

ΤΕΙ ΗΠΕΙΡΟΥ
ΣΧΟΛΗ: ΣΕΥΠ
ΤΜΗΜΑ: ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΟΚΟΜΙΑΣ

ΘΕΜΑ:
ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ
ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ
ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΟΥ ΝΗΠΙΟΥ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΥΝΘΗΚΩΝ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ: ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
Α.Μ.: 11117

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΝΟΥΣΙΑ ΜΑΡΙΑ

ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2012

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κριτική:
Μαθαίνει να κατακρίνεται
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην έχθρα:
Μαθαίνει να καυγαδίζει
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ειρωνεία:
Μαθαίνει να είναι ντροπαλό
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ντροπή:
Μαθαίνει να είναι ένοχο
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κατανόηση:
Μαθαίνει να είναι υπομονετικό
Αν ένα παιδί ζει μέσα στον έπαινο:
Μαθαίνει να εκτιμά
Αν ένα παιδί ζει μέσα στη δικαιοσύνη:
Μαθαίνει να είναι δίκαιο
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ασφάλεια:
Μαθαίνει να πιστεύει
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην επιδοκιμασία:
Μαθαίνει να έχει αυτοεκτίμηση
Αν ένα παιδί ζει μέσα στην παραδοχή και τη φιλία:
Μαθαίνει να βρίσκει την αγάπη μέσα στον κόσμο.
(R. Russel)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	5
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	6
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	7
Κεφάλαιο 1ο: Ο προσδιορισμός της έννοιας αυτοεκτίμηση.....	9
1.1 Σύντομη ιστορική αναδρομή.....	11
1.2 Η αποσαφήνιση της έννοιας του εαυτού.....	11
1.3 Η αποσαφήνιση του όρου αυτοεκτίμηση-αυτοαντίληψη και η σχέση μεταξύ των δύο όρων.....	12
1.3.1 Ο ορισμός της αυτοεκτίμησης.....	12
1.3.2 Ο ορισμός της αυτοαντίληψης.....	13
1.3.3 Η σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και αυτοαντίληψης.....	15
1.3.4 Συμπεράσματα από την συσχέτιση των όρων.....	16
1.3.5 Είδη και διαστάσεις της αυτοεκτίμησης-αυτοαντίληψης.....	16
1.3.6 Η διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.....	17
1.3.6.1 Η σημαντικότητα της αυτοεκτίμησης.....	18
1.3.6.2 Τα χαρακτηριστικά του ατόμου με υψηλή αυτοεκτίμηση.....	18
1.3.6.3 Τα χαρακτηριστικά του ατόμου με χαμηλή αυτοεκτίμηση	19
1.4 Θεωρητικές προσεγγίσεις στο πεδίο έρευνας της αυτοεκτίμησης και της αυτοαντίληψης.....	19
1.4.1 Η θεωρητική προσέγγιση του Maslow για την προσωπικότητα και την αυτοπραγμάτωση.....	20
1.4.2 Η θεωρία του William James για την αυτοεκτίμηση.....	21
1.4.3 Η θεωρία του Robert White για την αυτοεκτίμηση.....	22
1.4.4 Η θεωρία του Morris Rosenberg για την αυτοεκτίμηση.....	22
1.4.5 Η θεωρία του Stanley Coopersmith για την αυτοεκτίμηση.....	23
1.4.6 Η θεωρία του Carl Rogers για τον εαυτό	24
Κεφάλαιο 2ο: Η αυτοεκτίμηση κατά την νηπιακή και την πρώτη παιδική ηλικία.....	26
2.1 Προσδιορισμός της έννοιας αυτοεκτίμηση.....	27
2.2 Η απαρχή της διαμόρφωσης του αισθήματος της αυτοεκτίμησης.....	28

2.3 Παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης.....	30
2.3.1 Οι ατομικοί παράγοντες.....	31
2.3.2 Οι βιολογικοί-κληρονομικοί παράγοντες.....	32
2.3.3 Οι κοινωνικοί παράγοντες.....	32
2.3.4 Ο ρόλος του φύλου.....	33
2.3.5 Ο ρόλος της οικογένειας.....	33
2.3.6 Ο ρόλος του παιδαγωγού και του σχολικού περιβάλλοντος.....	36
2.3.7 Η επίδραση της σχέσης με τους συνομηλίκους.....	37
2 3.8 Η επίδραση της σχολικής επίδοσης και των δεξιοτήτων.....	39
2.4 Η μέτρηση της αυτοεκτίμησης.....	41
2.4.1 Η κλίμακα του Coopersmith.....	41
2.4.1.1 Κριτική της κλίμακας του Coopersmith.....	43
2.4.2 Η κλίμακα του Rosenberg.....	44
2.4.2.2 Κριτική της κλίμακας του Rosenberg.....	45
2.4.3 Το ερωτηματολόγιο της Harter.....	46
Κεφάλαιο 3ο: Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην ομαλή ανάπτυξη της προσωπικότητας.....	47
3.1 Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην εμφάνιση καταθλιπτικών συμπτωμάτων.....	48
3.2 Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην εμφάνιση επιθετικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς.....	52
3.3 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	55
BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	57

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η έννοια του εαυτού με βασικές συνιστώσες την αυτοεκτίμηση και την αυτοαντίληψη έχει αποτελέσει κατά τις τελευταίες δεκαετίες αντικείμενο έντονης ερευνητικής δραστηριότητας. Σύμφωνα με τα παραπάνω, η πτυχιακή μου εργασία πραγματεύεται την έννοια της αυτοεκτίμησης γενικότερα και ειδικότερα την αυτοεκτίμηση στη νηπιακή ηλικία, πώς δομείται αλλά και πώς το περιβάλλον του παιδιού επιδρά στην διαμόρφωσή της. Το συγκεκριμένο θέμα προσέλκυσε το ενδιαφέρον μου για μελέτη καθώς διαπίστωσα ότι στο Τμήμα μας δεν έχει πραγματοποιηθεί κάποιο άλλο συναφές θέμα κατά το παρελθόν. Επιπλέον, η αυτοεκτίμηση στη νηπιακή ηλικία κρίνεται πολύ σημαντική για την ομαλή ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού και αργότερα ως ενήλικας. Έτσι το να διερευνήσω ένα τόσο ενδιαφέρον θέμα που έχει σχέση με την ψυχολογία των παιδιών αποτέλεσε για εμένα μια μικρή πρόκληση. Σκοπός λοιπόν της εργασίας αυτής είναι να τονίσουμε τη σημασία που έχει η αυτοεκτίμηση κυρίως στη ζωή των παιδιών αλλά και πώς το περιβάλλον του παιδιού μπορεί να επιδράσει θετικά στην ομαλή ανάπτυξη της. Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένεια μου για την στήριξή τους αλλά και την υπεύθυνη καθηγήτρια μου Μαρία Νούσια, για την πολύτιμη βοήθεια που μου παρείχε κατά την διάρκεια της συγγραφής της εργασίας μου.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Κύριο αντικείμενο της παρούσας εργασίας είναι η κατανόηση της έννοιας του εαυτού και της αυτοεκτίμησης, καθώς είναι δύο έννοιες που παίζουν σημαντικό ρόλο για την ομαλή ανάπτυξη της ψυχολογίας και της προσωπικότητας του νηπίου. Η αυτοεκτίμηση είναι μία έννοια που μελετήθηκε αρκετά τα τελευταία χρόνια και έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως σε διάφορους τομείς της ψυχολογίας. Είναι η εικόνα που έχει ο καθένας για τον εαυτό του και η αίσθηση της αξίας του. Η έννοια της αυτοεκτίμησης (self-esteem) κυριαρχεί στη μοντέρνα ζωή και θεωρείται από πολλούς το κλειδί για την επιτυχία και την ολοκλήρωση σε όλους τους τομείς. Ειδικότερα η αυτοεκτίμηση στη νηπιακή και παιδική ηλικία είναι ιδιαίτερα κρίσιμη γιατί εκεί μπαίνουν τα πρώτα και καθοριστικά θεμέλια για το χτίσιμο της αυτοεκτίμησης. Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που βοηθούν στην ανάπτυξη της αλλά υπάρχουν γεγονότα και καταστάσεις που ενισχύουν την μη ομαλή ανάπτυξη της προσωπικότητας. Η αυτοεκτίμηση λοιπόν είναι σημαντικό ψυχικό εφόδιο, το οποίο θα συνοδεύει το παιδί σε όλη του τη ζωή και σημαντικό συστατικό της ευτυχίας του. Φαίνεται όμως κάποιοι παράγοντες που είτε ενισχύουν την αυτοεκτίμηση του παιδιού είτε την μειώνουν και σαν αποτέλεσμα έχουμε την μη ομαλή ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού. Στην παρούσα εργασία παρουσιάζεται η έννοια της αυτοεκτίμησης κυρίως στην ευαίσθητη νηπιακή ηλικία και παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αλλά και πώς το περιβάλλον του παιδιού επιδρά στη θετική ή αρνητική ανάπτυξη της.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η αυτοεκτίμηση και η αυτοαντίληψη είναι δύο βασικές συνιστώσες του εαυτού, των οποίων η σημασία τους είναι καθοριστική για τη διαμόρφωση και την εξέλιξη της προσωπικότητας του ατόμου. Το έντονο επιστημονικό ενδιαφέρον που έχει εκδηλωθεί για τις έννοιες αυτές και παράλληλα η επιλογή μου να ασχοληθώ με ένα επάγγελμα κοινωνικού χαρακτήρα με ώθησε στο να μελετήσω την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης στην νηπιακή ηλικία. Πιο αναλυτικά στην συγκεκριμένη εργασία επικεντρώσαμε το ενδιαφέρον μας στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης κατά την νηπιακή κυρίως ηλικία, την επίδραση που ασκεί το περιβάλλον του παιδιού στην ομαλή ανάπτυξη της, αλλά και τις επιδράσεις της ίδιας της αυτοεκτίμησης στην εκδήλωση παθολογικών συμπεριφορών

Στο πρώτο κεφάλαιο της πτυχιακής μου εργασίας αποσαφηνίζεται η έννοια του «εαυτού» και των δύο συνιστωσών του, την «αυτοεκτίμηση» και την «αυτοαντίληψη». Ειδικότερα παρατίθενται ορισμένες σημαντικές θεωρίες, που έχουν διατυπωθεί για αυτές τις έννοιες στο υποκεφάλαιο 1.2 για τον «εαυτό», στο υποκεφάλαιο 1.3.1 για την αυτοεκτίμηση και στο 1.3.2 για την αυτοαντίληψη, καθώς και τα διάφορα χαρακτηριστικά τους. Ενώ, στη συνέχεια στο υποκεφάλαιο 1.4 αναφέρονται ορισμένες από τις πιο κυριότερες θεωρητικές προσεγγίσεις για την έννοια της αυτοεκτίμησης.

Στο δεύτερο κεφάλαιο, εστιάζεται ειδικά η έννοια της αυτοεκτίμησης στην νηπιακή κυρίως ηλικία και πώς αυτή αναπτύσσεται και διαμορφώνεται. Στη συνέχεια στο υποκεφάλαιο 2.3 αναφέρονται και αναλύονται οι παράγοντες, οι οποίοι επηρεάζουν σε σημαντικό βαθμό την αυτοεκτίμηση. Το οικογενειακό περιβάλλον, στο οποίο ζει και μεγαλώνει ένα παιδί είναι ένας από αυτούς από τους παράγοντες. Επιπλέον κάποιοι ατομικοί παράγοντες, καθώς και το φύλο είναι παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση. Ακόμη οι παιδαγωγοί, οι συνομήλικοι αλλά και το σχολικό περιβάλλον του παιδιού, παίζουν σημαντικότατο ρόλο στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης του νηπίου καθώς το σχολείο είναι

το δεύτερο σημαντικότερο κοινωνικό πλαίσιο για το παιδί, μετά την οικογένεια. Επιπλέον, στο υποκεφάλαιο 2.4 παρατίθενται κάποιες αναγνωρισμένες κλίμακες, με τις οποίες γίνεται η μέτρηση της αυτοεκτίμησης.

Προχωρώντας στο τρίτο κεφάλαιο κάνουμε μια ερευνητική ανασκόπηση, όπου αναφέρονται αποτελέσματα διάφορων σημαντικών ερευνών που πραγματοποιήθηκαν τα τελευταία χρόνια και δείχνουν κατά πόσο η αυτοεκτίμηση επιδρά στην ανάπτυξη καταθλιπτικών συμπτωμάτων (υποκεφάλαιο 3.1) και αν η αυτοεκτίμηση επιδρά στην ανάπτυξη επιθετικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς στην νηπιακή και την πρώτη παιδική ηλικία στο υποκεφάλαιο 3.2.

Τέλος, στο υποκεφάλαιο 3.3, ολοκληρώνουμε με τη διατύπωση βασικών συμπερασμάτων από την ολοκλήρωση της μελέτης του συγκεκριμένου θέματος.

Κεφάλαιο 1ο

Ο προσδιορισμός της έννοιας αυτοεκτίμηση.

1.1 Σύντομη ιστορική αναδρομή.

Αν κάνουμε μια σύντομη ιστορική αναδρομή θα δούμε ότι στον 20ο αιώνα η αυτοεκτίμηση θεωρείται σημαντική για την ψυχική υγεία του ατόμου. Θεωρείται ίσως το κλειδί για την επιτυχία σε όλους τους τομείς. Μέχρι τον 20ό αιώνα υπήρξε σημαντική φιλοσοφική συζήτηση γύρω από την έννοια του εαυτού. Γραφές από τα αρχαία χρόνια δείχνουν τις πρώτες προσπάθειες του ανθρώπου να καταλάβει τον εαυτό. Η έννοια του εαυτού παρουσιάζεται ακόμα και σε πρωτόγονες θρησκείες, από τις οποίες φαίνεται η θεώρηση του ανθρώπου, ως «σώματος φυσικού», ο οποίος κατέχει κάποια δύναμη η οποία διευθύνει τη ζωή του. Αυτήν τη «δύναμη» την ονόμασαν είτε «ψυχή», είτε «φύση» ή αλλιώς «πνεύμα» ή «πνοή». Αρκετές όμως αναζητήσεις έγιναν και στην αρχαία Ελλάδα. Σύμφωνα με τον Σωκράτη, η ηθική βελτίωση του ανθρώπου θα επιτευχθεί σύμφωνα με την δουλειά που θα κάνει ο ίδιος με τον εαυτό του. Αυτό έχει σαν προϋπόθεση το «γνώθι σε αυτόν». Ένας από τους σημαντικότερους φιλοσόφους, ο Πλάτωνας, εμπεριείχε την έννοια του εαυτού, στη θεωρία του για την ψυχή. Υποστήριζε ότι η ψυχή έχει δύο μέρη, δηλαδή από την μία έχουμε την ύπαρξη της ύλης και από την άλλη την ύπαρξη του πνεύματος. Ακόμη ένας μεγάλος φιλόσοφος, ο Αριστοτέλης υποστήριξε τη φύση της ψυχής, ως η μορφή που προκύπτει από τις κινήσεις και τις μεταβολές του οργανικού σώματος. Για τους αρχαίους Έλληνες φιλόσοφους λοιπόν, ο εαυτός νοείται ως ψυχή, νους ή πνεύμα, ως κάτι διαρκές το οποίο μπορεί να ταυτιστεί με το αιώνιο (Λεονταρή, 1996).

Με το Χριστιανισμό, όμως, έχουμε μία ακόμα διάκριση ανάμεσα στο σώμα και την ψυχή. Στην εποχή του Μεσαίωνα, καθώς η σπουδαιότητα για το άτομο ελαττώθηκε, μειώθηκε αναλογικά και το ενδιαφέρον γύρω από τον άνθρωπο και τον εαυτό. Κατά το 17ο αιώνα, όμως εμφανίσθηκε στη Δυτική Ευρώπη ένας νέος δυισμός του εαυτού, δηλαδή τη διάκρισή του σε «υποκείμενο» και «αντικείμενο». Ο 17ος αιώνας χαρακτηρίσθηκε από μία έμφαση στην ατομικότητα, η οποία προσέφερε νέες ευκαιρίες αλλά αποτέλεσε και μια απειλή

επειδή η κατάκτησή της έγινε εις βέρος του «σχετίζεσθαι». Με την πάροδο των χρόνων πολλοί επιστήμονες και φιλόσοφοι εξέφρασαν τις απόψεις τους για το άτομο και τον εαυτό. Ο Locke, υποστήριζε ότι είναι αδύνατο να εντοπίσουμε μια αμετάβλητη μόνιμη οντότητα πέρα από τις εμπειρίες μας. Θεώρησε τη γνώση, ως τον πυρήνα του εαυτού αλλά και διαφώνησε με τους προγενέστερους θεωρητικούς ως προς την πηγή της γνώσης, υποστηρίζοντας ότι η γνώση προέρχεται από την εμπειρία. Προς την κατεύθυνση αυτή οδηγήθηκε και ο Hume θεωρώντας, ότι η έννοια του εαυτού δεν έχει θέση στο χώρο της φιλοσοφίας. Απέρριψε τις ιδέες του Πλάτωνα και του Αριστοτέλη για την ψυχή και θεώρησε ότι η αντίληψη του εαυτού στηρίζεται σε μια σειρά εμπειριών που συνδυάζονται με ποικίλους τρόπους. Για τον Hume, η έννοια του εαυτού είναι μία ψευδαίσθηση, δηλαδή μόνο η αίσθηση της ζέστης ή του κρύου, του φωτός ή της σκιάς, της αγάπης ή του μίσους, του πόνου ή της ηδονής. Ο Kant βαδίζοντας στα χνάρια του Hume τόνισε τη σημασία του εμπειρικού εαυτού, προχωρώντας πιο πέρα από την καθαρά εμπειρική αίσθηση του εαυτού του Hume. Υποστήριξε ότι ενώ υπάρχει μία πλευρά μας που διαισθάνεται την ουσία της ύπαρξης, το αποτέλεσμα μπορεί να είναι τόσο επηρεασμένο και παραμορφωμένο από τον τρόπο που σκέφτεται. Βλέπουμε, λοιπόν, ότι οι ιδέες των φιλοσόφων προετοίμασαν το έδαφος έτσι ώστε με την ανάπτυξη της ψυχολογίας τον 19ο αιώνα και την αποδοχή της ως επιστήμη, η έννοια του εαυτού να θεωρείται ψυχολογικό φαινόμενο. Χωρίς αμφιβολία, οι έρευνες όλων των χρόνων γύρω από τον εαυτό συνέβαλαν ουσιαστικά στην κατανόηση της ανθρώπινης (Κοσμίδου-Hardy, 1991).

