

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ



ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ-ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**«Αυτοαντίληψη, Αυτοεκτίμηση, Μοναξιά και Κοινωνική Δυσάρεσκεια σε μοναχοπαίδια
και σε παιδιά με αδέρφια»**

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ:

Σουκαλοπούλου Αθανασία

ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

κος Μπρούζος Ανδρέας

κα Μισαηλίδη Πλουσία

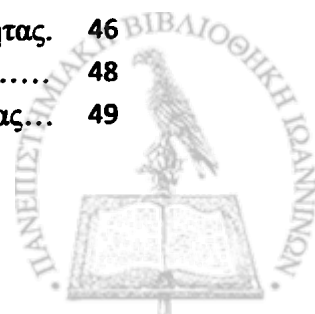
κος Βασιλόπουλος Στέφανος

Ιωάννινα, 2014

[1]



Περιεχόμενα	
Περίληψη	5
Ευχαριστίες	7
Εισαγωγή	8
ΜΕΡΟΣ Ι - Θεωρητική προσέγγιση	
A.1. Η έννοια του εαυτού	10
A.1.1. Συνιστώσες εαυτού.....	10
A.1.2. Είδη εαυτού.....	11
A.1.3. Κύριες θεωρητικές προσεγγίσεις για τον εαυτό.....	12
A.2. Η Αντίληψη και η Αυτοαντίληψη	13
A.2.1. Αντίληψη.....	13
A.2.2. Αυτοαντίληψη.....	14
A.2.2.1. Ορισμός.....	14
A.2.2.2. Πτυχή αυτοαντίληψης-Αυτεπάρκεια.....	15
A.2.2.3. Ανάπτυξη αυτοαντίληψης.....	17
A.2.2.4. Σπουδαιότητα.....	19
A.2.2.5. Δομή αυτοαντίληψης.....	20
A.2.2.5.1. Σχολική ικανότητα.....	21
A.2.2.5.2. Σχέσεις με τους συνομηλίκους.....	23
A.2.2.5.3. Φυσική εμφάνιση.....	24
A.2.2.5.4. Αθλητική ικανότητα.....	25
A.2.2.5.5. Διαγωγή-Συμπεριφορά.....	27
A.3. Αυτοεκτίμηση	28
A.3.1. Ορισμός.....	28
A.3.2. Συνιστώσες αυτοεκτίμησης- Αυτοσεβασμός και Αυτεπάρκεια.....	29
A.3.3. Ανάπτυξη αυτοεκτίμησης.....	30
A.3.4. Σπουδαιότητα αυτοεκτίμησης.....	33
A.4. Σύνοψη κεφαλαίου	36
B. Μοναξιά και Κοινωνική δυσaréσκεια	37
B.1. Η έννοια της μοναξιάς.....	37
B.1.1. Ορισμός.....	37
B.1.2. Μόνωση. Μοναχικότητα. Μοναξιά.....	38
B.1.3. Είδη μοναξιάς.....	40
B.1.4. Αντίληψη μοναξιάς και κοινωνικής δυσaréσκειας.....	41
B.1.5. Ανάπτυξη μοναξιάς και κοινωνικής δυσaréσκειας.....	42
B.1.6. Επίδραση μοναξιάς και κοινωνικής δυσaréσκειας.....	44
B.2. Σύνοψη κεφαλαίου.....	46
Γ. Παιδιά με αδέρφια και μοναχοπαίδια	46
Γ.1. Παιδιά με αδέρφια	46
Γ.1.1. Σειρά γέννησης και επίδραση στην ανάπτυξη της προσωπικότητας.....	46
Γ.1.2. Το σοκ του “εκθρονισμού”.....	48
Γ.1.3. Συμβολή αδελφικής σχέσης στην ανάπτυξη της προσωπικότητας.....	49



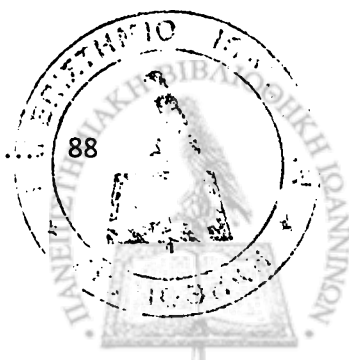
Γ.2. Τα μοναχοπαίδια	51
Γ.2.1. Τα μοναχοπαίδια και η έλλειψη της αδελφικής σχέσης.....	51
Γ.2.2. Χαρακτηριστικά των μοναχοπαιδιών.....	52
Γ.2.3. Συμβολή οικογένειας στην ανάπτυξη της προσωπικότητας.....	54
Γ.2.4. Συμβολή συνομηλίκων στην ανάπτυξη της προσωπικότητας.....	55
Γ.3. Σύγκριση παιδιών με αδέρφια με τα μοναχοπαίδια	55
Γ.4. Σύνοψη κεφαλαίου	56
Δ. Ανασκόπηση επιστημονικών ερευνών	57
Δ.1. Αυτοαντίληψη.....	57
Δ.2. Αυτοεκτίμηση.....	62
Δ.3. Μοναξιά και Κοινωνική Δυσарέσκεια.....	63
Δ.4. Παιδιά με αδέρφια και Μοναχοπαίδια.....	66

ΜΕΡΟΣ II – Η Έρευνα

A. Μέθοδος	68
A.1 Στόχοι και ερευνητικές υποθέσεις.....	68
A.2 Δείγμα.....	69
A.3 Συλλογή Δεδομένων.....	72
A.3.1. Μέσο Συλλογής Δεδομένων.....	72
A.3.2. Δείκτης αξιοπιστίας.....	73
A.4. Διαδικασία.....	74
A.4.1. Πραγματοποίηση Πιλοτικής Έρευνας.....	74
A.4.2. Πραγματοποίηση Κύριας Έρευνας.....	75
B. Αποτελέσματα	75
B.1. Συσχέτιση Αυτοαντίληψης Μοναξιάς και Κοινωνικής δυσарέσκειας... ..	76
B.1.1. Σχολική ικανότητα, μοναξιά και κοινωνική δυσарέσκεια.....	77
B.1.2. Σχέσεις με τους συνομηλίκους, μοναξιά και κοινωνική δυσарέσκεια.....	77
B.1.3. Αθλητική ικανότητα, μοναξιά και κοινωνική δυσарέσκεια.....	78
B.1.4. Φυσική εμφάνιση, μοναξιά και κοινωνική δυσарέσκεια.....	79
B.1.5. Διαγωγή-Συμπεριφορά, μοναξιά και κοινωνική δυσарέσκεια.....	79
B.2. Συσχέτιση Αυτοεκτίμησης, Μοναξιάς και Κοινωνικής δυσарέσκειας... ..	80
B.3. Επίδραση δημογραφικών παραγόντων.....	80
B.3.1. Φύλο.....	81
B.3.2. Σχολική τάξη.....	82
B.3.3. Βαθμολογία στο μάθημα της Νεοελληνικής Γλώσσας.....	83
B.3.4. Βαθμολογία στο μάθημα των Μαθηματικών.....	85
B.4. Διαφορές μεταξύ παιδιών με αδέρφια και μοναχοπαιδιών.....	86

ΜΕΡΟΣ III - Συζήτηση επί των αποτελεσμάτων

A. Ευρήματα έρευνας: Συσχετίσεις με στόχους και υποθέσεις.....	88
--	----



A.1. Συσχέτιση τομέων αυτοαντίληψης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσσυνέπεια.....	89
A.2. Συσχέτιση αυτοεκτίμησης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσσυνέπεια.....	92
A.3. Επίδραση δημογραφικών παραγόντων.....	93
A.3.1. Φύλο.....	94
A.3.2. Σχολική τάξη.....	96
A.3.3. Βαθμολογία στη Νεοελληνική Γλώσσα και στα Μαθηματικά.....	97
A.4. Διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια....	99
B. Προτάσεις για μελλοντική ερευνητική δραστηριότητα.....	101
Γ. Περιορισμοί παρούσας ερευνητικής εργασίας.....	102
Βιβλιογραφικές αναφορές.....	103
Παράρτημα.....	110
Ερωτηματολόγιο κύριας έρευνας.....	110

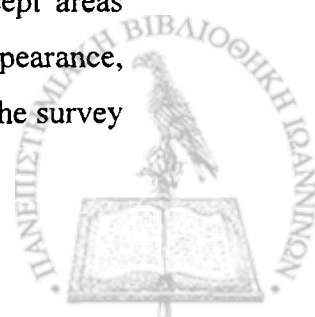


Περίληψη

Η παρούσα εργασία επικεντρώνει το ενδιαφέρον της στην διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της αυτοεκτίμησης και των τομέων της αυτοαντίληψης(σχολική ικανότητα, σχέσεις με τους συνομηλίκους, αθλητική ικανότητα, φυσική εμφάνιση, διαγωγή-συμπεριφορά) με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν συνολικά 465 μαθητές, οι οποίοι φοιτούσαν στη Δ', Ε' και Στ' τάξη του δημοτικού. Επίσης, τα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για τη συλλογή των δεδομένων αποτέλεσαν το ερωτηματολόγιο «ΠΑΤΕΜ II - Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου» (Μακρή-Μπότσαρη, 2001) και το ερωτηματολόγιο «Κλίμακα της Μοναξιάς και της Κοινωνικής Δυσaréσκειας των Παιδιών» (Γαλανάκη, 1999). Τα αποτελέσματα που προέκυψαν από τις αναλύσεις των δεδομένων έδειξαν στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση μεταξύ της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Επίσης, πραγματοποιήθηκαν συγκρίσεις μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια με σκοπό να εντοπιστούν ομοιότητες και διαφορές των δύο αυτών ομάδων όσον αφορά την αυτοαντίληψη, την αυτοεκτίμηση, τη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια. Τα ευρήματα έδειξαν ότι υπάρχει στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης με την μοναξιά και τη κοινωνική δυσαρέσκεια. Παράλληλα, μεταξύ των παιδιών που μεγάλωσαν με αδέρφια και των μοναχοπαιδιών, παρατηρήθηκε διαφορά ως προς την πτυχή της αυτοαντίληψης που αφορά στις σχέσεις με τους συνομηλίκους, στην διαγωγή και συμπεριφορά αλλά και στο συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Αντίθετα, στους τομείς της αυτοαντίληψης που αναφέρονται στην σχολική και αθλητική ικανότητα, στη φυσική εμφάνιση, αλλά και στην αυτοεκτίμηση, δεν εντοπίστηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια. Τέλος, συζητούνται διαφοροποιήσεις που παρατηρήθηκαν υπό την επίδραση μιας σειράς δημογραφικών παραγόντων.

Abstract

This research focused on exploring how self-esteem and self-concept areas (school ability, relationships with peers, athletic ability, physical appearance, behavior) interacts with the feeling of loneliness and social dissatisfaction. The survey



participants were students in the fourth, fifth and sixth grade. The survey participants were a total of 465 students who attend the fourth, fifth and sixth grade of elementary school. Additionally, the instruments used for the data collection were the questionnaire "ΠΑΤΕΜ II - How I understand myself" (Μακρή-Μπότσαρη, 2001) and the questionnaire "Children's loneliness and social dissatisfaction Scale" (Γαλανάκη, 1999). The results from the data analysis showed a statistically significant negative correlation between self-image and self-esteem with feelings of loneliness and social dissatisfaction. Moreover, comparisons were made between only children and children with siblings in order to identify similarities and differences between these two groups on the self-concept, self-esteem, loneliness and social dissatisfaction variables. The findings showed a statistically significant negative correlation between self-concept and self-esteem with loneliness and social dissatisfaction. Differences were observed between only children and children who grew up with siblings, on the social and behavioral self-concept, loneliness and social dissatisfaction. On the other hand, in the areas of self-concept concerning the school and athletic ability, the physical appearance, and the self-esteem, statistically significant differences were not found between these two groups. Finally, we discuss about changes observed under the influence of numerous demographic factors.



Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της διπλωματικής μου εργασίας, αισθάνομαι τη υποχρέωση να ευχαριστήσω όλους όσους μου προσέφεραν βοήθεια με σκοπό την εκπόνηση της συγκεκριμένης ερευνητικής δραστηριότητας. Πρωτίστως, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον επιβλέποντα καθηγητή μου κύριο Μπούζο Ανδρέα, αλλά και τους συνεπιβλέποντες καθηγητές μου κυρία Μισαηλίδη Πλουσία και κύριο Βασιλόπουλο Στέφανο, για την καθοδήγηση και την ενίσχυση που μου παρείχαν. Ακόμη, θα ήθελα να ευχαριστήσω την κυρία Γαλανάκη Ευαγγελία για την χορήγηση του ψυχομετρικού εργαλείου μέτρησης της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας *Κλίμακα Μοναξιάς και Κοινωνικής Δυσαρέσκειας των Παιδιών*. Τέλος, οφείλω να ευχαριστήσω τους διευθυντές και εκπαιδευτικούς των σχολείων που μου επέτρεψαν να διεξάγω την έρευνά μου, αλλά και όλους τους μαθητές για την ιδιαίτερη βοήθεια που μου παρείχαν μέσω της συμμετοχής τους.



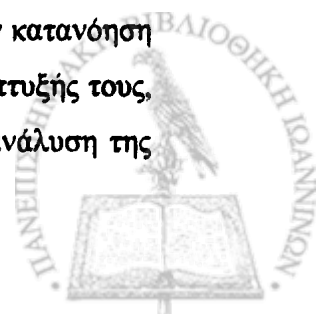
Εισαγωγή

Η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση αποτελούν δύο σημαντικές παραμέτρους της προσωπικότητας του ατόμου, καθώς συμβάλλουν στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς. Η εικόνα που διατηρεί το άτομο για τον εαυτό του, η αξία που προσδίδει στον ίδιο και οι θετικές ή αντίθετα οι αρνητικές αντιλήψεις που κατέχει για το πρόσωπό του καθορίζουν τη συμπεριφορά του απέναντι σε άλλα άτομα, τη διαμόρφωση κινήτρων, την επίτευξη στόχων και γενικότερα ολόκληρη τη στάση ζωής του.

Ιδιαίτερα χρήσιμο θα ήταν να διερευνηθεί κατά πόσο οι αντιλήψεις που διατηρεί το άτομο για τον εαυτό του συνδέονται με την ανάπτυξη αρνητικών συναισθημάτων, όπως αυτό της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Σκοπός επομένως, της παρούσας ερευνητικής εργασίας ήταν ο εντοπισμός της συσχέτισης της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Επιπροσθέτως, το ερευνητικό μας ενδιαφέρον επικεντρώθηκε και στον εντοπισμό διαφορών και ομοιοτήτων μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια. Παρά τις ποικίλες έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί στον διεθνή χώρο, προκειμένου να κατανοήσουν τη συμπεριφορά των μοναχοπαιδιών και των παιδιών που μεγάλωσαν με αδέρφια, στον ελλαδικό χώρο δεν έχει δοθεί η ανάλογη έμφαση. Για τον λόγο αυτό η συγκεκριμένη έρευνα επιχειρεί να εξετάσει τις διαφορές και τις ομοιότητες των δύο αυτών ομάδων στους τομείς της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Με την ολοκλήρωση των εισαγωγικών παρατηρήσεων επιχειρείται η ανάλυση του τρόπου που ακολουθήθηκε για την επίτευξη των ερευνητικών στόχων. Αρχικά, σημειώνεται ότι, η παρούσα εργασία αποτελείται συνολικά από τέσσερα(4) κεφάλαια(Θεωρητικό Μέρος, Μέθοδος, Αποτελέσματα, Συζήτηση). Στο πρώτο κεφάλαιο πραγματοποιείται η προσέγγιση της έννοιας του εαυτού, ενώ ταυτόχρονα γίνεται αναφορά στις θεωρητικές διατυπώσεις κύριων κατευθύνσεων της Ψυχολογίας σχετικά με το περιεχόμενο και τη δομή του εαυτού. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις συνιστώσες του εαυτού, την αυτοαντίληψη και την αυτοεκτίμηση. Για την κατανόηση των εννοιών αυτών δίνονται οι ορισμοί τους, περιγράφεται ο τρόπος ανάπτυξής τους, αλλά και τονίζεται η σημαντικότητά τους. Εν συνεχεία, επιχειρείται η ανάλυση της



έννοιας της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Συγκεκριμένα, αναφέρονται οι ορισμοί που έχουν δοθεί στις έννοιες αυτές, περιγράφονται οι αιτίες στις οποίες οφείλουν την ανάπτυξή τους, πραγματοποιείται αναφορά στα είδη της μοναξιάς, καθώς και τονίζεται η διαφορά μεταξύ των εννοιών μόνωση, μοναχικότητα και μοναξιά, με σκοπό την καλύτερη κατανόηση της έννοιας της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Ολοκληρώνοντας το θεωρητικό μέρος της ερευνητικής αυτής εργασίας, γίνεται προσπάθεια ανάλυσης των χαρακτηριστικών των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια, ενώ ταυτόχρονα προσεγγίζεται η επίδραση της ύπαρξης ή αντίθετα της απουσίας αδελφικής σχέσης στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού.

Στο δεύτερο κεφάλαιο αναλύεται η μέθοδος που ακολούθηθηκε για την εκπόνηση της παρούσας ερευνητικής δραστηριότητας. Συγκεκριμένα, το κεφάλαιο αυτό περιλαμβάνει τους στόχους της έρευνας και της ερευνητικές μας υποθέσεις, ενώ ταυτόχρονα αναφέρεται στους συμμετέχοντές της, στα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για τη σύλλογή των δεδομένων και τέλος, περιγράφεται η διαδικασία εκπόνησης της πλώτικης και της κύριας έρευνας.

Το τρίτο κεφάλαιο αφορά στα αποτελέσματα που προέκυψαν κατόπιν ανάλυσεων των δεδομένων που συγκεντρώθηκαν, ενώ στο τέταρτο και τελευταίο κεφάλαιο, παρουσιάζονται η συσχέτιση των ευρημάτων αυτών με τους αρχικούς στόχους και υποθέσεις, αναφέρονται οι περιορισμοί της παρούσας έρευνας, καθώς και παρέχονται κατευθύνσεις για αντίστοιχη μέλλοντική ερευνητική δραστηριότητα.



ΜΕΡΟΣ Ι: ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

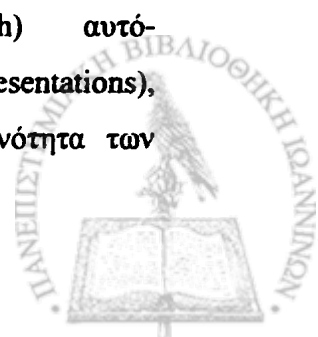
A.1. Η έννοια του εαυτού

«Τι είναι ο άνθρωπος;» Αυτό το ερώτημα ανέκαθεν απασχολούσε την ανθρωπότητα και προκειμένου να δοθεί απάντηση, επιστήμονες από διάφορους κλάδους, όπως της φιλοσοφίας, της ψυχολογίας, της κοινωνιολογίας ακόμα και της θρησκείας, προσπάθησαν να προσεγγίσουν τον άνθρωπο ως οντότητα και να εξηγήσουν τις αιτίες και τα κίνητρα της συμπεριφοράς του. Η έννοια του εαυτού πάντα βρισκόταν στο επίκεντρο γι' αυτό και ίσως να αποτελεί μία από τις πιο δημοφιλείς έννοιες. Διάφορες θεωρίες έχουν διατυπωθεί σχετικά με το περιεχόμενο της έννοιας του εαυτού κάθε μία εκ των οποίων προσεγγίζει και μια άλλη διάσταση.

Όπως κατανοούμε επομένως, η έννοια του εαυτού έχει αποτελέσει πεδίο διαφωνιών και αντιθέσεων, κυρίως ως προς την ορολογία, τον ορισμό και την μέτρησή της. Κατά καιρούς πολλοί ορισμοί έχουν αποδοθεί στην έννοια αυτή. Βέβαια, κανένας εξ αυτών δεν έχει καταφέρει να προσεγγίσει πλήρως τον εαυτό. Η αδυναμία απόδοσης ενός κοινά αποδεκτού ορισμού οφείλεται στην απουσία ενός κοινά παραδεκτού ορισμού, στη ταυτόχρονη χρήση πολλών τυχαίων όρων με το πρόθεμα εαυτός (self-), στη σύγχυση ως προς τις συνιστώσες της έννοιας του εαυτού και τέλος, στη χρήση λογικών παρά καθαρά επιστημονικών όρων (Byrne, 1996 οπ. αναφ. στο Φουντουλάκη, 2005). Γενικότερα, παρά της δυσκολίας καθορισμού ενός δόκιμου ορισμού, θα μπορούσαμε να πούμε ότι, «η έννοια του εαυτού χρησιμοποιείται για να εκφράσει την οργανωμένη, ολοκληρωμένη πλευρά της λειτουργίας της ανθρώπινης προσωπικότητας» (Pervin, & John, 2001). Η έννοια του εαυτού, δηλαδή, χρησιμοποιείται για να περιγράψει ένα ολοκληρωμένο και συνεκτικό σύνολο λειτουργιών της προσωπικότητας του ατόμου.

A.1.1. Συνιστώσες εαυτού

Η ορολογία της έννοιας του εαυτού εμπερικλείει μία ποικιλία εννοιών, οι οποίες πολλές φορές στο παρελθόν έχουν χρησιμοποιηθεί και ως συνώνυμες. Οι έννοιες αυτές αναφέρονται στην αυτοαντίληψη (self-concept), αυτό-εικόνα (self-image), αυτοεκτίμηση (self-esteem), αυτό-αξία (self-worth) αυτό-αποτελεσματικότητα (self-efficacy), αυτό-αναπαραστάσεις (self-representations), αυτό-σχήματα (self-schemas). Τα τελευταία χρόνια βέβαια, η πλειονότητα των



επιστημόνων συγκλίνουν ως προς την άποψη ότι, οι δύο βασικές συνιστώσες της έννοιας του εαυτού είναι η αυτοαντίληψη (self-concept) και η αυτοεκτίμηση (self-esteem) (Μακρή-Μπότσαρη, 2001), έννοιες τις οποίες θα επιχειρήσουμε να προσεγγίσουμε αναλυτικότερα σε επόμενη ενότητα του συγκεκριμένου κεφαλαίου.

Βέβαια, οφείλουμε να σημειώσουμε το γεγονός ότι, σύμφωνα με επιστήμονες η έννοια του εαυτού και η αυτοαντίληψη αποτελούν ταυτόσημες έννοιες και η αυτοεκτίμηση δεν αποτελεί συνιστώσα του εαυτού. Συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον Rogers (οπ. αναφ. στο Μπρούζος, 2004), η έννοια του εαυτού και της αυτοαντίληψης αναφέρονται στην οργανωμένη μορφή που σχηματίζεται από τις σχέσεις με τους σημαντικούς άλλους, συμπεριλαμβανομένων των αξιολογήσεων των αντιλήψεων αυτών. Ο εαυτός είναι προσπελάσιμος στη συνειδητότητα, όχι όμως απαραίτητα συνειδητός και μπορεί να κατανοηθεί ως μια μεταβαλλόμενη ολότητα της οποίας οποιαδήποτε αλλαγή μπορεί να αλλάξει ολόκληρη τη μορφή. Οι όροι *εαυτός* και *αυτοαντίληψη* χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν τη διαδικασία αυτή από τη σκοπιά του ατόμου (Μπρούζος, 2004).

A.1.2. Είδη εαυτού

Η έννοια του εαυτού όπως είδαμε αντιστοιχεί σε μία ολοκληρωμένη θεώρηση του ατόμου για τον εαυτό του. Ωστόσο, ο Higgins (1987) διαχωρίζει τον εαυτό σε τρεις κατηγορίες: στον *πραγματικό*, στον *ιδανικό* και στον *δεοντικό* εαυτό.

Αναλυτικότερα, ο *πραγματικός εαυτός* περιλαμβάνει τις αντιλήψεις του ατόμου για τον εαυτό του και αποτελεί συνώνυμο της αυτοαντίληψης. Αναφέρεται, δηλαδή, σε εκείνα τα χαρακτηριστικά που το άτομο θεωρεί ως μέρος του εαυτού του.

Ο *ιδανικός* ή *ιδεώδης εαυτός* από την άλλη πλευρά περιλαμβάνει όλες τις αντιλήψεις που θα ήθελε να έχει για τον εαυτό του (Rogers, 1987, όπ. αναφ. στο Μπρούζος, 2004). Είναι εκείνες οι αντιλήψεις, οι οποίες έχουν τη μεγαλύτερη σπουδαιότητα και σημασία για το άτομο. Επομένως, ο *ιδανικός εαυτός* περιλαμβάνει τις απόψεις αυτές που το άτομο θα ήθελε να έχει για τον εαυτό του, καθώς χρήζουν εξέχουσας σημασίας για τον ίδιο.

Τέλος, γίνεται λόγος για τον *δεοντικό* εαυτό, ο οποίος συνίσταται σε όλες εκείνες τις αντιλήψεις που το άτομο θεωρεί ότι πρέπει να έχει για τον εαυτό του. Συνήθως, είναι οι αντιλήψεις αυτές που απορρέουν από τις κοινωνικές επιταγές και



αξίες και το άτομο θεωρεί ότι πρέπει να αποτελούν μέρος του εαυτού του. Για τον λόγο αυτό δεν θα πρέπει να συγχέεται με τον ιδανικό εαυτό, καθώς στον ιδανικό εαυτό γίνεται λόγος για απόψεις που θα ήθελε να έχει, ενώ στον δεοντικό για απόψεις που πρέπει να έχει για τον εαυτό του.

A.1.3. Κύριες θεωρητικές προσεγγίσεις για τον εαυτό

Κατά καιρούς επιστήμονες από διάφορες θεωρητικές κατευθύνσεις προσπάθησαν να αναλύσουν τη δομή και το περιεχόμενο του εαυτού. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά σε κάποιες από τις σημαντικότερες θεωρίες αλλά και ο τρόπος με τον οποίο η κάθε μία από αυτές προσεγγίζει την έννοια του εαυτού.

Ψυχαναλυτική προσέγγιση

Η ψυχαναλυτική θεωρία με κύριο εκπρόσωπό της τον Sigmund Freud, προσεγγίζει ελάχιστα την έννοια του εαυτού και τοποθετεί το *Εγώ* σε κεντρικό σημείο της θεωρίας (LaBenne, & Greene, 1969). Αναλυτικότερα, ο Freud (όπ. αναφ. στο Pervin, & John, 2001) με σκοπό να εξηγήσει τα κίνητρα της συμπεριφοράς του ατόμου, έδωσε έμφαση στην ερμηνεία της συμπεριφοράς ως συνέπεια της αλληλεπίδρασης μεταξύ των εννομήσεων. Πρώτος έκανε λόγο για τις έννοιες του *εκείνο*, του *εγώ* και του *υπερεγώ*. Το *εκείνο* έχει στόχο την επιδίωξη της ηδονής, την αποφυγή του πόνου, και την υλοποίηση των ενστίκτων. Το *υπερεγώ* αντιπροσωπεύει το ηθικό μέρος της λειτουργίας μας, ενώ το *εγώ* αναζητά την εκπλήρωση των ενστίκτων με ηθικό και κοινωνικά αποδεκτό τρόπο.

Προσωποκεντρική προσέγγιση

Ο Rogers ως εκπρόσωπος της προσέγγισης αυτής έδωσε στον *εαυτό* κεντρική θέση στην θεωρία του. Όπως επισημαίνεται και από τους Pervin και John (2001), περισσότερο από οποιονδήποτε άλλον θεωρητικό έδωσε στην έννοια του εαυτού την προσοχή που της αρμόζει στη θεωρία, την έρευνα και το κλινικό έργο. Συγκεκριμένα, ορίζει τον εαυτό ως «το σταθερά οργανωμένο εννοιολογικό σύνολο, που αποτελείται από τις αντιλήψεις του ατόμου, τόσο για τα χαρακτηριστικά του “εγώ” ή του “εμένα” όσο και για τις σχέσεις του “εγώ” ή του “εμένα” με τους άλλους» (Rogers, 1977, σελ. 36 όπ. αναφ. στο Μπρούζος, 2004, σελ.179). Έδωσε, δηλαδή, έμφαση στα βιώματα



που έχει συλλέξει το άτομο, τα οποία καθορίζουν την διαμόρφωση του εαυτού και επηρεάζουν την συμπεριφορά του.

Κοινωνικο-γνωστική προσέγγιση

Η κοινωνικο-γνωστική θεωρία αντιμετωπίζει την έννοια του εαυτού όχι ως μια δομή, αλλά ως αυτο-διεργασίες που αποτελούν μέρος του ατόμου (Pervin, & John, 2001). Το άτομο, δηλαδή, υποστηρίζεται ότι, αντί αυτοαντίληψης έχει μια γενικότερη εικόνα για τον εαυτό του και χρησιμοποιεί διεργασίες αυτοελέγχου ανάλογα με την περίσταση.

A.2. Η Αντίληψη και η Αυτοαντίληψη

A.2.1. Αντίληψη

Ο άνθρωπος ζει σε έναν κόσμο μέσα στον οποίο δέχεται συνεχώς ερεθίσματα, επεξεργάζεται πληροφορίες, αντιδρά σε αυτά και συλλέγει εμπειρίες. Για αυτή την διαδικασία υπεύθυνη είναι η λειτουργία της *αντίληψης*. Ως αντίληψη χαρακτηρίζεται «η μελέτη του τρόπου με τον οποίο ολοκληρώνουμε τις αισθητηριακές μας πληροφορίες σε αντιληπτά αντικείμενα και του τρόπου με τον οποίο χρησιμοποιούμε τα αντιληπτά αυτά για να ζήσουμε στον κόσμο» (Atkinson, Smith, Bem, & Nolen-Hoeksema, 2003, σελ.284). Με άλλα λόγια η αντίληψη είναι μια σύνθετη λειτουργία του οργανισμού, η οποία αποσκοπεί στην συλλογή, επεξεργασία και ερμηνεία των ερεθισμάτων που δέχεται το άτομο από το περιβάλλον του. Υπάρχει όμως αντικειμενική βίωση των ερεθισμάτων αυτών, ή η επεξεργασία τους είναι αποκλειστικά ατομική υπόθεση;

Σύμφωνα με τον Rogers, το άτομο αντιλαμβάνεται τον περιβάλλοντα κόσμο με ένα δικό του τρόπο και αντιδρά σε αυτό με ανάλογη συμπεριφορά (Pervin, & John, 2001). Αναλυτικότερα, το άτομο δέχεται τις πληροφορίες και τα ερεθίσματα από το περιβάλλον του και τα επεξεργάζεται, τα αναλύει και τους προσδίδει την ανάλογη σημασία με έναν μοναδικό τρόπο. Συνεπώς, προσδίδεται στην βίωση της πραγματικότητας υποκειμενική χροιά και δεν εκλαμβάνεται ως κάτι όμοιο σε όλους τους ανθρώπους και αντικειμενικό. Μέσω της κατανόησης της άποψης αυτής, για



υποκειμενική και όχι αντικειμενική βίωση της πραγματικότητας, μπορούμε να προσεγγίσουμε και να κατανοήσουμε τη συμπεριφορά του ατόμου (Μπρούζος, 2004).

Στην αντιληπτική διαδικασία, δηλαδή, στην συλλογή και επεξεργασία των πληροφοριών σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν οι εμπειρίες που έχουν ήδη αποκτηθεί στο παρελθόν (Κοσμόπουλος, 1983). Ο τρόπος με τον οποίο, ένα άτομο αποδίδει μια συγκεκριμένη σημασία στα ερεθίσματα εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τις εμπειρίες του παρελθόντος, αλλά και από αξίες και αντιλήψεις που του έχουν κληροδοτηθεί από το περιβάλλον του μέσα στο οποίο μεγάλωσε.

Η αντίληψη χρήζει τεράστιας σημασίας για την εκδήλωση της συμπεριφοράς του ατόμου. Ο τρόπος με τον οποίο το κάθε άτομο ξεχωριστά θα επεξεργαστεί τις πληροφορίες, βάσει των εμπειριών του, επηρεάζει την συμπεριφορά του και τον τρόπο αντίδρασής του στις πληροφορίες αυτές. Άλλωστε, όπως και ο ίδιος ο Rogers ανέφερε «η αντίληψη είναι και όχι η πραγματικότητα που έχει ρυθμιστική σημασία στον καθορισμό της συμπεριφοράς» (Κοσμόπουλος, 1983, σελ.445).

Εύλογα συμπεραίνει κανείς, λοιπόν, ότι, η αντίληψη είναι μία πολυδιάστατη ενέργεια, η οποία χρησιμοποιεί τις λειτουργίες της συλλογής, οργάνωσης και ερμηνείας των πληροφοριών με σκοπό να κατανοήσει το περιβάλλον, με υποκειμενικό και μοναδικό πάντα τρόπο, και να αντιδράσει σε αυτό. Η υποκειμενική βίωση αυτή συνίσταται στην επίδραση των εμπειριών που έχει ήδη αποκτήσει το άτομο.

A.2.2. Αυτοαντίληψη

A.2.2.1. Ορισμός αυτοαντίληψης

Στην προηγούμενη ενότητα έγινε λόγος και προσπάθεια περιγραφής της έννοιας της αντίληψης. Όπως κατανοήσαμε η αντίληψη είναι η επεξεργασία των πληροφοριών που δέχεται το άτομο από το περιβάλλον του για το περιβάλλον του. Τι συμβαίνει όμως, όσον αφορά στις απόψεις του για τον εαυτό του;

Ο όρος *αυτοαντίληψη* (*self-concept*) αποτελείται από τις έννοιες *εαυτός* και *αντίληψη*. Θα μπορούσαμε, λοιπόν, να υποθέσουμε ότι η αυτοαντίληψη είναι η αντίληψη του ατόμου για τον εαυτό του. Διάφοροι ορισμοί έχουν κατά καιρούς διατυπωθεί με σκοπό να προσεγγίσουν την έννοια αυτή. Θα λέγαμε, λοιπόν, ότι η



αυτοαντίληψη θεωρείται «ο τρόπος με τον οποίο ένα άτομο βλέπει το ίδιο το πρόσωπό του, οι υποθέσεις που κάνει για τις ιδιότητες και τις ικανότητές του και η αξιολόγηση αυτών, όλα από τη σκοπιά του ίδιου του ατόμου» (Μπρούζος, 2004, σελ.178). Ένας ακόμα ορισμός που θα μπορούσε να αποδοθεί για την αυτοαντίληψη είναι: Η αυτοαντίληψη συνιστά «το σύνολο των πεποιθήσεων και των στάσεων που διαμορφώνει ένα άτομο για τον εαυτό του, οι οποίες συνεπάγονται διάφορες αυτοαξιολογήσεις και τάσεις συμπεριφοράς» (Burns, 1982, σελ.29, όπ. αναφ. στο Φλουρής, 1989, σελ. 5). Επίσης, σύμφωνα με τον Lopez (1972, όπ. αναφ. στο Φλουρής, 1989, σελ. 6) η αυτοαντίληψη είναι: «ένα είδος αυτοαξιολόγησης που κάνει και συνήθως διατηρεί ένα άτομο για το πρόσωπό του. Εκφράζει την αυτοεπιδοκιμασία ή την αυτοαποδοκιμασία του και φανερώνει τον βαθμό στον οποίο τα άτομο πιστεύει ότι είναι ικανός». Τέλος, αναφερόμαστε και στην άποψη των Hjelle και Ziegler (1992), σύμφωνα με τους οποίους «η αυτοαντίληψη αντανακλά αυτά τα χαρακτηριστικά τα οποία το άτομο θεωρεί ως μέρος του εαυτού του» (σελ.498).

Ακολούθως συμπεραίνουμε ότι, η αυτοαντίληψη είναι μια λειτουργία του ατόμου που βασίζεται σε αξιολογήσεις, πεποιθήσεις και απόψεις του ίδιου του ατόμου για τον εαυτό του και τα χαρακτηριστικά του. Όπως έχει αναφερθεί προηγουμένως, οι αντιλήψεις αυτές είναι αποτέλεσμα προσωπικών του εκτιμήσεων, ανεξάρτητα από το πόσο οι εκτιμήσεις αυτές είναι βασισμένες σε αντικειμενικά στοιχεία ή σε υποκειμενική γνώμη (Burns, 1982 όπ. αναφ. στο Φουντουλάκη, 2005). Αυτό σημαίνει ότι, το άτομο διαθέτει ένα σύνολο απόψεων για τις ικανότητες και τις αδυναμίες του, οι οποίες πηγάζουν από την υποκειμενική του κρίση.

A.2.2.2. Πτυχή αυτοαντίληψης-Αυτεπάρκεια

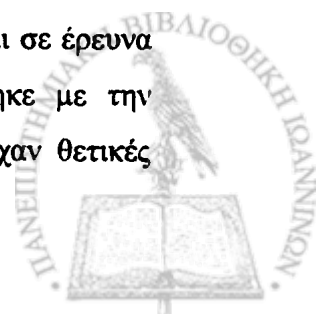
Όσον αφορά τις εκτιμήσεις που κάνει το άτομο ως προς τις ικανότητες και τις δυνατότητές του σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και η έννοια της αυτεπάρκειας. Το περιεχόμενο της έννοιας αυτής αναφέρεται σύμφωνα με τον Bandura (1986, όπ. αναφ. στο Schunk, 1990), στην λειτουργία εκείνη που επηρεάζει την επιλογή των δραστηριοτήτων αλλά και την επιμονή και την προσπάθεια που θα καταβληθεί για την διεκπεραίωσή τους. Με άλλα λόγια, θεωρείται ως «η αντίληψη που έχουμε για την ικανότητά μας να αντιμετωπίσουμε συγκεκριμένες καταστάσεις» (Pervin, & John, 2001, σελ.531). Συνεπώς, η αυτεπάρκεια, σχετίζεται με τις απόψεις που έχει το κάθε



άτομο για τις ικανότητες και τις δυνατότητές του και κατά πόσο θεωρεί ότι μπορεί να φέρει εις πέρας μια συγκεκριμένη εργασία. Συμπεραίνουμε επομένως ότι, η αυτεπάρκεια αποτελεί σημαντική πτυχή της αυτοαντίληψης, καθώς σχετίζεται με τις αντιλήψεις του ατόμου για την αποτελεσματικότητά του και επηρεάζει τη σκέψη και τη συμπεριφορά του.

Αναλυτικότερα, όπως ήδη αναφέραμε, η αυτεπάρκεια αποτελεί κινητήρια δύναμη της συμπεριφοράς και λειτουργεί σε ορισμένες περιπτώσεις ανασταλτικά και σε άλλες ενισχυτικά, ανάλογα με τις αντιλήψεις του ίδιου του ατόμου για τις ικανότητές του. Σύμφωνα με τους Pervin και John (2001), ο βαθμός της αυτεπάρκειας του ατόμου επηρεάζει συγκεκριμένες λειτουργίες της συμπεριφοράς, όπως η επιλογή, η προσπάθεια η επιμονή και η επίδοση, το συναίσθημα και η αντιμετώπιση. Ως προς την επιλογή των στόχων η αυτεπάρκεια παίζει καθοριστικό ρόλο. Τα άτομα με χαμηλή αίσθηση αυτεπάρκειας θέτουν λιγότερο απαιτητικούς στόχους σε σύγκριση με τα άτομα με υψηλή αυτεπάρκεια. Ακόμη, από τον βαθμό της αίσθησης αυτής επηρεάζεται και η προσπάθεια που θα καταβληθεί, με τα άτομα ισχυρής αίσθησης αυτεπάρκειας να παρατηρείται ότι καταβάλλουν περισσότερη προσπάθεια στην επίτευξη των στόχων και ακολούθως να σημειώνουν καλύτερες επιδόσεις. Επίσης, επηρεάζεται και το συναίσθημα που έχουν τα άτομα κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας. Υψηλή αίσθηση αυτεπάρκειας συνοδεύεται από καλύτερη διάθεση, ενώ ταυτόχρονα μπορούν να διαχειρίζονται καλύτερα το άγχος και την απογοήτευση, σε αντίθεση με τα άτομα χαμηλής αυτεπάρκειας.

Η άποψη αυτή των Pervin και John, επιβεβαιώνεται και από σειρά ερευνών που αφορούν την αυτεπάρκεια και την αυτοαντίληψη. Συγκεκριμένα, από έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε μαθητές διαπιστώθηκε ότι, η αυτεπάρκεια των μαθητών επηρεάζει σημαντικά την συμμετοχή τους στις σχολικές εργασίες (Schunk, 1990). Συγκεκριμένα, προέκυψε ότι, μαθητές που θεωρούν ότι δεν θα επιτύχουν στις εργασίες που τους ανατίθενται, έχουν αρνητικότερες ή μειωμένες αντιλήψεις για την ικανότητά τους και συνεπώς, αποφεύγουν να συμμετάσχουν στις σχολικές εργασίες. Παρόμοια αποτελέσματα διαπιστώθηκαν και από αντίστοιχη έρευνα, κατά την οποία γίνεται εμφανής η σχέση της αυτεπάρκειας και της αντίληψης των μαθητών για την σχολική τους ικανότητα (Zimmerman, & Martinez-Pons, 1990). Αλλά και σε έρευνα που αφορούσε σε διαφορετική ηλικιακή ομάδα και πραγματοποιήθηκε με την συμμετοχή ενήλικων εργαζομένων διαπιστώθηκε ότι, τα άτομα που είχαν θετικές



αντιλήψεις για τον εαυτό τους, είχαν και περισσότερα κίνητρα για την ανάληψη και την ολοκλήρωση μιας εργασίας και ακολούθως μεγαλύτερα ποσοστά επιτυχίας (Judge, Erez, & Bono, 2011).

A.2.2.3. Ανάπτυξη αυτοαντίληψης

Όπως ήδη έχουμε επισημάνει και πρωτύτερα, το άτομο αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα με έναν δικό του μοναδικό τρόπο. Συλλέγει τα ερεθίσματα από το περιβάλλον του, τα επεξεργάζεται, τα αξιολογεί και τους αποδίδει νόημα και σημασία. Βιώνει, δηλαδή, εμπειρίες, οι οποίες αποτελούν «υποκειμενική διαδικασία επεξεργασίας και κατασκευής της πραγματικότητας» (Μπρούζος, 2004, σελ.180). Την διαδικασία αυτή την επηρεάζουν οι εμπειρίες που έχει ήδη συλλέξει στο παρελθόν. Οι αντιλήψεις, δηλαδή, του ατόμου για την πραγματικότητα προκύπτουν από τις εμπειρίες του και από την σημασία που έχει αποδώσει σε αυτές.

