τους είναι ότι η συγχώρεση έχει σαν

αποτέλεσμα την απελευθέρωση του ατόμου από δυσμενή συναισθήματα, όπως της οργής και του θυμού, της απογοήτευσης, της δυσαρέσκειας, της αγανάκτησης καθώς και της εκδίκησης. Αξίζει να αναφερθεί η κυρίαρχη ερευνητική θέση ότι στα όρια της συγχώρεσης υπάρχει μετατροπή αυτών των αρνητικών συναισθημάτων σε ευχάριστα συναισθήματα όπως είναι ο σεβασμός και η ένδειξη επιείκειας συμπόνιας και στοργής (Μπρούζος, Βασιλόπουλος, Σουρτζίνου, & Μπαούρδα, 2019). Επίσης οι Worthington και Scherer (2004) αναφέρουν δύο είδη συγχώρεσης, την συναισθηματική και την αποφασιστική συγχώρεση. Η συναισθηματική συγχώρεση βασίζεται σε ένα υποσύνολο αρνητικών συναισθημάτων που περιλαμβάνουν κυρίως δυσαρέσκεια, πικρία, εχθρότητα, μίσος και ενεργοποιείται με την αντικατάσταση αυτών με θετικά συναισθήματα όπως αγάπη, χαρά και ειρήνη (Toussaint & Friedman, 2008· Worthington & Scherer, 2004). Η αποφασιστική συγχώρεση, από την άλλη πλευρά, βασίζεται στις πεποιθήσεις του ατόμου που πληγώθηκε για την μελλοντική αλληλεπίδρασή του με τον θύτη. Τέλος τονίζουν ότι η συναισθηματική και αποφασιστική συγχώρεση μπορεί να συμβαδίζουν ή να αποκλίνουν. Για παράδειγμα, η αποφασιστική συγχώρεση ενδεχομένως να προηγείται και να διευκολύνει την συναισθηματική συγχώρεση ωστόσο αυτό δεν μπορεί να συμβαίνει σε όλες τις περιπτώσεις.

Η γνωστική ψυχολογία υπογραμμίζεται ότι η συγχώρεση είναι το αποτέλεσμα της αναπλαισίωσης της αντιληπτής βλάβης και της τροποποίησης προηγούμενων αντιλήψεων του ατόμου για τον εαυτό του, τους άλλους ανθρώπους και τον κόσμο (Flanigan, 1992· Gordon & Baucom, 1998· Gordon, Baucom, & Snyder, 2005· Thompson et al., 2005, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018).

Επιπλέον στην βιβλιογραφία εμφανίζεται η θεωρία περί διαπροσωπικής συγχώρεσης, η οποία σχετίζεται με ένα χαμηλό κίνητρο αποφυγής του θύτη και ένα χαμηλό κίνητρο εκδίκησης μετά κάποια αδικία σε διαπροσωπικό επίπεδο (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997, όπ. αναφ. στο McCullough, et. al. 1999). Οι παράγοντες που επηρεάζουν την διαπροσωπική συγχώρεση ταξινομούνται σε τέσσερις εννοιολογικούς άξονες. Οι

καθοριστικότεροι παράγοντες της συγχώρεσης είναι κοινωνικές-γνωστικές ή συναισθηματικές μεταβλητές που σχετίζονται με τον τρόπο που το θύμα σκέφτεται και αισθάνεται για τον θύτη και το αδίκημα. Σε μέτριο βαθμό επηρεάζουν οι μεταβλητές που αφορούν τα χαρακτηριστικά του ίδιου του αδικήματος και σε μικρότερο βαθμό επηρεάζει ένα σύνολο παραγόντων που περιλαμβάνει τις ιδιότητες της διαπροσωπικής σχέσης στην οποία λαμβάνει χώρα το αδίκημα (McCullough et al., 1999)

3.2. Οι θετικές επιδράσεις της συγχώρεσης

Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως η έννοια της συγχώρεσης αφορά την επιθυμία των ανθρώπων να ξεπεράσουν οποιοδήποτε πόνο τους αλλά και να απαλλαχθούν από την οργή και τα υπόλοιπα δυσάρεστα συναισθήματα προς τα άτομα που τους έβλαψαν. Το άτομο που συγχωρεί καταφέρνει να προσπεράσει τις δυσάρεστες αναμνήσεις και να αντικαταστήσει τα αρνητικά συναισθήματα με θετικά, καταφέρνει τελικά να βελτιώσει τις διαπροσωπικές του σχέσεις και να αλληλοεπιδράσει με τους άλλους μέσα σε ένα κλίμα εμπιστοσύνης.

Τα ευρήματα ερευνών μέχρι σήμερα έχουν δείξει ότι η συγχωρητικότητα έχει την δύναμη να αποκαταστήσει τις δύσκολες διαπροσωπικές σχέσεις και να βελτιώσει την προσωπική ευημερία. Η μελέτη των Fincham, Beach και Davila, (2004, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018) έδειξε την ύπαρξη συσχέτισης μεταξύ της συγχώρεσης και της υψηλής ποιότητας των στενών δεσμών. Επιπρόσθετα τα αποτελέσματα άλλων επιστημονικών ερευνών φανέρωσαν ότι η συγχώρεση σχετίζεται με την αισιοδοξία, την ελπίδα, την ευγνωμοσύνη (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014), την σωματική και ψυχική υγεία (Thomson & Shahen, 2003· Toussaint, Worthington, & Williams, 2015, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018·) καθώς και με την ψυχολογική, πνευματική και υπαρξιακή ευημερία (Enright, 2001· Hill & Allemand, 2010· Malone et al., 2011· Rye et al., 2001· Toussaint & Friedman, 2008· Toussaint & Webb, 2005, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014).

Επίσης η συγχωρητικότητα εμφανίζει συσχέτιση με τη θετική επίδραση (Maltby, Day & Barber, 2004, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014) και με την ποιότητα ζωής (Friedman & Toussiant, 2006, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014). Τέλος η συγχωρητικότητα αποτελεί κύριο παράγοντα της ψυχολογικής προσαρμογής (Uysal & Satici, 2014).

Οι Kaleta και Mróz (2018) μελέτησαν τις σχέσεις μεταξύ της τάσης για συγχώρεση του εαυτού, των άλλων και των καταστάσεων και της ικανοποίησης της ζωής, μεταξύ ενηλίκων όλων των ηλικιών. Στη έρευνα διαχωρίστηκε η θετική από την αρνητική διάσταση της συγχώρεσης. Η αρνητική πτυχή συνεπάγεται την υπερνίκηση της μη αδιαλλαξίας και της δυσαρέσκειας (Wade & Worthington, 2003, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018). Η θετική πτυχή της συγχώρεσης περιλαμβάνει τα συναισθήματα που βασίζονται στην αγάπη και σε κίνητρα φιλοκοινωνική συμπεριφοράς, τα οποία απορρέουν από αναδιατυπωμένες υποθέσεις για τον εαυτό, τους άλλους και τον κόσμο (Fincham, 2009, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ τους και συγκεκριμένα βρέθηκε θετική συσχέτιση θετικής και αρνητικής πτυχής της συγχώρεσης με την ικανοποίηση της ζωής (στις ηλικίες 19-30 και 41-50 ετών). Επίσης και σε άλλες έρευνες διαπιστώθηκε η ύπαρξη συσχέτισης της συγχώρεσης με την ικανοποίηση ζωής (McCullough et al., 2001· Sastre et al., 2003).

Η έρευνα των McCullough et al. (1998), περιλάμβανε τέσσερις υπο-μελέτες με στόχο να εξετάσει τις σχέσεις που υπάρχουν μεταξύ της συγχώρεσης και των κοινωνικο-συναισθηματικών παραγόντων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ενσυναίσθηση αποτελεί τον πιο άμεσο καθοριστικό παράγοντα της συγχώρεσης και ότι υπάρχει υψηλή θετική συσχέτιση μεταξύ της συγχώρεσης με την ενσυναίσθηση και με την απολογία του θύτη - τη συγγνώμη. Η συγγνώμη του θύτη φάνηκε ότι έχει διαμεσολαβητικό ρόλο μεταξύ την ενσυναίσθησης και της προηγούμενης στενής και ικανοποιητικής σχέσης που διατηρούσαν ο θύτης με το θύμα. Ακόμα βρέθηκε ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ στενής και ικανοποιητικής σχέσης θύτη - θύματος πριν την αδικία, της συγγνώμης, της ενσυναίσθησης, της συγχώρεσης και της διατήρησης

ικανοποιητικής σχέσης των ατόμων μετά την αδικία. Τέλος τα ευρήματα αυξάνουν τα προηγούμενα ευρήματα ότι η συγχώρεση όχι μόνο συμβαίνει συχνότερα στο πλαίσιο ικανοποιητικών στενών σχέσεων, αλλά μπορεί επίσης να κατανοηθεί ως ψυχολογικός παράγοντας που συνδέεται με την αποκατάσταση της προηγούμενης στενής σχέσης μετά από την διαπροσωπική αδικία, στο πλαίσιο της συνεργασίας των ατόμων (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997· Komorita et al., 1991, όπ. αναφ. στο McCullough, et al., 1999). Επίσης η έρευνα των Tsang και Stanford (2006, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014) τόνισε την ύπαρξη συσχέτισης μεταξύ συγχώρεσης και ενσυναίσθησης.

Το άτομο που έχει έχει προδιάθεση να συγχωρεί, μπορεί να ελαχιστοποιήσει την πιθανότητα λανθασμένων επιλογών και της εκδήλωσης μη αποδεκτών συμπεριφορών και σφαλμάτων (Liu, Lu, Zhou, & Su, 2013).

Αξίζει να τονιστεί το μεγαλείο της συγχώρεσης και η μέγιστη προσφορά της στον άνθρωπο. Παρόλο που θεωρητικά θα έλεγε κανείς ότι η συγχώρεση και η λογική δεν συμβαδίζουν, φαίνεται πως η συγχώρεση στην ουσία ξεπερνάει τον ανθρώπινο νου. Είναι εμφανές ότι ένας άνθρωπος, από την φύση του επιθυμεί και τρέφει στοργή για πρόσωπα τα οποία τον αποδέχονται, ενώ αποτελεί μια δύσκολη δοκιμασία να δεχτεί κάποιον που του εκπέμπει μηνύματα ψυχρότητας, πόσο μάλλον να συγχωρήσει κάποιον που τον έβλαψε (Baskin & Enright, 2004· Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018). Μέσω της συγχώρεσης αποκαθίσταται η προσωπική ισχύς του ατόμου και η πίστη του για τους άλλους, ενώ παράλληλα ενισχύεται η προσδοκία για την εξομάλυνση των κοινωνικών και εθνοτικών συγκρούσεων (Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018).

Τέλος υπάρχει ένα εύρος ανθρώπινων προβλημάτων στα οποία εφαρμόζεται με επιτυχία η θεραπεία της συγχώρεσης. Τα πλεονεκτήματα που προκύπτουν μέσα από τη διαδικασία της συγχώρεσης, οδήγησαν τους ερευνητές στην διαμόρφωση ποικίλων παρεμβάσεων, μέσω των οποίων τα άτομα εργάζονται έτσι ώστε να συγχωρέσουν τα άτομα που τους έβλαψαν. Η αποδοχή του ατόμου-θύτη από το άτομο-θύμα καθώς και η αναγνώριση

της ηθικής αξίας του ανθρώπου, αποτελούν βασική πτυχή για την επιτυχία της θεραπείας (Enright & the Human Development Study Group, 1994 όπ. αναφ. στο Sutton, 2017). Το πρώτο μοντέλο που δημιουργήθηκε είναι του Enright και Human Development Study Group (1991, όπ. αναφ. στο Sutton, 2017) και σε αυτό βασίζονται όλα τα υπόλοιπα προγράμματα παρέμβασης. Σύμφωνα με αυτό, το άτομο ενεργεί μέσω τεσσάρων σταδίων ξεκινώντας από την αναγνώριση της αδικίας που βίωσε και καταλήγοντας στην εμπειρία της συναισθηματικής ανακούφισης.

3.3. Τα χαρακτηριστικά της συγχώρεσης

Στην μελέτη της η Γαλίτη-Κυρβασίλη (2018), τονίζεται ότι με τη συγχωρητικότητα, ο άνθρωπος υπερβαίνει τον εγωκεντρισμό και παρέχει αγάπη στο άτομο που τον έβλαψε. Με αυτόν τον τρόπο σταματάει το συνεχόμενο συναίσθημα θυμού, οργής και εκδικητικότητας, προφυλάσσοντας παράλληλα τον εαυτό του από την πιθανότητα απροθυμίας και μη τροποποίησης της συμπεριφοράς του θύτη. Ο άνθρωπος που συγχωρεί βλέπει τον άλλο από μια ευρύτερη οπτική και διαθέτει ενσυναίσθηση. Κατανοεί ότι το άτομο που τον έβλαψε ενδεχομένως να έχει και καλές στιγμές, ενώ η αρνητική του συμπεριφορά μπορεί να πηγάζει για παράδειγμα από αρνητικά βιώματα ή από απόρριψη του άμεσου οικείου περιβάλλοντος κατά την παιδική ηλικία.

Σύμφωνα με έρευνες η συγχώρεση συνδέεται με θετικές συναισθηματικές εμπειρίες (Ricciardi et. al. 2013). Κατά τον ορισμό για την συγχώρεση που δίνει ο Enright (2001, όπ. αναφ. στο Μπούζος κ.συν., 2019) πρόκειται για έναν όρο που εμπεριέχει δομικά στοιχεία από το γνωστικό, συναισθηματικό και συμπεριφορικό κλάδο και παράλληλα τοποθετείται μέσα σε ένα μοντέλο διεργασίας.

Επιπλέον και η ίδια η διαδικασία συγχώρεσης απαιτεί χρόνο καθώς δεν είναι τόσο εύκολο για έναν άνθρωπο που έχει βιώσει αρνητικά συναισθήματα εξαιτίας κάποιου άλλου να

τα ξεπεράσει. Δεν σημαίνει όμως ότι κάποιος που βίωσε μια αρνητική συμπεριφορά και δυσκολεύεται να συγχωρήσει πως είναι εγωιστής και δεν μπορεί να μπει στην θέση του θύτη ώστε να κατανοήσει τα αίτια που μπορεί να τον οδήγησαν σε αυτήν την πράξη. Μπορεί να μην το επιτρέπουν οι συνθήκες εκείνη την στιγμή. Βέβαια ο χρόνος και η προσπάθεια για συγχώρεση διαφοροποιούνται από άνθρωπο σε άνθρωπο και εξαρτώνται από ορισμένα στοιχεία. Για παράδειγμα εξαρτάται από την αυτοεκτίμηση του ατόμου, το μέγεθος της βλάβης και τις επιπτώσεις που αυτή επιφέρει, το πρόσωπο που φέρθηκε άδιστα και η σχέση που τον συνδέει με το θύμα, καθώς και η παραδοχή του λάθους και η πραγματική μετάνοια του θύτη. Τέλος και το άτομο που πλήγωσε κάποιον μπορεί να μετανιώσει και να προσπαθήσει να διορθώσει την κατάσταση, ωστόσο κι αυτό μπορεί να πάρει αρκετό χρόνο.

Σύμφωνα με τον Enright (2001, όπ. αναφ. στο Wedding et al., 2012), το θύμα που συγχωρεί, ανακαλύπτει τον εαυτό του μέσα από τα δυνατά χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, τα κατορθώματά του, καθώς και μέσα από τις ήπιες και θετικές σχέσεις με τους γονείς του και τους σημαντικούς άλλους. Πρόκειται για ένα άτομο με υψηλή αυτοεκτίμηση το οποίο μπορεί να ξεπεράσει τη δυσαρέσκειά του για τον θύτη και να τον συγχωρήσει. Η υπέρβαση της δυσαρέσκειας με έναν τέτοιο τρόπο, ο οποίος δεν οδηγεί αποκλειστικά σε μια αλλαγή στάσης του θύματος, είναι η βάση της συγχώρεσης.

Μέσα από συμπεράσματα ερευνών έχει φανεί ότι οι παρεμβάσεις και η εκπαίδευση που αποσκοπούν στην καλλιέργεια της συγχώρεσης, αποτελούν ουσιαστική και αποτελεσματική μέθοδο για την ελάττωση ή ακόμα και καταπολέμηση των αρνητικών συνεπειών που προκαλούνται από τα αρνητικά συναισθήματα, την εξάλειψη της ένοχης συνείδησης, την κατανόηση της εναλλακτικής συμπεριφοράς που μπορεί να οδηγήσει σε συμφιλίωση και την καλλιέργεια της συγχώρεσης του εαυτού (Jacinto, 2010). Επίσης η εκπαίδευση πάνω στη συγχώρεση δεν είναι εύκολη διαδικασία, απαιτεί χρόνο και συνεχή προσπάθεια για να μπορέσει το άτομο να την κατακτήσει ακόμα έστω και μέχρι ενός ορισμένου σημείου. Η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων παρέμβασης της συγχωρητικότητας έχει

εξακριβωθεί από διεθνείς έρευνες και παράλληλα λόγω της διαπροσωπική της φύσης της χρησιμοποιείται ως εργαλείο σε τομείς όπως είναι η συμβουλευτική γονέων, οι οικογενειακές και οι κοινωνικές σχέσεις (Coyle & Enright, 1997· Freedman & Enright, 1996).

Ο άνθρωπος επιλέγει ελεύθερα εάν θα συγχωρήσει. Μελέτες έχουν δείξει ότι η διαδικασία συγχώρεσης ενεργοποιείται όταν ένα άτομο παίρνει μια συνειδητή απόφαση να συγχωρήσει, βλέπει τα πράγματα διαφορετικά και στη συνέχεια μετατρέπει τη διαδικασία σε μια υψηλότερη δύναμη, τη δύναμη του Εαυτού (Friedman, 2000· Inner Peace, 1975· Jampolisky, 1999, όπ. αναφ. στο Toussaint & Friedman, 2008). Πρόκειται για μια στάσης ζωής όπου το άτομο υπερβαίνει τον εαυτό του, κάνει υπομονή και κατανοεί τον άλλο (Enright, 2001, όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018). Επίσης η συγχώρεση αν και δεν θα επιλύσει παγιωμένες και εκτεταμένες ανισότητες, μπορεί να αποτελεί πανάκεια για άτομα, οικογένειες αλλά και, κοινωνίες και να προστατεύσει από τις αδικίες. Το άτομο που δεν συγχωρεί μπορεί να βιώνει για όλη την ζωή του τα συναισθήματα μίσους προς αυτόν ή αυτούς που τον έβλαψαν, προκαλώντας πρωτίστως προβλήματα στην προσαρμογή του και στην ψυχική του υγεία (Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018· Jacinto G., 2010). Επιπλέον σύμφωνα με την έρευνα των Sansone, Kelley και Forbisd (2014), τα άτομα που έχουν βιώσει απόρριψη και εκφοβισμό στην παιδική τους ηλικία εμφανίζουν συναισθήματα θυματοποίησης στην ενήλικη ζωή και δείχνουν λιγότερη ανοχή απέναντι στους άλλους.

Καταλήγοντας η συγχωρητικότητα είναι μια πολύπλοκη και σύνθετη διεργασία του εαυτού η οποία αντανακλάται στον εσωτερικό κόσμο του ανθρώπου και δεν μπορεί να χαρακτηριστεί μόνο ως εκούσια πράξη και ελεγχόμενη διαδικασία. Στην έρευνα του Hill (2001), τονίζεται ότι αποτελεί συστατικό της ομαλής ανάπτυξης του ατόμου και μέσω αυτής επιτυγχάνεται η βελτίωση των διαταραγμένων διαπροσωπικών σχέσεων. Το άτομο που δέχτηκε αρνητική συμπεριφορά, πρέπει αρχικά να αξιολογήσει την κατάσταση και να αποφύγει την αποδοκιμασία, χωρίς ωστόσο να δικαιολογήσει την πράξη (Braithwaite, Selby

& Fincham, 2011). Τέλος μελέτες τονίζουν την ύπαρξη συσχέτισης ανάμεσα στη συγχώρεση και τη θρησκεία, την προσαρμογή, την αισιοδοξία και τη θετική θεώρηση του κόσμου.

3.3.1. Αντιλήψεις για τη θετική στάση του θύματος απέναντι τον θύτη

Σύμφωνα με τον Hampton (1989, όπ. αναφ. στο Enright, 2012), η συγχώρεση συνεπάγεται την υπερνίκηση των διαφόρων μορφών του θυμού, και αποτελεί δέσμευση για μια διαδικασία αλλαγής της στάσης του ατόμου που συγχωρεί (θύμα) ως προς τον παραβάτη. (θύτης). Δηλαδή το θύμα που συγχωρεί, μπορεί και διαχωρίζει τον θύτη σαν προσωπικότητα από την αρνητική του συμπεριφορά και τον βλέπει πλέον ως τίμιο και αξιοπρεπή, παρά τις άδικες πράξεις του: «Η συγχώρεση είναι επομένως η απόφαση να δούμε έναν παραβάτη μέσα από ένα νέο ευνοϊκότερο φως ...» (Hampton 1988: 84-85, όπ. αναφ. στο Enright, 2012). Ο Hampton θεωρεί ότι η συγχώρεση σημαίνει υπέρβαση του ηθικού μίσους.

Οι Garrard και McNaughton (2003, όπ. αναφ. στο Enright, 2012) υποστηρίζουν μια αντίθετη άποψη από τον Hampton. Γι' αυτούς η συγχώρεση από το άτομο που αδικείται, συμπεριλαμβάνει μία στάση καλής θέλησης, ενδιαφέροντος και αγάπης προς τον παραβάτη. Αυτό συμβαίνει λόγω της αντίληψης του θύματος ότι ο ίδιος και ο θύτης διακρίνονται από την ίδια ηθική αδυναμία. Η συγχώρεση αφορά «ένα είδος ταπεινοφροσύνης, μια προθυμία του θύματος να δει τον θύτη όχι τόσο αισθητά κατώτερο του εαυτού του».

Παρά τις διαφορές, ο Garrard, ο McNaughton και ο Hampton εμφανίζουν πολλά κοινά στοιχεία. Και οι δύο πλευρές επιμένουν στην αλλαγή της στάσης του ατόμου που λαμβάνει την μη αποδεκτή συμπεριφορά απέναντι σε αυτόν που την εκδηλώνει και θεωρούν ότι αυτό σχετίζεται την αντίληψη του πρώτου για την ηθική του ομοιότητα με τον δεύτερο. Αντιλαμβανόμενος αυτήν την ομοιότητα, το ηθικό χάσμα που τον χώριζε από τον θύτη γεφυρώνεται και, το θύμα πιθανόν να εκδηλώσει θετικά συναισθήματα όπως αγάπη και ενδιαφέρον.

Ο Calhoun (χ.χ., όπ. αναφ στο Enright, 2012) αναφέρει έναν διαφορετικό τύπο συγχώρεσης την «φιλοδοξία συγχώρεσης», δηλαδή την συγχώρεση που επιθυμεί να λάβει το άτομο. Αυτός ο τύπος συγχώρεσης δεν γεφυρώνει το ηθικό χάσμα που αναφέρθηκε και η αρνητική συμπεριφορά δεν διαχωρίζεται από τον άτομο που την εκδηλώνει. Το θύμα δεν μπορεί να δικαιολογήσει την συμπεριφορά του θύτη με ηθικούς όρους. Παρόλα αυτά πρόκειται για μία άνευ όρων κατανόηση και συγχώρεση όπου το θύμα που συγχωρεί, δεν αλλάζει τον τρόπο με τον οποίο αξιολογεί την αδικία που δέχτηκε. Αντιθέτως, συγχωρεί μέσα από την προσπάθειά του να κατανοήσει τον θύτη του και την ηθική διαφορετικότητά του χωρίς να προσπαθεί να τον αλλάξει. Για τον Enright (2012) το θύμα που συγχωρεί άνευ όρων πρέπει να συνεχίσει να κρίνει τον θύτη και τον λάθος του. Καταλήγοντας θεωρεί ότι η συγχώρεση συμβαδίζει με το αίσθημα της ηθικής αγανάκτησης για το λάθος, καθώς και με το αίσθημα ηθικού μίσους προς τον θύτη. Ανάλογα με τη μέγεθος και το χρονικό διάστημα της μη αποδεκτής συμπεριφοράς και με τα πιθανά προβλήματα που απέκτησε το θύμα, η διαδικασία της συγχώρεσης μπορεί να είναι μια χρονοβόρα, δύσκολη και επώδυνη διαδικασία (Sutton, 2017).

Καταλήγοντας τονίζει ότι η αυτοεκτίμηση του θύματος ενδεχομένως να είναι είτε είναι πολύ χαμηλή είτε πολύ υψηλή για να αισθάνεται δυσαρέσκεια για τον άλλο που του φέρεται άδικα και ταυτόχρονα να την ξεπερνά κατά την διαδικασία της συγχώρεσης.

3.4. Οι επικρατέστεροι «μύθοι» περί συγχώρεσης

Ένα θέμα που εξετάζουν έντονα οι ερευνητές είναι η παρερμηνεία της έννοιας της συγχώρεσης από τους ανθρώπους που την επιδιώκουν κι αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να διαμορφώνουν διάφορους μύθους και να περιπλέκουν την ίδια την διαδικασία. (Γαλίτη & Enright, 2015· Enright, 2001, όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018).