1.2 Η αποσαφήνιση της έννοιας του εαυτού.

Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία, διαπιστώνουμε ότι υπάρχει πληθώρα ορισμών για την έννοια του εαυτού. Τα ευρήματα των μελετών τις περισσότερες φορές είναι αντιφατικά μεταξύ τους. Πέρα όμως από την ασάφεια ως προς τον ορισμό, πρόσθετη σύγχυση έφερε και η τάση των μελετητών να χρησιμοποιούν κατά τυχαίο τρόπο

διαφορετικούς όρους που έχουν πρόθεμα τη λέξη εαυτός. Σύμφωνα με Burns, ο εαυτός είναι ένα σύνολο υποκειμενικών αξιολογήσεων, χαρακτηριστικών και συναισθημάτων και αναφέρονται σε όλες τις πτυχές της άποψης του ατόμου για τον εαυτό του (Λεονταρή, 1996).

Επίσης, ο Rosenberg ορίζει τον εαυτό, ως το σύνολο των σκέψεων και των συναισθημάτων του ατόμου που αναφέρονται στον εαυτό του, ως αντικείμενο. Οι Combs και Snygg, θεωρούσαν τον εαυτό αντικείμενο και υποκείμενο, ταυτόχρονα. Η έννοια του εαυτού είναι η οργάνωση όλων όσα φαίνονται στο άτομο, δηλαδή το εγώ ή το εμένα. Ανεξάρτητα όμως από τις αντιπαραθέσεις μεταξύ των μελετητών για τον ορισμό, ένας γενικότερος ορισμός είναι ο τρόπος με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται τον εαυτό του (McElroy, Taylor, Walker, Wilson, 1995).

1.3 Η αποσαφήνιση της έννοιας αυτοεκτίμηση-αυτοαντίληψη και η σχέση μεταξύ των δύο όρων.

1.3.1 Ο ορισμός της αυτοεκτίμησης.

Κατά καιρούς έχουν δοθεί πολλοί ορισμοί για την αυτοεκτίμηση οι οποίοι διαφοροποιούνται ανάλογα με την εστίαση που γίνεται στον καθένα. Η αυτοεκτίμηση είναι ένα συναισθηματικό φαινόμενο, δηλαδή, ο άνθρωπος το ζει ως συναίσθημα. Είναι μία δυναμική διαδικασία που επηρεάζεται από τις επιτυχίες ή τις αποτυχίες του ανθρώπου και γι αυτό θεωρείται, ότι η αυτοεκτίμηση πλάθεται. Γενικότερα, είναι η θετική ή αρνητική στάση που έχουμε για τον εαυτό μας, είναι μία βασική ανθρώπινη ανάγκη που μας ωθεί συνειδητά αλλά και ασυνείδητα. Ένας από τους μεγαλύτερους πρόδρομους της ψυχολογίας, ο Stanley Coopersmith θεωρούσε την αυτοεκτίμηση, ως την προσωπική κρίση αξίας του ατόμου, που εκφράζεται με στάσεις που αναπτύσσει το άτομο απέναντι στον εαυτό του. Ο Rosenberg όρισε την αυτοεκτίμηση, ως τη θετική ή την αρνητική στάση σε ένα συγκεκριμένο

αντικείμενο, τον «εαυτό» (Σίμου, Παπάνης, 2007).

Επίσης ο Ziller, θεώρησε ότι ο εαυτός ορίζεται σε σχέση με τους «σημαντικούς άλλους» και την αξιολόγηση που προκύπτει σε μεγάλο βαθμό μέσα από ένα κοινωνικό πλαίσιο αναφοράς. Ο William James, ο ιδρυτής της ψυχολογίας της αυτοεκτίμησης, όρισε την αυτοεκτίμηση ως την απόσταση ανάμεσα στον ιδανικό και τον αντιληπτό εαυτό. Κατά τον James, η αυτοεκτίμηση είναι η αναλογία μεταξύ των πραγματικών επιτεύξεων και των φιλοδοξιών του ατόμου. Μέσα από όλες αυτές τις θεωρίες λοιπόν, προέκυψε ότι με τον όρο αυτοεκτίμηση αναφερόμαστε στη συναισθηματική στάση απέναντι στον εαυτό μας που μπορεί να είναι θετική ή αρνητική. Είναι σημαντικό γνώρισμα κάθε ατόμου. Είναι η άμυνα και τα απαραίτητα για την επιβίωση ενάντια στην ανταγωνιστική κοινωνία. Διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στη ζωή, γιατί επιδρά στον τρόπο σκέψης, συμπεριφοράς αλλά και στη σχέση με τους γύρω μας (Γεωργογιάννης, 1995).

Όπως αναφέρουν οι, Σίμου, Παπάνης(2007), τον Ιούνιο του 1992, το Διοικητικό Συμβούλιο του Εθνικού Συμβουλίου της Αμερικής για την «αυτοεκτίμηση» με το οποίο συνδέεται και το αντίστοιχο Ελληνικό Συμβούλιο και ερευνούν την έννοια της αυτοεκτίμησης συμφώνησε ότι η αυτοεκτίμηση είναι, «η εμπειρία του να είσαι ικανός να χειρίζεσαι τις προκλήσεις της ζωής και να αισθάνεσαι άξιος για την ευτυχία». Ο ορισμός προέκυψε από την εγκεφαλική διαδικασία αξιολόγησης του εαυτού και της συναισθηματικής διαδικασίας, ότι νιώθεις άξιος.

1.3.2 Ο ορισμός της αυτοαντίληψης.

Για τους περισσότερους μελετητές η αυτοαντίληψη ορίζεται ως την εικόνα που διαμορφώνει ο άνθρωπος για τον εαυτό του. Σύμφωνα με το μοντέλο των Shavelson, Hubner και Stanton το οποίο αναγνωρίζει την πολυδιάστατη πτυχή της αυτοαντίληψης, την ορίζει ως την αντίληψη ενός ατόμου για τον εαυτό του, όπως διαμορφώνεται μέσα από τις εμπειρίες

που αποκομίζει από το περιβάλλον του και τους «σημαντικούς άλλους». Μία άλλη άποψη είναι ότι η αυτοαντίληψη αντιπροσωπεύει μια περιγραφή του ατόμου, ανεξάρτητα από το κατά πόσο η γνώση είναι σωστή ή λανθασμένη, βασισμένη σε αντικειμενικά στοιχεία ή σε υποκειμενική γνώμη. Είναι το σύνολο των οργανωμένων ιδιοτήτων που το άτομο προσδίδει στον εαυτό του. Η αυτοαντίληψη διαχωρίζεται ως η γνωστική πτυχή του εαυτού και αναφέρεται στην ολότητα ενός οργανωμένου και δυναμικού συστήματος όλων αυτών που ο άνθρωπος έχει ως ιδανικά για την ύπαρξή του. Δεν είναι έμφυτη αλλά αναπτύσσεται και δομείται από το άτομο μέσα από την αλληλεπίδραση του με το περιβάλλον (Καλούρη-Αντωνοπούλου, 2001).

Πολλοί σύγχρονοι ερευνητές θεωρούν την αυτοαντίληψη, μία οργανωμένη ομάδα γνωστικών δομών που βασίζονται στις εμπειρίες του παρελθόντος και λειτουργούν ως επιλεκτικοί μηχανισμοί, επηρεάζοντας, τη συγκέντρωση της προσοχής του ατόμου σε ορισμένες πληροφορίες και επενεργώντας ως ένα ερμηνευτικό πλαίσιο. Κάθε μία από τις επιμέρους εικόνες υποδηλώνει τη διαφορετική έμφαση που δίνεται σε κάθε πτυχή του εαυτού και την πολυμορφία των εμπειριών που αυτές αντανακλούν. Αναπτύσσουμε και διατηρούμε την αυτοαντίληψη μας μέσα από τη διαδικασία ανάληψης δράσης και σκέψης και για το πώς θα εκλάβουν οι άλλοι αυτό που κάναμε. Σκεφτόμαστε σχετικά με το τί κάναμε και μπορούμε να κάνουμε, σε σύγκριση με τις προσδοκίες μας και τις προσδοκίες των άλλων, τα χαρακτηριστικά και τις επιτεύξεις των άλλων. Αυτή είναι η δυναμική πλευρά της αυτοαντίληψης και είναι σημαντική, γιατί υποδεικνύει ότι μπορεί να διαμορφωθεί ή και να αλλαχθεί. Μερικοί μελετητές πρότειναν, ότι κάθε αντίληψη του κοινωνικού εαυτού είναι συγκεκριμένη με βάσει τις προσδοκίες του συνόλου στο οποίο το κάθε άτομο ανήκει και με το οποίο ταυτίζεται. Ο καθένας έχει αμέτρητες ταυτότητες, που είναι ένας συνδυασμός των αυτοαντιλήψεων σε διάφορους ρόλους (Κοσμίδου-Hardy, 1991).

1.3.3 Η σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και αυτοαντίληψης.

Μεγάλο μέρος των ερευνητών χρησιμοποιεί τους όρους «αυτοαντίληψη» και «αυτοεκτίμηση» εναλλακτικά, άλλοι όμως εμμένουν σε ένα σαφή διαχωρισμό των δύο. Έτσι χρησιμοποιούν τον όρο «αυτοαντίληψη» για να δηλώσουν τα γνωστικά σχήματα που διαμορφώνει το άτομο για τον εαυτό του, ενώ με τον όρο «αυτοεκτίμηση» αναφέρονται στην αυτο-αξιολόγηση που κάνει το άτομο. Έτσι ορίζεται ότι η αυτοεκτίμηση είναι μία παράμετρος της αυτοαντίληψης. Η αυτοαντίληψη ως έννοια είναι πολυδιάστατη και ιεραρχικά οργανωμένη. Οι προδιαθέσεις της μαζί με τα στοιχεία της κοινωνικής της ταυτότητας αποτελούν, το μεγαλύτερο μέρος του περιεχομένου της (Μπότσαρη-Μακρή, 2001).

Η αυτοεκτίμηση είναι η αξιολογική πτυχή του εαυτού μας. Η θεωρία αυτοεκτίμησης του Rosenberg στηρίζεται σε μια υπόθεση (interactive hypothesis), σύμφωνα με την οποία το υψηλό επίπεδο αυτοαντίληψης σε κάποιο τομέα αυξάνει την αυτοεκτίμηση του ατόμου, με την αύξηση να είναι τόσο μεγαλύτερη όσο υψηλότερο είναι το επίπεδο αυτοαντίληψης και όσο μεγαλύτερη είναι η σπουδαιότητα του τομέα αυτού για το άτομο. Κατά αντιστοιχία ένα χαμηλό επίπεδο αυτοαντίληψης σε κάποιο τομέα εξασθενεί την αυτοεκτίμηση του ατόμου, με τη μείωση να είναι τόσο μεγαλύτερη όσο χαμηλότερο είναι το επίπεδο αυτοαντίληψης και όσο μεγαλύτερη είναι η υποκειμενική σπουδαιότητα του τομέα. Μέσα απο την αποσαφήνιση των όρων αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση καταλήγουμε ότι, η αυτοαντίληψη είναι η γνωστική πτυχή του εαυτού και η αυτοεκτίμηση είναι η συναισθηματική πτυχή του εαυτού (Παπάνης, 2011).

1.3.4 Συμπεράσματα απο τη συσχέτιση των όρων.

Συμπερασματικά λοιπόν χρησιμοποιούμε τον όρο «αυτοαντίληψη» για να δηλώσουμε τα γνωστικά σχήματα που διαμορφώνει το άτομο για τον εαυτό του, ενώ με τον όρο «αυτοεκτίμηση» αναφερόμαστε στην επαναξιολόγηση που κάνει το άτομο. Γίνεται ξεκάθαρο

ότι η αυτοεκτίμηση είναι μια παράμετρος της αυτοαντίληψης και η αυτοεκτίμηση (self-esteem) είναι το συναισθηματικό περιεχόμενο αυτής σχέσης: Εαυτός-Εγώ και Εαυτός-Εμένα. Εξαρτάται από το περιεχόμενο της αυτοαντίληψης σε μία συγκεκριμένη περιοχή καθώς και την αξιολόγηση (σπουδαιότητα που αποδίδεται) από το άτομο στη συγκεκριμένη αυτή περιοχή. Η αυτοαντίληψη ως έννοια είναι πολυδιάστατη και ιεραρχικά οργανωμένη. Με τον όρο αυτοαντίληψη νοείται και το σύνολο των χαρακτηριστικών που το άτομο νομίζει ότι κατέχει. Υπό την έννοια αυτή, η αυτοαντίληψη σαν λειτουργία, θυμίζει τη λειτουργία της ταυτότητας. Μέσα λοιπόν από την αποσαφήνιση των δύο αυτών όρων καταλήγουμε στο ότι οι δύο αυτές έννοιες είναι δύο παράμετροι που αλληλοσυμπληρώνουν η μία την άλλη και δεν νοείται να υπάρχει η μία χωρίς την ύπαρξη της άλλης (Goldstein, 2008).

1.3.5 Είδη και διαστάσεις της αυτοεκτίμησης-αυτοαντίληψης.

Μέσα από έρευνες χρόνων, οι ψυχολόγοι χώρισαν την αυτοεκτίμηση και την αυτοαντίληψη σε είδη και διαστάσεις. Η αυτοεκτίμηση μπορεί να είναι καθολική ή συγκεκριμένη. Η καθολική απεικονίζει την συνολική κρίση του ατόμου για τον εαυτό του, ενώ η συγκεκριμένη την εκτίμηση του για επιμέρους τομείς του εαυτού του. Η διαφοροποίηση τους δεν σημαίνει κάτι, αντίθετα, θεωρούνται σημαντικές και επιδρούν η μία στην άλλη. Επιπλέον, η αυτοεκτίμηση ενσωματώνει δύο συστατικά στοιχεία: το επίπεδο και τη σταθερότητα. Η αυτοαντίληψη όμως έχει και αυτή σημαντικές διαστάσεις, όπως η φυσική εμφάνιση, ο γνωστικός εαυτός, ο κοινωνικός εαυτός και η αυτοεκτίμηση (Παπάνης, 2004).

1.3.6 Η διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.

Η αυτοεκτίμηση αρχίζει και διαμορφώνεται ήδη από μικρή ηλικία, όταν τα παιδιά αρχίζουν να μορφοποιούν τα πρώτα συναισθήματα αυτοεκτίμησης, τις πρώτες έξι εβδομάδες της ζωής, ανάλογα με το πώς εκτιμούν ότι ο κόσμος αντιδρά στις σωματικές και συναισθηματικές τους ανάγκες. Καθώς διέρχονται τα ποικίλα στάδια ανάπτυξης, η

αυτοεκτίμηση τους τροποποιείται ανάλογα με το πώς αντιδρούν οι σημαντικοί για αυτά ενήλικες, στις ανάγκες τους και το βαθμό που αυτές ολοκληρώνονται επιτυχώς σε κάθε αναπτυξιακό στάδιο. Η πρώτη πιο απλή σύλληψη του εαυτού κατά Piaget, είναι αυτή που εκδηλώνεται στο τέλος του αισθησιοκινητικού σταδίου, όταν πια το νήπιο ξεχωρίζει τον εαυτό του από τον έξω κόσμο. Κατόπιν σταδιακά διευρύνεται το περιεχόμενο του και προσλαμβάνει ολοένα και πιο αφηρημένες ιδιότητες. Παράλληλη πορεία προς την εξέλιξη της έννοιας του εαυτού ακολουθεί και η αυτοεκτίμηση (Ball,2000).