Κάτι αντίστοιχο συμβαίνει και για τις αντιλήψεις που αφορούν τον εαυτό του. Ο τρόπος που βλέπει κανείς τον ίδιο του τον εαυτό πηγάζει από τα βιώματά του. Οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι, η ανάπτυξη της αυτοαντίληψης καθορίζεται από τις εμπειρίες του ατόμου με το πρόσωπό του αλλά και με τους “σημαντικούς άλλους” (Μπρούζος, 2004). Ως σημαντικοί άλλοι χαρακτηρίζονται τα άτομα στα οποία ο κάθε άνθρωπος ξεχωριστά δίνει πολύ μεγάλη σημασία και των οποίων η γνώμη και η κρίση τον επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό. Τα άτομα αυτά μπορεί να αποτελούν την οικογένεια, τους φίλους, τους συμμαθητές, τους δασκάλους και γενικότερα εκείνους από τους οποίους υπάρχει έντονη ανάγκη αποδοχής. Τα σημαντικά αυτά άτομα συμβάλλουν καθοριστικά στην ανάπτυξη της αντίληψης του ατόμου για τον εαυτό του. Συγκεκριμένα, ο τρόπος με τον οποίο τα σημαντικά πρόσωπα της ζωής του βλέπουν το ίδιο το άτομο, επηρεάζει τον καθορισμό των αντιλήψεών του για τον εαυτό του και συνεπώς την αυτοαντίληψή του. Σύμφωνα με τους LaBenne και Greene (1969), δεδομένου ότι, το άτομο δεν είναι σε θέση να γνωρίζει ακριβώς την γνώμη των άλλων για τον ίδιο, το συμπεραίνει από την στάση και την συμπεριφορά τους απέναντί του. Έτσι, η γνώμη του για τον εαυτό του περιορίζεται στο τι νομίζει ότι πιστεύουν οι άλλοι για αυτόν.



Καθοριστικός παράγοντας επομένως, για την ανάπτυξη της αυτοαντίληψης αποτελεί η στάση και η συμπεριφορά των σημαντικών προσώπων. Μέσα από την σχέση του ατόμου μαζί τους και τις εμπειρίες που θα συλλέξει, θα καταφέρει να αναπτύξει θετικές αντιλήψεις για τον εαυτό του ή αντίθετα να διαμορφώσει μια πιο αρνητική αυτοαντίληψη. Σημαντική είναι η συμβολή της *ανεπιφύλακτης θετικής αναγνώρισης*. Ο Rogers (όπ. αναφ. στο Hjelle, & Ziegler, 1992) υποστηρίζει ότι, το άτομο βιώνει έντονη ανάγκη για αγάπη και αποδοχή από τα πρόσωπα που χρήζουν ιδιαίτερης σημασίας για τον ίδιο. Σύμφωνα με τον Μπρούζο (2004), η θετική αναγνώριση συνίσταται στις θετικές αξιολογήσεις και την αποδοχή των πράξεων και των εμπειριών του από το περιβάλλον του. Όταν το άτομο εκλαμβάνει ανεπιφύλακτη θετική αναγνώριση από τους γύρω του μαθαίνει να αποδέχεται τις εμπειρίες του και βαθμιαία αναπτύσσει την αντίληψη για τον εαυτό του. Αντίθετα, σε περίπτωση που βιώνει αναγνώριση υπό όρους, δέχεται δηλαδή συνεχώς αξιολογήσεις, αναγκάζεται να συμπεριφέρεται αποκλειστικά όπως έχουν καθορίσει οι γύρω του, με σκοπό να μην χάσει την αποδοχή τους. Αποτέλεσμα είναι να μην δέχεται τα βιώματά του και να διαμορφώνει μια πολύ περιορισμένη συμπεριφορά. Κατανοούμε λοιπόν, ότι, η αναγνώριση και οι απόψεις των σημαντικών άλλων έχει τεράστια σημασία για την ανάπτυξη μιας θετικής ή αρνητικής αυτοαντίληψης.

Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται από διάφορες επιστημονικές έρευνες. Συγκεκριμένα, σε έρευνα στην οποία συμμετείχαν 153 έφηβοι εξετάστηκε κατά πόσο η υπό όρους θετική αναγνώριση των μητέρων τους επιδρά στην αυτοαντίληψή τους. Διαπιστώθηκε ότι, οι έφηβοι που δεν αισθάνονταν πάντα αποδεκτοί εμφάνισαν μειωμένες αντιλήψεις για τον εαυτό τους καθώς και ότι βίωναν έντονα το συναίσθημα της ντροπής μετά από κάποιου είδους αποτυχία τους (Assor, & Tal, 2012). Αντίστοιχα αποτελέσματα προέκυψαν και από έρευνα η οποία καταδεικνύει την σημαντική επίδραση της άποψης των σημαντικών άλλων στην διαμόρφωση της συμπεριφοράς και ακολούθως στις κοινωνικές σχέσεις (Chen, & Andersen, 1999). Επίσης, η ανάγκη των ατόμων για αποδοχή από τους σημαντικούς άλλους είναι καθολική και ανεξάρτητη από την εθνικότητά τους. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξε μελέτη Ελλήνων και αλλοδαπών μαθητών, η οποία απέδειξε ότι, η αποδοχή των ατόμων από το περιβάλλον τους συμβάλλει σημαντικά στην ανάπτυξη της αυτοαντίληψής τους και ακολούθως στην συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων (Πίγκα, 2009).



Επίσης, όσον αφορά την ανάπτυξη της αυτοαντίληψης, έχει υποστηριχθεί ότι, η αυτοαντίληψη που θα διαμορφωθεί στα πρώτα χρόνια της ζωής θα μείνει σταθερή με το πέρασ του χρόνου (Coopersmith, 1967, όπ. αναφ. στο Pervin, & John, 2001). Αυτό σημαίνει πως οι απόψεις του ατόμου για τον εαυτό του σε μία συγκεκριμένη περίσταση και χρονική στιγμή δεν θα διαφοροποιηθούν σε αντίστοιχη μελλοντική κατάσταση.

Από όσα αναφέρθηκαν μέχρι στιγμής συνάγεται το συμπέρασμα ότι η αυτοαντίληψη του ατόμου αναπτύσσεται από τις εμπειρίες με το κοινωνικό του περιβάλλον και συγκεκριμένα με τα πρόσωπα που έχουν σημασία για τον ίδιο. Οι απόψεις των προσώπων αυτών θα καθορίσουν σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο που βλέπει τον εαυτό του. Η ανεπιφύλακτη θετική αναγνώρισή τους, μέσω της αποδοχής του ατόμου όπως είναι, θα βοηθήσει σημαντικά στην ανάπτυξη μιας θετικής αυτοαντίληψης, η οποία θα παραμείνει σταθερή σε όλη την διάρκεια της ζωής του.

A.2.2.4. Σπουδαιότητα αυτοαντίληψης

Στις προηγούμενες ενότητες έγινε προσπάθεια περιγραφής της έννοιας της αυτοαντίληψης. Διαπιστώθηκε ότι, η αυτοαντίληψη αναφέρεται στις αντιλήψεις και πεποιθήσεις που έχει το άτομο για τα χαρακτηριστικά, τις δυνατότητες και τις αδυναμίες του. Έγινε ακόμα κατανοητό ότι, σημαντική πτυχή της αυτοαντίληψης αποτελεί η αίσθηση αυτεπάρκειάς του, η άποψη δηλαδή, του ατόμου για τις δυνατότητες και τις αδυναμίες του σχετικά με την επιτυχή ενασχόλησή του με μία εργασία. Τα άτομα με χαμηλή αυτοαντίληψη αποφεύγουν να ασχοληθούν με συγκεκριμένες εργασίες και ακολουθώντας στερούνται της ευκαιρίας να έχουν καλές επιδόσεις και εξέλιξη. Επομένως, η αυτοαντίληψη και η αίσθηση αυτεπάρκειας επηρεάζει την συμπεριφορά και τις επιλογές του ατόμου.

Σ' αυτό το γεγονός έγκειται και η σπουδαιότητα της σημασίας της αυτοαντίληψης. Από τη θεωρητική ανασκόπηση φαίνεται ότι, αυτό που νιώθουμε για τον εαυτό μας επηρεάζει την συμπεριφορά μας σε πολλές περιστάσεις. Αναλυτικότερα, σύμφωνα με τους LaBenne και Greene (1969, σελ.10), «η συνειδητή επίγνωση του ατόμου, για τον ίδιο είναι αυτό που πρωτίστως οδηγεί ελέγχει και ρυθμίζει την συμπεριφορά και την δράση του». Εκτός από την επίδραση της αυτοαντίληψης στον καθορισμό της συμπεριφοράς σημαντική είναι η συμβολή της και στην συνοχή και συνέπεια της προσωπικότητας (Φλουρής, 1989).



Η παραπάνω θέση έχει αποδειχτεί μέσω από επιστημονικών ερευνών. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, η αυτοαντίληψη των μαθητών επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό τη συμμετοχή τους στις ομάδες των συνομηλίκων τους, αλλά και την σχολική τους επιτυχία (Pomerantz, Wang, & Ng, 2005). Με άλλα λόγια αποδείχτηκε ότι, οι αντιλήψεις των μαθητών για τον εαυτό τους επηρεάζουν τη συμμετοχή τους στη διαδικασία της κοινωνικοποίησης και την γνωστικής ανάπτυξης. Επιπροσθέτως, αρκετά ενδιαφέρουσα μπορεί να χαρακτηριστεί έρευνα, η οποία μελετώντας δέκα περιπτώσεις ατόμων απέδειξε ότι, η επίδραση της αυτοαντίληψης στην συμπεριφορά είναι αρκετά σημαντική (Stock, 2012). Συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε ότι, άτομα με θετικές αντιλήψεις για τον εαυτό τους, συνήθως διαμορφώνουν θετικές απόψεις και για τους άλλους. Αντιθέτως, άτομα με χαμηλά επίπεδα αυτοαντίληψης διαμορφώνουν συχνά αρνητικότερη εικόνα για τους γύρω τους. Αυτό σημαίνει επομένως, ότι, ο τρόπος που βλέπει κανείς τον εαυτό του επιδρά στις αντιλήψεις που διαμορφώνουμε για τα άτομα του περιβάλλοντός μας και συνεπώς, στη συμπεριφορά μας απέναντί τους.

Το συμπέρασμα που προκύπτει είναι ότι, η αυτοαντίληψη του ατόμου χρήζει τεράστιας σημασίας καθώς αποτελεί το “κλειδί” για την δημιουργία κινήτρων. Η ισχυρή αυτοαντίληψη αντικατοπτρίζει ένα άτομο με ολοκληρωμένη προσωπικότητα το οποίο αισθάνεται ικανό για τον εαυτό του, συμμετέχει σε δραστηριότητες, έχει έντονη αίσθηση επιτυχίας και αποδοχής, εξελίσσεται και δημιουργεί.

A.2.2.5. Δομή αυτοαντίληψης

Κάθε άτομο αντιλαμβάνεται τον εαυτό του με τον δικό του τρόπο και σχηματίζει αντιλήψεις για τις ικανότητες και τα χαρακτηριστικά του. Ωστόσο, οι αντιλήψεις αυτές δεν είναι γενικές, αλλά αντιθέτως χωρίζονται σε τομείς και ανταποκρίνονται σε συγκεκριμένες περιοχές. Η διάκριση των αντιλήψεων σε συγκεκριμένες κατηγορίες ενισχύει την πιο αποτελεσματική και αξιόπιστη μέτρηση του εαυτού, σε αντίθεση με τη μέτρηση μιας γενικής αυτοαντίληψης, αλλά και ταυτόχρονα προωθεί την υλοποίηση συγκεκριμένων παρεμβάσεων (Bracken, 1996). Οι περιοχές, ή διαφορετικά, οι τομείς της αυτοαντίληψης όπως υπέδειξε η Harter (1985, όπ. αναφ. στο Μακρή-Μπότσαρη, 2001), αφορούν την σχολική ικανότητα του ατόμου, την αντίληψή του για τις σχέσεις του με τους συνομηλίκους, την αθλητική του ικανότητα, την φυσική του εμφάνιση και την διαγωγή και την συμπεριφορά του.



Οι τομείς αυτοί, οι αντιλήψεις δηλαδή, που έχει το άτομο για συγκεκριμένες ικανότητές του αναλύονται στη συνέχεια.

A.2.2.5.1. Σχολική ικανότητα

Στον τομέα της αυτοαντίληψης που αφορά την σχολική ικανότητα, περιλαμβάνονται εκείνες οι αντιλήψεις που περιγράφουν τις μαθησιακές ικανότητες που θεωρεί ότι έχει ο μαθητής (Μακρή-Μπότσαρη, 2001). Συγκεκριμένα, ο τομέας αυτός αφορά στις πεποιθήσεις του για την επίδοσή του στο σχολείο, την ετοιμότητά του και τις δυνατότητες και αδυναμίες του.

Οι αντιλήψεις που διαμορφώνονται για την σχολική του ικανότητα είναι καθοριστικές για την διεκπεραίωση των εργασιών ακαδημαϊκής φύσης, τον τρόπο ανταπόκρισης στις απαιτήσεις του σχολείου και γενικότερα για την πορεία της φοίτησης και τις θετικές και αρνητικές εμπειρίες που θα σημειωθούν (Φλουρής, 1989).

Στην διαμόρφωση της αυτοαντίληψης του μαθητή σχετικά με τις μαθησιακές του ικανότητες, καθοριστικό ρόλο διαδραματίζουν οι εμπειρίες που συλλέγει από την σχέση του με τους δασκάλους και τους συμμαθητές του (Φλουρής, 1989). Μέσα από την συμπεριφορά των εκπαιδευτικών και των συμμαθητών του και την στάση τους απέναντί του, αντιλαμβάνεται ποιος είναι, τι αξίζει και τι μπορεί να πετύχει. Μαθαίνει, δηλαδή, για το τι είδους μαθητής είναι. Με τον τρόπο αυτό, διαμορφώνει την αυτοαντίληψή του, ο βαθμός της οποίας επηρεάζει την ακαδημαϊκή του σταδιοδρομία. Σύμφωνα με την Χατζηγεωργιάδου (2007), ο μαθητής που έχει υψηλή αυτοαντίληψη συμμετέχει στις σχολικές εργασίες, καθώς χαρακτηρίζεται από χαμηλά επίπεδα άγχους, από αποδοχή του εαυτού και υψηλά κίνητρα επιτυχίας, σε αντίθεση με τον μαθητή, ο οποίος λόγω χαμηλής αυτοαντίληψης, αποδίδει μια πιθανή αποτυχία στην προσωπική του ανικανότητα και συνεπώς στερεί από τον εαυτό του την ευκαιρία εξέλιξης. Αντίστοιχα αποτελέσματα διαπιστώθηκαν και από σχετικές έρευνες (Ghazvini, 2011 · Green, Liem, Martin, Colmar, Marsh, & McInerney, 2012), οι οποίες καταδεικνύουν την σημασία της σχέσης αυτοαντίληψης και σχολικής επίδοσης. Συγκεκριμένα, οι θετικές αντιλήψεις για την σχολική ικανότητα



αντιστοιχούν σε θετική στάση απέναντι στο σχολείο και προβλέπουν υψηλές επιδόσεις στα μαθήματα της Γλώσσας και των Μαθηματικών.

Σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι, οι μαθητές με χαμηλή επίδοση εκλαμβάνουν τη χαμηλή βαθμολογία ως χαμηλή εκτίμηση του εκπαιδευτικού για το πρόσωπό τους γενικότερα (LaBenne, & Greene, 1969). Για τον λόγο αυτό, θα πρέπει οι εκπαιδευτικοί να βοηθήσουν τους μαθητές να κατανοήσουν πλήρως ότι η βαθμολόγηση αφορά αδυναμία σε ένα συγκεκριμένο μάθημα και δεν αντικατοπτρίζει τον τρόπο που βλέπει συνολικά ο δάσκαλος τον μαθητή.

Βέβαια, η αυτοαντίληψη του παιδιού για την αξία του ως μαθητή δεν καθορίζεται μόνο στα πλαίσια του σχολικού περιβάλλοντος. Η επίδραση της οικογένειας στην εξέλιξη της γνωστικής ικανότητας και στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης, είναι εξίσου σημαντική. Σύμφωνα με έρευνες που έχουν διεξαχθεί διαπιστώθηκε ότι, η συμμετοχή των γονέων στις σχολικές εργασίες, αλλά και η ενθάρρυνση και η επιβράβευση του παιδιού, είναι καθοριστικής σημασίας στη διαμόρφωση υψηλής αυτοαντίληψης. Ενδεικτικά, αναφέρεται η μελέτη του Coleman (1966, όπ. αναφ. στο Φλουρής, 1969), στην οποία μαθητές με φαινομενικά «ίσες» εκπαιδευτικές ευκαιρίες σημείωσαν διαφορετικές σχολικές επιδόσεις, ως συνέπεια αλληλεπίδρασης παραγόντων, τόσο του σχολικού, όσο και του οικογενειακού περιβάλλοντος.

Όσον αφορά την επίδραση δημογραφικών παραγόντων, όπως το φύλο, η ηλικία, η εθνικότητα και το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο των μαθητών, δεν φαίνεται να υπάρχει σημαντική διαφορά ως προς τα επίπεδα και το βαθμό αυτοαντίληψής τους για την σχολική τους ικανότητα (Bracken, 1996). Επιστημονική έρευνα τεκμηριώνει την άποψη του Bracken για απουσία διαφοράς μεταξύ των φύλων αναφορικά με τα επίπεδα σχολικής αυτοαντίληψης (Ghazvini, & Khajehpour, 2011). Επίσης, η σειρά γέννησης αποτελεί έναν ακόμα παράγοντα που πρέπει να εξετάζεται για να εντοπιστεί η επίδρασή του στον καθορισμό της αυτοαντίληψης. Σύμφωνα με τους Song και Hattie (1984), η σειρά γέννησης των παιδιών μέσα στην οικογένεια επηρεάζει την αντίληψή τους για την σχολική τους ικανότητα, με τα μοναχοπαιδιά και τα πρωτότοκα να έχουν υψηλότερη αντίληψη των ικανότητων τους.

Από όσα αναφέρθηκαν συμπεραίνει κανείς ότι, η αυτοαντίληψη του μαθητή που αφορά τη σχολική ικανότητα, περιλαμβάνει απόψεις και πεποιθήσεις σχετικά με



το πόσο ικανό θεωρεί τον εαυτό του σ' αυτόν τον τομέα. Στη διαμόρφωση των αντιλήψεων αυτών, σημαντικό ρόλο διαδραματίζει, ο ρόλος του σχολείου και της οικογένειας. Η επιβράβευση, η ενίσχυση και η σαφήνεια σχετικά με τον σκοπό της βαθμολόγησης, θα ενισχύσουν την ανάπτυξη μιας θετικής αυτοαντίληψης, η οποία αποτελεί προϋπόθεση σχολικής επιτυχίας και θα επηρεάσει την ακαδημαϊκή πορεία και την εξέλιξη του μαθητή.

A.2.2.5.2. Σχέσεις με τους συνομηλίκους

Το άτομο κατά την ανάπτυξή του βρίσκεται σε συνεχή αλληλεπίδραση με το κοινωνικό περιβάλλον. Μέσω της αλληλεπίδρασης αυτής, αποκτά βιώματα και μαθαίνει να αντιλαμβάνεται τον εαυτό του. Στην διαμόρφωση των αντιλήψεων που αφορούν τον ίδιο, καθοριστικής σημασίας είναι η συμβολή των σημαντικών άλλων, στους οποίους, όπως έχουμε ήδη αναφέρει εντάσσεται και η ομάδα των συνομηλίκων. Το περιβάλλον των συνομηλίκων παρέχει εμπειρίες για την ανάπτυξη της προσωπικότητας. «Η παρέα εξυπηρετεί την προσαρμογή του ατόμου στην αποδοχή νέων κανόνων συμπεριφοράς και παρέχει βιώματα που έχουν μόνιμη επίδραση στην ανάπτυξη της προσωπικότητας» (Pervin, & John, 2001, σελ.49). Κατανοούμε επομένως, ότι, το κοινωνικό περιβάλλον αποτελεί ένα πεδίο μέσα στο οποίο το άτομο καταφέρνει να αποκτήσει εμπειρίες και να αναπτύξει την προσωπική του άποψη για τον εαυτό του.

Οι αντιλήψεις που διαμορφώνει για τον ίδιο, μέσω των συναλλαγών του με τους συνομηλίκους του, αφορούν σε έναν συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης. Αναλυτικότερα, ο τομέας αυτός περιλαμβάνει πεποιθήσεις του ατόμου για την ικανότητά του στην ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων. «Το άτομο θεωρείται ότι έχει θετική κοινωνική αυτοαντίληψη όταν αισθάνεται ευκολία με άλλους ανθρώπους, άνεση να μιλάει σε αγνώστους και αυτοπεποίθηση για τις κοινωνικές του ικανότητες» (Bracken, 1996, σελ.171). Προκύπτει λοιπόν, ότι, η θετική αυτοαντίληψη του ατόμου για τις κοινωνικές του ικανότητες αποτελεί προϋπόθεση για την κοινωνικοποίησή του.

Η παραπάνω άποψη επιβεβαιώνεται και από μελέτη στην οποία αποδεικνύεται η επίδραση των αντιλήψεων του ατόμου για τις κοινωνικές του ικανότητες, στην σύναψη κοινωνικών σχέσεων (Wilson, & Rapee, 2006). Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν συγκρίσεις μεταξύ ατόμων με κοινωνικό άγχος και ατόμων που



δεν αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους φοβία. Διαπιστώθηκε ότι, η συσχέτιση της κοινωνικής αυτοαντίληψης των ατόμων με το κοινωνικό άγχος ήταν αρκετά υψηλή. Τα συγκεκριμένα άτομα συγκέντρωσαν χαμηλά επίπεδα αυτοαντίληψης, σε αντίθεση με τους υπόλοιπους οι οποίοι είχαν θετικότερες απόψεις για τις ικανότητές τους στον τομέα αυτό. Επίσης, η επίδραση της αυτοαντίληψης στην συμπεριφορά και στην κοινωνικότητα του ατόμου αποδεικνύεται κι από αντίστοιχη έρευνα, στην οποία διαπιστώθηκε ότι, η θετική αυτοαντίληψη στον τομέα των σχέσεων με τους συνομηλίκους, συνδέεται με μεγαλύτερη προσαρμογή του ατόμου, ενώ ταυτόχρονα αποτελεί προστατευτικό παράγοντα κατά της ανάπτυξης παραβατικής συμπεριφοράς (Ybrandt, 2008).

Τέλος, μέσα από την ανασκόπηση επιστημονικών ερευνών παρατηρήθηκε ότι, το φύλο και η ηλικία δεν επιδρούν σημαντικά στην αντίληψη του ατόμου για τις σχέσεις με τους συνομηλίκους (Harter, 1982 & Nottelman, 1987 όπ. αναφ. στο Bracken, 1996 · Πίγκα, 2009).

A.2.2.5.3. Φυσική εμφάνιση

Κάθε άτομο έχει μία συγκεκριμένη εικόνα για την εξωτερική του εμφάνιση. Οι αντιλήψεις και οι απόψεις που έχει για το σώμα του, το πρόσωπό του και γενικότερα για την εμφάνισή του περιλαμβάνονται σε έναν συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης, αυτόν της φυσικής εμφάνισης.

Η εικόνα που θα διαμορφώσει το άτομο για την εμφάνισή του, επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τα κοινωνικά στερεότυπα και ιδανικά, από τις προκαταλήψεις και από τις απόψεις της κοινωνίας περί ομορφιάς και ελκυστικότητας (Φλουρής, 1989 · Bracken, 1996 · Κοσμόπουλος, 1983 · Schmidt, 2006). Αναλυτικότερα, επειδή το άτομο από μικρή ηλικία εκτίθεται διαρκώς στη δημόσια θέα αλλά και κριτική, οι απόψεις της κοινωνίας για το τι θεωρείται αποδεκτό, επηρεάζουν την διαμόρφωση της αυτοαντίληψής του. Τα σχόλια των γύρων του σχετικά με την σωματική διάπλαση, το βάρος, το ύψος, το πρόσωπο, το χρώμα αλλά και με κάποια σωματική αναπηρία ή ιδιαιτερότητα, επιδρούν στον αυτοπροσδιορισμό του και στην ανάπτυξη της αυτοαντίληψής του. Το άτομο που από την κοινωνία θεωρείται ότι διαθέτει ελκυστικά χαρακτηριστικά αποκτά μια θετικότερη αντίληψη για τον εαυτό του και την εξωτερική του εμφάνιση, σε αντίθεση με το άτομο εκείνο που βάσει των κοινωνικών στερεοτύπων δεν θεωρείται και ιδιαίτερα ελκυστικό.



Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται από έρευνα στην οποία συμμετείχαν φοιτήτριες και η οποία απέδειξε ότι, οι κοινωνικές επιταγές για το ιδανικό βάρος και σωματότυπο επιδρούν σε μεγάλο βαθμό στην διαμόρφωση της αυτοαντίληψης και μπορεί να αποτελέσουν παράγοντα ανάπτυξης προβλημάτων αναφορικά με την εικόνα σώματος (Vartanian, & Dey, 2013). Αλλά και έρευνα στην οποία συμμετείχαν παιδιά ηλικίας 7-12 ετών, απέδειξε ότι, η κοινωνική αποδοχή όσον αφορά την εμφάνιση, επηρεάζει την ανάπτυξη της αντίληψης του ατόμου για την εξωτερική του εμφάνιση (Lau, Cheung, & Ransdell, 2008).

Επίσης, η αντίληψη του ατόμου αναφορικά με την εξωτερική του εμφάνιση διαφοροποιείται ανάλογα και με το φύλο (Κοσμόπουλος, 1983 · Haugen, Safvendum, & Ommundsen, 2011). Συγκεκριμένα, το γυναικείο φύλο εμφανίζεται περισσότερο ευαισθητοποιημένο για την εμφάνισή του, συγκριτικά με το ανδρικό. Αντίστοιχα συμπεράσματα προέκυψαν και από πρόσφατη μελέτη στην οποία οι γυναίκες φαίνεται να χαρακτηρίζονται ως πιο ευαίσθητες όσον αφορά τις κοινωνικές απόψεις σχετικά με την ιδανική εμφάνιση, κάτι που αποτελεί παράγοντα εμφάνισης δυσαρέσκειας για την εξωτερική εμφάνιση (Chen, Gao, & Jackson, 2007).

Δύναται κανείς να συμπεράνει ότι, οι απόψεις του κοινωνικού περιβάλλοντος για το τι θεωρείται αποδεκτό και αξιόλογο αναφορικά με την εξωτερική εμφάνιση, αποτελούν καθοριστικό παράγοντα στην διαμόρφωση της αυτοαντίληψης. Άτομα που δεν διαθέτουν μια ιδανική εμφάνιση-όπως ορίζεται από τα κοινωνικά στερεότυπα-, έχουν αρνητικότερες αντιλήψεις για την εμφάνισή τους. Αντίθετα, άτομα που η εμφάνισή τους εμπίπτει σε αυτό που κοινωνικά θεωρείται όμορφο και ελκυστικό αναπτύσσουν θετικότερη αυτοαντίληψη. Τέλος, το γυναικείο φύλο θεωρείται πιο ευαίσθητο στις κοινωνικές επιρροές και ως εκ τούτου αντιμετωπίζει μεγαλύτερες πιθανότητες εμφάνισης δυσαρέσκειας για την εξωτερική εμφάνιση.

A.2.2.5.4. Αθλητική ικανότητα

Στον συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης περιλαμβάνονται οι αντιλήψεις και οι πεποιθήσεις εκείνες που σχετίζονται με την ικανότητα στα αθλήματα και τα σπορ (Μακρή-Μπότσαρη, 2001). Οι αντιλήψεις, δηλαδή, για το βαθμό που το άτομο θεωρεί ικανό τον εαυτό του στα αθλήματα, αναφέρονται στην πτυχή της αυτοαντίληψης που ονομάζεται *αθλητική ικανότητα*.



Σύμφωνα με πορίσματα επιστημονικών ερευνών, η επιτυχημένη συμμετοχή στα αθλήματα και η αυξημένη αθλητική ικανότητα επηρεάζουν την ανάπτυξη θετικής αυτοαντίληψης. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν επιστήμονες, οι οποίοι μελετώντας 2055 έφηβους απέδειξαν ότι, η ικανότητα των εφήβων στα αθλήματα επηρεάζει την διαμόρφωση της αυτοαντίληψής τους (Haugen, Safvendom. & Ommundsen, 2011). Σημαντικά ήταν και τα ευρήματα από αντίστοιχες μελέτες στις οποίες διαπιστώθηκε ότι, η άποψη του ατόμου για την ικανότητά του στα αθλήματα επηρεάζει καθοριστικά όχι μόνο την αυτοαντίληψή του αλλά και ταυτόχρονα την εμπλοκή και τη συμμετοχή του σε ένα άθλημα (Annesi, 2006 · Luszczynska, & Abraham, 2012).

Οι απόψεις του ατόμου για την αθλητική του ικανότητα διαμορφώνονται και από τις απόψεις του κοινωνικού περιβάλλοντος. Έρευνα στην οποία συμμετείχαν έφηβοι και των δύο φύλων απέδειξε ότι, η διαμόρφωση μια θετικής ή αρνητικής αυτοαντίληψης στον τομέα της αθλητικής ικανότητας, επηρεάζεται και από τον τρόπο που το περιβάλλον αντιμετωπίζει το συγκεκριμένο άτομο (Slater, & Tiggemann, 2011). Αναλυτικότερα, οι συμμετέχοντες οι οποίοι δέχονταν “πειράγματα” από τους συνομηλίκους τους για την ικανότητά τους στις αθλητικές ασκήσεις, εμφάνισαν αρνητικότερη αυτοαντίληψη και ως εκ τούτου μεγαλύτερη άρνηση για συμμετοχή στα αθλήματα.

Διαφορές μεταξύ των δύο φύλων εντοπίστηκαν και στον συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης. Όπως και στην αντίληψη της φυσικής εμφάνισης, το γυναικείο φύλο σε σύγκριση με το αρσενικό, παρατηρήθηκε να είναι πιο ευαίσθητο στις κοινωνικές επιρροές και να διαμορφώνει δυσκολότερα θετική αυτοαντίληψη για τις αθλητικές του ικανότητες (Haugen, Safvendom. & Ommundsen, 2011 · Slater, & Tiggemann, 2011).

Καταλήγουμε, λοιπόν, στο συμπέρασμα ότι, η ικανότητα και η επιτυχία του ατόμου στα αθλήματα, αλλά και οι εκτιμήσεις του κοινωνικού περιβάλλοντος επιδρούν σημαντικά στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης, ενώ ταυτόχρονα καθορίζουν την συμμετοχή ή αποχή του ατόμου από τις αθλητικές δραστηριότητες. Επίσης, παρατηρούνται διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, με το γυναικείο να επηρεάζεται περισσότερο από τις εκτιμήσεις του περιβάλλοντος και συνεπώς να διαμορφώνει αρνητικότερες αντιλήψεις.



A.2.2.5.5. Διαγωγή-Συμπεριφορά

Ως συμπεριφορά χαρακτηρίζεται η αντίδραση του οργανισμού σε κάποια ερεθίσματα, εσωτερικά ή εξωτερικά, εκούσια ή ακούσια. Η σωστή συμπεριφορά καθορίζεται από τους κοινωνικούς κανόνες και αποκτάται ή μαθαίνεται από το άτομο κατά τη διάρκεια της ανάπτυξής του μέσα από την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον του.

Η άποψη που έχει το άτομο για την συμπεριφορά του συνιστά έναν συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης. Σύμφωνα με την Μακρή-Μπότσαρη (2001), η κατηγορία της αυτοαντίληψης που αφορά τη διαγωγή-συμπεριφορά αναφέρεται στην αντίληψη του ατόμου για τον βαθμό που ίδιο το άτομο θεωρεί ότι συμπεριφέρεται σωστά. Οι απόψεις, δηλαδή, του ατόμου για τον τρόπο που μιλά και επικοινωνεί με τους γύρω του, αναφέρονται στον τομέα της αυτοαντίληψης, *διαγωγή-συμπεριφορά*.

Ο βαθμός της αυτοαντίληψης στον τομέα αυτό χρήζει τεράστιας σημασίας. Σύμφωνα με τους ειδικούς, η αυτοαντίληψη του ατόμου για τη διαγωγή και τη συμπεριφορά του καθορίζει σημαντικά τον τρόπο ζωής και τις επιλογές του. Πρόσφατη έρευνα, στην οποία εξετάστηκαν συνολικά 277 έφηβοι, απέδειξε ότι, η αντίληψη του ατόμου για την συμπεριφορά του διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο για την ανάπτυξη παραβατικής συμπεριφοράς (Ybrandt, 2008). Συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε ότι, η υψηλή αυτοαντίληψη στον τομέα αυτό, αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην εκδήλωση παραβατικής συμπεριφοράς, σε αντίθεση με τα χαμηλά επίπεδα αυτοαντίληψης τα οποία συμβάλλουν στην εκδήλωση προβλημάτων συμπεριφοράς. Τα συμπεράσματα αυτά επιβεβαιώνονται και από αντίστοιχη έρευνα, η οποία καταδεικνύει την σημαντικότητα της υψηλής αυτοαντίληψης κατά της λήψης αλκοολούχων ποτών (Dudovitz, Li, & Chung, 2013).

Όσον αφορά τις αντιλήψεις των ατόμων για την συμπεριφορά και την διαγωγή τους παρατηρήθηκε σημαντική διαφορά ανάλογα με το φύλο. Η Harter (1985, όπ. αναφ. στο Σαμιωτάκης, 2004), εντόπισε υψηλότερη αυτοαντίληψη των κοριτσιών, καθώς παρατηρούν τους εαυτούς τους να εκδηλώνουν καλύτερους τρόπους συμπεριφοράς από τα αγόρια.



Από όσα αναφέρθηκαν καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι, ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά τη διαγωγή και τη συμπεριφορά, περιλαμβάνει απόψεις του ατόμου για τη συμπεριφορά που εκδηλώνει στους γύρω του. Ο βαθμός της αυτοαντίληψης καθορίζει τις επιλογές και την ζωή του ατόμου, καθώς παρατηρείται η υψηλή αυτοαντίληψη να αποτελεί προστατευτικό παράγοντα κατά των προβληματικών συμπεριφορών, σε αντίθεση με τις αρνητικές αντιλήψεις για τη διαγωγή και τη συμπεριφορά.

A.3. Αυτοεκτίμηση

A.3.1. Ορισμός

Όπως έχει ήδη αναφερθεί, η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση αποτελούν τις δύο κύριες όψεις του εαυτού. Στην προηγούμενη ενότητα πραγματοποιήθηκε περιγραφή της έννοιας της αυτοαντίληψης, καθώς και των επιμέρους τομέων της. Στην παρούσα ενότητα θα γίνει προσπάθεια προσέγγισης της αυτοεκτίμησης, του περιεχομένου, της ανάπτυξης αλλά και της λειτουργίας της έννοιας αυτής.

Αξίζει αρχικά να γίνει σαφές και να τονιστεί το γεγονός ότι, οι έννοιες της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης αποτελούν δύο διακριτές έννοιες και δεν θα πρέπει να συγχέεται το νόημά τους. Σύμφωνα με τον Σαμιωτάκη (2004), η αυτοαντίληψη είναι η περιγραφική όψη του εαυτού και περιλαμβάνει αντιλήψεις, απόψεις και πεποιθήσεις του ατόμου για τις πλευρές της προσωπικότητάς του, τις ικανότητες και τις δεξιότητες, τις αδυναμίες, τα σωματικά του γνωρίσματα, τα συναισθήματα και τις αξίες του. Η αυτοεκτίμηση, αποτελεί την αξιολογική-συναισθηματική όψη του εαυτού και αναφέρεται στις απόψεις του ατόμου για την συνολική του εικόνα, για την αξία του και την επάρκειά του.

Αναλυτικότερα, η *αυτοεκτίμηση (self-esteem)* είναι μία αξιολογική στάση του ατόμου προς τον εαυτό του και αντιπροσωπεύει το βαθμό στον οποίο το άτομο πιστεύει ότι είναι ικανό, σημαντικό, επιτυχημένο και άξιο (Μακρή-Μπότσαρη, 2001). Ένας ακόμα ορισμός που θα μπορούσε να προσεγγίσει την έννοια της αυτοεκτίμησης είναι αυτός που έδωσε ο Branden (1992, σελ.18), σύμφωνα με τον οποίο η αυτοεκτίμηση αναφέρεται «στη διάθεση αντιμετώπισης του εαυτού ως επαρκή να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις της ζωής και ως άξιο ευτυχίας». Με άλλα λόγια η



αυτοεκτίμηση είναι η στάση που διατηρεί το άτομο προς τον εαυτό του. Βάσει των ορισμών αυτών που δόθηκαν με σκοπό την περιγραφή του περιεχομένου της έννοιας της αυτοεκτίμησης, καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι, η έννοια αυτή αναφέρεται στη στάση που κρατά το άτομο για τον εαυτό του, στην αντίληψη που έχει συνολικά για τον εαυτό του, στην αίσθηση της γενικότερης αυταξίας του.

Εν περιλήψει, κατανοούμε ότι, η αυτοεκτίμηση και η αυτοαντίληψη αποτελούν τις δύο όψεις του εαυτού. Οι δύο έννοιες αυτές αφορούν την αυτό-αξιολόγηση του ατόμου, δηλαδή, την διαδικασία αξιολόγησης των χαρακτηριστικών του εκ μέρους του ίδιου του ατόμου. Ωστόσο, το περιεχόμενό τους δεν θα πρέπει να συγχέεται, καθώς η αυτοεκτίμηση περιλαμβάνει αντιλήψεις για την γενικότερη αυταξία του, τον βαθμό, δηλαδή, που θεωρεί τον εαυτό του ικανό και αξιόπαινο, ενώ η αυτοαντίληψη περιλαμβάνει αντιλήψεις για την ικανότητά του σε συγκεκριμένους τομείς και καταστάσεις.

A.3.2. Συνιστώσες αυτοεκτίμησης-Αυτοσεβασμός και Αυτεπάρκεια

Η αυτοεκτίμηση διαθέτει συγκεκριμένες πτυχές η λειτουργία των οποίων επηρεάζει κατά πολύ την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης. Σύμφωνα με τον Branden (1992), οι πτυχές της αυτοεκτίμησης αναφέρονται στις έννοιες της *αυτεπάρκειας*(*self-efficacy*) και του *αυτοσεβασμού*(*self-respect*).

Συγκεκριμένα, η έννοια του *αυτοσεβασμού* αναφέρεται στην διασφάλιση της αξίας του, στη διεκδίκηση των επιθυμιών του και στην αίσθηση ότι η χαρά και η ευτυχία είναι ένα αναφαίρετο δικαίωμά του (Branden, 1992). Αυτοσεβασμός δηλαδή, είναι ο σεβασμός που δείχνει το άτομο στον εαυτό του, στις επιθυμίες του και στην αξία του.

Η *αυτεπάρκεια*, όπως έχει αναφερθεί και στην ενότητα της αυτοαντίληψης αφορά την αντίληψη του ατόμου για την αποτελεσματικότητά του και περιλαμβάνει απόψεις για την ικανότητα επιτυχίας σε μία συγκεκριμένη εργασία. Έτσι, σύμφωνα με τους Perlin και John (2001, σελ.531), η αίσθηση της αυτεπάρκειας είναι «η αντίληψη που έχουμε για την ικανότητά μας να αντιμετωπίζουμε συγκεκριμένες καταστάσεις».

Επομένως, κατανοούμε ότι, ο αυτοσεβασμός και η αυτεπάρκεια αποτελούν δύο λειτουργίες οι οποίες συμβάλλουν ουσιαστικά στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης



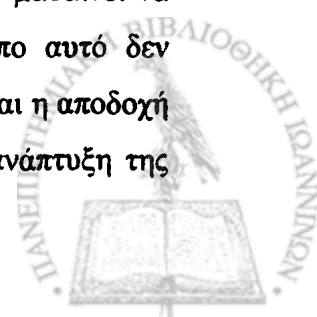
και ακολούθως στον καθορισμό της συμπεριφοράς. Η υψηλή αίσθηση αυτεπάρκειας και αυτοσεβασμού συνδέονται με την υψηλή αυτοεκτίμηση και επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τις επιλογές και τη στάση ζωής του ατόμου. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν διάφορες επιστημονικές έρευνες. Συγκεκριμένα, μελέτη στην οποία συμμετείχαν μαθητές Λυκείου απέδειξε ότι, η αίσθηση της αυτεπάρκειας ως πτυχή της αυτοεκτίμησης καθορίζει το βαθμό συμμετοχής των μαθητών στις σχολικές εργασίες αλλά και τις σχολικές τους επιδόσεις (Zuffian, Alessandri, Gerbino, Kanacri, Di Giunta, Milioni, & Carraja, 2013). Εκτός από τη συμπεριφορά απέναντι στις σχολικές απαιτήσεις, η αυτεπάρκεια καθορίζει και την γενικότερη συμπεριφορά. Συγκεκριμένα, αποδείχτηκε ότι, η αυτοεκτίμηση και η αυτεπάρκεια επιδρά σε μεγάλο βαθμό στην ανάπτυξη των κοινωνικών σχέσεων αλλά και αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην εμφάνιση κοινωνικού άγχους (Ruby, Davis, & Matthews, 2012 · Rodenbaugh, 2006).

Συμπερασματικά, η αυτοεκτίμηση, η αντίληψη δηλαδή του ατόμου για την συνολική του αξία σχετίζεται άμεσα με τον βαθμό της αυτεπάρκειας και του αυτοσεβασμού. Η αίσθηση του ατόμου για την αποτελεσματικότητά του και ο σεβασμός που δείχνει στον εαυτό του συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης και συνεπώς στον καθορισμό της συμπεριφοράς και του τρόπου ζωής του.

A.3.3. Ανάπτυξη αυτοεκτίμησης

Η αυτοεκτίμηση, η άποψη του ατόμου για την αξία του, η εκτίμηση που δείχνει προς το πρόσωπό του αποτελεί μια σύνθετη λειτουργία του οργανισμού η οποία επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες. Η ανάπτυξή της προϋποθέτει μια σειρά κατάλληλων συνθηκών και επιδράσεων.

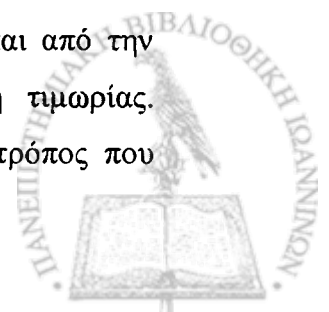
Σύμφωνα με την Youngs (1992), η ανάπτυξη μιας υψηλής αυτοεκτίμησης εξαρτάται από συνολικά έξι παράγοντες: η αίσθηση της σωματικής αλλά και της συναισθηματικής ασφάλειας, η αυτογνωσία, η αίσθηση του “ανήκειν”, η αυτεπάρκεια και ο καθορισμός ενός στόχου. Αναλυτικότερα, όπως η ίδια η συγγραφέας αναφέρει, όταν το άτομο βρίσκεται σε ένα περιβάλλον στο οποίο αισθάνεται ασφάλεια και νιώθει ότι δεν απειλείται αφενός σωματικά, αφετέρου συναισθηματικά μαθαίνει να εμπιστεύεται τους άλλους, και σταδιακά εκδηλώνεται. Με τον τρόπο αυτό δεν διστάζει να συλλέξει εμπειρίες. Η αίσθηση αυτή του “ανήκειν”, καθώς και η αποδοχή και η αναγνώριση που βιώνει από το περιβάλλον του βοηθούν στην ανάπτυξη της



αυτογνωσίας και της αυτεπάρκειας. Το άτομο, δηλαδή, μαθαίνει για τον εαυτό του και διαμορφώνει θετική άποψη για τις ικανότητές του. Μέσω της θετικής αντίληψης του εαυτού του θα θέσει στόχους και θα προσπαθήσει να τους επιτύχει, γεγονός που συμβάλλει στην εξέλιξή του και συνεπώς στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης. Διαπιστώνεται επομένως, ότι οι παράγοντες που αναφέρθηκαν αποτελούν αλληλένδετες προϋποθέσεις, για την ανάπτυξη μιας θετικής αυτοεκτίμησης.