Ο Enright (2001, όπ. αναφ. στο Wedding et al., 2012), τονίζει ότι η εκπαίδευση του ατόμου αναφορικά με οτιδήποτε δεν αποτελεί συγχώρεση, είναι η βάση της διεργασίας της συγχώρεσης. Δηλαδή ουσιαστική και πραγματική συγχώρεση δεν σημαίνει ότι το θύμα παραβλέπει και ξεχνάει την λανθασμένη συμπεριφορά και την δικαιολογεί, όπως επίσης δεν παραιτείται από την διαδικασία αποκατάστασης της αδικίας που συνέβη εις βάρος του, ούτε και της καταστολής του συναισθήματος θυμού που μπορεί να εκδηλώνει. Ουσιαστικά με τη συγχώρεση κατανοεί την άδικη συμπεριφορά του θύτη και αντιλαμβάνεται ότι αυτή δεν πρέπει να ξανασυμβεί. Επίσης αλλάζει τον τρόπο που σκέφτεται τις αρνητικές καταστάσεις του παρελθόντος και έτσι μπορεί να διαχειρίζεται τα τραύματά του με λιγότερη θλίψη και οργή. Με το πέραμα του χρόνου, έχοντας πάρει την συνειδητή απόφαση της συγχώρεσης και προβάλλοντας τις καλές αναμνήσεις, οι πληγές του ατόμου, αν και δεν κλείνουν ποτέ, μαλακώνουν (Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018). Επιπρόσθετα ουσιαστική συγχώρεση δεν προϋποθέτει ο θύτης να μετανιώσει για την πράξη του, να ζητήσει συγγνώμη και να ενεργήσει για την αποκατάσταση πιθανού προβλήματος που προκάλεσε. Πρόκειται για μια ενεργητική διαδικασία και συνεπώς το άτομο που προσβλήθηκε, αν και θα ήταν πιο εύκολο να συγχωρήσει, οφείλει να μην περιμένει την ανταπόκριση του θύτη και να εγκλωβίζεται σε αρνητικά συναισθήματα. Πρέπει δηλαδή να εργαστεί με τον εαυτό του ώστε να απεγκλωβιστεί από τα αρνητικά συναισθήματα.

Η Γαλίτη-Κυρβασίλη (2018) επισημαίνει ότι πέρα από ενεργητική διαδικασία, αποτελεί και μια δυναμική διαδικασία. Για να γίνει πιο σαφές, το άτομο που έχει πληγωθεί και τελικά καταφέρνει να συγχωρήσει, διαθέτει μια δύναμη μέσα του η οποία ξεπερνά τόσο την δική του οργή και τον πόνο, όσο και την πεποίθηση της κοινωνίας για την μη αποδεκτή συμπεριφορά. Πολλές φορές αντιλαμβάνεται κανείς ότι η εκδήλωση μιας αρνητικής συμπεριφοράς, μιας αδικίας ή ακόμα χειρότερα μιας πράξης που καταπατάει τους νόμους μιας κοινωνίας, εις βάρος κάποιου ατόμου, έχει σαν αποτέλεσμα οι άνθρωποι να ξεσηκώνονται και να ζητούν εκδίκηση έτσι ώστε ο θύτης να πληρώσει για το κακό που έκανε με τον χειρότερο τρόπο. Ωστόσο η πραγματική συγχώρεση και σε αυτήν την περίπτωση είναι προσωπική

υπόθεση και δεν εξαρτάται από την στάση του θύτη ο οποίος μπορεί είτε να μετανιώσει είτε όχι.

Έρευνες του Enright (2012) και των συνεργατών του οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι υπάρχουν κάποια στοιχεία τα οποία αποτελούν τροχοπέδη για την διαδικασία. Αρχικά ένα εμπόδιο είναι η παρερμηνεία της σημασίας του όρου, όπου το άτομο λανθασμένα θεωρεί ότι για να συγχωρέσει, πρέπει να κάνει οτιδήποτε καθίσταται αδύνατο ή μη αποδεκτό. Επιπλέον η συμπεριφορά των γονέων ή των φροντιστών, κατά την παιδική ηλικία του ατόμου, αναφορικά με την συγχώρεση είναι ουσιαστικής σημασίας. Για να γίνει πιο σαφές το παιδί που δεν λαμβάνει συγχώρεση ή λαμβάνει την λεγόμενη «ψευδοσυγχώρεση» (Enright, Freedman & Rique, 1998 όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018) από τους γονείς του ή τους φροντιστές του, δεν μπορεί να αποκτήσει τα κατάλληλα ερεθίσματα που προωθούν την ικανότητα της συγχώρεσης. Επίσης μια απλή εκφορά της λέξης συγνώμη από τον θύτη δεν λύνει το πρόβλημα ούτε προωθεί την διαδικασία. Μπορεί το άτομο να ζητάει συγνώμη ως ένδειξη αυτοάμυνας, αυτο-ρύθμισης και επικράτησης έναντι του άλλου και στην πραγματικότητα να μην έχει κατανοήσει το λάθος του.

Επιπρόσθετα μπορεί να αποκατασταθούν οι σχέσεις των ατόμων, αν και μόνο αν υπάρχει πραγματική συγχώρεση από το άτομο- θύμα ταυτόχρονα με την αποδοχή της από το άτομο- θύτη και την διαμόρφωση αλληλοϋποστήριξης και εμπιστοσύνης. Έτσι η συγχωρητικότητα μπορεί να οριοθετήσει τη συμφιλίωση των δύο ατόμων και να βοηθήσει στη ελάττωση και απομάκρυνση των αρνητικών συναισθημάτων και των συγκρούσεων που οδηγούν σε προβληματικές σχέσεις (Braithwaite, Selby & Fincham, 2011). Αξίζει να τονιστεί ότι δεν πρέπει να υπάρχει σύγχυση μεταξύ της έννοιας της συγχώρεσης και της έννοιας συμφιλίωσης. Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως το άτομο όταν συγχωρεί δεν ξεχνά τις οδυνηρές εμπειρίες, αλλά προσπαθεί να συμφιλιωθεί με αυτές και ενδεχομένως να αντιμετωπίσει τον άνθρωπο που τον πλήγωσε ή με κάποιον τρόπο να ζήσει αρμονικά μαζί του. Κατά τον Enright (2012), η συμφιλίωση έχει σαν προϋπόθεση της γεφύρωση του χάσματος

της πίστης και της υποστήριξης μεταξύ των ατόμων. Πρόκειται δηλαδή για μια αρχική ενέργεια και των δύο ώστε να καταλήξει στην συγχώρεση. Ωστόσο αρκετές φορές οι θύτες δεν διαθέτουν τους μηχανισμούς να αλλάξουν την συμπεριφορά τους, ενώ και τα άτομα που προσβάλλονται μπορεί λανθασμένα να επιμένουν ότι οι θύτες δεν θα τροποποιήσουν ποτέ την αρνητική συμπεριφορά τους. Ένα επιπλέον σημαντικό σημείο είναι ότι οι άνθρωποι πρέπει να κατανοήσουν ότι δεν είναι απαραίτητο να έχουν κοινές πεποιθήσεις με τους άλλους προκειμένου να συγχωρήσουν ή να συγχωρεθούν.

Καταλήγοντας, όπως αναφέρθηκε, η συγχώρεση δεν σημαίνει δικαιολόγηση του θύτη και της συμπεριφοράς (Baskin & Enright, 2004), ακόμα και στην περίπτωση που υπάρξει συμφιλίωση και συγχώρεση του ατόμου που φέρθηκε άδικα. Είναι μια λανθασμένη πράξη, μια αδικία σε βάρος κάποιου ατόμου, ένα σφάλμα που δεν μπορεί να αλλάξει. Από την άλλη πλευρά η δικαιολόγηση της κακής συμπεριφοράς θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως ένδειξη αδυναμίας και χαμηλής αυτοεκτίμησης και να φανεί ότι το άτομο δεν αδικήθηκε και δεν πληγώθηκε.

3.5. Η συγχώρεση και η σχέση της με την αναπτυξιακή ηλικία

Η προθυμία για συγχώρεση αλλάζει κατά την διάρκεια της ζωής του ατόμου. Έχει διαπιστωθεί ότι αυξάνεται με την ηλικία γεγονός που συμφωνεί με την θεωρία της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης του Erikson. Σύμφωνα με τον Erikson (1993, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018), ο άνθρωπος διανύει οκτώ στάδια ανάπτυξης κατά την διάρκεια των οποίων έρχεται αντιμέτωπος με συγκρούσεις ψυχοκοινωνικής φύσεως. σε κάθε στάδιο τα βιώματα και οι υπάρχουσες συνθήκες της ζωής καθορίζουν τον τρόπο που θα συμβαίνουν τα πράγματα.

Το άτομο που καταφέρνει να αντιμετωπίσει με επιτυχία τις συγκρούσεις, αποκτά μια προσωπική ταυτότητα και αλληλοεπιδρά σε μεγαλύτερο βαθμό με τους άλλους. Οι (Gold & Rogers, 1995· Hamachek, 1990· Slater, 2003, όπ. αναφ. στο Γαλίτη-Κυρβασίλη, 2018)

τονίζουν ότι η μετάβαση από τον ατομικισμό στην συλλογικότητα, έχει σαν αποτέλεσμα οι ενήλικες να λαμβάνουν μεγαλύτερο αίσθημα ικανοποίησης. Παρόλα αυτά χρειάζεται να δείχνουν αποδοχή, ψυχική ανθεκτικότητα και συμβιβασμό. Συνεπώς η ικανότητα της συγχώρεσης μπορεί να σχετίζεται με την επιτυχή ανάπτυξη της αυτο-ιδέας παράλληλα με την αλληλεπίδραση με τους άλλους. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτη των Charzyńska και Heszen (2013, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018) τα επίπεδα της συγχώρεσης αυξάνονται με την ηλικία, επιβεβαιώνοντας έτσι παρόμοια ευρήματα προγενέστερων ερευνών. Ωστόσο διαπιστώθηκε διαφοροποίηση στις μεταβολές των διαφόρων διαστάσεων της συγχώρεσης και συγκεκριμένα η αύξηση της ηλικίας βρέθηκε ότι έχει θετική συσχέτιση με την συγχώρεση των άλλων και όχι με την συγχώρεση του εαυτού και των καταστάσεων.

Επιπρόσθετα σε μια άλλη μελέτη εντοπίστηκαν συσχετίσεις μόνο ανάμεσα στην ηλικία και στην αρνητική στρατηγική της συγχώρεσης, δηλαδή στην εκδικητικότητα και στην αποφυγή. Συγκεκριμένα οι νέοι ενήλικες άνδρες παρουσίασαν υψηλότερη εκδικητικότητα συγκριτικά με τους μεσήλικες και ηλικιωμένους άνδρες, ενώ οι μεσήλικες, ανεξαρτήτως φύλου, εμφάνισαν την υψηλότερη αποφυγή. Αξίζει να αναφερθεί ότι παρατηρήθηκε μία αύξηση στα επίπεδα καλοσύνης, η οποία εντάσσεται στη θετική στρατηγική της συγχώρεσης, με την αύξηση της ηλικίας, ωστόσο δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Η θετική στρατηγική της συγχώρεσης ήταν πιο εμφανής στις μεσήλικες γυναίκες (Ghaemmaghami, Allemand, & Martin, 2009). Τέλος οι Hill κ.συν. (2013, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018) τονίζουν ότι παρόλο που στις υπάρχουσες μελέτες, οι οποίες εξετάζουν την ικανότητα συγχώρεσης κατά την διάρκεια της ενήλικης ζωής, χρησιμοποιήθηκαν ποικίλα μέτρα και αξιοποιήθηκαν οι διάφορες πτυχές της συγχώρεσης, απαιτείται περαιτέρω εργασία και ανάλυση (Ghaemmaghami et al., 2011, όπ. αναφ. στο Kaleta & Mróz, 2018). Στην παρούσα μελέτη επιχειρείται να γίνει μία καταγραφή των επιπέδων συγχώρεσης του εαυτού, των άλλων και των καταστάσεων, στις τρεις ηλικιακές ομάδες, δηλαδή στους νέους ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένους.

3.6. Ο ρόλος της συγχώρεσης στην καταπολέμηση της επιθετικής συμπεριφοράς και η σύνδεση με τις αρνητικές διαπροσωπικές σχέσεις - Ευρήματα ερευνών

Η θεωρία και η έρευνα έχουν δείξει ότι η γονεϊκή απόρριψη κατά την παιδική ηλικία, είτε η απόρριψη από τον σύντροφο κατά ενήλικη ζωή, συνδέονται με την εκδήλωση βίαιων συμπεριφορών και κακοποίησης (σε αυτές συμπεριλαμβάνονται η σωματική και ψυχολογική κακοποίηση που μπορεί να προκαλέσουν σωματικές και ψυχολογικές αναπηρίες). Οι ερευνητές διερευνούν τους παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς και τους χρησιμοποιούν σαν σημεία παρέμβασης. Για παράδειγμα, τα άτομα που αναφέρουν περισσότερες αρνητικές σχέσεις με γονείς ή τους συντρόφους τους είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε βίαιες συμπεριφορές συγκριτικά με αυτούς που αναφέρουν θετικές αλληλεπιδράσεις. Επίσης αποτελέσματα ερευνών έχουν δείξει ότι η συγχώρεση έχει αρνητική συσχέτιση με την εκδήλωση βίας ή κακοποίησης μεταξύ των νέων ενηλίκων (Davidson, et al., 2013· Rivera & Fincham, 2015, όπ. αναφ. στο Garthe et al., 2017).

Οι Rivera και Fincham (2015, όπ. αναφ. στο Garthe et al., 2017) διαπίστωσαν ότι η τάση του ατόμου να συγχωρεί τους γονείς του, έχει διαμεσολαβητικό ρόλο μεταξύ των μαρτυριών γονεϊκής κακοποίησης (και ευρύτερα γονεϊκής απόρριψης) και της κακοποίησης του ρομαντικού συντρόφου, τονίζοντας μάλιστα ότι η συγχώρεση μπορεί να είναι ένας κύριος παράγοντας που πρέπει να ληφθεί υπόψη για τη καταπολέμηση της κακοποίησης του άλλου.

Η έρευνα των Garthe et al. (2017) εξέτασε αν υπάρχει συσχέτιση μεταξύ των αρνητικών διαπροσωπικών σχέσεων του ατόμου με τους γονείς ή/και τους ρομαντικούς συντρόφους του και των διαφορετικών τύπων κακοποίησης του συντρόφου (λεκτική/συναισθηματική και σωματική κακοποίηση, και απειλητικές συμπεριφορές) καθώς επίσης αν η προδιάθεση για συγχώρεση του εαυτού και των άλλων έχει διαμεσολαβητικό ρόλο σε αυτήν την σχέση, σε ένα δείγμα νέων ενηλίκων. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι οι αρνητικές διαπροσωπικές σχέσεις με τους γονείς έχουν θετική συσχέτιση με την χαμηλή προδιάθεση για συγχώρεση του εαυτού και των άλλων και οι αρνητικές διαπροσωπικές -

ρομαντικές σχέσεις με τον σύντροφο έχουν θετική συσχέτιση με την χαμηλή τάση για συγχώρεση των άλλων αλλά όχι του εαυτού. Ακόμα βρέθηκε ότι η προδιάθεση για συγχώρεση των άλλων, έχει διαμεσολαβητικό ρόλο στις σχέσεις ανάμεσα στις αρνητικές διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις και στην συχνότητα εκδήλωσης λεκτικής/συναισθηματικής κακοποίησης και απειλητικής συμπεριφοράς.

Ως προς το φύλο οι γυναίκες αναφέρουν σημαντικά υψηλότερα ποσοστά κακοποίησης συγκριτικά με τους άνδρες, γεγονός που συμφωνεί με τα ευρήματα ποικίλων ερευνών, ωστόσο δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την συγχωρητικότητα και τις αρνητικές διαπροσωπικές σχέσεις. Τέλος η προδιάθεση για συγχώρεση των άλλων βρέθηκε ότι έχει συσχέτιση με την λεκτική/συναισθηματική κακοποίηση και τις απειλές, ωστόσο με την σωματική κακοποίηση δεν βρέθηκε συσχέτιση. Αναφορικά με τις αρνητικές γονεϊκές αλληλεπιδράσεις αυτές φάνηκε ότι δεν εμφάνισαν στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την εκδήλωση επιθετικότητας και αυτό μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι οι νέοι ενήλικες φεύγοντας από το σπίτι τους τείνουν να βελτιώνουν τις σχέσεις τους με τους γονείς (Arnett, 2003, όπ. αναφ. στο Garthe et al., 2017).

Η προδιάθεση για συγχώρεση των άλλων βρέθηκε ότι έχει συσχέτιση με την χαμηλή συχνότητα εκδήλωσης κακοποίησης και με τις αρνητικές αλληλεπιδράσεις με τους γονείς και τους συντρόφους ενώ έχει και διαμεσολαβητικό ρόλο στη σχέση μεταξύ των αρνητικών διαπροσωπικών σχέσεων με τους γονείς και με τους συντρόφους και της συχνότητας εκδήλωσης συναισθηματικής/λεκτικής κακοποίησης και απειλητικής συμπεριφοράς. Η προδιάθεση για συγχώρεση του εαυτού είχε αρνητική συσχέτιση με τις κακές σχέσεις με τους γονείς (Garthe et al., 2017).

4ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

4.1. Προσδιορισμός την έννοιας της Εκδίκησης (Vengeance, Revenge)

Από την φύση του ο άνθρωπος έχει την ικανότητα να κάνει καλές ή κακές πράξεις, να βοηθάει ή να βλάπτει και να συγχωρεί ή να εκδικείται. Τα άτομο εξαιτίας της επίθεσης που δέχτηκε, εκδηλώνει διάφορα αρνητικά συναισθήματα όπως θυμό, δυσαρέσκεια και απογοήτευση και εφαρμόζει συμπεριφορές όπως αποφυγή ή εκδίκηση. Ωστόσο, με το πέρασμα του χρόνου, η εκδίκηση έχει αποδειχθεί ότι προκαλεί αυξημένα ψυχολογικά προβλήματα και άγχος. Γι' αυτό το λόγο οι άνθρωποι ψάχνουν θετικούς τρόπους για να λύσουν τα προβλήματα και τις συγκρούσεις. Όπως αναφέρθηκε στο προηγούμενο κεφάλαιο, η συγχώρεση είναι ένας από αυτούς τους μηχανισμούς (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2001· McCullough, Worthington, & Rachal, 1997, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014).

Ωστόσο συχνά παρατηρείται ότι τα άτομα που έχουν βιώσει κάποια αδικία, ενδεχομένως να αποσυρθούν, να αποφύγουν την επικοινωνία ή να ελαττώσουν τις διαπροσωπικές επαφές και να εξετάσουν το ενδεχόμενο να πάρουν εκδίκηση από τον άνθρωπο που τους έβλαψε (McCullough, Bellah, Kilpatrick, & Johnson, 2001). Το άτομο μέσα από την εκδίκηση μπορεί να αναζητά την απάντηση στο συγκεκριμένο γεγονός που τον στιγμάτισε και να θέλει να αποκαταστήσει τη δικαιοσύνη.

Ο όρος εκδίκηση μπορεί να σημαίνει η πρόκληση μιας βλάβης, η επιβολή τιμωρίας ως αντίποινα για τυχόν προσβολή (Stuckless & Goranson, 1992, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014), ή μία πράξη ανταπόδοσης στην αντιληπτή αδικία (Cota-McKinley, Woody, & Bell, 2001, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014). Η λέξη έκδικέω (έκ+δίκη) του πρωτότυπου ελληνικού κειμένου σημαίνει «από τη δικαιοσύνη», υποδηλώνοντας ότι με την εν λόγω ενέργεια επιτυγχάνεται δικαιοσύνη. Η εκδίκηση αναφέρεται στην επιθυμία και στη συμπεριφορά του ατόμου να ανταποδώσει σε κάποιον που τον έβλαψε (Schumann & Ross,

2010, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014). Επίσης η έννοια της εκδίκησης είναι αντίθετη της έννοιας της συγχώρεσης και αφορά την υπέρβαση των αρνητικών σκέψεων και την καταπολέμηση των αρνητικών συναισθημάτων του ατόμου και τα οποία σχετίζονται με τον παραβάτη και την πράξη του (McCullough & Witvliet, 2002). Έρευνες έχουν δείξει ότι υπάρχει θετική συσχέτιση της εκδικητικότητας με τις επαναλαμβανόμενες αρνητικές σκέψεις για τον θύτη και την πράξη του, με τα αρνητικά συναισθήματα και, αρνητική συσχέτιση της εκδικητικότητας με την ικανοποίηση της ζωής (McCullough et al., 2001). Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι η εκδίκηση θα μπορούσε να ενεργοποιήσει τον θυμό που προκύπτει από τις αρνητικές σκέψεις, την επιθετικότητα και τη βία και να δημιουργήσει κακές διαπροσωπικές σχέσεις (Pfefferbaum & Wood, 1994, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014· Elemo, Satici, & Saricali, 2018).

Αξίζει να αναφερθεί ότι στην βιβλιογραφία εμφανίζονται διάφορες μορφές τιμωρίας του θύτη για παράδειγμα κοινωνική, νομική, οργανωτική τιμωρία. Ερευνητές επισημαίνουν ότι η εκδίκηση σχετίζεται με την διαπροσωπική επιθετικότητα και η οποία αποτελεί την απάντηση στις συμπεριφορές που παραβιάζουν τους νόμους και τους κανόνες (Baier, 1955· Frijda, 1994· Hobbes, 1950· McKean, 2005· Quinton, 1954, όπ. αναφ. στο Carlsmith, Wilson, & Gilbert, 2008).

4.2. Οι συνέπειες της εκδίκησης

Η ανάγκη για εκδίκηση αποτελεί έναν φυσικό μηχανισμό άμυνας που χρησιμοποιεί ο άνθρωπος απέναντι σε κάποιο γεγονός που έχει προκαλέσει κρίση της προσωπικής και κοινωνικής του ταυτότητας. Το να παίρνει κάποιος εκδίκησης μπορεί να έχει καταστροφικές συνέπειες τόσο για τον ίδιο, όσο και για το άτομο που εκτίθεται στη συμπεριφορά. Η εκδίκηση μπορεί να αναγκάσει κάποιον να εκθέσει την ακεραιότητά του, την προσωπική του ασφάλεια και την κοινωνική του θέση (Stuckless & Goranson, 1992, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014).

Οι άνθρωποι αναμένουν να αποκομίσουν οφέλη όταν τιμωρούν τον θύτη, ωστόσο στην πλειοψηφία των περιπτώσεων η εκδίκηση έχει αρνητική επίδραση τόσο σε ψυχικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο, δηλαδή ακριβώς το αντίθετο από αυτό που προσδοκούν (Carlsmith et al., 2008).

Οι Carlsmith et al. (2008) διερεύνησαν το συναισθηματικό αντίκτυπο της εκδίκησης μέσα από ένα πείραμα σε σαράντα οχτώ φοιτητές και διαπίστωσαν ότι τα άτομα που πήραν εκδίκηση τιμωρώντας τον θύτη, αισθάνθηκαν σε σημαντικότερο βαθμό αρνητικά συναισθήματα, σε σχέση με όταν ήταν απλοί παρατηρητές της εκδικητικής συμπεριφοράς κάποιου άλλου ατόμου. Οι ερευνητές συμπέραναν ότι αυτά τα αρνητικά συναισθήματα μπορεί πρώτον, να οφείλονται στο ότι οι άνθρωποι που εκδικούνται σκέφτονται επίμονα τον άνθρωπο που τους έβλαψε, ενώ αυτοί που δεν εκδικούνται συνεχίζουν τη ζωή τους χωρίς να σκέφτονται τον θύτη και την πράξη του, τουλάχιστον σε τόσο έντονο βαθμό. Δεύτερον μπορεί να οφείλονται στο γεγονός ότι στα άτομα συνήθως δεν γίνονται αισθητές οι διαφορετικές συναισθηματικές συνέπειες του να είναι κανείς παρατηρητής, από το να επιβάλλει μία τιμωρία.

Όπως αναφέρθηκε μέσω της εκδίκησης κάποιος επιχειρεί να επαναφέρει τις ισορροπίες με τον εαυτό του και το περιβάλλον γύρω του, κάτι που φαίνεται δίκαιο, ωστόσο εμφανίζονται κάποια προβλήματα. Αρχικά το άτομο ενδεχομένως να έχει λανθασμένη αυτοεικόνα και να έχει τοποθετήσει τον εαυτό του σε διαφορετική διάσταση από αυτήν που ισχύει. Ως εκ τούτου το αίσθημα της πίκρας και του θυμού που βιώνει από την αρνητική συμπεριφορά θα είναι σε μεγαλύτερο βαθμό απ' όσο πρέπει. Επιπρόσθετα το θύμα πολλές φορές δεν αντιλαμβάνεται ότι η επαναφορά του στην αρχική θέση είναι αδύνατη από την στιγμή που μέσω της εκδίκησης, είτε θα καταφέρει να επαναφέρει την κατάσταση σε χαμηλότερο επίπεδο από το αρχικό, με αποτέλεσμα να νιώθει ακόμα το συναίσθημα της αδικίας, είτε σε υψηλότερο επίπεδο, άρα θα γίνει και ο ίδιος θύτης. Το αποτέλεσμα αυτού είναι αποτέλεσμα να βιώνει ένα φαύλο κύκλο εκδίκησης (Carlsmith et al., 2008).

Τα αποτελέσματα διεθνών ερευνών έδειξαν ότι η εκδίκηση έχει θετική συσχέτιση με απομονωμένες συμπεριφορές, εκφράσεις ενσυναίσθησης (Stuckless & Goranson, 1992· Uysal & Satici, 2014), με την αδύναμη ψυχολογική ευημερία (Cardozo, Kaiser, Gotway, & Agani, 2003·McCullough et al., 2001, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014), με την επιθετικότητα και με την αρνητική επίδραση (McCullough et al., 2001). Ακόμα η εκδίκηση βρέθηκε ότι έχει αρνητική συσχέτιση με την ικανοποίηση της ζωής (McCullough et al., 2001) και με την ψυχική υγεία (Ysseldyk, Matheson, & Anisman, 2007). Η μελέτη των Uysal και Satici (2014) διερεύνησε τις σχέσεις μεταξύ της εκδίκησης, της συγχώρεσης και της υποκειμενικής ευτυχίας και εξέτασε τον διαμεσολαβητικό και συντονιστικό ρόλο των συνεπειών της υποκειμενικής ευτυχίας στη σχέση μεταξύ εκδίκησης και συγχώρεσης. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα βρέθηκε αρνητική συσχέτιση τόσο μεταξύ υποκειμενικής ευτυχίας και εκδίκησης όσο και μεταξύ συγχώρεσης και εκδίκησης. Επίσης φάνηκε ότι η υποκειμενική ευτυχία είχε σε μέτριο βαθμό διαμεσολαβητικό ρόλο στη σχέση μεταξύ εκδίκησης και συγχώρεσης. Ωστόσο, η υποκειμενική ευτυχία δεν φάνηκε ότι έχει εποπτικό ρόλο στη σχέση μεταξύ των δύο μεταβλητών. Καταλήγοντας, ο Berkowitz (1993, όπ. αναφ. στο Uysal & Satici, 2014), τόνισε ότι οι εκδικητικοί άνθρωποι βιώνουν περισσότερες αρνητικές επιπτώσεις και μπορεί ευκολότερα να θυμώνουν και να προσβάλλονται από τους άλλους.