Στην πρώιμη παιδική ηλικία, παρόλο που η αυτοεκτίμηση αρχίζει να σχηματίζεται, δεν είναι μετρήσιμη έως την ηλικία των έξι ετών, γιατί μέχρι τότε οι δύο λειτουργίες της αυτοεκτίμησης, η ικανότητα και η αξία ενεργούν ξεχωριστά. Μεταξύ των πέντε με οχτώ ετών, η αυτοεκτίμηση γίνεται ολοένα και πιο αντιληπτή. Τα παιδιά αρχίζουν να σχηματίζουν κάποια γνώμη σχετικά με την αξία και την ικανότητά τους σε πέντε τομείς: την εμφάνισή τους, την κοινωνική αποδοχή, τη σχολική ικανότητα, τις αθλητικές και καλλιτεχνικές δεξιότητες. Μεγαλώνοντας το παιδί συνειδητοποιεί τί μπορεί να κάνει και τί όχι. Αναπόφευκτα, η αυτοεκτίμηση αρχίζει να επηρεάζει τη συμπεριφορά του καθώς το παιδί προσπαθεί να διατηρήσει και να προφυλάξει την αίσθηση αυτοαξίας του ενάντια στις προκλήσεις και τα προβλήματα της ζωής. Η αυτοεκτίμηση δεν είναι έμφυτη αλλά αποτέλεσμα της ποιότητας των εμπειριών και της αλληλεπίδρασης του με το περιβάλλον, ψυχολογικό και κοινωνικό. Βασική προϋπόθεση ανάπτυξης της είναι, η επίγνωση από μέρους του ατόμου της ταυτότητάς του εαυτού του, τον οποίο ακολούθως αξιολογεί (Λεονταρή, 1996).

1.3.6.1 *Η σημαντικότητα της αυτοεκτίμησης.*

Η εντύπωση που σχηματίζει το άτομο για την επάρκεια ή την ανεπάρκεια του εαυτού του και η άρρηκτα συνδεδεμένη με αυτήν επιδοκιμασία ή αποδοκιμασία του, εμπεριέχει ιδιότητες νοητικές, συναισθηματικές και παροτρυντικές. Πιστεύεται πλέον θεωρητικά

τουλάχιστον, ότι η αυτοεκτίμηση αποτελεί μια ουσιώδη μεταβλητή της συμπεριφοράς, η οποία θα μπορούσε ακόμη και να ενταχθεί στα γνωρίσματα που μοναδικά ανήκουν στον άνθρωπο. Αναμφισβήτητα συνέβαλε στην αύξηση της κατανόησης της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Ο ρόλος της είναι αποφασιστικός στη συγκρότηση μιας υγιούς, ρεαλιστικής, συνεκτικής και συνεπούς προσωπικότητας. Η διαμόρφωση υψηλής ή χαμηλής αυτοεκτίμησης μετατρέπεται σε έναν εσωτερικό ρυθμιστή της προσωπικότητας που κατευθύνει και σταθεροποιεί τη συμπεριφορά και σε μία προδιάθεση που ερμηνεύει και προσδοκά ανάλογη προς το βαθμό εκτίμησης των εμπειριών του εαυτού (Καψάλης, 1990).

1.3.6.2 Τα χαρακτηριστικά του ατόμου με υψηλή αυτοεκτίμηση.

Στη διεθνή βιβλιογραφία υπάρχει συμφωνία, σχετικά με το ότι η αυτοεκτίμηση η αυτοεκτίμηση ενδυναμώνει όλες τις πλευρές της ζωής, αφού δίνει τη δυνατότητα στα άτομα να έχουν αυξημένη προσωπική παραγωγικότητα και ικανοποιητικές διαπροσωπικές σχέσεις. Εμπλέκονται ελεύθερα σε πράξεις συνεργασίας. Έχουν θετικές κοινωνικές σχέσεις και η ζωή τους έχει νόημα. Στο περιβάλλον του σχολείου ειδικότερα, οι μαθητές που αισθάνονται καλά με τον εαυτό τους, συμπεριφέρονται διαφορετικά από εκείνους με χαμηλή αυτοεκτίμηση. Τα άτομα με υψηλή αυτοεκτίμηση βλέπουν τον εαυτό τους ρεαλιστικά. Η αξιολόγηση που τα ίδια τα παιδιά κάνουν για τις ικανότητες τους, βασίζεται σε μια ακριβή ανατροφοδότηση παρά σε διαστρέβλωση αυτού που θα ήθελαν να πιστεύουν για τον εαυτό τους. Τα παιδιά με υψηλή αυτοεκτίμηση είναι πρόθυμα να βοηθήσουν τους άλλους αλλά και να ρισκάρουν. Ανταποκρίνονται στις προκλήσεις και είναι πρόθυμα, ώστε να δοκιμάσουν καινούργια πράγματα. Αυτά τα παιδιά θέτουν στόχους, γνωρίζουν τί θέλουν να κάνουν και τί θα ήθελαν να πετύχουν στη ζωή τους (Χόνδρου, 2009).

1.3.6.3 Τα χαρακτηριστικά του ατόμου με χαμηλή αυτοεκτίμηση.

Οι μαθητές με χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορούν εύκολα να αναγνωριστούν. Ενδιαφέρονται να διατηρήσουν τη δικιά τους αίσθηση αυτοσεβασμού ή «να πέσουν με τιμή», παρά να προσπαθήσουν περισσότερο για να πετύχουν. Εμπλέκονται σε αμυντικές συμπεριφορές προκειμένου να αποτρέψουν τους άλλους να καταλάβουν πόσο ανασφαλείς αισθάνονται. Πειράζουν και υποτιμούν τους άλλους. Αποσύρονται και είναι ντροπαλοί. Συνήθως καταφεύγουν σε οτιδήποτε θεωρούν απαραίτητο για να αντισταθμίσουν τα συναισθήματα ανεπάρκειας που νιώθουν. Φοβούνται την αποτυχία και πολλές φορές θεωρούν ότι είναι καλύτερα να μην προσπαθήσουν, παρά να ρισκάρουν σε περίπτωση αποτυχίας. Είναι παγιδευμένοι στην αυτοεικόνα τους, που διακατέχεται από αποτυχία. Έτσι αισθάνονται ανάξιοι, ανεπαρκείς και μη αγαπητοί (Σιακαντάρη, 2011).

1.4 Θεωρητικές προσεγγίσεις στο πεδίο έρευνας της αυτοεκτίμησης και της αυτοαντίληψης.

Ο Παπάνης (2011), αναφέρει πώς: «η αυτοεκτίμηση, ως ψυχολογική έννοια περικλείει μία ερευνητική αντίφαση. Ενώ έχει μελετηθεί αρκετά τα τελευταία χρόνια, εξακολουθεί να διατηρεί το δημοφιλή χαρακτήρα της. Παρόλα αυτά, όμως, παραμένει μία έννοια δύσκολα προσδιορίσιμη και πολύσημη» (σ.24-25).

Στη συνέχεια, θα παρουσιάσουμε κάποιες αντιπροσωπευτικές θεωρητικές προσεγγίσεις για την αυτοεκτίμηση.

1.4.1 Η ανθρωπιστική προσέγγιση του Maslow, για την προσωπικότητα και την αυτοπραγμάτωση.

Η ανθρωπιστική προσέγγιση τονίζει δύο βασικά σημεία. Αρχικά το άτομο θεωρείται ένα οργανωμένο σύνολο, τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του οποίου δεν μπορούμε να μελετήσουμε, απομονώνοντας τα από τα υπόλοιπα. Επιπλέον υπάρχει ένα βασικό ένστικτο που ωθεί το άτομο προς την ενεργοποίηση των δυνατοτήτων του. Ο Abraham Maslow

περιέγραψε δύο είδη αναγκών εκτίμησης, την ανάγκη για σεβασμό από τους άλλους και την ανάγκη για αυτοσεβασμό. Η αυτοεκτίμηση για τον Maslow συνεπάγεται με ικανότητα, αυτοπεποίθηση, μαεστρία, επίδοση, ανεξαρτησία και ελευθερία. Ο σεβασμός από τους άλλους σημαίνει αναγνώριση, αποδοχή, γόητρο(status) και εκτίμηση. Χωρίς την εκπλήρωση, ικανοποίηση αυτών των αναγκών, το άτομο νιώθει αποθαρρυνόμενο, αδύναμο και κατώτερο. Ακόμη και η ανάγκη για σεβασμό από τους γύρω μας αυξάνεται με την ηλικία μας και η ανάγκη για αυτοεκτίμηση γίνεται πιο σημαντική (Ζαφειρίδης, 2009).

Ο Maslow δημιούργησε την πυραμίδα ιεράρχησης των αναγκών, η οποία αποτελείται από πέντε κατηγορίες. Στο πρώτο επίπεδο περιλαμβάνονται οι φυσιολογικές ανάγκες (αναφέρονται στη φυσιολογία και στις λειτουργίες του σώματος). Στο δεύτερο επίπεδο περιλαμβάνονται οι ανάγκες του ανθρώπου για επιβίωση, η ανάγκη για ασφάλεια, προστασία και σταθερότητα, η ανάγκη για αγάπη και το αίσθημα ότι κάπου ανήκεις. Στο τρίτο επίπεδο, είναι η επιθυμία να έχεις φίλους, οικογένεια ή ακόμα και η επιθυμία ότι ανήκεις σε μία κοινότητα. Στο τέταρτο επίπεδο είναι η ανάγκη για εκτίμηση. Ο Maslow χώρισε αυτή τη κατηγορία σε δύο, στη χαμηλή και στην υψηλή εκτίμηση. Η χαμηλή έχει να κάνει με τους γύρω μας, με τον σεβασμό που μας δείχνουν, την ανάγκη για δόξα, αναγνώριση, κοινωνική καταξίωση, αξιοπρέπεια και κυριαρχία. Η υψηλή κατηγορία των αναγκών εκτίμησης περιλαμβάνει την αυτοεκτίμηση, συμπεριλαμβανομένων των συναισθημάτων όπως, η αυτοπεποίθηση, η εμπιστοσύνη, η ικανότητα, η ανεξαρτησία και η ελευθερία. Το αρνητικό στοιχείο αυτής της κατηγορίας είναι η χαμηλή αυτοεκτίμηση. Οι προηγούμενες τέσσερις κατηγορίες ανήκουν στην ομάδα των ελλειμματικών αναγκών (deficit needs). Το πέμπτο και τελευταίο επίπεδο είναι η ανάγκη για αυτοπραγμάτωση (selfactualization). Είναι διαφορετική κατηγορία από τις άλλες, γιατί σε αυτήν ανήκει η αίσθηση ότι έχεις καταφέρει να εκπληρώσεις κάθε σου άλλη επιθυμία, να έχεις ικανοποιήσει κάθε κατώτερη ανάγκη σου και να αξιοποιήσεις όλες σου τις δυνατότητες. Να έχεις καταφέρει να χρησιμοποιήσεις όλες σου

τις ιδιότητες και αισθήσεις στο μέγιστο δυνατό (Ποταμιανός, 1999).

1.4.2 Η θεωρία του William James για την αυτοεκτίμηση.

Ένας από τους πατέρες της ψυχολογίας της αυτοεκτίμησης, ο William James ήταν ο πρώτος που ασχολήθηκε με την έννοια του εαυτού. Ήταν ο πρώτος που ανέπτυξε λεπτομερώς το διαχωρισμό του εαυτού, σε υποκείμενο και αντικείμενο. Ο James θεωρούσε τον εαυτό σαν μια πολυδιάστατη, δυναμική μορφή και είχε αναλύσει τη διπλή του φύση, υποστηρίζοντας ότι αποτελείται από το «Εγώ» και το «Εμένα». Το «Εγώ» είναι το υποκείμενο που παρατηρεί, αισθάνεται και έχει εκτελεστική λειτουργία. Το Εμένα είναι το αντικείμενο της εμπειρίας. Το Εγώ είναι αυτό που συμβάλλει στη γνώση της συμπεριφοράς και ανάγεται περισσότερο στο χώρο της φιλοσοφίας και το Εμένα είναι καθαρά αντικείμενο ψυχολογίας (Lawrence, Oliver, 2000).

Ο William James θεώρησε, ότι η αυτοεκτίμηση επηρεάζεται σημαντικά από τις προσωπικές φιλοδοξίες και τις υποκειμενικές αξιολογήσεις, διότι σύμφωνα με αυτές ο άνθρωπος αποφασίζει τί είναι επιτυχία και τη αποτυχία. Για τον James, η αυτοεκτίμηση είναι το σύνολο των επιτεύξεων και των φιλοδοξιών ενός ατόμου. Πρότεινε και έναν μαθηματικό τύπο, όπου η αυτοεκτίμηση είναι ίση με το πηλίκο των επιτυχιών και προσδοκιών ενός ατόμου (αυτοεκτίμηση= επιτυχία/προσδοκίες). Υπάρχει όμως και μία αναπόσπαστη σχέση ανάμεσα στις αξίες, την επιτυχία, την ικανότητα και την αυτοαντίληψη, Όσο σταθερή κι αν είναι αυτή η σχέση σε διάφορα διαστήματα της ζωής, τόσο εύθραυστη μπορεί να αποδειχθεί. Η αυτοεκτίμηση όμως μπορεί να αυξηθεί, αν το άτομο βοηθηθεί να πετύχει στους τομείς που είναι πιο ικανό και αν μειωθούν οι αποτυχίες του (Brealey, 2007).

1.4.3 Η θεωρία του Robert White για την αυτοεκτίμηση.

Ο Robert White έδωσε στο θέμα της αυτοεκτίμησης μία ψυχαναλυτική διάσταση. Η

αυτοεκτίμηση για τον White έχει τις ρίζες της στην εμπειρία της επιτυχίας. Θεώρησε την αυτοεκτίμηση εξελικτική και την διαχώρισε σε τρεις παραμέτρους: τη βιολογική, δηλαδή την φυσική αναγκαιότητα που ωθεί το άτομο, ώστε να ανταπεξέρχεται στις δυσκολίες και να επιβιώνει, την κινητικό-γνωστική, που εξελίσσεται παράλληλα με τη νοητική και επιβάλλει στον άνθρωπο να επεξεργάζεται γνωστικά το περιβάλλον του και την αναζήτηση της ταυτότητας, η οποία αναπτύσσεται σε μεγαλύτερα στάδια της ζωής. Οι πρόωρες επιτυχίες ή αποτυχίες είναι σημαντικές, γιατί με την πάροδο του χρόνου γίνονται όλο και πιο σκόπιμες και έτσι ενσωματώνονται στο γνωστικό σχήμα της αυτοεκτίμησης. Οι συμπεριφορές που οδηγούν στην επιτυχία εγκαθιδρύονται σταδιακά και αφορούν ένα σύνολο νοητικών, συναισθηματικών και πραξιακών αντιλήψεων για τον εαυτό, έτσι ώστε να επιτευχθεί ένα πλέγμα αυτοεκτίμησης, το οποίο κατακτήθηκε από το άτομο (Παπάνης, 2011).

1.4.4 Η θεωρία του Morris Rosenberg για την αυτοεκτίμηση.

Όπως αναφέρει ο Rosenberg (1965):

Η αυτοεκτίμηση είναι η θετική ή η αρνητική στάση απέναντι σε ένα ιδιαίτερο αντικείμενο, δηλαδή τον εαυτό. Όταν κάποιος έχει υψηλή αυτοεκτίμηση για τον εαυτό του τότε αισθάνεται ότι αξίζει. Σέβεται τον εαυτό του και δεν θεωρεί τον εαυτό του απαραίτητα ανώτερο από τους άλλους. Η αυτοεκτίμηση είναι κυρίως μία έκφραση της αξίας του εαυτού του. Επίσης υπάρχει σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και συμπεριφοράς. Ο εαυτός είναι μία κοινωνική σύνθεση και οι αξίες που συνδέονται με την αυτοεκτίμηση προκύπτουν μέσα από την αλληλεπίδραση των πολιτιστικών, οικογενειακών και προσωπικών παραγόντων (σ.30-31).

Για τον Rosenberg, η αυτοεκτίμηση πηγάζει από μία διαδικασία σύγκρισης, που περιλαμβάνει ομοιότητες και διαφορές. Όσο μικρότερο είναι το χάσμα ανάμεσα στον

«ιδανικό εαυτό» (οι ελπίδες, οι επιθυμίες και τα όνειρα μας) και τον «πραγματικό εαυτό» (γνωρίσματα που περιγράφουν τι πιστεύουμε ότι είμαστε πραγματικά), τόσο πιο υψηλή είναι και η αυτοεκτίμηση. Επίσης, σύνδεσε την αυτοεκτίμηση με μία σειρά από προσωπικές και κοινωνικές μεταβλητές όπως: το άγχος, η χαμηλή επαγγελματική εξέλιξη και κοινωνική απομόνωση (Παπάνης, 2011).

1.4.5 Η θεωρία του Stanley Coopersmith για την αυτοεκτίμηση.

Όπως αναφέρει ο Coopersmith(1967):

Μία από τις σημαντικότερες συμβολές σε αυτόν τον χώρο οφείλονται στην συμπεριφοριστική προσέγγιση και ιδιαίτερα σε αυτήν του Stanley Coopersmith. Προσπάθησε να μελετήσει τις συνθήκες ή τις εμπειρίες που αυξάνουν ή ελαττώνουν την αυτοεκτίμηση, χρησιμοποιώντας παραδοσιακές εμπειρικές ψυχολογικές μεθόδους. Ο Coopersmith είχε αναφέρει πώς με την αυτοεκτίμηση αναφερόμαστε στην ενδοπροσωπική αξιολόγηση ενός ατόμου, η οποία διατηρείται συνήθως αναλλοίωτη μια πεποίθηση αποδοχής ή αποδοκιμασίας. Είναι μία προσωπική κριτική για το αν κάποιος θεωρείται ικανός, σημαντικός και άξιος. Εν ολίγοις, η αυτοεκτίμηση είναι μία προσωπική πιστοποίηση της αξίας, και εκφράζεται με τις στάσεις για τον εαυτό. Είναι μία υποκειμενική εμπειρία, που το άτομο μεταβιβάζει στους άλλους μέσω των συμπεριφορών και των επιλογών του (σ.4).