Καταλήγουμε, λοιπόν, στο συμπέρασμα ότι, η συμβολή του πλαισίου είναι υψίστης σημασίας. Το κοινωνικό περιβάλλον και ιδιαίτερα οι «σημαντικοί άλλοι» διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο. Το πιο εγγές κοινωνικό περιβάλλον αποτελεί η *οικογένεια*, καθώς είναι η πρώτη ομάδα στην οποία εντάσσεται το άτομο κατά την γέννησή του. Μέσω της αλληλεπίδρασης με τα άτομα της οικογένειας αποκτώνται βιώματα και υιοθετούνται συμπεριφορές και πρότυπα. Έτσι, δεν μπορεί να παραβληθεί η επίδρασή της-ιδιαίτερα στα πρώτα κρίσιμα χρόνια της ανάπτυξης-στον καθορισμό της αυτοεκτίμησης. Συγκεκριμένα, τα παιδιά μέσα από τα βιώματα που συλλέγουν μέσα από τη σχέση τους με την οικογένεια, μαθαίνουν να αξιολογούν τον εαυτό τους, οι οποίες αυτό-αξιολογήσεις πραγματοποιούνται βάσει των εκτιμήσεων που κάνουν οι άλλοι για τα ίδια τα παιδιά.

Σ' αυτό έγκειται και η άποψη του Rogers για την σημασία της ανεπιφύλακτης θετικής αναγνώρισης. Η ανεπιφύλακτη θετική αναγνώριση και η αποδοχή διαμορφώνουν ένα άτομο που δέχεται τα βιώματά του και δεν τα απορρίπτει για να μην χάσει την αγάπη των σημαντικών προσώπων της ζωής του και ακολούθως αναπτύσσει υψηλή αυτοεκτίμηση, η οποία σταδιακά τον καθιστά ανεξάρτητο από την εξωτερική αναγνώριση (Μπρούζος, 2004). Με άλλα λόγια η αποδοχή και η αναγνώριση εκ μέρους της οικογένειας συμβάλλει στο να αποδεχτεί το άτομο τον εαυτό του και ακολούθως να διαμορφώσει υψηλή αυτοεκτίμηση. Η αποδοχή σύμφωνα με τους McKay και Fanning (1992) μπορεί να επιτευχθεί ενισχύοντας την ίδια την πράξη και την προσπάθεια χωρίς να δίνεται βάρος στο αποτέλεσμα. Επίσης, τονίζει ότι, σε περίπτωση που το άτομο κάνει κάτι το οποίο δεν εγκρίνεται από την οικογένεια τότε η παρατήρηση θα πρέπει να γίνεται για την συγκεκριμένη συμπεριφορά και όχι για το ίδιο το πρόσωπο. Επίσης, η επίδραση του οικογενειακού περιβάλλοντος στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης πραγματοποιείται και από την μίμηση των προτύπων αλλά και την επικοινωνία και την επιβολή τιμωρίας. Συγκεκριμένα, καθώς οι γονείς αποτελούν πρότυπα για τα παιδιά, ο τρόπος που



αντιμετωπίζουν οι ίδιοι τον εαυτό τους επηρεάζει την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης των παιδιών τους (McKay, & Fanning, 1992). Για παράδειγμα, γονείς που δεν σέβονται τον εαυτό τους, δεν συμβάλλουν στην διαμόρφωση αυτοσεβασμού εκ μέρους των παιδιών τους. Παράλληλα, και η επικοινωνία και η δίκαιη επιβολή των τιμωριών στα παιδιά διαδραματίζει επίσης, σημαντικό ρόλο (Kramer, & Frazer, 1990).

Στα σημαντικά πρόσωπα της ζωής εντάσσονται και οι εκπαιδευτικοί των οποίων η στάση επηρεάζει την διαμόρφωση της εκτίμησης του ατόμου για το πρόσωπό του. Αναλυτικότερα, η ανάπτυξη μιας υψηλής αυτοεκτίμησης επιτυγχάνεται και από τους εκπαιδευτικούς, οι οποίοι όταν βοηθούν τους μαθητές να πιστέψουν στον εαυτό τους, όταν τους αποδέχονται και στηρίζουν τις προσπάθειές τους, ενισχύουν την αίσθηση ότι είναι αξιόλογοι και μπορούν να θέσουν στόχους και να πετύχουν (Youngs, 1992). Εφόσον οι εκπαιδευτικοί διατηρούν ενισχυτική στάση απέναντι στους μαθητές, δεν επικεντρώνονται μόνο στα λάθη και δεν διατηρούν συνεχώς αρνητικές προσδοκίες, έχουν τη δυνατότητα να συμβάλλουν στην θετική αυτοεκτίμηση των μαθητών τους (Popkin, 1994). Βέβαια, αξίζει να σημειωθεί ότι, δεν βοηθά ο έπαινος της σωστής επίδοσης και η απόκρυψη των λαθών. Αυτό που χρειάζεται είναι η υποστήριξη και η ενίσχυση της ίδιας της διαδικασίας της μάθησης (Dweck, 2000, Mecca, Smelser, & Vasconcellos, 1989).

Συνεχίζοντας δεν θα μπορούσαμε να μην αναφερθούμε και στην συμβολή των *συνομηλικών*. Σύμφωνα με τον Τάνο (1985), το άτομο εσωτερικεύει ιδέες και στάσεις που εκφράζουν τα άτομα του κοινωνικού περιβάλλοντος για τον ίδιο και στη συνέχεια τις εκλαμβάνει ως δικές του, με αποτέλεσμα ο βαθμός της αυτοεκτίμησής του να καθορίζεται από τον βαθμό της προσοχής και του ενδιαφέροντος των υπολοίπων. Η υψηλή αυτοεκτίμηση επομένως, καθορίζεται από την υψηλή αποδοχή και τις θετικές αντιλήψεις των συνομηλικών, ενώ αντίθετα η απόρριψη συνδέεται με χαμηλή εκτίμηση του εαυτού. Έρευνα εντόπισε ότι, οι αντιλήψεις των συμμαθητών και των φίλων συμβάλλουν στην ανάπτυξη μιας θετικής ή αρνητικής αυτοεκτίμησης, καταδεικνύοντας με τον τρόπο αυτό τον ρόλο των φίλων (Tarrant, MacKenzie, & Hewitt, 2006).

Τέλος, η διαμόρφωση της άποψης που έχει το κάθε άτομο για τον εαυτό του επηρεάζεται και από δημογραφικούς παράγοντες, όπως είναι το φύλο, η ηλικία αλλά



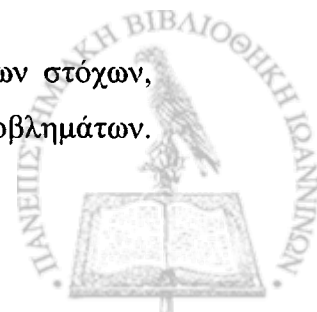
και η σειρά γέννησής του στην οικογένεια. Συγκεκριμένα, ως προς το φύλο φαίνεται πως το γυναικείο φύλο συγκεντρώνει χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης σε σύγκριση με το ανδρικό (Kearney-Cooke, 1999 · Τάνος, 1985 · Σάμπαλη, 2008). Η ηλικία αποτελεί επίσης παράγοντα διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης. Με την πάροδο του χρόνου, τα παιδιά διαμορφώνουν σταδιακά πιο πολύπλοκη άποψη για τον εαυτό τους. Ενώ σε μικρότερη ηλικία διατηρούσαν απόψεις που αφορούσαν σε γενικά χαρακτηριστικά, κατά την ανάπτυξή τους συντελείται στροφή προς τον εσωτερικό εαυτό και αυξάνονται οι αναφορές σε ψυχολογικά χαρακτηριστικά (Λεονταρή, 1996, όπ. αναφ. στο Χατζηγεωργιάδου, 2007). Παρατηρείται επομένως, με την ανάπτυξη του ατόμου αλλαγή του τρόπου διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, με τους γενικούς αξιολογικούς όρους να αντικαθιστώνται από ψυχολογικά χαρακτηριστικά. Ακόμη, όπως διαπιστώνεται από τους ερευνητές, η σειρά γέννησης στην οικογένεια και ο αριθμός των αδελφών αποτελούν έναν ακόμα παράγοντα. Τα μοναχοπαίδια και τα πρωτότοκα παιδιά φαίνεται να διαθέτουν την υψηλότερη αυτοεκτίμηση, σε σύγκριση με τα παιδιά που γεννιούνται έπειτα (Kidwell, 1982 · Σαμιωτάκης, 2004). Ωστόσο, από έρευνά της η Κοντοπούλου-Κοκκινάκη (1990) δεν εντόπισε διαφορές στην αυτοεκτίμηση λόγω της σειράς γέννησης και του αριθμού των αδελφών.

Ολοκληρώνοντας, από τη θεωρητική ανασκόπηση συμπεραίνουμε ότι, η άποψη που αποκτά το άτομο για την αξία του επηρεάζεται από την αντίληψη, τη συμπεριφορά και τη στάση του κοινωνικού περιβάλλοντος και ιδιαίτερα των σημαντικών προσώπων, όπως είναι οι γονείς, οι εκπαιδευτικοί και οι φίλοι. Η διαμόρφωση εκ μέρους τους ενός κλίματος αποδοχής, σεβασμού, ενίσχυσης και ασφάλειας αποτελεί την προϋπόθεση για την ανάπτυξη θετικής αυτοεκτίμησης και συνεπώς καθορίζει τον τρόπο ζωής του ατόμου.

A.3.4. Σπουδαιότητα αυτοεκτίμησης

«Η αυτοεκτίμηση δεν εγγυάται την ευτυχία, αλλά είναι δύσκολο να πετύχεις χωρίς αυτό» (Kramer, & Frazer, 1990, σελ.7). Σ' αυτό το γεγονός έγκειται και η σπουδαιότητα του τρόπου με τον οποίο βλέπει κανείς τον εαυτό του. Ο βαθμός της αυτοεκτίμησης μπορεί να επηρεάσει τις επιλογές, τη συμπεριφορά και γενικότερα τον τρόπο ζωής του ατόμου.

Αναλυτικότερα, η αυτοεκτίμηση συνδέεται με τον καθορισμό των στόχων, την ανάληψη ρίσκων, τη λήψη αποφάσεων και την αντιμετώπιση προβλημάτων.



Σύμφωνα με τον Branden (1992), ο καθορισμός απαιτητικών στόχων και η ανάληψη υψηλών ρίσκων συνδέεται με αυξημένα επίπεδα αυτοεκτίμησης, ενώ ταυτόχρονα την ενισχύουν. Αντίθετα, ο φόβος καθορισμού υψηλών στόχων και ρίσκων και ο περιορισμός στο γνώριμο και στο πεπατημένο συνδέεται με χαμηλά επίπεδα αυταξίας και παράλληλα ενισχύει την αρνητική άποψη του ατόμου για τον εαυτό του. Επίσης, όπως ο ίδιος ο Branden (1992) αναφέρει, η λήψη των αποφάσεων και η αντιμετώπιση των προβλημάτων επηρεάζεται από την θετική ή την αρνητική εικόνα για τον εαυτό. Συγκεκριμένα, υποστηρίζει ότι, ένας από τους σημαντικότερους λόγους της αποτυχίας αποτελεί η αδυναμία λήψης σωστών αποφάσεων αλλά και αποτελεσματικής αντιμετώπισης των προβλημάτων. γεγονός που σχετίζεται με την χαμηλή αυτοεκτίμηση. Στην αντίθετη περίπτωση το άτομο καταφέρνει να προσεγγίσει διαφορετικά τα προβλήματα και να λάβει πιο αποτελεσματικές αποφάσεις, καθώς δεν διακατέχεται από αρνητικές σκέψεις για τον εαυτό του.

Από την άποψη αυτή του Branden, κατανοούμε ότι η γενική αντίληψη του ατόμου για την αξία του, η αίσθηση επάρκειάς του, όσον αφορά τον καθορισμό των στόχων και την αντιμετώπιση διαφόρων καταστάσεων, επηρεάζει τη συμπεριφορά του και τον τρόπο ζωής του. Ακολούθως, δεν θα μπορούσαμε να παραβλέψουμε και την επίπτωση της αυτοεκτίμησης στη σχολική επίδοση. Η θετική όψη του εαυτού δημιουργεί υψηλά κίνητρα, μεγαλύτερη καταβολή προσπάθειας και περισσότερες πιθανότητες επιτυχίας και εξέλιξης (Τάνος, 1985). Σύμφωνα με πορίσματα επιστημονικών ερευνών ο καθορισμός απαιτητικών στόχων και η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελούν προβλεπτικό παράγοντα ακαδημαϊκής επιτυχίας και υψηλής σχολικής επίδοσης (Pullmann, & Allik, 2008 · Rahmani, 2011). Συγκεκριμένα, ένας μαθητής με υψηλή αυτοεκτίμηση είναι πρόθυμος να δοκιμάσει νέα πράγματα και να δεχθεί νέες προκλήσεις, χωρίς να φοβάται την αποτυχία γιατί σε περίπτωση λάθους χρησιμοποιεί αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης και το αντιμετωπίζει ως ευκαιρία για βελτίωση (Youngs, 1992). Αντίθετα, ένας μαθητής με αρνητική εικόνα για την αξία του συχνά απέχει από τις σχολικές δραστηριότητες για τον λόγο ότι, δεν εμπιστεύεται τον εαυτό του, θεωρεί δεδομένη την αποτυχία, την αποδίδει στην αξία του και την εκλαμβάνει ως προσωπική του αποτυχία και όχι ως ευκαιρία για βελτίωση.

Καθώς η αυτοεκτίμηση επιδρά στον τρόπο ζωής του ατόμου και στον τρόπο που αντιδρά απέναντι στις σχολικές απαιτήσεις λογικό επακόλουθο είναι να



επηρεάζει και την ανάπτυξη των κοινωνικών σχέσεων. «Ο μαθητής που σκέφτεται θετικά για τον εαυτό του έχει μεγαλύτερη ευκολία στις κοινωνικές σχέσεις, ενώ ο μαθητής που βιώνει ανασφάλεια και θεωρεί τον εαυτό του ανεπαρκή, απέχει με σκόπο να αποφύγει την ταπείνωση και την απόρριψη» (Youngs, 1992, σελ.88). Συνεπώς, η έλλειψη αυτοσεβασμού και η αρνητική άποψη για τον εαυτό στερεί την ευκαιρία από το άτομο να αναπτύξει κοινωνικές σχέσεις, να βιώσει συναισθήματα, να αποκτήσει εμπειρίες, να γνωρίσει τον εαυτό του μέσα από αυτές και γενικότερα να εξελιχθεί. Άλλωστε, όπως αναφέρει ο Τάνος (1985, σελ.48-49), «η ψυχολογική κατάσταση του αυτοσεβασμού δηλώνει την έλλειψη ανησυχίας, την απουσία συγκρούσεων, την εσωτερική ευφορία, αλλά και διευκολύνει την έκφραση αγάπης προς τους άλλους και την ανάπτυξη άνετων διαπροσωπικών σχέσεων». Βέβαια, η υψηλή αυτοεκτίμηση δεν βοηθά μόνο στην ανάπτυξη των κοινωνικών σχέσεων αλλά και στην προστασία του ατόμου από τις κακές επιρροές του περιβάλλοντος και αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην ανάπτυξη παραβατικής συμπεριφοράς. Συγκεκριμένα, έρευνες που διεξήχθησαν σε εφήβους και φοιτητές διαπίστωσαν ότι, τα υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης συνδέονταν με χαμηλή κατανάλωση αλκοολούχων ποτών, σε αντίθεση με την χαμηλή αυτοεκτίμηση η οποία συνοδευόταν με κατανάλωση περισσότερης ποσότητας αλκοόλ, ως αποτέλεσμα ανάγκης ενίσχυσης της αποδοχής από τους συνομηλίκους (DeHart, Tennen, Armeli, Todd, & Mohr, 2009 · Yang, Schaninger, & Laroche, 2013).

Κατανοούμε επομένως από όσα αναφέρθηκαν τη σπουδαιότητα της υψηλής αυτοεκτίμησης. Η θετική όψη του εαυτού, η υψηλή αντίληψη της γενικότερης αξίας επηρεάζουν τον τρόπο που το άτομο συμπεριφέρεται στο σχολικό-εργασιακό του περιβάλλον αλλά και στις διαπροσωπικές του σχέσεις, εξασφαλίζοντας τη συμμετοχή του σε διάφορου είδους καταστάσεις αλλά και την εξέλιξη του μέσα από αυτές. Αντιθέτως, η αρνητική αυτοεκτίμηση εμποδίζει το άτομο να βιώσει τις καταστάσεις αυτές, να θέσει υψηλούς στόχους και συνεπώς παραμένει στάσιμο και ζει διαρκώς με τον φόβο της απόρριψης και της αποτυχίας. Με άλλα λόγια, η αυτοεκτίμηση προάγει την ποιότητα ζωής του ατόμου και συμβάλλει στην υγιή ανάπτυξη και εξέλιξη της προσωπικότητάς του.



A.4. Σύνοψη κεφαλαίου

Ο εαυτός είναι ένα οργανωμένο σύνολο λειτουργιών της προσωπικότητας. Τις δύο κύριες όψεις του εαυτού αποτελούν η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση. Οι έννοιες αυτές ενέχουν το στοιχείο της αυτό-αξιολόγησης, ωστόσο διαφέρουν ως προς το περιεχόμενό τους.

Κύριες συνιστώσες των εννοιών της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης αποτελούν η έννοια της αυτεπάρκειας, η οποία περιλαμβάνει πεποιθήσεις για την ικανότητα επιτυχίας και διεκπεραίωσης μίας συγκεκριμένης δραστηριότητας, αλλά και η έννοια του αυτοσεβασμού, η οποία δηλώνει τον βαθμό σεβασμού που εκδηλώνει το άτομο προς το πρόσωπό του.

Για την ανάπτυξη του εαυτού και των όψεών του καθοριστικός παράγοντας αποτελεί το κοινωνικό περιβάλλον και συγκεκριμένα, οι σημαντικοί άλλοι, τα άτομα δηλαδή, τα οποία θεωρούνται πολύ σημαντικά για το άτομο. όπως η οικογένεια, οι εκπαιδευτικοί και οι φίλοι. Η καθοριστική συμβολή τους οφείλεται στην ανάγκη του ατόμου για αποδοχή. Εάν το περιβάλλον εκδηλώνει συμπεριφορά μη αποδοχής ή αποδοχής υπό όρους-όπως όρισε ο Rogers (όπ. αναφ. στο Μπρούζος, 2004)- εάν προσφέρει συνεχώς εμπειρίες απόρριψης, τότε το άτομο αφομοιώνει τις αρνητικές αντιλήψεις των γύρων του και τις εκλαμβάνει ως δικές του. Αποτέλεσμα είναι η δημιουργία αρνητικής αυτοαντίληψης και αυτοεκτίμησης. Έτσι, μέσω της αποδοχής, της ενίσχυσης και της επιβράβευσης της προσπάθειας και όχι μόνο του αποτελέσματος, συμβάλλουμε στην ανάπτυξη μιας υψηλής αυτοαντίληψης και αυτοεκτίμησης.

Ως επακόλουθο της θετικής άποψης για τον εαυτό είναι η υγιή ανάπτυξη της προσωπικότητας, η δημιουργία ενός χαρακτήρα ο οποίος θέτει υψηλούς στόχους, επιδιώκει τη βελτίωσή του, χρησιμοποιεί αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης των προβλημάτων και χρησιμοποιεί τα λάθη του ως μέσο εξέλιξης. Δε φοβάται να προσπαθήσει, δεν ζει με το άγχος της απόρριψης, και καθορίζει τη ζωή του όπως εκείνος επιλέγει. Αλληλεπιδρά με άλλα άτομα και αναπτύσσει σταθερές σχέσεις. Σέβεται τους γύρω του γιατί έχει μάθει να σέβεται τον εαυτό του, αγαπά και αποδέχεται γιατί έχει μάθει να δέχεται αγάπη και αποδοχή.



B. Μοναξιά και Κοινωνική Δυσσάρεσκεια

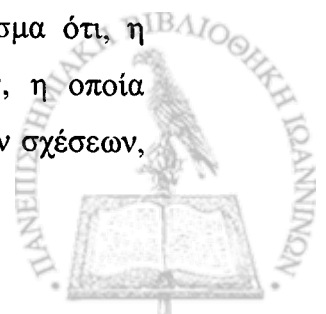
B.1. Η έννοια της Μοναξιάς

B.1.1. Ορισμός

Η μοναξιά (*loneliness*) είναι ένα συναίσθημα το οποίο όλοι κατά καιρούς σε διαφορετικό βαθμό και συχνότητα έχουμε βιώσει. Είναι εκείνη η κατάσταση η οποία συνοδεύεται από αρνητικά συναισθήματα, όπως λύπη και απογοήτευση, λόγω της ανεκπλήρωτης ανάγκης για μια αληθινή κοινωνική σχέση, για μια σχέση στην οποία μπορούμε να επενδύσουμε και να στηριχτούμε. Ωστόσο, οφείλουμε να προσεγγίσουμε επιστημονικά την έννοια της μοναξιάς και να της αποδώσουμε δόκιμους ορισμούς. Πολλοί ερευνητές και ειδικοί έχουν ασχοληθεί με την έννοια αυτή και την έχουν ορίσει ως εξής:

- «Η μοναξιά είναι μια εξαιρετικά δυσάρεστη και κινητήρια εμπειρία, που συνοδεύεται με την ανεπαρκή εκπλήρωση της ανάγκης για ανθρώπινη οικειότητα, για διαπροσωπική οικειότητα» (Sullivan, 1953, σελ. 290, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012, σελ.426)
- «Μοναξιά είναι η δυσάρεστη εμπειρία που βιώνει το άτομο όταν το δίκτυο των κοινωνικών του σχέσεων είναι ελλιπές κατά κάποιο σημαντικό τρόπο, ποσοτικά ή ποιοτικά» (Perlau, & Perlmann, 1982, σελ.31, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012, σελ.426)
- «Η μοναξιά είναι ένα πολυδιάστατο φαινόμενο ποικίλης έντασης και για διαφορετικά αίτια και περιστάσεις. Η μοναξιά ενός παιδιού που έχασε τη μητέρα του βιώνεται διαφορετικά από τη μοναξιά του παιδιού που δεν έχει φίλους» (Heinrich, & Gullone, 2006 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011)
- «Αποτελεί βασικό μηχανισμό που αναπτύχθηκε κατά τη φυλογένεση για να προάγει την εγγύτητα μεταξύ των ανθρώπων, καθώς αποτελεί το βασικό κίνητρο για την ανάπτυξη της ανθρώπινης επαφής» (Cacioppo, & Patrick, 2008, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012, σελ.425)

Από τους ορισμούς που αναφέραμε καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι, η μοναξιά είναι η αίσθηση απομόνωσης από το κοινωνικό περιβάλλον, η οποία προκύπτει από ανεπαρκή εκπλήρωση της ανάγκης για σύναψη κοινωνικών σχέσεων,



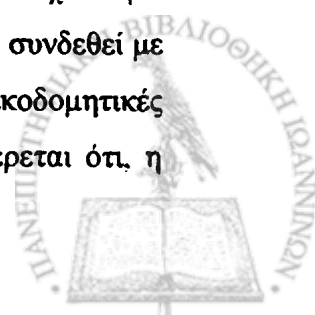
λόγω ποιοτικής ή ποσοτικής έλλειψης στις σχέσεις αυτές. Βιώνεται σε διαφορετική ένταση και συχνότητα και για διαφορετικά αίτια και περιστάσεις.

Όσον αφορά την έννοια της κοινωνικής δυσαρέσκειας, από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας δεν έχει εντοπιστεί σαφής διάκριση μεταξύ των εννοιών της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Ωστόσο, η κοινωνική δυσαρέσκεια θα μπορούσε να αναφέρεται στη γνωστική διάσταση της μοναξιάς, η οποία σύμφωνα με την Γαλανάκη (2008), εκλαμβάνεται ως την αντίληψη των ελλειμμάτων στις διαπροσωπικές σχέσεις, όπως είναι η απουσία συντροφικότητας, η αίσθηση του ανήκειν, η συναισθηματική υποστήριξη, η αξιοπιστία στις σχέσεις και η στοργή. Η άποψη αυτή προκύπτει από τον τρόπο που άλλοι ερευνητές χρησιμοποιούν το ερωτηματολόγιο «Loneliness and Social Dissatisfaction Scale» (Cassidy, & Asher, 1992) από το οποίο προήλθε και η ελληνική προσαρμογή του ερωτηματολογίου «Κλίμακα της Μοναξιάς και της Κοινωνικής Δυσαρέσκειας των Παιδιών» (Γαλανάκη, 1999). Συγκεκριμένα, οι προτάσεις/δηλώσεις που χρησιμοποιούνται για την μέτρηση της κοινωνικής δυσαρέσκειας αντιστοιχούν σύμφωνα με τον De Roiste (1998), στην μέτρηση της κοινωνικής επάρκειας ή ανεπάρκειας, των υποκειμενικών εκτιμήσεων για την θέση του μαθητή στην ομάδα των συνομηλίκων και τη “δημοτικότητα” του και τέλος, στην μέτρηση των εκτιμήσεων σχετικά με τον βαθμό που ο μαθητής θεωρεί ότι, έχουν δημιουργηθεί σημαντικές σχέσεις. Επομένως, θα μπορούσαμε να θεωρήσουμε ότι η κοινωνική δυσαρέσκεια αφορά τη γνωστική διάσταση της μοναξιάς, σύμφωνα με την οποία το άτομο αντιλαμβάνεται ότι, δεν ικανοποιούνται βασικές του ανάγκες στα πλαίσια των κοινωνικών του σχέσεων.

B.1.2. Μόνωση, Μοναχικότητα, Μοναξιά

Οι λέξεις *μόνωση(aloneness)*, *μοναχικότητα(solitude)* και *μοναξιά(loneliness)* γραμματικά προέρχονται από την ίδια λέξη, ωστόσο, ετυμολογικά αποτελούν διακριτές έννοιες και γι’ αυτό το λόγο το περιεχόμενό τους δεν θα πρέπει να συγχέεται.

Συγκεκριμένα, σύμφωνα με την Γαλανάκη (2012), η μόνωση είναι μία αντικειμενική κατάσταση στην οποία ένα άτομο είναι μόνο του, ενώ η μοναχικότητα συνδέεται με την επιθυμία για μόνωση. Η μοναχικότητα θα μπορούσε να συνδεθεί με τη δημιουργική μόνωση, η οποία συνδέεται με δημιουργικές και εποικοδομητικές δραστηριότητες για την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Επίσης, αναφέρεται ότι, η



μοναξιά είναι η επώδυνη εμπειρία που βιώνει το άτομο με ή χωρίς την παρουσία άλλων ατόμων γύρω του. Επομένως, η μόνωση είναι η κατάσταση στην οποία το άτομο είναι μόνο του χωρίς την φυσική παρουσία άλλων ατόμων, η μοναχικότητα ή η δημιουργική μόνωση είναι η επιθυμία του ατόμου να μείνει μόνο του με σκοπό τον εποικοδομητικό χρόνο με τον εαυτό του, ενώ αντίθετα, η μοναξιά αναφέρεται στη δυσάρεστη κατάσταση η οποία προκύπτει από ανεπαρκή-ποιοτικά ή ποσοτικά-εκπλήρωση της ανάγκης για σύναψη διαπροσωπικών σχέσεων. Αυτό που θα πρέπει να κρατήσουμε για την κατανόηση της διάκρισης των εννοιών αυτών είναι ότι, η μοναχικότητα αποτελεί επιθυμία, ενώ η μοναξιά επίπονη κατάσταση και σίγουρα όχι επίλογη.

Η κατανόηση, βέβαια, της διάκρισης αυτής δεν είναι πάντα εφικτή και αυτό οφείλεται στην ηλικία του ατόμου. Σύμφωνα με την Galanaki (2004), τα παιδιά ηλικίας μέχρι 7 ετών έχουν τη δυνατότητα να αντιληφθούν τη διάκριση μεταξύ του περιεχομένου της μόνωσης και της μοναξιάς, αλλά δυσκολεύονται στη κατανόηση της έννοιας της μοναχικότητας. Αυτό οφείλεται όπως η ίδια η Γαλανάκη αναφέρει στο γνωστικό επίπεδο και στο αναπτυξιακό στάδιο των παιδιών. Σε μεγαλύτερες ηλικίες τα παιδιά μπορούν να κατανοήσουν τη διαφορά των εννοιών αυτών.

Κάθε άτομο έχει ανάγκη να περνά χρόνο με τον εαυτό του, έχει την ανάγκη της δημιουργικής μόνωσης. Επιδιώκει την ισορροπία μεταξύ των κοινωνικών του επαφών και της μοναχικότητάς του. Βέβαια, σύμφωνα με επιστημονική έρευνα υπάρχει διαφορά από άτομο σε άτομο όσον αφορά τον χρόνο που περνά μόνος του (Leary, Herbst, & McCrary, 2003). Έτσι εξετάστηκε κατά πόσο η μοναχικότητα συνδέεται με ανάγκη και απόλαυση από τις μοναχικές δραστηριότητες ή εάν αποτελεί αδυναμία απόλαυσης δραστηριοτήτων που πραγματοποιούνται με άλλα άτομα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι, όντως η μοναχικότητα συνδέεται με επιθυμία του ατόμου να περάσει εποικοδομητικό χρόνο με τον εαυτό του και όχι λόγω αδυναμίας απόλαυσης των κοινωνικών συναναστροφών. Επίσης, ο βαθμός και η συχνότητα της μοναχικότητας συνδέεται με την ηλικία. Οι έφηβοι περνούν αρκετό χρόνο μόνοι τους, κάτι που θεωρείται φυσιολογικό, καθώς προάγεται η ανάπτυξη της προσωπικότητας και της ταυτότητας, ενώ αντίθετα, στους ενήλικες ο μεγάλος βαθμός μοναχικότητας μεταφράζεται σε κακή κοινωνική προσαρμογή (Larson, 1990).



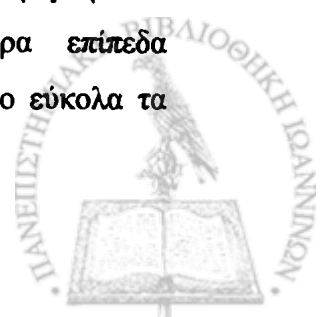
Συνοψίζοντας, η μοναξιά αποτελεί την δυσάρεστη κατάσταση που συνοδεύεται από αρνητικά συναισθήματα, ενώ η μοναχικότητα και η δημιουργική μόνωση είναι η ανάγκη για εποικοδομητικό χρόνο με τον εαυτό. Η αντίληψη της διάκρισης αυτής επιτυγχάνεται κατά την ανάπτυξη. Ο βαθμός της μοναχικότητας, ο οποίος μπορεί να μεταφραστεί σε δημιουργική μόνωση ή αντίθετα σε έλλειψη απόλαυσης από τις κοινωνικές σχέσεις, εξαρτάται από την ηλικία στην οποία βρίσκεται το άτομο.

B.1.3.Είδη μοναξιάς

Η έννοια της μοναξιάς χωρίζεται σε δύο βασικές κατηγορίες, τη *συναισθηματική (emotional)* και την *κοινωνική (social)*. Η συναισθηματική μοναξιά προκύπτει ύστερα από την απουσία ενός συναισθηματικού δεσμού, ενώ η κοινωνική μοναξιά αναφέρεται στην έλλειψη κοινωνικών δικτύων στα οποία το άτομο ανήκει, μοιράζεται κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες (Weiss, 1973 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011). Με άλλα λόγια, η συναισθηματική μοναξιά περιλαμβάνει την απουσία μιας στενής ειλικρινής και γνήσιας σχέσης και η κοινωνική την έλλειψη ένταξης σε μία ομάδα. Παρατηρούμε, λοιπόν, ότι, οι δύο αυτοί τύποι εκδηλώνονται όταν δεν πληρούνται οι ανάγκες της εγγύτητας και της αίσθησης του ανήκειν.

Με βάση τα πορίσματα επιστημονικής έρευνας, η οποία μελέτησε 396 φοιτητές, η συναισθηματική και η κοινωνική μοναξιά σχετίζονται με το συναίσθημα της δυσαρέσκειας από τη ζωή (life dissatisfaction), με την συναισθηματική μοναξιά να φαίνεται ως ισχυρότερο προβλεπτικό παράγοντα (Salimi, 2011). Επίσης, διαπιστώθηκε ότι, υπάρχει διαφορά στο φύλο αναφορικά με τη συναισθηματική μοναξιά. Τα κορίτσια εμφάνισαν χαμηλότερα επίπεδα από τα αγόρια και αυτό αποδόθηκε στο γεγονός ότι, τα κορίτσια επικοινωνούν περισσότερο τα συναισθήματά τους, είναι περισσότερο συζητήσιμες και αυτό-αποκαλυπτικές, άρα και με χαμηλότερη αίσθηση απουσίας στενών και έμπιστων σχέσεων.

Συμπερασματικά, η βίωση της μοναξιάς αναφέρεται είτε στην απουσία συναισθηματικού δεσμού, είτε στην έλλειψη αίσθησης του ανήκειν. Οι δύο αυτές κατηγορίες επιδρούν αρνητικά στην ικανοποίηση του ατόμου από τη ζωή του. Ωστόσο, το γυναικείο φύλο παρατηρείται να έχει χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής μοναξιάς, λόγω του ότι οι γυναίκες επικοινωνούν πιο εύκολα τα



συναισθήματά τους, γεγονός που συμβάλλει στην ανάπτυξη συναισθηματικού δεσμού.

B.1.4. Αντίληψη μοναξιάς και κοινωνικής δυσaréσκειας

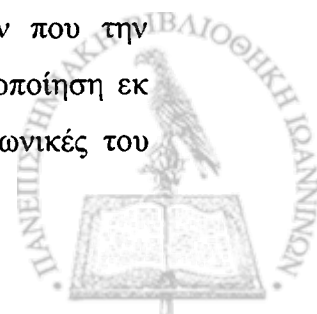
Η μοναξιά αποτελεί ένα πολυδιάστατο φαινόμενο και βίωμα. Ο τρόπος με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται την μοναξιά αναφέρεται στο πλαίσιο τριών συνιστωσών της μοναξιάς. Σύμφωνα με τους Rotenberg και Hymel (1999, σελ.84-85), η μοναξιά περιλαμβάνει «τη συναισθηματική διάσταση που αντικατοπτρίζει το συναισθηματικό χαρακτήρα της μοναξιάς, τη γνωστική διάσταση που συνεπάγεται στις εκτιμήσεις της διαθεσιμότητας των σχέσεων και το σύνολο των διαπροσωπικών καταστάσεων και περιβαλλόντων που ενισχύουν την ανάπτυξη της μοναξιάς».

Αναλυτικότερα, η συναισθηματική διάσταση της μοναξιάς αναφέρεται στην επώδυνη συναισθηματική εμπειρία που σχετίζεται με την λύπη και την ανία (Galanaki, 2008). Αυτό συμβαίνει μέχρι την ηλικία των 10 ετών. Από την ηλικία των 11 ετών και ύστερα οι αναπαραστάσεις της μοναξιάς γίνονται πιο περίπλοκες και περιλαμβάνουν την προσωπική απαξίωση και την αποξένωση (Hymel, Tarulli, Thomson, & Deutsh, 1999, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012)

Η γνωστική διάσταση εκλαμβάνεται ως την αντίληψη της ελλειμμάτων στις διαπροσωπικές σχέσεις, όπως είναι η απουσία συντροφικότητας, η αίσθηση του ανήκειν, η συναισθηματική υποστήριξη, η αξιοπιστία στις σχέσεις και η στοργή (Galanaki, 2008). Το άτομο συνειδητοποιεί, δηλαδή, ότι δεν ικανοποιούνται βασικές του ανάγκες στα πλαίσια των κοινωνικών του σχέσεων. Οι ανάγκες αυτές καλύπτουν μεγάλο εύρος, από ανάγκες επιβίωσης μέχρι ανάγκες ενίσχυσης της προσωπικής αξίας (Hymel, Tarulli, Thomson, & Deutsh, 1999, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012).

Η διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων αντιμετωπίζει τη μοναξιά ως αποτέλεσμα σωματικού αποχωρισμού, όπως η απώλεια η προσωρινός αποχωρισμός και ψυχικής απομάκρυνσης, όπως οι συγκρούσεις, απόρριψη, απιστία, αποκλεισμός, αδιαφορία (Galanaki, 2008).

Συμπερασματικά, η έννοια της μοναξιάς περιλαμβάνει τρεις διαστάσεις, τη συναισθηματική, η οποία περιλαμβάνει το εύρος των συναισθημάτων που την συνοδεύουν, τη γνωστική διάσταση, η οποία αναφέρεται στην συνειδητοποίηση εκ μέρους του ατόμου για την έλλειψη που υπάρχει όσον αφορά τις κοινωνικές του



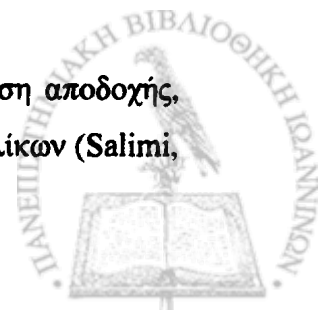
σχέσεις και τέλος, την διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων η οποία εκλαμβάνει την μοναξιά ως αποτέλεσμα ψυχικής ή σωματικής απομάκρυνσης. Επομένως, κατανοούμε ότι, η μοναξιά αποτελεί ένα πολυδιάστατο φαινόμενο το οποίο βιώνεται σε διάφορα επίπεδα και τομείς.

B.1.5. Ανάπτυξη μοναξιάς και κοινωνικής δυσάρεσκειας

Η μοναξιά μπορεί να θεωρηθεί αποτέλεσμα διαφόρων εξωγενών παραγόντων, όπως η αστικοποίηση, η μεγάλη σημασία και δαπάνη χρόνου στην επαγγελματική καταξίωση, ο ατομικισμός, τα Μ.Μ.Ε. Ωστόσο, στο παρόν κεφάλαιο θα γίνει προσπάθεια περιγραφής και προσεγγίσης διαπροσωπικών και ενδοψυχικών παραγόντων που συμβάλλουν στην ανάπτυξή της.

Μέχρι στιγμής έχει τονιστεί η συμβολή των “σημαντικών άλλων” στην ανάπτυξη της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης. Η συμβολή τους στην ανάπτυξη ή διαφορετικά στην προστασία από τη μοναξιά είναι επίσης καθοριστικής σημασίας. Αρχικά, εξετάζεται η οικογένεια, η οποία αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς παράγοντες. Η στάση της και ο τρόπος συμπεριφοράς της απέναντι στο παιδί είναι θεμελιώδης. Σύμφωνα με τη Γαλανάκη (2012), η δημιουργία κλίματος σταθερότητας, αξιοπιστίας, αποδοχής και φροντίδας, βοηθά το παιδί να εσωτερικεύσει αναπαραστάσεις στοργικών γονέων και να αναπτύξει υγιείς σχέσεις μαζί τους, γεγονός που συμβάλλει στην μετέπειτα υγιή κοινωνική του ανάπτυξη και στην προστασία από την εκδήλωση της μοναξιάς. Στην αντίθετη περίπτωση, αν το άτομο μεγαλώσει σε ένα περιβάλλον απόρριψης και απομόνωσης δεν καταφέρνει να αναπτύξει κοινωνικές δεξιότητες αλλά και να διαμορφώσει υγιείς κοινωνικές σχέσεις, με αποτέλεσμα να υπάρχει μεγάλη πιθανότητα εμφάνισης της μοναξιάς. Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί επιβεβαιώνουν την άποψη αυτή για την επίδραση της οικογένειας. Συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε ότι, η σχέση με την οικογένεια και η ευαισθησία που επιδεικνύει στο παιδί ενισχύει την καλύτερη σχολική επίδοση, την σύναψη φιλικών σχέσεων αλλά και ταυτόχρονα, σχετίζεται με την προστασία απέναντι στην εκδήλωση μοναξιάς (Gazelle, & Spangler, 2007). Αντίθετα, η απουσία ευαισθησίας ενισχύει τις πιθανότητες για εμφάνιση μοναξιάς, κακή σχολική επίδοση και δυσκολία στις κοινωνικές σχέσεις.

Η εμφάνιση της μοναξιάς μπορεί να αποφευχθεί από την στάση αποδοχής, φροντίδας και στήριξης εκ μέρους της οικογένειας αλλά και των συνομηλίκων (Salimi,



& Bozorgpour, 2012 · Jackson, 2007). Οι Asher και Cassidy (1992) τόνισαν την σπουδαιότητα της αποδοχής των συνομηλίκων. Συγκεκριμένα, σε σχετική έρευνα που πραγματοποίησαν διαπίστωσαν ότι τα παιδιά που εκλάμβαναν χαμηλή αποδοχή εκ μέρους των συμμαθητών και των φίλων τους, εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς, σε αντίθεση με τα παιδιά που θεωρούνταν αποδεκτά. Επίσης, η αντίληψη του παιδιού για τη θέση του στην ομάδα και για τη δημοτικότητά του συμβάλλουν στην ανάπτυξη συναισθήματος μοναξιάς. Τα παιδιά που θεωρούνταν ως δημοφιλή είχαν τα χαμηλότερα επίπεδα αυτού του συναισθήματος, σε αντίθεση με εκείνα που δεν βίωναν αποδοχή (Asher, Hymel, & Renshaw, 1984). Επίσης, μεγάλη σημασία δόθηκε όχι μόνο στην αποδοχή και την ύπαρξη φιλικών σχέσεων ως προστατευτικό παράγοντα, αλλά και στην ποιότητα των σχέσεων αυτών (Parker, & Asher, 1993). Επομένως, κατανοούμε ότι, η αποδοχή των συνομηλίκων, η σύναψη σχέσεων μαζί τους και η ποιότητα των σχέσεων αποτελούν ανασταλτικό παράγοντα βίωσης συναισθήματος μοναξιάς. Τα άτομα που έχουν αρνητικές σχέσεις ή στερούνται φιλικών σχέσεων συνιστούν “ομάδα κινδύνου”(at risk) για ελλιπή κοινωνική μάθηση και προβλήματα προσαρμογής κατά την εφηβεία» (Asher, Parkhurst, Hymel, & Williams, 1990).