4.3. Το συναίσθημα του θυμού της εκδίκησης

Μία από τις πιο συνηθισμένες και βασικότερες μορφές θυμού είναι ο θυμός της εκδίκησης. Σε αυτή τη μορφή θυμού, επικρατεί η διάθεση για εκδίκηση και η λογική σκέψη παραγκωνίζεται. Τα άτομα που θυμώνουν και εκδικούνται έχουν την λανθασμένη πεποίθηση ότι τα συναισθήματα και οι ενέργειες τους δικαιολογούνται απόλυτα.

Ο θυμός είναι ένα συναίσθημα. Συγκεκριμένα ο θυμός εκδίκησης κάνει τον άνθρωπο να σκέφτεται επανειλημμένα τον παραβάτη και την πράξη του με αποτέλεσμα το συναίσθημα

αυτό να πυροδοτείται και να αυξάνεται σε ένταση (Sukhodolsky et al., 2001, όπ. αναφ. στο Elemo, Satici, & Saricali, 2018). Οι συλλογισμοί του παρελθόντος είναι επαναλαμβανόμενοι, μπορούν να επηρεάσουν το κίνητρο της επίλυσης προβλημάτων και παράλληλα διατηρούν ενεργές τις εκδικητικές συμπεριφορές (Watkins & Baracaia, 2002). Στην περίπτωση που οι σκέψεις θυμού είναι ανεξέλεγκτες και σε τεράστιο βαθμό τότε υπάρχει ξέσπασμα του θυμού και εκδίκηση (McCullough et al., 2001).

Τα αποτελέσματα ερευνών έδειξαν ότι οι διαρκείς σκέψεις του ατόμου γύρω από τον θύτη και το συμβάν που τον πλήγωσε, επηρεάζουν αρνητικά την ψυχολογική και σωματική ευημερία (Maxwell et al., 2005 όπ. αναφ. στο Elemo, Satici, & Saricali, 2018), καθώς και την κοινωνική ευημερία του (Siewert et al., 2011). Επιπρόσθετα ο θυμός εκδίκησης ενεργοποιεί και συντηρεί αρνητικά συναισθήματα (Rusting & Nolen-Hoeksema, 1998, όπ. αναφ. στο Elemo et al., 2018) και εμποδίζει τη διαδικασία της συγχώρεσης (Barber et al., 2005). Αξίζει να αναφερθεί ότι η εκδικητικότητα συνιστά μία εμπειρία της ανθρώπινης ζωής, η οποία φανερώνει ότι οι άνθρωποι κάθε κοινωνίας, αντιλαμβάνονται τον θυμό τους και θέλουν να ανταποδώσουν σε αυτόν που τους έβλαψε.

Επιπρόσθετα οι ερευνητές εξελικτικής ψυχολογίας έχουν συνδέσει την πρωταρχική λειτουργία των συστημάτων εκδίκησης με το θυμό (McCullough et al., 2001). Ο θυμός σύμφωνα με το εξελικτικό μοντέλο (Tooby, Cosmides, Sell, Lieberman, & Sznycer, 2008, όπ. αναφ. στο Worthington, 2005), εμφανίζεται όταν το άτομο που βρίσκεται στο επίκεντρο (θύμα) , αντιμετωπίζεται από ένα άλλο άτομο (θύτης) κατά τρόπο που επηρεάζει αρνητικά την ευημερία του. Ο θυμός του θύματος που προκύπτει από την αρνητική συμπεριφορά του άλλου, εξυπηρετεί τη λειτουργία της «επαναφοράς» της ευημερίας του (Sell et al., 2009, όπ. αναφ. στο Worthington, 2005). Η σύνδεση μεταξύ του θυμού και των κινήτρων εκδίκησης υποδηλώνουν ότι ο θυμός και η επιθυμία για εκδίκηση βρίσκονται πάνω σε ένα συνεχές. Ο θυμός εκδίκησης συναντάται σε μεγάλο και έντονο βαθμό, προκύπτει από σοβαρές βλάβες που υπέστη το θύμα και είναι το συναίσθημα που προκαλεί τελικά την εκδικητική συμπεριφορά

του θύματος. Επίσης ο θυμός και η επιθυμία για εκδίκηση έχουν κοινή προέλευση, και ο συνδυασμός των δύο φανερώνει την επιθυμία του ατόμου να επαναφέρει τα επίπεδα που τοποθετούσε τον εαυτό του. Πέρα από τις σοβαρές βλάβες που προκαλούνται από τα σοβαρά εγκληματικά αδικήματα, υπάρχουν και οι πιο ήπιες βλάβες οι οποίες προκύπτουν από την εκμετάλλευση του άλλου και αποτελούν το μεγαλύτερο μέρος των αδικημάτων που αντιμετωπίζονται σε τακτική βάση. Παρόλα αυτά οι πράξεις εκμετάλλευσης, ήπιες και σοβαρότερες, απειλούν την σωματική και ψυχολογική ακεραιότητα του θύματος. Μερικές φορές οι απειλές αυτές μπορούν να αντιμετωπιστούν με την ένδειξη (μέσω του θυμού) της επιθυμίας, να ανταποδώσει το κακό σε αυτόν που τον εκμεταλλεύτηκε (Worthington, 2005).

4.4. Η γονεϊκή συμπεριφορά και η εκδικητικότητα του παιδιού

Όπως αναφέρθηκε στο πρώτο κεφάλαιο, η γονεϊκή στάση και συμπεριφορά διακρίνεται στη γονεϊκή αποδοχή και στη γονεϊκή απόρριψη. Η γονεϊκή απόρριψη εκφράζεται μέσα από συγκεκριμένους τύπους. Ένας από αυτούς είναι η εχθρότητα και επιθετικότητα. Η «εχθρότητα» ως εσωτερικό συναίσθημα περιλαμβάνει τα συναισθήματα θυμού, αγανάκτησης και απέχθειας για το παιδί. Από την άλλη πλευρά η «επιθετικότητα» αποτελεί την έκφραση των αρνητικών εσωτερικών συναισθημάτων, έχοντας δηλαδή ως κίνητρο την εχθρότητα, και πρόκειται για μία συμπεριφορά που αποσκοπεί στην σωματική (ή λεκτική) ή/και ψυχολογική κακοποίηση του άλλου ή του εαυτού (Rohner, 2017). Επιπρόσθετα ο θυμός αποτελεί μία βασική αιτία της κακοποίησης ή της παραμέλησης που διακρίνει έναν γονέα. Δηλαδή ο θυμωμένος γονιός που απορρίπτει το παιδί του, συνήθως, μπορεί να εκτονώνει την οργή τους ή αντίθετα να ανακουφίζει τα τραύματά του, τα οποία προέρχονται για παράδειγμα από την εγκατάλειψη του από τον/την σύζυγο, μέσα από την πρόκληση λεκτικής ή σωματικής βλάβης στο παιδί ή την παραμέληση δείχνοντας πλήρη αδιαφορία (Khaleque & Rohner, 2002a).

Συμπεράσματα ερευνών έχουν δείξει ότι η επιθετικότητα των γονέων απέναντι στο παιδί θα προκαλέσει την αντίδραση του παιδιού ξεκινώντας από την εκδήλωση συναισθήματος θυμού για τον γονέα. Το κακοποιημένο παιδί μπορεί να εκδηλώσει δύο είδη συμπεριφορών. Μία περίπτωση είναι να εκδηλώσει φοβισμένη και επιφυλακτική συμπεριφορά, η οποία συνήθως συνοδεύεται από προβλήματα όπως χαμηλή αυτοεικόνα, απάθεια, στεναχώρια. Και μία δεύτερη περίπτωση είναι να εκδηλώσει αντιδραστική και επιθετική συμπεριφορά απέναντι στους άλλους, αυτο-επιθετική στάση, συμπεριφορά που παραβιάζει τους ηθικούς κανόνες και τους νόμους. Η συμπεριφορές τέτοιου είδους αν δεν διορθωθούν, θα συνοδεύουν το άτομο και στην ενήλικη ζωή του (Κερεντζής, χ.χ.). Τέλος η έρευνα των Hale et al. (2005) έδειξε ότι η αντιληπτή γονεϊκή απόρριψη έχει θετική συσχέτιση με την επιθετική συμπεριφορά των παιδιών αλλά και με τα καταθλιπτικά συμπτώματα.

Β' ΜΕΡΟΣ

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

5ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΜΕΘΟΔΟΣ

5.1. Σκοπός της έρευνας

Η συγκεκριμένη έρευνα αποτελεί μια επιτόπια δειγματοληπτική έρευνα και πιο συγκεκριμένα μια συσχετιστική μελέτη, στην οποία μελετάται η σχέση των εμπλεκόμενων παραγόντων, δηλαδή η συ- μεταβολή των υπό εξέταση μεταβλητών. Για την ακρίβεια, ερευνάται η συσχέτιση μεταξύ της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης ενηλίκων από τη μία και της ψυχολογικής τους προσαρμογής, της συγχωρητικότητας και της εκδικητικότητας από την άλλη.

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση που παρουσιάστηκε στα προηγούμενα κεφάλαια, εξηγεί ότι υπάρχει ένα ευρύ φάσμα ερευνητικών δεδομένων τα οποία τεκμηριώνουν αρχικά, την ύπαρξη συσχέτισης μεταξύ της ενθουμούμενης γονεϊκής συμπεριφοράς και της ψυχολογικής προσαρμογής των ενηλίκων. Η ύπαρξη αυτής της συσχέτισης εντοπίζεται σε διεθνές επίπεδο. Δεύτερον, η ύπαρξη σύνδεσης ανάμεσα στην ενθουμούμενη/αντιληπτή γονεϊκή συμπεριφορά και στην προδιάθεση για συγχώρεση του εαυτού, των άλλων και των καταστάσεων, εντοπίζεται στην βιβλιογραφία σε παγκόσμιο επίπεδο, ωστόσο στην Ελλάδα υπάρχει ερευνητικό κενό (σε δημοσιευμένες έρευνες). Τρίτον, τα ερευνητικά δεδομένα τα οποία συνδέουν την ενθουμούμενη/αντιληπτή γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη με την εκδικητικότητα των ενηλίκων είναι ιδιαίτερος περιορισμένα σε διεθνές επίπεδο, ενώ, και σε αυτήν την περίπτωση, στην Ελλάδα υπάρχει ερευνητικό κενό (σε δημοσιευμένες έρευνες).

Η συγκεκριμένη ερευνητική μελέτη αποτελεί μία προσπάθεια εμπλουτισμού της υπάρχουσας γνώσης καθώς και μία απόπειρα για την διεξαγωγή ευρημάτων, τα οποία θα συνεισφέρουν στην κάλυψη ερευνητικών κενών στην Ελλάδα και επιπλέον θα εντοπίσουν πιθανές συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές. Σε αυτά τα στοιχεία στηρίζεται η πρωτοτυπία της συγκεκριμένης έρευνας.

Επομένως, σκοπός της παρούσας μελέτης είναι ο εμπλουτισμός υπαρχόντων βιβλιογραφικών και ερευνητικών δεδομένων αναφορικά με την συσχέτιση της ενθουμούμενης μητρικής και πατρικής αποδοχής - απόρριψης κατά την παιδική ηλικία και της υφιστάμενης ψυχολογικής προσαρμογής των ενηλίκων. Επιπρόσθετα αποσκοπεί στην διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ ενθουμούμενης γονεϊκής συμπεριφοράς κατά την παιδική ηλικία και της συγχώρεσης, καθώς και της ενθουμούμενης γονεϊκής συμπεριφοράς με την εκδικητικότητα των ενηλίκων. Επίσης στοχεύει στον εντοπισμό συσχετίσεων των προαναφερθέντων μεταβλητών της έρευνας και στην αναζήτηση ενδεχόμενων διαφορών ως προς το φύλο και ως προς τις τρεις ηλικιακές κατηγορίες των συμμετεχόντων (νέοι ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένοι)

5.2. Στόχοι και ερευνητικές υποθέσεις - ερευνητικά ερωτήματα

Όπως αναφέρθηκε η έρευνα στοχεύει στην διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα σε διαστάσεις της γονεϊκής συμπεριφοράς, στην ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου και σε συμπεριφορές που αφορούν τη συγχώρεση του εαυτού, των άλλων ή μιας κατάστασης και την εκδικητικότητα. Επισημαίνεται, ότι οι ενθουμούμενες γονεϊκές συμπεριφορές αποδοχής (συναισθηματική ζεστασιά, τρυφερότητα, αγάπη, στοργή) ή απόρριψης (εχθρότητα/ επιθετικότητα, αδιαφορία/παραμέληση, αδιαφοροποίητη απόρριψη) και οι άξονες της ψυχολογικής προσαρμογής, της συγχώρεσης και της εκδικητικότητας, αξιολογούνται μέσα από ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς των ενηλίκων και ως εκ τούτου αποτυπώνουν τον τρόπο που οι ίδιοι τις αντιλαμβάνονται. Οι επιμέρους στόχοι περιγράφονται ως εξής:

(α) Να διερευνηθούν οι σχέσεις μεταξύ της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης στους νέους ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένους, της ψυχολογικής προσαρμογής τους στο περιβάλλον, της προδιάθεσης για συγχώρεση του εαυτού, των άλλων ή των καταστάσεων και της τάσης για εκδίκηση.

(β) Να διερευνηθεί η σημασία δημογραφικών παραγόντων [φύλο γονέων, φύλο συμμετεχόντων, ηλικιακή ομάδα (νέοι, μεσαίας ηλικίας, ηλικιωμένοι), μορφωτικό επίπεδο συμμετεχόντων] στη σχέση μεταξύ των εξεταζόμενων μεταβλητών, δηλαδή της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης, της ψυχολογικής προσαρμογής, της συγχώρεσης και της εκδικητικότητας.

Ερευνητικές υποθέσεις - Ερευνητικά ερωτήματα

Λαμβάνοντας υπόψη το σκοπό και τους επιμέρους στόχους της έρευνας, οι ερευνητικές υποθέσεις που τέθηκαν είναι οι εξής:

1^η Ερευνητική Υπόθεση: Η ενθουμούμενη γονεϊκή συμπεριφορά (αποδοχή-απόρριψη) κατά την παιδική ηλικία, εμφανίζει συσχέτιση με την ψυχολογική προσαρμογή των ενηλίκων.

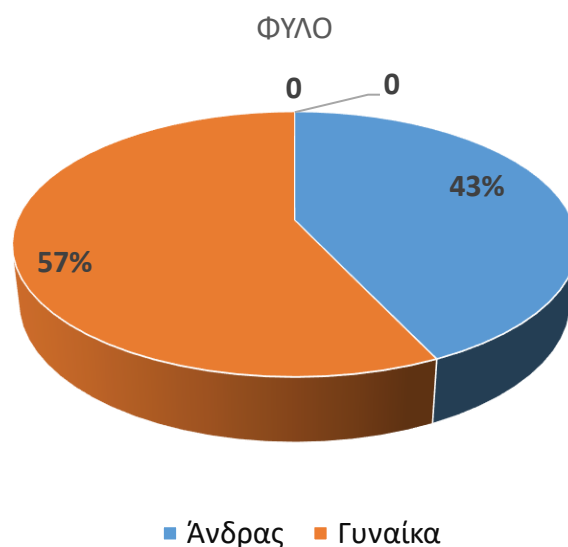
- **Ερευνητική Υπόθεση 1α:** Αναμένεται ότι η ενθουμούμενη μητρική απόρριψη, θα έχει θετική συσχέτιση με την ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα των ενηλίκων.
- **Ερευνητική Υπόθεση 1β:** Αναμένεται ότι η ενθουμούμενη πατρική απόρριψη, θα έχει θετική συσχέτιση με την ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα των ενηλίκων.

Τα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν είναι τα εξής:

- **1^ο Ερευνητικό Ερώτημα:** Συσχετίζεται η ενθουμούμενη γονεϊκή συμπεριφορά (αποδοχή-απόρριψη) με την προδιάθεση των Ελλήνων ενηλίκων να συγχωρούν τον εαυτό τους, τους άλλους ή τις αντίξοες καταστάσεις της ζωής;
- **2^ο Ερευνητικό Ερώτημα:** Συσχετίζεται η ενθουμούμενη γονεϊκή συμπεριφορά (αποδοχή-απόρριψη) με την τάση των Ελλήνων ενηλίκων να παίρνουν εκδίκηση;
- **3^ο Ερευνητικό Ερώτημα:** Οι άνδρες διαφέρουν από τις γυναίκες ως προς τις εξεταζόμενες μεταβλητές;
- **4^ο Ερευνητικό Ερώτημα:** Υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στους νέους ενήλικες, του μεσήλικες και τους ηλικιωμένους ως προς τις εξεταζόμενες μεταβλητές;

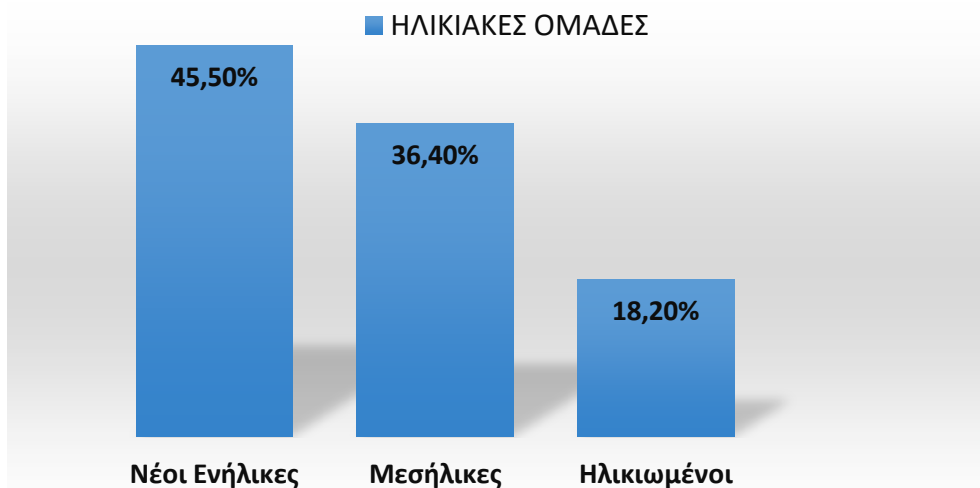
5.3. Συμμετέχοντες

Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν συνολικά 132 άτομα που προέρχονται από περιοχές της Αττικής. Συγκεκριμένα 57 (43,2%) ήταν άνδρες και 75 (56,8%) γυναίκες (βλ. Σχήμα 1).



Σχήμα 1. Κυκλικό διάγραμμα ποσοστιαίων αναλογιών του φύλου των συμμετεχόντων

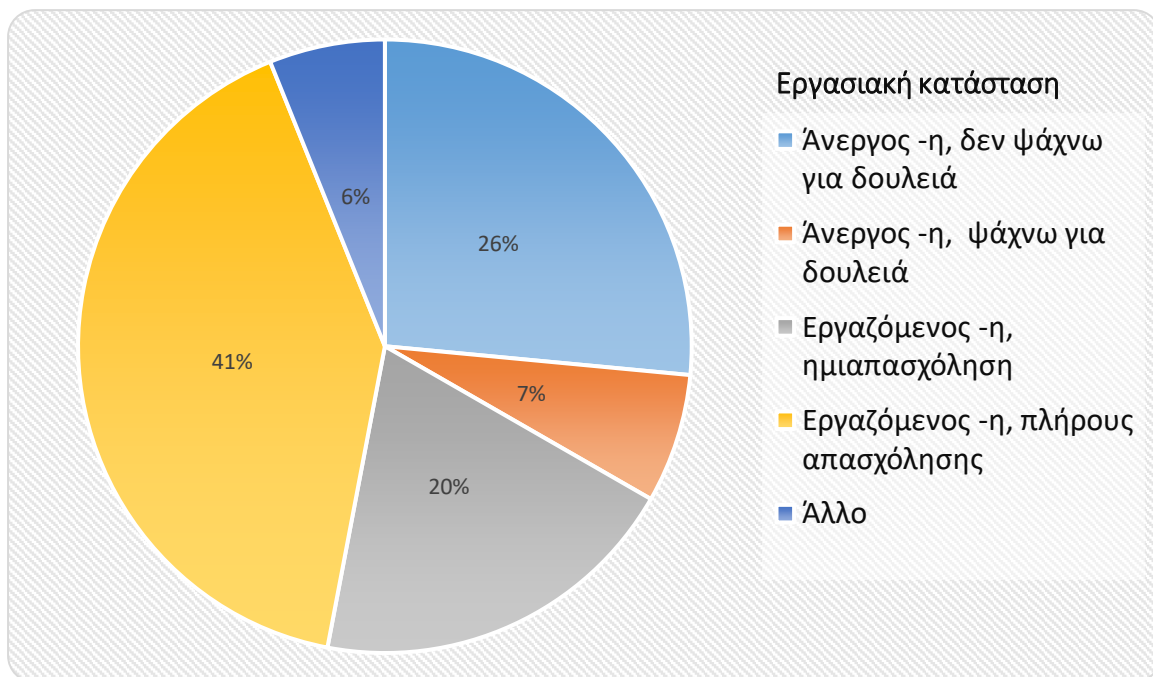
Αναφορικά με την ηλικία, οι συμμετέχοντες κατηγοριοποιήθηκαν σε τρεις ηλικιακές ομάδες και συγκεκριμένα τους νέους ενήλικες, τους μεσήλικες και τους ηλικιωμένους. Στους νέους ενήλικες, κατηγορία στην οποία το ηλικιακό φάσμα κυμαίνονταν από 18 ετών έως 35 ετών, ανήκαν τα 60 άτομα του συνολικού δείγματος (45,5%). Στην δεύτερη ηλικιακή ομάδα των μεσηλίκων, το ηλικιακό φάσμα κυμαίνονταν από 36 ετών έως 64 ετών και, τοποθετήθηκαν 48 άτομα από το συνολικό δείγμα (36,4%). Τέλος, στην τρίτη ηλικιακή ομάδα των ηλικιωμένων, τα όρια της ηλικίας κυμαίνονταν από 65 ετών και άνω, ενώ από το συνολικό αριθμό των συμμετεχόντων οι 24 (18,2%) τοποθετήθηκαν σε αυτήν την κατηγορία (βλ. Σχήμα 2).