Σύμφωνα με την θεωρία του, τρεις παράγοντες καθορίζουν την αυτοεκτίμηση και ιδιαίτερα των παιδιών, όπως είναι η γονική ζεστασιά, τα καθορισμένα όρια και η αξιοπρεπής μεταχείριση, ενώ έμφαση δίνει και στους μηχανισμούς εκμάθησης, οι οποίοι συνδέουν αυτούς τους τρεις παράγοντες. Άρα τα παιδιά μαθαίνουν ότι αξίζουν ως άνθρωποι, όταν οι γονείς τους τα μεταχειρίζονται με αγάπη. Τα παιδιά επίσης, αντιμετωπίζουν τον εαυτό τους με

σεβασμό μέσω της μίμησης προτύπων κυρίως των γονέων, παρατηρώντας πώς αυτοί φέρονται στους άλλους ανθρώπους, εσωτερικεύοντας έτσι αυτές τις συμπεριφορές (Σίμου, Παπάνης, 2007).

1.4.6 Η θεωρία του Carl Rogers για τον εαυτό.

Κατά τον Carl Rogers, η αυτοαντίληψη είναι το οργανωμένο συνεπές «όλο» (gestalt), που αποτελείται από τα χαρακτηριστικά του «Εγώ» (εαυτός ως υποκείμενο) ή του «Εμένα» (εαυτός ως αντικείμενο) και τις αντιλήψεις σχετικά με τις σχέσεις του «Εγώ» ή του «Εμένα» με τους άλλους και με τις διάφορες πλευρές της ζωής μαζί με την αξιολόγηση που αποδίδεται σε αυτές τις αντιλήψεις. Σύμφωνα με δύο κεντρικά σημεία στην θεωρητική προσέγγιση του Carl Rogers-σημαντικού εκπροσώπου της Προσωποκεντρικής Συμβουλευτικής και της Μαθητοκεντρικής Προσέγγισης στη διδασκαλία-η αυτοαντίληψη είναι η οργάνωση των αντιλήψεων σχετικά με τον εαυτό (Λεονταρή, 1996).

Η αυτοαντίληψη είναι αυτή που καθορίζει το πώς θα ανταποκριθεί το άτομο στο περιβάλλον του. Στη θεωρία του Rogers, η αυτοαντίληψη δεν είναι ο «εκτελεστικός» παράγων της συμπεριφοράς. Ο οργανισμός αναπτύσσει δραστηριότητες, επιδιώκοντας το στόχο της αυτοπραγμάτωσης και η αυτοαντίληψη, ως μέρος του οργανισμού, επιδιώκει επίσης την αυτοπραγμάτωση μέσα από τη διαρκή δραστηριότητα. Έτσι η αυτοαντίληψη απλώς επηρεάζει τη συμπεριφορά, δεν την προκαλεί, ούτε την κατευθύνει άμεσα. Για τον Carl Rogers, η έννοια του εαυτού είναι ευρύτερη από αυτήν της αυτοαντίληψης. Θεωρεί ότι η φύση του ανθρώπου είναι θετική και ο άνθρωπος κινείται προς την κοινωνικοποίηση, την ωρίμανση και την αυτοπραγμάτωση. Το άτομο βρίσκεται πάντοτε σε μία εξελικτική πορεία του «γίγνεσθαι». Η αλλαγή είναι το αποτέλεσμα της ωρίμανσης και της μάθησης και έχει κατεύθυνση προς τον αληθινό εαυτό. Έτσι βλέπουμε ότι και ο Maslow και ο Rogers, θεωρούν την αυτοπραγμάτωση ως χαρακτηριστικό όλων των ατόμων και δεν λαμβάνουν πολύ υπόψη

τους, ότι σε κάποιες περιπτώσεις η εξέλιξη αυτή μπορεί να μην είναι δυνατή (Δαρδανός, 2004).

Κεφάλαιο 2ο

Η αυτοεκτίμηση κατά την νηπιακή και την πρώτη παιδική
ηλικία.

2.1 Προσδιορισμός της έννοιας αυτοεκτίμηση.

Κατά τη νηπιακή και την πρώτη παιδική ηλικία τα παιδιά αναπτύσσουν την αυτογνωσία τους και αρχίζουν να εξερευνούν την αυτονομία τους. Σε αυτή την περίοδο τα παιδιά αποκτούν αυτοπεποίθηση και αρχίζουν και δείχνουν ανυπακοή καθώς αναπτύσσονται οι γλωσσικές τους δεξιότητες και ακούμε να λένε όλο και πιο συχνά λέξεις όπως «όχι, δικό μου». Σε αυτές της ηλικίες η συναισθηματική αγωγή στα χέρια των γονέων γίνεται ένα σημαντικό εργαλείο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί ώστε να βοηθήσει τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τα αισθήματα απογοήτευσης και θυμού (Χατζηγεοφύτου-Δημητρίου, 2001).

Το μεγάλωμα ενός παιδιού είναι μία μακρόπνοη διαδικασία και οι γονείς ασφαλώς έχουν τη μοναδική ευθύνη για το αποτέλεσμα αυτής της διαδρομής. Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν επηρεάζονται σημαντικά από ένα πλήθος ανθρώπων (φίλοι, δάσκαλοι,...) και δομών. Ωστόσο οι γονείς ξεχωρίζουν για την καθοριστική πορεία ανάπτυξής τους. Ήδη σε αυτά τα στάδια το παιδί αρχίζει να διαμορφώνει μια εικόνα για τον εαυτό του και οι γονείς συμβάλλουν αρκετά για την θετική ή αρνητική διαμόρφωση του εαυτού τους. Η εικόνα που έχει ένα παιδί για τον εαυτό του είναι η αυτοαντίληψη. Άρα, η αυτοεκτίμηση είναι μία ένδειξη της αξίας που αποδίδει το παιδί στον εαυτό του. Αξίζει να αναφερθεί πως το παιδί καθώς αναπτύσσεται, αντιλαμβάνεται όλο και περισσότερο πώς η γνώμη των σημαντικών άλλων κινείται μέσα στα πλαίσια ενός κοινωνικού προτύπου όπως είναι η οικογένεια και το σχολείο. Πολλές φορές τόσο η γνώμη του παιδιού όσο και η γνώμη των άλλων είναι στη σωστή κατεύθυνση και έτσι η αυτοεκτίμηση του παιδιού γίνεται αφετηρία για υγιείς προσανατολισμούς, οδηγώντας το σε προσωπική ευτυχία χωρίς αμφιβολίες. Η ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης σε αυτές τις ηλικίες αφορά, την κοινωνία, το κράτος το σχολείο και την οικογένεια (Φράγκου, 1999).

2.2 Η απαρχή της διαμόρφωσης του αισθήματος της αυτοεκτίμησης.

Σύμφωνα με τον Σράουφ(2001),τόσο στην βρεφική όσο και στην πρώτη νηπιακή ηλικία, οι διάφορες πτυχές ανάπτυξης εξελίσσονται με συγκροτημένο και ενοποιημένο τρόπο. Οι πρόοδοι στην ανάπτυξη της αντίληψης και της κοινωνικής συμπεριφοράς δημιουργούν νέες συναισθηματικές εμπειρίες και νέες ικανότητες ρύθμισης του συναισθήματος, όπου στη συνέχεια αυτές προωθούν τη γνωσιακή ανάπτυξη και την αυτεπίγνωση. Έτσι λόγω των κινητικών και των γνωστικών προόδων, οι συναισθηματικές καταστάσεις εμφανίζονται σαν αποτέλεσμα των πράξεων του ίδιου του παιδιού, το οποίο οδηγείται σε μία αίσθηση του εαυτού του ως ενεργού φορέα. Εν συνεχεία, αυτό οδηγεί σε νέα συναισθήματα όπως, η ντροπή και η θετική αυτοαξιολόγηση που επιδρούν ισχυρά στην κοινωνική συμπεριφορά και την εσωτερική εμπειρία. Αυτή η νέα αίσθηση αυτενέργειας αλλά και η αναγνώριση του εαυτού απέναντι σε νέες συναισθηματικές εμπειρίες οδηγούν το παιδί ώστε να αναπτύξει μία αυτόνομη ρύθμιση. Όμως, καθώς ανακλύπουν νέα συναισθήματα, τα οποία πυροδοτούνται από ευρεία γεγονότα, στη συνέχεια έχουμε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο το οποίο υποδαυλίζει το συναίσθημα. Οι διαδικασίες που βοηθούν την ανάπτυξη και τον αλλαγή του συναισθήματος κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, αποτελούν κλειδιά για την αντίληψη σημαντικών ατομικών διαφορών. Η εμφάνιση της αίσθησης του εαυτού και οι αυξανόμενες δυνατότητες ρύθμισης της συμπεριφοράς, αποτελούν τα χαρακτηριστικά της κανονιστικής ανάπτυξης και τις πτυχές των ατομικών διαφορών.

Ο Παρασκευόπουλος (2005) αναφέρει, ότι οι ατομικές διαφορές έχουν τις ρίζες στο αναπτυξιακό ιστορικό του κάθε ατόμου. Στο αναπτυξιακό ιστορικό υπάγεται ο βαθμός ανταπόκρισης της γονεϊκής φροντίδας και επίσης τα ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά, τα οποία παίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της αυτορρύθμισης. Το παιδί ασκεί ισχυρή επίδραση στην ανάπτυξη του από τη στιγμή που αρχίζει και περπατά. Σε αυτήν την περίοδο το έργο της συναισθηματικής ζωής, είναι διπλό. Από τη μία μεριά είναι η άμεση έκφραση του συναισθήματος και από την άλλη, ο έλεγχος και η ρύθμιση του. Η άμεση έκφραση

προϋποθέτει την ελευθερία έκφρασης των συναισθημάτων των νηπίων και ο έλεγχος και η ρύθμιση, προϋποθέτουν θετικό προσδιορισμό όσον αφορά στην ασφάλεια έκφρασης του συναισθήματος. Σε αυτό το στάδιο μπορούμε να διακρίνουμε τη βάση για τις ατομικές διαφορές των χαρακτηριστικών, που τοποθετούνται στην πρώιμη βρεφική ηλικία.

Σύμφωνα με τον Σράουφ(2001), ορισμένοι από τους σημαντικότερους θεωρητικούς όπως ο Erikson, Spitz, Mahler και Sander, συμφωνούν ότι διάφοροι ποιοτικοί πρόοδοι αίσθησης του εαυτού συντελούνται κατά την περίοδο των πρώτων βημάτων του παιδιού. Ο Spitz, υποστήριζε ότι η εμφάνιση του εγώ πηγάζει από την αυξημένη επίγνωση του παιδιού για τις προθέσεις του. Ο Sander, Mahler και ο Erikson υποστήριζαν ότι δημιουργείται μία σειρά αλλαγών η οποία περιλαμβάνει τόσο την επίγνωση του εαυτού, ως ενεργού φορέα όσο και την παρώθηση προς την πράξη. Το νήπιο που κάνει τα πρώτα του βήματα προωθείται από ένα σύμπλεγμα αναπτυξιακών προόδων και το οδηγούν σε μία αυτόνομη λειτουργία. Τα βρέφη αρχίζουν και απομακρύνονται από τους γονείς και αποκτούν νέους τρόπους έκφρασης εμπειριών τους. Καθώς το παιδί αρχίζει και περπατά, προχωρεί σε μια ανεξαρτησία και αναγκάζεται να βασιστεί σε τεχνικές που βρίσκονται στα όρια των ικανοτήτων του. Στην διάρκεια αυτής της περιόδου έχουμε μία ανάπτυξη ανεξαρτησίας. Κατά την πορεία της εξερεύνησης τα νήπια επιζητούν λιγότερη φυσική επαφή με τους γονείς. Παράλληλα με αυτές τις συμπεριφορές του αναδυόμενου εαυτού, υπάρχουν αποδείξεις για την ανάπτυξη της αυτεπίγνωσης αυτήν την περίοδο.

Ο Mans et al.(1978) διεξήγαγαν έρευνα στην οποία εξετάστηκαν νήπια που έπασχαν από σύνδρομο Down, ώστε να παρουσιαστούν οι δεσμοί μεταξύ αυτοαναγνώρισης και γνωσιακής ανάπτυξης. Από τη μελέτη αυτή κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι τα παιδιά με σύνδρομο Down επέδειξαν αυτοαναγνώριση, ως ικανότητα πιο αργά από ότι τα μη καθυστερημένα. Τα παιδιά που επιτύγχαναν την αναγνώριση πιο αργότερα επιδείκνυαν μια ανάλογη καθυστέρηση και στην νοητική ανάπτυξη, ενώ αυτά που είχαν κανονική έναρξη

ικανότητας αναγνώρισης, είχαν και κανονικούς αναπτυξιακούς δείκτες. Έτσι κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι η αυτοαναγνώριση σχετίζεται άμεσα με τις προόδους στη γνωσιακή ανάπτυξη (Δαρδανός, Cole, 2001).

Καταλήγουμε έτσι, ότι η αυτεπίγνωση και η αντίληψη του εαυτού και των άλλων ενεργών φορέων είναι δύο διαδικασίες που προχωρούν εκ παραλλήλου σε τρεις φάσεις κατά την νηπιακή ηλικία. Κατά τον δωδέκατο μήνα τα παιδιά αναγνωρίζουν το γεγονός, ότι οι γύρω τους μπορούν να κάνουν πράγματα τα οποία τα ίδια δεν μπορούν να κάνουν αλλά δεν φαίνονται να αντιλαμβάνονται ότι και οι άλλοι είναι ενεργοί φορείς πράξεων ανεξάρτητων από εκείνα. Αργότερα κατά τον δεύτερο χρόνο, τα νήπια φαίνονται ικανά πια να συλλάβουν τα όρια μεταξύ δικών τους πράξεων. Μετά το τέλος του δεύτερου χρόνου, παρατηρείται μία πραγματική αντίληψη του εαυτού και του άλλου, ως δύο ανεξάρτητων φορέων. Αναγνωρίζουν πια τους ξεχωριστούς ρόλους και τις διαφορετικές προθέσεις των ατόμων. Οι καλύτερες όμως

αποδε-
ίξεις
ότι τα
νεαρά
νήπια
αναγν-
ωρίζο-
υν τη
δική
τους
επενέ-



ργεια, προέρχονται από τις συναισθηματικές αντιδράσεις αυτής της περιόδου. Έχουμε δηλαδή την εκδήλωση της ευχαρίστησης όταν κάτι συμπληρώνεται από εκείνα αλλά και το αίσθημα

της ντροπής όταν κάποιος τα επιπλήττει (Σράουφ, 2001).

2.3 Παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης.

Η αυτοεκτίμηση είναι μία δυναμική διαδικασία, η οποία επηρεάζεται από κάποιους παράγοντες κατά την πορεία ανάπτυξης της. Παρακάτω θα παρουσιάσουμε τους βασικότερους παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξή της.

2.3.1 Οι ατομικοί παράγοντες.

Για την ανάπτυξη και τη διατήρηση της αυτοεκτίμησης, σπουδαίο ρόλο παίζει η αντίληψη που έχουν οι άνθρωποι για το κατά πόσο είναι ικανοί σε τομείς που είναι σημαντικοί για αυτούς. Όταν έχουν θετική άποψη για την ικανότητα τους σε κάποιο τομέα, επιλέγουν να ασχολούνται περισσότερο με αυτόν, γεγονός που αυξάνει τις πιθανότητες να πετύχουν το στόχο τους άρα να αυξήσουν και την αυτοεκτίμηση τους. Σημαντικές για την αυτοεκτίμηση θεωρούνται επίσης και οι αυτο-αξίες του ατόμου, οι οποίες συνδέονται άμεσα με την ταυτότητα και την αίσθηση μοναδικότητας του άσχετα από την κοινωνική τάξη και το πολιτισμικό υπόβαθρο. Να σημειωθεί επίσης, ότι η επιβεβαίωση της προσωπικής ταυτότητας από το ίδιο το άτομο δημιουργεί αισθήματα επάρκειας και αξίας γεγονός που την αυξάνει (Δαρδανός, Cole, 2001).

Πολλές έρευνες τονίζουν την ηλικία ως σημαντική επίδραση της ανάπτυξης της αυτοεκτίμησης. Όμως δεν έχουν καταλήξει σε ομόφωνα συμπεράσματα και αυτό, γιατί υπάρχουν λίγες βιβλιογραφικές ανασκοπήσεις για το θέμα ή γιατί οι περισσότερες έρευνες έχουν επικεντρωθεί μέσα στο ίδιο αναπτυξιακό στάδιο ή συγκεκριμένη αναπτυξιακή μεταβατική περίοδο. Παρόλα αυτά κατά τους Robins και Trzesniewski, οι αλλαγές στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης κατά την νηπιακή και την πρώτη παιδική ηλικία είναι ως εξής: κατά το τέλος της νηπιακής και στις αρχές της παιδικής ηλικίας, τα παιδιά έχουν σχετικά υψηλή αυτοεκτίμηση, η οποία μειώνεται βαθμιαία τα επόμενα χρόνια. Παρ όλη όμως την

μείωση, παραμένει σε υψηλά επίπεδα και αυτό συμβαίνει γιατί, όσο πιο μικρά είναι τα παιδιά τόσο πλασματικά και μη ρεαλιστικά αξιολογούν τους εαυτούς τους καθώς δεν μπορούν ακόμα να εκτιμήσουν τις πραγματικές τους ικανότητες. Καθώς όμως μεγαλώνουν, αυτοαξιολογούνται με βάση την ανατροφοδότηση που λαμβάνουν από εξωτερικούς παράγοντες και έτσι διαμορφώνουν πιο ακριβή εικόνα για τον εαυτό τους (Robins, Trzesniewski, 2002).