Όσον αφορά τη συμβολή των εκπαιδευτικών διαπιστώνεται ότι, είναι επίσης αρκετά σημαντική. Σύμφωνα με τον Bowlby (1969, όπ. αναφ. στο Galanaki, & Vassilopoulou, 2007), υπάρχουν τρία καθοριστικά στοιχεία, στην σχέση μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή, για την πρόβλεψη ή την προστασία από την μοναξιά και αυτά συνίστανται στην *εγγύτητα (closeness)*, την *εξάρτηση (dependency)* και τις *συγκρούσεις (conflict)*. Αναλυτικότερα, αναφέρεται ότι η εγγύτητα περιλαμβάνει την ενίσχυση και αντιπροσωπεύει ζεστό, στοργικό δεσμό μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή. Ο μαθητής εκλαμβάνοντας την υποστήριξη και την αμεσότητα του εκπαιδευτικού μπορεί να τον πλησιάζει και να τον συμβουλευέται για κάποιου είδους πρόβλημά του. Η εξάρτηση αφορά την αποκλειστικότητα που αποζητά το παιδί στο ενδιαφέρον του εκπαιδευτικού. Βέβαια, διαφέρει από την ασφαλή προσκόλληση, καθώς δεν προάγεται η εξερεύνηση του περιβάλλοντος και η ανάληψη πρωτοβουλιών. Τέλος, όπως αναφέρεται, οι συγκρούσεις μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή οδηγούν στα συναισθήματα του θυμού, του άγχους και της θλίψης. Επομένως, η εγγύτητα σχετίζεται αρνητικά με την ανάπτυξη της μοναξιάς, ενώ αντίθετα, η εξάρτηση και οι συγκρούσεις συμβάλλουν στην εμφάνισή της.



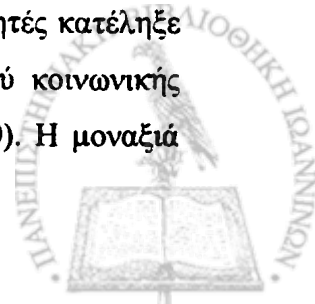
Αξίζει να σημειωθεί ότι, βάσει πορισμάτων ερευνών το φύλο δεν αποτελεί παράγοντα ανάπτυξης της μοναξιάς (Tornstam, 1992, όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012). Βέβαια, άλλοι ερευνητές διαπίστωσαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, όσον αφορά το συναίσθημα της μοναξιάς. Συγκεκριμένα, διαπίστωσαν ότι το αρσενικό φύλο συγκεντρώνει υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Tumkaya, Aybek, & Celik, 2008, Wisemann, Gutfreundb, & Luriec, 1995, Schultz, & Moore, 1986 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011 · Salimi, 2011). Αντίστοιχες έρευνες διαπίστωσαν ότι τα κορίτσια συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα σε σύγκριση με τα αγόρια (Bogys, Perlman, 1985, Bugay, 2007, Page, & Cole, 1991 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011 · Gurses, Merhametli, Sahin, Gunes, & Aqikyildiz, 2011). Όσον αφορά την ηλικία των μαθητών παρατηρήθηκε ότι τα μικρά παιδιά εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σύγκριση με παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας, γεγονός που αποδόθηκε στην μικρότερη ελευθερία των παιδιών αυτών για σύναψη φιλικών σχέσεων εκτός σχολικής τάξης, αλλά και στην άμεση και χωρίς δισταγμούς έκφραση των συναισθημάτων τους (Χατζηγεωργιάδου, 2007).

Ολοκληρώνοντας, διαπιστώνουμε ότι, ο ρόλος του περιβάλλοντος είναι σημαντικός για ακόμα μία πτυχή της ανάπτυξης του ατόμου. Η αποδοχή, η ενίσχυση, η στοργή και η γνησιότητα, τόσο του οικογενειακού όσο και του σχολικού και του φιλικού περιβάλλοντος, δημιουργούν τα θεμέλια για μια υγιή κοινωνική ανάπτυξη και μειώνουν τις πιθανότητες για εμφάνιση μοναξιάς.

B.1.6. Επίδραση μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας

Καθώς η μοναξιά αποτελεί μια δυσάρεστη και επίπονη εμπειρία, η οποία συνοδεύεται από αρνητικά συναισθήματα, επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό τη ζωή του ατόμου.

Αναλυτικότερα, η αίσθηση της μοναξιάς καθορίζει τον τρόπο με το οποίο το άτομο αντιμετωπίζει τη ζωή αλλά και τον βαθμό ικανοποίησης (life satisfaction) που έχει από αυτή. Από έρευνα, στην οποία συμμετείχαν 436 ενήλικες, διαπιστώθηκε ότι η μοναξιά μεσολαβεί στη σχέση μεταξύ της ανεκπλήρωτης ανάγκης για ένταξη σε μία ομάδα και της έλλειψης για ικανοποίηση από τη ζωή (Mellor, Stokes, Firth, Hayashi, & Cummins, 2008). Επίσης, έρευνα στην οποία συμμετείχαν 226 φοιτητές κατέληξε στο συμπέρασμα ότι, υπάρχει σημαντικά αρνητική συσχέτιση μεταξύ κοινωνικής στήριξης και ικανοποίησης από τη ζωή με τη μοναξιά (Shahini, 2010). Η μοναξιά



επομένως, συνδέεται με την ελλιπή στήριξη του κοινωνικού περιβάλλοντος αλλά και με την ανεπαρκή αίσθηση ικανοποίησης από τη ζωή. Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται και από πορίσματα αντίστοιχων ερευνών (Bozorgpour, & Salimi, 2012 · Salimi, 2011 · Akhunlar, 2010).

Μία ακόμα σημαντική επίδραση της μοναξιάς αφορά την αντίληψη που έχει το άτομο για τον εαυτό του. Συγκεκριμένα, έχει αποδειχτεί ότι, σχετίζεται με την έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό αλλά και την αντιμετώπιση της επιτυχίας και της αποτυχίας (Ernst, & Cacioppo, 1999). Τα άτομα που βιώνουν μοναξιά έχουν την τάση να αποδίδουν τις επιτυχίες τους σε τυχαία γεγονότα και στην καλή διάθεση των υπολοίπων, ενώ τις αποτυχίες τους στον ελαττωματικό τους χαρακτήρα (Crick, Grotpeter, & Rockhill, 1999, Crick, & Ladd, 1993, Qualter, & Mann, 2002, Renshaw, & Brown, 1993 όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012).

Η σχολική προσαρμογή φαίνεται ότι επίσης επηρεάζεται από την ύπαρξη του συναισθήματος της μοναξιάς. Αναλυτικότερα, επηρεάζει την αναγνωστική ικανότητα του μαθητή (Quay, 1992) αλλά και τη σχολική του επίδοση (Asher, Hymel, & Renshaw, 1984, Galanaki, & Kalantzi-Azizi, 1999, Kockenderfer, & Ladd, 1996a, 1999b, Juvonen, Nishina, & Graham, 2000, Koenig, & Abrams, 1999, Larson, 1999, Levitt, Guacci-Franco, & Levitt, 1994 όπ. αναφ. στο Galanaki, Polychronopoulou, & Babalis, 2008). Συνολικά, η μοναξιά συνδέεται αρνητικά με την συμμετοχή του μαθητή στις σχολικές διαδικασίες και την ευχαρίστηση που αντλεί από αυτές και θετικά με την ανάγκη αποφυγής του σχολείου (Kockenderfer, & Ladd, 1996a, 1999b, Ladd, Kockenderfer, & Coleman, 1996, 1997 όπ. αναφ. στο Galanaki, Polychronopoulou, & Babalis, 2008).

Ωστόσο, η εμπειρία της μοναξιάς μπορεί να έχει επίδραση και στη ψυχική υγεία του ατόμου. Σύμφωνα με επιστημονικές έρευνες, η μοναξιά αποτελεί σημαντικό παράγοντα εμφάνισης κατάθλιψης (Ernst, & Cacioppo, 1999 · Cacioppo, Hawkley, Ernst, Burleson, Bertson, Nouriani, & Spiegel, 2006 · Lasgaard, Goossens, Bramsen, Trillingsgaard, & Elklit, 2011)

Συμπεραίνουμε ότι, η μοναξιά ως μια δυσάρεστη εμπειρία η οποία προκύπτει από την απουσία στενών κοινωνικών σχέσεων, επηρεάζει διάφορους τομείς της ζωής του ατόμου, οι κυριότεροι από τους οποίους είναι, η αντίληψη για τον εαυτό, η ικανοποίηση από τη ζωή και η ψυχική υγεία.



B.2. Σύνοψη κεφαλαίου

Η μοναξιά αποτελεί το δυσάρεστο συναίσθημα που προκύπτει από την ανεκπλήρωτη ανάγκη, ποσοτική ή ποιοτική, για κοινωνικές σχέσεις. Εκδηλώνεται υπό την επίδραση διαφορετικών αιτιών και περιστάσεων.

Τα είδη της μοναξιάς είναι η συναισθηματική μοναξιά, η οποία περιλαμβάνει την έλλειψη συναισθηματικού δεσμού και η κοινωνική μοναξιά, η οποία αναφέρεται στην έλλειψη κοινωνικών δικτύων.

Η μοναξιά περιλαμβάνει τρεις διαστάσεις: τη συναισθηματική, τη γνωστική και των διαπροσωπικών πλαισίων. Η πρώτη διάσταση αναφέρεται στα αρνητικά συναισθήματα που συνοδεύουν την κατάσταση αυτή, η δεύτερη αφορά στην συνειδητοποίηση του ατόμου για έλλειψη κοινωνικών σχέσεων και η διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων εκλαμβάνει την μοναξιά ως αποτέλεσμα ψυχικής ή σωματικής απομάκρυνσης.

Η επίδραση της μοναξιάς στην ζωή του ατόμου είναι καθοριστική, καθώς μειώνει την ικανοποίηση του ατόμου από τη ζωή του, την αυτοαντίληψή του, αλλά και μπορεί να επηρεάσει την ψυχική υγεία του ατόμου, μέσω της ανάπτυξης κατάθλιψης.

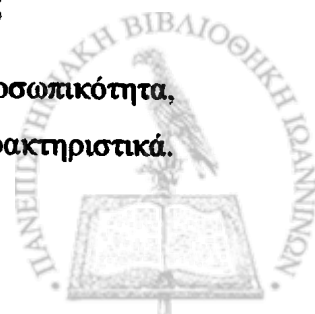
Παρά τους εξωγενείς παράγοντες, όπως ο ατομικισμός, η αστικοποίηση, η υπερβολική δαπάνη χρόνου στην επαγγελματική ανέλιξη και τα Μ.Μ.Ε., ο παράγοντας που θεωρείται ως πιο σημαντικός στην ανάπτυξη της μοναξιάς είναι η επίδραση των σημαντικών άλλων. Το οικογενειακό, φιλικό και σχολικό περιβάλλον, μέσω της ελλιπής αποδοχής, αξιοπιστίας, φροντίδας και σταθερότητας, συμβάλλει στην δημιουργία συναισθήματος μοναξιάς.

Γ. Παιδιά με αδέρφια και μοναχοπαίδια

Γ.1. Παιδιά με αδέρφια

Γ.1.1. Σειρά γέννησης και επίδραση στην ανάπτυξη της προσωπικότητας

Κάθε μέλος που απαρτίζει μια οικογένεια έχει την δική του προσωπικότητα, διαμορφώνει την δική του ταυτότητα και αποκτά τα δικά του χαρακτηριστικά.



Σύμφωνα με την άποψη ερευνητών η σειρά γέννησης των παιδιών μέσα στην οικογένεια, συμβάλλει στην ανάπτυξη της προσωπικότητάς του.

Αναλυτικότερα, οι πρωτότοκοι, δέχονται την πλήρη προσοχή και τον έντονο ενθουσιασμό των γονέων, δεδομένου ότι, οι γονείς παρακολουθούν γοητευμένοι για πρώτη φορά την ανάπτυξη του παιδιού τους. Έτσι, τα πρωτότοκα παιδιά και τα μοναχοπαιδιά σύμφωνα με τους Vutz και Unzner (1995) χαρακτηρίζονται ως “βασιλιάδες”. Η προσοχή που συγκεντρώνεται στα πρωτότοκα παιδιά συμβάλλει στο να αναπτυχθούν ως ηγετικές και υπεύθυνες φυσιογνωμίες, έχουν την τάση να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες και γι’ αυτό συχνά οδηγούνται σε αρχηγικές θέσεις (Λέμαν, 1993). Συχνά έχουν την αίσθηση ότι υπερτερούν και συνηθίζουν να είναι πάντα μπροστά, στο σχολείο, στο επάγγελμα, στη ζωή (Vutz, & Unzner, 1995). Εν ολίγοις, τα πρωτότοκα παιδιά αναπτύσσουν μια προσωπικότητα υπεύθυνης και ηγετικής φύσης και συχνά διαπρέπουν στον τομέα με τον οποίο θα ασχοληθούν. Επίσης, σε σύγκριση με τα μικρότερα αδέρφια τους τα πρωτότοκα παιδιά φαίνεται να τα ξεπερνούν, όσον αφορά το ποσοστό επιτυχίας σε προσαρμοσμένες στο αναπτυξιακό τους επίπεδο δραστηριότητες (Conley, Pfeiffer, & Velez, 2007).

Τα μεσαία παιδιά της οικογένειας, χαρακτηρίζονται ως παιδιά “σάντουιτς” όχι μόνο επειδή γεννιούνται μετά τον πρωτότοκο και πριν την έλευση του τελευταίου παιδιού της οικογένειας, αλλά και γιατί βιώνουν αμφοτερόπλευρη πίεση (Vutz, & Unzner, 1995). Τώρα η οικογένεια δεν παρακολουθεί με τον ίδιο ενθουσιασμό την ανάπτυξη του παιδιού, όλα πλέον θεωρούνται γνωστά. Ακόμα και η διαδικασία της αγωγής ακολουθεί κάποια ρουτίνα. Το αρνητικό χαρακτηριστικό της θέσης αυτής αποτελεί η διαδικασία σύγκρισης με τον πρωτότοκο στην οποία μπαίνουν οι γονείς (Vutz, & Unzner, 1995). Αποτέλεσμα είναι τα παιδιά να αναζητούν ένα καινούριο τομέα στον οποίο μπορούν να διαπρέψουν, χωρίς να χρειάζεται να συγκρίνονται με τον πρώτο. Βέβαια, τα μεσαία παιδιά έχουν τη δυνατότητα και την τύχη να ξεφύγουν από το αρνητικό αντίκτυπο του υπερβολικού ζήλου και της υπερπροστατευτικότητας των γονέων (Vutz, & Unzner, 1995).

Το τελευταίο παιδί, χαρακτηρίζεται και ως “στερνοπαιδί”, το οποίο δέχεται το χαίδεμα και την υπερβολική φροντίδα όλων των ατόμων της οικογένειας (Vutz, & Unzner, 1995). Σύμφωνα με τα πορίσματα επιστημονικής έρευνας, στην οποία εξετάστηκαν 122 νέοι ενήλικες, τα άτομα αυτά χαρακτηρίστηκαν ως πιο “ζεστά” και



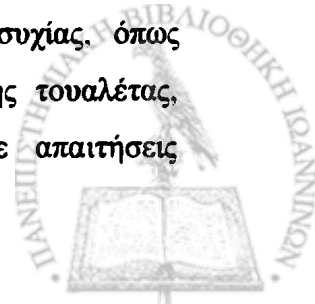
ευχάριστα, ενώ τα μεσαία αδέλφια τους παρατηρήθηκαν να είναι πιο παρορμητικά και ανοιχτά και με μεγάλη φαντασία, αλλά με χαμηλότερες σχολικές επιδόσεις και λιγότερη ευσυνειδησία (Saroglou, & Fiasse, 2003).

Συνεπώς, διαπιστώνεται ότι, η σειρά γέννησης των παιδιών συμβάλλει στην ανάπτυξη συγκεκριμένων χαρακτηριστικών της συμπεριφοράς τους. Αν και τα μεσαία παιδιά μπορεί να θεωρηθούν ότι κατέχουν την πιο μειονεκτική θέση, δεν σημαίνει απαραίτητα ότι δεν θα εξελιχθούν σε μια υγιή προσωπικότητα. Σ' αυτό συμβάλει σημαντικά η οικογένεια. Προσφέροντας στα παιδιά πρόσθετα μερίδια προσοχής και αφοσίωσης (Vutz, & Unzner, 1995), αλλά και με την μειωμένη διαφορετική μεταχείριση μεταξύ των παιδιών προλαμβάνεται η ανάπτυξη προβλημάτων συμπεριφοράς (Buist, Dekovic, & Prinzie, 2013).

Γ.1.2. Το σοκ του “εκθρονισμού”

Όλες οι οικογένειες αδημονούν στην έλευση του πρώτου τους παιδιού. Η χαρά που προσφέρει και οι πρωτόγνωρες εμπειρίες που βιώνει το νέο ζευγάρι από την απόκτηση του πρώτου τους παιδιού συμβάλουν στο να επικεντρώνουν όλη την προσοχή τους στο νέο μέλος της οικογένειας. Το πρώτο δόντι, η πρώτη λέξη, το πρώτο βάδισμα, η πρώτη μέρα στο σχολείο αποτελούν εμπειρίες που οι γονείς καλούνται να ζήσουν για πρώτη φορά. Αποτέλεσμα είναι το πρώτο παιδί να αισθάνεται στο επίκεντρο της προσοχής.

Αυτή η κατάσταση, βέβαια, αλλάζει με την απόκτηση ενός δεύτερου παιδιού. Η γέννηση του αδελφού υποβάλλει τον πρωτότοκο σε μία κατάσταση έντονου άγχους. Το άγχος αυτό που προκαλείται ονομάζεται σύμφωνα με τους Vutz και Unzner (1995) “σοκ εκθρονισμού” καθώς περιγράφει τον τρόπο με τον οποίο βιώνουν τα περισσότερα παιδιά την έλευση ενός μωρού στην οικογένεια. Αποτελεί «ένα πραγματικό χτύπημα, ένα σοκ, να μην βρίσκεται πια το παιδί στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος των γονιών» (Vutz, & Unzner, 1995, σελ.27). Σύμφωνα με τους τελευταίους, το πρωτότοκο παιδί της οικογένειας αισθάνεται ότι η αγάπη και η προσήλωση των γονέων θα στρέφεται πλέον στο μικρότερο αδερφάκι και έτσι οδηγείται σε σκέψεις και δηλώσεις του τύπου «δεν με αγαπάει πια κανένας». Ταυτόχρονα, η περίοδος αυτή συνοδεύεται από συμπτώματα ανησυχίας, όπως διαταραχές στον ύπνο, συχνά κλάματα, προβλήματα στη χρήση της τουαλέτας, ανικανότητα να παίζουν συγκεντρωμένα αλλά και η συχνή σε απαιτήσεις



συμπεριφορά, η επιθετικότητα και η ανυπακοή (Dunn, 1988). Οι εκδηλώσεις αυτές «αντικατοπτρίζουν τον ισχυρό συναισθηματικό αντίκτυπο που έχει η άφιξη του αδελφού για τα μικρά παιδιά» (Dunn, 1988, σελ. 16).

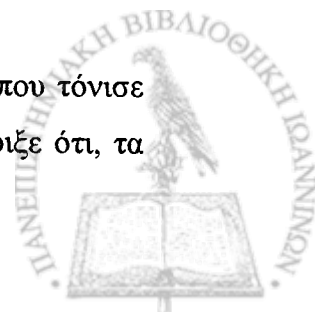
Στην ίδια κατάσταση θα βρεθεί και το δευτερότοκο παιδί της οικογένειας σε πιθανή έλευση και τρίτου παιδιού. Ωστόσο, το σοκ της εκθρόνισης και το άγχος που συνοδεύει την γέννηση του νεότερου μέλους δεν θα έχει την ίδια ένταση με το άγχος που βίωσε το πρώτο παιδί, καθώς το δεύτερο έχει ήδη μάθει να μοιράζεται την προσοχή και το ενδιαφέρον των γονέων του (Vutz, & Unzner, 1995). Φυσικά το παιδί που δεν θα βιώσει ποτέ τα συναισθήματα αυτά θα είναι το τελευταίο παιδί της οικογένειας, το λεγόμενο “στερνοπαιδί”. όπως αναφέραμε προηγουμένως, το οποίο θα συγκεντρώσει πάνω του το ενδιαφέρον των γονέων.

Βέβαια, η έλευση του νέου μέλους δεν προκαλεί απαραίτητα την εμφάνιση σοκ εκθρονισμού. Σύμφωνα με τους Vutz και Unzner (1995), η γέννηση ενός αδελφού συνοδεύεται από δύο διαφορετικούς τρόπους αντίδρασης. Μία πιθανή αντίδραση είναι το μεγαλύτερο παιδί να αντιλαμβάνεται, βέβαια, ότι θα απασχολεί κάποιο χρόνο των γονέων αλλά να μην αισθάνεται ότι απειλείται η δική του θέση στην οικογένεια, αντιθέτως, νιώθει ότι τώρα πια που είναι μεγαλύτερο θα μπορεί να κάνει πράγματα που το αδελφάκι του ακόμα δεν μπορεί. Η άλλη περίπτωση είναι το σοκ του εκθρονισμού που περιγράψαμε πρωτύτερα, το οποίο συνοδεύεται από αρνητικά συναισθήματα και συμπεριφορές. Οφείλουμε, βέβαια, να τονίσουμε ότι, σχετικά με την δεύτερη αντίδραση, οι γονείς θα πρέπει να αντιμετωπίζουν τις συμπεριφορές αυτές του παιδιού τους ως φυσιολογικές και να το βοηθήσουν να ενταχθεί ξανά στην αρμονική ατμόσφαιρα της οικογένειας προσφέροντάς του πρόσθετα μερίδια προσοχής και αφοσίωσης (Vutz, & Unzner, 1995).

Γ.1.3. Συμβολή αδελφικής σχέσης στην ανάπτυξη της προσωπικότητας

Παρά τα αρνητικά συναισθήματα που μπορεί να συνοδεύσουν την γέννηση ενός αδελφού, η συμβολή του στην ανάπτυξη της προσωπικότητας είναι τεράστιας σημασίας.

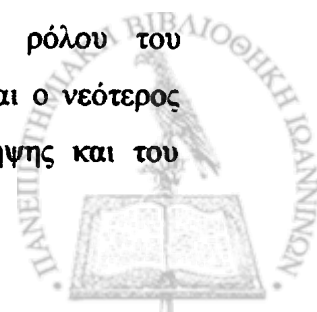
Ο Άντλερ (όπ. αναφ. στο Vutz, & Unzner, 1995) ήταν ο πρώτος που τόνισε την σημασία της αλληλοεπίδρασης μεταξύ των αδελφών, καθώς υποστήριξε ότι, τα



ίδια τα παιδιά διαπαιδαγωγούνται μεταξύ τους. Συγκεκριμένα, η επίδραση της σχέσης αυτής είναι καθοριστική καθώς τα μεγαλύτερα αδέρφια αποτελούν πρότυπο για τα μικρότερα και ενισχύουν την μιμητική τους συμπεριφορά (Dunn, 1988). Επίσης, συμβάλλουν στην ανάπτυξη κοινωνικής κατανόησης, μέσω της κατανόησης για τις αντιδράσεις του άλλου και ότι θα τον επηρεάσει, γεγονός που έχει ξεχωριστή προσαρμοστική σπουδαιότητα (Dunn, 1988). Ακόμα, και το παιχνίδι μεταξύ των αδελφών έχει εξέχουσα σημασία, καθώς όχι μόνο τους δίνεται η ευκαιρία να μάθουν να μοιράζονται αλλά και να παίζουν ποικίλους ρόλους, γεγονός που τα προετοιμάζει για την συμμετοχή σε μεγαλύτερες κοινωνικές ομάδες και τελικά στον κόσμο (Winnicott, 1987). Ένας ακόμα τομέας εξίσου σημαντικός, ο οποίος επηρεάζεται μέσα από την αδελφική σχέση είναι η επιθετικότητα, δεδομένου ότι, τα παιδιά μαθαίνουν να ρυθμίζουν τις επιθετικές τους συμπεριφορές (Dunn, 1988).

Σύμφωνα με την Dunn (1988), η επίδραση της δυνατής αυτής αδελφικής σχέσης δεν οφείλεται μόνο στο γεγονός ότι μοιράζονται το ίδιο περιβάλλον και αλληλεπιδρούν καθημερινά, αλλά επειδή η σχέση τους χαρακτηρίζεται από “συναισθηματική πίεση”. «Η πολυπλοκότητα και η πολυμορφία της αδελφικής συμπεριφοράς αντικατοπτρίζουν ένα εντυπωσιακό βάθος κατανόησης και συναισθήματος. Ακριβώς επειδή κατανοούν τα αδέρφια τους τόσο καλά και επειδή έχουν τόσο δυνατά συναισθήματα γι’ αυτά, η σχέση τους είναι τόσο σημαντική» (Dunn, 1988, σελ.154-155).

Ερευνητικά δεδομένα στηρίζουν την άποψη για την σημαντικότητα της αλληλεπίδρασης μεταξύ των αδελφών. Συγκεκριμένα, σε μετα-ανάλυση ερευνών που πραγματοποιήθηκε μελετώντας 12.257 παιδιά και εφήβους, διαπιστώθηκε ότι η ποιότητα της αδελφικής σχέσης (περισσότερη ζεστασιά μεταξύ των αδελφών, λιγότερες συγκρούσεις και μειωμένη διαφορετική μεταχείριση των παιδιών εκ μέρους των γονέων) σχετίζεται με λιγότερη εσωτερίκευση και εξωτερίκευση προβλημάτων. Επιπλέον, παρατηρήθηκε ότι, η συσχέτιση ήταν ισχυρότερη για τα αγόρια, για τα αδέρφια με μικρότερη διαφορά ηλικίας και για την παιδική απ’ ότι για την εφηβική ηλικία (Buist, Dekovic, & Prinzie, 2013). Επίσης, η αδελφική σχέση ενισχύει την αναγνώριση του σεξουαλικού ρόλου. Αποδείχτηκε ότι ο/η μεγαλύτερος/η αδελφός/η συμβάλλει στον καθορισμό στην αναγνώριση του σεξουαλικού ρόλου του μικρότερου αδελφού (Wagner, Schubert, & Schubert, 1996). Αλλά και ο νεότερος αδελφός βοηθά την ανάπτυξη της προσωπικότητας, της αυτοαντίληψης και του



αυτοελέγχου του πρώτου (Yucel, 2013). Τέλος, η ποιότητα της σχέσης μεταξύ των αδελφών θεωρείται αρκετά σημαντική για την κοινωνικο-γνωστική ανάπτυξη, μέσω του παιχνιδιού, της διδασκαλίας και της προστατευτικότητας (Howe, & Recchia, 2008), αλλά και ιδιαίτερα βοηθητική στην κρίσιμη περίοδο της εφηβείας (Cox, Wang, & Gustafsson, 2011).

Από όσα αναφέραμε κατάληγουμε στο συμπέρασμα ότι, η επίδραση αυτής της τόσο ξεχωριστής και συναισθηματικά δυνατής αδελφικής σχέσης στην ανάπτυξη του ατόμου είναι καθοριστικής σημασίας. Μέσω της αλληλεπίδρασης αυτής αναπτύσσεται η προσωπικότητά τους αλλά και ενισχύεται η κοινωνικοποίησή τους, καθώς μαθαίνουν τον τρόπο να συναλλάσσονται σε όλες τις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Το γεγονός ότι, θα μοιραστούν το ενδιαφέρον των γονιών τους, το δωμάτιό τους, ακόμα και ένα απλό παιχνίδι, θα μοιραστούν τις εμπειρίες τους και θα συμβουλέψει το ένα το άλλο, αλλά και θα μάθουν να κατανοούν τον άλλον και να ρυθμίζουν την επιθετικότητά τους αποτελεί σημαντικό παράγοντα κοινωνικοποίησης.

Γ.2. Τα μοναχοπαίδια

Γ.2.1. Τα μοναχοπαίδια και η έλλειψη της αδελφικής σχέσης

Στην σύγχρονη εποχή πολλές οικογένειες επιλέγουν ή αναγκάζονται να αποκτήσουν μόνο ένα παιδί. Οι περιορισμένες οικονομικές δυνατότητες, η εργασιακή απασχόληση της μητέρας, οι αυξημένες επαγγελματικές υποχρεώσεις, η απόκτηση του πρώτου παιδιού σε μεγάλη ηλικία, ακόμα και λόγοι υγείας, αποτελούν παράγοντες που συχνά εμποδίζουν τους γονείς να αποκτήσουν και δεύτερο παιδί.

Αποτέλεσμα είναι το μοναδικό παιδί της οικογένειας, το λεγόμενο μοναχοπαίδι, να μεγαλώνει χωρίς την συντροφιά ενός αδελφού και να στερείται της σημαντικής συμβολής της αδελφικής αυτής σχέσης. Ωστόσο, το θετικό στοιχείο του να είναι κανείς μοναχοπαίδι αποτελεί η πολυτέλεια να μονοπωλεί την αγάπη, το ενδιαφέρον και τη φροντίδα των γονέων. Δεδομένου ότι, δεν χρειάστηκε ποτέ να μοιραστεί τα προνόμια αυτά, αισθάνεται στο επίκεντρο της προσοχής. Επίσης, η απουσία έλευσης ενός νέου μέλους της οικογένειας δεν το αναγκάζει να εκτεθεί στο σοκ της εκθρόνισης. Δεν χρειάζεται να ανησυχεί για την αγάπη των γονέων του και τίποτα δεν διαταράσσει τη σιγουριά της σχέσης αυτής (Vutz, & Unzner, 1995). Βέβαια, ο Winnicott (1964), τονίζει την σημασία του να βιώσει ένα παιδί την



απόκτηση ενός αδελφού. Υποστηρίζει ότι, αν και τα περισσότερα παιδιά συνήθως βιώνουν αισθήματα μίσους για το βρέφος, σταδιακά το μίσος αυτό αντικαθιστάται από αισθήματα αγάπης και περηφάνιας. Έτσι, μέσω της κατάστασης αυτής, καταφέρνουν να εκφράσουν και να ρυθμίσουν την επιθετικότητά τους. «Για το μοναχοπαίδι η έλλειψη της ευκαιρίας να εκφράσει την επιθετική πλευρά της φύσης του, αποτελεί σοβαρό θέμα» (Winnicott, 1964, σελ.133).

Το μοναχοπαίδι επίσης, στερείται την πλούσια εμπειρία που αποκτάται από τις ποικίλες σχέσεις μεταξύ των αδελφών. Δεν μπορεί να βιώσει την απόλυτη αλληλεγγύη, ούτε να χρησιμεύσει ως “δάσκαλος” στο μικρότερο αδελφάκι του και να του προσφέρει βοήθεια, συμβουλές και προστασία (Vutz. & Unzner, 1995). Ένα ακόμα αρνητικό της απουσίας αδελφών αποτελεί η έλλειψη του φανταστικού παιχνιδιού μεταξύ των αδελφών, στο οποίο δίνεται η ευκαιρία στο παιδί να υποδυθεί ρόλους και ακολούθως, να προετοιμαστεί για την ζωή και τη συμμετοχή σε μεγαλύτερες κοινωνικές ομάδες (Winnicott, 1964). Συνεπώς, το μοναχοπαίδι αναγκάζεται να παίζει με ενήλικα άτομα. Στο παιχνίδι αυτό με τους ενήλικους, λείπει το φανταστικό στοιχείο, η ασυνέπεια και η παρορμητικότητα και σε περίπτωση που δεν υπάρχουν παιδιά στο ευρύτερο περιβάλλον, το παιδί αναπτύσσεται πρόωρα και επιλέγει να συμμετέχει σε συζητήσεις των ενηλίκων (Winnicott, 1964). Τέλος, δεδομένου ότι, το μοναχοπαίδι νιώθει πως βρίσκεται στο επίκεντρο, σε περίπτωση που συμβεί κάτι κακό, αισθάνεται ότι είναι το ίδιο ο στόχος (Λέμαν, 1993).

Συνοψίζοντας, η επίδραση της αδελφικής σχέσης στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του ατόμου είναι εξαιρετικά σημαντική. Ωστόσο, το να μεγαλώνει κανείς χωρίς αδέλφια δεν καθιστά απαραίτητα την μη υγιή και φυσιολογική ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων και της προσωπικότητάς του. Αυτό επιτυγχάνεται υπό την επίδραση συγκεκριμένων παραγόντων, τους οποίους θα μελετήσουμε στη συνέχεια.

Γ.2.2. Χαρακτηριστικά των μοναχοπαιδιών

Όπως ήδη έχουμε επισημάνει, η αδελφική σχέση αλλά και η σειρά γέννησης του παιδιού στην οικογένεια επηρεάζουν σημαντικά τον τρόπο με τον οποίο αναπτύσσεται η προσωπικότητά του. Στην περίπτωση όμως, των μοναχοπαιδιών η έλλειψη των εμπειριών που αποκομίζονται από την σχέση με τα αδέλφια, αλλά και η



συγκέντρωση όλης της προσοχής και της φροντίδας των γονέων, συμβάλλουν στην ανάπτυξη συγκεκριμένων χαρακτηριστικών.

Προτού περιγράψουμε τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα των μοναχοπαιδιών, αξίζει να αναφερθούμε στις προκαταλήψεις, οι οποίες ανέκαθεν τους συνόδευαν. Αρχικά, οφείλουμε να τονίσουμε ότι, οι προκαταλήψεις είναι πεποιθήσεις που έχει ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων, οι οποίες όμως δεν βασίζονται σε αντικειμενικά δεδομένα και σε επιστημονική παρατήρηση. Είναι επομένως, άδικες εκτιμήσεις για συγκεκριμένα άτομα και στην περίπτωση μας για τα μοναχοπαίδια. Ο κατάλογος των προκαταλήψεων αυτών είναι ποικίλος. Σύμφωνα με τους Vutz και Unzner (1995) τα παιδιά που μεγάλωσαν χωρίς αδέρφια θεωρούνται εγωιστές, κακομαθημένοι, φοβητσιάρηδες, μικρομέγαλοι, γκρινιάρηδες, νευρικοί, ματαιόδοξοι, ακοινωνήτοι, εγωκεντρικοί, απροσάρμοστοι και μοναχικοί. Ακόμα και ο Άντλερ, ο ιδρυτής της σχολής της ψυχολογίας, αντιμετωπίζει τα μοναχοπαίδια με τον εξής τρόπο: «Το μοναχοπαιδί έχει δυσκολίες σε κάθε ανεξάρτητη δραστηριότητα κι αργά ή γρήγορα καταντάει άχρηστο στη ζωή» (Άντλερ, 1969, σελ. 127 όπ. αναφ. στο Λέμαν, 1993, σελ. 200). Εντοπίζουμε, λοιπόν, τον αρνητικό και άδικο τρόπο με τον οποίο η κοινωνία συνηθίζει να αντιμετωπίζει τα μοναχοπαίδια. «Οι προκαταλήψεις για τα μοναχοπαίδια είναι απαρχαιωμένες, ξεπερασμένες και υπερβολικές...και μερικές φορές εμποδίζουν την ελεύθερη ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους» (Vutz, & Unzner, 1995, σελ.54-55).

Στην πραγματικότητα και σύμφωνα με πορίσματα ερευνών τα μοναχοπαίδια θεωρούνται αξιόπιστα, οργανωμένα, ευσυνείδητα, προσεκτικά, με υψηλές πιθανότητες για επιτυχημένη πορεία στον τομέα τους και αντίθετα με την κοινή γνώμη, έχουν μειωμένη επιθυμία να τους “υπηρετούν” (Λέμαν, 1993). Επίσης, υποστηρίζεται ότι, δεν χαρακτηρίζονται από περισσότερη εγωιστική και μοναχική συμπεριφορά, σε σύγκριση με τα άτομα που μεγάλωσαν με αδέρφια, ενώ ταυτόχρονα ενδέχεται να εμφανίσουν περισσότερη αυτονομία, ηγετικότητα και συνεργατικότητα (Lewis, & Rosenblum, 1979). Ωστόσο, υπάρχουν και επιστημονικές έρευνες οι οποίες διαπίστωσαν διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια, όσον αφορά την προσωπικότητά τους (Mottus, Indus, & Alik, 2008), αλλά και την κοινωνικότητά τους, εντοπίζοντας λιγότερες κοινωνικές συναναστροφές για τα μοναχοπαίδια (Trent, & Spitze, 2011).



Συνοψίζοντας, παρατηρούμε ότι, υπάρχουν πολλές προκαταλήψεις για την προσωπικότητα και τη συμπεριφορά των μοναχοπαιδιών. Για τον λόγο αυτό, πραγματοποιούνται επιστημονικές έρευνες, οι οποίες είτε ενισχύουν τις πεποιθήσεις αυτές, είτε αναδιαμορφώνουν το παρεξηγημένο προφίλ των μοναχοπαιδιών, καταρρίπτοντας τους μύθους για εγωκεντρική και ακοινωνήτη συμπεριφορά και εντοπίζοντας πλεονεκτήματα, όπως ευσυνειδησία, οργανωτικότητα, ηγετικότητα.

Γ.2.3. Συμβολή οικογένειας στην ανάπτυξη της προσωπικότητας των μοναχοπαιδιών

Τα μοναχοπαιδιά, όπως έχει υποστηριχθεί, διαθέτουν κάποια συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Η ανάπτυξη των χαρακτηριστικών αυτών όμως, επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τη στάση και τη συμπεριφορά του οικογενειακού περιβάλλοντος.

Αρκετοί γονείς που έχουν φέρει στον κόσμο ένα μόνο παιδί συγκεντρώνουν όλη την προσοχή και την αγάπη τους στο μοναχοπαιδί τους. Επίσης, σύμφωνα με τον Λέμαν (1993), οι γονείς αναπτύσσουν μια υπερβολική προστατευτική συμπεριφορά απέναντι στο παιδί, μια "υπερβολική αγάπη" όπως τη χαρακτηρίζει, με αποτέλεσμα να επηρεάζουν την υγιή συναισθηματική ανάπτυξή του. Επισημαίνει ότι, όσο οδυνηρό και να είναι για τους γονείς, θα πρέπει να μένουν αμέτοχοι στα λάθη του, καθώς η στάση αυτή αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την σωστή ανάπτυξη του παιδιού. Συνεχίζοντας, τονίζει ότι, για να αναπτυχθεί φυσιολογικά το μοναχοπαιδί και για να μην αποκτήσει εγωιστικές συμπεριφορές, οι γονείς θα πρέπει να θέσουν όρια, να κρατήσουν σταθερές της προτεραιότητές τους, να μην το υπερ-αποζημιώνουν για την έλλειψη των αδελφών, αλλά και να ενισχύσουν τις κοινωνικές επαφές του παιδιού. Την τελευταία αυτή άποψη στηρίζουν και οι Haefele και Wollf-Filsinger (1985 όπ. αναφ. στο Vuitz, & Unzner, 1995), οι οποίες μέσω εμπειρικών ερευνών διαπίστωσαν ότι, τα μοναχοπαιδιά των οποίων οι γονείς προωθούσαν τη σύναψη φιλικών σχέσεων των παιδιών τους, εμφάνισαν περισσότερη προσαρμοστικότητα και κοινωνικότητα από τα υπόλοιπα παιδιά.

Συμπερασματικά, η στάση της οικογένειας απέναντι στα μοναχοπαιδιά επηρεάζει κατά πολύ την ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους. Αυτό επιβεβαιώνεται και από τα πορίσματα πρόσφατης έρευνας, σύμφωνα με τα οποία, κάθε πτυχή του οικογενειακού περιβάλλοντος επηρεάζει την ανάπτυξη της προσωπικότητας και την ψυχική υγεία των μοναχοπαιδιών (Fu, Hou, & Meng, 2012).



Γ.2.4. Συμβολή συνομηλίκων στην ανάπτυξη της προσωπικότητας των μοναχοπαιδιών

Η συμβολή του οικογενειακού περιβάλλοντος στην υγιή ανάπτυξη των μοναχοπαιδιών είναι υψίστης σημασίας. Ωστόσο, και το περιβάλλον των συνομηλίκων έχει σημαντική επίδραση.

Συγκεκριμένα, οι επαφές με τους συνομηλίκους και η εξασφάλιση των συναναστροφών αυτών βοηθούν τα μοναχοπαίδια να μάθουν να μοιράζονται, αλλά και να γνωρίσουν τις πτυχές των διαπροσωπικών σχέσεων (Λέμαν, 1993). Μέσω της σχέσης αυτής μαθαίνουν πώς να λειτουργούν σε μία ομάδα, να υποχωρούν, να επιβάλλονται και εν τέλει να κοινωνικοποιηθούν. «Με μια τέτοιου τύπου αγωγή από την πρώιμη παιδική ηλικία, μπαίνουν οι θεμέλιοι λίθοι για τη συμπεριφορά του ατόμου στην κατοπινή ζωή» (Vutz, & Unzner, 1995, σελ.67).

Ένα μέσο για την αμοιβαία διαπαιδαγώγηση μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των υπολοίπων παιδιών αποτελεί το συμβολικό παιχνίδι (Winnicott, 1964). Έχουμε ήδη τονίσει τη συμβολή του παιχνιδιού για την κοινωνικοποίηση και την ανάπτυξη των παιδιών. Το συμβολικό παιχνίδι και η υπόδηση ρόλων βοηθά τα μοναχοπαίδια να μάθουν να θέτουν όρους, να ακολουθούν κανόνες, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να αναπτύξουν τη φαντασία τους και να κοινωνικοποιηθούν.

Εντοπίζουμε, επομένως, την τεράστια σημασία της συμμετοχής των μοναχοπαιδιών στην ομάδα των συνομηλίκων. Το συμβολικό παιχνίδι και η επαφή με παιδιά της ηλικίας τους βοηθά τα μοναχοπαίδια να υπακούν σε κανόνες, να θέτουν όρια, να αποκτήσουν τρόπους συμπεριφοράς μέσα σε μία ομάδα, να γνωρίσουν τις πτυχές των κοινωνικών σχέσεων, να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους και γενικότερα να εξελιχθούν σε υγιείς προσωπικότητες και να προετοιμαστούν για τη ζωή.

Γ.3. Σύγκριση παιδιών με αδέρφια με τα μοναχοπαίδια

Διάφορες επιστημονικές έρευνες έχουν προσπαθήσει να προσεγγίσουν τα χαρακτηριστικά και τις συμπεριφορές των μοναχοπαιδιών και να εντοπίσουν τις πιθανές διαφορές τους με τα παιδιά που μεγάλωσαν με αδέρφια.