Σχήμα 2. Ραβδόγραμμα ποσοστιαίων αναλογιών αναφορικά με τις ηλικιακές ομάδες που εντάσσονται οι συμμετέχοντες

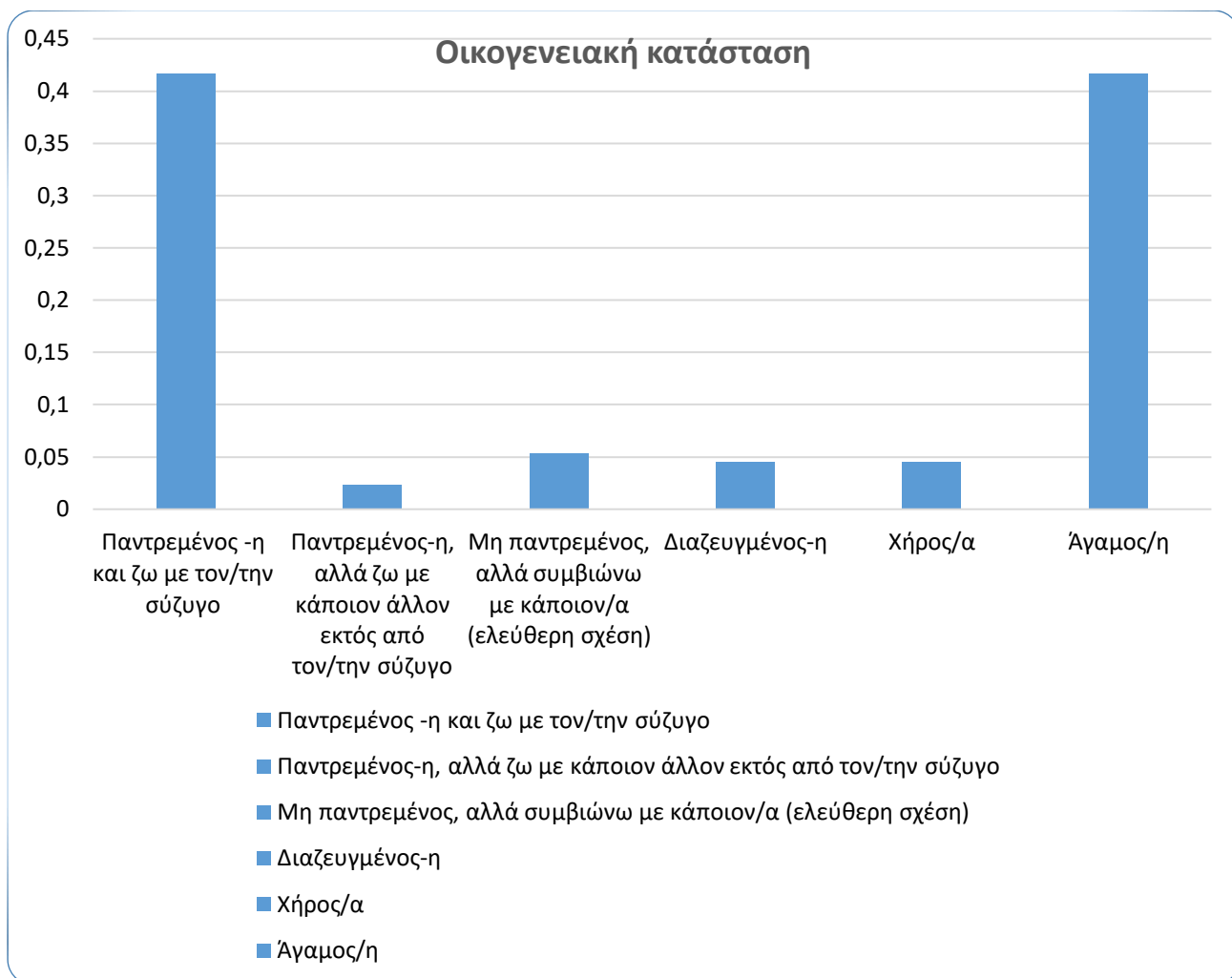
Επιπρόσθετα όλοι οι συμμετέχοντες ήταν ελληνικής καταγωγής, και όλοι δήλωσαν ως κύρια γλώσσα ομιλίας στο σπίτι τα Ελληνικά. Ως εκ τούτου δεν υπήρχαν πολιτισμικές διαφορές. Αναφορικά με τη θρησκεία η πλειοψηφία σε ποσοστό 87,1% δήλωσαν *Χριστιανοί Ορθόδοξοι* (115 άτομα), ενώ το υπόλοιπο 12,9% δήλωσε την επιλογή *άλλο* με τους περισσότερους να αναφέρουν ότι είναι *Άθεοι* (17 άτομα). Οι συμμετέχοντες προέρχονταν από όλα τα εκπαιδευτικά επίπεδα και συγκεκριμένα το 43,9% ανέφερε ως ανώτερο επίπεδο σπουδών το πτυχίο Πανεπιστημιακού Ιδρύματος (Ανώτατη Σχολή) (58 άτομα). Επίσης το 21,2% δήλωσε ότι κατέχει Απολυτήριο Λυκείου (28 άτομα), το 17,4% δήλωσε Μεταπτυχιακές Σπουδές (Μάστερ, Διδακτορικό) (23 άτομα), το 8,3% δήλωσε ότι τελείωσε Ανώτερη Σχολή (11 άτομα) και το 3,8% ανέφερε το Τεχνικό Λύκειο (5 άτομα). Ένα πολύ μικρό ποσοστό 2,3% είχε Απολυτήριο Γυμνασίου (3 άτομα), επίσης ένα 2,3% Απολυτήριο Δημοτικού, ενώ μόνο 1 άτομο δήλωσε ότι έχει φοιτήσει στο λύκειο από ένα έως τέσσερα χρόνια, αλλά χωρίς απολυτήριο (0,8%).

Όσον αφορά την εργασιακή κατάσταση το 40,9% δήλωσαν εργαζόμενοι, πλήρους απασχόλησης (54 άτομα), το 26,5% δήλωσαν ότι είναι άνεργοι και δεν αναζητούν εργασία και σε αυτούς συμπεριλαμβάνονται και οι συνταξιούχοι καθώς και τα Άτομα με Αναπηρία (35 άτομα). Ακόμα το 19,7% του δείγματος ανέφεραν ότι είναι εργαζόμενοι, με ημιαπασχόληση (26 άτομα), ένα ποσοστό 6,8% δήλωσαν άνεργοι και ότι αναζητούν εργασία (9 άτομα), και ένα ποσοστό 6,1% δήλωσε ότι ανήκει σε *άλλη* κατηγορία (9 άτομα) (βλ. Σχήμα 3).



Σχήμα 3. Κυκλικό διάγραμμα ποσοστιαίων αναλογιών της εργασιακής κατάστασης των συμμετεχόντων

Αναφορικά με την οικογενειακή κατάσταση το 41,7% ανέφεραν ότι είναι Παντρεμένοι και ζουν με τον/την σύζυγο (55 άτομα) και επίσης το ίδιο ποσοστό 41,7% δήλωσαν Άγαμοι. Ένα μικρό ποσοστό 5,3% δήλωσαν μη παντρεμένοι, αλλά συμβιώνουν με κάποιον/α (ελεύθερη σχέση) (7 άτομα), το 4,5% δήλωσαν Διαζευγμένοι (6 άτομα), το ίδιο ποσοστό 4,5% ανήκε στην κατηγορία Χήρος-α και μόνο το 2,3% ανέφεραν ότι είναι Παντρεμένοι, αλλά ζουν με κάποιον άλλον εκτός από τον/την σύζυγο (3 άτομα) (βλ. Σχήμα 4).



Σχήμα 4. Ραβδόγραμμα ποσοστιαίων της οικογενειακής κατάστασης των συμμετεχόντων

5.4. Μεθοδολογικά εργαλεία

Για την συλλογή των δεδομένων χορηγήθηκαν στους συμμετέχοντες πέντε ερωτηματολόγια τα οποία παρουσιάζονται στη συνέχεια, καθώς και μία φόρμα συμπλήρωσης δημογραφικών και προσωπικών στοιχείων για ενήλικες. Συγκεκριμένα οι ερωτήσεις της φόρμας αφορούσαν, την ηλικία, το φύλο, την χώρα καταγωγής, την κύρια γλώσσα ή διάλεκτο που μιλάνε στο σπίτι, τη θρησκεία, το μορφωτικό επίπεδο, την επαγγελματική ιδιότητα και τέλος την οικογενειακή κατάσταση των μελών του δείγματος. Η φόρμα συμπλήρωσης δημογραφικών και προσωπικών στοιχείων δόθηκε πρώτη.

5.4.1. Ερωτηματολόγιο Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης για ενήλικες: μητέρα/πατέρας (σύντομη μορφή) ΕΓΑΑ / Adult PARQ_Mother/Adult PARQ_Father (short form)

Το ερωτηματολόγιο της Γονεϊκής Αποδοχής-Απόρριψης (ΕΓΑΑ) αποτελεί ένα εργαλείο αυτο-αναφοράς το οποίο σχεδιάστηκε για να μετράει τις αντιλήψεις των ατόμων για την γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη (για παράδειγμα τη διάσταση της συναισθηματικής ζεστασιάς). Όπως αναφέρθηκε στο πρώτο κεφάλαιο η γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη, τοποθετείται πάνω σε ένα συνεχές, στη μία άκρη του οποίου βρίσκεται η γονεϊκή αποδοχή και στην άλλη άκρη η γονεϊκή απόρριψη. Επιπλέον η γονεϊκή απόρριψη μπορεί να εκφραστεί με οποιονδήποτε συνδυασμό τεσσάρων τρόπων, δηλαδή με τη μορφή ψυχρότητας / έλλειψης στοργής (αντίθετο της ζεστασιάς και της στοργής), εχθρότητα / επιθετικότητα, αδιαφορία / παραμέληση, αδιαφοροποίητη απόρριψη.

Από τις τρεις εκδόσεις του PARQ που έχουν δημιουργηθεί, στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε το PARQ για ενήλικες. Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αξιολογεί τις αντιλήψεις των ενηλίκων για τη συμπεριφορά της μητέρας τους ή του πατέρα τους απέναντί τους στην ηλικία των επτά έως δώδεκα ετών. Όπως και οι υπόλοιπες εκδόσεις, έτσι κι αυτό το ερωτηματολόγιο μετρά τις αντιλήψεις των ατόμων για τη συναισθηματική ζεστασιά, τη στοργή, τη φροντίδα, την υποστήριξη ή απλώς την αγάπη (δηλαδή τη γονεϊκή αποδοχή) ή την απόρριψη που έλαβαν από την οικογένειά τους. Επιπλέον οι ερωτήσεις του ερωτηματολογίου ΕΓΑΑ για ενήλικες, αναφέρονται κυρίως στη συμπεριφορά των γονέων απέναντι στα άτομα κατά την παιδική ηλικία και όχι τόσο στις στάσεις τους.

Επιπρόσθετα υπάρχουν δύο διαστάσεις του ερωτηματολογίου, η μία εκ των οποίων αναφέρεται στην συμπεριφορά της μητέρας και η άλλη στη συμπεριφορά του πατέρα και αποτελείται από όμοιες ερωτήσεις και για τους δύο γονείς. Το ερωτηματολόγιο διαθέτει τέσσερις υποκλίμακες που δηλώνουν τα στοιχεία της γονεϊκότητας και συγκεκριμένα (1) τη συναισθηματική ζεστασιά / στοργή, (2) την εχθρότητα / επιθετικότητα, (3) την αδιαφορία / παραμέληση και (4) την αδιαφοροποίητη απόρριψη, η σημασία των οποίων αναφέρθηκε στην

θεωρητική θεμελίωση της παρούσας έρευνας. Η συγκεκριμένη μορφή του ερωτηματολογίου αποτελείται από 24 ερωτήσεις και είναι η σύντομη μορφή του ερωτηματολογίου των 60 ερωτήσεων. Συγκεκριμένα οι συμμετέχοντες της έρευνας αρχικά κλήθηκαν να αναρωτηθούν αν η πρόταση ταιριάζει ή δεν ταιριάζει στην μητέρα ή τον πατέρα τους και στη συνέχεια να αποφασίσουν ποια υπο- επιλογή θα βάλουν. Δηλαδή έπρεπε να απαντήσουν σε μία 4- βαθμη κλίμακα τύπου Likert η οποία κυμαίνεται από «σχεδόν πάντα» (1) που ανήκει στην κατηγορία «Ταιριάζει στη μητέρα /πατέρα μου», έως «σχεδόν ποτέ» (4) που ανήκει στην κατηγορία «Δεν ταιριάζει στη μητέρα/πατέρα μου». Παραδείγματα προτάσεων για τη *συναισθηματική ζεστασιά/στοργή* είναι τα εξής: «Με διευκόλυνε με τον τρόπο της να της λέω πράγματα που ήταν σημαντικά για μένα» και «Με έκανε να νιώθω ότι με ήθελε και ότι με χρειαζόταν». Η *εχθρότητα/επιθετικότητα* υποδηλώνεται μέσα από δηλώσεις όπως «Με φοβέριζε ή με απειλούσε όταν έκανα κάποια αταξία» και «Με χτυπούσε, ακόμα κι όταν δεν το άξιζα». Η *αδιαφορία/παραμέληση* υποδηλώνεται μέσα από προτάσεις όπως «Ήταν πάντα πολύ απασχολημένη για να απαντήσει στις ερωτήσεις μου» και η *αδιαφοροποίηση απόρριψη* μέσα από δηλώσεις όπως «Φαινόταν να με αντιπαθεί».

Η κλίμακα μετρά την ενθουμούμενη αποδοχή του ατόμου (από τη μητέρα και από τον πατέρα) που υπολογίζεται από έναν συνολικό βαθμό (συνολικός βαθμός ΕΓΑΑ), ο οποίος προκύπτει από το άθροισμα της βαθμολογίας των υποκλιμάκων-στοιχεία γονεϊκότητας, με την προϋπόθεση ότι γίνεται αρχικά αντιστροφή της υποκλίμακας (1) συναισθηματική ζεστασιά/στοργή, έτσι ώστε να προσδιοριστεί η ενθουμούμενη/αντιληπτή ψυχρότητα (αρνητική συναισθηματική ζεστασιά) (της μητέρα και του πατέρα). Αξίζει να αναφερθεί ότι η συνολική βαθμολογία του ΕΓΑΑ κυμαίνεται από την χαμηλότερη 24 (γονεϊκή αποδοχή σε υψηλό βαθμό) μέχρι την υψηλότερη 96 (γονεϊκή απόρριψη σε υψηλό βαθμό). Επάνω στο «συνεχές» υπάρχει ένα συγκεκριμένο σημείο (το 60), όπου τα άτομα που βρίσκονται κάτω από αυτό έχουν βιώσει περισσότερη γονεϊκή αποδοχή και τα άτομα που τοποθετούνται πάνω από αυτό έχουν βιώσει περισσότερη γονεϊκή απόρριψη.

Αναλύσεις αξιοπιστίας ($\alpha = .95$) και εγκυρότητας του πρωτότυπου ερωτηματολογίου φανερώουν ότι πρόκειται για ένα αξιόπιστο εργαλείο για έρευνες τόσο στο γενικό πληθυσμό όσο και σε κλινικό περιβάλλον (Khaleque & Rohner, 2012). Για την ελληνική εκδοχή έχει σταθμιστεί και ελεγχθεί η εγκυρότητα και η αξιοπιστία του φανερώνοντας ένα υψηλό δείκτη αξιοπιστίας τόσο για την κλίμακα της μητρικής αποδοχής - απόρριψης όσο και για την κλίμακα της πατρικής αποδοχής - απόρριψης.

5.4.2. Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης της Προσωπικότητας για ενήλικες (σύντομη μορφή) ΕΑΠ / Adult PAQ (short form) / Μετάφραση - προσαρμογή: Άρτεμις Γιώτσα (2009)

Το Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης της Προσωπικότητας (PAQ) είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτο-αναφοράς που αποσκοπεί στην αξιολόγηση των αντιλήψεων του ατόμου για τον εαυτό του σε σχέση με επτά προδιαθέσεις (τάσεις) της προσωπικότητας και συγκεκριμένα: 1) Εχθρότητα/Επιθετικότητα, 2) Εξάρτηση, 3) Χαμηλή Αυτοεκτίμηση, 4) Χαμηλή Αυτεπάρκεια, 5) Αδυναμία Συναισθηματικής Ανταπόκρισης, 6) Συναισθηματική Αστάθεια, 7) Αρνητική θεώρηση του κόσμου ή αρνητική κοσμοαντίληψη. Το συνολικό άθροισμα των επτά υποκλιμάκων δίνει το συνολικό βαθμό στο ΕΑΠ, ο οποίος αντιπροσωπεύει τον συνολικό δείκτη της ψυχολογική προσαρμογή του ατόμου. Οι βαθμολογίες του συνολικού δείκτη κυμαίνονται από 42 (άριστη συνολική ψυχολογική προσαρμογή) έως 168 (ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα με σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα) . Υπάρχει ένα κομβικό σημείο (το 105), όπου τα άτομα που βρίσκονται κάτω από αυτό έχουν καλή ψυχολογική προσαρμογή, ενώ τα άτομα που τοποθετούνται πάνω από αυτό, βάσει της συνολικής βαθμολογίας στο ΕΑΠ, χαρακτηρίζονται από ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα, με τα προβλήματα προσαρμογής να κυμαίνονται από ήπια (κοντά στο σημείο) μέχρι σοβαρά. Όλα είναι θέμα βαθμού. Αυτή είναι η μορφή της προσαρμογής ή δυσπροσαρμοστικότητας για την οποία προβλέπεται, από την ΘΔΑΑ, να μελετηθεί η συσχέτισή της με την εμπειρία της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης και με την την εμπειρία της αποδοχής - απόρριψης από άλλες μορφές προσκόλλησης των

διαπροσωπικών σχέσεων κατά τη διάρκεια της ζωής. Το ερωτηματολόγιο υπάρχει σε δύο εκδοχές, το PAQ για ενήλικες, που χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα έρευνα, και το PAQ για παιδιά.

Η κλίμακα Εχθρότητα/Επιθετικότητα διαιρείται στις εξής πέντε υποκλίμακες: εχθρότητα, τη λεκτική, σωματική, και παθητική επιθετικότητα και τα προβλήματα διαχείρισης της εχθρότητας και επιθετικότητας.

Στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η σύντομη μορφή του PAQ, η οποία περιλαμβάνει τις σαράντα δύο (42) από τις εξήντα τρεις (63) προτάσεις της κανονικής μορφής. Κάθε κλίμακα από τις επτά του ερωτηματολογίου περιλαμβάνει έξι δηλώσεις. Οι συμμετέχοντες της έρευνας αρχικά κλήθηκαν να αναρωτηθούν αν η πρόταση τους ταιριάζει ή δεν τους ταιριάζει και στη συνέχεια να αποφασίσουν ποια υπο- επιλογή θα βάλουν. Δηλαδή έπρεπε να απαντήσουν σε μία 4- βαθμη κλίμακα τύπου Likert η οποία κυμαίνεται από «σχεδόν πάντα» (1) που ανήκει στην κατηγορία «Μου ταιριάζει», έως «σχεδόν ποτέ» (4) που ανήκει στην κατηγορία «Δεν μου ταιριάζει». Παραδείγματα προτάσεων για την *εχθρότητα / επιθετικότητα* είναι: «Σκέφτομαι ότι συνέχεια μαλώνω ή ότι είμαι αγενής» και «Κοροϊδεύω τους ανθρώπους που κάνουν χαζά πράγματα». Η *εξάρτηση* φανερώνεται μέσα από προτάσεις όπως «Μου αρέσει να μου δίνουν οι φίλοι μου πολύ στοργή», ενώ η *χαμηλή αυτοεκτίμηση* από δηλώσεις όπως «Νιώθω δυστυχισμένος/η». Επίσης η *χαμηλή αυτεπάρκεια* υποδηλώνεται από φράσεις όπως «Αισθάνομαι ότι δεν μπορώ να ανταπεξέλθω σε πολλά από τα πράγματα που προσπαθώ να κάνω», η *μη συναισθηματική ανταπόκριση* από προτάσεις όπως «Δυσκολεύομαι να κάνω καινούργιες φιλίες και να τις διατηρώ», η *συναισθηματική αστάθεια* από προτάσεις όπως «Δεν συνηθίζω να θυμώνω ή να εκνευρίζομαι» (αντίστροφη βαθμολόγηση) και τέλος η *αρνητική θεώρηση του κόσμου ή αρνητική κοσμοαντίληψη* υποδηλώνεται από φράσεις όπως «Βλέπω τον κόσμο σαν ένα επικίνδυνο μέρος». Στην αρχή του ερωτηματολογίου περιλαμβάνονται οι οδηγίες συμπλήρωσής του.

Το PAQ κατασκευάστηκε σε θεωρητική μορφή το 1971 (Goldberg, 1972, όπ. αναφ. στο Rohner, 1975), ενώ ο Rohner (1975) υποστήριξε ότι υπάρχουν στοιχεία παγκοσμίως που δείχνουν ότι ο άνθρωπος εκδηλώνει όλες τις προδιαθέσεις προσωπικότητας που μετράει το ΕΑΠ. Το ερωτηματολόγιο αυτό έχει καλές ψυχομετρικές ιδιότητες και είναι ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο, ενώ το πρωτότυπο από τον Rohner προσαρμόστηκε και μεταφράστηκε στα Ελληνικά από την καθηγήτρια Άρτεμις Γιώτσα.

5.4.3. Κλίμακα Συγχώρεσης από καρδιάς [*Heartland Forgiveness Scale (HFS)*]

Μετάφραση - προσαρμογή: Άρτεμις Γιώτσα

Η συγχώρεση αξιολογήθηκε με τη χρήση της κλίμακας Συγχώρεσης από καρδιάς - Heartland Forgiveness Scale- (HFS). Το ερωτηματολόγιο της Συγχώρεσης από καρδιάς (HFS) αποτελεί ένα εργαλείο αυτο-αναφοράς το οποίο σχεδιάστηκε για να αξιολογήσει την προδιάθεση του ατόμου (δηλαδή την τάση του ατόμου) να συγχωρεί τον εαυτό του, τους άλλους και τις καταστάσεις οι οποίες τοποθετούνται πέρα από τον έλεγχο οποιουδήποτε ατόμου (π.χ., μια φυσική καταστροφή), παρά τη συγχώρεση ενός συγκεκριμένου επεισοδίου, ή ενός προσώπου.

Περιλαμβάνει συνολικά δεκαοκτώ προτάσεις - δηλώσεις οι οποίες ταξινομούνται ανά έξι σε τρεις υποκλίμακες - παράγοντες. Η πρώτη υποκλίμακα μελετά την ικανότητα να συγχωρεί κανείς τον εαυτό του με προτάσεις όπως «Με τον καιρό κατανοώ καλύτερα τον εαυτό μου για τα λάθη που έχω κάνει». Η δεύτερη υποκλίμακα μελετά την ικανότητα συγχώρεσης των άλλων και αφορά την ικανότητα συγχώρεσης ως αποτέλεσμα συνεχούς διεργασίας, με προτάσεις όπως «Συνεχίζω να είμαι σκληρός με εκείνους που με έχουν πληγώσει» (αντίστροφη βαθμολογία). Η τρίτη υποκλίμακα μελετά την ικανότητα συγχώρεσης των ανεξέλεγκτων καταστάσεων της ζωής με προτάσεις όπως «Τελικά συμφιλιώνομαι με τις άσχημες καταστάσεις στη ζωή μου».

Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν κατά πόσο συμφωνούν ή διαφωνούν σε κάθε μία από τις προτάσεις, χρησιμοποιώντας μια 7- βαθμη κλίμακα τύπου Likert που κυμαίνεται από «Σχεδόν ποτέ» (1) έως «Σχεδόν πάντα». Το άθροισμα των σχετικών βαθμολογιών των τριών υποκλιμάκων (με αντιστροφή της βαθμολογίας εννέα προτάσεων από αυτές) δίνει μία συνολική βαθμολογία που καθορίζει τη συγχωρητικότητα. Οι υψηλότερες βαθμολογίες των υποκλιμάκων υποδεικνύουν υψηλότερα επίπεδα συγχώρεσης στους τρεις τομείς, όπως ακριβώς συμβαίνει και στη συνολική βαθμολογία (ο συνολικός δείκτης συγχωρητικότητας που κυμαίνεται από 18 ως 126).

Η κλίμακα συγχώρεσης HFS δημοσιεύτηκε για πρώτη φορά σε επιστημονικό περιοδικό από ένα άρθρο των Thompson & Snyder (2003) και οι καλές ψυχομετρικές ιδιότητες, δηλώνουν ότι πρόκειται για ένα αξιόπιστο εργαλείο στα χέρια των ερευνητών (Thompson et al., 2005). Είναι σχετικά σύντομο και κατανοητό και οι ψυχομετρικές του ιδιότητες έχουν μελετηθεί σε ελληνικό πληθυσμό. Στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η ελληνική εκδοχή και συγκεκριμένα αυτή που μεταφράστηκε και προσαρμόστηκε από την Καθηγήτρια Α. Γιώτσα.

5.4.4. Κλίμακα εκδίκησης [*Vengeance Scale (VS-10)*]

Η εκδίκηση αξιολογήθηκε με την κλίμακα εκδίκησης -Vengeance Scale- VS. Το ερωτηματολόγιο της εκδίκησης είναι ένα εργαλείο αυτο-αναφοράς, το οποίο σχεδιάστηκε με σκοπό να αξιολογήσει τις στάσεις που μπορεί να έχουν οι άνθρωποι όταν πρόκειται να πάρουν εκδίκηση, σε περίπτωση που αισθάνονται ότι κάποιος έχει κάνει κάτι εις βάρος τους. Περιέχει προτάσεις όπως «Είναι σημαντικό για μένα να ανταποδώσω σε ανθρώπους που με πλήγωσαν» και «Δεν είμαι εκδικητικός άνθρωπος» (αντίστροφη βαθμολόγηση).

Στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η σύντομη μορφή του VS, η οποία περιλαμβάνει δέκα (10) από τις είκοσι (20) προτάσεις από τις οποίες αποτελείται η κανονική

μορφή. Αρχικά οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να αποφασίσουν αν συμφωνούν ή αν διαφωνούν και σε ποιο βαθμό με τις προτάσεις. Δηλαδή έπρεπε να απαντήσουν αυθόρμητα σε κάθε μία από τις προτάσεις, χρησιμοποιώντας μια 4- βαθμη κλίμακα τύπου Likert που κυμαίνεται από «Διαφωνώ Απόλυτα (1) έως «Συμφωνώ Απόλυτα» (4). Οι απαντήσεις του κάθε συμμετέχοντα αθροίζονται (αφού πρώτα αντιστραφεί η βαθμολογία τριών προτάσεων) και υπολογίζεται μία συνολική βαθμολογία εκδίκησης (συνολικός δείκτης εκδικητικότητας). Οι υψηλότερες βαθμολογίες υποδεικνύουν υψηλότερα επίπεδα εκδίκησης. Συγκεκριμένα οι πιθανές βαθμολογίες κυμαίνονται από δέκα (10) έως σαράντα (40), όπου 10 σημαίνει ότι διαφωνούν έντονα με το αίσθημα να παίρνουν εκδίκηση ενώ 40 σημαίνει ότι συμφωνούν έντονα με το συναίσθημα να παίρνουν εκδίκηση. Το μέσο της συνολικής βαθμολογίας είναι το 25 και υποδηλώνει την τάση του ατόμου για θετική προδιάθεση να παίρνει εκδίκηση.

Καταλήγοντας η κλίμακα εκδίκησης αναπτύχθηκε από τους Stuckless & Goranson (1992), ενώ έχει μεταφραστεί και προσαρμοστεί στα Ελληνικά. Οι καλές ψυχομετρικές ιδιότητες υποδηλώνουν ότι πρόκειται για ένα αξιόπιστο ερευνητικό εργαλείο μικρής έκτασης (Coelho et. al., 2018).