2.3.2 Οι βιολογικοί-κληρονομικοί παράγοντες.

Μία νέα τάση στην έρευνα για την αυτοεκτίμηση, είναι η διερεύνηση της κληρονομικότητας. Παρότι οι έρευνες είναι αρκετά λιγοστές φαίνεται πώς η κληρονομικότητα σε συνδυασμό με το περιβάλλον παίζουν σπουδαίο ρόλο στην ανάπτυξη της, γεγονός που αποδεικνύεται από την ομοιότητα στο επίπεδο της μεταξύ αδελφών. Όσον αφορά την καθολική αυτοεκτίμηση τα ευρήματα είναι αντιφατικά. Σχετικά όμως με τη συγκεκριμένη αυτοεκτίμηση, τα δεδομένα συγκλίνουν ότι η κληρονομικότητα παίζει σπουδαίο ρόλο στην ανάπτυξη των επιμέρων τομέων της. Τέλος, σύμφωνα με την σταθερότητα της αυτοεκτίμησης, τα αποτελέσματα αναδεικνύουν και εδώ τη σημαντική επίδραση της κληρονομικότητας, τόσο στη σταθερότητα της καθολικής αυτοεκτίμησης όσο και της συγκεκριμένης (Sdorow, 1993).

2.3.3 Οι κοινωνικοί παράγοντες.

Όπως αναφέραμε η αυτοεκτίμηση αντανακλά την αποδοχή ή την απόρριψη, καθώς και τη θετική ή αρνητική αξιολόγηση που το άτομο εισπράττει από τους άλλους. Έτσι στην παιδική ηλικία, σπουδαίο ρόλο στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης παίζουν οι κρίσεις και η αποδοχή των γονέων. Πολλοί ερευνητές τονίζουν επίσης τη σπουδαιότητα του τρόπου με τον οποίο τα παιδιά βιώνουν τις διάφορες καταστάσεις και γεγονότα της ζωής, ανεξάρτητα την

ηλικία τους. Για παράδειγμα, όταν το άτομο επιτυγχάνει, αξιολογείται θετικά γεγονός που συμβάλει στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης. Κατά καιρούς έχει δοθεί έμφαση σε δύο όψεις τους, η μία είναι η κοινωνική διάρθρωση, η οποία δίνει έμφαση στην κοινωνικοοικονομική τάξη του ατόμου και η άλλη αφορά τις μικρό-ομάδες με τα ιδιαίτερα πολιτισμικά χαρακτηριστικά. Τελικά, αν και οι δύο είναι ενεργές, η δεύτερη φαίνεται να είναι πιο σημαντική, γιατί στις μικρό-ομάδες οι αξίες διαμορφώνονται νωρίτερα, βιώνονται αμεσότερα και έχουν πιο ισχυρή επαφή (Leary, MacDonald, 2003).

2.3.4 Ο ρόλος του φύλου.

Ακόμη ένας τελευταίος παράγοντας που έχει σημαντική επιρροή είναι το φύλο. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα ερευνών στην παιδική ηλικία είναι αντιφατικές οι απόψεις. Κάποιες προτείνουν ότι δεν υπάρχουν διαφορές, ενώ άλλες δείχνουν ότι τα αγόρια έχουν μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση από τα κορίτσια. Οι γυναίκες έχουν τη τάση να αντιλαμβάνονται τον κόσμο ολιστικά, δηλαδή ενσωματώνοντας σε αυτή τα αγαπημένα τους πρόσωπα ενώ οι άνδρες είναι πιο αυτόνομοι και ανταγωνιστικοί. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα ότι η αυτοεκτίμηση είναι τελείως διαφορετική ανάμεσα στα δύο φύλα (Καψάλης., 1990).

2.3.5 Ο ρόλος της οικογένειας.

Σύμφωνα με τις περισσότερες έρευνες, οι μελετητές καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι οι γονείς σχετίζονται θετικά με την αυτοεκτίμηση των παιδιών. Υποστηρίζουν ακόμη ότι όταν η γονεϊκή στήριξη, εκφράζεται μέσα από εκδηλώσεις αποδοχής και στοργής, τότε συμβάλει στην ανάπτυξη θετικής αυτοεκτίμησης του ατόμου. Η οικογένεια αποτελεί θεμελιώδη κοινωνική ομάδα αλλά και το κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη και ευημερία όλων των μελών της, κυρίως των παιδιών. Είναι ένα σημαντικό σύστημα-περιβάλλον που συμβάλλει στη διαμόρφωση του χαρακτήρα της διαπαιδαγώγησης και της κοινωνικοποίησης. Για τα παιδιά της νηπιακής ηλικίας, οι σημαντικότερες εμπειρίες τους εξακολουθούν να

αποκτώνται στα πλαίσια της οικογένειας. Τρεις είναι οι βασικές συνθήκες που προάγουν την υψηλή αυτοεκτίμηση στο περιβάλλον της οικογένειας. Πρόκειται για την αγάπη και τη στοργή χωρίς όρους, τα σωστά καθορισμένα όρια που σταθερά εφαρμόζονται και τον σεβασμό που δίνεται στα παιδιά φανερά, άμεσα και καθημερινά (Σαμιωτάκης, 2008).

Οι γονείς έχουν ως στόχο να αναπτύξει το παιδί τους υψηλό επίπεδο αυτοεκτίμησης δείχνοντας του αποδοχή, ζεστασιά, αγάπη και ενδιαφέρον. Διατηρούν ένα σταθερό σύστημα αξιών, ακούν τους προβληματισμούς του και ενισχύουν την ανάγκη του παιδιού για εξερεύνηση της δύναμης του. Η υψηλή αυτοεκτίμηση του παιδιού σχετίζεται θετικά με το ενδιαφέρον το οποίο εκδηλώνουν οι γονείς για το ίδιο το παιδί αλλά και τις δραστηριότητες του. Σύμφωνα με τους Openshaw, Thomas και Rolling, οι οποίοι με βάση τις αρχές της κοινωνικής μάθησης, έδειξαν το γονεϊκό περιβάλλον συμβάλλει σημαντικά στην προσπάθεια του παιδιού να διαμορφώσει θετική άποψη για τον εαυτό του και επιπλέον συμπέραναν, ότι η αυτοεκτίμηση αποτελεί τη σημαντικότερη διάσταση της προσωπικότητας, και σχετίζεται συνέχεια με τους γονείς. Επίσης ο Conge υποστήριζε, ότι εάν το άτομο το οποίο αναπτύσσεται δεν βιώσει ισχυρές αποδείξεις αγάπης από τους γονείς του αλλά και προστασία μέσα από το γονεϊκό περιβάλλον θα δυσκολευτεί να αναπτύξει υψηλή αυτοεκτίμηση και να δημιουργήσει σταθερές διαπροσωπικές σχέσεις με τους συνανθρώπους του. Έτσι, αν τα παιδιά βιώσουν απόρριψη, παραμέληση ή κάποια μορφή εχθρότητας από τους γονείς, είναι πιθανόν από τη μία να μη καταφέρουν να αναπτύξουν υψηλό επίπεδο αυτοεκτίμησης και από την άλλη να αναπτύξουν προβλήματα σε διάφορους τομείς όπως είναι: οι μαθησιακές δυσκολίες, τα ψυχοσωματικά προβλήματα, οι νευρώσεις και οι διαταραχές της προσωπικότητας (Καστανίδου-Αραμπατζή, 2010).

Την σπουδαιότητα του οικογενειακού περιβάλλοντος στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης του παιδιού τονίζει και η έρευνα των Lansford και Bate(2004). Οι μελετητές προσπάθησαν να ερευνήσουν τους παράγοντες κινδύνου για την εκδήλωση αντικοινωνικής

συμπεριφοράς στην νηπιακή ηλικία και προοδευτικά στην παιδική ηλικία. Κάποιοι παράγοντες που μπορούσαν να οδηγήσουν το παιδί σε αντικοινωνική συμπεριφορά ξεκινούσαν μέσα από το σπίτι και τους ίδιους τους γονείς. Οι γονείς σε κάποιες περιπτώσεις, έδειχναν αδιαφορία στο παιδί ή σε άλλες περιπτώσεις ακόμη και κακοποίηση. Το νήπιο μέσα από όλα αυτά τα αρνητικά γεγονότα, άρχιζε και εμφάνιζε τα πρώτα σημάδια αναξιοσύνης και χαμηλής αυτοεκτίμησης για τον εαυτό του. Τα νήπια που δεχόντουσαν τέτοια αρνητικά γεγονότα ζωής εμφάνιζαν μειωμένη αυτοεκτίμηση, κάτι που είχε σαν επακόλουθο να παρουσιάζουν πρόωρα επιθετικές συμπεριφορές. Οι ερευνητές μέσα από αυτήν την έρευνα συμπέραναν, ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση παίζει σημαντικότατο ρόλο στην εμφάνιση αντικοινωνικής και επιθετικής συμπεριφοράς.

Οι γονείς είναι ο κοινωνικός καθρέφτης του παιδιού. Αν τα παιδιά αισθάνονται ότι οι γονείς του, του προσφέρουν στοργή, σεβασμό, αγάπη και εμπιστοσύνη, τότε το παιδί θα μπορέσει να αισθανθεί άξιο σεβασμού και εμπιστοσύνης. Μέσα σε ένα περιβάλλον θετικών σχέσεων με τους γονείς το παιδί μπορεί αποκτήσει αυτονομία, τότε θα μπορέσει να προσαρμοστεί καλύτερα με τους συνομήλικους του, θα αποκτήσει αυξημένη αυτοπεποίθηση και υψηλότερη αυτοεκτίμηση. Αξίζει να αναφερθεί, ότι κάποιοι ερευνητές έχουν επικεντρώσει το ενδιαφέρον τους, στη διερεύνηση του ρόλου της μητέρας στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού. Μάλιστα κάποιοι υποστηρίζουν, ότι η μητέρα αποτελεί το κύριο πρόσωπο αναφοράς για το παιδί και έχει την κυριότερη μορφή που αναπτύσσει μια σχέση αλληλοσυμπλήρωσης και αλληλεκπλήρωσης (Κοντοπούλου-Κοκκινιώτη, 1990).

Σύμφωνα με τον Σαμιωτάκη(2008),η σχέση του παιδιού με τους δύο γονείς διαμορφώνεται προοδευτικά, μέσα από την αλληλεπίδραση γονέων – παιδιών. Στη θεραπεία της οικογένειας όπου εφαρμόζεται η θεωρία των γενικών συστημάτων δείχνει, ότι στην οικογένεια υπάρχουν κάποια σχήματα τα οποία διαμορφώνονται ανάλογα με τις ψυχολογικές ανάγκες των μελών της οικογένειας. Το ενδιαφέρον των ερευνητών επικεντρώνεται στις

πληροφορίες που μεταδίδονται στη συναισθηματική φόρτιση που συνοδεύει την πληροφορία αλλά και τις μορφές συμπεριφοράς που χαρακτηρίζουν τις αλληλεπιδράσεις τους.

Η μητέρα αποτελεί το κύριο πρόσωπο από το οποίο το παιδί ζητά υποστήριξη και ο δεσμός ανάμεσα τους είναι καθοριστικός για την κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού, από ότι ο πατέρας. Παρόλα αυτά πιθανολογείται ότι με την πάροδο του χρόνου, η σχέση παιδιού-πατέρα ενδέχεται να αποκτά μεγαλύτερη σπουδαιότητα. Συμπερασματικά, η οικογένεια βοηθά άμεσα αλλά και έμμεσα ώστε το παιδί να αποκτήσει υγιή αυτοεκτίμηση. Η γνώμη τους έχει μεγάλη σημασία για τα μικρά παιδιά, για αυτό οι γονείς πρέπει να είναι εκφραστικοί και γενναιόδωροι με τους επαίνους. Να εκφράζουν την αγάπη τους και την εκτίμηση τους για το πρόσωπο του, έτσι ώστε τα παιδιά να μεγαλώσουν με υγιή και υψηλή αυτοεκτίμηση (Λεονταρή, 1996).

2.3.6 Ο ρόλος του παιδαγωγού και του σχολικού περιβάλλοντος

Η μορφή του εκπαιδευτικού επηρεάζει σημαντικά την προσωπικότητα του παιδιού. Και αυτό γιατί, ο εκπαιδευτικός είναι ένα σημαντικό πρόσωπο στο περιβάλλον του παιδιού και ηγείται ενός σημαντικού φορέα αγωγής, που είναι η σχολική τάξη και το σχολικό περιβάλλον, γενικότερα. Ο παιδαγωγός δεν είναι μόνο πηγή πληροφόρησης και όργανο ελέγχου της κοινωνικής συμπεριφοράς του παιδιού αλλά είναι ένας σημαντικός παράγοντας, που δημιουργεί ένα θετικό ψυχολογικό κλίμα μέσα στην τάξη και βοηθά το παιδί να κατανοήσει τον εαυτό του και να δώσει ουσία στον φυσικό και κοινωνικό κόσμο που το περιβάλλει. Οι διαπροσωπικές σχέσεις ανάμεσα στον παιδαγωγό και το παιδί, το σχολείο και ο αυτοσεβασμός του ίδιου του παιδαγωγού, επηρεάζουν σημαντικά την αυτοαξιολόγηση του παιδιού αλλά και την εικόνα που σχηματίζει για τον εαυτό του. Όταν ο παιδαγωγός αποδέχεται το παιδί, το κατανοεί, το ενθαρρύνει, να παίρνει αποφάσεις, τότε συμβάλει στην ανάπτυξη και στη βελτίωση του επιπέδου αυτοεκτίμησης του παιδιού (Μακρή-Μπότσαρη, 2001).

Ο παιδαγωγός πρέπει να δημιουργήσει ένα ψυχολογικό κλίμα στην τάξη το οποίο θα διευκολύνει τα παιδιά να σκέφτονται και να μαθαίνουν για τον εαυτό τους. Κατά τον Gordon, η δύναμη της εκπαιδευτικής παρέμβασης βασίζεται στην ποιότητα μεταξύ των σχέσεων του παιδαγωγού και του παιδιού. Οι σχέσεις αυτές γίνονται αποτελεσματικές, όταν είναι ανοιχτές και επιτρέπουν την ανάπτυξη του ατόμου και υπάρχει φροντίδα και αμοιβαιότητα. Αυτή όμως η συμβολή είναι αποτελεσματική, όταν ο ίδιος ο παιδαγωγός έχει υψηλή αυτοεκτίμηση και έτσι του επιτρέπει να βάζει σε δεύτερη μοίρα τις δικές του απαιτήσεις για προσωπική αναγνώριση. Η αυτοεκτίμηση του παιδαγωγού είναι καθοριστικής σημασίας για το εκπαιδευτικό περιβάλλον και τις διαπροσωπικές σχέσεις στο σχολικό περιβάλλον. Θα πρέπει να έχουν οι ίδιοι μια θετική αντίληψη της προσωπικής τους αξίας, έτσι ώστε να μεταφέρουν στην τάξη κλίμα χαράς και δημιουργίας. Στο σχολικό περιβάλλον, τα παιδιά μαθαίνουν τον εαυτό τους μέσα από τη συνεχή επανατροφοδότηση και συναναστροφή με τους σημαντικούς άλλους. Αν, τα παιδιά πιστεύουν ότι οι παιδαγωγοί τους θεωρούν ικανούς τότε αντανακλούν την εικόνα αυτή με τη συμπεριφορά τους. Όταν το παιδί έχει θετικές εμπειρίες από τον παιδαγωγό του σχολείου, βελτιώνει την αυτοεικόνα του και αυξάνει την αυτοεκτίμηση του. Σε γενικές γραμμές ο παιδαγωγός για να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση των παιδιών, θα πρέπει να παροτρύνει τα παιδιά, να δημιουργεί κλίμα εμπιστοσύνης στο σχολικό περιβάλλον, να αποδέχεται το παιδί ως άτομο, να γνωρίζει και να αποδέχεται τον εαυτό του και έτσι ενισχύει την αυτοεκτίμηση του (Ράπτη, 2003).

2.3.7 Η επίδραση της σχέσης με τους συνομηλίκους

Πλήθος μελετών έχουν δείξει ότι υπάρχει μια θετική σχέση ανάμεσα στην αυτοεκτίμηση και στην κοινωνική στήριξη από τους συνομηλίκους. Σύμφωνα μάλιστα με τις έρευνες, οι σχέσεις με τους συνομηλίκους αποτελούν ισχυρό παράγοντα της ψυχικής υγείας των παιδιών. Όταν οι σχέσεις μεταξύ των συνομηλίκων είναι υποστηρικτικές, τότε

συνδέονται με υψηλή αυτοεκτίμηση, χαμηλά επίπεδα κατάθλιψης και καλύτερη προσαρμογή στο σχολικό περιβάλλον. Κάποιοι θεωρητικοί πιστεύουν ότι οι σχέσεις με τους συνομηλίκους είναι σημαντικές, διότι είναι ισότιμες. Τα παιδιά μαθαίνουν το ένα μέσα από το άλλο, καταλαβαίνουν και εκτιμούν τους γύρω τους και έτσι αναπτύσσουν κοινωνικές ικανότητες τις οποίες δεν μπορούν να αναπτύξουν μέσα στην οικογένεια. Κάποιες μελέτες αποκαλύπτουν, ότι κάποια παιδιά που μεγαλώνουν μέσα σε περιβάλλον φτώχειας, κακοποίησης και βίας, κατορθώνουν να επιβιώσουν και να προχωρήσουν στη ζωή τους και αυτό οφείλεται στην ικανότητα του συναισθήματος και της κοινωνικής προσαρμογής που έχει αποδοθεί στην κοινωνική τους ικανότητα και στη σχέση με τους συνομηλίκους τους (Ράπτη, 2003).

Παρόλα αυτά, σε κάποιες περιπτώσεις, οι συνομήλικοι είναι αυτοί που ευθύνονται για προβληματικές συμπεριφορές του παιδιού. Η κοινωνική επαφή ενός παιδιού με κάποιον συνομήλικο ο οποίος εκδηλώνει παραβατική συμπεριφορά, έχει βρεθεί να σχετίζεται με την αντικοινωνική συμπεριφορά του παιδιού. Ακόμη όμως σημαντικός παράγοντας είναι και η φιλία με τους συνομηλίκους. Η παιδική φιλία είναι μία στενή και έντονη συναισθηματική σχέση που νιώθει το παιδί προς ένα άλλο ή και περισσότερα παιδιά. Η σχέση αυτή έχει ένα ιδιαίτερο νόημα για το παιδί. Η μορφή που παίρνουν οι παιδικές φιλίες αλλάζει με την πάροδο της ηλικίας. Μετά το πέμπτο έτος της ηλικίας, οι φιλικές σχέσεις παίρνουν τη μορφή μιας στενής προσκόλλησης προς κάποια συγκεκριμένα παιδιά, ενώ παράλληλα σε αυτό το στάδιο το ενδιαφέρον του παιδιού για τους συνομηλίκους, γενικώς, γίνεται ολοένα και μεγαλύτερο. Στις προηγούμενες ηλικίες, γονείς και οικογένεια υπήρξαν οι κύριοι φορείς της κοινωνικοποίησης του παιδιού. Τώρα πια οι συνομήλικοι και οι στενοί φίλοι ασκούν σημαντικές κοινωνικές επιδράσεις στη ζωή του παιδιού (Δαρδανός, Cole, 2001).

Με πολλούς τρόπους τα παιδιά αυτής της ηλικίας αρχίζουν να αγνοούν τους ενηλίκους και να απορροφούνται από την παιδική κοινότητα. Το παιδί εξοπλισμένο με τις νέες κατακτήσεις του στο γνωστικό τομέα και με τις συνεχώς αυξανόμενες κινητικές δεξιότητες

καλείται να δείξει, ότι είναι ικανό να αναλαμβάνει και να ολοκληρώνει δραστηριότητες, να δείξει ότι είναι παραγωγικό. Επίσης, το παιδί απελευθερώνεται από το εγωκεντρικό πλαίσιο της προσχολικής περιόδου παύει να έχει ως επίκεντρο του ενδιαφέροντός του τον εαυτό του και τους γονείς του και επιζητεί τη συντροφιά και την επικοινωνία με εξωοικογενειακά πρόσωπα. Το παιδί μέσα στην ομάδα των συνομηλίκων εξασφαλίζει συντρόφους για το παιχνίδι, οι οποίοι έχουν περίπου τις ίδιες ικανότητες και δεξιότητες, τα ίδια ενδιαφέροντα και ασχολίες. Σε ένα τέτοιο πλαίσιο αλληλεπίδρασης, το παιδί μαθαίνει γνώσεις και δεξιότητες, αντιμετωπίζει καταστάσεις και βιώνει ψυχικές ικανοποιήσεις τις οποίες δεν είναι δυνατό να αντλήσει από την αλληλεπίδραση με τους ενηλίκους. Εν κατακλείδι, οι ερευνητές έχουν αποδείξει ότι οι ισχυροί παράγοντες πρόβλεψης κοινωνικοσυναισθηματικής προσαρμογής του παιδιού δεν είναι ούτε η νοημοσύνη .του, ούτε η σχολική επίδοση αλλά η ικανότητα αλληλεπίδρασης του με τους συνομήλικους του (Sdorow, 1993).

2.3.8 Η επίδραση της σχολικής επίδοσης και των δεξιοτήτων

Σύμφωνα με τον Κωνσταντίνου(2004), με την είσοδο του παιδιού στο σχολείο, η γνώση του εαυτού προοδευτικά γίνεται πολυπλοκότερη. Απαραίτητη προϋπόθεση για την ανάπτυξη μιας θετικής αυτοαντίληψης είναι η αίσθηση φιλοπονίας, που αποτελεί τη βάση για μια επιτυχημένη δραστηριοποίηση στην κοινωνία και για την ανάπτυξη των αναγκαίων κοινωνικών δεξιοτήτων. Η απόκτηση αυτών των αναγκαίων δεξιοτήτων και ικανοτήτων οδηγεί σε συναισθήματα πληρότητας και ικανοποίησης. Παιδιά που δεν έχουν τις ευκαιρίες ελέγχου του κόσμου τους ή που εμποδίζονται στις προσπάθειές τους οδηγούνται σε ένα συναίσθημα κατωτερότητας ή στην πεποίθηση ότι δεν αξίζουν τίποτα. Το παιδί στο σχολείο μπαίνει σε μια νέα πολιτισμική υποκατηγορία και αρχίζει να βιώνει μια σειρά από νέες διαπροσωπικές σχέσεις τελείως διαφορετικές από εκείνες της οικογενειακής ζωής του.

Η πρώτη επαφή με το σχολείο είναι ιδιαίτερα σημαντική για την ανάπτυξη μιας

επιμέρους εικόνας του εαυτού, της γενικής αυτοαντίληψης της ικανότητας και της αυτοεκτίμησης. Σε αυτό το στάδιο το παιδί πρέπει να αποκτήσει τις σχολικές γνώσεις και δεξιότητες και να μάθει να συνεργάζεται με τους συνομηλίκους του. Αν το περιβάλλον του παιδιού (οικογένεια, σχολείο), το ενθαρρύνει και το στηρίζει στις προσπάθειές του, τότε, το παιδί θα αναπτύξει το συναίσθημα της φιλοπονίας και της εμπιστοσύνης στις ικανότητες του. Αν αντίθετα, το παιδί αντιμετωπίσει επικρίσεις, ειρωνεία και απόρριψη, τότε θα του δημιουργηθεί ένα συναίσθημα κατωτερότητας και ανεπάρκειας. Μέσα στη σχολική κοινότητα το παιδί αξιολογείται σε σύγκριση με τα άλλα παιδιά και αυτή η σύγκριση φαίνεται, ότι αποτελεί μια σημαντική πηγή της αυτοαντίληψης. Και η σχολική επίδοση του παιδιού εξαρτάται από τα ιδιαίτερα ατομικά χαρακτηριστικά του (βιολογικά, γνωστικά, ψυχοκινητικά..), από τα οικογενειακά γνωρίσματά του (μορφωτικά και κοινωνικοοικονομικά επίπεδο γονέων, οικογενειακές σχέσεις και προσδοκίες), από τον κοινωνικό περίγυρο (συνομήλικοι, πολιτισμικό και οικονομικά επίπεδο περιοχής) και από τα χαρακτηριστικά της σχολικής πραγματικότητας (τη σχέση εκπαιδευτικού και μαθητών, κλίμα τάξης-αυταρχικό, ανταγωνιστικό, συνεργατικό, διδακτικά και παιδαγωγικά μέσα). Η σχολική επίδοση ενός μαθητή ορίζεται, ως η αξιολόγηση της απόδοσης του σε σχέση με την εκπαιδευτική διαδικασία (Αθανασίου, 2003).

Επομένως επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες που εμπλέκονται στην εκπαιδευτική πράξη αλλά και στη γενική διάπλαση της προσωπικότητάς του. Αρκετοί μαθητές παρουσιάζουν χαμηλή σχολική επίδοση και οι γονείς το αποδίδουν τις περισσότερες φορές σε «τεμπελιά» ή αδυναμία στα μαθήματα. Υπάρχουν όμως και μαθητές που αναπτύσσουν υψηλή σχολική επίδοση. Τα παιδιά για να αναπτύξουν υψηλή σχολική επίδοση, θα πρέπει να έχουν μία σχολική ωριμότητα, γιατί μέσα από αυτήν θα μπορέσουν να προσαρμοστούν στο σχολικό περιβάλλον και τους κανόνες του σχολείου αλλά να αναπτύξουν και την νοημοσύνη τους. Επίσης, οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί να το παρακινήσουν ώστε να αναπτύξει εσωτερικά

κίνητρα (Τριλίβα, 2002).

Ακόμα μία επίδραση είναι και ο τρόπος διδασκαλίας του εκπαιδευτικού αλλά και η συμπάθεια του εκπαιδευτικού ως προς το παιδί. Καμιά φορά η τιμωρία δημιουργεί προβλήματα στην ψυχosύνθεση του παιδιού με αποτέλεσμα να εκδηλώνονται επιθετικές συμπεριφορές, άγχος, συναισθήματα απόρριψης και αποτυχίας. Πρωταρχική σημασία όμως έχει η στήριξη μέσα απο την οικογένεια. Όταν το παιδί εισπράττει μέσα απο την οικογένεια στήριξη και ενδιαφέρον τότε θα αναπτύξει υψηλή αυτοεκτίμηση και εν συνεχεία και υψηλή σχολική επίδοση. Ενώ, όταν κάποιο παιδί δεν έχει κάποιο κίνητρο, ενδιαφέρον ή υποστήριξη μέσα απο την οικογένεια τότε θα αναπτύξει χαμηλή αυτοεκτίμηση και εν συνεχεία και χαμηλή σχολική επίδοση. Η σχολική επίδοση πρέπει να είναι θετική ως προς το παιδί, δηλαδή οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί να το ενισχύουν, ώστε να αναπτύξει την αυτοεκτίμηση του και στη συνέχεια τις επιδόσεις του στο σχολείο. Συχνά όμως, γονείς και εκπαιδευτικοί ασκούν πιέσεις στα παιδιά για να αναπτύξουν τα παιδιά υψηλά επίπεδα σχολικής επίδοσης. Όμως αυτό δεν έχει πάντα θετικά αποτελέσματα, διότι του δημιουργούν άγχος και συναισθήματα απόρριψης απο τους γονείς σε περίπτωση κάποιας αποτυχίας του. Άρα, θα πρέπει να μην πιέζουμε τα παιδιά αλλά να τους δίνουμε κίνητρα και να τα ενισχύουν οι γονείς κα οι εκπαιδευτικοί (Αθανασίου, 2003).

2.4 Κλίμακες μέτρησης της αυτοεκτίμησης

Σε αυτή την ενότητα θα παρουσιάσω τις κλίμακες αυτοεκτίμησης του COOPERSMITH και ROSENBERG, καθώς και μία συνοπτική περιγραφή του ερωτηματολογίου της HARTER, για την αξιολόγηση της έννοιας του εαυτού, τα οποία αναφέρονται στη διεθνή βιβλιογραφία και χρησιμοποιούνται ευρέως στην ερευνητική πρακτική.

2.4.1 Η κλίμακα του Coopersmith

Απάντησε στις παρακάτω ερωτήσεις, βάζοντας √, ανάλογα αν συμφωνείς ή διαφωνείς με την ερώτηση που βρίσκεται στο αριστερό μέρος της σελίδας

	ΝΑΙ	ΟΧΙ
1.Συχνά εύχομαι να ήμουν κάποιος άλλος.	☐	☐
2.Δυσκολεύομαι να μιλήσω μπροστά στην τάξη.	☐	☐
3.Υπάρχουν πράγματα στον εαυτό μου που θα τα άλλαζα αν μπορούσα..	☐	☐
4.Παίρνω αποφάσεις χωρίς δυσκολία	☐	☐
5.Είμαι ευχάριστος/η στην παρέα.	☐	☐
6.Στο σπίτι μου εκνευρίζομαι εύκολα.	☐	☐
7.Δυσκολεύομαι να συνηθίσω σε μια νέα κατάσταση.	☐	☐
8.Οι συμμαθητές μου με εκτιμούν πολύ.	☐	☐
9.Οι γονείς μου έχουν πολλές απαιτήσεις από εμένα.	☐	☐
10.Οι γονείς μου συνήθως λαμβάνουν υπόψη τα συναισθήματά μου.	☐	☐
11.Αλλάζω εύκολα γνώμη.	☐	☐
12.Είναι δύσκολο να δεχθώ τον εαυτό μου όπως είναι.	☐	☐
13.Όλα είναι μπερδεμένα στη ζωή μου.	☐	☐
14.Τα άλλα παιδιά συνήθως ακολουθούν τις ιδέες μου.	☐	☐
15.Δεν έχω καλή γνώμη για τον εαυτό μου.	☐	☐

16.Συχνά σκέφτομαι ότι θα ήθελα να φύγω από το σπίτι μου.	☐	☐
17.Στο σχολείο νιώθω ανήσυχος/η..	☐	☐
18.Δεν είμαι τόσο όμορφος/η όσο οι άλλοι άνθρωποι.	☐	☐
19.Όταν έχω κάτι να πω, συνήθως το λέω χωρίς δισταγμό.	☐	☐
20.Οι γονείς μου με καταλαβαίνουν.	☐	☐
21.Οι περισσότεροι άνθρωποι αρέσουν στους άλλους περισσότερο απ' ότι εγώ.	☐	☐
22.Συχνά νιώθω ότι οι γονείς μου με τιμωρούν.	☐	☐
23.Συνήθως απογοητεύομαι με αυτό που κάνω	☐	☐
24.Συνήθως δε στενοχωριέμαι εύκολα	☐	☐

2.4.1.1 Κριτική της κλίμακας του Coopersmith

Η κλίμακα Coopersmith έχει ως στόχο την μέτρηση της αυτοαντίληψης του ατόμου. Έχει δύο κατηγορίες απαντήσεων (ναι–όχι). Περιλαμβάνει εικοσιτέσσερις ερωτήσεις στις οποίες καλείται να απαντήσει το υποκείμενο. Αρχικά θέλω να αναφέρω ότι η δύο κατηγορίες απάντησης είναι μειονέκτημα μιας και η αυτοαντίληψη έχει διαβαθμίσεις, έτσι δεν δίνεται στο υποκείμενο το περιθώριο να εκφέρει ακριβώς την άποψή του, την αξιολόγησή του εαυτού του. Έπειτα στη συγκεκριμένη κλίμακα το άτομο καλείται να απαντήσει σε ερωτήσεις που αναφέρονται σε διάφορους ρόλους που κατέχει (ως παιδί, ως άτομο, ως μαθητής), χωρίς όμως να διαχωρίζονται οι ρόλοι σε κατηγορίες. Αυτό δεν αρκεί για την κατανόηση και επεξήγηση της αυτοαντίληψης του ατόμου, αφού κάθε ρόλος του εξετάζεται επιφανειακά. Δεν φαίνεται

πού υστερεί το άτομο, πού έχει αρνητικά συναισθήματα και αρνητική αξιολόγηση για τον εαυτό του. Δεν παρέχει επαρκείς πληροφορίες, ώστε να αντιμετωπιστεί και να ενισχυθεί η αυτοαντίληψη του ατόμου. Ακόμη ερωτήσεις που αφορούν στην αυτοαξιολόγηση του ατόμου, αυτοεκτίμηση, τι εκτιμά το άτομο για τον εαυτό του δεν διαχωρίζονται από τις ερωτήσεις αυτοαντίληψης (Ball, 2000).