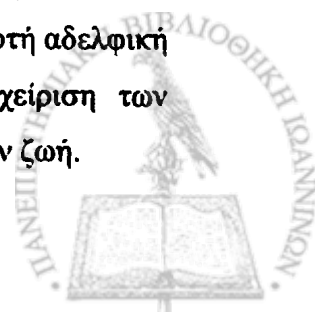
Αναλυτικότερα, κατόπιν μελέτης 2.511 εφήβων διαπιστώθηκε ότι, η αυτοεκτίμηση των μοναχοπαιδιών είναι υψηλότερη σε σύγκριση με τα παιδιά με αδέρφια, καθώς και αισθάνονται περισσότερη ικανοποίηση από τη ζωή, ενώ αντίθετα, στον τομέα που αφορά την αθλητική ικανότητα παρατηρήθηκε χαμηλότερη αυτοαντίληψη (Veenhoven, & Verkuyten, 1989). Ωστόσο, αντίστοιχη έρευνα δεν εντόπισε διαφορές ως προς την αυτοεκτίμηση αλλά ως προς την κοινωνική ωριμότητα, με τα μοναχοπαίδια να συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα (Hasnain, & Adlakha, 2012). Ακόμη, η ικανοποίηση από τη ζωή φάνηκε ότι επηρεάζεται από την αυτοεκτίμηση και την κοινωνική ωριμότητα συνδυαστικά, αλλά ανεξάρτητα δεν παρατηρήθηκε επίδραση. Η ικανοποίηση από τη ζωή των παιδιών με αδέρφια δεν φάνηκε να επηρεάζεται από την αυτοεκτίμηση και την κοινωνική ωριμότητα συνδυαστικά ή ανεξάρτητα.

Όσον αφορά την κοινωνικότητα των μοναχοπαιδιών δεν εντοπίστηκε διαφορά με τα παιδιά με αδέρφια ως προς την κοινωνική και συναισθηματική προσαρμογή. Επίσης, δεν παρατηρήθηκε διαφορά ως προς το φύλο (Rashmi, & Gopalakrishna, 2012). Αντιθέτως, κατόπιν μελέτης 1.785 φοιτητών παρατηρήθηκε ότι, τα μοναχοπαίδια διαφέρουν με τα παιδιά με αδέρφια-και συγκεκριμένα με τα τελευταία κατά σειρά γέννησης-ως προς την εγωκεντρικότητα και την εξωστρέφεια (Falbo, 1981). Ακόμη, μελετήθηκε η αίσθηση της μοναξιάς αλλά δεν εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις δύο ομάδες.

Επομένως, διάφορες επιστημονικές μελέτες εντοπίζουν διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών που μεγάλωσαν με αδέρφια, όσον αφορά τις αντιλήψεις και την κοινωνικότητά τους, ενώ αντίθετα αντίστοιχες έρευνες αποδεικνύουν την μη ύπαρξη διαφορών.

Γ.4. Σύνοψη κεφαλαίου

Ολοκληρώνοντας το κεφάλαιο αυτό, καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι, η ύπαρξη αδελφών θεωρείται εξαιρετικά σημαντική στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του ατόμου. Παρά το σοκ του εκθρονισμού, που πιθανόν να αισθανθούν τα παιδιά κατά την έλευση ενός μέλους της οικογένειας, η σχέση που θα αναπτυχθεί κατόπιν μεταξύ των αδελφών είναι καθοριστική. Η δυνατή αυτή αδελφική σχέση θα ενισχύσει την ανάπτυξη της κοινωνικοποίησης, την διαχείριση των συγκρούσεων και της επιθετικότητας και θα προετοιμάσει το παιδί για την ζωή.



Τα μοναχοπαίδια, βέβαια, καθώς δεν έχουν τη δυνατότητα να μεγαλώνουν με άλλα παιδιά στο οικογενειακό τους περιβάλλον, στερούνται της ευκαιρίας να αποκομίσουν όλα τα οφέλη της αδελφικής σχέσης. Ωστόσο, το γεγονός αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα την ανάπτυξη εγωιστικών και μοναχικών συμπεριφορών, σύμφωνα με τις προκαταλήψεις του παρελθόντος. Σ' αυτό συμβάλλει ιδιαίτερα η στάση της οικογένειας και σύναψη φιλικών σχέσεων με συνομήλικα άτομα.

Επίσης, όπως είδαμε η σειρά γέννησης στην οικογένεια ή το να είναι κανείς μοναχοπαίδι επιδρά κατά ένα βαθμό στην απόκτηση συγκεκριμένων χαρακτηριστικών της προσωπικότητας. Συγκεκριμένα, τα πρωτότοκα παιδιά μπορεί να θεωρηθούν ηγετικές και υπεύθυνες φυσιολογικές, τα δευτερότοκα περισσότερο παρορμητικά και ανεξάρτητα και τα τελευταία κατά σειρά γέννησης πιο χαϊδεμένα και «ζεστά» με τους άλλους. Και σ' αυτή την περίπτωση η επίδραση της οικογένειας είναι καθοριστική. Τα μοναχοπαίδια ακόμη, υποστηρίζεται ότι έχουν αντίστοιχα χαρακτηριστικά με τους πρωτότοκους, καθώς θεωρούνται ηγετικά, υπεύθυνα και οργανωμένα.

Κλείνοντας, αυτό που θα πρέπει να κρατήσουμε είναι ότι κάθε παιδί έρχεται σε ένα εκ των προτέρων ορισμένο περιβάλλον. Η κατάσταση στην οποία θα βρεθεί, αναφορικά με την σειρά γέννησης ή την έλλειψη αδελφών, δεν θα καθορίσει απαραίτητα την πορεία του και την εξέλιξή του. «Πολύ πιο σημαντική για την αυτό-εικόνα του, για τη ζωή και για το χαρακτήρα του, για το σχήμα ζωής που θα διαμορφώσει, είναι η δική του ατομική, εντελώς προσωπική εκτίμηση αυτή της κατάστασης» (Vutz, & Unzner, 1995, σελ.110).

Δ. Ανασκόπηση επιστημονικών ερευνών

Δ.1. Αυτοαντίληψη

Στις προηγούμενες ενότητες επιχειρήθηκε η θεωρητική προσέγγιση των εννοιών της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, όπως επίσης, πραγματοποιήθηκε και η ανάλυση των διαφορών και των ομοιοτήτων μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια, όσον αφορά την προσωπικότητά τους. Στην παρούσα ενότητα γίνεται αναφορά στα πορίσματα

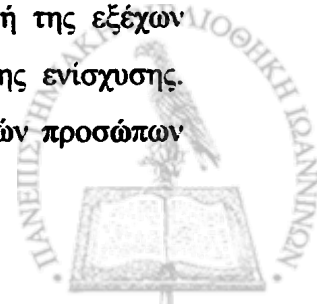


επιστημονικών ερευνών, με σκοπό την πολύπλευρη κατανόηση των προαναφερθέντων εννοιών.

Αναλυτικότερα, στο παρελθόν πολλές επιστημονικές έρευνες έχουν εστιάσει το ενδιαφέρον τους στην έννοια της αυτοαντίληψης, η οποία θεωρείται ότι, αφορά στις απόψεις για τις ικανότητες και την πιθανότητα επιτυχίας και συνεπώς επηρεάζει την επιλογή των δραστηριοτήτων, την επιμονή που θα καταβληθεί για την διεκπεραίωσή τους και γενικότερα την σκέψη και συμπεριφορά του ατόμου. Συγκεκριμένα, έχει υποστηριχθεί ότι, η σχολική και επαγγελματική επιτυχία καθορίζεται σημαντικά από τον βαθμό της αυτοαντίληψης. Μαθητές με αρνητική αυτοαντίληψη απέχουν από τις σχολικές εργασίες, λόγω του φόβου αποτυχίας και ως εκ τούτου στερούν από τον εαυτό τους την προσωπική εξέλιξη· σε αντίθεση με τους μαθητές με θετική αυτοαντίληψη, οι οποίοι δεν φοβούνται την πιθανότητα λάθους και συμμετέχουν στις σχολικές εργασίες (Schunk, 1990 · Zimmerman, & Martinez-Pons, 1990 · Pomerantz, Wang, & Ng, 2005). Ακόμα και άτομα που ανήκουν σε μεγαλύτερη ηλικιακή ομάδα επηρεάζονται από τον βαθμό της αυτοαντίληψής τους. Έρευνα η οποία αφορούσε σε ενήλικες εργαζομένους συμπέρανε ότι, η αυτοαντίληψη καθορίζει την δημιουργία κινήτρων, την ανάληψη και ολοκλήρωση μιας εργασίας και επομένως την επαγγελματική ανέλιξη (Judge, Erez, & Bono, 2011).

Εκτός από τον τομέα της επαγγελματικής και σχολικής επίδοσης, η αυτοαντίληψη φαίνεται ότι επηρεάζει και τις κοινωνικές σχέσεις του ατόμου. Ο βαθμός της αυτοαντίληψης καθορίζει τη συμμετοχή στις ομάδες των συνομηλίκων (Pomerantz, Wang, & Ng, 2005). Επίσης, η αυτοαντίληψη επηρεάζει και τη συμπεριφορά απέναντι στο κοινωνικό περιβάλλον. Σύμφωνα με πορίσματα επιστημονικής έρευνας, άτομα με θετική αυτοαντίληψη διαμορφώνουν θετικότερη εικόνα για τους γύρω τους, σε αντίθεση με τα άτομα εκείνα που χαρακτηρίζονται από αρνητική αυτοαντίληψη και τα οποία διαμορφώνουν αρνητικότερη εικόνα για άλλους (Stock, 2012).

Συνάγεται, λοιπόν, το συμπέρασμα ότι, η αυτοαντίληψη αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για τη ζωή του ατόμου. Για τον λόγο αυτό θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη σημασία στην ανάπτυξη μιας θετικής αυτοαντίληψης. Στην ανάπτυξή της εξέχον είναι ο ρόλος των “σημαντικών άλλων”, μέσω της αποδοχής και της ενίσχυσης. Επιστημονικές έρευνες εντόπισαν ότι, η άποψη των σημαντικών αυτών προσώπων



για το άτομο καθορίζει την αυτοαντίληψή του, την διαχείριση των συναισθημάτων ντροπής (Assor, & Tal, 2012), αλλά και τη διαμόρφωση της συμπεριφοράς και τη σύναψη των κοινωνικών σχέσεων (Chen, & Andersen, 1999).

Σχολική ικανότητα

Έρευνες επίσης, επικέντρωσαν το ενδιαφέρον τους όχι μόνο στην γενικότερη αυτοαντίληψη, αλλά και στις επιμέρους πτυχές της. Αρχικά, αναφερόμαστε στην αυτοαντίληψη σχολικής ικανότητας. Βάσει πορισμάτων ερευνών μαθητές με αρνητικές αντιλήψεις για τις σχολικές τους ικανότητες, στερούν από τον εαυτό τους την ευκαιρία εξέλιξης, καθώς απέχουν από τις σχολικές εργασίες, λόγω υψηλού φόβου αποτυχίας, ενώ σε περίπτωση αποτυχίας την αποδίδουν στην προσωπική τους ανικανότητα (Ghazvini, 2011 · Green, Liem, Martin, Colmar, Marsh, & McInerney, 2012).

Σημαντική θεωρείται και η επίδραση των “σημαντικών άλλων”. Συγκεκριμένα, όσον αφορά τους εκπαιδευτικούς, έρευνα τόνισε την σπουδαιότητα προσδιορισμού του στόχου της βαθμολόγησης, καθώς εντόπισε την αυτοαντίληψη πολλών μαθητών να επηρεάζεται από την χαμηλή βαθμολογία, λόγω λανθασμένης εκτίμησης για τον ρόλο της βαθμολόγησης και την εναπόθεσή της στην γενικότερη εκτίμηση των εκπαιδευτικών προς το πρόσωπό τους (LaBenne, & Greene, 1969). Επίσης, αναφορικά με την επίδραση των γονέων στην ανάπτυξη θετικών αντιλήψεων για τη σχολική ικανότητα, παρατηρήθηκε ότι, μαθητές με φαινομενικά “ίσες” εκπαιδευτικές ευκαιρίες σημείωσαν διαφορετικές σχολικές επιδόσεις ως αποτέλεσμα αλληλεπίδρασης, τόσο του σχολικού, όσο και του οικογενειακού περιβάλλοντος (Coleman, 1966, όπ. αναφ. στο Φλουρής, 1969).

Εν κατακλείδι, διάφορες επιστημονικές έρευνες επιχείρησαν τον εντοπισμό δημογραφικών παραγόντων στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης σχολικής ικανότητας. Εντοπίστηκε να μην υπάρχει διαφορά ως προς το φύλο (Bracken, 1996 · Ghazvini, & Khajehpour, 2011), ενώ ως προς τη σειρά γέννησης παρατηρήθηκε ότι, τα πρωτότοκα και τα μοναχοπαίδια συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης για τις σχολικές τους ικανότητες (Song, & Hattie, 1984).



Σχέσεις με τους συνομηλίκους

Αποτελέσματα επιστημονικών ερευνών τονίζουν επίσης τη σημαντικότητα των θετικών αντιλήψεων για τις σχέσεις του ατόμου με τους συνομηλίκους. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι, άτομα με κοινωνικό άγχος, χαρακτηρίζονται από αρνητικότερη αυτοαντίληψη στον τομέα αυτό, σε αντίθεση με άτομα που δεν αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους φοβία και τα οποία συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης, τονίζοντας με τον τρόπο αυτό την επίδραση της αυτοαντίληψης στην κοινωνικοποίηση του ατόμου (Wilson, & Rapee, 2006). Επίσης, από αντίστοιχη έρευνα προέκυψε ότι, η θετική αυτοαντίληψη στον τομέα των σχέσεων με τους συνομηλίκους συνδέεται με μεγαλύτερη προσαρμοστικότητα του ατόμου, ενώ ταυτόχρονα δρα ως προστατευτικός παράγοντας ενάντια στην εμφάνιση παραβατικής συμπεριφοράς (Ybrandt, 2008).

Η πτυχή αυτή της αυτοαντίληψης, δεν φαίνεται να επηρεάζεται από δημογραφικούς παράγοντες, όπως το φύλο και η ηλικία (Harter, 1982 & Nottelman, 1987 όπ. αναφ. στο Bracken, 1996).

Φυσική εμφάνιση

Όπως, αναφέρεται από αποτελέσματα ερευνών η αυτοαντίληψη σχετικά με την εξωτερική εμφάνιση καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από την άποψη του κοινωνικού περιβάλλοντος. Αναλυτικότερα, παρατηρήθηκε ότι, η άποψη φοιτητριών για την εικόνα τους και ιδιαίτερα για το ιδανικό βάρος και σωματότυπο επηρεάζεται σημαντικά από τις κοινωνικές επιταγές και μπορεί να αποτελέσει παράγοντα ανάπτυξης προβλημάτων που σχετίζονται με την εξωτερική εμφάνιση (Vartanian, & Dey, 2013). Αντίστοιχη έρευνα η οποία εστίασε το ενδιαφέρον της στη μελέτη παιδιών 7-12 ετών, συμπέρανε ότι, η κοινωνική αποδοχή αναφορικά με την εξωτερική εμφάνιση μπορεί να επηρεάσει την ανάπτυξη της αυτοαντίληψης (Lau, Cheng, & Ransdell, 2008).

Επίσης, διαφοροποιήσεις στην αυτοαντίληψη παρατηρήθηκαν ως προς το φύλο, με το γυναικείο φύλο να χαρακτηρίζεται ως πιο ευαίσθητο στις κοινωνικές επιρροές και συνεπώς να συγκεντρώνει περισσότερες πιθανότητες εμφάνισης δυσαρέσκειας για την εξωτερική εμφάνιση (Κοσμόπουλος, 1983 · Haugen, Safvendom, & Ommundsen, 2012 · Chen, Gao, & Jackson, 2007).



Αθλητική ικανότητα

Αποτελέσματα επιστημονικής έρευνας, στην οποία μελετήθηκαν 2055 έφηβοι, έδειξαν ότι, η ικανότητα στα αθλήματα διαμορφώνει την αυτοαντίληψη στον τομέα αυτό (Haugen, Safvendom, & Ommundsen, 2011), αλλά και την εμπλοκή σε αθλητικές δραστηριότητες (Annesi, 2006 · Luszczyska, & Abraham, 2012). Ταυτόχρονα, η αντίληψη του ατόμου σχετικά με τις αθλητικές του ικανότητες καθορίζεται και από τις απόψεις του κοινωνικού περιβάλλοντος. Συγκεκριμένα, μελέτη που διεξήχθη με την συμμετοχή εφήβων και των δύο φύλων, συμπέρανε ότι, όσοι εξ αυτών δεχόντουσαν “πειράγματα” για τις αθλητικές τους επιδόσεις, εμφάνισαν αρνητική αυτοαντίληψη και ως εκ τούτου αποχή από τις αθλητικές δραστηριότητες (Slater, & Tiggemann, 2011).

Μετρήσεις για την επίδραση δημογραφικών παραγόντων, όπως το φύλο, εντόπισαν το γυναικείο φύλο να είναι πιο ευαίσθητο στις κοινωνικές απόψεις σχετικά με τις αθλητικές του ικανότητες (Haugen, Safvendom, & Ommundsen, 2011 · Slater, Tiggemann, 2011).

Διαγωγή-Συμπεριφορά

Όπως ήδη έχει αναφερθεί και σε προηγούμενη ενότητα της θεωρητικής προσέγγισης, ο βαθμός της αυτοαντίληψης στον τομέα της διαγωγής και συμπεριφοράς, καθορίζει τις επιλογές, τη συμπεριφορά και γενικότερα τη στάση ζωής του ατόμου. Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται από σχετική έρευνα, η οποία κατόπιν μελέτης 277 εφήβων συμπέρανε ότι, οι αρνητικές αντιλήψεις για τη διαγωγή και τη συμπεριφορά συνδέονται με την ανάπτυξη προβλημάτων συμπεριφοράς, ενώ αντίθετα η υψηλή αυτοαντίληψη στον τομέα αυτό αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην εμφάνιση παραβατικής συμπεριφοράς (Ybrandt, 2008). Σε αντίστοιχα αποτελέσματα κατέληξαν και άλλοι ερευνητές οι οποίοι τόνισαν την σημαντικότητα της θετικής αυτοαντίληψης για την προστασία από την λήψη ουσιών, όπως τα αλκοολούχα ποτά (Dudovitz, Li, & Chung, 2013).

Σε αντίθεση με τους τομείς της αυτοαντίληψης που αφορούν την εξωτερική εμφάνιση και την αθλητική ικανότητα, στον τομέα που σχετίζεται με τη διαγωγή και τη συμπεριφορά το γυναικείο φύλο συγκεντρώνει θετικότερες αντιλήψεις, καθώς τα



κορίτσια θεωρούν ότι, εκδηλώνουν καλύτερη συμπεριφορά, σε σύγκριση με τα αγόρια (Harter, 1985 όπ. αναφ. στο Σαμωτάκης, 2004).

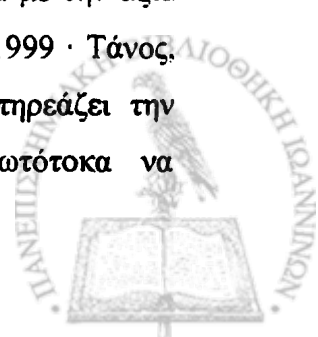
Δ.2. Αυτοεκτίμηση

Από την ανασκόπηση των θεωρητικών προσεγγίσεων που προηγήθηκε συνάγεται το συμπέρασμα ότι, η αυτοεκτίμηση και οι συγκεκριμένα οι πτυχές της, ο αυτοσεβασμός και η αυτεπάρκεια καθορίζουν σημαντικά την συμπεριφορά και τις επιλογές του ατόμου.

Επιστημονικές έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί σχετικά με τις έννοιες αυτές, έχουν εντοπίσει την σημασία της υψηλής αίσθησης αυτεπάρκειας στη διαμόρφωση του βαθμού συμμετοχής στις σχολικές εργασίες, στον καθορισμό του απαιτητικών στόχων και ακολούθως στη βελτίωση της σχολικής επίδοσης (Zuffian, Alessandri, Gerbino, Kanacti, Di Giunta, Milioni, & Caprara, 2013 · Pullmann, & Allik, 2008 · Rahmani, 2011). Ταυτόχρονα, αντίστοιχες έρευνες διαπιστώνουν την σπουδαιότητα της θετικής αυτοεκτίμησης για την ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων αλλά και την προστασία ενάντια στην εμφάνιση κοινωνικού άγχους (Ruby, Davis, & Matthews, 2012 · Rondebaugh, 2006). Τέλος, βάσει επιστημονικών πορισμάτων, η θετική συνολική άποψη για τον εαυτό λειτουργεί και προστατευτικά ενάντια στην εμφάνιση παραβατικών συμπεριφορών, όπως η κατανάλωση αλκοολούχων ποτών (DeHart, Tennen, Armeli, Todd, & Mohr, 2009 · Yang, Schaninger, & Laroche, 2013).

Στην ανάπτυξη μιας θετικής αυτοεκτίμησης, σημαντική θεωρείται η συμβολή των “σημαντικών άλλων”, όπως το οικογενειακό, σχολικό και φιλικό περιβάλλον. Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται από σχετική έρευνα, η οποία κατέδειξε τη σπουδαιότητα του ρόλου των φίλων, ως παράγοντας διαμόρφωσης μιας θετικής ή αντίθετα, αρνητικής αυτοεκτίμησης (Tarnat, MacKenzie, & Hewitt, 2006).

Επιπροσθέτως, γίνεται αναφορά και στην επίδραση δημογραφικών παραγόντων, όπως το φύλο και η σειρά γέννησης. Όσον αφορά το φύλο, το γυναικείο χαρακτηρίζεται ως πιο ευαίσθητο σε σύγκριση με το αρσενικό, σχετικά με την αξία και την εμπιστοσύνη που δείχνουν στον εαυτό τους (Kearney-Cooke, 1999 · Τάνος, 1985 · Σάμπαλη, 2008). Τέλος, η σειρά γέννησης φαίνεται ότι, επηρεάζει την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, με τα μοναχοπαίδια και τα πρωτότοκα να



συγκεντρώνουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση (Kidwell, 1982 · Σαμιωτάκης, 2004), ενώ αντίθετα, σε αντίστοιχη επιστημονική έρευνα δεν εντοπίζεται διαφορά των μοναχοπαιδιών και των πρωτότοκων με τα παιδιά που δεν ανήκουν στις κατηγορίες αυτές (Κοντοπούλου-Κοκκινάκη, 1990).

Δ.3. Μοναξιά και κοινωνική δυσaréσκεια

· Η έννοια της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσaréσκειας έχει αποτελέσει στο παρελθόν αντικείμενο μελέτης και διάφοροι ερευνητές επιχείρησαν να προσεγγίσουν τα χαρακτηριστικά της. Όπως ήδη έχει αναφερθεί και σε αντίστοιχη ενότητα της θεωρητικής ανασκόπησης, η μοναξιά αποτελεί το δυσάρεστο συναίσθημα που προκύπτει από την ποσοτική ή ποιοτική έλλειψη κοινωνικών σχέσεων. Βέβαια, η έννοια αυτή διαφέρει σημαντικά από το περιεχόμενο της έννοιας της μοναχικότητας. Σύμφωνα με πορίσματα επιστημονικής έρευνας, η μοναχικότητα συνδέεται με την επιθυμία του ατόμου να περάσει εποικοδομητικό χρόνο με τον εαυτό του και όχι λόγω αδυναμίας απόλαυσης των κοινωνικών συναναστροφών (Leary, Herbst, & McCrory, 2003). Επιπροσθέτως, η μοναχικότητα καθορίζεται και από την ηλικία του ατόμου. Στην περίοδο της εφηβείας η συχνότητα και το μέγεθος της μοναχικότητας είναι υψηλό, γεγονός που θεωρείται φυσιολογικό, καθώς με τον τρόπο αυτό προάγεται η ανάπτυξη της προσωπικότητας, σε αντίθεση με την ενήλικη περίοδο στην οποία ο μεγάλος βαθμός μοναχικότητας μπορεί να σχετιστεί με κακή κοινωνική προσαρμογή (Larson, 1990).

Η εμφάνιση του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσaréσκειας, όπως έχει εντοπιστεί από επιστημονικές έρευνες, σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με την ικανοποίηση που έχει το άτομο από τη ζωή του. Συγκεκριμένα, από έρευνα στην οποία συμμετείχαν 436 ενήλικες προέκυψε ότι, ότι η μοναξιά μεσολαβεί στη σχέση μεταξύ της ανεκπλήρωτης ανάγκης για ένταξη σε μία ομάδα και της έλλειψης για ικανοποίηση από τη ζωή (Mellor, Stokes, Firth, Hayashi, & Cummins, 2008). Επίσης, αντίστοιχες έρευνες συνέδεσαν τη μοναξιά με την ανεπαρκή αίσθηση ικανοποίησης από τη ζωή και την ελλιπή κοινωνική στήριξη (Bozorgpour, & Salimi, 2012 · Salimi, 2011 · Akhunlar, 2010 · Shahini, 2010).

Η μοναξιά φαίνεται ότι, επιδρά και στην αυτοαντίληψη του ατόμου. Η μοναξιά και κοινωνική δυσaréσκεια έχει αποδειχτεί ότι, σχετίζεται με την έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό αλλά και τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιμετωπίζει



την επιτυχία και την αποτυχία (Ernst, & Cacioppo, 1999). Τα άτομα που βιώνουν μοναξιά συνήθως αποδίδουν τις επιτυχίες τους σε τυχαία γεγονότα και στην καλή διάθεση των υπολοίπων, ενώ τις αποτυχίες τους στον ελαττωματικό τους χαρακτήρα (Crick, Grotpeter, & Rockhill, 1999, Crick, & Ladd, 1993, Qualter, & Mann, 2002, Renshaw, & Brown, 1993 οπ. αναφ. Γαλανάκη, 2012).

Μία ακόμα σημαντική επίδραση της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας αφορά την σχολική σταδιοδρομία του παιδιού. Συγκεκριμένα, η μοναξιά επηρεάζει την αναγνωστική ικανότητα του μαθητή (Quay, 1992) αλλά και τη σχολική του επίδοση (Asher, Hymel, & Renshaw, 1984, Galanaki, & Kalantzi-Azizi, 1999, Kockenderfer, & Ladd, 1996a, 1999b, Juvonen, Nishina, & Graham, 2000, Koenig, & Abrams, 1999, Larson, 1999, Levitt, Guacci-Franco, 1994 οπ. αναφ. Galanaki, Polychronopoulou, & Babalis, 2008). Συνολικά, η μοναξιά συνδέεται αρνητικά με την συμμετοχή του μαθητή στις σχολικές διαδικασίες και την ευχαρίστηση που αντλεί από αυτές και θετικά με την ανάγκη αποφυγής του σχολείου (Kockenderfer, & Ladd, 1996a, 1999b, Ladd, Kockenderfer, & Coleman, 1996, 1997 οπ. αναφ. Galanaki, Polychronopoulou, & Babalis, 2008).

Τέλος, σύμφωνα με τα αποτελέσματα ερευνών, το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας επηρεάζει και την ψυχική υγεία του ατόμου. Έχει εντοπιστεί ότι, η μοναξιά αποτελεί σημαντικό παράγοντα εμφάνισης κατάθλιψης (Ernst, & Cacioppo, 1999 · Cacioppo, Hawkey, Ernst, Burleson, Berntson, Nouriani, & Spiegel, 2006 · Lasgaard, Goossens, Bramsen, Trillingsgaard, & Elklit, 2011)

Επίσης, έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί αναφορικά και με τα είδη της μοναξιάς, την κοινωνική αλλά και την συναισθηματική μοναξιά. Σύμφωνα με τα πορίσματά τους η κοινωνική και η συναισθηματική μοναξιά σχετίζονται με το συναίσθημα της δυσαρέσκειας από τη ζωή, με την συναισθηματική μοναξιά να θεωρείται ισχυρότερος προβλεπτικός παράγοντας (Salimi, 2011). Τα αποτελέσματα ακόμη, έδειξαν το αρσενικό φύλο να συγκεντρώνει υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής μοναξιάς, γεγονός που αποδόθηκε στον αυτό-αποκαλυπτικό χαρακτήρα των κοριτσιών και συνεπώς, στην χαμηλότερη αίσθηση απουσίας στενών και έμπιστων σχέσεων.

Συνάγεται, λοιπόν, το συμπέρασμα ότι, η πρόληψη της εμφάνισης μοναξιάς έχει ιδιαίτερη σημασία για τη ζωή του ατόμου. Προστατευτικό ρόλο διαδραματίζουν



οι “σημαντικοί άλλοι”. Έρευνες επιβεβαιώνουν την άποψη αυτή για την επίδραση του οικογενειακού, σχολικού και φιλικού περιβάλλοντος. Αναλυτικότερα, διαπιστώθηκε ότι, η σχέση με την οικογένεια και η ευαισθησία που επιδεικνύει στο παιδί συμβάλλει στην καλή σχολική επίδοση, την σύναψη φιλικών σχέσεων, ενώ παράλληλα, σχετίζεται με την προστασία απέναντι στην εκδήλωση μοναξιάς (Gazelle, & Sprangler, 2007). Η εμφάνιση της μοναξιάς μπορεί να αποφευχθεί μέσω της έκφρασης αποδοχής, φροντίδας και στήριξης εκ μέρους της οικογένειας αλλά και των συνομηλίκων (Salimi, Bozorgpour, 2012 · Jackson, 2007). Από αντίστοιχη έρευνα διαπιστώθηκε ότι, τα παιδιά που εκλάμβαναν χαμηλή αποδοχή εκ μέρους των συμμαθητών και των φίλων τους, εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς, σε αντίθεση με τα παιδιά που θεωρούνταν αποδεκτά και δημοφιλή (Asher, & Cassidy, 1992 · Asher, Hymel, & Renshaw, 1984). Τέλος, ιδιαίτερη βάση για την προστασία από την ανάπτυξη μοναξιάς δόθηκε, εκτός από την αποδοχή και την ύπαρξη των φιλικών σχέσεων, στην ποιότητα των σχέσεων αυτών (Parker, Asher, 1993).

Ολοκληρώνοντας την αναφορά μας στα πορίσματα επιστημονικών ερευνών σχετικά με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, γίνεται λόγος για την επίδραση δημογραφικών παραγόντων. Αναλυτικότερα σύμφωνα με τον Tomstam (1992 οπ. αναφ. Γαλανάκη, 2012), το φύλο δεν αποτελεί παράγοντα ανάπτυξης της μοναξιάς. Βέβαια, άλλοι ερευνητές διαπίστωσαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων. Συγκεκριμένα, διαπίστωσαν ότι το αρσενικό φύλο συγκεντρώνει υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Tumkaya, Aybek, & Celik, 2008, Wisemann, Gutfreundb, & Luriec, 1995, Schultz, Moore, 1986 οπ. αναφ. Salimi, 2011 · Salimi, 2011). Αντίστοιχες έρευνες διαπίστωσαν ότι τα κορίτσια συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα σε σύγκριση με τα αγόρια (Bogys, & Perlman, 1985, Bugay, 2007, Page, & Cole, 1991 οπ. αναφ. Salimi, 2011 · Gurses, Merhametlia, Sahin, Gunes, & Aqikyildiz, 2011). Όσον αφορά την ηλικία των μαθητών παρατηρήθηκε ότι, τα μικρότερα παιδιά εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς, γεγονός που αποδόθηκε στην μικρότερη ελευθερία των παιδιών αυτών για ανάπτυξη φιλικών σχέσεων εκτός σχολικού πλαισίου, αλλά και στην χωρίς δισταγμούς έκφραση των συναισθημάτων τους (Χατζηγεωργιάδου, 2007).



Δ.4. Παιδιά με αδέρφια και Μοναχοπαίδια

Τα περισσότερα παιδιά γεννιούνται και μεγαλώνουν με την παρουσία αδελφών. Η σειρά γέννησής τους, βάσει πορισμάτων επιστημονικών ερευνών, επηρεάζει την ανάπτυξη συγκεκριμένων χαρακτηριστικών της προσωπικότητάς τους. Συγκεκριμένα, τα πρωτότοκα παιδιά χαρακτηρίζονται ως περισσότερα υπεύθυνα, σε σύγκριση με τα μικρότερα αδέρφια τους, αλλά και με υψηλότερες σχολικές επιδόσεις. Η άποψη αυτή επιβεβαιώνεται από σχετική έρευνα στην οποία εντοπίστηκε τα μεγαλύτερα σε ηλικία παιδιά να ξεπερνούν τα αδέρφια τους, αναφορικά με το ποσοστό επιτυχίας σε προσαρμοσμένες στο αναπτυξιακό τους επίπεδο δραστηριότητες (Conley, Pfeiffer, & Velez, 2007). Επίσης, τα μεσαία κατά σειρά γέννησης άτομα παρατηρήθηκαν να είναι πιο παρορμητικά και με μεγάλη φαντασία, αλλά με χαμηλότερες σχολικές επιδόσεις και λιγότερη ευσυνειδησία, ενώ ταυτόχρονα τα μικρότερα παιδιά χαρακτηρίστηκαν ως πιο “ζεστά” και ευχάριστα (Saroglou, & Fiasse, 2003).

Βέβαια, εκτός από τη σειρά γέννησης των παιδιών, η ύπαρξη της αδελφικής σχέσης, φαίνεται να είναι καθοριστική για την ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους. Αναλυτικότερα, από μετα-ανάλυση ερευνών που πραγματοποιήθηκε μελετώντας 12.257 παιδιά και εφήβους, διαπιστώθηκε ότι, η ποιότητα της αδελφικής σχέσης (περισσότερη ζεστασιά μεταξύ των αδελφών, λιγότερες συγκρούσεις και μειωμένη διαφορετική μεταχείριση των παιδιών εκ μέρους των γονέων) σχετίζεται με λιγότερη εσωτερίκευση και εξωτερίκευση προβλημάτων (Buist, Dekovic, & Prinzie, 2013). Επίσης, η σχέση μεταξύ των αδελφών θεωρείται αρκετά σημαντική για την κοινωνικο-γνωστική ανάπτυξη, μέσω του παιχνιδιού, της διδασκαλίας και της προστατευτικότητας (Howe, & Recchia, 2008), αλλά και ιδιαίτερα βοηθητική για την κρίσιμη περίοδο της εφηβείας (Cox, Wang, & Gustafsson, 2011). Τέλος, η αδελφική σχέση ενισχύει την αναγνώριση του σεξουαλικού ρόλου. Αποδείχτηκε ότι ο/η μεγαλύτερος/η αδελφός/η συμβάλλει στην αναγνώριση του σεξουαλικού ρόλου του μικρότερου αδελφού (Wagner, Schubert, & Schubert, 1996). Συγχρόνως, το μικρότερο παιδί βοηθά την ανάπτυξη της προσωπικότητας, της αυτοαντίληψης και του αυτοελέγχου του μεγαλύτερου αδελφού του (Yucel, 2013).

Ωστόσο, τα μοναχοπαίδια στερήθηκαν της ευκαιρίας να μεγαλώσουν με αδέρφια. Η απουσία της αδελφικής αυτής σχέσης φαίνεται να επηρεάζει την



ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους. Πολλά χαρακτηριστικά έχουν αποδοθεί κατά καιρούς στα μοναχοπαίδια. Στην πραγματικότητα, σύμφωνα με πορίσματα ερευνών τα μοναχοπαίδια θεωρούνται αξιόπιστα, οργανωμένα, ευσυνείδητα, προσεκτικά, με υψηλές πιθανότητες για επιτυχημένη πορεία στον τομέα τους (Λέμαν, 1993). Επίσης, σε σύγκριση με τα άτομα που μεγάλωσαν με αδέρφια, υποστηρίζεται ότι, δεν χαρακτηρίζονται από υψηλότερη εγωιστική και μοναχική συμπεριφορά, ενώ παράλληλα, ενδέχεται να εμφανίσουν περισσότερη αυτονομία, ηγετικότητα και συνεργατικότητα (Lewis, & Rosenblum, 1979).

Καθοριστικό ρόλο στην υγιή ανάπτυξη της προσωπικότητας των μοναχοπαιδιών διαδραματίζει η οικογένεια. Κάθε πτυχή του οικογενειακού περιβάλλοντος επηρεάζει την ανάπτυξη της προσωπικότητας και την ψυχική υγεία των μοναχοπαιδιών (Fu, Hou, & Meng, 2012). Αναλυτικότερα, οι γονείς θα πρέπει να θέτουν όρια, να κρατήσουν σταθερές της προτεραιότητές τους, να μην το υπερ-αποζημιώνουν για την έλλειψη των αδελφών, αλλά και να ενισχύσουν τις κοινωνικές επαφές του παιδιού. Η άποψη αυτή ενισχύεται από έρευνα στην οποία παρατηρήθηκε ότι, τα μοναχοπαίδια των οποίων οι γονείς προωθούσαν τη σύναψη φιλικών σχέσεων των παιδιών τους, εμφάνισαν περισσότερη προσαρμοστικότητα και κοινωνικότητα από τα υπόλοιπα παιδιά (Haefele, & Wollf-Filsinger, 1985 όπ. αναφ. στο Vutz, & Unzner, 1995).

Ολοκληρώνοντας, γίνεται αναφορά στις επιστημονικές έρευνες που πραγματοποίησαν συγκρίσεις μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια και οι οποίες έχουν καταλήξει σε διαφορετικά συμπεράσματα. Ορισμένες εξ αυτών έχουν εντοπίσει διαφορές μεταξύ των δύο αυτών ομάδων, όσον αφορά τις αντιλήψεις και την κοινωνικότητά τους, ενώ αντίθετα αντίστοιχες έρευνες αποδεικνύουν την μη ύπαρξη διαφορών. Αναλυτικότερα, κατόπιν μελέτης 2.511 εφήβων διαπιστώθηκε ότι, η αυτοεκτίμηση των μοναχοπαιδιών είναι υψηλότερη σε σύγκριση με τα παιδιά με αδέρφια, καθώς και ότι, τα μοναχοπαίδια αισθάνονται περισσότερη ικανοποίηση από τη ζωή, ενώ αντίθετα, παρατηρήθηκε χαμηλότερη αυτοαντίληψη στον τομέα της αθλητικής ικανότητας (Veenhoven, & Verkuuyten, 1989). Ωστόσο, αντίστοιχη έρευνα δεν εντόπισε διαφορές ως προς την αυτοεκτίμηση αλλά στην κοινωνική ωριμότητα, με τα μοναχοπαίδια να συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα (Hasnain, & Adlakha, 2012). Ακόμη, στην εν λόγω έρευνα παρατηρήθηκε συνδυαστική επίδραση της αυτοεκτίμησης και της κοινωνικής ωριμότητας στην ικανοποίηση από τη ζωή των



μοναχοπαιδιών, αλλά ανεξάρτητα δεν φάνηκε να επιδρούν. Η αυτοεκτίμηση και η κοινωνική ωριμότητα των παιδιών με αδέρφια, είτε συνδυαστικά, είτε ανεξάρτητα δεν εντοπίστηκε να επιδρά στην αυτοεκτίμησή τους.

Τέλος, σχετικά με την κοινωνικότητα των μοναχοπαιδιών δεν παρατηρήθηκε διαφορά με τα παιδιά με αδέρφια ως προς την κοινωνική και συναισθηματική προσαρμογή. Επίσης, δεν εντοπίστηκε διαφορά ως προς το φύλο (Rashmi, & Gopalakrishna, 2012). Ωστόσο, γίνεται λόγος και για σχετική έρευνα, στην οποία προέκυψαν διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια, όσον αφορά την κοινωνικότητά τους, εντοπίζοντας λιγότερες κοινωνικές συναναστροφές για τα μοναχοπαίδια (Trent. & Spitzze, 2011). Επίσης, κατόπιν μελέτης 1.785 φοιτητών παρατηρήθηκε ότι τα μοναχοπαίδια διαφέρουν με τα παιδιά με αδέρφια-και συγκεκριμένα με τα τελευταία κατά σειρά γέννησης-ως προς την εγωκεντρικότητα και την εξωστρέφεια (Falbo, 1981). Ακόμη, μελετήθηκε η αίσθηση της μοναξιάς αλλά δεν εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις δύο ομάδες.

ΜΕΡΟΣ ΙΙ: Η ΕΡΕΥΝΑ

A. ΜΕΘΟΔΟΣ

A.1 Στόχοι και ερευνητικές υποθέσεις

Η παρούσα εργασία βασίζεται σε μία σειρά από στόχους και υποθέσεις. Συγκεκριμένα, οι στόχοι της έρευνας είναι οι εξής:

1. Να διερευνηθεί κατά πόσο η αυτοαντίληψη των μαθητών σχετίζεται με το συναίσθημα της μοναξιάς και της έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.
2. Να εξεταστεί αν η αυτοεκτίμηση των μαθητών σχετίζεται με το συναίσθημα της μοναξιάς και της έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.
3. Να διερευνηθεί κατά πόσο οι δημογραφικοί παράγοντες, όπως φύλο, ηλικία και βαθμός στην Νεοελληνική γλώσσα και στα Μαθηματικά, επηρεάζει την αυτοαντίληψη, την αυτοεκτίμηση, το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσaréσκειας.



4. Να γίνουν συγκρίσεις ανάμεσα σε μοναχοπαίδια και σε παιδιά με αδέρφια ως προς την αυτοαντίληψη, την αυτοεκτίμηση αλλά και την αίσθηση μοναξιάς και έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.

Σύμφωνα με την θεωρητική ανασκόπηση οι ερευνητικές μας υποθέσεις διατυπώνονται ως εξής:

1. Η αυτοαντίληψη των μαθητών έχει στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση με το συναίσθημα της μοναξιάς και της έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.
2. Η αυτοεκτίμηση των μαθητών έχει στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση με το συναίσθημα της μοναξιάς και της έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.
3. Οι δημογραφικοί παράγοντες, όπως φύλο, σχολική τάξη και βαθμός στο μάθημα της Γλώσσας και των Μαθηματικών, δεν θα σχετίζονται με το βαθμό της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης αλλά και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.
4. Τα μοναχοπαίδια και τα παιδιά με αδέρφια δεν εμφανίζουν στατιστικά σημαντική διαφορά όσον αφορά το συναίσθημα της μοναξιάς και της έλλειψης ψυχοκοινωνικής ικανοποίησης.

A.2 Δείγμα

Για την διεξαγωγή της παρούσας έρευνας συμμετείχαν συνολικά 465 μαθητές Δημοτικού σχολείου από την περιοχή των Νομών Ιωαννίνων, Θεσπρωτίας και Άρτας. Το δείγμα προήλθε συνολικά από 9 σχολεία εκ των οποίων 3 αποτελούσαν Δημοτικά Σχολεία του Νομού Ιωαννίνων, 3 του Νομού Θεσπρωτίας και τέλος, 3 του Νομού Άρτας. Στην έρευνα συμμετείχαν μαθητές από τις τελευταίες τάξεις του Δημοτικού και συγκεκριμένα, 150 (32,3%) μαθητές Δ' τάξης, 180 (38,7%) μαθητές Ε' τάξης και 135 (29%) Στ' τάξης Δημοτικού. Από τους συμμετέχοντες οι 219 (47,1%) ήταν αγόρια και 246 (52,9%) κορίτσια.