5.5. Διαδικασία συλλογής δεδομένων

Για τη συλλογή των δεδομένων αυτής της μελέτης, η προσέγγιση των ενδιαφερόμενων συμμετεχόντων έγινε σε διαφορετικούς χώρους, όπως τα σπίτια τους, ο εργασιακός χώρος, εκπαιδευτικά ιδρύματα κλπ. Αφού δόθηκε άδεια χορήγησης των προαναφερθέντων ερευνητικών εργαλείων μέτρησης από τους κατασκευαστές και επιμελητές τους, δόθηκαν στους συμμετέχοντες με την εξής σειρά: 1. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ - Για τους ενήλικες, 2. Heartland Forgiveness Scale (HFS) - Κλίμακα Συγχώρεσης της καρδιάς, 3. ΕΓΑΑ: Μαμά (Σύντομη μορφή) - Για τους ενήλικες, 4. Adult PAQ - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της προσωπικότητας (Σύντομη μορφή) - Για τους

ενήλικες, 5. ΕΓΑΑ: Πατέρας (Σύντομη μορφή) - Για τους ενήλικες, 6. Κλίμακα εκδίκησης (VS-10). Πριν την συμπλήρωση δόθηκαν οι απαραίτητες οδηγίες και οι συμμετέχοντες ενθαρρύνθηκαν να συμπληρώσουν μόνοι τους τα ερωτηματολόγια, εκτός από ελάχιστες περιπτώσεις ηλικιωμένων αναγνωστών (φτωχοί αναγνώστες), στους οποίους και διαβάστηκαν. Ωστόσο και στην αρχή κάθε ερωτηματολογίου υπήρχαν διατυπωμένες ακριβείς οδηγίες συμπλήρωσης. Επιπλέον υπογραμμίστηκε ότι οι απαντήσεις είναι ανώνυμες και ότι σε κάποιες κλίμακες χρειάζεται να συμπληρώσουν τα αρχικά του ονόματός τους και την ημερομηνία. Επίσης επισημάνθηκε ότι δεν πρέπει να παραμείνουν για μεγάλο χρονικό διάστημα σε κάποια συγκεκριμένη πρόταση και ότι πρέπει να δηλώσουν την πρώτη αντίδραση / απάντηση που τους έρχεται στο μυαλό. Τέλος υπογραμμίστηκε ότι δεν υπάρχει σωστή ή λανθασμένη απάντηση για κανένα στοιχείο. Τα ερευνητικά δεδομένα συλλέχθηκαν σε διάστημα τριών μηνών και συγκεκριμένα από τον Αύγουστο 2019 έως τον Οκτώβριο 2019.

5.5. Στατιστική Μεθοδολογία

Η στατιστική ανάλυση των εμπειρικών δεδομένων που συλλέχθηκαν από τις ερωτήσεις που τέθηκαν στους ενήλικες διενεργήθηκε με την χρήση του στατιστικού πακέτου S.P.S.S. 23.0.0.0. Αρχικά δόθηκαν οι κατανομές των εξής δημογραφικών/ατομικών δεδομένων του δείγματος: Φύλο, Ηλικία, Καταγωγή, Θρησκεία, Εκπαιδευτικό Επίπεδο, Εργασιακή Κατάσταση, Οικογενειακή Κατάσταση. Σχεδόν όλες οι υπόλοιπες μεταβλητές της μελέτης διασταυρώθηκαν με τα δημογραφικά δεδομένα. Επιπλέον για τις συγκρίσεις των υποομάδων (για παράδειγμα διαφορές ως προς το φύλο) χρησιμοποιήθηκε η παραμετρικές δοκιμασίες t-test (για δύο ανεξάρτητα δείγματα) και η Ανάλυση Διακύμανσης/ANOVA (για παράδειγμα διαφορές ως προς τις ηλικιακές κατηγορίες, περισσότερα από δύο δείγματα), καθώς και η δοκιμασία Pearson. Το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίστηκε σε 0,05.

6ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

6.1. Περιγραφική στατιστική

Ο Πίνακας 1 παρουσιάζει τους μέσους όρους και τις τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Μητρική αποδοχή - απόρριψη» (ΕΓΑΑ_Μητέρα)

Πίνακας 1. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Μητρική αποδοχή - απόρριψη» (ΕΓΑΑ_Μητέρα) (N=132)

Υπο-κλίμακες ερωτηματολογίου	Μ.Ο	Τ.Α
Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	13,29	4,89
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	20,45	3,29
Αδιαφορία/Παραμέληση	20,14	3,50
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	14,47	2,23
Συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	81,78	11,95

Στον Πίνακα 1 παρουσιάζεται ο βαθμός της μητρικής αποδοχής και απόρριψης, ο οποίος προκύπτει από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Πιο συγκεκριμένα οι συμμετέχοντες τείνουν να πιστεύουν πως έχουν βιώσει τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά και στοργή σε αρκετά χαμηλό βαθμό (Μ.Ο=13,29), όπως επίσης και τη μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη (Μ.Ο=14,47). Επιπλέον, τείνουν να πιστεύουν πως έχουν αισθανθεί σε μέτριο βαθμό τη μητρική εχθρότητα και επιθετικότητα (Μ.Ο=20,45) και τη μητρική αδιαφορία και παραμέληση (Μ.Ο=20,14). Η συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ της μητέρας φανερώνει ότι οι συμμετέχοντες τείνουν να πιστεύουν πως έχουν βιώσει σε υψηλό βαθμό την μητρική απόρριψη και σε αρκετά χαμηλό βαθμό την μητρική αποδοχή (Μ.Ο=81,78).

Ο Πίνακας 2 παρουσιάζει τους μέσους όρους και τις τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Πατρική αποδοχή-απόρριψη» (ΕΓΑΑ_Πατέρας).

Πίνακας 2. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Πατρική αποδοχή - απόρριψη» (ΕΓΑΑ_Πατέρας) (N=132)

Υπο-κλίμακες ερωτηματολογίου	Μ.Ο	Τ.Α
Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	14,29	5,62
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	21,07	4,03
Αδιαφορία/Παραμέληση	19,51	3,89
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	12,48	1,58
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	78,77	12,91

Στον Πίνακα 2 παρουσιάζεται ο βαθμός της πατρικής αποδοχής και απόρριψης, ο οποίος προκύπτει από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Πιο συγκεκριμένα οι συμμετέχοντες τείνουν να πιστεύουν πως έχουν αισθανθεί την πατρική συναισθηματική ζεστασιά και στοργή σε αρκετά χαμηλό βαθμό (ΜΟ=14,29), όπως επίσης και τη πατρική αδιαφοροποίητη απόρριψη (Μ.Ο=12,48). Επιπλέον, τείνουν να πιστεύουν πως έχουν αισθανθεί σε μέτριο βαθμό την πατρική εχθρότητα και επιθετικότητα (Μ.Ο=21,07) και την πατρική αδιαφορία και παραμέληση (Μ.Ο=19,51). Η συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ του πατέρα δείχνει ότι οι συμμετέχοντες τείνουν να πιστεύουν πως έχουν βιώσει σε υψηλό βαθμό την πατρική απόρριψη και σε αρκετά χαμηλό βαθμό την πατρική αποδοχή (Μ.Ο=78,77)

Ο Πίνακας 3 παρουσιάζει τους μέσους όρους και τις τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Συγχώρεση από καρδιάς» (HFS).

Πίνακας 3. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Συγχώρεση από καρδιάς» (HFS) (N=132)

Υπο-κλίμακες ερωτηματολογίου	M.O	T.A
Συγχώρεση του εαυτού	27,08	5,09
Συγχώρεση των άλλων	28,41	5,55
Συγχώρεση των καταστάσεων	26,50	5,64
Συνολικός Δείκτης Συγχώρεσης	82,00	12,78

Στον Πίνακα 3 παρουσιάζεται ο βαθμός συγχώρεσης, ο οποίος προκύπτει από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Πιο συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες τείνουν να συγχωρούν τον εαυτό τους σε μέτριο βαθμό (M.O=27,08), τους άλλους ανθρώπους σε μέτριο βαθμό (M.O=28,41) και τις καταστάσεις επίσης σε μέτριο βαθμό (M.O=26,50). Τέλος, ο συνολικός δείκτης συγχώρεσης δείχνει πως οι συμμετέχοντες τείνουν να συγχωρούν γενικά σε μέτριο βαθμό (M.O=82,00).

Ο Πίνακας 4 παρουσιάζει τους μέσους όρους και τις τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Αξιολόγηση της Προσωπικότητας» (EAIΠ).

Πίνακας 4. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο «Αξιολόγηση της Προσωπικότητας» (ΕΑΠ) (N=132)

Υπο-κλίμακες ερωτηματολογίου	M.O	T.A
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	18,02	3,06
Εξάρτηση	15,17	2,65
Χαμηλή Αυτοεκτίμηση	20,02	3,33
Χαμηλή Αυτεπάρκεια	19,44	3,42
Αδυναμία Συναισθηματικής Ανταπόκρισης	18,78	3,34
Συναισθηματική Αστάθεια	14,46	3,18
Αρνητική Κοσμοαντίληψη	19,39	3,38
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΑΠ	125,27	15,42

Στον Πίνακα 4 παρουσιάζεται ο βαθμός της αξιολόγηση της προσωπικότητας, ο οποίος προκύπτει από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Πιο συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες ως προς την εχθρότητα και επιθετικότητα τείνουν να παρουσιάζουν σχετικά ήπια προβλήματα (M.O=18,02). Ως προς την εξάρτηση τείνουν να αντιμετωπίζουν επίσης ήπια προβλήματα (M.O=15,07). Ως προς τη χαμηλή αυτοεκτίμηση τείνουν να παρουσιάζουν μέτρια προβλήματα (M.O=20,02). Ως προς τη χαμηλή αυτεπάρκεια, τείνουν να αντιμετωπίζουν μέτρια προβλήματα (M.O=19,44). Ως προς την αδυναμία συναισθηματικής ανταπόκρισης παρουσιάζουν επίσης μέτρια προβλήματα (M.O=18,78). Αναφορικά με τη συναισθηματική αστάθεια τείνουν να παρουσιάζουν ήπια προβλήματα (M.O=14,46) και ως προς την αρνητική κοσμοαντίληψη τείνουν να παρουσιάζουν μέτρια προβλήματα (M.O=19,39). Τέλος, αναφορικά με το συνολική βαθμολογία στο ΕΑΠ (συνολικός δείκτης ψυχολογικής προσαρμογής), οι συμμετέχοντες τείνουν να παρουσιάζουν ήπια προς μέτρια προβλήματα ψυχολογικής προσαρμογής (M.O=125,27)/ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα.

Ο Πίνακας 5 παρουσιάζει τους μέσους όρους και τις τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο της «Εκδίκησης» (VS).

Πίνακας 5. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερωτηματολόγιο της «Εκδίκησης» (VS)

Κλίμακα εκδίκησης	Μ.Ο	Τ.Α
Συνολικός Δείκτης Εκδίκησης	17,67	5,34

Στον Πίνακα 5 παρουσιάζεται ο συνολικός δείκτης εκδίκησης, ο οποίος προκύπτει από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Φαίνεται πως οι συμμετέχοντες τείνουν να μην επιδιώκουν την εκδίκηση.

6.2. Επαγωγική στατιστική

Ο Πίνακας 6 παρουσιάζει τις συσχετίσεις μεταξύ της μητρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας.

Πίνακας 6. Συσχετίσεις μεταξύ του ερωτηματολογίου μητρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της προσωπικότητας

	Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	Εχθρότητα/ Επιθετικότητα	Αδιαφορία/ Παραμέληση	Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ
Εχθρότητα/ Επιθετικότητα	-,20*	,40**	,25**	,36**	,33**
Εξάρτηση	,03	,11	,04	,07	,04
Χαμηλή Αυτοεκτίμηση	-,37**	,35**	,35**	,36**	,41**
Χαμηλή Αυτεπάρκεια	-,36**	,38**	,41**	,42**	,45**
Αδυναμία Συναισθημα- τικής Ανταπόκρισης	-,21*	,10	,12	,08	,17
Συναισθηματική Αστάθεια	-,21	,43**	,32**	,30**	,35**
Αρνητική Κοσμοαντίληψη	-,33**	,38**	,34**	,38**	,40**
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΑΠ	-,35**	,45**	,39**	,42**	,46**

**p<0,01, *p<0,05

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της μητρικής αποδοχής-απόρριψης με τις υποκλίμακες της προσωπικότητας, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 6 η εχθρότητα/επιθετικότητα παρουσιάζει μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη), καθώς επίσης και

μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα.

Αναφορικά με τη χαμηλή αυτοεκτίμηση παρατηρείται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή, καθώς επίσης και χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα, την αδιαφορία/παραμέληση, την μητρική αδιαφοροποίηση απόρριψη και τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη).

Επίσης σχετικά με τη χαμηλή αυτεπάρκεια παρατηρείται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή. Επιπλέον, η χαμηλή αυτεπάρκεια παρουσιάζει χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική σχέση με τη μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα. Τέλος, η χαμηλή αυτεπάρκεια παρουσιάζει μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική αδιαφορία/παραμέληση, με την μητρική αδιαφοροποίηση απόρριψη και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη).

Όσον αφορά τη συναισθηματική αστάθεια παρουσιάζεται μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική αδιαφορία/παραμέληση και με την μητρική αδιαφοροποίηση απόρριψη. Επιπλέον, η συναισθηματική αστάθεια παρουσιάζει μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη).

Αναφορικά με την αρνητική κοσμοαντίληψη φαίνεται πως υπάρχει μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή και χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική σχέση με τη μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα, την αδιαφορία/παραμέληση, την μητρική αδιαφοροποίηση απόρριψη και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη).

Τέλος, αναφορικά με το συνολική βαθμολογία στο ΕΑΠ (ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα) φαίνεται πως παρουσιάζεται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική σχέση με τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή, καθώς επίσης και μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική σχέση με τη μητρική αδιαφορία/παραμέληση. Επιπλέον, παρουσιάζονται χαμηλές και θετικές συσχετίσεις με την εχθρότητα/επιθετικότητα, την αδιαφοροποίητη απόρριψη και συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη). Παρόλο που υπάρχουν και άλλες φαινομενικά στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις, επειδή κυμαίνονται από το .29 και κάτω θεωρούνται αδύναμες και μη υπολογίσιμες.

Ο Πίνακας 7 παρουσιάζει τις συσχετίσεις μεταξύ του ερωτηματολογίου μητρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο Συγχώρεση από καρδιάς.

Πίνακας 7. Συσχετίσεις μεταξύ του ερωτηματολογίου μητρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της Συγχώρεση από καρδιάς

	Συγχώρεση του εαυτού	Συγχώρεση των άλλων	Συγχώρεση των καταστάσεων	Συνολικός Δείκτης Συγχώρεσης
Συναισθηματική Ζεστασιά / Στοργή	-,23**	-,13	-,12	-,20*
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	,32**	,22*	,24*	,33**
Αδιαφορία/Παραμέληση	,26**	,07	,12	,19*
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	,30**	,18*	,29**	,33**
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	,31**	,17	,20**	,29**

**p<0,01, *p<0,05

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της μητρικής αποδοχής-απόρριψης με τις υποκλίμακες της συγχώρεσης, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 7 μόνο η μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα και η μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη παρουσιάζουν μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη συγχώρεση του εαυτού και με το συνολικό δείκτη συγχώρεσης.

Επιπλέον, η συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (μητρική απόρριψη), παρουσιάζει μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την συγχώρεση του εαυτού. Παρόλο που η πλειονότητα των υπόλοιπων συσχετίσεων φαίνονται στατιστικά σημαντικές, επειδή κυμαίνονται από το .29 και κάτω θεωρούνται αδύναμες και μη υπολογίσιμες.

Ο Πίνακας 8 παρουσιάζει τις συσχετίσεις μεταξύ της μητρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της εκδίκησης.

Πίνακας 8. Συσχετίσεις μεταξύ των ερωτηματολογίων της μητρικής αποδοχής-απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της εκδίκησης

	Συνολικός Δείκτης Εκδίκησης
Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	,20*
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	-,30**
Αδιαφορία/Παραμέληση	-,18*
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	-,35**
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	-, 28**

**p<0,01, *p<0,05

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της μητρικής αποδοχής-απόρριψης με την κλίμακα της εκδίκησης, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 8 η μητρική εχθρότητα/επιθετικότητα και η αδιαφοροποίητη απόρριψη παρουσιάζουν μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την κλίμακα της εκδίκησης. Παρόλο που υπάρχουν και άλλες φαινομενικά στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις, επειδή κυμαίνονται από το .29 και κάτω θεωρούνται αδύναμες και μη υπολογίσιμες.

Ο Πίνακας 9 ο οποίος παρουσιάζεται στην επόμενη σελίδα, εμφανίζει τις συσχετίσεις μεταξύ της πατρικής αποδοχής-απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας.

Πίνακας 9. Συσχετίσεις μεταξύ των ερωτηματολογίων της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας

	Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	Εχθρότητα/ Επιθετικότητα	Αδιαφορία/ Παραμέληση	Αδιαφοροποίηση Απόρριψη	Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ
Εχθρότητα/ Επιθετικότητα	-,26**	,31**	,31**	,10	,32**
Εξάρτηση	-,12	,19*	,09	,28**	,17
Χαμηλή Αυτοεκτίμηση	-,40**	,16	,31**	,11	,33**
Χαμηλή Αυτεπάρκεια	-,39**	,17	,34**	,13	,34**
Αδυναμία Συναισθημα- τικής Ανταπόκρισης	-,20*	,06	,13	,00	,15
Συναισθηματική Αστάθεια	-,30**	,30**	,28**	,15	,33**
Αρνητική κοσμοαντίληψη	-,34**	,29**	,31**	,18*	,35**
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΑΠ	-,42**	,30**	,37**	,19*	,41**

**p<0,01, *p<0,05

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με τις υποκλίμακες της προσωπικότητας, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης

συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 9 η εχθρότητα/επιθετικότητα παρουσιάζει μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική εχθρότητα/επιθετικότητα, με την πατρική αδιαφορία/παραμέληση και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (πατρική απόρριψη).

Αναφορικά με τη χαμηλή αυτοεκτίμηση παρατηρείται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή, καθώς επίσης και χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική αδιαφορία/παραμέληση και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ(πατρική απόρριψη).

Επίσης σχετικά με τη χαμηλή αυτεπάρκεια παρατηρείται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική ζεστασιά/στοργή και μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική αδιαφορία/παραμέληση και με τη συνολική συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (πατρική απόρριψη).

Όσον αφορά τη συναισθηματική αστάθεια παρουσιάζεται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή και μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική εχθρότητα/επιθετικότητα και με τη συνολική συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (πατρική απόρριψη).

Αναφορικά με την κοσμοαντίληψη φαίνεται πως υπάρχει μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή και χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική σχέση με την πατρική αδιαφορία/παραμέληση και με τη συνολική συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (πατρική απόρριψη).

Τέλος, αναφορικά με το συνολική βαθμολογία στο ΕΑΠ (ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα) φαίνεται πως παρουσιάζεται μια χαμηλή, αρνητική και στατιστικά σημαντική σχέση με την πατρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή, καθώς επίσης και μια χαμηλή, θετική και στατιστικά σημαντική σχέση με τη πατρική εχθρότητα/επιθετικότητα, αδιαφορία/παραμέληση και με τη συνολική βαθμολογία στο ΕΓΑΑ (πατρική απόρριψη).

Παρόλο που υπάρχουν και άλλες φαινομενικά στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις, επειδή κυμαίνονται από το .29 και κάτω θεωρούνται αδύναμες και μη υπολογίσιμες.

Ο Πίνακας 10 παρουσιάζει τις συσχετίσεις μεταξύ της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της συγχώρεσης.

Πίνακας 10. Συσχετίσεις μεταξύ των ερωτηματολογίων της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της συγχώρεσης

	Συγχώρεση του εαυτού	Συγχώρεση των άλλων	Συγχώρεση των καταστάσεων	Συνολικός δείκτης συγχώρεσης
Ζεστασιά/Στοργή	-,23**	-,13	-,12	-,19*
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	,26**	-,08	-,11	,05
Αδιαφορία/Παραμέληση	,17*	,01	,06	,10
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	,10	-,02	-,11	-,02
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	21*	,05	,04	-,13

** $p < 0,01$, * $p < 0,05$

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της πατρικής αποδοχής και απόρριψης με τις υποκλίμακες της συγχώρεσης, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 10 δεν εμφανίζεται καμία στατιστικά σημαντική συσχέτιση. Παρόλο που υπάρχουν κάποιες φαινομενικά στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις, επειδή κυμαίνονται από το .29 και κάτω θεωρούνται αδύναμες και μη υπολογίσιμες.

Ο Πίνακας 11 παρουσιάζει τις συσχετίσεις μεταξύ της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της εκδίκησης.

Πίνακας 11. Συσχετίσεις μεταξύ των ερωτηματολογίων της πατρικής αποδοχής - απόρριψης με το ερωτηματολόγιο της εκδίκησης

	Συνολικός Δείκτης Εκδίκησης
Συναισθηματική	,10
Ζεστασιά/Στοργή	
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	-,13
Αδιαφορία/Παραμέληση	-,10
Αδιαφοροποίητη	,02
Απόρριψη	
Συνολική Βαθμολογία στο ΕΓΑΑ	-,11

**p<0,01, *p<0,05

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή συσχέτιση των υποκλιμάκων της πατρικής αποδοχής-απόρριψης με την κλίμακα της εκδίκησης, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης συσχέτισης Pearson's. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 11 καμία υποκλίμακα της πατρικής αποδοχής - απόρριψης δεν σχετίζεται με την κλίμακα της εκδίκησης.

Ο Πίνακας 12 παρουσιάζει τη διαφορά των μέσων όρων, των τυπικών αποκλίσεων, του t-test και το δείκτη στατιστικής σημαντικότητας μεταξύ ανδρών και γυναικών ως προς το ερωτηματολόγιο της μητρικής αποδοχής - απόρριψης.

Πίνακας 12. Μέσοι όροι, τυπικές αποκλίσεις, *t*-test και στατιστική σημαντικότητα μεταξύ ανδρών και γυναικών ως προς το ερωτηματολόγιο της μητρικής αποδοχής – απόρριψης

Υπο-κλίμακες	Άντρες		Γυναίκες		<i>t</i> ⁽¹³⁰⁾	<i>p</i>
	(n=57)		(n=75)			
	M.O	T.A	M.O	T.A		
Συναισθηματική Ζεστασιά/Στοργή	12,46	4,72	13,92	4,94	-1,72	,09
Εχθρότητα/Επιθετικότητα	21,04	2,86	20,01	3,54	1,78	,08
Αδιαφορία/Παραμέληση	20,72	3,14	19,71	3,71	1,66	,10
Αδιαφοροποίητη Απόρριψη	14,91	1,88	14,13	2,42	2,02	,05*

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή επίδραση του φύλου στο ερωτηματολόγιο της μητρικής αποδοχής-απόρριψης χρησιμοποιήθηκε το τεστ ανεξαρτήτων δειγμάτων (independent t-test). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα που παρουσιάζονται στον πίνακα 12, παρατηρείται πως οι άντρες αισθάνθηκαν στατιστικά σημαντικά περισσότερη αδιαφοροποίητη απόρριψη από τη μητέρα τους (M.O=14,91) σε σχέση με τις γυναίκες (M.O=14,13).

Ο Πίνακας 13 παρουσιάζει τη διαφορά των μέσων όρων, των τυπικών αποκλίσεων του test One-Way ANOVA και του δείκτη στατιστικής σημαντικότητας μεταξύ των ηλικιακών επιπέδων και του ερωτηματολογίου της αξιολόγησης της προσωπικότητας.

Πίνακας 13. Διαφορές ανάμεσα στα επίπεδα ηλικίας ως προς το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας

Υποκλίμακες	Νέοι Ενήλικες (n=60)		Μεσήλικες (n=48)		Ηλικιωμένοι (n=24)		<i>F</i> (2,129)	<i>p</i>
	M.O	T.A	M.O	T.A	M.O	T.A		
Εχθρότητα/ Επιθετικότητα	17,80	3,23	18,29	2,87	18,00	3,08	,34	,71
Εξάρτηση	14,90	2,87	15,48	2,30	15,25	2,79	,64	,53
Χαμηλή Αυτοεκτίμηση	18,92	3,72	20,50	2,66	21,83	2,44	8,18	,00**
Χαμηλή Αυτεπάρκεια	18,43	3,75	20,00	3,04	20,83	2,53	5,59	,01**
Μη Συναισθηματική Ανταπόκριση	18,27	3,73	19,02	3,15	19,54	2,47	1,47	,23
Συναισθηματική Αστάθεια	13,89	3,15	15,10	3,02	14,63	3,42	2,04	,14
Αρνητική Κοσμοαντίληψη	18,90	3,75	19,83	2,88	19,70	3,28	1,15	,32
Συνολικός Βαθμολογία στο ΕΑΠ	121,10	16,88	128,23	13,40	129,79	13,14	4,32	,02**

Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή επίδραση των ηλικιακών επιπέδων στο ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας, χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης μονής κατεύθυνσης (One-Way ANOVA). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα που παρουσιάζονται στον Πίνακα 13, παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές στους

μέσους όρους της χαμηλής αυτοεκτίμησης, όπου $F(2, 129)=8,18, p<0,05$, της χαμηλής αυτεπάρκειας, όπου $F(2, 129)=5,59, p<0,05$ και της συνολικής βαθμολογίας στο ΕΑΠ (ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα), όπου $F(2, 129)=4,32, p<0,05$. Έπειτα, για να διαπιστωθούν οι πιθανές και στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις ηλικιακές ομάδες σε σχέση με το ερωτηματολόγιο της αξιολόγησης της προσωπικότητας, χρησιμοποιήθηκε Post Hoc ανάλυση με διόρθωση Bonferroni. Η συγκεκριμένη στατιστική ανάλυση έδειξε πως οι νέοι παρουσιάζουν λιγότερη χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτεπάρκεια σε σχέση με τους μεσήλικες και τους ηλικιωμένους, καθώς επίσης έχουν λιγότερα προβλήματα προσαρμογής σε σχέση με τους μεσήλικες.

7ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

7.1. Συζήτηση

Στόχος της παρούσας έρευνας ήταν να μελετηθούν οι σχέσεις ανάμεσα στις διαστάσεις των γονεϊκών συμπεριφορών, στην ψυχολογική προσαρμογή, στην προδιάθεση για συγχώρεση και στην εκδικητικότητα των νέων, μεσηλικών και ηλικιωμένων Ελλήνων ανδρών και γυναικών. Πιο αναλυτικά εξετάστηκε αν οι παράγοντες της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης, που προκύπτουν από τις αναμνήσεις και την εμπειρία των ενηλίκων για την παιδική ηλικία, συνδέονται με τις διαστάσεις της ψυχολογικής τους προσαρμογής στην ενήλικη ζωή, την προδιάθεση για συγχώρεση του εαυτού, των άλλων και των καταστάσεων και με την εκδικητικότητα. Επιπλέον εξετάστηκε η σημασία δημογραφικών παραγόντων στις παραπάνω σχέσεις, δηλαδή οι ενδεχόμενες διαφορές φύλου και η ηλικία και συγκεκριμένα οι πιθανές διαφορές των νέων ενηλίκων, μεσαίας ηλικίας και ηλικιωμένων.

Αρχικά ελέγξαμε αν υπάρχουν διαφορές του συνόλου των συμμετεχόντων ως προς τις διαστάσεις της ενθουμούμενης αποδοχής και απόρριψης από την μητέρα τους και από τον πατέρα τους ξεχωριστά, δηλαδή ως προς την συναισθηματική ζεστασιά και τη στοργή από την μία και την εχθρότητα και επιθετικότητα, την αδιαφορία και την παραμέληση και την αδιαφοροποίητη απόρριψη από την άλλη. Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε πρώτον ότι τα άτομα κατά τη παιδική τους ηλικία θεωρούν ότι βίωσαν σε έντονο βαθμό την μητρική απόρριψη παρά την μητρική αποδοχή. Αυτό φανερώνεται από την συνολική βαθμολογία μητρικής αποδοχής-απόρριψης («διάσταση της συναισθηματικής ζεστασιάς») που σημείωσαν οι συμμετέχοντες. Δηλαδή αισθάνθηκαν τη μητρική συναισθηματική ζεστασιά και στοργή σε αρκετά χαμηλό βαθμό που σημαίνει ότι σχεδόν την στερήθηκαν και την μητρική ψυχρότητα (χαμηλός βαθμός της συναισθηματικής ζεστασιάς) σε υψηλό βαθμό. Όσον αφορά τις εκφάνσεις της μητρικής απόρριψης, τα άτομα ανέφεραν ότι η συμπεριφορά της μητέρας τους ήταν σε μέτριο βαθμό εχθρική και επιθετική. Επίσης σε μέτριο βαθμό θεωρούν ότι ένιωσαν την έλλειψη ενδιαφέροντος ή/και πραγματικής έγνοιας από την μητέρα τους και επίσης ότι

κάποιες φορές έδειχνε να τους παραμελεί και να μην υπολογίζει τις ανάγκες, τις επιθυμίες και τα ενδιαφέροντα τους. Τέλος τα άτομα ανέφεραν ότι κατά την διάρκεια της παιδικής τους ηλικίας ελάχιστες φορές αισθάνθηκαν ότι η μητέρα τους δεν τους αγαπάει ή ότι δεν επιθυμεί την παρουσία τους ή ότι τους απορρίπτει δηλαδή βίωσαν σε χαμηλό βαθμό την αδιαφοροποίητη απόρριψη. Αναφορικά με τον πατέρα, όπως και στην περίπτωση της μητέρας, θυμούνται ότι ένιωσαν περισσότερο την πατρική απόρριψη κατά τη παιδική τους ηλικία. Ενώ πιστεύουν ότι έλαβαν σε ελάχιστο βαθμό πατρική αποδοχή, δηλαδή σχεδόν στερήθηκαν την συναισθηματική ζεστασιά και στοργή. Φάνηκε ότι βίωσαν την πατρική ψυχρότητα (χαμηλός βαθμός της συναισθηματικής ζεστασιάς) σε υψηλό βαθμό. Ως προς τις μορφές της ενθουμούμενης πατρικής απόρριψης, τα άτομα θεωρούν ότι ο πατέρας τους σε μέτριο βαθμό είχε εχθρική και επιθετική συμπεριφορά αδιαφορούσε και τους παραμελούσε. Συνεπώς ιδιαίτερης σημασίας είναι ότι τα άτομα αντιλαμβάνονται πως κατά την διάρκεια των παιδικών τους χρόνων, βίωσαν σε σημαντικό βαθμό την γονεϊκή απόρριψη, με την μητρική απόρριψη να είναι σε υψηλότερα επίπεδα από την πατρική.

Στη συνέχεια ελέγχθηκε η προδιάθεση ή η γενική τάση των ανθρώπων να συγχωρούν. Από τα ευρήματα διαπιστώνεται ότι τα άτομα έχουν μέτρια προδιάθεση για συγχώρεση και συγκεκριμένα μπορούν σε μέτρια επίπεδα να συγχωρούν α) τον εαυτό τους και την συμπεριφορά τους, β) τους ανθρώπους που τους έβλαψαν (τόσο το πρόσωπο όσο και την πράξη) και γ) τις αντίξοες καταστάσεις της ζωής.

Ακολούθως ελέγχθηκαν οι διάφορες προδιαθέσεις της προσωπικότητας των συμμετεχόντων, όπως οι ίδιοι τις αξιολόγησαν, οι οποίες καθορίζουν το βαθμό της ψυχολογικής προσαρμογής ή της ψυχολογικής δυσπροσαρμοστικότητας. Ο βαθμός και η ένταση των δυσκολιών που εμφανίζει το άτομο και στις επτά προδιαθέσεις προσωπικότητας, καθορίζουν και την ψυχολογική του προσαρμογή, με άλλα λόγια την ύπαρξη ή μη και σε ποιο βαθμό ψυχολογικών προβλημάτων που εμποδίζουν την άριστη ψυχολογική προσαρμογή. Συνολικά από τα αποτελέσματα συμπεραίνουμε ότι τα άτομα τείνουν να δείχνουν μεγαλύτερη

ψυχολογική δυσπροσαρμοστικότητα από προσαρμογή και συγκεκριμένα εμφανίζουν ήπια προς μέτρια προβλήματα προσαρμογής. Για να γίνει πιο σαφές, ελέγχθηκαν ξεχωριστά οι επτά προδιαθέσεις της προσωπικότητας και το σύνολο τους και προέκυψαν τα παρακάτω. Αξίζει να τονιστεί ότι οι προδιαθέσεις προσωπικότητας είναι υπόθεση βαθμού, με άλλα λόγια όλοι οι άνθρωποι είναι σε χαμηλότερο ή υψηλότερο βαθμό εχθρικοί ή μη εχθρικοί, ικανοί ή ανίκανοι για συναισθηματική ανταπόκριση, εξαρτώμενοι ή μη εξαρτώμενοι από τους άλλους, προδιατεθειμένοι να δουν θετικά ή αρνητικά τον κόσμο και τα λοιπά.

Αρχικά, σύμφωνα με τα αποτελέσματα, τα προβλήματα αντιμετώπισης των προσωπικών συναισθημάτων εχθρότητας και επιθετικότητας των ατόμων τείνουν να είναι χαμηλού βαθμού, όπως επίσης και οι δυσκολίες εξάρτησης, η οποία συνίσταται στην επιθυμία των ατόμων για συμπόνια και υποστήριξη από τους σημαντικούς άλλους, κυρίως όταν αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα υγείας. Αξίζει να αναφερθεί ότι οι προτάσεις που αφορούν την εξάρτηση δεν αποτελούν συνολικό μέτρο του βαθμού στον οποίο το άτομο βασίζεται συναισθηματικά στους ανθρώπους του άμεσου οικείου περιβάλλοντος. Επίσης τα άτομα έχουν την τάση να εμφανίζουν μέτρια προβλήματα συναισθηματικής αστάθειας, δηλαδή τείνουν να αισθάνονται σε μέτριο βαθμό συναισθηματική αναστάτωση, άγχος και ανησυχία. Αναφορικά με το φαινόμενο «αυτοαξιολόγησης» στο οποίο κατατάσσεται η αυτοεκτίμηση και η αυτεπάρκεια, φάνηκε ότι τα συναισθήματα αρνητικής αυτοεκτίμησης και αρνητικής αυτεπάρκειας τείνουν να είναι χαμηλού βαθμού, όπως επίσης και οι δυσκολίες που σχετίζονται με την αδυναμία συναισθηματικής ανταπόκρισης και με την αρνητική κοσμοαντίληψη.

Έπειτα αξιολογήθηκε η εκδικητικότητα των ατόμων, δηλαδή οι στάσεις και οι συμπεριφορές που ενδεχομένως να έχουν όταν πρόκειται να πάρουν εκδίκηση. Από τα αποτελέσματα προκύπτει το συμπέρασμα ότι τα άτομα είναι αρνητικά προδιατεθειμένοι να παίρνουν εκδίκηση και να ανταποδίδουν σε κάποιον που τους έβλαψε.

Διατυπώθηκε η υπόθεση ότι η ενθουμούμενη μητρική και πατρική αποδοχή - απόρριψη κατά την παιδική ηλικία, θα έχει συσχέτιση με την ψυχολογική προσαρμογή των ενηλίκων. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης για την εύρεση της πιθανής συσχέτισης των διαστάσεων της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης με τις επτά προδιαθέσεις προσωπικότητας, οι οποίες προσδιορίζουν τον συνολικό δείκτη ψυχολογικής προσαρμογής, διαπιστώθηκαν τα εξής. Πρώτα απ' όλα πράγματι οι επτά προδιαθέσεις προσωπικότητας φάνηκε ότι συνδέονται με την ψυχρότητα και την ανικανότητα ανταπόκρισης των γονέων, δηλαδή την ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή - απόρριψη την οποία βίωσαν οι ενήλικες στην παιδική ηλικία και ως εκ τούτου η υπόθεση επιβεβαιώθηκε. Για την ακρίβεια τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το σύνολο των προβλημάτων ψυχολογικής προσαρμογής (ή η αδυναμία ψυχολογικής προσαρμογής) των συμμετεχόντων, τα οποία προκύπτουν από το σύνολο των επτά αρνητικών προδιαθέσεων προσωπικότητας, εμφάνισαν θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη συνολική βαθμολογία των αναμνήσεων της μητρικής και πατρικής απόρριψη (η ερευνητικές υποθέσεις επιβεβαιώθηκαν). Επιπλέον ο συνολικός δείκτης ψυχολογικής προσαρμογής διαπιστώθηκε ότι συσχετίζεται αρνητικά με την γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά/στοργή και θετικά και στατιστικά σημαντικά με την γονεϊκή εχθρότητα και επιθετικότητα, την γονεϊκή αδιαφορία και παραμέληση και την μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη. Η πατρική αδιαφοροποίητη απόρριψη φάνηκε ωστόσο ότι δεν επηρεάζει την συνολική ψυχολογική προσαρμογή. Γενικά όλες οι συνάφειες που προέκυψαν επιβεβαιώνουν τις υποθέσεις της θεωρίας προσωπικότητας της ΘΔΑΑ. Από τις αναμνήσεις και για τους δύο γονείς, φάνηκε επίσης ότι τα συναισθήματα εχθρότητας και η επιθετικότητα των ενηλίκων είχαν θετική συσχέτιση με την συνολική γονεϊκή απόρριψη και με την γονεϊκή εχθρότητα και επιθετικότητα. Ωστόσο παρατηρήθηκε ότι έχουν θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη και με την πατρική αδιαφορία και παραμέληση. Οι «αρνητικές» εκδηλώσεις της απορριπτικής συμπεριφοράς και συγκεκριμένα η αντιληπτή γονεϊκή εχθρότητα και επιθετικότητα και η αντιληπτή μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη φάνηκε ότι προκαλούν σε μεγαλύτερο βαθμό την εχθρότητα και επιθετικότητα των ενηλίκων από την συνολική γονεϊκή

απόρριψη, ενώ η πατρική αδιαφορία και παραμέληση προκαλεί σε χαμηλότερο βαθμό την εχθρότητα και επιθετικότητα των ενηλίκων από την συνολική πατρική απόρριψη.

Μεταβαίνοντας στις διαστάσεις της αρνητικής αυτοαξιολόγησης, δηλαδή στη χαμηλή αυτοεκτίμηση και στη χαμηλή αυτεπάρκεια διαπιστώθηκε ότι και οι δύο έχουν θετική συσχέτιση με την συνολική γονεϊκή απόρριψη. Συγκεκριμένα η χαμηλή αυτοεκτίμηση των ενηλίκων φάνηκε ότι έχει αρνητική συσχέτιση με την ενθουμούμενη γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά/στοργή (και θετική με την γονεϊκή ψυχρότητα). Επίσης διαπιστώθηκε ότι έχει θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τις τρεις «αρνητικές» εκφάνσεις μητρικής απόρριψης, δηλαδή την μητρική εχθρότητα και επιθετικότητα, την αδιαφορία και παραμέληση και την αδιαφοροποίητη απόρριψη, αλλά μόνο με την μία “αρνητική” εκδήλωση πατρικής απόρριψης, την πατρική αδιαφορία και παραμέληση. Επιπρόσθετα και η χαμηλή αυτεπάρκεια διαπιστώθηκε ότι συσχετίζεται αρνητικά με τη ενθουμούμενη γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά/στοργή. Επίσης συσχετίζεται θετικά πρώτον, με συμπεριφορές μητρικής εχθρότητας και επιθετικότητας, αδιαφορίας και παραμέλησης και με την αδιαφοροποίητη απόρριψη της μητέρας και δεύτερον μόνο με την αδιαφορία και παραμέληση του πατέρα. Καταλήγοντας αξίζει να αναφερθεί ότι η χαμηλή αυτεπάρκεια παρουσίασε μεγαλύτερο βαθμό συσχέτισης με την συνολική μητρική απόρριψη και με τις προαναφερθέντες διαστάσεις της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης σε σχέση με την χαμηλή αυτοεκτίμηση.

Επιπλέον μία άλλη διάσταση προσωπικότητας των ενηλίκων η οποία ελέγχθηκε για να διαπιστωθεί αν συσχετίζεται με τις αναμνήσεις γονεϊκής αποδοχής απόρριψης, είναι η συναισθηματική αστάθεια. Τα ευρήματα έδειξαν ότι οι ενήλικες που είναι λιγότερο συναισθηματικά σταθεροί έχουν βιώσει στο παρελθόν τη γονεϊκή απόρριψη. Για να γίνει πιο σαφές η συναισθηματική αστάθεια των υποκειμένων βρέθηκε ότι έχει θετική συσχέτιση με την συνολική ενθουμούμενη γονεϊκή απόρριψη και με ορισμένες από τις «αρνητικές» προδιαθέσεις προσωπικότητας. Δηλαδή φάνηκε πρώτον ότι θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με συμπεριφορές μητρικής και πατρικής εχθρότητας και επιθετικότητας, μητρικής αδιαφορίας και

παραμέλησης και μητρικής αδιαφοροποίησης απόρριψης και, δεύτερον ότι έχει αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την πατρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή (ή θετική με την πατρική ψυχρότητα). Η μητρική εχθρότητα και επιθετικότητα φαίνεται ότι προβλέπει την συναισθηματική αστάθεια των ενηλίκων σε υψηλότερο βαθμό από τις υπόλοιπες εκφάνσεις της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης.

Ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν σε ψυχολογικό επίπεδο την πραγματικότητα, δηλαδή η εικόνα που έχουν για τον κόσμο γύρω τους (κοσμοαντίληψη), βρέθηκε ότι συσχετίζεται με τα παιδικά βιώματα γονεϊκής αποδοχής-απόρριψης. Συγκεκριμένα η αρνητική προδιάθεση προσωπικότητας που αφορά την (αρνητική) θεώρηση του κόσμου φάνηκε ότι έχει θετική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την γονεϊκή απόρριψη συνολικά, ενώ έχει αρνητική συσχέτιση με την γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά/στοργή. Επίσης θετική συσχέτιση φάνηκε ότι έχει με την μητρική και πατρική αδιαφορία και παραμέληση, με την μητρική εχθρότητα και επιθετικότητα και με την μητρική αδιαφοροποίηση απόρριψη. Ως προς τις συσχετίσεις, διαπιστώθηκε ότι η συνολική ενθουμούμενη μητρική απόρριψη έχει την ισχυρότερη επίδραση στην συναισθηματική αστάθεια των ενηλίκων σε σχέση με τις υπόλοιπες γονεϊκές εκφάνσεις αποδοχής- απόρριψης.

Καταλήγοντας οι διαφορετικές εκφάνσεις της αποδοχής - απόρριψης ασκούν σχετικά διαφορετικές επιδράσεις στις διάφορες προδιαθέσεις προσωπικότητας, Η ελλιπής ψυχική υγεία, δηλαδή οι δυσκολίες ψυχολογικής προσαρμογής του ατόμου συνδέονται τελικά με την αντιληπτή γονεϊκή απόρριψη. Τα ευρήματα έρχονται σε συμφωνία με αποτελέσματα πολυάριθμων ψυχολογικών ερευνών διεθνώς που αναφέρουν ότι η γονεϊκή απόρριψη έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχολογική προσαρμογή και τη συμπεριφορά των παιδιών και των ενηλίκων (Rohner, 1980· Rohner & Khaleque, 2005). Επίσης επιβεβαιώνουν πάλι τις υποθέσεις της θεωρίας της προσωπικότητας για την σύνδεση της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης και της ψυχικής υγείας των ενηλίκων (Rohner, 1980, όπ. αναφ. στο Rohner, 2017). Η μόνη αρνητική προδιάθεση προσωπικότητας η οποία στην παρούσα έρευνα

δεν βρέθηκε ότι επηρεάζεται από την συνολική μητρική και πατρική απόρριψη, (τουλάχιστον σε στατιστικά σημαντικό και υπολογίσιμο βαθμό), είναι η αδυναμία συναισθηματική ανταπόκρισης των ενηλίκων.

Στην μεθοδολογία της έρευνας διατυπώθηκε το ερευνητικό ερώτημα αν η ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή-απόρριψη συνδέεται (εμφανίζει συσχέτιση) με την προδιάθεση (ή γενική τάση) του ατόμου να συγχωρεί. Ελέγχθηκαν όλες οι εκφάνσεις της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής -απόρριψης, δηλαδή η συναισθηματική ψυχρότητα, η εχθρότητα/επιθετικότητα, η αδιαφορία/παραμέληση, η αδιαφοροποίητη απόρριψη καθώς και η συνολική μητρική και πατρική απόρριψη και επιπλέον οι τρεις διαστάσεις της προδιάθεσης της συγχώρεσης, δηλαδή η συγχώρεση του εαυτού, των άλλων και των αντίξοων καταστάσεων καθώς και ο συνολικός δείκτης συγχώρεσης. Στην παρούσα έρευνα οι αναμνήσεις μητρικής εχθρότητας και επιθετικότητας, καθώς και η μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη συσχετίστηκαν με υψηλότερα επίπεδα συγχωρητικότητας του εαυτού καθώς επίσης και με υψηλότερα επίπεδα της συνολικής προδιάθεσης για συγχώρεση. Το εύρημα αυτό φαίνεται κάπως παράξενο έως οξύμωρο, διότι θα περίμενε κανείς ότι η εχθρική και επιθετική συμπεριφορά της μητέρας καθώς και το συναίσθημα του παιδιού ότι η μητέρα του το απορρίπτει, θα γεννούσε στο άτομο αυτό μια πληθώρα αρνητικών συναισθημάτων απογοήτευσης και θυμού και συγκεκριμένα προς το πρόσωπο της μητέρας. Απο ερευνητικά ευρήματα έχει διαπιστωθεί ότι τα παιδιά που βιώνουν απόρριψη εκδηλώνουν συναισθήματα οργής και επιθετική συμπεριφορά προς τους άλλους, ενώ τείνουν να σκέφτονται αρκετά συχνά τις επιθετικές γονεϊκές συμπεριφορές του παρελθόντος. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας θα μπορούσαν να αιτιολογηθούν από το γεγονός ότι τα άτομα που έχουν βιώσει την εχθρότητα, την βίαιη συμπεριφορά και τον πόνο από την μητέρα τους, ενδεχομένως να έχουν αναπτύξει αισθήματα αγάπης προς τον εαυτό τους, να έχουν ωριμάσει εξαιτίας του πόνου της μητρικής απόρριψης και να πιστεύουν ότι δεν ήταν αυτοί υπεύθυνοι για την συμπεριφορά της. Ακόμα το εύρημα αυτό πιθανόν να υποδηλώνει απεικία απέναντι στον εαυτό.

Όσον αφορά τις αναμνήσεις των ενηλίκων αναφορικά με την πατρική αποδοχή - απόρριψη, δεν εμφάνισαν καμιά στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την προδιάθεση των ενηλίκων να συγχωρούν.

Ένα ακόμη ερώτημα που διατυπώθηκε ήταν αν υπάρχει σχέση μεταξύ της ενθουμούμενης γονεϊκής συμπεριφοράς (αποδοχή-απόρριψη) και της γενικής τάσης των ενηλίκων να εκδικούνται. Ελέγχθηκαν όλες οι εκφάνσεις της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης, δηλαδή η συναισθηματική ψυχρότητα (αρνητική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή), η εχθρότητα/επιθετικότητα, η αδιαφορία/παραμέληση, η αδιαφοροποίητη απόρριψη καθώς και η συνολική μητρική και πατρική απόρριψη. Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι οι συμπεριφορές εχθρότητας και επιθετικότητας της μητέρας και η μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη σχετίζονται με χαμηλότερη τάση των ενηλίκων να επιδιώκουν την εκδίκηση. Το εύρημα αυτό πιθανόν να μπορεί να αιτιολογηθεί όπως και στην περίπτωση της συγχώρεσης που είναι η αντίθετη έννοια της εκδίκησης. Δηλαδή η απορριπτική συμπεριφορά της μητέρας ίσως να οδηγεί το άτομο στην ανάγκη να ξεχάσει τον θυμό και τις αρνητικές καταστάσεις που σχετίζονται με την εκδίκηση και να επιζητά την αποδοχή που δεν έλαβε στην παιδική ηλικία. Αναφορικά με την ενθουμούμενη πατρική συμπεριφορά αποδοχής - απόρριψης δεν βρέθηκε καμιά συσχέτιση με την εκδικητικότητα των ενηλίκων.

Διαφορές ως προς το φύλο των ενηλίκων

Μελετώντας τις διαφορές ανάμεσα στους ενήλικες με βάση το φύλο σε όλες τις κλίμακες, προέκυψε αξιοσημείωτη διαφορά σε μία διάσταση της ενθουμούμενης γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης, την μητρική αδιαφοροποίητη απόρριψη, με τους άνδρες να έχουν βιώσει περισσότερη αδιαφοροποίητη απόρριψη (δηλαδή αίσθηση ότι η συμπεριφορά της μητέρας του ήταν ψυχρή και απορριπτική, σε σχέση με τις γυναίκες. Εντοπίζονται λίγα ερευνητικά δεδομένα που να υποστηρίζουν την διαφοροποίηση -βάσει φύλου- της αντιληπτής γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης. Σύμφωνα με τα ευρήματα προγενέστερων ερευνών, σε χώρες όπως η Ινδία έχουν εντοπιστεί κάποιες διαφορές φύλου για τα παιδιά, δηλαδή τα αγόρια

ανέφεραν περισσότερη μητρική συναισθηματική ζεστασιά/στοργή από τα κορίτσια (Rohner & Chaki-Sircar, χ.χ., όπ. αναφ. στο Rohner, 2017). Αναφορικά με τους ενήλικες, έχει βρεθεί ότι οι άνδρες έχουν βιώσει μεγαλύτερη μητρική και πατρική απόρριψη συνολικά, σε σχέση με τις γυναίκες (Khaleque et al., 2018).

Συσχετίσεις αναφορικά με τις ηλικιακές κατηγορίες (νέοι ενήλικες, μεσήλικες, ηλικιωμένοι)

Όπως προέκυψε από την ανάλυση που πραγματοποιήθηκε, προκειμένου να διαπιστωθεί αν καταγράφονται σημαντικές συσχετίσεις ανάμεσα στις ηλικιακές ομάδες του δείγματος, νέοι ενήλικες, μεσήλικες και ηλικιωμένοι, και στην ενθουμούμενη γονεϊκή αποδοχή - απόρριψη, στην ψυχολογική προσαρμογή, στην συγχωρητικότητα και στην εκδικητικότητα, η ηλικία συνδέθηκε με τις διαστάσεις της ψυχολογικής προσαρμογής. Συγκεκριμένα οι διαφορές των ηλικιακών κατηγοριών εντοπίστηκαν στις αρνητικές προδιαθέσεις της προσωπικότητας, δηλαδή στην χαμηλή αυτοεκτίμηση, στην χαμηλή αυτεπάρκεια και στην συνολική ψυχολογική προσαρμογή. Οι νέοι ενήλικες φάνηκε πως παρουσιάζουν λιγότερη χαμηλή αυτοεκτίμηση και λιγότερη χαμηλή αυτεπάρκεια σε σχέση με τους μεσήλικες και τους ηλικιωμένους, ενώ παράλληλα τείνουν να παρουσιάζουν λιγότερες δυσκολίες προσαρμογής συνολικά (έχουν δηλαδή καλύτερη ψυχολογική προσαρμογή) σε σχέση με τα άτομα μέσης ηλικίας. Τα ευρήματα αυτά επιβεβαιώνουν τους ισχυρισμούς της θεωρίας της προσωπικότητας (της ΘΔΑΑ), ότι η ψυχολογική προσαρμογή των νέων ενηλίκων (και η αντιλαμβανόμενη αποδοχή - απόρριψη) είναι υψηλότερη από τους μεγαλύτερους ανθρώπους και εντοπίζονται και σε άλλες ερευνητικές μελέτες (Khaleque et al., 2018). Η διαπίστωση αυτή μπορεί να εξηγηθεί διότι οι νέοι εξακολουθούν να επηρεάζονται από την γονεϊκή συναισθηματική ζεστασιά ενώ οι μεγαλύτεροι άνθρωποι νιώθουν μέρα με τη μέρα την απόσυρση της συναισθηματικής ζεστασιάς και με το πέρασμα του χρόνου μεγαλώνει το χάσμα στην γονεϊκή σχέση.