2.4.2 Η κλίμακα του Rosenberg

Παρακάτω παρουσιάζεται η κλίμακα του Rosenberg:

	Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ
1.Γενικά, είμαι ικανοποιημένος από τον εαυτό μου	☐	☐	☐	☐
2.Μερικές φορές δεν είμαι καθόλου καλός	☐	☐	☐	☐
3.Νομίζω ότι σαν άτομο έχω κάποια καλά χαρακτηριστικά γνωρίσματα	☐	☐	☐	☐
4.Είμαι στη θέση να κάνω πράγματα τόσο καλά όσο και οι άλλοι άνθρωποι	☐	☐	☐	☐

5. Αισθάνομαι ότι δεν έχω πολλά πράγματα για τα οποία θα μπορούσα να είμαι περήφανος	☐	☐	☐	☐
6. Αισθάνομαι άχρηστος μερικές φορές	☐	☐	☐	☐
7. Αισθάνομαι ότι είμαι πρόσωπο που αξίζω, τουλάχιστον τόσο όσο οι άλλοι	☐	☐	☐	☐
8. Νομίζω ότι θα έπρεπε να έχω περισσότερο σεβασμό για τον εαυτό μου	☐	☐	☐	☐
9. Το μόνο που σκέφτομαι είναι ότι είμαι ένας αποτυχημένος	☐	☐	☐	☐
10. Έχω μια θετική στάση για τον εαυτό μου	☐	☐	☐	☐

2.4.2.1 Κριτική της κλίμακας του Rosenberg

Η κλίμακα αυτοεκτίμησης Rosenberg έχει τέσσερις διαβαθμίσεις απαντήσεων (συμφωνώ απόλυτα, συμφωνώ, διαφωνώ απόλυτα, διαφωνώ) και δέκα ερωτήσεις στις οποίες καλείται το υποκείμενο να απαντήσει. Οι ερωτήσεις προσανατολίζονται, ως προς τις ιδιότητες

του ατόμου (καλός, άχρηστος..) και ως προς τα συναισθήματα του (περήφανος, σεβασμός..). Πολλές πτυχές της προσωπικότητας που έχουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, παραλείπονται. Κάποιες ερωτήσεις αναφέρονται στο άτομο σε σχέση με τις δικές του προσωπικές του δυνατότητες και κάποιες άλλες αποσκοπούν στη σύγκριση των δυνατοτήτων του ατόμου με τους άλλους, τον περίγυρο του, χωρίς όμως να τις διαχωρίζει. Επιπλέον, δεν δίνει πληροφορίες για το πού το άτομο υστερεί, έχει αρνητική εκτίμηση για τον εαυτό του έτσι ώστε να ενισχυθεί η αυτοεκτίμηση του. Φαίνεται λοιπόν, ότι εξετάζει την αυτοεκτίμηση με σχετικά επιφανειακό τρόπο (Γεωργογιάννης, 1995).

2.4.3 Το ερωτηματολόγιο της Harter.

Η Harter κατασκεύασε το ερωτηματολόγιο Pictorial Scale of perceived Competence and Social Acceptance for Young Children, για την αξιολόγηση της έννοιας του εαυτού σε μαθητικό πληθυσμό, ηλικίας έως οχτώ ετών περίπου. Όσον αφορά τη δομή, αποτελείται από τέσσερις κλίμακες, οι οποίες με τη βοήθεια εικόνων αποτυπώνουν τέσσερις επιμέρους τομείς αυτοαντίληψης: σχολική ικανότητα, σχέση με συνομηλίκους, σωματική ικανότητα και σχέσεις με τη μητέρα. Περιλαμβάνει εικοσιτέσσερις ερωτήσεις, έξι ερωτήσεις για κάθε κλίμακα. Υπάρχουν δύο εκδόσεις, μία για τα αγόρια και μία για τα κορίτσια. Όσον αφορά τους δείκτες αξιοπιστίας και εγκυρότητας, το ερωτηματολόγιο της Harter έχει χρησιμοποιηθεί σε πλήθος ερευνών με δείγματα τόσο στις ΗΠΑ όσο και σε άλλες χώρες όπως Αυστραλία, Καναδάς, Γερμανία, Ελβετία, Κίνα και Ελλάδα. Σε όλες αυτές τις έρευνες η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου, κυμάνθηκε σε ικανοποιητικό επίπεδο και η παραγοντική του δομή ήταν σαφής και σταθερή (Μπότσαρη-Μακρή, 2001).

Κεφάλαιο 3ο

Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην ομαλή ανάπτυξη της
προσωπικότητας

Γενετικοί, περιβαλλοντικοί, κοινωνικοί και συναισθηματικοί παράγοντες που λειτουργούν σε όλα τα στάδια καθορίζουν το πόσο η ανάπτυξη της προσωπικότητας θα είναι αρμονική και φυσιολογική ή θα παρουσιάσει παρεκκλίσεις και διαταραχές. Μια από τις σημαντικότερες συναισθηματικές διαταραχές είναι η εμφάνιση της κατάθλιψης και η εμφάνιση επιθετικότητας και αντικοινωνικής συμπεριφοράς. Παρακάτω θα παρουσιάσουμε τα αποτελέσματα από διάφορες έρευνες σχετικά με την επίδραση της αυτοεκτίμησης στην εμφάνιση κατάθλιψης, επιθετικότητας, αντικοινωνικής συμπεριφοράς ακόμα και άγχους στην νηπιακή και την πρώτη σχολική ηλικία (Βερνάδος, 2003).

3.1 Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην εμφάνιση καταθλιπτικών συμπτωμάτων.

Στην παιδική ηλικία οι έρευνες για την διάγνωση της κατάθλιψης είναι καλά εδραιωμένες, ενώ η έρευνα για τα παιδιά κάτω των έξι ετών είναι ένα νέο πεδίο μελέτης. Ο ερευνητής- παιδοψυχίατρος Joan Luby, ο οποίος ανέφερε ότι έχει μεγάλη σημασία η έγκαιρη διάγνωση της σε αυτήν την ηλικία. Είναι δύσκολο να φανταστεί κάποιος ότι ένα παιδί προσχολικής ηλικίας έχει κατάθλιψη όμως στα παιδιά προσχολικής ηλικίας η ανηδονία, εμφανίζεται ως ανικανότητα να απολαύσουν το χρόνο της ψυχαγωγίας τους. Η αναγνώριση της προσχολικής κατάθλιψης γίνεται με κατάλληλες ψυχιατρικές συνεντεύξεις. Σύμφωνα με αυτές τα παιδιά εμφανίζονται λιγότερο χαρούμενα, επιρρεπή στην ενοχή και αλλαγές στα μοτίβα του ύπνου. Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που παίζουν ρόλο στην εμφάνιση καταθλιπτικών συμπτωμάτων (Ζάρρα-Φλούδα, 2001).

Σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Αγγλία το 2002, σε ένα δείγμα εξακοσίων σαράντα εννιά παιδιών προσχολικής ηλικίας, οι ερευνητές, Melissa και Turner, εξέτασαν το κατά πόσο κάποια παιδικά τραύματα μπορούν να οδηγήσουν σε καταθλιπτικά συμπτώματα και χαμηλή αυτοεκτίμηση του παιδιού. Οι ερευνητές διαπίστωσαν, ότι αν κάποιο παιδί είχε

υποστεί ένα μεγάλο παιδικό τραύμα στην νηπιακή ηλικία τότε αυτό συνδεόταν με την εμφάνιση καταθλιπτικών διαταραχών. Επίσης διαπίστωσαν ότι και η πρόωρη πίεση γεννάει και πρόωρη αντιπαλότητα. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως, η πρόωρη αντιπαλότητα μπορεί να έχει επιπτώσεις στην συναισθηματική, διανοητική και προσωπική ανάπτυξη του παιδιού. Οι ερευνητές εξέτασαν τον βαθμό που τα πρόσφατα γεγονότα και η πίεση είναι μεσολαβητές που βοηθούν στην ανάπτυξη χαμηλής αυτοεκτίμησης, αντιπαλότητας και καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Ακόμα έδειξαν, ότι τα πρόωρα αγχωτικά περιστατικά, μειώνουν την αυτοεκτίμηση και με της σειράς της η αυτοεκτίμηση οδηγεί στην αρχή της εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Η αστάθεια μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον οδηγεί στην αρχή άγχους στα νήπια. Για αυτό, η οικογένεια πρέπει να παρέχει σταθερότητα και να είναι πηγή υποστήριξης για τα νήπια ώστε να αναπτύσσουν την ψυχολογική τους ευημερία και την ανάπτυξη αυτοεκτίμησης.

Μια έρευνα των Blatt και Hertzog(2001), που πραγματοποιήθηκε στην Αμερική, εξέτασε τη διαμήκη σχέση μεταξύ των οικογενειακών χαρακτηριστικών στην πρώιμη παιδική ηλικία, της αυτοεκτίμησης, της κατάθλιψης και του αυτοκτονικού ιδεασμού, σε παιδιά από ηλικίες τριών ετών έως οχτώ ετών αλλά και προοδευτικά στην εφηβεία.. Τα ευρήματα έδειξαν ότι τα ατομικά χαρακτηριστικά, όπως η χαμηλή αυτοεκτίμηση ή το αίσθημα της απόγνωσης μπορούν να ενεργήσουν αρνητικά στον κίνδυνο για την αρχή της κατάθλιψης και του αυτοκτονικού ιδεασμού και ότι τα αγόρια να είναι πιο επιρρεπή στον αυτοκτονικό ιδεασμό από ότι τα κορίτσια. Τα συμπεράσματα έδειξαν, πως τα οικογενειακά χαρακτηριστικά έχουν άμεσα αποτελέσματα στα επίπεδα της νηπιακής αυτοεκτίμησης, στα αισθήματα απόγνωσης και σκέψεων αυτοκαταστροφής. Τα αγόρια παρουσίασαν μεγαλύτερη εμμονή στα συναισθήματα αναξιότητας και απόγνωσης από ότι τα κορίτσια. Επίσης η απόγνωση και η αυτοεκτίμηση είχαν σημαντική συμβολή στην πρόβλεψη της κατάθλιψης και του αυτοκτονικού ιδεασμού. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση διαπιστώθηκε ως παράγοντας κινδύνου για

την εμφάνιση κατάθλιψης.

Το 2007 πραγματοποιήθηκε στις ΗΠΑ, έρευνα από τους Betheron και Ridgen, που στόχευε να διερευνήσει τις επιπτώσεις που έχει η χρόνια μητρική κατάθλιψη στην εμφάνιση χαμηλής αυτοεκτίμησης και κατάθλιψης σε παιδιά ηλικίας τεσσάρων ετών κα μετρήθηκε με το Attachment Story Completion Task. Επίσης διερευνήθηκε και η προσκόλληση των παιδιών με χαμηλή αυτοεκτίμηση προς τις καταθλιπτικές μητέρες τους. Τα παιδιά των καταθλιπτικών μητέρων ήταν περισσότερο προσκολλημένα προς τις μητέρες τους από ότι τα παιδιά μη καταθλιπτικών μητέρων. Επίσης τα παιδιά αυτά χαρακτηρίζονταν από ανεξέλεγκτη φυσική επιθετικότητα. Οι ερευνητές κατέληξαν πώς η κατάθλιψη της μητέρας οδηγούσε στην εμφάνιση χαμηλής αυτοεκτίμησης και στη συνέχεια στην εμφάνιση κατάθλιψης στην περαιτέρω τους ζωής. Καθώς και ότι η προσκόλληση τους επηρέαζε την κοινωνικο-συναισθηματική ανάπτυξη τους.

Ένας σημαντικός παράγοντας που ενισχύει επίσης την χαμηλή αυτοεκτίμηση των παιδιών της νηπιακής ηλικίας είναι και το πρόωρο άγχος σε αυτή τη ηλικία. Οι Clum και Yang, διερεύνησαν κατά πόσο η χαμηλή αυτοεκτίμηση επηρεάζει την ψυχολογία του νηπίου, ώστε να του δημιουργήσει πρόωρο άγχος και αυτό με τη σειρά του να οδηγήσει το παιδί αργότερα στον αυτοκτονικό ιδεασμό. Στην μελέτη αυτή εξετάστηκε η αιτιολογία της αυτοκτονικής συμπεριφοράς μέσα από γνωστικές και αναπτυξιακές προοπτικές. Το δείγμα αποτελούνταν από εκατόν ογδόντα ένα παιδιά προσχολικής ηλικίας, όπου τα μισά είχαν αναπτύξει αυτοκτονικές συμπεριφορές και τα άλλα μισά όχι. Εξετάστηκαν και άλλοι παράγοντες που μπορούν να οδηγήσουν σε αυτοκτονική συμπεριφορά όπως, η κακοποίηση που μπορεί να δέχθηκε κάποιο παιδί, η αστάθεια μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον, κάποια αρνητικά γεγονότα, αλλά και η απελπισία. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση ευθυνόταν σε μεγάλο βαθμό για την ανάπτυξη πρόωρου στρες στο νήπιο. Συμπέραναν ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση σε συνδυασμό με αρνητικά πρόωρα γεγονότα στη

ζωή του παιδιού είχαν ήπια επίδραση στην εμφάνιση αυτοκτονικής συμπεριφοράς αλλά η χαμηλή αυτοεκτίμηση είχε ισχυρό αντίκτυπο στα γνωστικά ελλείμματα, τα οποία επιδρούσαν αρνητικά στην εμφάνιση πρόωρης αυτοκτονικής συμπεριφοράς. Τα αποτελέσματα λοιπόν έδειξαν, πώς η χαμηλή αυτοεκτίμηση οδηγεί στην εμφάνιση πρόωρου άγχους αλλά και αυτοκτονικής συμπεριφοράς (Clum, Yang, 2000).

Προς την ίδια ερευνητική κατεύθυνση το 2003, οι μελετητές Burdette και Whitaker, προσπάθησαν να δείξουν πώς οι μητέρες που έπασχαν από κατάθλιψη αλλά και με χαμηλό κοινωνικό επίπεδο, μπορούσαν να μεγαλώσουν παιδιά που θα έπασχαν από χαμηλή αυτοεκτίμηση και πρόωρα καταθλιπτικά συμπτώματα. Το δείγμα αποτελούνταν από τριακόσιες ενενήντα πέντε καταθλιπτικές μητέρες και μη και τα παιδιά τους ηλικίας τριών έως πέντε ετών. Τα καταθλιπτικά συμπτώματα μετρήθηκαν από το Κέντρο Επιδημιολογικών Μελετών και μετρήθηκαν και οι συναισθηματικές και κοινωνικές λειτουργίες των παιδιών. Τα κορίτσια των μητέρων με καταθλιπτικά συμπτώματα εμφάνισαν χαμηλή αυτοεκτίμηση σε σχέση με τα κορίτσια των μη καταθλιπτικών μητέρων. Επίσης είχαν χαμηλότερες συναισθηματικές λειτουργίες από ότι τα αγόρια. Το χαμηλό κοινωνικό επίπεδο των μητέρων αύξανε το κίνδυνο εμφάνισης χαμηλής αυτοεκτίμησης στα παιδιά τους. Η κατάθλιψη των μητέρων επιδρούσε αρνητικά στην ψυχολογία των παιδιών, με αποτέλεσμα τα παιδιά των καταθλιπτικών μητέρων να μην απολαμβάνουν την απαραίτητη προσοχή από τις μητέρες τους και να δέχονται κάποιες φορές και την απόρριψη από αυτές. Αυτό σύμφωνα με τους μελετητές δημιουργούσε στα παιδιά ένα αίσθημα αναξιότητας και ανικανότητας και εμφάνιζαν χαμηλή αυτοεκτίμηση. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση των παιδιών τα οδηγούσε και αυτά αργότερα στην εμφάνιση των πρώτων καταθλιπτικών συμπτωμάτων.

3.2 Η επίδραση της αυτοεκτίμησης στην εμφάνιση επιθετικής και

αντικοινωνικής συμπεριφοράς.

Η επιθετικότητα και η αντικοινωνική συμπεριφορά αποτελούν το ένα τρίτο των προβλημάτων συμπεριφοράς που αντιμετωπίζουν σήμερα οι ψυχολόγοι και οι παιδαγωγοί. Σήμερα οι επιστήμονες (κοινωνιολόγοι, ψυχολόγοι, παιδαγωγοί) αποδέχονται, ότι η επιθετικότητα αποτελεί ένα πολύ ευρύ φάσμα επιθετικών τρόπων συμπεριφοράς καταστρεπτικού χαρακτήρα. Πιο συγκεκριμένα τα παιδιά που χαρακτηρίζονται από επιθετικότητα είναι συνήθως ανυπάκουα, αρνητικά, δείχνουν απάθεια και παρουσιάζουν αντιδραστική και προκλητική συμπεριφορά προς τα μέλη της οικογένειας τους και τους υπόλοιπους. Η αντικοινωνική και επιθετική συμπεριφορά των παιδιών δημιουργεί προβλήματα στις σχέσεις τους με την οικογένεια, τους συνομήλικους και το σχολείο. Δημιουργεί όμως προβλήματα και στα ίδια τα παιδιά, γιατί δεν τους δίνει τη δυνατότητα να μάθουν κοινωνικά αποδεκτές συμπεριφορές οι οποίες θα αποτελέσουν αργότερα τη βάση για την ομαλή ένταξη τους στο κοινωνικό σύνολο (Βερνάδος, 2003).

Οι Benitez και Fernadez(2011), εφάρμοσαν στην Ισπανία ένα πρόγραμμα που διερευνούσε τα αίτια της εμφάνισης και την πρόληψη της αντικοινωνικής συμπεριφοράς σε παιδιά ηλικίας τεσσάρων έως έξι ετών. Το πρόγραμμα ονομαζόταν Appender Convivir, χωρισμένο σε τέσσερις θεματικές ενότητες. Το δείγμα αποτελούνταν από εκατόν σαράντα επτά παιδιά τα οποία ήταν χωρισμένα σε δύο ομάδες. Τα αποτελέσματα προέκυψαν από το Child Behavior Check List. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση σε συνδυασμό με άλλους αρνητικούς παράγοντες οδηγούσε στην εμφάνιση αντικοινωνικής συμπεριφοράς των παιδιών. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση οδηγούσε τα παιδιά να εμφανίσουν προβλήματα στη συμπεριφορά τους ,με σκοπό να τραβήξουν την προσοχή των γονιών τους αλλά και των γύρω τους. Επίσης φάνηκε ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση οδήγησε και στην μείωση της κοινωνικής ικανότητας του παιδιού.