Επίσης, όσον αφορά τον αριθμό των αδερφών τα μοναχοπαίδια συνιστούν το 9% του δείγματος, οι μαθητές που έχουν έναν αδερφό/ή συνιστούν το 59,1%, του δείγματος, οι μαθητές με 2 αδέρφια το 21,1%, το 8,6% οι μαθητές με 3 αδέρφια και το 2,2% του δείγματος όσοι μαθητές έχουν 4 αδέρφια.



Τέλος, αναφέρονται οι βαθμολογικές επιδόσεις των συμμετεχόντων στο μάθημα της Νεοελληνικής Γλώσσας και στο μάθημα των Μαθηματικών. Στην Νεοελληνική Γλώσσα 313(67,3%) των ατόμων βαθμολογήθηκαν με 10, 105(22,6%) με 9, 42(9%) με 8 και 5(1,1%) από τους μαθητές με 7. Όσον αφορά στο μάθημα των Μαθηματικών από τους συμμετέχοντες οι 297(63,9%) βαθμολογήθηκαν με 10, οι 114(24,5%) με 9, οι 46(9,9%) με 8 και οι 8(1,7%) πήραν τον βαθμό 7.

Τα χαρακτηριστικά του δείγματος της εν λόγω έρευνας παρουσιάζονται αναλυτικά και στον παρακάτω πίνακα(Πίνακας 1)



Πίνακας 1. Κατανομή δείγματος (N=465) ως προς τα δημογραφικά χαρακτηριστικά

Δημογραφική κατηγορία	n	%
Φύλο		
Αγόρια	219	47,1
Κορίτσια	246	52,9
Τάξη		
Α' Δημοτικού	150	32,3
Β' Δημοτικού	180	38,7
Γ' Δημοτικού	135	29
Αδέρφια		
0	42	9
1	275	59,1
2	98	21,1
3	40	8,6
4	10	2,2
Βαθμολογία στη Νεοελληνική Γλώσσα		
10	313	67,3
9	105	22,6
8	42	9
7	5	1,1
Βαθμολογία στα Μαθηματικά		
10	297	63,9
9	114	24,5
8	46	9,9
7	8	1,7



A.3 Συλλογή Δεδομένων

A.3.1. Μέσο Συλλογής Δεδομένων

Για την διεξαγωγή της παρούσας έρευνας χρησιμοποιήθηκαν δύο ερωτηματολόγια με σκοπό την αξιολόγηση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης των μαθητών καθώς επίσης και την αξιολόγηση της μοναξιάς και της έλλειψης κοινωνικής ικανοποίησής τους

Για την αξιολόγηση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο «ΠΑΤΕΜ II - Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου» (Μακρή-Μπότσαρη, 2001), το οποίο αποτελεί την ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου *Self-Perception Profile for Children* (Harter, 1985). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει έξι(6) κλίμακες, πέντε(5) από τις οποίες αποτυπώνουν τους επιμέρους τομείς της αυτοαντίληψης και μία(1) η οποία αξιολογεί την αυτοεκτίμηση των μαθητών. Αναλυτικότερα, οι τομείς της αυτοαντίληψης που αξιολογούνται αφορούν: α)αντιλήψεις των μαθητών για τη σχολική τους ικανότητα, τις επιδόσεις τους, δηλαδή, στο σχολείο και την ικανότητά τους στα σχολικά μαθήματα, β) για τις σχέσεις τους με τους συνομηλίκους και τον βαθμό αποδοχής που αντιλαμβάνονται πως έχουν από τους συμμαθητές τους, γ) για την αθλητική τους ικανότητα, την αντίληψή τους, με άλλα λόγια, για την ικανότητα που έχουν στα αθλήματα, δ) για την φυσική τους εμφάνιση και για τον βαθμό ικανοποίησής τους με την εξωτερική τους εμφάνιση και τέλος, ε) για την διαγωγή και συμπεριφορά που εκδηλώνουν στη ζωή τους και κατά πόσο θεωρούν ότι αυτό που πράττουν είναι το σωστό. Η κλίμακα της αυτοεκτίμησης αξιολογεί το αν ο μαθητής αισθάνεται ικανοποιημένος με τον εαυτό του και τη ζωή του. Επίσης, το ερωτηματολόγιο ΠΑΤΕΜ II αποτελείται συνολικά από τριάντα(30) προτάσεις, πέντε(5) ανά κλίμακα. Οι συγκεκριμένες προτάσεις αποτελούν στην ουσία δηλώσεις οι οποίες διατυπώνονται σε δυαδική μορφή (π.χ. «Μερικά παιδιά τα καταφέρνουν πολύ καλά στα μαθήματά τους» - «Άλλα παιδιά δεν τα καταφέρνουν και τόσο καλά στα μαθήματά τους»). Ο μαθητής καλείται αρχικά να επιλέξει ποιος από τους δύο τύπους ταιριάζει περισσότερο στον χαρακτήρα του και έπειτα πόσο του ταιριάζει επιλέγοντας «Μάλλον μου ταιριάζει» ή «Απόλυτα μου ταιριάζει».



Το δεύτερο ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε για την μέτρηση της μοναξιάς και της έλλειψης της κοινωνικής ικανοποίησης αποτέλεσε η ελληνική προσαρμογή του ερωτηματολογίου «Κλίμακα της Μοναξιάς και της Κοινωνικής Δυσaráσκειας των Παιδιών» (Γαλανάκη, 1999). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτελεί μια πενταβάθμια κλίμακα, η οποία αξιολογεί το συναίσθημα της μοναξιάς, κατά πόσο, δηλαδή, οι μαθητές αισθάνονται ότι είναι μόνοι τους αλλά και την κοινωνική τους δυσaráσκεια, σε ποιο βαθμό, δηλαδή, αισθάνονται απογοητευμένοι ή όχι από τις κοινωνικές τους σχέσεις. Οι προτάσεις του ερωτηματολογίου είναι στο σύνολό τους εικοσιτέσσερις(24), εκ των οποίων οι τρεις(3) αξιολογούν το συναίσθημα της μοναξιάς, δεκατρείς(13) αφορούν την κοινωνική δυσaráσκεια, ενώ οι υπόλοιπες οκτώ(8) αποτελούν filler items, με σκοπό την χαλάρωση και την εξοικείωση των μαθητών με το ερωτηματολόγιο. Η δομή των προτάσεων είναι απλή και αποτελούν δηλώσεις (π.χ. «Μου είναι εύκολο να κάνω καινούριους φίλους στο σχολείο»), στις οποίες οι μαθητές καλούνται να επιλέξουν κατά πόσο οι δηλώσεις αυτές τους αντιπροσωπεύουν επιλέγοντας «Πάντα», «Τις περισσότερες φορές», «Μερικές φορές», «Σχεδόν ποτέ», «Καθόλου».

A.3.2. Δείκτης αξιοπιστίας

Προκειμένου να επιβεβαιωθεί η αξιοπιστία των ερωτηματολογίων «Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου» και «Κλίμακα Μοναξιά και Κοινωνικής Δυσaráσκειας των Παιδιών» πραγματοποιήθηκαν μετρήσεις των επιμέρους κλιμάκων. Αποδείχτηκε ότι τα δύο ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν θεωρούνται αξιόπιστα ως προς την εσωτερική συνοχή των προτάσεών τους. Αυτό τεκμηριώνεται από τους συντελεστές αξιοπιστίας alpha Cronbach, οι οποίοι κυμαίνονται σε υψηλά επίπεδα. Στον παρακάτω πίνακα (Πίνακας 2) παρουσιάζονται οι συγκεκριμένοι συντελεστές.



Πίνακας 2. Συντελεστές αξιοπιστίας alpha Cronbach για τις κλίμακες του ΠΑΤΕΜ

Κλίμακα	Συντελεστής alpha
Σχολική ικανότητα	0,89
Σχέσεις με συνομηλίκους	0,9
Αθλητική ικανότητα	0,88
Φυσική εμφάνιση	0,89
Διαγωγή-Συμπεριφορά	0,88
Αυτοεκτίμηση	0,89

Πίνακας 2.2. Συντελεστές αξιοπιστίας alpha Cronbach για τις κλίμακες της Μοναξιάς και Κοινωνικής Δυσaréσκειας των Παιδιών

Κλίμακα	Συντελεστής alpha
Μοναξιά	0,94
Κοινωνική Δυσaréσκεια	0,97

A.4. Διαδικασία

A.4.1. Πραγματοποίηση Πιλοτικής Έρευνας

Πριν από την εκπόνηση της κύριας έρευνας πραγματοποιήθηκε πιλοτική έρευνα. Στην πιλοτική έρευνα συμμετείχαν 15 μαθητές και των τριών τάξεων του Δημοτικού Σχολείου, στους οποίους δόθηκαν τα δύο ερωτηματολόγια «Πώς Αντλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου» και «Κλίμακα Μοναξιάς και Κοινωνικής Δυσaréσκειας των Παιδιών». Σκοπός της έρευνας αυτής, ήταν να εντοπιστεί το επίπεδο δυσκολίας που συναντούν οι μαθητές κατά την συμπλήρωσή τους, καθώς και η αναγνωσιμότητα και η κατανόηση του περιεχομένου των προτάσεων. Από την πιλοτική έρευνα προέκυψε ότι, τα παιδιά δεν αντιμετώπισαν σημαντικά προβλήματα κατά την συμπλήρωση των ερωτηματολογίων, ενώ ταυτόχρονα φάνηκε να κατανοούν τις προτάσεις αλλά και τον τρόπο επιλογής των απαντήσεων. Τέλος, να σημειωθεί



ότι, δεν χρειάστηκε να απομακρυνθεί καμία ερώτηση από τα αρχικά ερωτηματολόγια δεδομένου ότι, τα συγκεκριμένα έχουν προσαρμοστεί στα ελληνικά δεδομένα και χρησιμοποιηθεί πολλές φορές στο παρελθόν.

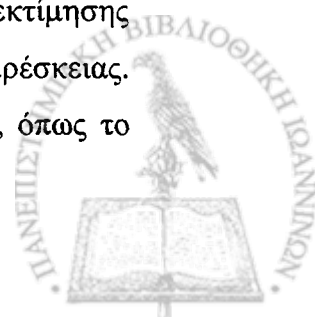
A.4.2. Πραγματοποίηση Κύριας Έρευνας

Η ανατροφοδότηση που εξασφαλίστηκε από την πιλοτική έρευνα, σχετικά με την εφαρμοσιμότητα των ερωτηματολογίων αλλά και την ευκολία ανταπόκρισης των μαθητών, παρείχε τη δυνατότητα εκπόνησης της κύριας έρευνας. Η πραγματοποίηση της κύριας έρευνας ξεκίνησε τον Απρίλιο του 2013 και ολοκληρώθηκε σε έναν μήνα. Αφού προηγουμένως πραγματοποιήθηκε ενημέρωση των Διευθυντών και των εκπαιδευτικών των Δημοτικών σχολείων αναφορικά με το περιεχόμενο και τους σκοπούς της έρευνας, εξασφαλίστηκε η άδεια για την συμμετοχή των μαθητών.

Για την υλοποίηση της κύριας έρευνας, χρειάστηκε να αφιερωθεί μία διδακτική ώρα. Αρχικά, δόθηκαν οι απαραίτητες πληροφορίες στους μαθητές σχετικά με τον σκοπό της έρευνας, τον τρόπο επιλογής των απαντήσεων, καθώς επίσης τονίστηκε και η σημαντικότητα της συνεισφοράς τους αλλά και της ειλικρινής τους απάντησης. Σε κάθε τάξη από την έναρξη μέχρι και την ολοκλήρωση συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων υπήρξε παρουσία του ερευνητή για την παροχή βοήθειας στους μαθητές και την επίλυση τυχόν αποριών. Η συγκεκριμένη διαδικασία διήρκεσε συνολικά εικοσιπέντε έως τριανταπέντε (25 έως 35) λεπτά της ώρας. Τέλος, να σημειωθεί ότι, από τα τετρακόσια εξήντα πέντε (465) ερωτηματολόγια που συγκεντρώθηκαν συνολικά, δεν χρειάστηκε να εξαιρεθεί κανένα εξ αυτών, καθώς όπως αναφέρθηκε, όλα πληρούσαν τις προϋποθέσεις εγκυρότητας και αξιοπιστίας.

B. Αποτελέσματα

Με την ολοκλήρωση συλλογής των ερωτηματολογίων ακολούθησε κωδικοποίηση των δεδομένων των ερωτηματολογίων προκειμένου να γίνουν στατιστικές αναλύσεις. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πρόγραμμα SPSS 19.0. Πρωτίστως, διερευνήθηκε η συνάφεια μεταξύ των επιμέρους τομέων της αυτοαντίληψης και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Ομοίως, μελετήθηκε και η συνάφεια της αυτοεκτίμησης των παιδιών και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Έπειτα, διερευνήθηκε κατά πόσο η επίδραση δημογραφικών παραγόντων, όπως το



φύλο, η ηλικία, ο αριθμός των αδερφών και η βαθμολογία στα μαθήματα του σχολείου, επηρεάζουν την αυτοαντίληψη, την αυτοεκτίμηση, το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τέλος, πραγματοποιήθηκαν συγκρίσεις ανάμεσα στα μοναχοπαίδια και στα παιδιά που έχουν αδέρφια, σχετικά με τα επίπεδα αυτοαντίληψης, αυτοεκτίμησης, συναισθήματος της μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας. Στις ενότητες που ακολουθούν γίνεται λεπτομερής περιγραφή όσων αναφέρθηκαν.

B.1. Συσχέτιση Αυτοαντίληψης Μοναξιάς και Κοινωνικής δυσαρέσκειας

Με σκοπό να διερευνηθεί κατά πόσο η αυτοαντίληψη των μαθητών συσχετίζεται με την ύπαρξη του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, πραγματοποιήθηκαν συσχετίσεις των τομέων της αυτοαντίληψης με τις μεταβλητές της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Από τις αναλύσεις των δεδομένων προέκυψε ότι, υπάρχει ισχυρή αρνητική συνάφεια ανάμεσα στο βαθμό της αυτοαντίληψης και στο συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας που εκδηλώνουν οι μαθητές. Συγκεκριμένα, οι μαθητές που έχουν υψηλό βαθμό στους επιμέρους τομείς της αυτοαντίληψης (σχολική ικανότητα, σχέσεις με συνομηλίκους, αθλητική ικανότητα, φυσική εμφάνιση, διαγωγή-συμπεριφορά) δεν βιώνουν σε μεγάλο βαθμό το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, αλλά και αντίστροφα, όσοι από τους μαθητές δεν έχουν ισχυρή αυτοαντίληψη, αισθάνονται συχνότερα μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια.

Αναλυτικότερα, από τον έλεγχο των αναλύσεων παρατηρούμε ότι, η υποκλίμακα της αυτοαντίληψης που αναφέρεται στις *σχέσεις με τους συνομηλίκους* εμφανίζει την υψηλότερη αρνητική συσχέτιση με το συναίσθημα της μοναξιάς ($r = -.66, p = .000$), γεγονός που φανερώνει ότι, η αυτοαντίληψη των μαθητών και ειδικότερα στον τομέα των σχέσεων με τους συνομηλίκους, συσχετίζεται με την εμφάνιση της μοναξιάς. Ομοίως, η υποκλίμακα *αθλητική ικανότητα* συσχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς ($r = -.46, p = .000$) και ακολουθούν οι υποκλίμακες *διαγωγή-συμπεριφορά* ($r = -.45, p = .000$), *φυσική εμφάνιση* ($r = -.45, p = .000$) και *σχολική ικανότητα* ($r = -.44, p = .000$).



Όσον αφορά την συσχέτιση των τομέων της αυτοαντίληψης με την κοινωνική δυσαρέσκεια των μαθητών, παρατηρούμε ισχυρή αρνητική συσχέτιση και σε αυτή την περίπτωση, με την υποκλίμακα της αυτοαντίληψης που αφορά τις σχέσεις με τους συνομηλίκους να εμφανίζει την υψηλότερη αρνητική συσχέτιση με την κοινωνική δυσαρέσκεια ($r = -.69, p = .000$). Ακολουθούν οι υποκλίμακες *αθλητική ικανότητα* ($r = -.48, p = .000$), *φυσική εμφάνιση* ($r = -.47, p = .000$), *διαγωγή-συμπεριφορά* ($r = -.46, p = .000$), και *σχολική ικανότητα* ($r = -.46, p = .000$). Στην συνέχεια, περιγράφεται αναλυτικότερα η συσχέτιση των επιμέρους τομέων της αυτοαντίληψης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

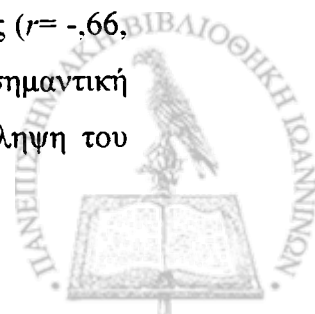
B.1.1. Σχολική ικανότητα, μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια

Από τις αναλύσεις των δεδομένων προέκυψε ότι, η συσχέτιση της σχολικής ικανότητας και της μοναξιάς εμφανίζει στατιστικώς σημαντικά αποτελέσματα. Συγκεκριμένα, ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την αντίληψη του μαθητή για την σχολική του ικανότητα, την απόδοσή του, δηλαδή, στα σχολικά μαθήματα, σχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς ($r = -.44, p = .000$) εκδηλώνοντας μέτρια αρνητική σχέση. Προκύπτει επομένως ότι, ο βαθμός αυτοαντίληψης του μαθητή για την σχολική του ικανότητα συσχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς. Ο υψηλός βαθμός αυτοαντίληψης, σχετικά με τη σχολική ικανότητα, συνδέεται με χαμηλό βαθμό μοναξιάς αλλά και αντίστροφα.

Συνεχίζοντας τις αναλύσεις των δεδομένων εντοπίζεται η αντίληψη του μαθητή για την ικανότητά του στα σχολικά μαθήματα να σχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της κοινωνικής δυσαρέσκειας ($r = -.46, p = .000$) αντιπροσωπεύοντας μέτρια αρνητική σχέση. Η ισχυρή αυτοαντίληψη όσον αφορά την σχολική ικανότητα επομένως, συνδέεται με χαμηλή κοινωνική δυσαρέσκεια και αντίστροφα.

B.1.2. Σχέσεις με τους συνομηλίκους, μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια

Από τα αποτελέσματα των αναλύσεων συμπεραίνουμε ότι ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την αντίληψη που έχει ο μαθητής για τον βαθμό της κοινωνικής του αποδοχής, σχετίζεται αρνητικά με την αίσθηση της μοναξιάς ($r = -.66, p = .000$). Συγκεκριμένα, παρατηρούμε ότι, υπάρχει στατιστικώς σημαντική συσχέτιση εξαιρετικά δυνατού μεγέθους. Αυτό σημαίνει πως η αυτοαντίληψη του



μαθητή σχετικά με τις κοινωνικές του σχέσεις και την αποδοχή που αισθάνεται ότι εκλαμβάνει από τους συνομηλίκους του, σχετίζεται κατά πολύ με την ύπαρξη του συναισθήματος της μοναξιάς. Η ισχυρή αυτοαντίληψη για τις σχέσεις με τους συνομηλίκους φαίνεται πως συνδέεται με απουσία του συναισθήματος της μοναξιάς, ενώ αντίθετα, μειωμένος βαθμός αυτοαντίληψης συσχετίζεται με την ανάπτυξη του συναισθήματος της μοναξιάς.

Ομοίως, το συναίσθημα της κοινωνικής δυσaréσκειας σχετίζεται στατιστικώς σημαντικά με τον τομέα της αυτοαντίληψης που αφορά τις σχέσεις με τους συνομηλίκους. Συγκεκριμένα, προέκυψε ότι οι δύο αυτές μεταβλητές έχουν ισχυρή αρνητική συσχέτιση ($r = -.69, p = .000$), κάτι που σημαίνει ότι η ανάπτυξη του συναισθήματος της κοινωνικής δυσaréσκειας συνδέεται με χαμηλά επίπεδα αυτοαντίληψης αλλά και αντίστροφα. Να σημειωθεί επίσης, ότι, η συγκεκριμένη υποκλίμακα της αυτοαντίληψης φέρει τα μεγαλύτερα επίπεδα συσχέτισης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσaréσκειας.

B.1.3. Αθλητική ικανότητα, μοναξιά και κοινωνική δυσaréσκεια

Συνεχίζοντας, συμπεραίνουμε ότι και ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την αθλητική ικανότητα, την αντίληψη που έχει, δηλαδή, ο μαθητής για την ικανότητά του στα σπορ και στα αθλήματα, σχετίζεται στατιστικώς σημαντικά με την μοναξιά που πιθανόν μπορεί να βιώσει. Αναλυτικότερα παρατηρούμε αρνητική σχέση μετρίου μεγέθους ($r = -.46, p = .000$) μεταξύ των δύο μεταβλητών που αναφέραμε. Αυτό σημαίνει ότι, ο βαθμός της αυτοαντίληψης σχετικά με την αθλητική ικανότητα σχετίζεται με το συναίσθημα της μοναξιάς και υποδηλώνει ότι, αυξημένη αυτοαντίληψη στον τομέα της αθλητικής ικανότητας σχετίζεται με χαμηλό βαθμό μοναξιάς και αντίθετα.

Αντίστοιχα, η αντίληψη του μαθητή για την ικανότητά του στα αθλήματα σχετίζεται αρνητικά και με το συναίσθημα της κοινωνικής δυσaréσκειας ($r = -.48, p = .000$). Όπως αναφέραμε και προηγουμένως, η αρνητική αυτή σχέση των δύο μεταβλητών που εξετάσαμε, υποδηλώνει ότι, η αύξηση του βαθμού της πρώτης αντιστοιχεί σε μειωμένο βαθμό της δεύτερης μεταβλητής. Στην προκειμένη περίπτωση, η ισχυρή αυτοαντίληψη του μαθητή για την αθλητική του ικανότητα συνδέεται με χαμηλό βαθμό κοινωνικής δυσaréσκειας.



B.1.4. Φυσική εμφάνιση, μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια

Τα αποτελέσματα των αναλύσεων δείχνουν συσχέτιση μεταξύ της αυτοαντίληψης του μαθητή σχετικά με την φυσική του εμφάνιση, και της αίσθησης μοναξιάς. Συγκεκριμένα, προέκυψε μέτρια αρνητική συσχέτιση μεταξύ των δύο μεταβλητών ($r = -.45, p = .000$), γεγονός που σημαίνει ότι, ο μαθητής που δεν αισθάνεται ικανοποιημένος με το πρόσωπό του, το σώμα του και γενικότερα με την εξωτερική του εμφάνιση θα εμφανίσει υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς, αλλά και αντίθετα, σε περίπτωση που ο μαθητής εκδηλώνει υψηλά επίπεδα αυτοαντίληψης, ο βαθμός της μοναξιάς θα περιορίζεται σε χαμηλά επίπεδα.

Όσον αφορά το συναίσθημα της κοινωνικής δυσαρέσκειας, συμπεραίνουμε ότι, υπάρχει μέτρια αρνητική συσχέτιση με τον τομέα της αυτοαντίληψης που αφορά την εξωτερική εμφάνιση ($r = -.47, p = .000$). Επομένως, υψηλότερη αυτοαντίληψη στην συγκεκριμένη υποκλίμακα, συνδέεται με χαμηλά επίπεδα κοινωνικής δυσαρέσκειας, αλλά και αντίστροφα, χαμηλότερη αντίληψη για την εξωτερική εμφάνιση αυξάνει την πιθανότητα ο μαθητής να αισθάνεται κοινωνικά δυσαρεστημένος.

B.1.5. Διαγωγή-Συμπεριφορά, μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια

Στατιστικώς σημαντικά αποτελέσματα διαφαίνονται και για τον τομέα της αυτοαντίληψης που αφορά την διαγωγή και συμπεριφορά του μαθητή, την αντίληψή του, δηλαδή, για το κατά πόσο θεωρεί ότι κάνει το σωστό και ότι γενικά έχει καλή συμπεριφορά. Η συγκεκριμένη κλίμακα της αυτοαντίληψης προκύπτει ότι, έχει αρνητική συσχέτιση με την αίσθηση της μοναξιάς ($r = -.45, p = .000$). Συμπεραίνεται λοιπόν, ότι, η αντίληψη του μαθητή για την διαγωγή και την συμπεριφορά του σχετίζεται αρνητικά με την ανάπτυξη του συναισθήματος της μοναξιάς. Ισχυρή αυτοαντίληψη συνδέεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς, ενώ χαμηλά επίπεδα αυτοαντίληψης στον τομέα της διαγωγής-συμπεριφοράς, σχετίζεται με υψηλά επίπεδα του συναισθήματος της μοναξιάς.

Η αυτοαντίληψη στον τομέα της διαγωγής και της συμπεριφοράς φαίνεται να σχετίζεται και με την αίσθηση της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Συγκεκριμένα, από τις αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν συμπεραίνεται ότι, οι δύο αυτές μεταβλητές σχετίζονται αρνητικά ($r = -.46, p = .000$). Αυτό το γεγονός σημαίνει ότι, η ανάπτυξη



της μίας μεταβλητής, αυτοαντίληψη ή κοινωνική δυσαρέσκεια, έχει ως επακόλουθο την μείωση της άλλης, κοινωνική δυσαρέσκεια ή αυτοαντίληψη αντίστοιχα.

B.2. Συσχέτιση Αυτοεκτίμησης, Μοναξιάς και Κοινωνικής δυσαρέσκειας

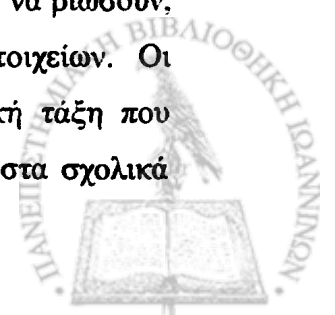
Ολοκληρώνοντας τη διερεύνηση αναφορικά με το αν η αυτοαντίληψη και οι επιμέρους τομείς της συσχετίζονται με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας και σε ποιο βαθμό, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις που αφορούσαν στην αυτοεκτίμηση των μαθητών. Συγκεκριμένα, έγινε προσπάθεια διερεύνησης της συσχέτισης της αυτοεκτίμησης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Αναλυτικότερα, σκοπός των αναλύσεων αυτών ήταν να εντοπιστεί αν η αυτοεκτίμηση των μαθητών, η ικανοποίηση και η ευχαρίστηση που έχει, δηλαδή, ο κάθε μαθητής γενικότερα για τον εαυτό του και τη ζωή του συνάδει με την ανάπτυξη και τον βαθμό της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τα αποτελέσματα των μετρήσεων φανερώνουν ότι, μεταξύ των δύο αυτών μεταβλητών υπάρχει στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση.

Συγκεκριμένα, προέκυψε ότι, η αυτοεκτίμηση συσχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς ($r = -.54, p = .000$). Ο υψηλός βαθμός αυτοεκτίμησης φαίνεται, λοιπόν, να συνδέεται με χαμηλά επίπεδα συναισθήματος της μοναξιάς, ενώ αντιθέτως, η χαμηλή αυτοεκτίμηση σχετίζεται με εντονότερη αίσθηση τα μοναξιάς εκ μέρους των μαθητών.

Ομοίως, αρνητική συσχέτιση προέκυψε και μεταξύ των μεταβλητών της αυτοεκτίμησης και του συναισθήματος της κοινωνικής δυσαρέσκειας ($r = -.55, p = .000$). Ως εκ τούτου, ο βαθμός αυτοεκτίμησης επηρεάζει την κοινωνική δυσαρέσκεια των μαθητών, με αντιστρόφως ανάλογο τρόπο.

B.3. Επίδραση δημογραφικών παραγόντων

Στην συγκεκριμένη έρευνα πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις που αφορούν την επίδραση ανεξάρτητων μεταβλητών. Αναλυτικότερα, σκοπός ήταν να εντοπιστεί σε ποιο βαθμό η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση των μαθητών αλλά και το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας που πιθανόν να βιώσουν, διαφοροποιούνται υπό την επίδραση ορισμένων δημογραφικών στοιχείων. Οι δημογραφικοί παράγοντες που εξετάζονται περιλαμβάνουν τη σχολική τάξη που φοιτά ο μαθητής, το φύλο, και την βαθμολογία του εκάστοτε μαθητή στα σχολικά



μαθήματα της Νεοελληνικής Γλώσσας και των Μαθηματικών. Συνεπώς, στην ενότητα αυτή αναλύεται η επίδραση των μεταβλητών αυτών στις εξαρτημένες μεταβλητές της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Στις υποενότητες που ακολουθούν γίνεται προσπάθεια περιγραφής της επίδρασης κάθε δημογραφικού παράγοντα.

B.3.1. Φύλο

Αναφορικά με τα ευρήματα για τη διάσταση *Αυτοαντίληψη-Σχολική ικανότητα*, η σύγκριση ως προς τη μεταβλητή *φύλο* έδειξε στατιστικώς σημαντικές διαφορές ($t(463)=2,41, p=.016$). Διαπιστώθηκε, δηλαδή, ότι τα αγόρια (Μ.Ο.= 16,30, Τ.Α.= 3,06) ως προς την σχολική τους ικανότητα έχουν υψηλότερη αυτοαντίληψη από τα κορίτσια (Μ.Ο.= 15,56, Τ.Α.= 3,53).

Ως προς τη μεταβλητή *Αυτοαντίληψη-Σχέσεις με τους συνομηλίκους*, διαπιστώθηκαν επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές ($t(463)=2,96, p=.003$) μεταξύ των δύο φύλων, με τα αγόρια (Μ.Ο.= 16,60, Τ.Α.= 3,53) να έχουν υψηλότερη αυτοαντίληψη στον τομέα των σχέσεων με τους συνομηλίκους απ' ό,τι τα κορίτσια (Μ.Ο.= 15,59, Τ.Α.= 3,85).

Η μεταβλητή *Αυτοαντίληψη-Αθλητική ικανότητα* ως προς τη σύγκρισή της με τη μεταβλητή *φύλο*, φαίνεται πως έχει στατιστικά σημαντικές διαφορές ($t(462)=3,54, p=.000$). Συνεπώς, τα αγόρια (Μ.Ο.= 16,88, Τ.Α.= 3,09) έχουν διαφορά με τα κορίτσια (Μ.Ο.= 15,80, Τ.Α.= 3,49) ως προς την αντίληψή τους για την αθλητική τους ικανότητα.

Όσον αφορά την σύγκριση μεταξύ *Αυτοαντίληψης-Φυσικής εμφάνισης*, και *φύλου*, δεν παρατηρήθηκε καμία σημαντική διαφορά ($t(463)=1,07, p=.285$). Τα αγόρια (Μ.Ο.= 15,96, Τ.Α.= 3,26), δηλαδή, δεν φέρουν διαφορές για την αντίληψή τους σχετικά με την φυσική τους εμφάνιση από τα κορίτσια (Μ.Ο.= 15,62, Τ.Α.= 3,56).

Η σύγκριση της μεταβλητής *Αυτοαντίληψη-Διαγωγή-Συμπεριφορά* και της μεταβλητής *φύλο* δεν έδειξε επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές ($t(463)=.32, p=.747$). Επομένως, τα δύο φύλα, αγόρια (Μ.Ο.= 16,45, Τ.Α.= 3,09) και κορίτσια (Μ.Ο.= 16,36, Τ.Α.= 3,23) αποδείχτηκε πως δεν έχουν διαφορές στον συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης.



Η μεταβλητή *Αυτοεκτίμηση* από την σύγκρισή της με την μεταβλητή *φύλο* δεν έφερε στατιστικά σημαντική διαφορά ($t(463)=1,8, p=,072$). Φαίνεται, δηλαδή, ότι τα αγόρια (Μ.Ο.= 16,82, Τ.Α.= 3,10) δεν διαφέρουν όσον αφορά την αυτοεκτίμησή τους από τα κορίτσια (Μ.Ο.= 16,27, Τ.Α.= 3,37).

Ως προς την *Μοναξιά* η σύγκριση με το *φύλο* δεν έδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές ($t(463)=-1, p=,317$). Τα αγόρια (Μ.Ο.= 4,89, Τ.Α.= 3,17) επομένως, δεν αισθάνονται περισσότερη μοναξιά από τα κορίτσια (Μ.Ο.= 5,18, Τ.Α.= 3,03).

Τέλος, όσον αφορά την *κοινωνική δυσaréσκεια*, από τις συγκρίσεις που πραγματοποιήθηκαν με το *φύλο* δεν αποδείχτηκαν σημαντικές διαφορές ($t(463)=1,83, p=,067$). Συγκεκριμένα, κανένα από τα δύο φύλα, αγόρια (Μ.Ο.= 22,09, Τ.Α.= 12,22) και κορίτσια (Μ.Ο.= 24,14, Τ.Α.= 11,87) δεν φάνηκε να βιώνουν υψηλότερα επίπεδα κοινωνικής δυσaréσκειας.

B.3.2. Σχολική τάξη

Δεδομένου ότι, οι μέσοι όροι που θέλουμε να συγκρίνουμε είναι περισσότεροι από δύο(2) χρησιμοποιήθηκε για τον έλεγχο των υποθέσεων έλεγχος F-test(Ανάλυση Διακύμανσης Μονής Κατεύθυνσης). Τα ευρήματα αναφορικά με την επίδραση του δημογραφικού παράγοντα *σχολική τάξη* στην *αυτοαντίληψη-σχολική ικανότητα* του μαθητή δεν έδειξαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές, καθώς $F(2, 462)=,163, p=,849$. Προκύπτει, δηλαδή, ότι, η τάξη στην οποία φοιτά ο μαθητής (Δ', Ε', Στ' Δημοτικού) δεν επηρεάζει την αυτοαντίληψη του μαθητή σχετικά με την σχολική του ικανότητα.

Στατιστικά σημαντικές διαφορές δεν εντοπίστηκαν ούτε στην διάσταση της *αυτοαντίληψης-σχέσεις με τους συνομηλίκους* ($F(2, 462)= 1,419, p=,243$). Επομένως, η αντίληψη του μαθητή για τις σχέσεις του με τους συνομηλίκους δεν διαφέρει από την τάξη στην οποία φοιτά.

Η *αυτοαντίληψη-αθλητική ικανότητα* δεν φέρει επίσης στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα υπό την επίδραση του παράγοντα *σχολική τάξη* ($F(2, 462)= 1,152, p=,317$). Η τάξη, δηλαδή, δεν αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για την ανάπτυξη του τομέα της αυτοαντίληψης που σχετίζεται με την αθλητική ικανότητα.



Εν συνεχεία, παρατηρούμε ότι, δεν υπάρχουν στατιστικώς σημαντικές διαφορές μεταξύ της *σχολικής τάξης* και του τομέα της αυτοαντίληψης *φυσική εμφάνιση* ($F(2, 462) = ,656, p = ,519$). Ως εκ τούτου, η αντίληψη του κάθε μαθητή για την εξωτερική του εμφάνιση δεν επηρεάζεται από το αν φοιτά στη Δ', στην Ε' ή στη Στ' Δημοτικού.

Η *διαγωγή-συμπεριφορά* παρατηρούμε ότι στατιστικά δεν επηρεάζεται από τον δημογραφικό παράγοντα της *σχολικής τάξης* ($F(2, 462) = ,583, p = ,559$). Συνακολούθως, διαπιστώνουμε ότι, η αντίληψη του εκάστοτε μαθητή για τη συμπεριφορά και τη διαγωγή του δεν επηρεάζεται από την τάξη.

Όσον αφορά την *αυτοεκτίμηση* του μαθητή, δεν διαπιστώθηκαν στατιστικές σημαντικές διαφορές υπό την επίδραση του παράγοντα *σχολική τάξη* ($F(2, 462) = ,348, p = ,706$). Επομένως, δεν παρατηρούμε η αυτοεκτίμηση του μαθητή να εξαρτάται από την τάξη στην οποία φοιτά.

Στατιστικά σημαντικές διαφορές αναφορικά με την *σχολική τάξη* δεν εντοπίστηκαν στην μεταβλητή της *μοναξιάς* ($F(2, 462) = ,712, p = ,491$). Συμπεραίνεται, λοιπόν, ότι, το συναίσθημα της μοναξιάς δε εξαρτάται από το σε ποία τάξη φοιτά ο μαθητής.

Ολοκληρώνοντας τις μετρήσεις για την επίδραση της *σχολικής τάξης*, διαπιστώνουμε ότι, στατιστικώς σημαντικά διαφορές δεν παρατηρούνται ούτε στη μεταβλητή της *κοινωνικής δυσαρέσκειας* ($F(2, 462) = ,667, p = ,513$). Επομένως, το συναίσθημα της κοινωνικής δυσαρέσκειας που πιθανόν να βιώσει ο μαθητής δεν διαφέρει ανάλογα με την τάξη.

B.3.3. Βαθμολογία στο μάθημα της Νεοελληνικής Γλώσσας

Από τις μετρήσεις που πραγματοποιήθηκαν μέσω ελέγχου F-test, προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ($F(3, 461) = 153,61, p = ,000$) αναφορικά με τη βαθμολογία στη Νεοελληνική Γλώσσα και τις μεταβλητές της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Αναλυτικότερα, η μεταβλητή της *αυτοαντίληψης-σχολικής ικανότητας* αποδεικνύεται ότι, επηρεάζεται από την *βαθμολογία* που θα πάρει ο μαθητής στο μάθημα της *Γλώσσας*. Οι μαθητές που βαθμολογήθηκαν με 10 και 9 φαίνεται πως έχουν ισχυρότερη αυτοαντίληψη σ' αυτό τον τομέα σε σχέση με τους μαθητές που βαθμολογήθηκαν με 7 και 8.



Στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα προκύπτουν και από τις συγκρίσεις της βαθμολογίας στη Γλώσσα αναφορικά με την αυτοαντίληψη-σχέσεις με συνομηλίκους ($F(3, 461) = 30,85, p = ,000$). Συγκεκριμένα, μαθητές που έχουν υψηλότερη βαθμολογία (10 και 9) είχαν ισχυρότερη αντίληψη για τις σχέσεις τους με τους συνομηλίκους τους σε σύγκριση με εκείνους που έχουν χαμηλότερη βαθμολογία (7 και 8).

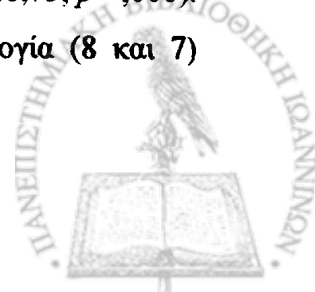
Η μεταβλητή αυτοαντίληψη-αθλητική ικανότητα φαίνεται πως επηρεάζεται από την βαθμολογία στη Νεοελληνική Γλώσσα ($F(3, 461) = 29,22, p = ,000$). Συγκεκριμένα, όσοι από τους μαθητές βαθμολογήθηκαν με 10 και 9 είχαν υψηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης στον τομέα της αθλητικής ικανότητας, σε αντίθεση με τους μαθητές που βαθμολογήθηκαν με 7 και 8.

Η σύγκριση της αυτοαντίληψης-φυσικής εμφάνισης των μαθητών αναφορικά με την βαθμολογία στη Γλώσσα φέρει στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα ($F(3, 461) = 38,85, p = ,000$). Εντοπίστηκε, δηλαδή, ότι η βαθμολογία των μαθητών στη Γλώσσα επηρεάζει την αυτοαντίληψή τους για την φυσική τους εμφάνιση, με τους μαθητές που πήραν τη βαθμολογία 10 και 7 να έχουν ισχυρότερη αυτοαντίληψη, ενώ οι μαθητές με τη βαθμολογία 9 και 8 να έχουν λιγότερη ισχυρή.

Παρόμοια αποτελέσματα προέκυψαν και στον τομέα της αυτοαντίληψης που σχετίζεται με την διαγωγή-συμπεριφορά, όσον αφορά την επίδραση της βαθμολογίας στη Γλώσσα ($F(3, 461) = 47,11, p = ,000$), όπου μαθητές που βαθμολογήθηκαν με 10 και 7 φαίνεται να έχουν ισχυρότερη αυτοαντίληψη στον συγκεκριμένο τομέα, ενώ οι μαθητές που πήραν τη βαθμολογία 9 και 8 έχουν λιγότερη ισχυρή.

Τα ευρήματα από την μέτρηση της επίδρασης της βαθμολογίας στη Νεοελληνική Γλώσσα στη μεταβλητή της αυτοεκτίμησης, είναι επίσης στατιστικώς σημαντικά ($F(3, 461) = 46,44, p = ,000$). Αποδεικνύεται, λοιπόν, ότι η υψηλή βαθμολογία στο μάθημα της Γλώσσας σχετίζεται με υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης, ενώ χαμηλή βαθμολογία συνδέεται με χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης.

Όσον αφορά το συναίσθημα της μοναξιάς, προκύπτει ότι, υπάρχει συσχέτιση με την βαθμολογία του μαθητή στη Νεοελληνική Γλώσσα ($F(3, 461) = 26,75, p = ,000$). Αναλυτικότερα, αποδεικνύεται ότι, μαθητές με χαμηλότερη βαθμολογία (8 και 7)



βιώνουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε αντίθεση με τους μαθητές που έχουν υψηλή βαθμολογία (10 και 9).

Τέλος, στατιστικώς σημαντικά αποτελέσματα προκύπτουν και από τις μετρήσεις της συσχέτισης της *κοινωνικής δυσαρέσκειας* με την *βαθμολογία στο μάθημα της Γλώσσας* ($F(3, 461) = 24,68, p = .000$). Συνεπώς, μαθητές με χαμηλή βαθμολογία στο συγκεκριμένο μάθημα (8 και 7) έχουν υψηλότερα επίπεδα κοινωνικής δυσαρέσκειας, ενώ μαθητές με υψηλή βαθμολογία (10 και 9) αισθάνονται λιγότερο κοινωνικά δυσαρεστημένοι.

B.3.4. Βαθμολογία στο μάθημα των Μαθηματικών

Κατόπιν των μετρήσεων σχετικά με το μάθημα της Γλώσσας πραγματοποιήθηκαν και αναλύσεις αναφορικά με την συσχέτιση του μαθήματος των Μαθηματικών με τις μεταβλητές της αυτοαντίληψης και των επιμέρους τομέων της, της αυτοεκτίμησης και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Και στην συγκεκριμένη περίπτωση χρησιμοποιήθηκε έλεγχος F-test (Ανάλυσης Διακύμανσης Μονής Κατεύθυνσης). Αναλυτικότερα, ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την σχολική ικανότητα, αποδείχτηκε ότι σχετίζεται με την βαθμολογία που θα πάρει ο μαθητής στο μάθημα των Μαθηματικών ($F(3, 461) = 105,39, p = .000$). Επομένως, οι μαθητές με υψηλή βαθμολογία (10 και 9) στο εν λόγω μάθημα έχουν και ισχυρότερη αυτοαντίληψη.