7.2. Περιορισμοί της έρευνας/ Προτάσεις για αξιοποίηση των ευρημάτων/ Προτεινόμενες μελλοντικές κατευθύνεις

Είναι σημαντικό να διατυπωθούν κάποιοι περιορισμοί της παρούσας ερευνητικής μελέτης, οι οποίοι χρειάζεται να ληφθούν υπόψη.

Το μικρό μέγεθος του δείγματος και η αναντιστοιχία των ατόμων στις ηλικιακές κατηγορίες, δεν επιτρέπουν να προσδιοριστεί ως αντιπροσωπευτικό του πληθυσμού και περιορίζουν την γενίκευση των ευρημάτων. Επίσης το δείγμα αποτελείται από ενήλικες οι οποίοι διαμένουν σε περιοχές της Αττικής, γεγονός το οποίο επίσης δεν αντιπροσωπεύει το σύνολο των νέων ενηλίκων, μεσηλικών και ηλικιωμένων που κατοικούν στην υπόλοιπη Ελλάδα.

Ένας επιπρόσθετος περιορισμός είναι ότι δεν αξιολογήθηκαν επιπλέον δημογραφικοί παράγοντες πέραν του φύλου και της ηλικίας. Στην ανάλυση των δεδομένων δεν ήταν δυνατή η εξέταση των υπόλοιπων δημογραφικών παραγόντων όπως για παράδειγμα το εκπαιδευτικό επίπεδο, καθώς υπήρχε τουλάχιστον μία κατηγορία εκπαιδευτικού επιπέδου όπου συμμετείχαν δύο άτομα. Η στατιστική ανάλυση δεν επιτρέπει τέτοιου είδους συγκρίσεις. Θα ήταν πολύ χρήσιμο να αξιολογηθούν σε μελλοντικές έρευνες και άλλα δημογραφικά στοιχεία όπως το εκπαιδευτικό επίπεδο και η οικογενειακή κατάσταση και να εντοπιστούν ενδεχομένως διαφορές ως προς τις κλίμακες.

Ολοκληρώνοντας, ένας ακόμη ερευνητικός περιορισμός θα μπορούσε να αποτελέσουν οι πηγές άντλησης των δεδομένων διότι χορηγήθηκαν μόνο ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς για την συλλογή των δεδομένων, αυξάνοντας με αυτόν τον τρόπο την υποκειμενικότητα των ευρημάτων. Ας μην ξεχνάμε άλλωστε και την τάση του ατόμου να απαντάει θετικά σε ερωτήσεις που αφορούν τον εαυτό του ακόμα κι όταν αυτό δεν ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα, αλλοιώνοντας έτσι τα πραγματικά αποτελέσματα. Θα ήταν ενδιαφέρον να συμπεριληφθούν σε μελλοντικές έρευνες διαφορετικά μέτρα, έτσι ώστε να υπάρχουν

επιπρόσθετες πληροφορίες πέραν των συμμετεχόντων, για παράδειγμα (των σημαντικών άλλων ή των γονέων).

Καταλήγοντας για τα παραπάνω ερευνητικά αποτελέσματα που αφορούν την ενθουμούμενη γονεϊκή συμπεριφορά απόρριψης και την θετική προδιάθεση των ενηλίκων να συγχωρούν και να μην επιδιώκουν την εκδίκηση, επιφυλασσόμαστε. Γι' αυτό το λόγο προτείνεται η επανάληψη της έρευνας σε μεγαλύτερο πληθυσμό συμπεριλαμβανομένου και της εξέτασης επιπλέον παραγόντων οι οποίοι μπορεί να μεσολαβούν και να επηρεάζουν αυτή τη σχέση. Αξίζει να αναφερθεί ότι πέραν της μητρικής απόρριψης στην παιδική ηλικία, μέχρι την ενηλικίωση και καθ' όλη την ενήλικη ζωή μεσολαβούν πολλές καταστάσεις και γεγονότα μπορεί να επηρεάζουν την τάση του να συγχωρεί και να μην εκδικείται. Η γονεϊκή συμπεριφορά ίσως να είναι ένας από αυτούς τους παράγοντες παράγοντας.

Αν και υπάρχουν οι παραπάνω περιορισμοί, τα αποτελέσματα της παρούσα ερευνητικής μελέτης κυρίως ως προς την σύνδεση γονεϊκής συμπεριφοράς και ψυχολογικής προσαρμογής θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν στον τομέα της Ψυχολογίας. Οι γονείς ή οι πρωταρχικοί φροντιστές είναι τα άτομα που μας αποδέχονται ή μας απορρίπτουν πρώτα από όλους τους άλλους και αυτό καθορίζει ως ένα βαθμό την μελλοντική ψυχολογική προσαρμογή. Έτσι λοιπόν για την αντιμετώπιση των προβλημάτων αυτών μπορούν να αξιοποιηθούν τα προγράμματα συμβουλευτικής γονέων, τα οποία θα συμβάλλουν στην βελτίωση των αρνητικών εκφάνσεων της γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης και θα μειώσουν την εκδήλωση απορριπτικής συμπεριφοράς. Τέλος αξίζει να αναφερθεί ότι τα παιδιά που βιώνουν την αποδοχή δεν σημαίνει ότι δεν θα παρουσιάσουν κάποια στιγμή της ζωής τους προβλήματα προσαρμογής που μπορεί να συνδέονται με οποιαδήποτε από τις επτά προδιαθέσεις προσωπικότητας. Η διαφορά ανάμεσα στα παιδιά που απορρίπτονται και σε αυτά που είναι αποδεκτά, είναι ποσοτική.

ΚΑΤΑΚΛΕΙΔΑ

Συμπερασματικά, μπορεί να ειπωθεί ότι με την παρούσα μελέτη έγινε μία προσπάθεια εμπλουτισμού της υπάρχουσας βιβλιογραφίας σχετικά με την αντιληπτή αποδοχή - απόρριψη σε σχέση με την ψυχική υγεία, την προδιάθεση για συγχώρεση και την τάση για εκδίκηση. Τα ερευνητικά ευρήματα σε συνδυασμό με την βιβλιογραφική ανασκόπηση, αναφέρουν τον ρόλο της ενθουμούμενης μητρικής και πατρικής απόρριψης, στα προβλήματα ψυχολογικής προσαρμογής των ενηλίκων, στην τάση να συγχωρούν και στην τάση να εκδικούνται. Ειδικά οι προδιαθέσεις συγχώρεσης και εκδίκησης αναφορικά με την αντιληπτή γονεϊκή αποδοχή - απόρριψη, θεωρώ ότι είναι ενδιαφέρον πεδίο για εμπλουτισμό της επιστημονικής γνώσης και το οποίο μπορεί να αποτελέσει έμπνευση για νέες μελλοντικές έρευνες και να διερευνηθούν επιπλέον παράγοντες.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ελληνόγλωσση

Γαλανάκη, Ε. (2004). Δυσκολίες προσαρμογής των παιδιών και των εφήβων: Ορισμός, ιδιαιτερότητες, διάκριση από την ομαλή συμπεριφορά. Στο Α. Καλαντζή-Αζίζι & Μ. Ζαφειροπούλου (Επιμ.). *Πρόληψη και αντιμετώπιση δυσκολιών* (σελ. 137-151). Αθήνα, Ελλάδα: Ελληνικά Γράμματα.

Γαλίτη-Κυρβασίλη, (2018). Αγωγή στη Συγχώρηση (Forgiveness Education): Θεωρητική και εμπειρική προσέγγιση - πεδία εφαρμογής. *Παιδαγωγική Επιθεώρηση*, 35, 28-42.

Γιώτσα, Α. (2004). Δομή και λειτουργία της ελληνικής οικογένειας: Ομοιότητες και διαφορές με τη μορφή της οικογένειας σε άλλες χώρες. *Επιστημονική Επετηρίδα του Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων*, 3, 25-41.

Γεωργιάς, Δ. (2000). Η ψυχοδυναμική της οικογένειας στην Ελλάδα: Ομοιότητες και διαφορές με άλλες χώρες. Στο Α. Καλαντζή-Αζίζι & Η. Γ. Μπεζεβέγκης (Επιμ.). *Θέματα επιμόρφωσης, ευαισθητοποίησης στελεχών ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Καράμπελα, Ν. (2019). *Η Επίδραση της Γονικής Αποδοχής- Απόρριψης στα Συναισθήματα Ντροπής και την Ψυχολογική Προσαρμογή σε παιδιά με Διαταραχές Λόγου και Ομιλίας*. (Αδημοσίευτη Μεταπτυχιακή εργασία). Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα.

Κερεντζής, Λ. (χ.χ.). *Ψυχολογία: Όταν ένα παιδί νιώθει απόρριψη*. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <https://www.healthview.gr/>

Μπρούζος, Α., Βασιλόπουλος, Σ., Σουρτζίνου, Σ., & Μπαούρδα, Β. (2019). Ψυχοεκπαιδευτική παρέμβαση για την ενίσχυση της διάθεσης για συγχώρηση σε παιδιά ηλικίας 9 έως 12 ετών. *Ψυχολογία*, 24, 32-50.

Πουρσανίδου, Ε. (2016). Προβλήματα συμπεριφοράς στην τάξη και παρέμβαση του δασκάλου. *Έρευνα στην Εκπαίδευση: Hellenic Journal of Research in Education*, 5, 66-75.

Χρηστάκης, Κ. (2010). *Προβλήματα συμπεριφοράς στη σχολική ηλικία: Τάσεις και προοπτική*. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.dyslexia-goneis.gr/>

Rohner, R. P. (2017). *Η Συναισθηματική ζεστασιά. Τα θεμέλια της θεωρίας γονεϊκής αποδοχής - απόρριψης*. (Α. Γρίβα, μεταφρ.). Αθήνα: Gutenberg.

Ξενόγλωσση

Ali, S., Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2015). Influence of Perceived Teacher Acceptance and Parental Acceptance on Youth's Psychological Adjustment and School Conduct: A Cross-Cultural Meta-Analysis. *Cross-Cultural Research*, 49, 204-224.

Barber, L., Maltby, J., & Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: the relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 39, 253-262.

Baskin, T. W., & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counseling & Development*, 82, 79-90.

Bradshaw, C. P., Pas, E. T., Debnam, K. J., Bottiani, J. H., & Rosenberg, M. (2018). Increasing student engagement through culturally-responsive classroom management. *World Academy of Science, Engineering and Technology: International Journal of Psychological and Behavioral Sciences*, 22, 353-369.

Braithwaite S. R., Selby E. A., & Fincham F. D. (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: mediating mechanisms. *Journal of family psychology*, 25, 551.

Campo, A., & Rohner, R. (1992). Relationships between perceived parental acceptance-rejection, psychological adjustment, and substance abuse among young adults. *Child Abuse and Neglect*, 16, 429-440.

Carlsmith, K. M., Wilson T. D., & Gilbert, D. T. (2008). The Paradoxical Consequences of Revenge. *Journal of Personality and Social Psychology* 95, 1316-1324.

- Coelho G. L. H., Monteiro, R. P., Hanel, P. H. P., Vilar, R., Gouveia, V. V., & Maio, G. R. (2018). Psychometric parameters of an abbreviated vengeance scale across two countries. *Personality and Individual Differences, 120*, 185-192.
- Coyle, C. T., & Enright, R. D. (1997). Forgiveness intervention with postabortion men. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 65*, 1042-1046.
- Elemo, A. S., Satici, C. A., & Saricali, M. (2018). Anger rumination and subjective happiness: forgiveness and vengeance as mediators. *International Journal of Happiness and Development, 4*.
- Enright., R. D. (2012). *The Forgiving Life: A Pathway to Overcoming Resent and Creating a Legacy of Love*. Washington, DC: American Psychological Association. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.internationalforgiveness.com>
- Freedman, S. R., & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 64*, 983-992.
- Garthe, R. C., Griffin, B. J., Worthington Jr, E. L., Goncy, E. A., Sullivan, T. N., Coleman, J. A., Davis, D. E., Kwakye-Nuako, C. O., Mokushane, T., Makola, S., & Anakwah, N. (2017). Negative Interpersonal Interactions and Dating Abuse Perpetration: The Mediating Role of Dispositional Forgiveness. *Journal of Interpersonal Violence, 33*, 1-24.
- Garcia-Fernandez, J., Galvez-Ruiz, P., Fernandez-Gariva, J., Velez-Colon, L., Pitts, B., & Bernal-Garcia, A. (2017). The effects of service convenience and perceived quality on perceived value, satisfaction and loyalty in low-cost fitness centers. *Sport Management Review, 21*, 250-262.
- Ghaemmaghami, P., Allemand M., & Martin, M. (2009). Forgiveness in Younger, Middle-Aged and Older Adults: Age and Gender Matters. *Journal of Adult Development, 18*, 192-203.
- Giotsa, A., Kyriazos, T.A., & Mitrogiorgou, E. (2018). Parental acceptance-rejection and interpersonal anxiety in young adults. *Hellenic Journal of Psychology, 15*, 138-150.
- Giotsa, A., & Touloumakos, A. (2014). Perceived Parental Acceptance and Psychological Adjustment: The moderating role of parental power and prestige among Greek pre-adolescents. *Cross-Cultural Research, 48*, 250-258.

Goldberg, S., Muir, R., Kerr, J. (2009). *Attachment Theory. Social Developmental, and Clinical Perspectives*. New York: Routledge. Διαθεσιμο στον δικτυακό τόπο:

https://books.google.gr/books/about/Attachment_Theory.html?id=wQ2NcEmYmYEC&redir_esc=y

Hale, W. W. III, Van Der Valk, I., Engels, R., & Meeus, W. (2005). Does perceived parental rejection make adolescents sad and mad? The association of perceived parental rejection with adolescent depression and aggression. *Journal of Adolescent Health, 36*, 466–474.

Hill E. (2001). Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy. *Contemporary Family Therapy, 23*, 369-384.

Hill, A. L., Degnan, K. A., Calkins, S. D., & Keane, S. P. (2006). Profiles of externalizing behavior problems for boys and girls across preschool: The roles of emotion regulation and inattention. *Developmental Psychology, 42*, 913-928.

Hughes, M. M., Blom, M., Rohner, R. P., & Britner, P. A. (2005). Bridging Parental Acceptance-Rejection Theory and Attachment Theory on the Preschool Strange Situation. *Ethos, 33*, 378-401.

Jacinto, G. (2010). Self-Forgiveness Process of Caregivers After the Death of Care- Receivers Diagnosed with Alzheimer’s Disease. *Journal of Social Service Research, 36*, 24-36.

Kaletka, K., Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences, 120*, 17-23.

Khaleque, A. (2007). Parental acceptance-rejection theory: Beyond parent-child relationships. *Interpersonal Acceptance, 1*, 2-4.

Khaleque, A. (2011). Adult Intimate Relationships and Psychological Adjustment. *Psychological Studies, 57*, 95-100.

Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2002a). Perceived of parental acceptance-rejection and psychological adjustment: A meta-analysis of cross-cultural and intracultural studies. *Journal of Marriage and Family, 64*, 54-64.

- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2002b). Reliability of measures assessing the pancultural association between perceived parental acceptance-rejection and psychological adjustment: A meta-analysis of cross-cultural and intracultural studies. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33*, 87-99.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2011). Transnational Relations Between Perceived Parental Acceptance and Personality Dispositions of Children and Adults: A Meta-Analytic Review. *Personality and Social Psychology Review 16*, 103-15.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2012). Pancultural associations between perceived parental acceptance and psychological adjustment of children and adults: A meta-analytic review of worldwide research. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 43*, 784-800.
- Khurshid, F., Butt, Z., & Hafeez A. (2012). University Students' Perception of Acceptance and Rejection. *Global journal of human social science, 12*, 6.
- Khaleque, A., Hussain, S., Gul, S., & Zahra S. (2018). Relations between Remembered Childhood Parental Acceptance-Rejection, Current Fear of Intimacy, and Psychological Adjustment among Pakistani Adults. *Psychology and Behavioral Science International Journal, 10*, 555-784.
- Liu X., Lu D., Zhou L., Su L. (2013). Forgiveness as a moderator of the association between victimization and suicidal ideation. *Indian pediatrics, 50*, 685-688.
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D., & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*, 601-610.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1999). Interpersonal Forgiving in Close Relationships: II. Theoretical Elaboration and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 1586-1603.
- McCullough, M. E., & Witvliet, C.V. (2002). *The psychology of forgiveness*. In Snyder, C.R. and Lopez, S.J. (Eds.): *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford.
- McQuillan, D. & Lloyd, H. (2017). Introduction - Forgiveness EBook. *Inter-Disciplinary Net*.

Mylonas, K., Gari, A., Giotsa, A., Pavlopoulos, V., & Panagiotopoulou, P. (2006). Families in Greece. Στο Georgas, J., Berry, J. W., Van de Vijver, F. J. R., Kağitçibaşı, Ç., & Poortinga, Y. H. (Επιμ.), *Families across cultures: A 30-nation psychological study* (344-352). New York, U.S.A.: Cambridge University Press.

Raine, A. (2002). Biosocial studies of antisocial and violent behavior in children and adults: A review. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 311-326.

Ricciardi E., Rota G., Sani L., Gentili C., Gaglianese A., Guazzelli M., Pietrini P., (2013). How the brain heals emotional wounds: the functional neuroanatomy of forgiveness. *Frontiers in human neuroscience*, 7, 839.

Rohner, R. P. (1975). *They love me, They love me not.: A Worldwide Study of the Effects of Parental Acceptance and Rejection*. New Haven, CT: Human Relations Area Files.

Rohner, R.P. (1998). Father love and child development. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 157-161.

Rohner, R. P. (2004). The Parental Acceptance-Rejection Syndrome: Universal Correlates of Perceived Rejection. *American Psychologist*, 59, 830-840.

Rohner, R. P. (2010). Perceived Teacher Acceptance, Parental Acceptance, and the Adjustment, Achievement, and Behavior of School-Going Youths Internationally. *Cross-Cultural Research*, 44, 211-221.

Rohner, R. P., & Britner P. A. (2002). Worldwide Mental Health Correlates of Parental Acceptance-Rejection: Review of Cross-Cultural and Intracultural Evidence. *Cross-Cultural Research*, 36, 16-16.

Rohner, R. P., Filus, A., Melendez-Rhodes, T., Kuyumcu, B., Machado, F., Roszak, J., et al. (2019). Psychological Maladjustment Mediates the Relation Between Remembrances of Parental Rejection in Childhood and Adults' Fear of Intimacy: A Multicultural Study. *Cross-Cultural Research*, 53, 508-542.

Rohner, R. P., Hahn, B. C., & Rohner, E. C. (1980). Social class differences in perceived parental acceptance-rejection and self-evaluation among Korean-American children. *Behavior Science Research*, 15, 55-66. Rohner, R. P., & Khaleque, A. (2002). Parental Acceptance-

Rejection and Life-Span Development: A Universalist Perspective. *Online Readings in Psychology and Culture*, 6, 3-10.

Rohner, R. P., & Khaleque, A. (2010). Testing central postulates of parental acceptance-rejection theory (PARTheory): A Meta-Analysis of cross-cultural studies. *Journal of Family Theory & Review*, 2, 73-87.

Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2003). Cross-national perspectives on parental acceptance-rejection theory. *Marriage and Family Review*, 35, 85-105.

Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D.E. (2005). Parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications. *Ethos*, 33, 299–334.

Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (Revised November 16, 2012). *Introduction to parental acceptance - rejection theory, methods, evidence, and implications*. University of Connecticut.

Rohner, R. P., & Rohner, E. C. (1980). Antecedents and consequences of parental rejection: A theory of emotional abuse. *Child Abuse and Neglect*, 4, 189-198.

Rohner, E. C., Rohner, R. P., & Roll, S. (1980) Perceived parental acceptance-rejection and children's behavioral dispositions: a comparative and intracultural study of American and Mexican children. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 11, 213-231.

Rohner, R. P., & Veneziano, R. A. (2001). The Importance of Father Love: History and Contemporary Evidence. *Review of General Psychology* 5, 382-405.

Sultana, S., & Khaleque, A. (2015). Differential Effects of Perceived Maternal and Paternal Acceptance on Male and Female Adult Offspring's Psychological Adjustment. *Gend. Issues*, 33, 42-52.

Toussaint, L., & Friedman, P. H. (2008). Forgiveness, Gratitude, and Well-Being: The Mediating Role of Affect and Beliefs. *Journal of Happiness Studies*, 10, 635-654.

- Toussaint, L., Worthington, E., & Williams, D. R. (Eds.). (2015). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*. Springer.
- Tremblay, R. E. (2000). The development of aggressive behavior during childhood: What have we learned in the past century? *International Journal of Behavioral Development, 24*, 129-141.
- Sansone R., Kelleyc R. A., Forbisd S. J., (2014). The status of forgiveness among those bullied in childhood. *Mental Health, Religion & Culture, 17*, 339-344.
- Sastre, M. T. M., Vinsonneau, G, Neto, F., Girard, M., & Mullet, E. (2003). Forgivingness and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies, 4*, 323-335.
- Satici, S. A., Uysal, R., & Akin, A (2014). Forgiveness and vengeance: The mediating role of gratitude. *Psychological Reports 114*, 157-68.
- Siewert, K., Kubiak, T., Jonas, C. & Weber, H. (2011). Trait anger moderates the impact of anger-associated rumination on social well-being. *Personality and Individual Differences, 51*, 769-774.
- Stuckless, N., & Goranson, R. (1992). The Vengeance Scale: Development of a measure of attitudes toward revenge. *Journal of Social Behavior and Personality, 7*, 25-42.
- Sutton, P. M. (2017). The Enright Process Model of Psychological Forgiveness. International Forgiveness Institute. Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <https://internationalforgiveness.com/>
- Uysal, R., Satici, S. A. (2014). The Mediating and Moderating Role of Subjective Happiness in the Relationship between Vengeance and Forgiveness. *Educational Sciences: Theory and Practice, 14*, 2097-2105.
- Varan, A., Rohner, R. P., Eryuksel, G. (2008). Intimate Partner Acceptance, Parental Acceptance in Childhood, and Psychological Adjustment Among Turkish Adults in Ongoing Attachment Relationships. *Cross-Cultural Research, 42*, 46-56.
- Watkins, E.R. and Baracaia, S. (2002). Rumination and social problem-solving in depression. *Behaviour Research and Therapy, 40*, 1179-1189.
- Wedding, D., Zettle, R., & Gird, S. (2012). Selecting a self-help book on forgiveness as a choice. *American Psychological Association, 57*.

Wichstrøm, L., Penelo, E., Viddal, K. R., de la Osa, N., & Ezpeleta, L. (2017). Explaining the relationship between temperament and symptoms of psychiatric disorders from preschool to middle childhood: Hybrid fixed and random effects models of Norwegian and Spanish children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59, 285-295.

Worthington, E. L., Jr. (2005). *Handbook of Forgiveness*. New York: Routledge Taylor & Francis Group. Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <https://www.routledgehandbooks.com>

Worthington, E. L., Jr., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19, 385-405.

Ysseldyk, R., Matheson, K., & Anisman, H. (2007). Rumination: Bridging a gap between forgivingness, vengefulness, and psychological health. *Personality and Individual Differences*, 42, 1573-1584.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ



**Ronald and Nancy Rohner Center
for the Study of Interpersonal Acceptance and Rejection**

Human Development & Family Studies, Box U-2058, University of Connecticut, Storrs, CT
06269-2058 USA

**Limited License
PERMISSION TO REPRODUCE FOR
LIMITED EDUCATIONAL AND RESEARCH PURPOSES**

January 22, 2020

To the Purchaser/User of measures from the *Handbook for the Study of Parental Acceptance and Rejection* :

Permission must be obtained to reproduce and use any measures purchased from Rohner Research Publications for use in any research or clinical application of the measures. This includes unlimited numbers of questionnaires for a project. Use of the measures and scoring software is restricted to an individual project. To obtain and purchase permission (\$25 for graduate students; \$50 annually renewable fee for clinicians), send by PayPal payable to nancy.rohner@gmail.com (or **Western Union** funds to Rohner Research Publications, c/o Nancy Rohner, 255 Codfish Falls Road, Storrs, CT 06268, USA. Include transmission number in an email to rohner@uconn.edu .) **International copyright law compels compliance to the above notice.**

Ronald P. Rohner, Professor Emeritus
Family Sciences and Anthropology
Director, **Ronald and Nancy Rohner Center**

CEO, **ROHNER RESEARCH**
255 Codfish Falls Road
Storrs, CT 06268-1425 USA
www.rohnerresearchpublications.com

Rohner@uconn.edu PHONE (860) 486-0073 FAX (860) 486-3915

ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Για τους ενήλικες

Ημερομηνία: _____

1. **Ηλικία.** Πόσων ετών είστε? _____ (σε έτη)

2. **Φύλο.** 1. _____ Άνδρας
2. _____ Γυναίκα

3. **Χώρα Καταγωγής - Εθνικότητα.**

- ___ 1. Ελλάδα
- ___ 2. Αλβανία
- ___ 3. Πολωνία
- ___ 4. Ρουμανία
- ___ 5. Πακιστάν
- ___ 6. Αίγυπτος
- ___ 7. Συρία
- ___ 8. Ινδία
- ___ 9. Άλλο (γράψτε τη χώρα καταγωγής σας)

4. **Γλώσσα.** Ποια είναι η κύρια γλώσσα ή διάλεκτος που μιλάτε στο σπίτι?

- ___ 1. Ελληνικά
- ___ 2. Άλλο _____ (Παρακαλώ προσδιορίστε)

5. **Θρησκεία.** Ποιος είναι το θρήσκευμά σας?

- ___ 1. Χριστιανός Ορθόδοξος
- ___ 2. Άλλο _____ (Παρακαλώ προσδιορίστε)

6. **Εκπαίδευση.** Ποια είναι η μεγαλύτερη τάξη που τελειώσατε?

- ___ 1. Δημοτικό. Ποια τάξη; _____
- ___ 2. Γυμνάσιο. Ποια τάξη; _____
- ___ 3. Ένα έως τέσσερα χρόνια λύκειο, αλλά χωρίς απολυτήριο Λυκείου
- ___ 4. Απολυτήριο Λυκείου
- ___ 5. Τεχνικό Λύκειο
- ___ 6. Ανώτερη Σχολή
- ___ 7. Ανώτατη Σχολή
- ___ 8. Μεταπτυχιακές Σπουδές (Μάστερ, Διδακτορικό)

7. **Εργασία.** Εργάζεστε αυτή την περίοδο?

___ 1. Άνεργος-η, δεν ψάχνω για δουλειά (περιλαμβάνονται οι συνταξιούχοι και τα άτομα με ειδικές ανάγκες)

___ 2. Άνεργος-η, ψάχνω για δουλειά

___ 3. Εργαζόμενος-η μερικής απασχόλησης

___ 4. Εργαζόμενος-η πλήρους απασχόλησης

___ 5. Άλλο _____ (Παρακαλώ διευκρινίστε)

8. **Επάγγελμα.** Ποια είναι το κύριο επάγγελμά σας (συμπεριλαμβανομένων των οικιακών)?

i) Επάγγελμα _____ (Παρακαλώ διευκρινίστε)

ii) Ποιο-α είναι τα κύρια καθήκοντά σας στο επάγγελμά σας;

_____ (Παρακαλώ διευκρινίστε)

9. **Οικογενειακή κατάσταση.** Παρακαλώ σημειώστε από τα παρακάτω την απάντηση που ισχύει για εσάς

___ 1. Παντρεμένος-η και ζω με τον/την σύζυγο

___ 2. Παντρεμένος-η, αλλά ζω με κάποιον άλλον εκτός από τον/την σύζυγο

___ 3. Μη παντρεμένος, αλλά συμβιώνω με κάποιον/α (ελεύθερη σχέση)

___ 4. Σε διάσταση (παντρεμένος-η αλλά δεν ζω με τον/την σύζυγο)

___ 5. Διαζευγμένος-η

___ 6. Χήρος-α

___ 7. Άγαμος/η

ADULT (PARQ):**Μαμά (Σύντομη μορφή)****Αρχικά Ονόματος****Ημερομηνία**

Στο φυλλάδιο αυτό θα βρεις κάποιες προτάσεις που περιγράφουν τους τρόπους με τους οποίους οι μητέρες συμπεριφέρονται στα παιδιά τους. Θέλω να σκεφτείς κατά πόσο η καθεμία από αυτές ταιριάζει με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν η δική σου μητέρα όταν ήσουν 7-12 ετών. Να απαντήσεις γρήγορα και αυθόρμητα σε κάθε ερώτηση.

Δίπλα σε κάθε πρόταση υπάρχουν τέσσερα κουτάκια.

Αν η πρόταση ταιριάζει με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν η δική σου μητέρα, τότε αναρωτήσου:

«Ήταν σχεδόν πάντοτε έτσι;». Αν νομίζεις ότι η μητέρα σου σχεδόν πάντοτε σου συμπεριφερόταν, όπως γράφει στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΣΧΕΔΟΝ ΠΑΝΤΑ.

Αν πάλι η πρόταση ταιριάζει μόνο μερικές φορές στη συμπεριφορά της μητέρας σου απέναντί σου, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ.

Αν πιστεύεις ότι η πρόταση βασικά δεν ταιριάζει στον τρόπο που σου συμπεριφερόταν η μητέρα σου, τότε αναρωτήσου και πάλι: «Ήταν σπάνια έτσι;» Αν σπάνια σου συμπεριφερόταν η μητέρα σου όπως γράφει στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι που γράφει ΣΠΑΝΙΑ.

Αν η μητέρα σου σχεδόν ποτέ δεν σου συμπεριφερόταν όπως γράφει στην πρόταση, τότε σημείωσε το σημείο X στη γραμμή ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ. Να θυμάσαι: Δεν υπάρχει σωστή ή λανθασμένη απάντηση σε καμία από τις προτάσεις, γι' αυτό απάντησε όσο πιο ειλικρινά μπορείς.

Να απαντήσεις σε κάθε πρόταση σύμφωνα με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν πραγματικά η μητέρα σου και όχι όπως θα επιθυμούσες να σου συμπεριφέρεται.

Ένα παράδειγμα: Αν η μητέρα σου σχεδόν πάντοτε σε αγκάλιαζε και σε φιλούσε, όταν ήσουν φρόνιμος/η, τότε πρέπει να βάλεις το X όπως παρακάτω:

Η ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ	ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΗ ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ		ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΗ ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ	
	Σχεδόν πάντα	Μερικές φορές	Σπάνια	Σχεδόν ποτέ
Με αγκάλιαζε και με φιλούσε όταν ήμουν φρόνιμος/ος	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Adult PARQ: Mother (Short Form)

Η ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ		ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΗ ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ		ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΗ ΜΗΤΕΡΑ ΜΟΥ	
		Σχεδόν Πάντα	Μερικές φορές	Σπάνια	Σχεδόν Ποτέ
1.	Έλεγε καλά λόγια για εμένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Δε μου έδινε καθόλου σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Με διευκόλυε με τον τρόπο της να της λέω πράγματα που ήταν σημαντικά για μένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Με χτυπούσε, ακόμα κι όταν δεν το άξιζα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Με έβλεπε ως μεγάλο μπελά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Με τιμωρούσε πολύ αυστηρά όταν θύμωνε	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Ήταν πάντα πολύ απασχολημένη για να απαντήσει στις ερωτήσεις μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Φαινόταν να με αντιπαθεί	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Έδειχνε πραγματικό ενδιαφέρον για τις δραστηριότητές μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Μου έλεγε πολλά σκληρά λόγια	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Με αγνοούσε όταν ζητούσα βοήθεια	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Με έκανε να νιώθω ότι με ήθελε και ότι με χρειαζόταν	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Μου έδινε πολλή σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Προσπαθούσε με διάφορους τρόπους να με στεναχωρεί	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Ξεχνούσε σημαντικά πράγματα που νομίζω ότι θα έπρεπε να θυμάται	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	Όταν δεν συμπεριφερόμουν καλά, με έκανε να νιώθω ότι δε με αγαπούσε	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Με έκανε να αισθάνομαι ότι τα πράγματα που έκανα ήταν σημαντικά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Με φοβέριζε ή με απειλούσε όταν έκανα κάποια αταξία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Ενδιαφερόταν για τη γνώμη μου και με παρότρυνε να την εκφράζω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Όσο και αν προσπαθούσα, πίστευε ότι τα άλλα παιδιά ήταν καλύτερα από εμένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Μου έδειχνε ότι δεν με ήθελε (δεν ήμουν επιθυμητός/ή)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	Μου έδειχνε την αγάπη της	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	Όσο δεν την ενοχλούσα, δεν μου έδινε καμία σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	Μου συμπεριφερόταν με στοργή και καλοσύνη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ADULT (PARQ):**Πατέρας (Σύντομη μορφή)****Αρχικά Ονόματος****Ημερομηνία**

Στο φυλλάδιο αυτό θα βρεις κάποιες προτάσεις που περιγράφουν τους τρόπους με τους οποίους οι πατέρες συμπεριφέρονται στα παιδιά τους. Θέλω να σκεφτείς κατά πόσο η καθεμία από αυτές ταιριάζει με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν ο δικός σου πατέρας όταν ήσουν 7-12 ετών. Να απαντήσεις αυθόρμητα. Δίπλα σε κάθε πρόταση υπάρχουν τέσσερα κουτάκια.

Αν η πρόταση ταιριάζει με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν ο δικός σου πατέρας, τότε αναρωτήσου: «Ήταν σχεδόν πάντοτε έτσι;». Αν νομίζεις ότι ο πατέρας σου σχεδόν πάντοτε σου συμπεριφερόταν, όπως γράφει στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΣΧΕΔΟΝ ΠΑΝΤΑ.

Αν πάλι η πρόταση ταιριάζει μόνο μερικές φορές στη συμπεριφορά του πατέρα σου απέναντί σου, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ.

Αν πιστεύεις ότι η πρόταση βασικά δεν ταιριάζει στον τρόπο που σου συμπεριφερόταν ο πατέρας σου, τότε αναρωτήσου και πάλι: «Ήταν σπάνια έτσι;» Αν σπάνια σου συμπεριφερόταν ο πατέρας σου όπως γράφει στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι που γράφει ΣΠΑΝΙΑ.

Αν ο πατέρας σου σχεδόν ποτέ δεν σου συμπεριφερόταν όπως γράφει στην πρόταση, τότε σημείωσε το σημείο X στη γραμμή ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ.

Να θυμάσαι: Δεν υπάρχει σωστή ή λανθασμένη απάντηση σε καμία από τις προτάσεις, γι' αυτό απάντησε όσο πιο ειλικρινά μπορείς.

Να απαντήσεις σε κάθε πρόταση σύμφωνα με τον τρόπο που σου συμπεριφερόταν πραγματικά ο πατέρας σου και όχι όπως θα επιθυμούσες να σου συμπεριφέρεται.

Ένα παράδειγμα: Αν ο πατέρας σου σχεδόν πάντοτε σε αγκάλιαζε και σε φιλούσε, όταν ήσουν φρόνιμος/η, τότε πρέπει να βάλεις το X όπως παρακάτω:

Ο ΠΑΤΕΡΑΣ ΜΟΥ	ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ ΜΟΥ		ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ ΜΟΥ	
	Σχεδόν πάντα	Μερικές φορές	Σπάνια	Σχεδόν ποτέ
Με αγκάλιαζε και με φιλούσε όταν ήμουν φρόνιμος/ος	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Adult PARQ: Father (Short Form)

Ο ΠΑΤΕΡΑΣ ΜΟΥ		ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ ΜΟΥ		ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ ΜΟΥ	
		Σχεδόν Πάντα	Μερικές φορές	Σπάνια	Σχεδόν Ποτέ
1.	Έλεγε καλά λόγια για εμένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Δε μου έδινε καθόλου σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Με διευκόλυνε με τον τρόπο του να του λέω πράγματα που ήταν σημαντικά για μένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Με χτυπούσε, ακόμα κι όταν δεν το άξιζα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Με έβλεπε ως μεγάλο μπτελά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Με τιμωρούσε πολύ αυστηρά όταν θύμωνε	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Ήταν πάντα πολύ απασχολημένος για να απαντήσει στις ερωτήσεις μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Φαινόταν να με αντιπαθεί	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Έδειχνε πραγματικό ενδιαφέρον για τις δραστηριότητες μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Μου έλεγε πολλά σκληρά λόγια	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Με αγνοούσε όταν ζητούσα βοήθεια	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Με έκανε να νιώθω ότι με ήθελε και ότι με χρειαζόταν	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Μου έδινε πολλή σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Προσπαθούσε με διάφορους τρόπους να με στεναχωρεί	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Ξεχνούσε σημαντικά πράγματα που νομίζω ότι θα έπρεπε να θυμάται	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	Όταν δεν συμπεριφερόμουν καλά, με έκανε να νιώθω ότι δε με αγαπούσε	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Με έκανε να αισθάνομαι ότι τα πράγματα που έκανα ήταν σημαντικά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Με φοβέριζε ή με απειλούσε όταν έκανα κάποια αταξία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Ενδιαφερόταν για τη γνώμη μου και με παρότρυνε να την εκφράζω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Όσο και αν προσπαθούσα, πίστευε ότι τα άλλα παιδιά ήταν καλύτερα από εμένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Μου έδειχνε ότι δεν με ήθελε (δεν ήμουν επιθυμητός/ή)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	Μου έδειχνε την αγάπη του	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	Όσο δεν τον ενοχλούσα, δεν μου έδινε καμία σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	Μου συμπεριφερόταν με στοργή και καλοσύνη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ADULT PAQ
Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της προσωπικότητας
Μετάφραση-προσαρμογή: Άρτεμις Γιώτσα

Αρχικά Ονόματος

Ημερομηνία

Στο φυλλάδιο αυτό θα βρεις κάποιες προτάσεις που περιγράφουν τους τρόπους με τους οποίους οι άνθρωποι αισθάνονται για τον εαυτό τους. Θέλω να σκεφτείς κατά πόσο η καθεμία από αυτές ταιριάζει με τον τρόπο που αισθάνεσαι για τον εαυτό σου. Να απαντήσεις αυθόρμητα σε όλες τις ερωτήσεις σημειώνοντας την απάντηση που σου έρχεται πιο γρήγορα στο νου.

Δίπλα σε κάθε πρόταση υπάρχουν τέσσερα κουτάκια.

Αν η πρόταση ταιριάζει με τον τρόπο που αισθάνεσαι για τον εαυτό σου, τότε αναρωτήσου: «Αισθάνομαι σχεδόν πάντα έτσι;». Αν νομίζεις ότι αισθάνεσαι για τον εαυτό σου σχεδόν πάντοτε όπως περιγράφεται στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΣΧΕΔΟΝ ΠΑΝΤΑ.

Αν πάλι η πρόταση ταιριάζει μόνο μερικές φορές στο πως αισθάνεσαι για τον εαυτό σου, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ.

Αν πιστεύεις ότι η πρόταση βασικά δεν ταιριάζει στον πως αισθάνεσαι, τότε αναρωτήσου και πάλι: «Είναι σπάνια έτσι;» Αν σπάνια αισθάνεσαι όπως περιγράφεται στην πρόταση, τότε βάλε το σημείο X στο κουτάκι που γράφει ΣΠΑΝΙΑ.

Αν σχεδόν ποτέ δεν αισθάνεσαι για τον εαυτό σου όπως περιγράφεται στην πρόταση, τότε σημείωσε το σημείο X στη γραμμή ΣΧΕΔΟΝ ΠΟΤΕ.

Να θυμάσαι: Δεν υπάρχει σωστή ή λανθασμένη απάντηση σε καμία από τις προτάσεις, γι' αυτό απάντησε όσο πιο ειλικρινά μπορείς.

Να απαντήσεις σε κάθε πρόταση σύμφωνα με το πώς αισθάνεσαι πραγματικά για τον εαυτό σου και όχι όπως θα επιθυμούσες να αισθάνεσαι.

Ένα παράδειγμα: Εάν σχεδόν πάντα αισθάνεσαι καλά με τον εαυτό σου, τότε πρέπει να βάλεις το σημείο X όπως παρακάτω:

	ΜΟΥ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ		ΔΕΝ ΜΟΥ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ	
	Σχεδόν Πάντα	Μερικές Φορές	Σπάνια	Σχεδόν Ποτέ
Αισθάνομαι καλά με τον εαυτό μου	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ΤΩΡΑ ΓΥΡΙΣΕ ΣΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ ΣΕΛΙΔΑ

Μετάφραση στα Ελληνικά: Άρτεμις Ζ. Γιώτσα (2009)

© Ronald P. Rohner, 1976, 1999, 2004.

(Αναθεωρημένο Ιούνιος, 2004)

		<i>ΜΟΥ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ</i>		<i>ΔΕΝ ΜΟΥ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ</i>	
		<i>Σχεδόν Πάντα</i>	<i>Μερικές Φορές</i>	<i>Σπάνια</i>	<i>Σχεδόν Ποτέ</i>
1.	Σκέφτομαι ότι συνέχεια μαλώνω ή ότι είμαι αγενής	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Μου αρέσει να με λυπούνται οι φίλοι μου όταν είμαι άρρωστος/η	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Μου αρέσει όπως είμαι/μου αρέσει ο εαυτός μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Αισθάνομαι ότι μπορώ να κάνω τα πράγματα που θέλω τόσο καλά όσο και οι περισσότεροι άνθρωποι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Δυσκολεύομαι να δείχνω στους ανθρώπους πώς αισθάνομαι πραγματικά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Αισθάνομαι άσχημα ή νευριάζω όταν προσπαθώ να κάνω κάτι και δεν τα καταφέρνω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Νιώθω ότι η ζωή είναι ωραία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Θέλω να χτυπήσω κάποιον ή κάτι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Μου αρέσει να μου δίνουν οι φίλοι μου πολύ στοργή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Αισθάνομαι ότι δεν είμαι καλός/ή και ότι ποτέ δεν θα είμαι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Αισθάνομαι ότι δεν μπορώ να κάνω τίποτα καλά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Είναι εύκολο για μένα να είμαι εκδηλωτικός στους ανθρώπους που νοιάζομαι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Μου χαλάει εύκολα η διάθεση και γκρινιάζω χωρίς να υπάρχει ιδιαίτερος λόγος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Νιώθω ότι η ζωή είναι γεμάτη κινδύνους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Όταν θυμώνω πετάω ή σπάζω πράγματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	Όταν νιώθω άσχημα, προτιμώ να λύνω τα προβλήματα μου μόνος/η	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Όταν συναντώ κάποιον που δεν γνωρίζω, σκέφτομαι ότι αυτός/ή είναι καλύτερος/η από μένα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Μπορώ με επιτυχία να αγωνίζομαι για τα πράγματα που θέλω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Δυσκολεύομαι να κάνω καινούργιες φιλίες και να τις διατηρώ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Αναστατώνομαι όταν τα πράγματα πηγαίνουν στραβά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Πιστεύω ότι ο κόσμος είναι ένα καλό και ευχάριστο μέρος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22.	Κοροϊδεύω τους ανθρώπους που κάνουν χαζά πράγματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	Μου αρέσει να μου δίνουν οι φίλοι μου πολύ σημασία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	Πιστεύω ότι είμαι καλός άνθρωπος και ότι το πιστεύουν και οι άλλοι άνθρωποι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.	Νομίζω ότι είμαι αποτυχημένος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.	Είμαι τρυφερός/ή και εκδηλωτικός/ή στους ανθρώπους που συμπαθώ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.	Τη μία στιγμή είμαι χαρούμενος/η και ευτυχισμένος/η και την άλλη στιγμή θλιμμένος/η και δυστυχισμένος/η	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.	Για μένα ο κόσμος είναι ένα μέρος γεμάτο δυστυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.	Μουτρώνω ή κατσουφιάζω όταν θυμώνω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.	Μου αρέσει να μου δίνουν κουράγιο όταν έχω πρόβλημα με κάτι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.	Αισθάνομαι αρκετά καλά με τον εαυτό μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.	Αισθάνομαι ότι δεν μπορώ να ανταπεξέλθω σε πολλά από τα πράγματα που προσπαθώ να κάνω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.	Είναι δύσκολο για μένα να δείξω τι πραγματικά αισθάνομαι σε κάποιον/α που συμπαθώ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.	Δεν συνηθίζω να θυμώνω ή να εκνευρίζομαι.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35.	Βλέπω τον κόσμο σαν ένα επικίνδυνο μέρος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36.	Δυσκολεύομαι να ελέγχω την συμπεριφορά μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37.	Μου αρέσει να αναστατώνω τους φίλους μου όταν έχω χτυπήσει ή όταν είμαι άρρωστος/η	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38.	Νιώθω δυστυχισμένος/η	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.	Αισθάνομαι ότι πετυχαίνω τα πράγματα που κάνω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40.	Είναι εύκολο για μένα να δείχνω στους φίλους μου ότι πραγματικά τους συμπαθώ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41.	Αναστατώνομαι εύκολα όταν συναντώ δύσκολα προβλήματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42.	Η ζωή για μένα είναι πολύτιμη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Κλίμακα Συγχώρεσης από Καρδιάς (Heartland Forgiveness Scale HFS)

ΟΔΗΓΙΕΣ

Κατά τη διάρκεια της ζωής μας αρνητικά γεγονότα μπορούν να συμβούν εξαιτίας των δικών μας ενεργειών, των ενεργειών άλλων, ή καταστάσεων που δεν μπορούμε να ελέγξουμε. Για κάποιο διάστημα μετά από αυτά τα γεγονότα, ίσως έχουμε αρνητικές σκέψεις ή συναισθήματα για τον εαυτό μας, τους άλλους, ή τη συγκεκριμένη κατάσταση. Θα θέλαμε να σκεφτείτε πως αντιδράτε συνήθως σε τέτοια αρνητικά γεγονότα. Δίπλα σε κάθε μια από τις παρακάτω προτάσεις γράψτε τον αριθμό (από την ακόλουθη 7βαθμη κλίμακα) που περιγράφει καλύτερα πως συνήθως αποκρίνεστε στην αντίστοιχη αρνητική κατάσταση που περιγράφεται. Δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Παρακαλώ να είστε όσο πιο ειλικρινείς γίνεται στις απαντήσεις σας.

1	2	3	4	5	6	7
Σχεδόν ποτέ		Σπάνια		Συχνά		Σχεδόν πάντα
Δεν ισχύει		Ισχύει		Ισχύει		Ισχύει

___ 1. Παρόλο που στην αρχή νοιώθω άσχημα όταν “όταν τα κάνω θάλασσα”, με την πάροδο του χρόνου δίνω στον εαυτό μου κάποια ελαφρυντικά.

___ 2. Εναντιώνομαι στον εαυτό μου για αρνητικά πράγματα που έχω κάνει.

___ 3. Το να μαθαίνω από άσχημα πράγματα που έχω κάνει με βοηθάει να τα ξεπεράσω.

___ 4. Είναι πραγματικά δύσκολο για μένα να αποδεχτώ τον εαυτό μου “όταν τα έχω κάνει θάλασσα”.

___ 5. Με τον καιρό κατανοώ καλύτερα τον εαυτό μου για τα λάθη που έχω κάνει.

___ 6. Δε σταματώ να κατακρίνω τον εαυτό μου για αρνητικά πράγματα που έχω νοιώσει, σκεφτεί, πει ή κάνει.

___ 7. Συνεχίζω να τιμωρώ ένα άτομο που έχει κάνει κάτι που εγώ νομίζω ότι είναι λάθος.

___ 8. Με το πέρασμα του χρόνου δείχνω κατανόηση στους άλλους για τα λάθη που έχουν κάνει.

- ___ 9. Συνεχίζω να είμαι σκληρός με εκείνους που με έχουν πληγώσει.
- ___ 10. Παρόλο που κάποιος μπορεί να με έχουν πληγώσει στο παρελθόν , εγώ τελικά καταφέρνω να τους βλέπω σαν καλούς ανθρώπους.
- ___ 11. Εάν κάποιος με κακομεταχειρίζονται , συνέχεια σκέφτομαι άσχημα πράγματα για αυτούς.
- ___ 12. Όταν κάποιος με απογοητεύει, εγώ τελικά καταφέρνω να το ξεπεράσω.
- ___ 13. Όταν τα πράγματα πηγαίνουν στραβά για λόγους που δεν μπορώ να ελέγξω, κολλάω σε αρνητικές σκέψεις σχετικά με αυτά.
- ___ 14. Με τον καιρό μπορώ να κατανοήσω τις άσχημες καταστάσεις στη ζωή μου.
- ___ 15. Εάν νιώθω απογοητευμένος με καταστάσεις στη ζωή μου που δεν μπορώ να ελέγξω, συνεχίζω να σκέφτομαι αρνητικά για αυτές.
- ___ 16. Τελικά συμφιλιώνομαι με τις άσχημες καταστάσεις στη ζωή μου.
- ___ 17. Είναι πραγματικά δύσκολο για μένα να αποδεχτώ αρνητικές καταστάσεις που δεν είναι λάθος κανενός.
- ___ 18. Τελικά προσπερνώ τις αρνητικές σκέψεις για άσχημες καταστάσεις που είναι ανεξέλεγκτες.

Κλίμακα εκδίκησης (VS-10)

Παρακάτω υπάρχουν 10 προτάσεις που περιγράφουν τις στάσεις που μπορεί να έχουν οι άνθρωποι όταν πρόκειται να πάρουν εκδίκηση, σε περίπτωση που αισθάνονται ότι κάποιος έχει κάνει κάτι εις βάρος τους. Δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις, οπότε παρακαλούμε να απαντήσετε αυθόρμητα σε κάθε πρόταση και όχι με τον τρόπο που ίσως να πιστεύετε ότι θα έπρεπε να απαντήσετε. Διαβάστε κάθε πρόταση και αποφασίστε αν συμφωνείτε ή αν διαφωνείτε και σε ποιο βαθμό. Για παράδειγμα, εάν συμφωνείτε απόλυτα, σημειώστε το κουτί «Συμφωνώ Απόλυτα

		Διαφωνώ		Συμφωνώ	
		Διαφωνώ Απόλυτα 1	Μάλλον Διαφωνώ 2	Μάλλον Συμφωνώ 3	Συμφωνώ Απόλυτα 4
1.	Δεν αξίζει τον χρόνο ή την προσπάθειά μου να ανταποδώσω σε κάποιον που με αδίκησε.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Είναι σημαντικό για μένα να ανταποδώσω σε ανθρώπους που με πλήγωσαν.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Προσπαθώ να ισοφαρίζω με τον ίδιο τρόπο σε οποιονδήποτε με πληγώνει.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Είναι πάντα καλύτερα να μην επιδιώκεις την εκδίκηση/ανταπόδοση.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Δεν υπάρχει τίποτα κακό στο να ανταποδίδεις σε κάποιον που σε έχει πληγώσει.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Δεν θυμώνω απλά, γίνομαι έξαλλος.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Δεν είμαι εκδικητικός άνθρωπος.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Πιστεύω στο μύθο: "Οφθαλμός αντί οφθαλμού και οδούς αντί οδόντος".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Εάν αδικηθώ, δεν μπορώ να ηρεμήσω αν δεν πάρω εκδίκηση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Είναι θέμα τιμής να ανταποδώσεις σε κάποιον που σε έχει πληγώσει.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noreen Stuckless and Richard Goranson, 1992