Οι ερευνητές Moran και Dubois(2002), διεξήγαγαν έρευνα στην Αμερική, με θέμα την

επίδραση που έχει η αυτοεκτίμηση και η κοινωνική υποστήριξη στην εμφάνιση προβληματικής συμπεριφοράς και επιθετικότητας. Το δείγμα της έρευνας αποτελούνταν από τριακόσια σαράντα επτά παιδιά νηπιακής και πρώτης σχολικής ηλικίας. Χρησιμοποιήθηκαν τρία πρότυπα αξιολόγησης. Η κοινωνική υποστήριξη μετρήθηκε με μία κλίμακα αντιληπτής κοινωνικότητας και η αυτοεκτίμηση μετρήθηκε με το ερωτηματολόγιο της αυτοεκτίμησης (self esteem questionnaire). Η προβληματική-επιθετική συμπεριφορά μετρήθηκε με το Aggressive behavior and delinquent behavior scale of self report. Στην παρούσα έρευνα υπήρξε ισχυρός βαθμός ένωσης μεταξύ αυτοεκτίμησης και εκθέσεων επιθετικής συμπεριφοράς. Όμως, βρέθηκε μια σχετικά μικρή μεταξύ κοινωνικής υποστήριξης και προβληματικής συμπεριφοράς. Υπήρξε σημαντική σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και προβληματικής συμπεριφοράς. Ένα τελευταίο σχετικά απρόσμενο συμπέρασμα που είχε η έρευνα ήταν πως και ένα μικρό ποσοστό των παιδιών τα οποία είχαν κοινωνική υποστήριξη και ψηλή αυτοεκτίμηση εμφάνιζαν και αυτά επιθετική συμπεριφορά.

Οι σχέσεις με τους συνομηλίκους στην νηπιακή ηλικία είναι σημαντική, καθώς οι συνομήλικοι βοηθούν θετικά αλλά και αρνητικά στην ανάπτυξη της κοινωνικότητας και της αυτοεκτίμησης. Οι Trapolini και Ungerer(2007), διεξήγαγαν έρευνα στην Κροατία με σκοπό να εξετάσουν αν, η χαμηλή αυτοεκτίμηση επιδρά αρνητικά στην εμφάνιση επιθετικής συμπεριφοράς αλλά και πόσο επιδρά η προσήλωση του παιδιού προς την μητέρα. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε παιδιά ηλικίας από τεσσάρων έως και έξι ετών. Τα ευρήματα έδειξαν πως τα παιδιά που είχαν αυξημένη προσκόλληση προς τις μητέρες τους έτειναν να έχουν κάποια σημάδια κατάθλιψης, τα οποία χαρακτηριζόταν από εκρήξεις επιθετικότητας ενώ παιδιά που δεν ήταν προσκολλημένα στη μητέρα τους σε αυτές τις ηλικίες παρουσίαζαν υψηλή αυτοεκτίμηση. Επιπλέον, τα παιδιά που ήταν προσκολλημένα στη μητέρα τους ακόμα και στην ηλικία των έξι ετών, παρουσίαζαν χαμηλή αυτοεκτίμηση. Συμπερασματικά λοιπόν, φάνηκε πως η χαμηλή αυτοεκτίμηση των προσκολλημένων παιδιών επιδρούσε αρνητικά στην

ψυχολογία τους, με αποτέλεσμα να έχουν πρόωρες εκρήξεις θυμού και αντικοινωνικότητας.

3.3 Συμπεράσματα

Μέσα απο την εκπόνηση της πτυχιακής μου εργασίας συμπεράνα πως η αυτοεκτίμηση είναι μια βασική ανθρώπινη ανάγκη, που συνεισφέρει ουσιωδώς στην ανθρώπινη ανάπτυξη διότι είναι απαραίτητη για τη φυσιολογική και υγιή ανάπτυξη του ατόμου. Είναι ένα πολύ σημαντικό συστατικό μιας επιτυχημένης και ευτυχισμένης ζωής. Ζωτική σημασία για την ψυχική υγεία του παιδιού έχει η ανάπτυξη της αυτοεικόνας του παιδιού, της αυτοεκτίμησής του. Η αυτοεκτίμηση αρχίζει να διαμορφώνεται από την βρεφική-νηπιακή ηλικία και για αυτόν τον λόγο σημαντικό ρόλο διαδραματίζει ο τρόπος με τον οποίο μας συμπεριφέρονται οι γονείς μας όταν είμαστε παιδιά.. Η ανάληψη πρωτοβουλιών και η ενθάρρυνση του παιδιού εκ μέρους των «μεγάλων» είναι ιδιαίτερα σημαντικές, γιατί έτσι συντελείται το πρώτο μεγάλο βήμα προς την αυτονομία και την ανεξαρτησία, που συνεπάγονται αίσθημα ικανοποίησης για ό,τι το παιδί δοκιμάζει και πετυχαίνει μόνο του. Αντίθετα, η αποθάρρυνση από το να αναλάβει πρωτοβουλίες με υπερβολικούς περιορισμούς ή τιμωρίες, μπορεί να προκαλέσει στο παιδί ενοχές αλλά και αίσθημα ανεπάρκειας και εξάρτησης, που επιδρούν αρνητικά στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησής του και το οδηγεί ακόμα σε κατάθλιψη και σε αντικοινωνική και επιθετική συμπεριφορά. Στην πορεία της κοινωνικοποίησης του παιδιού αποκτούν σημασία, εκτός από την οικογένεια και το σχολικό περιβάλλον με τους συνομιλήκους και ο υπεύθυνος παιδαγωγός. Συνοψίζοντας, θα μπορούσαμε να πούμε, ότι για το χτίσιμο της αυτοεκτίμησής κατά την παιδική ηλικία είναι ιδιαίτερα ισχυρή η επίδραση των «Σημαντικών Άλλων».

Μέσα λοιπόν απο την μελέτη μου για την εκπόνηση της πτυχιακής μου εργασίας κατάλαβα πόσο σημαντική είναι και η συμβολή του παιδαγωγού στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησής του νηπίου, καθώς αποτελεί σημαντικό πρόσωπο στο περιβάλλον του παιδιού και με την αγάπη του και τον σεβασμό του προς τα παιδιά ,μπορεί να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση τους. Ο παιδαγωγός με τη φροντίδα και την αγάπη του μπορεί να καλύψει κενά

που ίσως να υπάρχουν στη ζωή του παιδιού. Είναι όμως εξαιρετικά σημαντικό, οι παιδαγωγοί να μεταφέρουν ένα αίσθημα φροντίδας σε κάθε παιδί, ειδικότερα σε εκείνα που δεν κάνουν εύκολα σχέσεις και οι οποίοι χρειάζονται αυτό το αίσθημα περισσότερο από τους άλλους.

Η αυτοεκτίμηση του παιδαγωγού είναι καθοριστικής σημασίας για το εκπαιδευτικό περιβάλλον και τις διαπροσωπικές σχέσεις στο σχολικό περιβάλλον. Είναι απαραίτητο να έχουν οι ίδιοι μια θετική αντίληψη της προσωπικής τους αξίας, έτσι ώστε να μεταφέρουν στην τάξη κλίμα χαράς και δημιουργίας. Όμως για να μπορέσουν να συνεισφέρουν όσο το δυνατόν καλύτερα και αυτοί στην ενίσχυση της παιδικής αυτοεκτίμησης και να έχουν και μια προσωπική αντίληψη για τον εαυτό τους, πρέπει το κράτος να τους παρέχει στήριξη μέσω ειδικών προγραμμάτων κατάρτισης σχετικά με θέματα ψυχικής στήριξης και να παρέχουν ουσιαστικότερη εκπαίδευση στον τομέα της παιδικής ψυχολογίας. Έτσι, οι παιδαγωγοί θα γίνουν πιο καταρτισμένοι και θα προσφέρουν και αυτοί με τη σειρά του ένα αξιόλογο έργο στην ψυχολογία της αυτοεκτίμησης του παιδιού.

Μέσα απο την εργασία διαπιστώσαμε επίσης, πως η έρευνα για την αυτοεκτίμηση γενικότερα αλλά και ειδικότερα για την παιδική αυτοεκτίμηση, είναι ελάχιστη σχεδόν ανύπαρκτη. Όσον αφορά το δικό μας τμήμα της Βρεφονηπιοκομίας είναι πολύ αισιόδοξο το γεγονός ότι δίνεται όλο και μεγαλύτερη προσοχή σε μαθήματα που αφορούν και εστιάζουν στην προαγωγή της ψυχικής υγείας. Θα ήθελα να εκφράσω την ελπίδα ότι στο μέλλον το τμήμα μας θα προωθήσει ερευνητικές δραστηριότητες που αφορούν την αυτοεκτίμηση, όπως η διεξαγωγή ερευνών στους παιδικούς σταθμούς του νομού διότι η αυτοεκτίμηση είναι ένα χαρακτηριστικό που μπορεί να είναι το πιο σημαντικό συστατικό της ευτυχίας του. Για αυτό λοιπόν, ως παιδαγωγοί, με την βοήθεια των σωστών γνώσεων και τη στήριξη της πολιτείας, ας μεγαλώνουμε παιδιά που να μαθαίνουν να αγαπούν, να σέβονται και να εκτιμούν τον εαυτό τους αλλά και τους γύρω τους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αθανασίου, Λ. (2003). *Αξιολόγηση της επίδοσης του μαθητή στο σχολείο και το διδακτικό έργο*. Διδακτορική διατριβή, Ιωάννινα.
- Ball, C. (2000). *Αυτοεκτίμηση*. Αθήνα: Δίοδος.
- Benitez, JI., & Fernandez, M. (2011). Results of the Apender Convivir Program for development of antisocial behavior in pre school children. *School psychology international*, 4,22-29.
- Βερνάδος, Μ. (2003). *Η επιθετικότητα του παιδιού στο σχολείο και την οικογένεια*. Διαθέσιμο :<http://www.specialeducation.gr>. Ανασύρθηκε:22/11/2011.
- Betherton, S., & Ridgen, A. (2007). Maternal depression and childrens attachment representations during the preschool years. *Journal of developmental psychology*,5,15-21.
- Blatt, A., & Hertzog, A. (2001). Low self esteem and family interactions leads to suicidal ideation in early childhood. *Journal of abnormal psychology*,40,30-34.
- Brealey, N. (2007). *50 Psychology classics: Who are, how we think, what we do: insight and inspiration from 50 key books*. Tom Butlet-Bowrbon.
- Burdttteh, L., & Whitaker, Rc. (2003). Maternal depressive symptoms and emotional and social functioning in their preschool children. *Journal of ambulatory pediatrics*,15,28-36.
- Γεωργογιάννης, Π. (1995). *Θεωρίες κοινωνικής ψυχολογίας*. (τόμος 1). Αθήνα:Gutenberg.
- Clum, A., & Yang, B. (2000). Childhood stress leads to later suacidity via its effect on cognitive functioning. *Journal of abnormal behavior*,20,18-25.
- Coopersmith, St. (1967). *The antecedents of self esteem*. SF: Consultins Psychologists Press (p.p.4).
- Δαρδανός, Γ. (2004). *Θεωρίες προσωπικότητας-πρόγραμμα προαγωγής*. Αθήνα: Τυπωθήτω

Δαρδανός.

Δαρδανός, Γ., & Cole, M. (2001). *Η ανάπτυξη των παιδιών, γνωστική και ψυχολογική ανάπτυξη κατά την νηπιακή και τη μέση παιδική ηλικία*. (Β' τόμος). Αθήνα:

Τυπωθήτω-Δαρδανός Γ.

Goldstein, N. (2008). *Αυτοεκτίμηση-Δυναμική*. Αθήνα: Ψυχογίος.

Ζάρρα-Φλούδα, Μ. (1995). *Αυτοεκτίμηση και στρατηγικές αντιμετώπισης καταστάσεων*

άγχους σε παιδιά με και χωρίς μαθησιακές δυσκολίες. Διατριβή. Ιωάννινα:

Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων.

Ζαφειρίδης, Φ. (2009). Σημειώσεις για την *Ανθρωπιστική ψυχολογία Ι*, Διαθέσιμο:

www.psy.auth.gr/index.php. Ανασύρθηκε:15/10/2011.

Καλούρη-Αντωνοπούλου, Ρ. (2001). *Γενική ψυχολογία-Παιδαγωγική ψυχολογία*. Αθήνα:

ελληνικά γράμματα.

Καστανίδου-Αραμπατζή, Σ. (2010). *Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης του γονέα προς το παιδί*.

Διδακτορικό: Θεσσαλία.

Καψάλης, Α. (1990). *Παιδαγωγική Ψυχολογική Εγκυκλοπαίδεια*. Αθήνα: Ηλιάδη.

Κοντοπούλου-Κοκκινιώτη, Μ. (1990). *Αυτοεκτίμηση και σχέσεις παιδιού στην οικογένεια*.

Αθήνα: Ελληνικές εκδόσεις.

Κοσμίδου-Hardy, Χ. (1991). *Θέματα σχολικού προσανατολισμού. Αυτογνωσία,*

αυτοαντίληψη, λήψη αποφάσεων και συμβουλευτική. (Α τόμος). Σημειώσεις από τη

Συμβουλευτική για τον σχολικό προσανατολισμό-Προσανατολισμός. Φιλοσοφική

Σχολή Αθηνών: Αθήνα.

Κωνσταντίνου, Χ. (2004). *Αξιολόγηση της επίδοσης του μαθητή, ως παιδαγωγική λογική και πρακτική*. Αθήνα: Gutenberg.

Λεονταρή, Α. (1996). *Αυτοαντίληψη*. Αθήνα: ελληνικά Γράμματα.

Lansford, J., & Bate, J. (2004). Family environment, self esteem and antisocial behavior.

- Journal of psychopathology and behavioral assesment. 13,8-11.*
- Lawrence, A., & Oliver, J. (2000). *Personality theory and research*. (7th edition). Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Leary, M., & MacDonald, G. (2003). Individual differences and self esteem. Review and theoritical integration. *Self esteem and indentity*, 2,401-418. New York: The Guilford press.
- Μακρή-Μπότσαρη, Ε. (2001). *Αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση, μοντέλα, ανάπτυξη, λειτουργικός ρόλος και αξιολόγηση*. Αθήνα: Ελληνικά γράμματα.
- Mc elroy, A., Taylor, E., Walker, K., & Wilson, M. (1995). *New directions for child development*. Jossey-Bass publishers.
- Melissa, Ab., & Turner, H. (2002). Early childhood depression. *Journal of psychiatry*, 32, 25-31.
- Moran, B., & Dubois, D. (2002). Relation of social support and self-esteem to problem behavior: investigation of differing models. *Journal of early childhood*, 4, 19-25.
- Παρασκευόπουλος, Θ. (2005). *Η συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών*. Αθήνα: Ατραπός.
- Παπάνης, Ε. (2011). *Θεωρίες αυτοεκτίμησης και αξιολόγηση*. Αθήνα: Σιδέρη. (σ. 24-25).
- Παπάνης, Ε. (2004). *Η αυτοεκτίμηση και η μέτρηση της*. Αθήνα: Ατραπός.
- Ποταμιανός, Γρ. (1999). *Θεωρητικές προσεγγίσεις και κλινικές πρακτικές*. Αθήνα: Ελληνικά γράμματα.
- Ράπτη, Α. (2003). *Αυτοεκτίμηση μαθητών και σχολική συμπεριφορά*. Αθήνα: Λαμπράκη.
- Robins, R., & Trzesniewski, K. (2002). Global self- esteem across the life span. *Psychology and aging*, 3, 423-430.
- Rosenberg, M. (1965). *Conveincing the self*. New York: Basic (p.p.30-31).
- Σαμιωτάκης, Ν. (2008). *Σχέση λειτουργικής επάρκειας της οικογένειας και σχέση οικογένειας και αυτοεκτίμησης του παιδιού*. Διατριβή. Ρόδος.

- Σιακαντάρη, Ε. (2011). *Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης*. Διαθέσιμο: www.siakantari.gr. Ανασύρθηκε:9/10/2011.
- Σίμου, Β., & Παπάνης, Ε. (2007). *Αυτοεκτίμηση μαθητών*. Διαθέσιμο στο:http://erapanis.blogspot.com/2007/09/blog-post_6657.html. Ανασύρθηκε:22/6/2011.
- Σράουφ, Α. (2001). *Η συναισθηματική ανάπτυξη στα πρώτα χρόνια. Η οργάνωση της συναισθηματικής ζωής στα πρώτα χρόνια..* Αθήνα: Καστανιώτη.
- Sdorow, M. L. (1993). *Ψυχολογία, εγκυκλοπαίδεια*. Αθήνα: Ηλιάδη.
- Trapolini, T., & Ungerer, J. (2007). Antisocial behavior and children attachment representations during preschool years. *Journal of developmental psychology*, 12, 22-34.
- Τριλίβα, Σ. (2002). *Αυτογνωσία και Αυτοεκτίμηση*. Αθήνα: Πατάκη
- Φράγκου, Χ. (1999). *Ψυχοπαιδαγωγική. Θέματα παιδαγωγικής ψυχολογίας, παιδείας, διδακτικής και μάθησης*. Αθήνα: Gutenberg.
- Χατζηνεοφύτου-Δημητρίου, Λ. (2001). *Τα 6 πρώτα χρόνια της ζωής*. Αθήνα: Ελληνικά γράμματα.
- Χόνδρου, Τζ. (2009). *Η αξία της αυτοεκτίμησης*. Διαθέσιμο στο: www.e-psychology.gr. Ανασύρθηκε:22/10/2011.