Όσον αφορά την *αυτοαντίληψη-σχέσεις με τους συνομηλίκους* αποδείχτηκε ότι και σε αυτή την περίπτωση υπάρχει συσχέτιση με το *μάθημα των Μαθηματικών* ($F(3, 461) = 22,40, p = .000$). Όσοι από τους μαθητές είναι υψηλόβαθμοι (10 και 9) έχουν και ισχυρότερη αυτοαντίληψη στον συγκεκριμένο τομέα, σε αντίθεση με του μαθητές που έχουν χαμηλότερη βαθμολογία (8 και 7).

Ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την *αθλητική ικανότητα* σχετίζεται επίσης με την *βαθμολογία στα Μαθηματικά* ($F(3, 461) = 19,54, p = .000$). Υψηλή βαθμολογία (10 και 9) επομένως, συνδέεται με ισχυρή αντίληψη των μαθητών για τις κοινωνικές τους σχέσεις, ενώ η χαμηλή βαθμολογία (8 και 7) σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης.



Συνεχίζοντας, διαπιστώνουμε ότι, η αυτοαντίληψη-φυσική εμφάνιση σχετίζεται με τον βαθμό που θα πάρει ο εκάστοτε μαθητής στα Μαθηματικά ($F(3, 461)= 23,94, p= ,000$). Όπως και στις προηγούμενες περιπτώσεις η υψηλή βαθμολογία (10 και 9) συνδέεται με χαμηλά επίπεδα στον συγκεκριμένο τομέα της αυτοαντίληψης αλλά και αντίθετα.

Ολοκληρώνοντας την συσχέτιση των τομέων της αυτοαντίληψης με την βαθμολογία στα Μαθηματικά, διαπιστώθηκε ότι, ο τομέας που αφορά την διαγωγή και συμπεριφορά των μαθητών σχετίζεται με το συγκεκριμένο μάθημα ($F(3, 461)= 24,90, p= ,000$). Συνεπώς, οι μαθητές με την βαθμολογία 10 και 9 αισθάνονται καλύτερα με τον τρόπο που συμπεριφέρονται γενικότερα σε σύγκριση με τους μαθητές που έχουν βαθμολογηθεί χαμηλότερα.

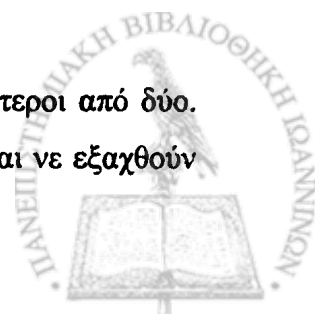
Η αυτοεκτίμηση των μαθητών αποδεικνύεται ότι στατιστικά σχετίζεται με την βαθμολογία τους στα Μαθηματικά ($F(3, 461)= 31,33, p= ,000$). Ως εκ τούτου, οι μαθητές που έχουν γενικότερα μία σχετικά καλή εικόνα για τον εαυτό τους και τη ζωή τους λαμβάνουν υψηλότερες βαθμολογίες (10 και 9), σε αντίθεση με τους μαθητές οι οποίοι δεν έχουν ιδιαίτερα υψηλή αυτοεκτίμηση.

Τα αποτελέσματα των μετρήσεων σχετικά με το συναίσθημα της μοναξιάς και την συσχέτισή του με την βαθμολογία των Μαθηματικών, έδειξαν στατιστικώς σημαντικά αποτελέσματα ($F(3, 461)= 16,31, p= ,000$). Συμπεραίνεται, λοιπόν, ότι, όσοι μαθητές βαθμολογήθηκαν με χαμηλό βαθμό (7 και 8) στο μάθημα για το οποίο γίνεται λόγος, αισθάνονται υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σύγκριση με τους υψηλόβαθμους μαθητές.

Τέλος, όσον αφορά το αίσθημα της κοινωνικής δυσαρέσκειας παρατηρήθηκε επίσης συσχέτιση με το μάθημα των Μαθηματικών και την βαθμολογία που θα λάβουν οι μαθητές ($F(3, 461)= 14,40, p= ,000$). Όπως και στις προηγούμενες περιπτώσεις διαπιστώθηκε ότι, η υψηλή κοινωνική δυσαρέσκεια συνδέεται με χαμηλές βαθμολογίες (7 και 8) στα Μαθηματικά, ενώ αντίθετα χαμηλά επίπεδα κοινωνικής δυσαρέσκειας λαμβάνουν υψηλότερες βαθμολογίες (10 και 9).

B.4. Διαφορές μεταξύ παιδιών με αδέρφια και μοναχοπαιδιών

Οι μέσοι όροι που επιθυμούμε να συγκρίνουμε είναι περισσότεροι από δύο. Για τον λόγο αυτό προκειμένου, να γίνει ο έλεγχος των υποθέσεων και να εξαχθούν



συμπεράσματα, χρησιμοποιήθηκε έλεγχος F-test (Ανάλυση Διακύμανσης Μονής Κατεύθυνσης). Στις συγκεκριμένες αναλύσεις σκοπός ήταν να εντοπιστεί κατά πόσο τα μοναχοπαίδια και τα παιδιά με αδέρφια διαφέρουν ή αντιθέτως δεν έχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ τους, αναφορικά με τις μεταβλητές της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

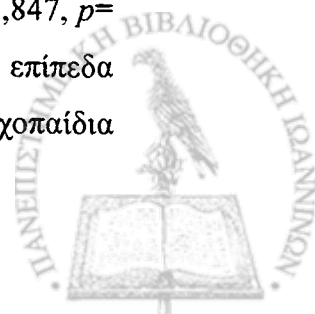
Αναλυτικότερα, ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά τη σχολική ικανότητα του μαθητή αποδείχτηκε ότι, δεν σχετίζεται με τον αριθμό των αδερφών ($F(4, 460) = 1,719, p = ,145$). Επομένως, το γεγονός ο μαθητής να αποτελεί μοναχοπαίδι ή να έχει αδέρφια, δεν επηρεάζει την αντίληψή του για τη σχολική του ικανότητα.

Ωστόσο, στατιστικά σημαντική διαφορά διαπιστώθηκε σχετικά με τον τομέα της αυτοαντίληψης που αναφέρεται στις σχέσεις με τους συνομηλίκους ($F(4, 460) = 2,500, p = ,042$). Προέκυψε, δηλαδή, ότι, ο αριθμός των αδερφών που έχει ο μαθητής ή το γεγονός να αποτελεί μοναχοπαίδι επηρεάζει την αυτοαντίληψή του για τις κοινωνικές του σχέσεις, με τα παιδιά που έχουν από ένα έως τρία αδέρφια να έχουν υψηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης, σε σύγκριση με τα μοναχοπαίδια και τα παιδιά με 4 αδέρφια.

Η αυτοαντίληψη του μαθητή για την αθλητική του ικανότητα αποδείχτηκε ότι, στατιστικά δεν σχετίζεται με το σύνολο των αδερφών του ($F(4, 460) = ,649, p = ,628$). Επομένως, η άποψη του μαθητή για το πόσο ικανό θεωρεί τον εαυτό του στα αθλήματα δεν επηρεάζεται, είτε από το γεγονός να αποτελεί μοναχοπαίδι, είτε από το πόσα αδέρφια έχει.

Στατιστικά σημαντική συσχέτιση δεν εντοπίστηκε ούτε στον τομέα της φυσικής εμφάνισης ($F(4, 460) = 2,284, p = ,059$). Τα αποτελέσματα, δηλαδή, έδειξαν ότι η αντίληψη του μαθητή για την εξωτερική του εμφάνιση διαμορφώνεται ανεξάρτητα από τον αριθμό των αδερφών του.

Ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την διαγωγή και συμπεριφορά σχετίζεται στατιστικώς σημαντικά με τον αριθμό των αδερφών ($F(4, 460) = 3,847, p = ,004$). Τα αποτελέσματα των αναλύσεων έδειξαν ότι υψηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης έχουν οι μαθητές με 1 και 3 αδέρφια, ακολουθώντας τα μοναχοπαίδια



και τα παιδιά με 2 αδέρφια, ενώ τα παιδιά με 4 αδέρφια φάνηκε να έχουν την χαμηλότερη αυτοαντίληψη όσον αφορά τη διαγωγή και τη συμπεριφορά τους.

Η συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με τον αριθμό των αδερφών δεν έφερε στατιστικώς σημαντικά αποτελέσματα ($F(4, 460) = 1,652, p = ,160$), γεγονός που σημαίνει ότι, ο βαθμός της αυτοεκτίμησης του κάθε μαθητή δεν εξαρτάται από το αν ο συγκεκριμένος μαθητής είναι μοναχοπαίδι ή εάν και πόσα αδέρφια έχει.

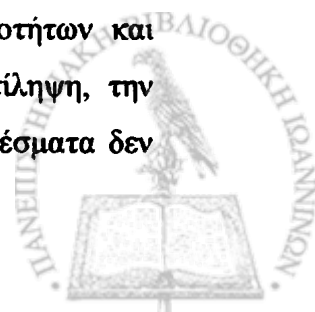
Το αίσθημα της μοναξιάς από την ανάλυση των δεδομένων αποδείχτηκε ότι συσχετίζεται με τον αριθμό των αδερφών ($F(4, 460) = 3,049, p = ,017$), με τους μαθητές με 4 αδέρφια να βιώνουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους υπόλοιπους.

Τα ευρήματα της συσχέτισης του συναισθηματος της κοινωνικής δυσαρέσκειας με τον αριθμό των αδερφών ήταν επίσης στατιστικώς σημαντικά ($F(4, 460) = 4,077, p = ,003$). Φαίνεται, δηλαδή, ότι οι μαθητές με μεγαλύτερο αριθμό αδερφών αισθάνονται περισσότερο κοινωνικά δυσαρεστημένοι σε αντίθεση με τους μαθητές με λιγότερα αδέρφια.

ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ – Συζήτηση επί των αποτελεσμάτων

A. Ευρήματα παρούσας έρευνας: Συσχέτιση με στόχους και υποθέσεις

Η συγκεκριμένη εργασία εστίασε το ενδιαφέρον της στη διερεύνηση πιθανής συσχέτισης της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν κατόπιν αναλύσεων κατέδειξαν ότι, τόσο οι επιμέρους τομείς της αυτοαντίληψης, όσο και η αυτοεκτίμηση σχετίζεται αρνητικά με την μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια των μαθητών. Επιπροσθέτως, αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν με σκοπό τον εντοπισμό της επίδρασης δημογραφικών παραγόντων, όπως το φύλο, η τάξη και η βαθμολογία των μαθητών, στις προαναφερθείσες μεταβλητές. Τέλος, πραγματοποιήθηκαν συγκρίσεις μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών που μεγάλωσαν με αδέρφια, ούτως ώστε να διερευνηθεί η ύπαρξη ομοιοτήτων και διαφορών μεταξύ των δύο αυτών ομάδων, όσον αφορά την αυτοαντίληψη, την αυτοεκτίμηση, την μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια. Τα αποτελέσματα δεν

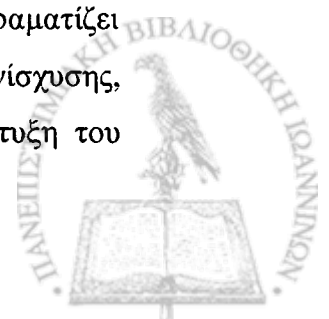


έδειξαν διαφορές στους τομείς της αυτοαντίληψης που αφορούν τη σχολική και αθλητική ικανότητα, τη φυσική εμφάνιση και την αυτοεκτίμηση, σε αντίθεση με τους τομείς που αφορούν τις σχέσεις με τους συνομηλίκους, τη συμπεριφορά αλλά και το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας στους οποίους παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια. Στην συνέχεια, επιχειρείται αναλυτικότερα η συζήτηση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας αλλά και η συσχέτισή τους με τους αρχικούς στόχους και υποθέσεις.

A.1. Συσχέτιση τομέων αυτοαντίληψης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια

Η αυτοαντίληψη, όπως έχει ήδη αναφερθεί και σε προηγούμενο κεφάλαιο της έρευνας αυτής, αποτελεί ένα είδος αυτοαξιολόγησης και περιλαμβάνει πεποιθήσεις και απόψεις του ατόμου για τον εαυτό του, οι οποίες επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τη στάση του. Οι απόψεις αυτές καθορίζονται από τις εμπειρίες με τους σημαντικούς άλλους, με τα πρόσωπα, δηλαδή, τα οποία θεωρούνται πολύ σημαντικά για το άτομο, όπως η οικογένεια, οι φίλοι και οι εκπαιδευτικοί (Μπρούζος, 2004). Επομένως, οι εμπειρίες που προκύπτουν από την σχέση με τα άτομα αυτά επιδρούν στην διαμόρφωση της αυτοαντίληψης. Η συγκεκριμένη άποψη επιβεβαιώνεται από επιστημονικές έρευνες οι οποίες καταδεικνύουν την σημασία της αποδοχής της οικογένειας (Assor, & Tal, 2012) και των συνομηλίκων στην ανάπτυξη θετικής αντίληψης για τον εαυτό και ακολούθως στην συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων (Πίγκα, 2009).

Αντίστοιχα, η συμβολή των σημαντικών προσώπων, μέσω της αποδοχής, είναι επίσης σημαντική στην προστασία από την εμφάνιση της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Συγκεκριμένα, η μοναξιά και η κοινωνική δυσαρέσκεια θεωρείται εκείνη η κατάσταση που προκύπτει από την έλλειψη αποδοχής και την ανεπαρκή εκπλήρωση της ανάγκης για σύναψη κοινωνικών σχέσεων λόγω ποιοτικής ή ποσοτικής έλλειψης στις σχέσεις αυτές. Είναι υποκειμενική βίωση και αποτελεί αίσθηση απομόνωσης, η οποία συνοδεύεται από αρνητικά συναισθήματα. Στην πρόληψη της εμφάνισης του συναισθήματος αυτού, καθοριστικό ρόλο διαδραματίζει η οικογένεια, μέσω της δημιουργίας κλίματος σταθερότητας, αποδοχής, ενίσχυσης, φροντίδας, γεγονός που συμβάλλει στην μετέπειτα υγιή κοινωνική ανάπτυξη του

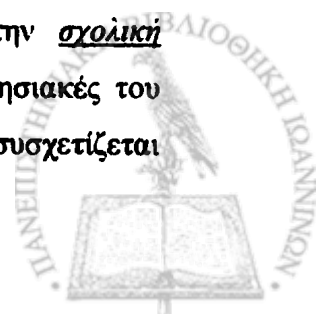


ατόμου (Γαλανάκη, 2012). Η συμβολή των συνομηλίκων είναι επίσης σημαντική, μέσω της αποδοχής, η οποία συμβάλλει στην προστασία ενάντια στην μοναξιά (Salimi, & Bozorgpour, 2012 · Jackson, 2007 · Asher, Hymel, & Renshaw, 1984 · Asher, & Cassidy, 1992). Τέλος, η στάση των εκπαιδευτικών μέσω της εγγύτητας και της αποφυγής συγκρούσεων και εξάρτησης, προλαμβάνει την ανάπτυξη του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας (Bowlby, 1969, όπ. αναφ. στο Galanaki, & Vassilopoulou, 2007). Σύμφωνα με πορίσματα επιστημονικών ερευνών το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας επηρεάζει την ικανοποίηση του ατόμου από τη ζωή (Mellor, Stokes, Firth, Hayashi, & Cummins, 2008 · Shahini, 2010) αλλά και την αντίληψη για τον εαυτό του· άτομα που βιώνουν μοναξιά έχουν την τάση να αποδίδουν τις επιτυχίες τους στην θετική προδιάθεση των άλλων, ενώ τις αποτυχίες τους στον ελαττωματικό τους χαρακτήρα (Crick, Grotpeter, & Rockhill, 1999. Crick, & Ladd, 1993, Qualter, & Mann, 2002, Renshaw, & Brown, 1993 όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012).

Βάσει των παραπάνω θεωρητικών διατυπώσεων υποθέσαμε ότι, ο βαθμός της αποδοχής του εαυτού από το άτομο, θα συσχετίζεται με την αίσθηση μη αποδοχής από το περιβάλλον και την έλλειψη ποιοτικών κοινωνικών σχέσεων. Επομένως, αρχικός στόχος της παρούσας μελέτης ήταν να εντοπιστεί η συσχέτιση της αυτοαντίληψης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια. Προκειμένου να διερευνηθεί η πιθανή ύπαρξη σχέσης μεταξύ των δύο αυτών παραγόντων, πραγματοποιήθηκε ανάλυση όλων των επιμέρους τομέων της αυτοαντίληψης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Τα πορίσματα της παρούσας έρευνας κατέδειξαν την ισχυρή αρνητική συσχέτιση όλων των πτυχών της αυτοαντίληψης με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, γεγονός που επιβεβαιώνει την αρχική μας υπόθεση και επισημαίνει την σημασία της θετικής αυτοαντίληψης στην πρόληψη της εμφάνισης της μοναξιάς αλλά και αντίστροφα. Αντίθετα, μια αυτοαντίληψη η οποία χαρακτηρίζεται από αρνητικές δηλώσεις για τον εαυτό συνδέεται με μεγάλες πιθανότητες για εμφάνιση συναισθήματος μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Αναλυτικότερα, ο τομέας της αυτοαντίληψης που αφορά την σχολική ικανότητα, τις αντιλήψεις δηλαδή που διατηρεί ο μαθητής για τις μαθησιακές του ικανότητες, την επίδοση και τις δυνατότητές του, προέκυψε ότι, συσχετίζεται



αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Η θετικές αντιλήψεις για την σχολική ικανότητα συνδέεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, αλλά και αντίστροφα η χαμηλή αυτοαντίληψη σχετίζεται με υψηλή μοναξιά και κοινωνική δυσαρέσκεια.

Ο τομέας της αυτοαντίληψης που αναφέρεται στις σχέσεις με τους συνομηλίκους, στις πεποιθήσεις, δηλαδή, του μαθητή αναφορικά με την ικανότητά του στην ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων, προέκυψε ότι σχετίζεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Ο υψηλός βαθμός αυτοαντίληψης στον συγκεκριμένο τομέα συνδέεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς αλλά και αντίστροφα. Τα ευρήματα αυτά ενισχύουν τα αποτελέσματα επιστημονικών ερευνών, οι οποίες τονίζουν την σημασία της υψηλής κοινωνικής αυτοαντίληψης στην ανάπτυξη της κοινωνικοποίησης. Ενδεικτικά, αναφέρεται η έρευνα των Wilson και Rapee (2006), οι οποίοι διαπίστωσαν σημαντική αρνητική σχέση μεταξύ αυτοαντίληψης και κοινωνικού άγχους. Επομένως, διαπιστώνεται ότι, η υψηλή αυτοαντίληψη βοηθά στην ανάπτυξη της κοινωνικοποίησης, στη συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων και συνεπώς στην αποφυγή εμφάνισης συναισθήματος μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Σημαντική αρνητική σχέση διαπιστώθηκε μεταξύ της μοναξιάς, της κοινωνικής δυσαρέσκειας και της φυσικής εμφάνισης. Η πτυχή αυτή της αυτοαντίληψης περιλαμβάνει αντιλήψεις του μαθητή για το πρόσωπο, το σώμα και γενικότερα για την εξωτερική του εμφάνιση. Έρευνες αποδεικνύουν ότι, οι προκαταλήψεις του περιβάλλοντος αναφορικά με το τι θεωρείται όμορφο και ελκυστικό αλλά και η αποδοχή του ατόμου βάσει των στερεοτύπων αυτών, επηρεάζει την ανάπτυξη της αυτοαντίληψης (Φλουρής, 1989 · Bracken, 1996 · Schmidt, 2006 · Κοσμόπουλος, 1983). Επομένως, εύλογα συμπεραίνει κανείς ότι, η αρνητική αυτοαντίληψη που διαμορφώνεται ως απόρροια κοινωνικών προκαταλήψεων αλλά και η έλλειψη της αποδοχής από το περιβάλλον, συμβάλλει στην ανάπτυξη της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Αντίθετα, θετικές αντιλήψεις για την εξωτερική εμφάνιση συνδέονται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Συνεχίζοντας, την ανάλυση της συσχέτισης της αυτοαντίληψης με την μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια, παρατηρήθηκε επίσης αρνητική συσχέτιση



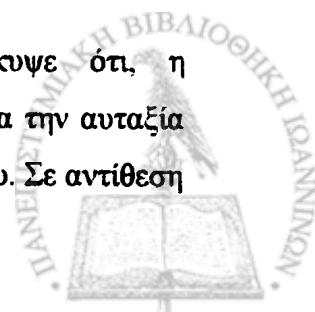
με τον τομέα που αφορά την αθλητική ικανότητα. Η πτυχή αυτή της αυτοαντίληψης αναφέρεται στην προσωπική άποψη του μαθητή για τις ικανότητές του στα αθλήματα. Διαπιστώθηκε ότι η υψηλή αυτοαντίληψη για τις αθλητικές ικανότητες σχετίζεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, γεγονός που ενισχύεται από τα πορίσματα ερευνών σύμφωνα με τα οποία, ο βαθμός της αυτοαντίληψης καθορίζει την συμμετοχή ή την αποχή από τα αθλήματα (Annesi, 2006 · Luszczynska, & Abraham, 2012 · Slater, & Tiggemann, 2011). Ως εκ τούτου τονίζεται η σημασία των θετικών αντιλήψεων του ατόμου για τον εαυτό του στο συγκεκριμένο τομέα, καθώς ενισχύεται η συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων και συνεπώς αποτρέπεται η εμφάνιση απομόνωσης και ανεπαρκής εκπλήρωσης της ανάγκης για σύναψη κοινωνικών σχέσεων.

Τέλος, διαπιστώθηκε αρνητική συσχέτιση της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας με τον τομέα διαγωγή-συμπεριφορά. Ο τομέας αυτός της αυτοαντίληψης περιλαμβάνει απόψεις του μαθητή σχετικά με τον τρόπο που επικοινωνεί, μιλά, αντιδρά και γενικότερα συμπεριφέρεται, οι οποίες καθορίζουν τη στάση του απέναντι στους άλλους και τις επιλογές του. Παρατηρήθηκε, λοιπόν, ότι οι θετικές αντιλήψεις που έχει ο μαθητής για την συμπεριφορά του σχετίζονται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, ενώ αντίθετα η αρνητική αυτοαντίληψη στον συγκεκριμένο τομέα συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας. Διαπιστώνεται επομένως, ότι ο τρόπος που ο μαθητής θεωρεί ότι συμπεριφέρεται επηρεάζει την συμμετοχή του στις ομάδες των συνομηλίκων και συνεπώς συμβάλλει στην πρόληψη ή αντίθετα στην εμφάνιση της μοναξιάς.

A.2. Συσχέτιση αυτοεκτίμησης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια

Οι απόψεις του μαθητή για τον εαυτό του και συγκεκριμένα οι αντιλήψεις που διατηρεί για συγκεκριμένες πτυχές του εαυτού του φάνηκε να σχετίζονται αρνητικά με την αίσθηση της μοναξιάς. Στη συνέχεια της παρούσας έρευνας, πραγματοποιήθηκε προσπάθεια εντοπισμού της σχέσης μεταξύ της αυτοεκτίμησης και του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Αναλυτικότερα, από την θεωρητική ανασκόπηση προέκυψε ότι, η αυτοεκτίμηση ορίζεται ως την συνολική εικόνα που έχει ο μαθητής για την αυταξία του, τον βαθμό που επιδοκιμάζει ή αντίθετα αποδοκιμάζει τον εαυτό του. Σε αντίθεση



με την αυτοαντίληψη, η αυτοεκτίμηση δεν περιλαμβάνει επιμέρους τομείς, αλλά αναφέρεται στην γενική εικόνα για τον εαυτό.

Η ανάπτυξη της προϋποθέτει την ύπαρξη κλίματος συναισθηματικής και σωματικής ασφάλειας, αίσθησης του ανήκειν, αποδοχής και ενίσχυσης (Youngs, 1992). Ως εκ τούτου, η συμβολή του οικογενειακού, φιλικού και σχολικού περιβάλλοντος, η συμβολή δηλαδή των σημαντικών άλλων έχει εξέχουσα σημασία. Η συνεχής απόρριψη ή υπό όρους θετική αναγνώριση δημιουργεί τα θεμέλια για την ανάπτυξη αρνητικής αυτοεκτίμησης (Μπρούζος, 2004). Το αποτέλεσμα μιας τέτοιας κατάστασης σποτελεί η αποχή από τις κοινωνικές σχέσεις λόγω ανασφάλειας και φόβου απόρριψης και ταπείνωσης (Youngs, 1992 · Τάνος, 1985). Προκύπτει επομένως ότι, ο βαθμός της αυτοεκτίμησης επιδρά στην κοινωνικοποίηση του μαθητή.

Βάσει των θεωρητικών αυτών διατυπώσεων υποθέσαμε ότι, καθώς η αυτοεκτίμηση καθορίζει την κοινωνική ανάπτυξη του μαθητή, θα σχετίζεται αρνητικά με την ύπαρξη του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν από τις αναλύσεις των δεδομένων επιβεβαιώνουν την αρχική μας υπόθεση για αρνητική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με τη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια. Συγκεκριμένα, εντοπίστηκε ότι, η υψηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας, ενώ αντίθετα η αρνητική εικόνα για τον εαυτό σχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τα ευρήματα αυτά ενισχύουν την άποψη προηγούμενων μελετητών για την επίδραση της αυτοεκτίμησης στην κοινωνικοποίηση του ατόμου. Από τα παραπάνω συνάγεται, λοιπόν, το συμπέρασμα ότι, ο υψηλός βαθμός αυτοεκτίμησης του κάθε μαθητή καθορίζει τη σύναψη κοινωνικών σχέσεων, τη συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων και ακολούθως αποτελεί προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην εμφάνιση της μοναξιάς. Στην αντίθετη περίπτωση, η αρνητική εικόνα για τον εαυτό δημιουργεί συναισθήματα ανασφάλειας, οδηγεί το μαθητή στην απομόνωση και συνεπώς στην βίωση της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

A.3. Επίδραση δημογραφικών παραγόντων

Στην συγκεκριμένη έρευνα επιχειρήθηκε η ανάλυση της επίδρασης δημογραφικών παραγόντων στις μεταβλητές της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης,



της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Οι δημογραφικοί παράγοντες που μελετήθηκαν αφορούν το φύλο και την σχολική τάξη των μαθητών καθώς και την βαθμολογία τους στα μαθήματα της Νεοελληνικής Γλώσσας και των Μαθηματικών. Η επίδραση των δημογραφικών αυτών παραγόντων συζητείται αναλυτικότερα στην συνέχεια.

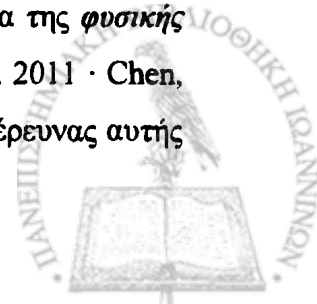
A.3.1. Φύλο

Το φύλο των μαθητών που συμμετείχαν στην παρούσα έρευνα φάνηκε ότι επιδρά σε συγκεκριμένους τομείς της αυτοαντίληψης. Στον τομέα της *σχολικής ικανότητας* εντοπίστηκαν διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, με τα αγόρια να χαρακτηρίζονται από υψηλότερα επίπεδα αντίληψης για τις μαθησιακές τους ικανότητες. Τα αποτελέσματα αυτά έρχονται σε αντίθεση με τα πορίσματα προηγούμενων ερευνών, τα οποία δεν εντοπίζουν διαφορές ανάμεσα στο αρσενικό και θηλυκό φύλο ως προς την αυτοαντίληψή τους (Bracken, 1996 · Ghazvini, & Khajehpour, 2011).

Σε αντίθεση επίσης ερχόμαστε και με αποτελέσματα ερευνών σχετικά με την ικανότητα στις *σχέσεις με τους συνομηλίκους*, οι οποίες δεν αναφέρουν διαφορά μεταξύ των δύο φύλων (Harter, 1982, Nottelman, 1987 όπ. αναφ. στο Bracken, 1996 · Πίγκα, 2009). Ωστόσο, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας εντοπίζουν το αρσενικό φύλο να συγκεντρώνει υψηλότερη αυτοαντίληψη στον τομέα που αφορά τις σχέσεις με τους συνομηλίκους.

Διαφορά επίσης παρατηρήθηκε και στον τομέα της *αθλητικής ικανότητας*. Αναλυτικότερα, τα αγόρια προέκυψε ότι διατηρούν θετικότερες αντιλήψεις για τις αθλητικές τους ικανότητες. Έρευνες κατέληξαν σε αντίστοιχα συμπεράσματα και εντόπισαν ότι, συγκριτικά με τα αγόρια, τα κορίτσια διαμορφώνουν δυσκολότερα θετική αντίληψη για τις ικανότητές τους στα αθλήματα (Haugen, Safvendom, & Ommundsen, 2011 · Slatter, & Tiggemann, 2011).

Ταυτόχρονα, ευρήματα επιστημονικών ερευνών καθιστούν τα κορίτσια πιο ευάλωτα στις κοινωνικές επιρροές σχετικά με την εξωτερική εμφάνιση, με αποτέλεσμα να διαμορφώνουν αρνητικότερη αυτοαντίληψη στον τομέα της *φυσικής εμφάνισης* (Κοσμόπουλος, 1983 · Haugen, Safvendom, & Ommundsen, 2011 · Chen, Cao, & Jackson, 2007). Βέβαια, από τις αναλύσεις των δεδομένων της έρευνας αυτής



δεν εντοπίσαμε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των δύο φύλων. Τα αγόρια όσο και τα κορίτσια χαρακτηρίζονται από τα ίδια επίπεδα αυτοαντίληψης φυσικής εμφάνισης.

Τέλος, η πτυχή της αυτοαντίληψης που αφορά τη *διαγωγή* και τη *συμπεριφορά* δεν φάνηκε να επηρεάζεται από τον παράγοντα *φύλο*. Τόσο το αρσενικό όσο και το θηλυκό φύλο προέκυψε ότι, χαρακτηρίζεται από τα ίδια επίπεδα αντίληψης για τη διαγωγή και τη συμπεριφορά. Ωστόσο, αντίστοιχη έρευνα εντόπισε διαφορά, με το θηλυκό φύλο να θεωρεί τον εαυτό του ότι εκδηλώνει καλύτερους τρόπους συμπεριφοράς από το αρσενικό (Harter, 1985 όπ. αναφ. στο Σαμιωτάκης, 2004).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας, η *αυτοεκτίμηση* των μαθητών του δείγματος επίσης δεν επηρεάζεται από το φύλο. Τα αγόρια και τα κορίτσια δεν παρατηρήθηκαν να φέρουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την αυτοεκτίμησή τους. Τα ευρήματα αυτά έρχονται σε αντίθεση με απόψεις μελετητών, οι οποίοι παρατηρούν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση του θηλυκού φύλου και αποδίδουν το γεγονός αυτό στην ευαισθησία που εκδηλώνεται απέναντι στις κοινωνικές δυνάμεις, οι οποίες καθιστούν τις γυναίκες πιο ευαίσθητες ως προς την αξία τους (Kearney-Cooke, 1999 · Τάνος, 1985 · Σάμπαλη, 2008).

Ολοκληρώνοντας την ανάλυση σχετικά με την επίδραση του φύλου αναφερόμαστε και στο συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Οι απόψεις ερευνητών σχετικά με την επίδραση του φύλου στο συναίσθημα αυτό ποικίλουν. Πολλοί εξ αυτών εντοπίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς στα αγόρια (Tumkaya, Aybek, & Celik, 2008, Wisemann, Gutfreundb, & Luriec, 1995, Schultz, & Moore, 1986 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011 · Salimi, 2011), ενώ αντίθετα άλλοι ερευνητές θεωρούν ότι τα κορίτσια βιώνουν περισσότερη μοναξιά (Borays, & Perlman, 1985, Bugay, 2007, Page, & Cole, 1991 όπ. αναφ. στο Salimi, 2011 · Gurses, Merhametli, Sahin, Gunes, & Aqikyildiz, 2011). Τα πορίσματα της συγκεκριμένης έρευνας δεν εντοπίζουν διαφορά μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών ως προς τα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας. Τα ευρήματα αυτά ενισχύονται και από αντίστοιχη έρευνα, η οποία την απουσία διαφοράς μεταξύ των δύο φύλων (Tornstam, 1992 όπ. αναφ. στο Γαλανάκη, 2012).



A.3.2. Σχολική τάξη

Κατόπιν ανάλυσης των δεδομένων προέκυψε ότι, η σχολική τάξη στην οποία φοιτούν οι μαθητές δεν επιδρά στις μεταβλητές της αυτοαντίληψης, της αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Αναλυτικότερα, η πτυχή της αυτοαντίληψης που αφορά την *σχολική ικανότητα* δεν φαίνεται ότι σχετίζεται με την τάξη στην οποία βρίσκεται ο κάθε μαθητής, γεγονός που επιβεβαιώνεται και από αντίστοιχη έρευνα (Bracken, 1996). Επομένως, οι μαθητές της Δ', Ε' και Στ' Δημοτικού δεν εμφανίζουν σημαντικές διαφορές ως προς την αντίληψή τους για τις σχολικές τους ικανότητες.

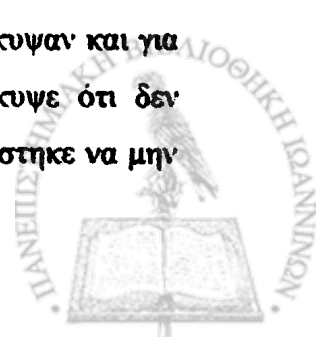
Παρόμοια αποτελέσματα προέκυψαν στον τομέα που αφορά τις *σχέσεις με τους συνομηλίκους*. Η αντίληψη των μαθητών για τις κοινωνικές τους ικανότητες δεν φάνηκε να επηρεάζεται από την σχολική τάξη. Το εύρημα αυτό ενισχύεται και από τα αποτελέσματα ερευνών, σύμφωνα με τα οποία η ηλικία των μαθητών δεν καθορίζει την αυτοαντίληψή τους στον τομέα αυτό (Harter, 1982, Nottelman, 1987, όπ. αναφ. στο Bracken, 1996, Πίγκα, 2009).

Η σχολική τάξη των μαθητών δεν φάνηκε να επιδρά ούτε στην πτυχή της αυτοαντίληψης που σχετίζεται με την *αθλητική ικανότητα*. Με άλλα λόγια, η αντίληψη που έχουν οι μαθητές για τις ικανότητές τους στις αθλητικές δραστηριότητες δεν καθορίζεται από την ηλικία και την τάξη στην οποία φοιτούν.

Ακόμη, η αντίληψη που έχουν οι μαθητές για την *φυσική τους εμφάνιση* δεν σχετίζεται από την σχολική τάξη. Τα επίπεδα της αυτοαντίληψης στον συγκεκριμένο τομέα διαμορφώνονται ανεξάρτητα από την φοίτηση στη Δ', Ε' ή Στ' Δημοτικού.

Η ηλικία των μαθητών επίσης δεν επιδρά στην αντίληψη για τη *διαγωγή και τη συμπεριφορά* τους. Επομένως, ο συγκεκριμένος τομέας αλλά και οι υπόλοιποι τομείς της αυτοαντίληψης δεν σχετίζονται με την ηλικία και την σχολική τάξη των μαθητών.

Αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν σχετικά και με την επίδραση της ηλικίας των μαθητών στην *αυτοεκτίμησή τους*. Αντίστοιχα αποτελέσματα προέκυψαν και για τον συγκεκριμένο παράγοντα. Η αυτοεκτίμηση των μαθητών προέκυψε ότι δεν σχετίζεται με την σχολική τάξη. Βέβαια, αν και η αυτοεκτίμηση εντοπίστηκε να μην



επηρεάζεται από την ηλικία του μαθητή. ωστόσο αλλαγές πιθανόν να έχουν πραγματοποιηθεί ως προς τον τρόπο διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης. Σύμφωνα με Λεονταρή (1996, όπ. αναφ. στο Χατζηγεωργιάδου, 2007), η ηλικία καθορίζει τον τρόπο διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, καθώς τα μικρά παιδιά διατηρούν απόψεις για γενικά χαρακτηριστικά, ενώ σε μεγαλύτερη ηλικία παρατηρείται στροφή προς τον εσωτερικό εαυτό και αυξάνονται οι αναφορές στα ψυχολογικά χαρακτηριστικά.

Ολοκληρώνοντας, αναφερόμαστε στην επίδραση της σχολικής τάξης στη μοναξιά και την κοινωνική δυσαρέσκεια. Με βάση τις αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν παρατηρήθηκε ότι, δεν υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των τριών τάξεων του Δημοτικού ως προς το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Επομένως, η ηλικία των μαθητών δεν αποτελεί καθοριστικό παράγοντα ανάπτυξης του αρνητικού αυτού συναισθήματος. Η συγκεκριμένη άποψη έρχεται σε αντίθεση με αντίστοιχη έρευνα στην οποία εντοπίστηκε διαφορά ως προς την ηλικία, με τα μικρότερα παιδιά να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Χατζηγεωργιάδου, 2007). Το γεγονός αυτό αποδόθηκε στη λιγότερη ελευθερία που έχουν τα μικρά παιδιά για σύναψη φιλικών σχέσεων εκτός σχολείου και στην άμεση και χωρίς δισταγμούς έκφραση των σκέψεών τους. Ωστόσο, αναφορικά με τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας θα μπορούσαμε να αποδώσουμε την απουσία σημαντικής διαφοράς μεταξύ Δ', Ε' και Στ' Δημοτικού στη στάση του κοινωνικού περιβάλλοντος. Το κλίμα αποδοχής καθώς και η ενίσχυση και προώθηση των φιλικών σχέσεων τόσο του οικογενειακού, όσο και του σχολικού περιβάλλοντος συμβάλλουν στην πρόληψη του συναισθήματος της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, ανεξάρτητα από την ηλικία του μαθητή.

A.3.3. Βαθμολογία στη Νεοελληνική Γλώσσα και στα Μαθηματικά

Τα αποτελέσματα των αναλύσεων σχετικά με την επίδραση της βαθμολογίας των μαθητών στην αυτοαντίληψη και την αυτοεκτίμησή τους, καθώς και στο συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, έδειξαν στατιστικώς σημαντικά συμπεράσματα.

Αναλυτικότερα, η βαθμολογία στα μαθήματα της Νεοελληνικής Γλώσσας και των Μαθηματικών φάνηκε να επιδρά σε όλους τους τομείς της αυτοαντίληψης (σχολική ικανότητα, σχέσεις με του συνομηλίκους, αθλητική ικανότητα, φυσική εμφάνιση, διαγωγή-συμπεριφορά). Οι μαθητές που έχουν λάβει υψηλή βαθμολογία

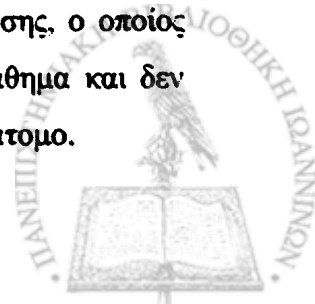


στα μαθήματα αυτά, χαρακτηρίζονται από υψηλή αυτοαντίληψη, σε αντίθεση με τους μαθητές με χαμηλή βαθμολόγηση, οι οποίοι συγκεντρώνουν αρνητικότερες αντιλήψεις για τον εαυτό τους.

Το ίδιο συμβαίνει όσον αφορά την σχέση της αυτοεκτίμησης με την βαθμολογία στα μαθήματα της Γλώσσας και των Μαθηματικών. Παρατηρήθηκε ότι, η υψηλή βαθμολόγηση συνδέεται με θετικότερη εικόνα για τον εαυτό, ενώ αντίθετα, η χαμηλή βαθμολογία στο προαναφερθέντα μαθήματα συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης.

Εύλογα συμπεραίνει κανείς, λοιπόν, ότι οι μαθητές που λαμβάνουν υψηλότερες βαθμολογίες διατηρούν θετικότερες απόψεις για τον εαυτό τους, σε σύγκριση με τους μαθητές που βαθμολογήθηκαν χαμηλά. Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν με θεωρητικές διατυπώσεις και αποτελέσματα προγενέστερων επιστημονικών ερευνών. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι η αυτοαντίληψη επηρεάζει τη σχολική επιτυχία των μαθητών καθώς καθορίζει τη στάση του απέναντι στις σχολικές διαδικασίες· θετική στάση για το σχολείο προβλέπει υψηλές επιδόσεις στα μαθήματα της Γλώσσας και των Μαθηματικών (Pomerantz, Wang, & Ng, 2005 · Ghazvini, 2011 · Green, Liem, Martin, Colmar, Marsh, & McInerney, 2012). Επομένως, οι μαθητές που διατηρούν θετικές αντιλήψεις για τον εαυτό τους, διαθέτουν και υψηλότερα κίνητρα επιτυχίας, σε αντίθεση με τους μαθητές με χαμηλή αυτοαντίληψη οι οποίοι αντιμετωπίζουν το άγχος της πιθανής αποτυχίας.

Η βαθμολογία των μαθητών φαίνεται να συνδέεται και με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Οι μαθητές που έχουν λάβει υψηλούς βαθμούς στα μαθήματα της Γλώσσας και των Μαθηματικών εντοπίστηκε ότι χαρακτηρίζονται από χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας. Αντίθετα, μαθητές με χαμηλές βαθμολογίες συγκεντρώνουν υψηλότερα επίπεδα των αρνητικών αυτών συναισθημάτων. Το γεγονός αυτό μπορεί να αποδοθεί στην αίσθηση μη αποδοχής των μαθητών εκ μέρους των εκπαιδευτικών. Σύμφωνα με τους LaBenne και Greene (1969), η χαμηλή βαθμολογία εκλαμβάνεται από τους μαθητές ως χαμηλή εκτίμηση του εκπαιδευτικού για τους ίδιους. Για τον λόγο αυτό οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να κάνουν σαφές τον σκοπό της βαθμολόγησης, ο οποίος συνίσταται στην βαθμολόγηση αποκλειστικά για το συγκεκριμένο μάθημα και δεν αφορά τον τρόπο που ο εκπαιδευτικός βλέπει τον μαθητή συνολικά ως άτομο.



A.4. Διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια

Ένας ακόμα στόχος της παρούσας ερευνητικής δραστηριότητας αποτέλεσε η διερεύνηση διαφορών ή ομοιοτήτων μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών που μεγάλωσαν με αδέρφια. Οι τομείς οι οποίοι εξετάστηκαν για να εντοπιστεί η πιθανή ύπαρξη διαφορών είναι η αυτοαντίληψη, η αυτοεκτίμηση, η μοναξιά και η κοινωνική δυσαρέσκεια.

Αναλυτικότερα, ως προς την αντίληψη *σχολικής ικανότητας*, τα μοναχοπαίδια και τα παιδιά με αδέρφια δεν φάνηκε να έχουν σημαντικές διαφορές. Τα μοναχοπαίδια επομένως, δεν διαθέτουν υψηλότερη αυτοαντίληψη σε σχέση με τα παιδιά με αδέρφια, σε αντίθεση με την άποψη των Vutz και Unzner (1995), οι οποίοι θεωρούν ότι, τα μοναχοπαίδια και τα πρωτότοκα έχουν την αίσθηση ότι υπερτερούν και συνηθίζουν να είναι πάντα μπροστά, στο σχολείο και στο επάγγελμα (Vutz, & Unzner, 1995).

Η πτυχή της αυτοαντίληψης που αφορά τις *σχέσεις με τους συνομηλίκους* φέρει στατιστικώς σημαντικές διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια. Συγκεκριμένα, τα μοναχοπαίδια φάνηκε να έχουν χαμηλότερη αντίληψη για τις κοινωνικές τους ικανότητες, σε σύγκριση με τα παιδιά που έχουν μεγαλώσει με αδέρφια. Επιστημονική έρευνα καταλήγει σε αντίστοιχα συμπεράσματα και εντοπίζει τα μοναχοπαίδια να έχουν λιγότερες κοινωνικές συναναστροφές από τα υπόλοιπα παιδιά (Trent, & Spitze, 2011). Το γεγονός αυτό μπορεί να αποδοθεί στην έλλειψη της αδελφικής σχέσης και της σημαντικής επίδρασής της στην κοινωνική ανάπτυξη. Η αμοιβαία διαπαιδαγώγηση μεταξύ των αδελφών ενισχύει τη μιμητική συμπεριφορά, την κοινωνική κατανόηση και την προσαρμοστικότητα των παιδιών (Dunn, 1988). Ακόμα και το παιχνίδι ρόλων μεταξύ των αδελφών βοηθά στην προετοιμασία για την ένταξη στις μεγαλύτερες κοινωνικές ομάδες. Επομένως, τα μοναχοπαίδια στερούνται της πολύτιμης επίδρασης της αδελφικής σχέσης. Βέβαια, η έλλειψη της σχέσης αυτής δεν αποτελεί μονόδρομο στην ανάπτυξη των μοναχοπαιδιών. Σημαντική είναι η συμβολή των γονέων. Έρευνες αποδεικνύουν ότι, η προώθηση των κοινωνικών σχέσεων των μοναχοπαιδιών εκ μέρους των γονέων, συμβάλλει στην ανάπτυξη της κοινωνικότητας και της προσαρμοστικότητας του παιδιού (Λέμαν, 1993 · Haefele, & Wollf-Filsinger, 1985 όπ. αναφ. στο Vutz, & Unzner, 1995).



Όσον αφορά τους τομείς της αυτοαντίληψης *αθλητική ικανότητα* και *φυσική εμφάνιση*, δεν εντοπίστηκαν διαφορές μεταξύ των μοναχοπαιδιών και των παιδιών με αδέρφια. Προέκυψε, δηλαδή, ότι, ο αριθμός των αδελφών ή η απουσία αδελφών δεν σχετίζεται με τις αντιλήψεις που έχουν οι μαθητές για τις αθλητικές του ικανότητες και την εξωτερική τους εμφάνιση. Βέβαια, ως προς την αθλητική ικανότητα εντοπίστηκε από σχετική έρευνα χαμηλότερη αυτοαντίληψη των μοναχοπαιδιών (Veenhoven. & Verkuyten, 1989), αποτέλεσμα που δεν συμφωνεί με τα πορίσματα της παρούσας έρευνας.

Ωστόσο, η ύπαρξη ή όχι αδελφών φαίνεται ότι σχετίζεται με την *διαγωγή και συμπεριφορά* των μαθητών. Από τις αναλύσεις των δεδομένων προέκυψε ότι, τα μοναχοπαίδια ως προς τις αντιλήψεις τους για τη διαγωγή και τον τρόπο συμπεριφοράς τους διαφέρουν από τα παιδιά με αδέρφια. Συγκεκριμένα, υψηλότερη αυτοαντίληψη στον τομέα αυτό διαθέτουν τα παιδιά που έχουν 1 ή 3 αδέρφια, ακολουθούν τα μοναχοπαίδια. ενώ τα παιδιά με 2 ή 4 αδέρφια συγκεντρώνουν χαμηλότερα επίπεδα αυτοαντίληψης.

Ως προς την αντίληψη για την γενικότερη *αυταξία* τους τα μοναχοπαίδια και τα παιδιά που μεγάλωσαν με αδέρφια, δεν εμφανίζουν διαφορές. Η *αυτοεκτίμηση* επομένως, και των δύο ομάδων δεν διαφέρει στατιστικώς σημαντικά. Το εύρημα αυτό επιβεβαιώνεται και από σχετική έρευνα, στην οποία επίσης δεν παρατηρείται διαφορά στην αυτοεκτίμηση (Hasnain, & Adlakha, 2012). Αντίθετα στο αποτέλεσμα αυτό έρχεται επιστημονική έρευνα, στην οποία παρατηρήθηκε ότι, τα μοναχοπαίδια εμφανίζουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση συγκριτικά με τα παιδιά με αδέρφια (Veenhoven. & Verkuyten, 1989).

Τέλος, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης έρευνας, προέκυψε ότι, η ύπαρξη αδελφών σχετίζεται με το συναίσθημα της *μοναξιάς* και της *κοινωνικής δυσαρέσκειας*. Παρατηρήθηκε ότι, ο μεγάλος αριθμός αδελφών συνδέεται με το αρνητικό αυτό συναίσθημα, σε αντίθεση με τα μοναχοπαίδια τα οποία συγκεντρώνουν τα χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας. Το πόρισμα αυτό πιθανόν να οφείλεται στην συγκέντρωση όλης της προσοχής και της φροντίδας των γονέων στα μοναχοπαίδια και στα παιδιά με λίγα αδέρφια, σε αντίθεση με τα παιδιά που μεγαλώνουν σε μεγάλη οικογένεια και τα οποία αναγκάζονται να μοιράζονται το ενδιαφέρον και την προσοχή των γονέων τους με τα υπόλοιπα μέλη.



Ολοκληρώνοντας την συζήτηση σχετικά με τα ευρήματα της παρούσας έρευνας, καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση χρήζει τεράστιας προσοχής και σημαντικότητας. Μέσω της θετικής αντίληψης, τόσο για επιμέρους τομείς, όσο και για την συνολική εικόνα του εαυτού, το άτομο θέτει υψηλούς στόχους, διαθέτει υψηλά κίνητρα επιτυχίας, συμμετέχει σε ομάδες και εν τέλει καταφέρνει να εξελιχθεί και να αναπτυχθεί σε μια υγιή προσωπικότητα.

Σημαντική είναι και η προστασία από την ανάπτυξη της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας. Η υψηλή αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμησή του δεν του επιτρέπουν να απέχει από τις κοινωνικές ομάδες και από την σύναψη νέων σχέσεων λόγω φόβου απόρριψης και ταπείνωσης. Έτσι, όπως παρατηρήθηκε και από τα αποτελέσματα της έρευνάς μας, η υψηλή αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση συνδέεται αρνητικά με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, με αποτέλεσμα να τονίζεται η σημασία της ανάπτυξης της θετικής εικόνας για τον εαυτό.

Στην ανάπτυξη αυτή, καθοριστικό ρόλο διαδραματίζει το οικογενειακό, σχολικό και φιλικό περιβάλλον. Μέσω της στάσης αποδοχής και ενίσχυσης το άτομο μαθαίνει να αποδέχεται τον εαυτό του, με αποτέλεσμα να διαμορφώνει θετικές αντιλήψεις για τον εαυτό του. Επίσης, η αποδοχή του περιβάλλοντος σε συνδυασμό με την υψηλή αυτοαντίληψη δρουν προστατευτικά ενάντια στην ανάπτυξη συναισθήματος μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας.

B. Προτάσεις για μελλοντική ερευνητική δραστηριότητα

Ο βαθμός αυτοαντίληψης και αυτοεκτίμησης, καθώς και η συσχέτισή του με το συναίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας, διερευνήθηκε σε μαθητές ηλικίας 10-12 ετών. Μια μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να επιχειρήσει την συσχέτιση των προαναφερθέντων μεταβλητών εστιάζοντας σε διαφορετική ηλικιακή ομάδα. Ενδιαφέρον θα χαρακτηριζόταν ο εντοπισμός της σχέσης αυτοαντίληψης και μοναξιάς, σε μαθητές Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης οι οποίοι βρίσκονται στην κρίσιμη περίοδο της εφηβείας.

Επίσης, η παρούσα έρευνα συγκέντρωσε το ενδιαφέρον της στις προσωπικές απόψεις των μαθητών. Μια αντίστοιχη έρευνα θα μπορούσε να εντάξει και τις απόψεις άλλων ομάδων, όπως τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς.



Η αυτοαντίληψη, η αυτοεκτίμηση, η μοναξιά και η κοινωνική δυσαρέσκεια αξίζει να διερευνηθούν και βάσει κοινωνικο-οικονομικού επιπέδου των μαθητών, για τον εντοπισμό πιθανών διαφορών.

Τέλος, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας θα ήταν χρήσιμο να χρησιμοποιηθούν για το σχεδιασμό ειδικών προγραμμάτων που προωθούν την ανάπτυξη θετικής αυτοαντίληψης και αυτοεκτίμησης των μαθητών, αλλά και προγραμμάτων που συμβάλλουν στην πρόληψη της εμφάνισης μοναξιάς και κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Γ. Περιορισμοί παρούσας έρευνας

Τα συμπεράσματα που προέκυψαν από την ανάλυση των δεδομένων δεν θα μπορούσαν να γενικευτούν στον ευρύτερο πληθυσμό λόγω περιορισμών στους οποίους υπόκειται η παρούσα εργασία. Αναλυτικότερα, οι συμμετέχοντες που έλαβαν μέρος στην έρευνα επελέγησαν βάσει της προσβασιμότητας και συνεπώς δεν ακολουθήθηκε κάποια από τις ενδεδειγμένες τεχνικές δειγματοληψίας. Επίσης, το δείγμα προήλθε από Δημοτικά σχολεία των Νομών Ιωαννίνων, Άρτας και Θεσπρωτίας και όχι από σχολεία του ευρύτερου ελλαδικού χώρου. Επομένως, τα ευρήματα αυτά δεν θα μπορούσαν να θεωρηθούν αντιπροσωπευτικά ολόκληρου του πληθυσμού. Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι, μελετήθηκε η αυτοαντίληψη, η αυτοεκτίμηση, η μοναξιά και η κοινωνική δυσαρέσκεια των μαθητών που φοιτούν στην Δ', Ε' και Στ' Δημοτικού. Ως εκ τούτου δεν μπορούμε να διαμορφώσουμε πλήρη εικόνα για τους μαθητές όλης της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης, δεδομένου ότι, δεν εξετάστηκαν μαθητές των μικρότερων τάξεων του Δημοτικού αλλά και του Νηπιαγωγείου.



Βιβλιογραφικές αναφορές

- Akhunlar, M. (2010). An investigation between life satisfaction and loneliness of nursing students in Usak University. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 5, 2409-2415.
- Annesi, J. (2006). Relations of physical self-concept and self-efficacy with frequency of voluntary physical activity in preadolescents: Implications for after-school care programming. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(4), 515-520.
- Asher, S. Hymel, S. & Renshaw, P. (1984). Loneliness in children. *Child Development*, 55(4), 1456-1464.
- Assor, A. & Tal, K. (2012). When parents affection depends on child's achievement: Parent conditional positive regard, self-aggrandizement, shame and coping in adolescents. *Journal of Adolescence*, 35(2), 149-260.
- Atkinson, R., Smith, E., Bem, D., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). *Εισαγωγή στη Ψυχολογία του Hilgard* (τόμος Α') (μτφ. Μ. Σόλμαν). Αθήνα: Παπαζήση. (έτος έκδοσης του πρωτοτύπου 2000).
- Bozorgpour, F. & Salimi, A. (2012). State self-esteem, loneliness and life satisfaction. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 69, 2004-2008.
- Bracken, B.. (1996). *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social and Clinical Considerations*. Canada: John Wiley and sons.
- Branden, N. (1992). *The power of Self-esteem: An inspiring look at our most important psychological resource*. Deerfield Beach, Fla: Health Communications.
- Buist, K., Dekovic, M. & Prinzie, P. (2013). Sibling relationship quality and psychopathology of children and adolescents: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(1), 97-106.
- Cacioppo, Hawkley, Ernst, Burleson, Berntson, Nouriani, Spiegel (2006). Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspectives. *Journal of Research in Personality*, 40(6), 1054-1085.
- Γαλανάκη, Ε. (1999). *Κλίμακα Μοναξιάς και Κοινωνικής Δυσάρεσκειας των παιδιών*.
- Γαλανάκη, Ε. (2012). Η Μοναξιά των παιδιών και των εφήβων. Στο Χ. Χατζηχρήστου και Η. Μπεζεβέγκης (Επιμ.), *Θέματα ανάπτυξης και προσαρμογής των παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο* (σελ. 425-453). Αθήνα: Πεδίο.
- Cassidy, J & Asher, S. (1992). Loneliness and peer relation in young children. *Child Development*, 63(2), 350-365.
- Chen, H., Gao, X. & Jckson, T. (2007). Predictive models for understanding body dissatisfaction among young males and females in china. *Behaviour Research and Therapy*, 45(6), 1345-1356.
- Chen, S. & Andersen, S. (1999). Relationships from the past in present: Significant-other representations and transference in interpersonal life. *Advances in Experimental Social Psychology*, 31, 123-190.
- Cox, M., Wang, F. & Gustafsson H. (2011). Family organization and adolescent development. *Encyclopedia of Adolescence*, 75-83.



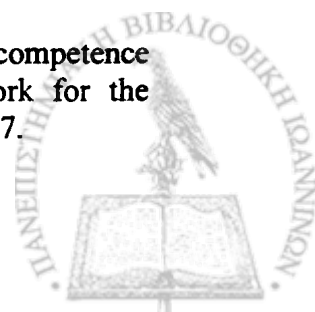
- Dehhart, T., Tennen, H., Armeli, S., Todd, M. & Mohr, S. (2009). A diary study of implicit self-esteem, interpersonal interactions and alcohol consumption in college students. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 720-730.
- De Roiste, A. (1998). Loneliness and social dissatisfaction in Irish children. *Irish Journal of applied Social Studies*, 1(1), 55-78.
- Dudovitz, R., Li, N. & Chung, P. (2013). Behavioral self-concept as predictor of teen drinking behaviors. *Academic Pediatrics*, 13(4), 316-321.
- Dunn, J. (1988). *Αδέλφια: Σχέσεις, προβλήματα, αντιθέσεις* (μτφ. Κ. Κουλουμπή-Παπαπετροπούλου). Αθήνα: Κουτσούμπος Α.Ε.
- Dweck, C. (2000). *Self theories: Their role in Motivation, Personality and Development*. Philadelphia: Psychology Press.
- Ernst, J. & Cacioppo, J. (1999). Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness. *Applied and Preventive Psychology*, 8(1), 1-22.
- Falbo, T. (1981). Relationship between birth category, achievement and interpersonal orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(1), 121-131.
- Fu, Y., Hou, X. & Meng, H. (2012). Study of environmental impact on only-children personality. *European Psychiatry*, 27(1), 1.
- Galanaki, E. (2004). Are children able to distinguish among the concept of alones, loneliness, and solitude? *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 435-443.
- Galanaki, E. (2008). Children's perceptions of loneliness. *Hellenic Journal of Psychology*, 5, 258-280.
- Galanaki, E. & Vassilopoulou, H. (2007). Teacher's and children's loneliness: A review of literature and educational implications. *European Journal of Psychology of Education*, 22(4), 455-475.
- Galanaki, E., Polychronopoulou, S., & Babalis, T. (2008). Loneliness and social dissatisfaction. *School Psychology International*, 29, 214.
- Gazelle, H. & Spangler, T. (2007). Early childhood anxious solitude and subsequent peer relationships. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(5-6), 515-535.
- Ghazvini, S. (2011). Relationships between academic self-concept and academic performance in High-school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1034-1039.
- Ghazvini, S. & Khajepour, M. (2011). Gender differences in factors affecting academic performance of high school students. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 15, 1040-1045.
- Green, J., Arief-Liem, G., Martin, A., Colmar, S., Marsh, H. & McInerney, D. (2012). Academic motivation, self-concept, engagement and performance in high school: Key processes from a longitudinal perspective. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1111-1122.
- Gurses, Merhametlia, Sahin, Gunes & Aqikyildiz (2011). Psychology of loneliness of High school students. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 15, 2578-2581.



- Hasnain, N. & Adlakha, P. (2012). Self-esteem, social maturity and well-being among adolescents with and without siblings. *Journal of Humanities and Social Science*, 1(5), 5-11.
- Haugen, T., Safvenbom, R. & Ommundsen, Y. (2011). Physical activity and global self-worth: The role of physical self-esteem indices and gender. *Mental Health and Physical Activity*, 4(2), 49-56.
- Hjelle, L. & Ziegler, D. (1992). *Personal Theories: Basic Assumptions, Research and Applications (3rd ed.)*. USA: McGraw-Hill International editions.
- Higgins, T. (1987). Self-Discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.
- Howe, N. & Recchia, H. (2008). Siblings and siblings rivalry. *Encyclopedia of infant and early childhood development*, 154-164.
- Jackson, T. (2007). Protective self-presentation, sources of socialization and loneliness among Australian adolescents and young adults. *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1552-1562.
- Judge, T., Erez, A., & Bono, J. (2011). The power of being positive: the relation between positive self-concept and job performance. *Human Performance*, 11(2-3), 167-187.
- Kearney-Cooke, A. (1999). Gender differences and self-esteem. *Journal of Gender Specific Medicine*, 2, 46-52.
- Kidwell, J. (1982). The neglected birth order: Middleborns. *Journal of Marriage and Family*, 44(1), 225-235.
- Κοντοπούλου-Κοκκινάκη, Μ. (1990). *Αυτοεκτίμηση και σχέσεις του παιδιού μέσα στην οικογένεια* (Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων). Διαθέσιμο από το Εθνικό Αρχείο Διδακτορικών Διατριβών.
- Κοσμόπουλος, Α. (1983). *Σχεσιοδυναμική Παιδαγωγική του προσώπου*. Αθήνα: Λιθοτυπ.
- Kramer, P. & Frazer, L. (1990). *The Dynamics of Relationships: A guide for developing Self-esteem and Social skills for preteens and young people: Student's Handbook (5th ed)*. Kensington: Equal Partners.
- LaBenne, W. & Greene, B. (1969). *Educational Implications of Self-concept Theory*. California: Goodyear Publications.
- Lau, P., Cheung, M. & Ransdell, L. (2008). A structural equation model of relationship between body perception and self-esteem: Global physical self-concept as the mediator. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 493-509.
- Larson, R. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10(2), 155-183.
- Lasgaard, Goosens, Bramsen, Trillingsgaard, & Elklit, (2011). Different courses of loneliness are associated with different forms of psychopathology in adolescence. *Journal of Research in Personality*, 45(2), 233-237.



- Leary, M., Herbst, & McCrary, F. (2003). Finding pleasure in solitary activities: desire for aloneness or disinterest in social contact. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 59-68.
- Λέμαν, Κ. (1993). *Πρωτότοκα και Μοναχοπαίδια: Προσόν ή μειονέκτημα το να είσαι Νο.1;* (μτφ. Ν. Σιδέρη). Αθήνα: Αποσπερίτης. (έτος έκδοσης του πρωτοτύπου 1989).
- Lewis, M. & Rosenblum, L. (1979). *The child and its family*. New York: Plenum Press.
- Lunde, C., Frisen, A. & Hwang, C. (2006). Is peer victimization related to body esteem in 10-year-old girls and boys? *Body image*, 3(1), 25-33.
- Luszczynska, A. & Abraham, C. (2012). Reciprocal relationships between three aspects of physical self-concept, vigorous physical activity and lung function: A longitudinal study among late adolescents. *Psychology of Sports and Exercise*, 13(5), 640-648.
- Μακρή-Μπότσαρη, Ε. (2001). *Αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση: μοντέλα ανάπτυξης, λειτουργικός ρόλος και αξιολόγηση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακρή-Μπότσαρη, Ε. (2001). *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου: Ερωτηματολόγιο για την αξιολόγηση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης μαθητών Δ', Ε' και Στ' Δημοτικού*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- McKay, M. & Fanning, P. (1992). *Self-esteem: A proven program of cognitive techniques for assessing, improving and maintaining your self-esteem*. USA: New Harbinger Publications.
- Mecca, A., Smelser, N. & Vasconellos, J. (1989). *The Social importance of Self-esteem*. Berkeley: University of California Press.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y. & Cummins R. (2008). Need for belonging relationship satisfaction, loneliness and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45(3), 213-218.
- Mottus, R., Indus, K. & Alik, J. (2008). Accuracy of only children stereotype. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 1047-1052.
- Μπρούζος, Α. (2004). *Προσωποκεντρική Συμβουλευτική: Θεωρία, Έρευνα και Εφαρμογές*. Αθήνα: Γιώργος Δαρδάνος.
- Parker, J. & Asher, S. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611-623.
- Pervin, L. & John, O. (2001). *Θεωρίες Προσωπικότητας: Έρευνα και Εφαρμογές* (μτφ. Α., Αλεξανδροπούλου, Ε., Δασκαλοπούλου). Αθήνα: Γιώργος Δαρδάνος. (έτος έκδοσης του πρωτοτύπου 1997).
- Πίγκα, Μ. (2009). *Η μελέτη της κοινωνικής αλληλεπίδρασης αλλοδαπών μαθητών με τους γηγενείς συμμαθητές τους στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης (Διπλωματική εργασία, Πανεπιστήμιο Πατρών)*. Διαθέσιμο από τη βάση δεδομένων του Νημερτής-Ιδρυματικού Καταθετηρίου Πανεπιστημίου Πατρών (κωδ. 10889/2701).
- Pomerantz, E., Wang, Q. & Ng, F. (2005). The role of children's competence experiences in the socialization process: A dynamic process framework for the academic arena. *Advances in Child Development and Behavior*, 33, 193-227.



- Popkin, M. (1994). *Active teaching: Enhancing Discipline, Self-esteem and student Performance: Teacher's Handbook*. Atlanta: Active Parenting Publishers.
- Pullmann, H. & Allik, J. (2008). Relations of academic and general self-esteem to school achievement. *Personality and Individual Differences*, 45(6), 559-564.
- Rahmani, P. (2011). The relationship between self-esteem achievement goals and academic achievement among the primary schools students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 803-808.
- Rashmi, M., & Gopalakrishna, R. (2012, February). *Social and emotional adjustment among only children and children with siblings*. Poster presented at the National Conference on Child and Adolescent Psychology: Challenges and Issues, Bangalore.
- Rodebaugh, T. (2006). Self-efficacy and social behavior. *Behaviour Research and Therapy*, 44(12), 1831-1838.
- Rotenberg, K. & Hymel, S. (1999). *Loneliness in childhood and adolescence*. Retrieved from <http://books.google.gr/books?id=h8uKDxaB0YUC&pg=PA180&lpg=PA180&dq=loneliness+in+childhood+and+adolescence+by+ken+j+rotenberg+shelley+hymel+p.84&source=bl&ots=8CJxWgQgvV&sig=ywuli8S58MmGCfHReFwjEXBFgGs&hl=el&sa=X&ei=Di0jUpGECsLWtQaLuoCABQ&ved=0CDQQ6AEwAQ#v=onepage&q=loneliness%20in%20childhood%20and%20adolescence%20by%20ken%20j%20rotenberg%20shelley%20hymel%20p.84>
- Ruby, B., Davis, T. & Matthews R. (2012). The relations among self-efficacy, negative self-referent cognitions and social anxiety in children: A multiple mediator model. *Behavior Therapy*, 43(3), 619-628.
- Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 29, 292-295.
- Salimi, A. & Bozorgpour, F. (2012). Perceived social support and social-emotional loneliness. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 69, 2009-2013.
- Σαμιωτάκης, Ν. (2004). *Σχέση λειτουργικής επάρκειας της οικογένειας και αυτοεκτίμησης του παιδιού* (Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Πατρών). Διαθέσιμο από την Βιβλιοθήκη Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.
- Σάμπαλη, Ε. (2008). Αυτοεκτίμηση και αυτοαντίληψη σε Έλληνες και αλλοδαπούς μαθητές της Ε' Δημοτικού και βαθμός ανταπόκρισης στις προσδοκίες των γονέων (Διπλωματική εργασία, Πανεπιστήμιο Πατρών). Διαθέσιμο από τη βάση δεδομένων του Νημερτής-Ιδρυματικού Καταθετηρίου Πανεπιστημίου Πατρών (κωδ. 10889/972).
- Schmidt, J. (2006). *Social and Cultural foundations of Counseling and Human Services: Multiple Influences on Self-concept Development*. Boston: Pearson/Allyn and Bacon.
- Schunk, D. (1990). Goal setting and self-efficacy during self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 25, 71-86.
- Shahini, (2010). A study gauging perceived social support and loneliness with life satisfaction among students of University of Medical Sciences. *European Psychiatry*, 25(1), 842.



- Slater, A. & Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of adolescence*, 34(3), 445-463.
- Song, I., Hattie, J. (1984). Home environment, self-concept and academic achievement: A casual modeling approach. *Journal of Educational Psychology*, 76(6), 1269-1281.
- Stock, D. (2012). An investigation into interrelations between the self-concept and feelings direct toward other persons and groups. *Journal of Consulting Psychology*, 13(3), 176-180.
- Tarrant, M., Mackenzie, L & Hewitt, L. (2006). Friendship group identification, multi dimensional self-concept and experience of developmental tasks in adolescence. *Journal of Adolescence*, 29(4), 624-640.
- Trent, K. & Spitze, G. (2011). Growing without siblings and adult sociality behaviors. *Journal of Family Issues*, 32(9), 1178-1204.
- Vartanian, L. & Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body image*.
- Veenhoven R. & Verkuyten, M. (1989). The well-being of only children. *Adolescence*, 24(93), 155-166.
- Vutz, S. & Unzner, U. (1995). *Τα μοναχοπαίδια: Ένα ή περισσότερα παιδιά; Ποιοι παράγοντες επηρεάζουν στην παιδική ηλικία την ανάπτυξη του ανθρώπου* (μτφ. Κ. Καμμένου). Αθήνα: Θυμάρι. (έτος έκδοσης του πρωτότυπου 1991).
- Φλουρής, Γ. (1989). *Αυτοαντίληψη, σχολική επίδοση και επίδραση γονέων*. Αθήνα: Γρηγόρη.
- Φουντουλάκη, Ε. (2005). *Αξιοπιστία και εγκυρότητα της κλίμακας έννοιας του εαυτού Τεννεσί 2 και ατομικές διαφορές μαθητών σχολικής ηλικίας* (Διπλωματική εργασία, Πανεπιστήμιο Πατρών). Διαθέσιμο από τη βάση δεδομένων του Νημερτής-Ιδρυματικού Καταθετηρίου Πανεπιστημίου Πατρών (κωδ. 10889/1057).
- Wagner, M., Schubert, H. & Schubert, D. (1996). Sex of siblings effects: A review part II. Personality and mental physical health. *Advances in child development and behavior*, 26, 139-179.
- Wilson, J. & Rapee, R. (2006). Self-concept certainty in social phobia. *Behaviour Research*, 4(1), 113-136.
- Winnicott, D. (1964). *The child, the family and the outside world*. Great Britain: Penguin Books.
- Χατζηγεωργιάδου, Σ. (2007). *Η μοναξιά και η έννοια του εαυτού στα παιδιά του Δημοτικού σχολείου* (Διπλωματική εργασία, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης). Διαθέσιμο από τη βάση δεδομένων του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης-Ψηφιοθήκης (κωδ. GRI-2008-1197).
- Yang, Z., Schaninger, C. & Laroche, M. (2013). Demarketing teen tobacco and alcohol use: negative peer influence and longitudinal roles of parenting and self-esteem. *Journal of Business*, 66(4), 559-567.



- Ybrandt, H. (2008). The relation between self-concept and social functioning in adolescence. *Journal of Adolescence*, 31(1), 1-16.
- Yucel, D. (2013). Number of siblings and personality: evidence among eight graders from the early childhood: longitudinal study- kindergarden cohort. *The Social Science Journal*.
- Zuffian, A., Alessandri, G., Gerbino, M., Luengo-Kanacri, P., Di Giunta, L., Milioni, M. & Caprara, G. (2013). Academic achievement: The unique contribution of self-efficacy beliefs in self-regulated learning beyond intelligence, personality traits and self-esteem. *Learning and Individual Differences*, 23, 158-162.
- Zimmerman, B. & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in self-regulated learning: Relating grade, sex and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51-59.



Παράρτημα

Ερωτηματολόγιο κύριας έρευνας



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Μεταπτυχιακή φοιτήτρια: Σουκαλοπούλου Αθανασία

e-mail: a.soukalopoulou@yahoo.gr

Αγαπητέ μαθητή/αγαπητή μαθήτρια,

Η επιστήμη της ψυχολογίας ασχολείται με τα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς του ανθρώπου. Για να το πετύχει αυτό πραγματοποιεί έρευνες, οι οποίες μελετούν τα χαρακτηριστικά αυτά. Τέτοιου είδους είναι και η συγκεκριμένη έρευνα στην οποία καλείσαι να συμμετέχεις.

Σκοπός της έρευνας αυτής, είναι όχι μόνο να βοηθήσει να εντοπιστούν και τα δικά σου χαρακτηριστικά, οι δικές σου ανάγκες και τα δικά σου προβλήματα, αλλά και συνολικά, καθημερινά θέματα που απασχολούν εσένα και τους συνομήλικους σου. Στόχος είναι να εξεταστεί η σχέση σου με το σχολείο, με τους συμμαθητές σου και η αντίληψη που έχεις εσύ για τον εαυτό σου.

Με την ανάλυση της έρευνας αυτής, συνεπώς, θα μπορέσουμε να μάθουμε περισσότερα για τα παιδιά και να τα κατανοήσουμε. Έτσι, θα αποκτήσουμε γνώσεις σχετικά με το πώς να σε βοηθήσουμε σε ένα πρόβλημα που μπορεί να έχεις εσύ ή άλλα παιδιά και να καλύψουμε τις ανάγκες σου.

Η συνεισφορά σου, με την συμπλήρωση των παρακάτω ερωτήσεων, είναι πολύ σημαντική και σου ζητούμε να απαντήσεις όσο πιο ειλικρινά γίνεται για να μπορέσουμε να καταλήξουμε σε σωστά συμπεράσματα.

Θα πρέπει να γνωρίζεις ότι:

1. Δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Κάθε απάντηση είναι σωστή αν καταγράφει με ειλικρίνεια αυτό που ταιριάζει περισσότερο στον εαυτό σου.
2. Όλες οι ερωτήσεις πρέπει να απαντηθούν.
3. Σε κάθε ερώτηση βάλε μόνο ένα Χ σε ένα τετράγωνο.

Προσοχή:

- Πριν απαντήσεις διάβασε προσεκτικά την ερώτηση και έπειτα δώσε με ειλικρίνεια την απάντηση που ταιριάζει περισσότερο στον εαυτό σου.



1^ο ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗΣ

Το φυλλάδιο αυτό δεν είναι διαγώνισμα γνώσεων, αλλά ένα συνηθισμένο ερωτηματολόγιο που, όπως βλέπεις από την επικεφαλίδα, αναφέρεται στο πώς ο καθένας από εσάς αντιλαμβάνεται τον εαυτό του, δηλαδή στο τι τύπος ανθρώπου πιστεύει ότι είναι ο καθένας.

Σε αυτού του είδους τα ερωτηματολόγια δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Επειδή το κάθε άτομο διαφέρει από το άλλο, ο καθένας σας θα δώσει διαφορετικές απαντήσεις.

Ας δούμε ένα παράδειγμα για το πώς θα απαντήσεις στις ερωτήσεις.

Απόλυτα μου ταιριάζει	Μάλλον μου ταιριάζει		ΟΜΩΣ	Αλλά παιδιά <u>δεν</u> τα καταφέρνο υν και τόσο καλά στα μαθήματά τους	Μάλλον μου ταιριάζει	Απόλυτα μου ταιριάζει
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά τα καταφέρνουν πολύ καλά στα μαθήματά τους			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Στο παράδειγμα περιγράφονται δύο τύποι ατόμων και θα θέλαμε να ξέρουμε ποιος από τους δυο σου ταιριάζει και πόσο. Για να απαντήσεις τις ερωτήσεις:

1. Πρώτα, θέλουμε να αποφασίσεις αν ταιριάζεις με τον τύπο του ατόμου που περιγράφεται στο αριστερό μέρος ή με τον τύπο που περιγράφεται στο δεξιό μέρος.
2. Αφού αποφασίσεις ποιος από τους δύο τύπους ατόμου σου ταιριάζει, σκέψου στη συνέχεια πόσο σου ταιριάζει ο τύπος αυτός: απόλυτα σου ταιριάζει ή μάλλον σου ταιριάζει.
 - Αν απόλυτα σου ταιριάζει, θα βάλεις ένα X στο τετράγωνο που βρίσκεται κάτω από την ένδειξη: «Απόλυτα μου ταιριάζει».
 - Αν μάλλον σου ταιριάζει θα βάλεις ένα X στο τετράγωνο που βρίσκεται κάτω από την ένδειξη: «Μάλλον μου ταιριάζει».
3. Προσοχή: Σε κάθε ερώτηση πρέπει να βάλεις X σε ένα μόνο από τα τέσσερα τετράγωνα.



Να απαντήσεις μια-μια όλες τις παρακάτω ερωτήσεις
τσεκάροντας το τετράγωνο που ταιριάζει σε σένα.

Απόλυτα μου ταιριάζει	Μάλλον μον ταιριάζει		ΟΜΩΣ		Μάλλον μον ταιριάζει	Απόλυτα μου ταιριάζει
1 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι είναι πολύ καλά στη σχολική τους εργασία.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> είναι και τόσο καλά στη σχολική τους εργασία.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά δυσκολεύονται να κάνουν φίλους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά κάνουν πολύ εύκολα φίλους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι τα καταφέρνουν πολύ καλά στα σπορ και τη γυμναστική.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> τα καταφέρνουν πολύ καλά στα σπορ και τη γυμναστική.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι έχουν καλή εξωτερική εμφάνιση.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> έχουν και τόσο καλή εξωτερική εμφάνιση.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι ο τρόπος που συμπεριφέρονται <u>δεν</u> είναι καλός.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι ο τρόπος που συμπεριφέρονται είναι καλός.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά είναι συχνά δυσαρεστημένα με τον εαυτό τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά είναι αρκετά ευχαριστημένα με τον εαυτό τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι είναι τόσο καλά στα μαθήματα του σχολείου όσο και τα άλλα παιδιά της ηλικίας τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά δεν είναι τόσο σίγουρα και αναρωτιούνται αν είναι το ίδιο καλά στα μαθήματα του σχολείου όπως οι συνομήλικοί τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά έχουν πολλούς φίλους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά <u>δεν</u> έχουν πολλούς φίλους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά θα ήθελαν να είναι καλύτερα στα σπορ και τα αθλήματα.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι είναι αρκετά καλά στα σπορ και τα αθλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι έχουν καλό ύψος και βάρος.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> έχουν και τόσο καλό ύψος ή βάρος.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• ΣΥΝΕΧΙΣΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 2 •



ΣΕΛΙΔΑ 2

Απόλυτα μην ταιριάζει	Μάλλον μην ταιριάζει		ΟΜΩΣ	Μάλλον μην ταιριάζει	Απόλυτα μην ταιριάζει
11	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά συνήθως κάνουν αυτά που είναι σωστό.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά συχνά <u>δεν</u> κάνουν αυτά που είναι σωστό.	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>	Σε μερικά παιδιά <u>δεν</u> αρέσει η ζωή που κάνουν.	ΟΜΩΣ	Σε άλλα παιδιά αρέσει η ζωή που κάνουν.	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά αργούν πολύ να τελειώσουν τη σχολική τους εργασία.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά τελειώνουν γρήγορα τη σχολική τους εργασία.	<input type="checkbox"/>
14	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά θα ήθελαν να έχουν περισσότερους φίλους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά έχουν τόσους φίλους όσους θα ήθελαν.	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι θα μπορούσαν να τα καταφέρουν καλά σχεδόν σε κάθε νέο σπορ με το οποίο <u>δεν</u> έχουν ασχοληθεί μέχρι τώρα.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά αναρωτούνται μήπως <u>δεν</u> τα καταφέρουν καλά σε σπορ με τα οποία <u>δεν</u> έχουν ασχοληθεί μέχρι τώρα.	<input type="checkbox"/>
16	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> έχουν και τόσο καλό σώμα.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι έχουν καλό σώμα.	<input type="checkbox"/>
17	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά συνήθως βρίσκουν τον μπαλά τους με αυτά που κάνουν.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά συνήθως <u>δεν</u> κάνουν πράγματα που τα βάζουν σε μπαλάδες.	<input type="checkbox"/>
18	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά είναι ικανοποιημένα με τον εαυτό τους ως άτομο.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά συχνά <u>δεν</u> είναι ικανοποιημένα με τον εαυτό τους.	<input type="checkbox"/>
19	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά τα καταφέρνουν πολύ καλά στα μαθήματά τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά <u>δεν</u> τα καταφέρνουν και τόσο καλά στα μαθήματά τους.	<input type="checkbox"/>
20	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά θα ήθελαν να τα συμπαθούν περισσότεροι συνομηλικοί τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι τα συμπαθούν οι περισσότεροι από τους συνομηλίκους τους.	<input type="checkbox"/>
21	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι είναι καλύτερα στα σπορ και τη γυμναστική από ό,τι οι συνομηλικοί τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> μπορούν να τα καταφέρουν στα σπορ και τη γυμναστική το ίδιο καλά με τους συνομηλίκους τους.	<input type="checkbox"/>

• ΣΥΝΕΧΙΣΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 3 •



Απόλυτα μου ταιριάζει	Μάλλον μου ταιριάζει		ΟΜΩΣ		Μάλλον μον ταιριάζει	Απόλυτα μου ταιριάζει	
22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά θα ήθελαν η εμφάνισή τους να είναι διαφορετική.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά <u>δεν</u> θα ήθελαν η εμφάνισή τους να είναι διαφορετική.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά <u>συνά</u> κάνουν πράγματα που ξέρουν ότι δεν θα έπρεπε να κάνουν.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά <u>σπάνι</u> κάνουν πράγματα που ξέρουν ότι δεν θα έπρεπε να κάνουν.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι τα περισσότερα πράγματα στη ζωή τους τα κάνουν τόσο καλά όσο τα άλλα παιδιά της ηλικίας τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>πολλά</u> πράγματα στη ζωή τους <u>δεν</u> τα κάνουν τόσο καλά όσο τα άλλα παιδιά της ηλικίας τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά δυσκολεύονται να βρουν τις σωστές απαντήσεις στο σχολείο.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά σχεδόν πάντα βρίσκουν τις σωστές απαντήσεις.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά είναι δημοφιλή ανάμεσα στους συνομηλίκους τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά <u>δεν</u> είναι και τόσο δημοφιλή.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά <u>δεν</u> τα καταφέρνουν καλά στα υπαίθρια παιχνίδια (βόλεις, ποδόσφαιρο, μπάσκετ).	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά τα καταφέρνουν καλά στα υπαίθρια παιχνίδια.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά πιστεύουν ότι έχουν ωραίο πρόσωπο.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά πιστεύουν ότι <u>δεν</u> έχουν και τόσο ωραίο πρόσωπο.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά συμπεριφέρονται πολύ καλά.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά συχνά <u>δυσκολεύονται</u> να ελέγξουν τη συμπεριφορά τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Μερικά παιδιά <u>δεν</u> είναι πολύ ικανοποιημένα με τον τρόπο που κάνουν διάφορα πράγματα στη ζωή τους.	ΟΜΩΣ	Άλλα παιδιά είναι ικανοποιημένα με τον τρόπο που κάνουν διάφορα πράγματα στη ζωή τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

• ΣΥΝΕΧΙΣΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 4 •



2^ο ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Παραδείγματα:

A. Μου αρέσει να κάνω ποδήλατο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου

B. Νιώθω κουρασμένος / κουρασμένη μετά το σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου

Γ. Το γραφείο των δασκάλων είναι ένας χώρος που μου αρέσει.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου



1. Μου είναι εύκολο να κάνω καινούριους φίλους στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

2. Μου αρέσει να διαβάζω.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

3. Δεν έχω κανένα για να μιλήσω μαζί του μέσα στην τάξη.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

4. Τα καταφέρνω να δουλεύω μαζί με τα άλλα παιδιά της τάξης μου σε διάφορες εργασίες.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

5. Βλέπω πολλές ώρες τηλεόραση.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

6. Μου είναι δύσκολο να κάνω φίλους στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

7. Μου αρέσει το σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

8. Έχω πολλούς φίλους στην τάξη μου.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

9. Νιώθω μόνος / μόνη στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

10. Μπορώ να βρω ένα φίλο / μια φίλη μέσα στην τάξη μου όταν τον / την χρειάζομαι.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

11. Κάνω πολύ αθλητισμό.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

12. Είναι δύσκολο να κάνω τα άλλα παιδιά στο σχολείο να με συμπαθήσουν.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

13. Μου αρέσουν η φυσική και η τεχνολογία.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

14. Δεν έχω κανέναν να παίξω μαζί του στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------



15. Μου αρέσει η μουσική.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

16. Τα πηγαίνω καλά με τους συμμαθητές μου.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

17. Νιώθω ότι με παραμερίζουν, με αφήνουν απέξω από όλα τα πράγματα στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

18. Δεν υπάρχουν άλλα παιδιά για να ζητήσω βοήθεια όταν τη χρειάζομαι στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

19. Μου αρέσει να ζωγραφίζω και να σχεδιάζω.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

20. Δεν τα πηγαίνω καλά με τα άλλα παιδιά στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

21. Νιώθω μοναξιά στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου
-------	------------------------	---------------	-------------	---------

22. Με συμπαθούν πολύ τα άλλα παιδιά στο σχολείο.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου

23. Μου αρέσει πολύ να παίζω επιτραπέζια παιχνίδια.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου

24. Δεν έχω φίλους μέσα στην τάξη.

Πάντα	Τις περισσότερες φορές	Μερικές φορές	Σχεδόν ποτέ	Καθόλου

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Σχολείο.....

Τάξη.....

Φύλο:Αγόρι Κορίτσι

Αδέρφια: κανένα(μοναχοπαίδι) 1 2 3 4 και άνω

Βαθμολογία στον τελευταίο έλεγχο:

- Στη Γλώσσα

- Στα Μαθηματικά



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΟΝ

