

**<<Η ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ:
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ>>**

ΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ

Παπαδοπούλου Φωτεινή

Τσιρώνη Αθανασία

ΕΙΣΗΓΗΤΡΙΑ

Κα Λύσσαρη

Ευαγγελία.

**Πτυχιακή εργασία για την λήψη πτυχίου στην Κοινωνική Εργασία
από το τμήμα Κοινωνικής Εργασίας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και
Πρόνοιας του Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος (Τ.Ε.Ι.) Πάτρας**

ΠΑΤΡΑ 2009

Η Επιτροπή για την έγκριση της πτυχιακής εργασίας:

Υπογραφή:

Υπογραφή:

Υπογραφή:

ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ

Ολοκληρώνοντας την πτυχιακή μας εργασία, νιώθουμε την ανάγκη να ευχαριστήσουμε τους ανθρώπους εκείνους που μας συντρόφευαν και μας βοήθησαν σ' αυτήν την προσπάθεια.

Αρχικά, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε βαθύτατα την επόπτρια μας κα Λύσσαρη Ευαγγελία.

Επιπλέον, τους ανθρώπους εκείνους που μας βοήθησαν στη μετάφραση ξενόγλωσσης βιβλιογραφίας.

*Αφιερώνουμε αυτή την πτυχιακή στους γονείς μας,
για την συμπαράστασή τους μέχρι τώρα.*

*Φωτεινή Παπαδοπούλου
Αθανασία Τσιρώνη*

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Αναγνώριση	3
<u>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1</u>	7
Εισαγωγή	7
Το πρόβλημα	9
Περίληψη	11
Σκοπός	12
Ορισμοί εννοιών	13
<u>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2</u> Θεωρητική διερεύνηση	17
2. Εννοιολογικός προσδιορισμός	17
2.1 Εαυτός – Προσωπικότητα	20
2.2 Εαυτός – Υποκείμενο ή Αντικείμενο	21
2.3 Εαυτός – Εγώ	23
2.4 Φαινομενολογικός – Μη φαινομενολογικός εαυτός.....	25
2.5 Αυτοαντίληψη – Αυτοαξιολόγηση – Αυτοεκτίμηση	27
2.6 Σταθερότητα της Αυτοεκτίμησης	29
2.7 Αυτοεκτίμηση και ψυχική υγεία	32
2.8 Διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις της Αυτοεκτίμησης	33
2.8.1 Η θεωρία του James	34
2.8.2 Η θεωρία της Συμβολικής Αλληλεπίδρασης	36
2.8.3 Η φαινομενολογική προσέγγιση	41
2.8.4 Θεωρία της συμπεριφοράς	45
2.8.5 Ψυχαναλυτική προσέγγιση	47
2.9 Γενικές παρατηρήσεις	51
<u>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3</u> Διαμόρφωση της Αυτοεκτίμησης	
3.1 Η εξέλιξη της Αυτοεκτίμησης	53
3.2 Συμβολή διαφόρων παραγόντων στη διαμόρφωση της Αυτοεκτίμησης	57
3.2.1 Η οικογένεια	58

3.2.1(α) Γονείς	59
3.2.1(β) Αδέλφια	68
3.2.2 Το φύλο του παιδιού	72
3.2.3 Κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον	76
3.2.4 Σχολική επίδοση	78
3.3 Συμπεράσματα σχετικά με τους παράγοντες διαμορφώσεις της Αυτοεκτίμησης	81

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 Επίπεδα Αυτοεκτίμησης και η επίδρασή τους στη κοινωνική δράση του ατόμου **82**

4.1 Μειωμένη Αυτοεκτίμηση	82
4.1(α) Κυριότερες αιτίες μειωμένης Αυτοεκτίμησης	84
4.1(β) Τύποι συμπεριφοράς ατόμων με μειωμένη Αυτοεκτίμηση	86
• Χαρακτηριστικά ατόμων με χαμηλή Αυτοεκτίμηση	88
4.1(γ) Μειωμένη Αυτοεκτίμηση δεν σημαίνει οπωσδήποτε ταπείνωση ..	90
4.2 Σωστή Αυτοεκτίμηση	91
4.2(α) Πηγές Αυτοεκτίμησης	91
• Χαρακτηριστικά ατόμων με υψηλή Αυτοεκτίμηση	92
4.2(β) Η προσφορά των άλλων	93
4.3 Αυτοεκτίμηση και επικοινωνία	95
4.4 Αυτοεκτίμηση και κοινωνική προσαρμογή	97
4.5 Σχέση μεταξύ Αυτοεκτίμησης, βίας και παραπτωματικής συμπεριφοράς	98
4.6 Σχέση μεταξύ χρήσης ναρκωτικών – αλκοόλ και Αυτοεκτίμησης	99
4.7 Σχέση Αυτοεκτίμησης με την σχολική αποτυχία και τη σχολική επίδοση	99
4.8 Σχέση Αυτοεκτίμησης και ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης κατά την εφηβεία	100
4.9 Αυτοεκτίμηση και φύλο	101
4.10 Αυτοεκτίμηση και άγχος	102
4.11 Αυτοεκτίμηση και σχολική προσαρμογή κακοποιημένων – παραμελημένων παιδιών	103

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 Η συμβολή των ενδοοικογενειακών σχέσεων στη διαμόρφωση σωστού επιπέδου Αυτοεκτίμησης **105**

5.1 Ενδοοικογενειακές σχέσεις	105
5.2 Η σχέση του παιδιού με τα άλλα μέλη της οικογένειας	109
5.3 Διαφοροποίηση της σχέσης του παιδιού με τον καθένα από τους δυο γονείς	112
5.4 Η συμβολή εξωτερικών παραγόντων στη διαμόρφωση των ενδοοικογενειακών	114

σχέσεων	
5.5 Η σχέση του παιδιού με τα αδέλφια	116
5.6 Η σειρά γέννησης του παιδιού	117
5.7 Ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια	118
5.8 Η μορφή της οικογένειας	121
5.9 Η Αυτοεκτίμηση στα παιδιά των χωρισμένων	122
<u>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6</u> Ο ρόλος των Ειδικών στη διαμόρφωση της Αυτοεκτίμησης του παιδιού – Συμπεράσματα – Προτάσεις	126
6.1 Τρόποι παρέμβασης Κ.Λ. και Ψυχολόγου στην διατήρηση και βελτίωση της Αυτοεκτίμησης του ατόμου	126
6.2 Παρέμβαση εκπαιδευτικών στο σχολείο	130
6.3 Συμπεράσματα και προτάσεις	134
Συμπεράσματα	134
Προτάσεις	137
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	138
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	142

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Για αρκετά χρόνια, στη διαδικασία ανάπτυξης και καθιέρωσης της ψυχολογίας ως ανεξάρτητης από τη φιλοσοφία επιστήμης, προβλήθηκε ως απαραίτητη προϋπόθεση η αποστασιοποίηση του ερευνητή από το αντικείμενο έρευνας. Έτσι, στις πρώτες απόπειρες διερεύνησης της προσωπικότητας κρίθηκε σκόπιμο να αντιμετωπίζεται το άτομο ως αντικείμενο έρευνας που μπορεί να μελετάται χωρίς τη δική του συμμετοχή, με σκοπό την αποφυγή της ενδοσκόπησης που χαρακτηρίζει κυρίως την φιλοσοφική προσέγγιση. Αυτό θεωρήθηκε βασική προϋπόθεση για τη διεξαγωγή μιας «επιστημονικής» ψυχολογικής έρευνας. Αντικείμενο μελέτης της ψυχολογίας αποτελούσε η εξωτερικευμένη συμπεριφορά του ατόμου ή η αποκάλυψη του «κρυμμένου εαυτού» από τον ερευνητή που λειτουργούσε ως εξωτερικός κριτής και εγγυητής της αντικειμενικότητας.

Ωστόσο, τόσο η απλή καταγραφή και διερεύνηση της συμπεριφοράς όσο και η τυποποίηση της δομής και λειτουργίας του ψυχισμού αποδείχτηκαν ανεπαρκείς. Η διαπίστωση της ιδιαιτερότητας του ατόμου δημιούργησε την ανάγκη προσέγγισης του και ως υποκειμένου. Τώρα πλέον με την αναγνώριση της ακαδημαϊκής ταυτότητας της ψυχολογίας ευνοείται η πολύπλευρη διερεύνηση του ψυχισμού του ατόμου. Έτσι, παρατηρείται μία τάση ανανέωσης και ένταξης νέων στοιχείων απ' όλες τις θεωρητικές σχολές ή και άλλες επιστήμες. Εξάλλου, οι κοινωνικές ανάγκες που υπήρχαν και επιπλέον ο προβληματισμός που είχε αναπτυχθεί στα πλαίσια της τεχνολογίας συντέλεσαν, ώστε να μην αναζητούνται πλέον γενικοί κανόνες λειτουργίας και αντίδρασης του ατόμου αλλά κυρίως συνθήκες της προσωπικής του ικανοποίησης. Έτσι μπορεί να ερμηνευθεί το ενδιαφέρον που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια γύρω από την έννοια «εαυτός» και η αποδοχή του ατόμου τόσο ως αντικειμένου όσο και ως υποκειμένου έρευνας. Παλιότερα έννοιες σχετικά με τον εαυτό δεν προσεγγίζονταν από καμία ψυχολογική θεωρία.

Η ανάγκη για ένταξη εννοιών που αναφέρονται στον εαυτό (όπως π.χ. αυτοαντίληψη, αυτοεκτίμηση,) στην μελέτη της προσωπικότητας είναι μια κοινή διαπίστωση που προέρχεται από διάφορες θεωρητικές τάσεις. Παρόλο που η ερμηνεία και η σημασία που αποδίδεται από τους διάφορους ερευνητές στον «εαυτό» ποικίλει, υπάρχει ένα κοινό ενδιαφέρον για τη μελέ-

τη του. Στο επίκεντρο αυτών των αναζητήσεων βρίσκεται η αυτοεκτίμηση, που αναφέρεται στην συναισθηματική επένδυση του εαυτού, και που θεωρείται σημαντική παράμετρος της προσωπικότητας. Γενικά, αναγνωρίζεται ότι αυτή λειτουργεί ως κινητήρια δύναμη και συχνά θεωρείται ως δείκτης της ικανοποιητικής λειτουργίας του ψυχισμού. Στη σύγχρονη δυτική κοινωνία που σε μεγάλο βαθμό χαρακτηρίζεται από ατομικισμό και ανταγωνιστικότητα, και όπου η κρίση ταυτότητας είναι ιδιαίτερα έντονη, η αυτοεκτίμηση αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα για την ψυχική ισορροπία του ατόμου, όπως επισημαίνει ο Kohut (1986, 1987). Ιδιαίτερα στον χώρο της εκπαίδευσης, η αυτοεκτίμηση θεωρείται μια σημαντική παράμετρος που έχει άμεση σχέση με τα κίνητρα και την απόδοση των μαθητών. Για όλους αυτούς τους λόγους, η διερεύνηση των παραγόντων που παρεμβαίνουν στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, παρουσιάζει ενδιαφέρον όχι μόνον από θεωρητική αλλά και από κλινική και παιδαγωγική άποψη.

Ένας μεγάλος αριθμός θεωρητικών και εμπειρικών προσεγγίσεων, ιδιαίτερα μετά το 1950 ασχολείται με την διερεύνηση της έννοιας αυτής και τη συσχέτιση της με τις διάφορες παραμέτρους της προσωπικότητας και της συμπεριφοράς. Οι παράγοντες όμως που συμβάλλουν στην διαμόρφωση της έχουν διερευνηθεί σε πολύ μικρότερη κλίμακα. Τα υπάρχοντα ερευνητικά δεδομένα από τη σχετική βιβλιογραφία προσφέρουν ενδείξεις για τον ρόλο ορισμένων παραγόντων, όσον αφορά την αυτοεκτίμηση, χωρίς όμως να αναφέρονται στην αλληλεπίδραση μεταξύ τους.

Στον Ελληνικό χώρο, έχει διαπιστωθεί η επίδραση του κοινωνικοπολιτικού περιβάλλοντος στον τρόπο που τα παιδιά αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους. Όμως, ενώ το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον είναι αυτό που κυρίως συμβάλλει στις διομαδικές διαφορές, οι μεταβλητές που καθορίζουν τις διατομικές διαφορές σχετίζονται περισσότερο με το άμεσο (κυρίως οικογενειακό) περιβάλλον του παιδιού. Ελάχιστα δεδομένα αναφέρονται στις διατομικές διαφορές όσον αφορά την αυτοεκτίμηση, στην Ελληνική κοινωνία. Κάτω από αυτούς τους όρους, η ανάγκη να μελετηθεί η διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης είναι δυνατόν να ενταχθεί τόσο στον ευρύτερο προβληματισμό που αναπτύσσεται στην διεθνή βιβλιογραφία, όσο και στις ανάγκες της Ελληνικής πραγματικότητας.

Η διερεύνηση αυτών των ζητημάτων μπορεί να συμβάλλει ουσιαστικά στην διαγνωστική, προληπτική και θεραπευτική αντιμετώπιση διαταραχών που συνδέονται με την αυτοεκτίμηση, οι οποίες φαίνεται ότι παρουσιάζονται με ιδιαίτερη συχνότητα την σημερινή εποχή

(Kohut 1987). Σε αυτά τα πλαίσια του προβληματισμού, εντάσσεται και η εργασία μας. Στόχος της είναι η μελέτη της συσχέτισης ανάμεσα στην αυτοεκτίμηση του παιδιού και την αντίληψη του για τη σχέση του με τα μέλη της οικογένειας του. Ο βασικός αυτός σκοπός της εργασίας θα μελετηθεί και με τη μελέτη της πιθανής παρεμβολής άλλων παραμέτρων, όπως το φύλο του παιδιού, η δομή της οικογένειας, η θέση του παιδιού ανάμεσα στα αδέρφια, το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο της οικογένειας.

ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

Η μελέτη των χαρακτηριστικών της συμπεριφοράς και της προσωπικότητας του ατόμου συνδέεται άμεσα με τις κοινωνικές παραμέτρους που σε ένα μεγάλο μέρος τα καθορίζουν. Θα μπορούσε επομένως κανείς να υποθέσει ότι η έντονη τάση των ερευνητών, από διαφορετικές θεωρητικές κατευθύνσεις, για ενασχόληση με την έννοια της αυτοεκτίμησης, ανταποκρίνεται τόσο στην αναζήτηση μιας πολύπλευρης προσέγγισης του ατόμου στα πλαίσια της ψυχολογίας, όσο και στους προβληματισμούς που προκαλεί ο σύγχρονος τρόπος ζωής. Οι απαιτήσεις της σύγχρονης δυτικής κοινωνίας, η οποία χαρακτηρίζεται από μία ανταγωνιστική και ατομικιστική ιδεολογία, δημιουργούν στο άτομο μια έντονη ανάγκη αυτοεπιβεβαίωσης και το κάνουν ιδιαίτερα ευαίσθητο σε προβλήματα που σχετίζονται με την αυτοεκτίμηση του.

Η αυτοεκτίμηση πηγάζει από ένα αίσθημα προσωπικής αποδοτικότητας (είμαι ικανός) και προσωπικής αξίας (είμαι αγαπητός).

Ο άνθρωπος που εκτιμά τον εαυτό του, στοχεύει στις ικανότητες του. Δεν κάνει συγκρίσεις κάθετου τύπου (δηλαδή μετρώντας αν οι δικές του ικανότητες είναι περισσότερες ή λιγότερες από τις ικανότητες των άλλων). Πιστεύει ότι επαρκεί και ότι δεν χρειάζεται να είναι ανώτερος από τους άλλους για να νιώσει ότι είναι ικανός.

Η εργασία αυτή είναι αποτέλεσμα ενός διπλού προβληματισμού. Το πρώτο ερώτημα που μας απασχόλησε είναι ο εννοιολογικός προσδιορισμός της έννοιας «αυτοεκτίμηση», στα διαφορετικά θεωρητικά πλαίσια, και η οριοθέτηση της σε σχέση με παρεμφερείς έννοιες. Η

προσπάθεια μιας βιβλιογραφικής ανασκόπησης των ποικίλων αναφορών στην έννοια αυτή παρουσίασε ιδιαίτερες δυσκολίες εξαιτίας των διαφορετικών ορισμών της από τους διάφορους ερευνητές και της πλούσιας ορολογίας. Η καταγραφή των ποικίλων θεωρητικών απόψεων γίνεται ακόμη δυσκολότερη όταν μερικές από αυτές πρέπει να μεταφραστούν στην ελληνική γλώσσα, όπου η ορολογία στο χώρο αυτό είναι ακόμη αδόκιμη.

Το δεύτερο ερώτημα που αποτέλεσε και το αντικείμενο της εργασίας είναι σχετικό με τους παράγοντες που κατά κύριο λόγο επηρεάζουν τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, στο επίπεδο διατομικών διαφορών. Ειδικότερα, η μελέτη αυτή επικεντρώθηκε στη διαφοροποίηση των σχέσεων του παιδιού μέσα στην οικογένεια, την παρεμβολή άλλων μεταβλητών και τη συσχέτιση τους με την αυτοεκτίμηση του. Το ενδιαφέρον μας για τη μελέτη του συγκεκριμένου αντικειμένου έρευνας πηγάζει από την πεποίθηση ότι η οικογένεια παίζει πρωταρχικό ρόλο στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού και λειτουργεί ως φίλτρο όλων των εξωτερικών επιδράσεων.

Κατόπιν επιχειρήσαμε να μελετήσουμε τη σημαντικότητα και τη βαθμίδα της υπάρξεως της αυτοεκτίμησης, όταν αυτή τείνει να αλλοιωθεί από ποικίλες προβληματικές συνθήκες ζωής. Με βάση τη σημασία της αυτοεκτίμησης και τις μελέτες που κάναμε προσπαθήσαμε να επιφέρουμε λύσεις για ένα σωστό επίπεδο αυτοεκτίμησης.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Απαραίτητη προϋπόθεση για οποιαδήποτε προσέγγιση είναι ο εννοιολογικός προσδιορισμός της κεντρικής έννοιας που χρησιμοποιείται και η οριοθέτηση της σε σχέση με παρεμφερείς έννοιες. Η ανάγκη αυτή είναι ακόμη πιο έντονη όσον αφορά την «αυτοεκτίμηση» γιατί, όπως προκύπτει από την μελέτη της σχετικής βιβλιογραφίας, είναι μια έννοια που ορίζεται πολύ διαφορετικά από τον κάθε ερευνητή. Η ποικιλία αυτή των ορισμών δεν αντιστοιχεί πάντα και σε διαφορετικά θεωρητικά πλαίσια αναφοράς. Δηλαδή, συχνά χρησιμοποιείται ο ίδιος όρος με διαφορετική έννοια, όπως κι αντίστροφα, διαφορετικοί όροι είναι δυνατόν να έχουν ίδιο ή παρόμοιο νόημα.

Για τον σκοπό αυτό επιχειρείται αρχικά μια ενασχόληση με τον εννοιολογικό προσδιορισμό της αυτοεκτίμησης και των χαρακτηριστικών που της αποδίδονται. Στην συνέχεια, γίνεται μια συγκριτική παρουσίαση του τρόπου που εντάσσεται η «αυτοεκτίμηση» στα διάφορα θεωρητικά ρεύματα.

Στόχος στη πορεία είναι η διερεύνηση του τρόπου διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης σύμφωνα με δεδομένα. Πριν αναλυθούν οι παράγοντες που θεωρούνται σημαντικοί και αποτελούν αντικείμενο αυτής της εργασίας, κρίθηκε σκόπιμο να γίνει μια σύντομη εξελικτική προσέγγιση της έννοιας του εαυτού και του τρόπου που ερμηνεύεται η διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης σύμφωνα με το ψυχοδυναμικό μοντέλο εξέλιξης του ατόμου. Η καταγραφή αυτή θεωρήθηκε απαραίτητη για την καλύτερη κατανόηση της σημασίας των διαφόρων μεταβλητών που επιλέχθηκαν. Το επόμενο κεφάλαιο αναφέρεται στα επίπεδα αυτοεκτίμησης που διαμορφώνει το άτομο κάτω από την επίδραση ποικίλων παραγόντων. Στο ίδιο κεφάλαιο εξετάζεται πώς το επίπεδο αυτοεκτίμησης του ατόμου επηρεάζει την κοινωνική του δράση, θετικά ή αρνητικά. Στη συνέχεια, στο κεφάλαιο 5 καταγράφεται η σημαντική συμβολή των ενδοοικογενειακών σχέσεων στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού. Όπως θα δούμε και παρακάτω η οικογένεια αποτελεί καθοριστικό ρόλο στη δημιουργία σωστού επιπέδου αυτοεκτίμησης.

Η εξέλιξη της μελέτης συνεχίζεται στο κεφάλαιο 6 αναφερόμενη στη πολύτιμη σημασία του ρόλου των ειδικών επιστημόνων (κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχολόγοι, εκπαιδευτικοί,) που είναι δυνατόν να περιβάλλουν το παιδί. Στο ίδιο κεφάλαιο παραθέτονται έπειτα από όσα καταγράψαμε και μελετήσαμε, τα συμπεράσματά μας και οι προτάσεις μας για μια σωστή αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Τέλος, στο παράρτημα αυτής της εργασίας αναφέρονται προτάσεις συμπεριφοράς και σωστής επικοινωνίας προς τους γονείς για την ύπαρξη σωστού επιπέδου αυτοεκτίμησης. Χαρακτηριστική είναι η εύρεση ενός προγράμματος παρέμβασης από το σχολείο, το οποίο ξεκίνησε να σχεδιάζεται από ένα πρωτοπόρο στο θέμα., τον Dr Stanley Coopersmith. Επιπλέον, γίνεται αναφορά στην επίδραση της αυτοεκτίμησης στο στάδιο που ακολουθεί όταν το παιδί περάσει τη παιδική ηλικία και συναντήσει την εφηβεία. Το παράρτημά μας καταλήγει αναφερόμενο στην αυτοεκτίμηση των εκπαιδευτικών, οι οποίοι καταβάλλουν σημαντική επιρροή στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης και γενικότερα πλαίσια στη προσωπικότητα του παιδιού.

ΣΚΟΠΟΣ

Αφετηρία για την δημιουργία αυτής της εργασίας αποτέλεσε ο προβληματισμός για την συμβολή διαφόρων παραγόντων στη διαμόρφωση των διατομικών διαφορών όσον αφορά την αυτοεκτίμηση των παιδιών. Σκοπός μας είναι η μελέτη του φαινομένου της αυτοεκτίμησης του παιδιού σε συνάρτηση με το οικογενειακό του περιβάλλον. Σύμφωνα με την ψυχοδυναμική θεώρηση της εξέλιξης του ατόμου, η αυτοεκτίμηση διαμορφώνεται βαθμιαία σε άμεση συνάρτηση με το σύνολο της προσωπικότητας. Η οικογένεια αποτελεί βασικό πυρήνα για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας και της αυτοεκτίμησης. Η σχέση του παιδιού με τους γονείς (κυρίως με την μητέρα) συχνά αναφέρεται ως μια σημαντική μεταβλητή για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού. Το ερώτημα που παραμένει ανοικτό είναι η ιδιαιτερότητα του ρόλου του κάθε μέλους της οικογένειας και η σημασία του σε σχέση με το παιδί, για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.

Η σημασία της αυτοεκτίμησης για την ψυχική ισορροπία του ατόμου είναι μια κοινή διαπίστωση διαφόρων ερευνητών και αποτέλεσμα κλινικών παρατηρήσεων και εμπειρικών ερευνών. Ωστόσο η έννοια αυτή αποτελεί συγχρόνως πεδίο έντονης αμφισβήτησης και αντιθέσεων ως προς την οριοθέτηση της και την χρησιμότητα της για την κατανόηση της προσωπικότητας. Η πολυπλοκότητα του θέματος και αφ' ετέρου η πολύπλευρη αντιμετώπιση του, λειτούργησαν ως πρόκληση για την μελέτη του.

ΟΡΙΣΜΟΙ ΕΝΝΟΙΩΝ

Αυτοεκτίμηση: Κάθε ενέργεια εκτίμησης ή αξιολόγησης του ατόμου σχετικά με τον εαυτό του, δηλαδή τη προσωπικότητα και τη συμπεριφορά του. Για το θέμα της αυτοεκτίμησης έχουν γίνει της τελευταίες δεκαετίες αρκετές εμπειρικές έρευνες με ιδιαίτερα αξιοπρόσεκτα πορίσματα και μάλιστα σε ότι αφορά τις συσχετίσεις. Πρόκειται δηλαδή, για μια γνωστική και συναισθηματική ταυτόχρονα διαδικασία η οποία εξαρτάται στη λειτουργικότητα της από διάφορους παράγοντες και επηρεάζει πολλαπλά πολλές πτυχές της προσωπικότητας. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα 2005).

Οικογένεια: Ο όρος «οικογένεια» χρησιμοποιείται για το χαρακτηρισμό μιας ομάδας ανθρώπων που συνδέονται με στενούς κοινωνικούς και προσωπικούς δεσμούς, ακόμα και αν δεν υπάρχει μεταξύ τους συγγένεια εξ αίματος. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα, 2005).

Παιδί: Είναι ο άνθρωπος σε μικρή ηλικία. Νεαρός, ανήλικος (μτφρ). Άνθρωπος απλοϊκός, αφελής, εύπιστος σαν παιδί. Η παιδική ηλικία διακρίνεται στη πρώτη παιδική ή νηπιακή ή προσχολική ηλικία (από το τρίτο ως το έκτο έτος), και στη δεύτερη παιδική ή σχολική ηλικία (από το έβδομο ως το ενδέκατο έτος). Η σχολική ηλικία που με αυτή θα ασχοληθούμε κυρίως εκτείνεται από το έκτο έτος ως και την ηλικία που το άτομο γίνεται σεξουαλικά ώριμο (ως το ενδέκατο έτος για τα κορίτσια και το δέκατο τρίτο έτος για τα αγόρια). Αρχίζει με την εμφάνιση των πρώτων μόνιμων δοντιών και την είσοδο του παιδιού στο σχολείο και τελειώνει με την έναρξη της ενήβωσης (την πρώτη έμμηνη ρύση στα κορίτσια και την πρώτη εκσπερμάτωση στα αγόρια).

Ανάπτυξη: Προοδευτική πορεία μέσα από την οποία περνά κάθε ον. Πρόκειται για δυναμική πορεία που χαρακτηρίζει όλους τους ζωντανούς οργανισμούς και αρχίζει από τη στιγμή της σύλληψης. Η ανάπτυξη παρουσιάζει διαδοχικές φάσεις απότομων ωθήσεων ή αλλαγών και σταθεροποιήσεων.

Νοητική ανάπτυξη: Αναφέρεται στη προοδευτική οργάνωση των νοητικών ικανοτήτων και λειτουργιών, από τη γέννηση του ατόμου ως τη ωριμότητα.

Προσωπικότητα: Γενικά, στην ψυχολογία με τον όρο αυτό γίνεται αναφορά στη δυναμική οργάνωση σωματικών, πνευματικών ηθικών και κοινωνικών ιδιοτήτων του ατόμου που εκδηλώνονται στη κοινωνική ζωή του. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα, 2005).

Εαυτός: Κατά τον Burns, η έννοια του εαυτού «είναι ένα σύνολο υποκειμενικά αξιολογούμενων χαρακτηριστικών και συναισθημάτων». Ο Rosenberg ορίζει την έννοια του εαυτού ως «το σύνολο των σκέψεων και συναισθημάτων του ατόμου που αναφέρονται στον εαυτό του ως αντικείμενο». (Αυτοαντίληψη-Αυτοεκτίμηση, Εύη Μακρή-Μπότσαρη, Ελληνικά γράμματα, Αθήνα, 2001).

Εαυτογνωσία: Είναι η αντικειμενική γνώση για τον εαυτό, για κάθε σχετικά αντικειμενικό στοιχείο για τον εαυτό που μπορεί να αναφέρεται σε κάθε όψη του: σωματική, κοινωνική, επαγγελματική, συναισθηματική, ψυχολογική κ.ο.κ. Για τη διαμόρφωση αυτής της «σχετικής» και «εν πολλοίς» αντικειμενικής γνώσης για τον εαυτό, τον κυρίαρχο ρόλο του παίζει ο γνωστικός τομέας στο άτομο». Η αυτοαντίληψη χτίζεται πάνω στην αυτογνωσία. Σπάνια το άτομο περιορίζεται στην αυτογνωσία. Συνήθως προχωρεί στην ερμηνεία της και στην ανάλυση των επιπτώσεών της.

Αυτοαντίληψη: Είναι η εικόνα και η εκτίμηση που έχει ένα άτομο για τον εαυτό του, Ο όρος σχετίζεται με την υπόθεση ότι κάθε άτομο έχει σχηματίσει για λίγο ή πολύ ολοκληρωμένη εικόνα για τον εαυτό του. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα, 2005).

Συμπεριφορά: Ενέργεια ή δράση ενός ατόμου. Η έννοια της συμπεριφοράς περιλαμβάνει κάθε τι που κάνει, λέει, σκέφτεται ή αισθάνεται ένα υποκείμενο, ανεξάρτητο αν αυτό προκαλείται από ή κατευθύνεται προς ένα άλλο υποκείμενο αν είναι συνειδητό ή όχι και αν το υποκείμενό του προδίδει ένα ιδιαίτερο νόημα ή όχι.(Χρηστικό Λεξικό Κοινωνιολογίας, Δ. Γ. Τσαούση, Αθήνα,1989).

Παραπτωματική συμπεριφορά: Αποτελεί το σύνολο εκείνων των πράξεων συμπεριφοράς οι οποίες θεωρούνται επιζήμιες, σφαλμένες, παράνομες, παρεκτρέπουσες, αποκλίνουσες, μη αποδεκτές από το κοινωνικό σύνολο.

Συναίσθημα: Αποτελεί σύνθετη κατάσταση που εμπεριέχει υψηλή αντίληψη ενός αντικειμένου ή μιας κατάστασης, ποικίλες σωματικές αλλαγές και γενική, βασική αίσθηση δυσάρεστου ή ευχάριστου, δηλαδή τάση προς προσέγγιση ή αποφυγή. Ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά είναι η ώθηση προς κάποια συγκεκριμένη αντίδραση. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα, 1994).

Αυτοπεποίθηση: Πρόκειται για την ικανότητα ενός ατόμου να αντιμετωπίσει καταστάσεις απλών συγκρούσεων με επιτυχία και χωρίς άγχος.

Διαπαιδαγώγηση (Αγωγή): Αγωγή είναι μια σκόπιμη και προγραμματισμένη επίδραση πάνω σε ένα αναπτυσσόμενο άνθρωπο με σκοπό να υποβοηθηθεί στην απόκτηση αυτόνομου και υπεύθυνου τρόπου ζωής. Αφορά όλους τους τομείς ζωής και πολιτισμού του ανθρώπου και τον τρόπο με τον οποίο επιτελείται η προσπάθεια.

Κοινωνικοποίηση: Η διαδικασία με την οποία ένα άτομο ενσωματώνεται και προσανατολίζεται στα δεδομένα και στους κανόνες συμπεριφοράς μιας ορισμένης κοινωνίας ή γενικά της κοινωνίας. Μέσα σε αυτά περιλαμβάνονται η απόκτηση της γλώσσας, οι πρότυπες συμπεριφορές, οι κοινωνικοί κανόνες, οι αξίες κ.τ.λ. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Σύγχρονη εκδοτική, Αθήνα, 1994).

Επικοινωνία: Συνοπτικός χαρακτηρισμός για την κοινωνική επαφή και όλες τις διαδικασίες της αποδοχής ή της αποστολής πληροφοριών. Απαραίτητη προϋπόθεση για την ύπαρξη κοινωνικής ζωής.

Κοινωνία: Γενικά το ανθρώπινο γένος σαν ολότητα. Ειδικότερα, ομάδα ατόμων με κοινές αξίες, με κοινό πολιτισμό, με συγκεκριμένη γεωγραφική περιοχή, όπου έχει αναπτύξει το δικό της συγκεκριμένο πολιτισμό, που παρουσιάζει ενότητα και έχει συνείδηση του γεγονότος ότι υπόκειται σε κοινά ήθη και έθιμα ή και συνήθειες.

Υπερπροστατευτική κώλη: Αναφέρεται σε γονεϊκή συμπεριφορά, η οποία προσφέρει προστασία και κάλυψη σε κάθε σχεδόν κίνδυνο (συχνά και ανύπαρκτο) με αποτέλεσμα το παιδί να μένει εξαρτημένο από τους γονείς του, γιατί δεν έχει μάθει να αντιμετωπίζει από μόνο του τα προβλήματα του. Συνήθως τα παιδιά των οικογενειών που χαρακτηρίζονται από υπερπροστατευτικότητα δεν μπορούν αργότερα να προσαρμοστούν στη ενήλικη ζωή.

Μονογονεϊκή οικογένεια: Οικογένεια που αποτελείται από ένα γονέα (που μπορεί να είναι άγαμος, χήρος ή διαζευγμένος) και από τα ανήλικα τέκνα του. Η μονογονεϊκή οικογένεια είναι συνήθως μητροκεντρική. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Α΄ έκδοση, Αθήνα, 1994).

Μητρότητα: Αναφέρεται στην κατάσταση και την ιδιότητα της γυναίκας που πρόκειται να γίνει ή είναι ήδη μητέρα και χαρακτηρίζει τις σχέσεις της με το παιδί ή τα παιδιά της και το πόλο της ως μητέρα.

Πατρότητα: Αναφέρεται στη σχέση πατέρα και παιδιού. Η σχέση αυτή έχει ως βάση και αφετηρία τη γενετική-βιολογική πλευρά, δηλαδή τη σχέση γεννήτοοαπαιδιού που όμως δεν εξασφαλίζει την πατρότητα στη πλήρη έννοιά της. Η έννοια της πατρότητας περιλαμβάνει και άλλες πλευρές, όπως την ψυχολογική, που αφορά κυρίως τη διαδικασία της ανατροφής και της συμβολής στην ανάπτυξη ενός παιδιού.

Συναισθηματική κατωτερότητα: Πρόκειται για βίωμα που σχετίζεται με βαθύτατη ψυχική ή σωματική ανεπάρκεια. Ανάλογα με τη προδιάθεση του ατόμου, είναι δυνατόν τόσο ενδογενείς (οργανικές ατέλειες) όσο και εξωγενείς παράγοντες (πολύ αυταρχικός ή πολύ χαλαρός τρόπος αγωγής, ατυχήματα κ.τ.λ.) να οδηγήσουν σε συναίσθημα κατωτερότητας.

Παιχνίδι: Δραστηριότητα που ακολουθεί κάποιους κανόνες ή πρότυπα ενέργειας και που αναλαμβάνεται ατομικά ή συλλογικά για την ικανοποίηση που προσφέρει η ίδια, χωρίς να επιδιώκεται με αυτή τη παραγωγή κάποιου συγκεκριμένου αποτελέσματος. (Χρηστικό λεξικό Κοινωνιολογίας Δ. Γ. Τσαούση, Αθήνα, 1989).

Διαζύγιο: Χωρισμός του ζευγαριού από γάμο. Η έλλειψη συνεννόησης των συζύγων και οι συνέπειες για τα παιδιά αποτελεί αντικείμενο έρευνας πολλών στατιστικών μελετών. (Λεξικό της ψυχολογίας, Νίκος Γ. Παπαδόπουλος, Α΄ έκδοση, Αθήνα, 1994).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ

2. ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ

Ένα βασικό πρόβλημα στις λεγόμενες «ανθρωπιστικές» ή «κοινωνικές» επιστήμες είναι ο καθορισμός των υποθετικών εννοιών, όπως για παράδειγμα οι έννοιες «νοημοσύνη», «προσωπικότητα», κ.τ.λ. – Οι έννοιες αυτές χρησιμοποιούνται από τους επιστήμονες για να περιγράψουν ή να ερμηνεύσουν ορισμένα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας που δεν είναι προσιτά στην εμπειρική παρατήρηση. Στην ουσία πρόκειται για επινοήσεις κι όχι ανακαλύψεις, όπως παρατηρεί ο Loew (1961). Παρόλο που οι υποθετικές έννοιες πρέπει απαραίτητα να ορίζονται με σαφή τρόπο πριν χρησιμοποιηθούν ανάλογα, ο ορισμός τους συχνά υπονοείται γιατί πρόκειται για λέξεις που χρησιμοποιούνται και στην καθημερινή γλώσσα. Έτσι πολλές φορές υπάρχει σύγχυση ανάμεσα στην επιστημονική και την εκλαϊκευμένη χρήση του όρου. Γεγονός που δημιουργεί προβλήματα για την εγκυρότητα, την έρευνα και την θεωρητική ανάλυση τους. Συχνά, η ίδια έννοια χρησιμοποιείται με διαφορετικό τρόπο σε ερευνητικές ή θεωρητικές προσεγγίσεις χωρίς προηγουμένως να έχει ορισθεί με σαφήνεια. Έτσι η αντιπαραβολή και η συσχέτιση αποτελεσμάτων διαφορετικών ερευνών είναι ιδιαίτερα προβληματική.

Όμως κι όταν ακόμη γίνεται προσπάθεια ορισμού, αυτός σπάνια είναι σαφής. Αυτό, όπως παρατηρούν πολλοί ερευνητές Weiss and Marwell (1976), Burns (1979), Rosenberg (1979), Combs (1981), Bills (1981)) συμβαίνει και με τις έννοιες «εαυτός», «αυτοαντίληψη», «αυτοεκτίμηση». Ο ορισμός τους εξαρτάται από την εκάστοτε θεωρητική προσέγγιση που υπονοεί πάντα μία συγκεκριμένη ιδεολογική και ερμηνευτική άποψη. Έτσι κάθε φορά η ίδια έννοια εισάγεται με διαφορετικό περιεχόμενο και διαφορετικό θεωρητικό πλαίσιο αναφοράς. Για παράδειγμα, η «αυτοεκτίμηση» μπορεί να αναφέρεται σε μία αξιολόγηση των χαρακτηριστικών ενός ατόμου από το ίδιο το άτομο, σε μία συναισθηματική στάση ή σε μία βαθύτερη συναισθηματική επένδυση του εαυτού.

Άλλοτε χρησιμοποιείται για να εξηγήσει διάφορους τύπους συμπεριφορών και άλλοτε ως βασικό στοιχείο προσέγγισης της προσωπικότητας. Τελικά, όπως παρατηρεί ο Grandall

(1973) «η αυτοεκτίμηση έχει συνδεθεί με τα πάντα σε κάποια χρονική στιγμή». Συνήθως όμως, ο ορισμός της αυτοεκτίμησης εξαρτάται από το νόημα που έχει σύμφωνα με την εκάστοτε θεωρητική τοποθέτηση, η έννοια «αυτοαντίληψη». Η τελευταία, μπορεί να έχει το νόημα στατικής εικόνας, μιας δυναμικής απεικόνισης ή μιας αναπαράστασης του εαυτού μπορεί να αναφέρεται στο γνωστικό, στο συναισθηματικό ή στο αντιληπτικό επίπεδο και να περιέχει συνειδητά ή και ασυνείδητα στοιχεία.

Ενδεικτικά, οι Shavelson et al (1976) σε μια ανασκόπηση της βιβλιογραφίας αναφέρουν 17 διαφορετικούς τρόπους προσέγγισης της αυτοαντίληψης ενώ ο Zirkel (1971) κατέγραψε 15 σαφείς ορισμούς και άλλους υπονοούμενους στη χρήση της έννοιας αυτής, σε διάφορες ερευνητικές προσεγγίσεις. Αλλά και η Byrne (1984) στην ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που έκανε κατέληξε στο συμπέρασμα ότι δεν υπάρχει συγκεκριμένος σαφής και γενικά αποδεκτός ορισμός της αυτοαντίληψης

Έτσι, συναντάμε το εξής παράδοξο φαινόμενο: Από τη μια μεριά υπάρχει μία σχετική συμφωνία στα αποτελέσματα των διαφόρων ερευνών όσο αφορά την συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με την προσαρμογή του ατόμου και την συμβολή των σημαντικών άλλων στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Από την άλλη όμως υπάρχει μεγάλη σύγχυση όσο αφορά τον ορισμό, το επίπεδο αναφοράς και τον τρόπο προσέγγισης.

Το μόνο κοινά αποδεκτό στοιχείο στους διάφορους ορισμούς της αυτοεκτίμησης είναι η υποκειμενική της διάσταση. Αλλά η συμφωνία σταματά εδώ. Σε ότι αφορά τη θεωρητική ανάλυση, τη μεθοδολογική προσέγγιση και την ερμηνεία των αποτελεσμάτων, παρατηρείται μια πολλαπλότητα, ώστε ένα πολύ μικρό ποσοστό ερευνών να είναι συγκρίσιμες μεταξύ τους.

Η σύγχυση γίνεται πολύ μεγαλύτερη αν λάβουμε υπόψη μας ότι οι διάφοροι ερευνητές για να εκφράσουν την έννοια της αυτοεκτίμησης, χρησιμοποίησαν μια ποικιλία όρων με το ίδιο ή συγγενικό περιεχόμενο. Οι Wells και Marwell (1976) αναφέρουν μία σειρά από όρους που χρησιμοποιήθηκαν για να εκφράσουν την εκτίμηση ή την αγάπη προς τον εαυτό ή τον συνδυασμό των δύο, όπως: εμπιστοσύνη στον εαυτό (self confidence) σεβασμό του εαυτού (self respect), αποδοχή του εαυτού (self acceptance), ικανοποίηση από τον εαυτό (self satisfaction), αξιολόγηση του εαυτού (self evaluation), αξία του εαυτού (self worth) στάση προς τον εαυτό (self attitude ή self regard), κ.α. Η Wytie (1970) για να περιλάβει τις διάφορες έννοιες, χρησιμοποιεί τον όρο «στάση προς τον εαυτό» (self regard) τον οποίο θεωρεί πιο ου-

δέτερο και λιγότερο εξειδικευμένο. Όμως, ο όρος «αυτοεκτίμηση» (self esteem) είναι ο περισσότερο αποδεκτός και χρησιμοποιείται ως σημείο αναφοράς ακόμη και για τον καθορισμό άλλων όρων, όταν για κάποιο λόγο, θεωρούνται πιο κατάλληλοι. Σε αυτή την εργασία επιλέχθηκε ο όρος αυτός με την έννοια της εκτίμησης, της αξίας που αποδίδει το άτομο στον εαυτό του. Ένας σημαντικός λόγος για την προτίμηση αυτού του όρου είναι και το ότι αυτός λειτουργεί σαν συνδετικός κρίκος μεταξύ των διαφόρων θεωριών. Δηλαδή, ενώ αποκτά κάποιο εξειδικευμένο νόημα ανάλογα με το εκάστοτε θεωρητικό πλαίσιο, τελικά, όπως παρατηρούν οι Wells και Marwell (1976), δίνει την αίσθηση της ενότητας μέσα από τις διαφορές περικλείει δηλαδή την αντίληψη ότι οι διαφορετικές προσεγγίσεις προσπαθούν να εξηγήσουν μία φαινομενικά κοινή παρατήρηση.

Η αυτοεκτίμηση, ως η συναισθηματική διάσταση της αυτοαντίληψης, συνοδεύει απαραίτητα την οποιαδήποτε αντίληψη του εαυτού. Ωστόσο, αντίθετα με όσα ισχυρίζονται ορισμένοι ερευνητές (π.χ. Burns 1979, Michel 1971, Bagley et al 1979, Barker-Lunn 1970), η διάκριση των δύο εννοιών (αυτοαντίληψη-αυτοεκτίμηση) είναι απαραίτητη για να τονισθεί αυτή η διάσταση και να διαχωριστεί από άλλες έννοιες, που περιλαμβάνουν περισσότερα γνωστικά ή αντιληπτικά στοιχεία. Θα πρέπει βέβαια να έχει κανείς πάντα υπόψη ότι οποιαδήποτε κατηγοριοποίηση στα πλαίσια της ψυχολογίας είναι τεχνητή και εξυπηρετεί την εξειδικευμένη θεωρητική ανάλυση επιμέρους εννοιών.

Η αυτοεκτίμηση, συνήθως, ορίζεται σε σχέση με τις έννοιες «εαυτός» και «αυτοαντίληψη». Επομένως, κάθε αναφορά στην αυτοεκτίμηση απαραίτητα υπονοεί κάτι για την φύση του «εαυτού». Για αυτό, στα πλαίσια της παρούσας εργασίας προκειμένου να συγκεκριμενοποιηθεί ο όρος «αυτοεκτίμηση» κρίθηκε αναγκαία η διασαφήνιση των εννοιών που αναφέρονται στον εαυτό μέσα από την αντιπαράθεση τους με παρεμφερείς έννοιες που αναφέρονται στα πλαίσια διαφορετικών θεωριών ή πολλές φορές και μέσα στο ίδιο θεωρητικό πλαίσιο όπως εαυτός-εγώ, προσωπικότητα-εαυτός, αυτοαντίληψη-αυτοεκτίμηση. Κρίθηκε επίσης απαραίτητο να γίνει μια αντιπαράθεση χαρακτηριστικών που αποδίδονται στις έννοιες αυτές όπως φαινομενολογικός εαυτός-μη φαινομενολογικός εαυτός, ενιαία ή πολυδιάστατη αυτοεκτίμηση. Για τους ίδιους λόγους κρίθηκε σκόπιμο να αναλυθεί η συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με την ψυχική υγεία, έτσι όπως έχει ερμηνευθεί από διάφορους ερευνητές, προκειμένου να τονισθεί η σημασία της αυτοεκτίμησης. τόσο στο θεωρητικό πλαίσιο προσέγγισης της προσωπικότητας, όσο και στην κλινική πρακτική.

2.1. ΕΑΥΤΟΣ-ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

«Εαυτός» και «Προσωπικότητα» είναι δυο όροι που συναντά κανείς πολύ συχνά, τόσο στην σχετική βιβλιογραφία της Ψυχολογίας όσο και στην καθημερινή γλώσσα. Παρόλο που έχουν ένα διαισθητικά προφανές νόημα, χρησιμοποιούνται με τόσο διαφορετικούς τρόπους που είναι δύσκολο να συγκεκριμενοποιηθούν με έναν σαφή και κοινά αποδεκτό ορισμό.

Συχνά, ο «εαυτός» χρησιμοποιείται ως συνώνυμο της «προσωπικότητας» του «ατόμου» ή μερικές φορές του «σώματος». Για παράδειγμα, κατά την Jacobson (1975), ο εαυτός αναφέρεται στο σύνολο του ατόμου και περιέχει τόσο το σώμα όσο και την ψυχική του οργάνωση (σύμφωνα με τον ορισμό που εισήγαγε ο Hartman το 1950) και ορίζεται ως <<ένας βοηθητικός, περιγραφικός όρος που αναφέρεται στο υποκείμενο ως άτομο, σε αντίθεση με τον γύρω κόσμο των αντικειμένων >>(1975, σελ. 15). Αντίθετα, ο Wells και Marwei (1976) διακρίνουν αυτές τις έννοιες ορίζοντας τον εαυτό ως ένα υποσύνολο της προσωπικότητας, αυτή ως ένα υποσύνολο του όρου «άτομο» και αυτό ως οτιδήποτε αναφέρεται σε ένα ανθρώπινο ον. Η μεν «προσωπικότητα» αναφέρεται στο σύνολο των ψυχολογικών και κοινωνικών χαρακτηριστικών του ατόμου, ενώ ο «εαυτός» ορίζεται ως ένα σύνολο γνωστικών στοιχείων ή συμπεριφορών. Μερικές φορές ο εαυτός αναφέρεται στα βαθύτερα ανεκμετάλλευτα στοιχεία της προσωπικότητας (Homey 1950, Buhler 1962) και ορισμένοι συγγραφείς δίνουν κεντρική θέση στον εαυτό για την κατανόηση της προσωπικότητας.

Γενικά, ενώ ο όρος «προσωπικότητα» ορίζεται με ένα κατά το δυνατό σαφή και κοινά αποδεκτό τρόπο (ως το σύνολο των συναισθηματικών και κοινωνικών χαρακτηριστικών του ατόμου), ο όρος «εαυτός» είναι τόσο αμφισβητούμενος, ασαφής και αντιφατικός, που μπορεί κανείς να πει ότι υπάρχουν τόσες διαφορετικές ερμηνείες του. όσοι και οι ερευνητές που ασχολήθηκαν με αυτόν. Στην πλειονότητα τους όμως, τονίζουν τον αυτοπαθή χαρακτήρα του «εαυτού». Δηλαδή, ο «εαυτός» αναφέρεται σε μια αντανακλαστική προσέγγιση του ατόμου, όπου το αντικείμενο ταυτίζεται με το υποκείμενο.

Όπως υποστηρίζει ο Kohut (1971) η σύγχυση μεταξύ αυτών των όρων οφείλεται κυρίως στα διαφορετικά επίπεδα στα οποία αναφέρονται. Ο ίδιος θεωρεί ότι η προσωπικότητα είναι μία έννοια που είναι χρήσιμη γενικά, αν και δεν ανήκει στην ψυχαναλυτική ψυχολογία αλλά σε ένα διαφορετικό θεωρητικό πλαίσιο. Αρμόζει περισσότερο στην περιγραφή της κοι-

νωνικής συμπεριφοράς, της (προ)συνειδητής εμπειρίας του ατόμου και της σχέσης του με τους άλλους, παρά με τις παρατηρήσεις της ψυχολογίας του βάρους. Αντίθετα, ο «εαυτός», είναι ένας όρος ο οποίος εμφανίζεται στο ψυχαναλυτικό πλαίσιο με την μορφή μιας αφηρημένης έννοιας που είναι κοντά στην εμπειρία, ως περιεχόμενο του ψυχισμού (όπως οι αναπαραστάσεις των αντικειμένων). Μπορεί δηλαδή να υπάρχουν αντίθετες, συνειδητές ή προσυνειδητές αναπαραστάσεις του εαυτού, μεγαλομανίας και κατωτερότητας. Επομένως και ο Kohut εντοπίζει την ιδιαιτερότητα του εαυτού στον υποκειμενικό (βιωματικό) χαρακτήρα του.

Θα μπορούσαμε επομένως να θεωρήσουμε ως μια γενικά αποδεκτή άποψη ότι η προσωπικότητα αναφέρεται στη δομή και λειτουργία του ψυχισμού όπως περιγράφεται και ερμηνεύεται «αντικειμενικά» από έναν τρίτο, ενώ αντίθετα ο «εαυτός» αναφέρεται στο σύνολο της προσωπικότητας όπως την αντιλαμβάνεται το ίδιο το άτομο.

2.2 ΕΑΥΤΟΣ: ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΟ ή ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ

Οι περισσότεροι ερευνητές τονίζουν τον διπλό χαρακτήρα του «εαυτού» και διακρίνουν τον εαυτό ως υποκείμενο από τον εαυτό ως αντικείμενο. Σύμφωνα με την πρώτη έννοια, ο εαυτός είναι αυτός που διαφοροποιεί το άτομο από τον υπόλοιπο κόσμο και συνεπάγεται ενεργητικές διαδικασίες όπως είναι η σκέψη, η μνήμη, η αντίληψη. Σύμφωνα με την δεύτερη, ο εαυτός περιλαμβάνει τις στάσεις, ικανότητες και αξίες που αποτελούν το περιεχόμενο της αυτοαντίληψης. Οι Lewis και Brook (1979) χρησιμοποιούν αντίστοιχα τους όρους: «Υπαρξιακός εαυτός» (existential self), δηλαδή αυτός που υπάρχει και ενεργεί, και «κατηγοριακός εαυτός» (categorical self), δηλαδή αυτός που περιέχει τις κατηγορίες του τρόπου αντίληψης.

Βασική προϋπόθεση για τον υπαρξιακό εαυτό είναι η διαφοροποίηση του από τους άλλους. Αυτή η διαφοροποίηση, όπως αναφέρουν οι ψυχολόγοι που ασχολήθηκαν με την εξέλιξη της εξατομικευμένης έννοιας του εαυτού (Freud, Spitz, Piaget, Wallon), συμβαίνει σε πολύ μικρή ηλικία. Η εξέλιξη του κατηγοριακού εαυτού, είναι διαφορετική από αυτή του υ-

παρξιακού εαυτού γιατί υπόκειται σε διάφορες αλλαγές κατά την διάρκεια της ζωής. Με την έννοια αυτή ο εαυτός αναφέρεται στις κατηγορίες με τις οποίες το παιδί ορίζει τον εαυτό του σε σχέση με τον εξωτερικό κόσμο κι επομένως υπόκειται σε αλλαγές ανάλογα με τις γνωστικές του ικανότητες, τις κοινωνικές του σχέσεις και το ευρύτερο κοινωνικοπολιτικό περιβάλλον. Μερικές κατηγορίες (π.χ. το φύλο) παραμένουν σταθερές ενώ άλλες αλλάζουν κατά τη διάρκεια της ζωής είτε σε μέγεθος είτε σε μορφή. Ακόμη, ο κατηγοριακός εαυτός αλλάζει ιστορικά και κοινωνικά. Για παράδειγμα, διαφορετικοί πολιτισμοί έχουν διαφορετικές απαιτήσεις από τα μέλη τους. Αλλού η απαίτηση για το αρσενικό είναι να είναι καλός κυνηγός κι αλλού να είναι καλός επιστήμονας. Επομένως, εφόσον υπάρχουν διαφορετικές αξίες, διαφορετικές κατηγορίες εαυτού εμφανίζονται και εξαφανίζονται με την πάροδο του χρόνου. Γι' αυτό πρέπει να παίρνει κανείς υπόψη του τις υπάρχουσες κατηγορίες και τις αλλαγές τους.

Η διάκριση αυτή μεταξύ εαυτού ως υποκειμένου και εαυτού ως αντικείμενου θεωρήθηκε από ορισμένους τόσο βασική, ώστε να πρέπει να χρησιμοποιηθούν διαφορετικοί όροι. Ο James (1890) λ.χ. διαφοροποιεί το «Εγώ» («I») από το «Εμένα» («Me») και χρησιμοποιεί τον όρο «εμπειρικός εαυτός» όταν αναφέρεται στον εαυτό ως αντικείμενο, τον οποίο ο Cooley (1902) ορίζει ως «κοινωνικό εαυτό» και ο Mead (1934) ως «Εμενα» («Me»). Οι Hall και Lindsey (1965) προτείνουν την χρήση του όρου "εγώ" για την ενεργητική έννοια του εαυτού και τον όρο «εαυτός» για το σύστημα αντιλήψεων του ατόμου για τον εαυτό του. Αλλά και αυτοί οι όροι («εαυτός» και «εγώ») έχουν χρησιμοποιηθεί με πολύ διαφορετική έννοια από άλλους ερευνητές, όπως θα δούμε παρακάτω.

Ορισμένοι ερευνητές αγνόησαν το ένα από τα δύο νοήματα και ασχολήθηκαν μόνο με τη μία πλευρά. Έτσι π.χ. ο Freud ασχολήθηκε μόνο με την ενεργητική μορφή, ενώ οι περισσότερες εμπειρικές έρευνες υπονοούν μόνο την έννοια του αντικειμένου. Άλλοτε πάλι, στον όρο «αυτοαντίληψη» συμπεριλαμβάνονται και οι δύο έννοιες του εαυτού. Ο Raimy (1948) π.χ. ορίζει την αυτοαντίληψη ως αντικείμενο του αντιληπτικού πεδίου που είναι αποτέλεσμα μάθησης και συγχρόνως ως μια σύνθετη οργανωτική αρχή που σχηματοποιεί τις εμπειρίες.

Αναρωτιέται κανείς αν μία διάκριση μεταξύ του εαυτού ως υποκειμένου από τον εαυτό ως αντικείμενο είναι εφικτή και σκόπιμη. Αν είναι δηλαδή δυνατόν να διακρίνουμε το υποκειμένο από το αντικείμενο έρευνας, όταν αναφερόμαστε στην αντανakλαστική έννοια της αυτοαντίληψης και να αναφερόμαστε στο περιεχόμενο χωρίς να έχουμε υπόψη τις ενεργητικές διαδικασίες που συντελούν στη διαμόρφωση του, ή αντίστροφα να αναφερόμαστε στην

αντίληψη του υποκειμένου χωρίς να λάβουμε υπόψη το περιεχόμενο της. Αν η αυτοαντίληψη ορίζεται ως η υποκειμενική αντίληψη του ατόμου για τον εαυτό του, αυτή απαραίτητα εμπειρεύει τον εαυτό ως παρατηρητή (υποκείμενο) και ως περιεχόμενο (αντικείμενο) παρατήρησης.

2.3. ΕΑΥΤΟΣ – ΕΓΩ

Η ανάγκη διάκρισης των δύο αυτών εννοιών δημιουργήθηκε ταυτόχρονα με την αύξηση του ενδιαφέροντος για την «Ψυχολογία του εαυτού» και την ανάγκη αντιπαράθεσης της με άλλες θεωρητικές προσεγγίσεις. Εξάλλου και στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής προσέγγισης, όπου βασικό αντικείμενο μελέτης αποτελούσε η σχέση του ατόμου με τους άλλους, παρατηρείται μια έντονη ενασχόληση των ψυχαναλυτών με τα προβλήματα ταυτότητας και την σχέση του ατόμου με τον εαυτό του.

Επομένως, δημιουργείται ένα διπλό πρόβλημα, αφενός η ένταξη του όρου «εαυτός» στο χώρο της ψυχαναλυτικής θεωρίας και αφετέρου η συσχέτιση του με άλλους παραπλήσιους όρους (όπως π.χ. «εγώ» που χρησιμοποιούνται στο ίδιο ή σε διαφορετικά θεωρητικά πλαίσια).

Στη διεθνή βιβλιογραφία ο όρος «εγώ» χρησιμοποιείται άλλοτε ως ταυτόσημος με τον όρο «εαυτό» κι άλλοτε για να εκφράσει μία όψη ή ορισμένες λειτουργίες του. Παρερμηνεύοντας την έννοια του «εγώ» όπως αυτή ορίζεται στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής θεωρίας. Το «εγώ», όπως ορίστηκε από τον Freud (1923) είναι ένα από τα τρία δομικά στοιχεία του αρχικού οργάνου και λειτουργεί ως συνδετικός παράγοντας των ψυχικών λειτουργιών με σκοπό να διαφύλαξη την ακεραιότητα του ατόμου. Ο ενωτικός αυτός χαρακτήρας του εγώ είναι ένα στοιχείο που περιέχεται συχνά και στον ορισμό του εαυτού. Γι' αυτό ορισμένοι ερευνητές θεώρησαν ότι το εγώ αντιστοιχεί στην ενεργητική μορφή του εαυτού. Έτσι, πολλές φορές η χρήση των δύο όρων (εγώ-εαυτός) συνδέεται με την διάκριση των δύο όψεων της έννοιας «εαυτός» (εαυτός ως υποκείμενο ή αντικείμενο).

Η διαφοροποίηση αυτή έγινε αρχικά από τον James (1890). Στην συνέχεια, πολλοί ερευνητές χρησιμοποίησαν τον όρο <<εαυτός>> για να αναφερθούν στα αντιληπτικά στοιχεία

(σκέψεις, συναισθήματα, στάσης, αξιολογήσεις), που είναι αποτέλεσμα της αποστασιοποίησης του υποκειμένου από το αντικείμενο και τον όρο «εγώ» για να ορίσουν τις ενεργητικές διαδικασίες (γνωστικές, κινητηριακές) που καθορίζουν την συμπεριφορά και την προσαρμογή (Chein 1944, Mead 1934, Symonds 1951, H. Jigard 1949, Hall και Lindsey 1965, Enkson 1959).

Συχνά, όμως, οι δύο όροι χρησιμοποιούνται αντίστροφα, δηλαδή ο «εαυτός» περιέχει τις ενεργητικές διαδικασίες, ενώ το «εγώ» αντιστοιχεί στην αντιληπτική έννοια (Sertocci 1945). Πολλές φορές πάλι, η διάκριση αυτή δεν είναι ξεκάθαρη, ενώ ορισμένοι συγγραφείς (Combs και Snygg 1959, Allport 1961, Sarbin 1954) χρησιμοποιούν τους δύο όρους αδιαφοροποίητα ή τον ένα από αυτούς με διπλή σημασία υποστηρίζοντας ότι ο «εαυτός» πρέπει να θεωρείται συγχρόνως ως αντικείμενο γνώσης και ως επίκεντρο διεργασιών που θα διασφαλίζουν την άμυνα και την προώθηση του. Ο Allport μάλιστα, για να αποφευχθεί όλη αυτή η σύγχυση, πρότεινε στη θέση του όρου «εαυτός», τον καινούριο όρο «proprium», το οποίο συμπεριλαμβάνει τις δύο όψεις του εαυτού.

Δεν είναι τυχαίο που η αμφισβήτηση και η σύγχυση μεταξύ των εννοιών «εγώ» και «εαυτός» έγινε στην Αμερική, όπου, κατά τον Holland (1977), «όποιοι ασχολήθηκαν με την μελέτη της προσωπικότητας επηρεάστηκαν από τις ιδέες που γεννήθηκαν στην Ευρώπη τις οποίες όμως παρανοούν και εκμεταλλεύονται έτσι ώστε να συμφωνούν με τις προσωπικές τους αντιλήψεις και πολιτιστικές ανάγκες».

Όπως επισημαίνει στην εισήγηση του ο G. Murphy (1968), σε αυτή την προσπάθεια διάκρισης των δύο όρων, γίνεται ένα γλίστρημα από τη μία θεωρία στην άλλη και τονίζει ιδιαίτερα το πρόβλημα μετάφρασης της ορολογίας. Ο ίδιος αναφέρει ότι ο Freud χρησιμοποίησε την έκφραση «das ich» για να περιγράψει συγχρόνως το σύνολο των δυναμικών διαδικασιών (αντιληπτικών και ενεργητικών) ενώ ο όρος «εγώ» δεν αναφέρεται παρά στην ενεργητική διάσταση. Η προσπάθεια διάκρισης μεταξύ «εγώ» και «εαυτού» με τα κριτήρια που προαναφέρθηκαν είναι τεχνητή και περιττή, όπως υποστηρίζουν τόσο ο Murphy, όσο και άλλοι ερευνητές (Patterson 1961, Gordon και Gergen 1968, Perron 1971, L. Ecuver 1978 κ.ά.).

Η διαφοροποίηση όμως των δύο εννοιών είναι ουσιαστική και απαραίτητη. Οι δύο έννοιες, όπως αναφέρουν ο Kohut (1971) και η Jacobson (1964) αναφέρονται σε πολύ διαφορετικά επίπεδα εννοιοποίησης. Οι έννοιες «εγώ», «αυτό», «υπερεγώ», είναι στοιχεία μιας αφαι-

ρεσης υψηλού επιπέδου, απόμακρες από την εμπειρία, και αποτελούν το ψυχικό όργανο (psychic apparatus). Αντίθετα, ο εαυτός γίνεται αντιληπτός ως μία έννοια σχετικά χαμηλού επιπέδου αφού βρίσκεται κοντά στην εμπειρία και είναι το περιεχόμενο του σχισμού. Πρόκειται για μια αναπαράσταση μέσα στο εγώ και ταυτίζεται με το σύνολο του ατόμου.

2.4. ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΛΟΓΙΚΟΣ – ΜΗ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ.

Οι έννοιες «εαυτός» και «αυτοαντίληψη» συνδέονται κυρίως με την φαινομενολογική προσέγγιση της προσωπικότητας. Μία βασική θέση αυτής της προσέγγισης είναι ότι η συνειδητή, υποκειμενική αντίληψη του ατόμου είναι απαραίτητη για την κατανόηση της συμπεριφοράς (Lecky 1945, Snygg και Combs 1949). Η προσέγγιση αυτή ονομάστηκε «φαινομενολογική» λόγω της βαρύτητας που δίνει σε αυτό που «φαίνεται» δηλαδή στις συνειδητές αντιλήψεις, γνώσεις, συναισθήματα. Στη συνέχεια, στις διάφορες θεωρητικές και εμπειρικές προσεγγίσεις η έννοια «εαυτός» εντάχθηκε σε ποικίλα θεωρητικά πλαίσια.

Με την επίδραση της ψυχαναλυτικής θεωρίας η έννοια του συνειδητού εαυτού δεν θεωρήθηκε επαρκής και προτάθηκε η διάσταση του μη-συνειδητού εαυτού. Έτσι, στην σχετική βιβλιογραφία γίνεται συχνά διάκριση του «φαινομενολογικού εαυτού», που αναφέρεται στο σύνολο των συνειδητών αντιλήψεων που το άτομο έχει για τον εαυτό του από τον «μη φαινομενολογικό εαυτό», εκείνου δηλαδή που αναφέρεται στις ασυνείδητες αντιλήψεις που το άτομο έχει για τον εαυτό του, οι οποίες παραμένουν καλυμμένες ή παρουσιάζονται αλλοιωμένες από τους μηχανισμούς άμυνας.

Ωστόσο, ο διαχωρισμός αυτός είναι μάλλον απόλυτος και όπως παρατηρεί και η Wylte (1970) σχετίζεται περισσότερο με την μεθοδολογική προσέγγιση και την κατηγοριοποίηση των εμπειρικών δεδομένων παρά με την ερμηνεία των όρων «εαυτός» και «αυτοαντίληψη». Οι περισσότερες θεωρητικές αναφορές στις έννοιες αυτές άμεσα ή έμμεσα συμπεριλαμβάνουν διεργασίες που δεν είναι απόλυτα συνειδητές ούτε προσυνειδητές ή ασυνείδητες. Για παράδειγμα, οι English και English (1958) αναφέρουν ότι η αυτοαντίληψη περιέχει στάσεις ή γνώσεις που είναι μεν προσιτές, αλλά για διάφορους λόγους, δεν βρίσκονται προς το παρόν στο πεδίο προσοχής του υποκειμένου.

Ακόμη και ερευνητές που εντάσσονται σε ένα φαινομενολογικό θεωρητικό πλαίσιο δέχονται ότι οι αντιλήψεις που έχει ένα άτομο για τον εαυτό του διαφέρουν ως προς τον βαθμό συνειδητοποίησης (Shibutani 1961). Εκφράσεις όπως «άρνηση», «απόθηση», «προβολή», «παραμόρφωση» κ.α. εμφανίζονται σε κείμενα που υπονοούν ασυνείδητες διεργασίες ενώ ο εαυτός έχει ορισθεί στα φαινομενολογικά πεδία.

Μερικοί συγγραφείς που εντάσσονται κυρίως στα πλαίσια της θεωρίας της συμβολικής αλληλεπίδρασης, όπως Blumer (1969), Miller (1963), Lindesmith and Strauss (1968). συμφωνούν με την άποψη του Mead ότι ο εαυτός είναι εμφανής και αποτελεσματικός στην συνειδητή συμπεριφορά, και τονίζουν την σημασία της ρεαλιστικής ακρίβειας της αυτοεκτίμησης για την προσαρμοσμένη συμπεριφορά. Οι περισσότεροι όμως υπονοούν τη μη απόλυτα συνειδητή αντίληψη του εαυτού ή την λειτουργία αμυντικών μηχανισμών, χωρίς να τους προσδίδουν πάντα την καθαρά ψυχαναλυτική έννοια.

Για αυτό, όπως παρατηρεί ο Perron (1971) υπάρχει μία σύγχυση μεταξύ «αντιληπτού εαυτού», «πραγματικού εαυτού» και «δηλωμένου εαυτού» όπως και μεταξύ «αναπαράστασης εαυτού» (βαθύτερης εικόνας του εαυτού) και «παρουσίασης του εαυτού» (πορτρέτο όπως παρουσιάζεται στους άλλους). Σε πολλές εμπειρικές έρευνες μάλιστα, θεωρείται ότι το εγώ είναι αυτό που δηλώνει το υποκείμενο. Στην πραγματικότητα, πρόκειται για διαφορετικά επίπεδα προσέγγισης. Πολλές φορές είναι θεμιτό και χρησιμοποιούνται διαφορετικοί όροι όπως «αυτοαντίληψη», και «αναπαράσταση του εαυτού» ή «πραγματικός εαυτός» και «αντιληπτός εαυτός».

Οι Welts-Marwell (1976) θέτουν σε αμφισβήτηση την αναγκαιότητα των εννοιών «εαυτός» και <<αυτοαντίληψη>> όταν πρόκειται για ερμηνεία συμπεριφορών με ασυνείδητα κίνητρα. Ο ασυνείδητος ή υποσυνείδητος εαυτός δεν είναι δυνατόν να παρατηρηθεί και από αυτή την άποψη μπορεί να θεωρηθεί μία περιττή εννοιολογική κατασκευή.

Ωστόσο, η ανάλυση σε ένα συνειδητό επίπεδο δεν είναι πάντα επαρκής, γεγονός το οποίο διαπίστωσαν πολλοί ερευνητές που δεν έχουν απαραίτητα μία ψυχοδυναμική προσέγγιση (Schneider και Turkat 1975, Silber και Tippelt 1965, Coopersmith 1967). Άτομα που παρουσιάζουν λ.χ. μια υψηλή αυτοεκτίμηση μπορεί στην πραγματικότητα να εκφράζουν μια

έντονη ανάγκη αποδοχής, ενώ η εικόνα που παρουσιάζουν μπορεί να είναι μία αμυντική συμπεριφορά.

Η κατανόηση της σχέσης με τον εαυτό, καθώς και της σχέσης με τους άλλους, είναι πληρέστερη όταν γίνεται σε διάφορα επίπεδα: όπως αυτή εκφράζεται, όπως γίνεται αντιληπτή από το ίδιο το άτομο κι όπως εγγράφεται σε ένα βαθύτερο επίπεδο οργάνωσης.

Συνεπώς, το πρόβλημα που κυρίως τίθεται δεν είναι ένα πρόβλημα ορολογίας αλλά συγκεκριμενοποίησης μιας μεθοδολογικής προσέγγισης η οποία θα επιτρέπει την κατανόηση της σχέσης ανάμεσα στην προβαλλόμενη και την βαθύτερη εικόνα του εαυτού. Η ανάλυση σε ένα από τα τρία αυτά επίπεδα προσφέρει χρήσιμα στοιχεία δεν μπορεί όμως να θεωρηθεί αρκετή για την κατανόηση της λειτουργίας του ατόμου. Ωστόσο, η χρήση εξειδικευμένων όρων για τα διάφορα επίπεδα προσέγγισης μπορεί να φανεί χρήσιμη για την αποφυγή σύγχυσης. Οι όροι «αυτοαντίληψη» και «αυτοεκτίμηση» συνήθως αναφέρονται σ' ένα φαινομενολογικό επίπεδο προσέγγισης. Όταν η ανάλυση γίνεται σ' ένα βαθύτερο επίπεδο χρησιμοποιούνται αντίστοιχα οι όροι «αναπαράσταση του εαυτού» ή «ναρκισσιστική επένδυση του εαυτού».

Η θέση που υιοθετείται στην έρευνα αυτή είναι ότι η αυτοεκτίμηση εκφράζει ως ένα βαθμό την ικανοποίηση του ατόμου από την ζωή. Αυτή πηγάζει από ένα συναίσθημα ικανότητας και αποτελεσματικότητας του εαυτού και συνδέεται με την απόδοση του αλλά και την σχέση του με τους άλλους.

Στα πλαίσια αυτής της εργασίας, η αυτοεκτίμηση προσεγγίζεται σ' ένα φαινομενολογικό επίπεδο.

2.5. ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ – ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ – ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

Ο τρόπος που αντιλαμβάνεται το άτομο τον εαυτό του, συνεπάγεται πολύ περισσότερο από την αντίληψη των άλλων, μία συναισθηματική και αξιολογική στάση, γιατί η αποστασιοποίηση του υποκειμένου-ατόμου από το αντικείμενο άτομο, είναι πολύ περιορισμένη. «Ακόμη κι οι αντιλήψεις για τον εαυτό που φαίνονται συναισθηματικά ουδέτερες έχουν κάποια έμμεση αξιολογική χροιά» παρατηρεί ο Burns (1979 σελ. 53). Γι' αυτό πολλές φορές η αυτοαντίληψη θεωρείται συνώνυμη με την αυτοεκτίμηση (Taylor 1955, Fitts 1965, Jourard 1957,

Burns 1979 κ.ά.). Ο Burns λ.χ. ορίζει την αυτοαντίληψη ως την «προσωπική, δυναμική και αξιολογική εικόνα που έχει το άτομο για τον εαυτό του».

Οι περισσότεροι ερευνητές έχουν στρέψει το ενδιαφέρον τους στην συναισθηματική αυτή διάσταση και στη συσχέτιση της με την συμπεριφορά και τις διάφορες παραμέτρους της προσωπικότητας (ιδιαίτερα τα κίνητρα, την απόδοση, την κοινωνικότητα). Οι Fritts et al (1971) θεωρούν ότι η ίδια η αυτοαντίληψη είναι δευτερεύουσα σε σχέση με την συναισθηματική χροιά ή την αξιολόγηση της αντίληψης. Η αξιολογική διάσταση της αυτοαντίληψης είναι σύνθετη και αποτελείται, κατά τον Jourard (1963) από συναισθηματικά και γνωστικά στοιχεία. Ωστόσο τονίζουν περισσότερο τη μία από τις δύο πλευρές της.

Ο Brisset (1972) ξεχωρίζει δυο διαφορετικές λειτουργίες: την «αυτοαξιολόγηση» (self evaluation) και την «αξία του εαυτού» (self worth). Η πρώτη αναφέρεται κατά κύριο λόγο στο γνωστικό επίπεδο και είναι αποτέλεσμα της σύγκρισης των χαρακτηριστικών που αποδίδει το άτομο στον εαυτό του, με τις κοινωνικές αξίες ή με ένα εσωτερικευμένο μοντέλο του ιδανικού εαυτού. Αντίθετα, η αξία του εαυτού (ή «αυτοεκτίμηση» όπως συνηθέστερα αναφέρεται) περισσότερο σχετίζεται με την συναισθηματική επένδυση του εαυτού, που πηγάζει από τα εσωτερικά βιώματα του ατόμου, και αντιστοιχεί στο αίσθημα ικανότητας και αποτελεσματικότητας του. Κάθε αξιολόγηση, ακόμη και η απλή περιγραφή ή και κάθε πράξη του υποκειμένου, συνεπάγεται μία συναισθηματική αντίδραση. Γι' αυτό ορισμένοι συγγραφείς (πχ Gergen 1971, Pitts et al 1971, Burns 1979 κ.ά.) θεωρούν ότι η τεχνητή διάκριση ανάμεσα στην αντίληψη, την αξιολόγηση και την εκτίμηση του εαυτού είναι χωρίς νόημα.

Ωστόσο παρ' όλο που η πλούσια ορολογία μπορεί να γίνει αιτία συγχύσεων και αντιθέσεων, η εξειδικευμένη χρήση των λέξεων είναι απαραίτητη στην εξέλιξη της επιστήμης. Για αυτό, μολονότι υπάρχει σαφής σχέση αλληλεξάρτησης ανάμεσα στην «αυτοαντίληψη» και «αυτοεκτίμηση», είναι απαραίτητο να διαφοροποιούνται οι αντίστοιχοι όροι. Η πρώτη έχει σχέση με τον προβληματισμό γύρω από την ψυχολογική ταυτότητα του ατόμου, ενώ η αυτοεκτίμηση με την αξιολογική και συναισθηματική επένδυση της. Η αυτοαντίληψη είναι η γνωστική πλευρά της εαυτογνωσίας. Η αυτοαντίληψη είναι η συναισθηματική της πλευρά και δείχνει το βαθμό στον οποίο το άτομο δέχεται να αποδοκιμάζει τον εαυτό του. (Λεοντάρη, 2001).

Εξίσου απαραίτητη είναι και η σαφής διάκριση μεταξύ των εννοιών «αυτοεκτίμηση», «αυτοαξιολόγηση» και «αποδοχή του εαυτού». Η «αυτοαξιολόγηση» (self evaluation) αναφέρεται στην αξιολόγηση του εαυτού ως προς συγκεκριμένα χαρακτηριστικά και συγκριτικά με ορισμένα σταθερά κριτήρια. Η «αποδοχή του εαυτού» (self acceptance) σχετίζεται στο συναισθημα απέναντι στον εαυτό ανεξάρτητα από την αξιολόγηση του.

Ο όρος «αυτοεκτίμηση» (self esteem), όπως χρησιμοποιείται στην εργασία αυτή, δεν αντιστοιχεί απλά σε μια συναισθηματική κατάσταση, αλλά ορίζεται από τις δυνατότητες που θεωρεί ότι κατέχει το άτομο στην αντιμετώπιση διαφόρων καταστάσεων και στις σχέσεις του με τους άλλους. Επομένως η αυτοεκτίμηση δεν συνδέεται με τα χαρακτηριστικά που αποδίδει το άτομο στον εαυτό του γιατί αυτά μπορεί να ποικίλουν ως προς την μορφή και την αξιολόγηση τους, τόσο διαπολιτισμικά όσο και διατομικά. Αντίθετα η αυτοεκτίμηση αντιστοιχεί περισσότερο στην έκφραση της γενικότερης λειτουργίας του ψυχισμού. Άλλωστε οι έννοιες «αυτοαξιολόγηση» και «αυτοεκτίμηση», όπως υποστηρίζει η Jacobson (1975) αναφέρονται σε διαφορετικά επίπεδα λειτουργίας. Η «αξιολόγηση του εαυτού» (evaluation de soi) βασίζεται στην αντίληψη του φυσικού και νοητικού εαυτού που είναι προϊόν ενδοσκόπησης. Αυτή εξαρτάται απ' το υπερεγώ, αλλά διαμορφώνεται και ως μία βασική λειτουργία που αποδυναμώνει τη δύναμη του υπερεγώ. Αντίθετα η «εκτίμηση του εαυτού» (estime de soi) είναι μία συναισθηματική αντίληψη της αξίας του εαυτού που συνδέεται με μ(α ερωτική και καταστροφική επένδυση και δεν αντανακλά απαραίτητα την σύγκρουση μεταξύ του υπερεγώ και του εγώ.

Η διάκριση αυτή δεν είναι σαφής στην υπάρχουσα βιβλιογραφία και συνεπώς οι έρευνες και τα αποτελέσματα των διαφόρων ερευνητών δεν προσφέρονται για συγκρίσεις. Ωστόσο, επειδή όλες αυτές οι έννοιες έχουν ως κοινό στοιχείο μια γενικά θετική στάση προς τον εαυτό, πολλές από τις έρευνες που έχουν διαφορετική προσέγγιση καταλήγουν σε παρόμοια αποτελέσματα, τα οποία θα συνοψίζαμε στην έκφραση του Gergen (1971): «Η εκτίμηση ή αξιολόγηση ενός ατόμου από τον εαυτό του κατέχει ένα ρόλο κλειδί στη συμπεριφορά του».

2.6. ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ.

Οι περισσότεροι ερευνητές, μολονότι συνηθίζουν να αναφέρονται στον εαυτό ως κάτι ενιαίο δεν δέχονται ότι η δομή της έννοιας αυτής είναι απλή. Αντίθετα, τονίζουν τον σύνθετο

χαρακτήρα του εαυτού. Ορισμένοι, μάλιστα, συγγραφείς υποστηρίζουν ότι ο άνθρωπος έχει πολλούς εαυτούς, οι οποίοι εκδηλώνονται εναλλακτικά ανάλογα με τις εκάστοτε περιστάσεις (James 1890, Gordon 1971, Sarbin 1954, κ.ά.). Ωστόσο, με μερικές εξαιρέσεις, όπως ο Brim (1960), οι περιγραφές του εαυτού εμπεριέχουν κάποια αίσθηση ενότητας. Αυτή μπορεί να είναι ο συνδυασμός, ή απλά το σύνολο των εμπειριών (Mc Candless 1961) ή να αναφέρεται σε ένα βασικό αίσθημα (James 1890). Σε πολλές θεωρίες, η δημιουργία αυτής της ενότητας είναι βασική για την εξέλιξη του ατόμου και διατηρείται πέρα από τις επιμέρους εμπειρίες και εικόνες. Ενώ όμως, είναι γενικά αποδεκτό ότι ο εαυτός αποτελεί συγχρόνως ενιαίο και πολύπλοκο φαινόμενο, οι διάφορες προσεγγίσεις τονίζουν το ένα ή το άλλο χαρακτηριστικό του.

Το πρόβλημα της ενιαίας ή σύνθετης μορφής του εαυτού είναι ιδιαίτερα σημαντικό για την κλινική πρακτική γιατί αφορά την συναισθηματική στάση απέναντι στο εαυτό. Αν η αυτοαντίληψη, όπως ορίζεται από τον Burns (1979), συνίσταται στο σύνολο των στάσεων απέναντι στον εαυτό, τότε με την έννοια αυτοεκτίμηση μπορούμε να εννοήσουμε ένα αλγεβρικό άθροισμα των διαφόρων αξιολογήσεων των στοιχείων του εαυτού, οι οποίες εξαρτώνται από τις εκάστοτε συνθήκες (James 1890). Με αυτή την έννοια, η αυτοεκτίμηση δεν είναι σταθερή και επομένως δεν μπορεί να αποτελεί ένα βασικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας. Αντίθετα, αν η αυτοεκτίμηση οριστεί ως μια ενιαία συναισθηματική επένδυση του εαυτού, που είναι αποτέλεσμα της ψυχοσυναισθηματικής εξέλιξης του ατόμου, τότε αυτή έχει μια σχετική σταθερότητα, Σ' αυτή την περίπτωση, η αυτοεκτίμηση είναι εκείνη που κατά κύριο λόγο καθορίζει τις επιμέρους αξιολογήσεις, παρά επηρεάζεται από αυτές.

Οι διαφορετικές αυτές απόψεις εντάσσονται σε διάφορα θεωρητικά πλαίσια και εξαρτώνται από την εκάστοτε ερμηνεία της συναισθηματικής διάστασης της αυτοαντίληψης. Κατά πόσο δηλαδή αυτή θεωρείται ότι αναφέρεται σε μία αξιολόγηση του εαυτού, στην αποδοχή, ή την εκτίμηση και αγάπη προς τον εαυτό. Αν πρόκειται για μια αξιολόγηση που γίνεται στο γνωστικό κυρίως επίπεδο, αυτή μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με το κοινωνικό πλαίσιο, την χρονική στιγμή και τα χαρακτηριστικά στα οποία αναφέρεται (Mullener and Laird 1971). Αντίθετα, αν πρόκειται για μια βαθύτερη αποδοχή και εκτίμηση του εαυτού, αυτή είναι πιο σταθερή τόσο διαχρονικά όσο και στους επιμέρους τομείς. Μάλιστα, το άτομο, τείνει να αποφεύγει οποιαδήποτε αντίληψη θεωρεί ασυμβίβαστη με τις προηγούμενες προκειμένου να προστατεύσει την βασική του αυτοεκτίμηση (Festinger 1957, Hilgard 1949).

Συνδυάζοντας τις δύο απόψεις, ορισμένοι ερευνητές πιστεύουν ότι η αυτοεκτίμηση ποικίλει ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά της, ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες, αλλά όχι στην βασική μορφή της η οποία παραμένει σταθερή (Brim 1976, Epstein 1973, Stillwell 1965 κ.α.). Έτσι, παρουσιάζονται δύο επίπεδα της αυτοεκτίμησης: ο «κεντρικός πυρήνας» και «επιμέρους εκτιμήσεις» (Stillwell 1965) ή με άλλα λόγια η «βασική αυτοεκτίμηση» και η «περιστασιακή αυτοεκτίμηση» (Sirang 1957), ή ακόμη γίνεται μια ιεραρχική κατάταξη των διαφόρων εκτιμήσεων του εαυτού (Burns 1979).

Όμως, ακόμη και οι περιστασιακές εκτιμήσεις δεν καθορίζονται απόλυτα από τις εκάστοτε εξωτερικές συνθήκες. Αντίθετα, ο τρόπος που γίνεται η επιλογή και η αξιολόγηση των εκάστοτε εμπειριών συνδέεται με την συναισθηματική προδιάθεση ή τον τρόπο λειτουργίας του ψυχισμού. Το άτομο, όπως παρατηρεί ο Ziller (1973), δεν είναι θύμα των περιστάσεων, αλλά έχει την τάση περισσότερο να αφομοιώνει τις πληροφορίες στην αυτοεκτίμηση παρά να αναδιαρθρώνει την αυτοεκτίμηση σύμφωνα με τις νέες πληροφορίες. Έτσι, αν θεωρήσουμε ότι ο εαυτός αναφέρεται στο περιεχόμενο του ψυχισμού και η εκτίμηση του εαυτού σε μία αξιολόγηση από το ίδιο το άτομο των δυνατοτήτων του για μία προσαρμοσμένη αντίδραση, (Perren 1969) η αυτοεκτίμηση αντιστοιχεί στην συνολικότερη λειτουργία κι αποτελεσματικότητα του ψυχισμού και δεν παρουσιάζει μεγάλες διακυμάνσεις ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες. Η συναισθηματική επένδυση του ατόμου και η αξιολόγηση της συμπεριφοράς του και της σχέσης του με τους άλλους μπορεί να ενισχύεται από τις εκάστοτε συνθήκες αλλά αναφέρεται κυρίως στον τρόπο οργάνωσης και λειτουργίας του ψυχισμού. Αυτός διαμορφώνεται αρχικά στα πρώτα χρόνια και στη συνέχεια εξελίσσεται χωρίς ουσιαστικά να αλλάζει.

Επομένως, η αυτοαντίληψη μπορεί να μην είναι σταθερή ως προς τα στοιχεία που την αποτελούν, αλλά η αυτοεκτίμηση είναι σχετικά σταθερή και λειτουργεί ως μεσολαβητικός παράγοντας μεταξύ περιβάλλοντος και οργανισμού του οποίου ελέγχει τις αντιδράσεις. Δεν επηρεάζεται, δηλαδή, σημαντικά από τις περιστασιακές εμπειρίες, αλλά αντίθετα, ο τρόπος που το άτομο βιώνει τις εμπειρίες αυτές συνδέεται με την αυτοεκτίμηση του.

Αν δεχθούμε όλες τις παραπάνω αρχές, θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε ότι η αυτοεκτίμηση αποτελεί μια σημαντική παράμετρο για την κατανόηση της συνολικής λειτουργίας του ψυχισμού του ατόμου. Επομένως, η διερεύνηση των μεταβλητών που συνδέονται με την αυτοεκτίμηση, αποκτά μια ιδιαίτερη σημασία, γιατί συμβάλλει στη μελέτη του τρόπου διαμόρφωσης της.

2.7. ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Η σημασία της αυτοεκτίμησης, ως μίας βασικής παραμέτρου της προσωπικότητας αποκτά μεγαλύτερο βάρος όταν αναφερόμαστε στην ψυχική υγεία. Πράγματι, ένας από τους λόγους για τους οποίους παρατηρείται ένα αυξημένο ενδιαφέρον για την έννοια της αυτοεκτίμησης στον χώρο της ψυχολογίας, είναι το γεγονός ότι αυτή φαίνεται να έχει κάποια σχέση με την ψυχική υγεία.

Εκείνος που κατά κύριο λόγο εισήγαγε την έννοια της αποδοχής του εαυτού ως βασικό κριτήριο της ψυχικής ισορροπίας του ατόμου και ως στόχο της θεραπευτικής του προσέγγισης ήταν ο Rogers. Στα πλαίσια της φαινομενολογικής προσέγγισης, πολλές εμπειρικές έρευνες αναφέρονται σε μία θετική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με την ψυχική ισορροπία και προσαρμογή του ατόμου (Raimy 1948, Zuckerman and Manasslkin 1957, Smith 1958 κ.ά.). Σύμφωνα με αυτή την άποψη, το άτομο με χαμηλή αυτοεκτίμηση έχει μειωμένη αυτοπεποίθηση, εξαρτάται από τους άλλους, έχει μειωμένη φαντασία και δημιουργικότητα και έχει προδιάθεση για διάφορες μορφές παρέκκλισης και εγκληματικότητας. Αντίθετα, το άτομο με υψηλή αυτοεκτίμηση είναι σίγουρο και ικανοποιημένο με τον εαυτό του πιο ευέλικτο, πιο κοινωνικό πιο δημιουργικό.

Από την ψυχαναλυτική σκοπιά, πολλοί μεταφρουδικοί τόνισαν την σημασία της αυτοεκτίμησης και την θετική συσχέτιση της στάσης προς τον εαυτό με την στάση προς τους άλλους (Fromm, Horney, Klein, Kohut κ.ά.).

Θα μπορούσε επομένως να παρατηρήσει κάποιος ότι η σημασία της αυτοεκτίμησης για την ψυχική υγεία του ατόμου είναι μία κοινή διαπίστωση τόσο των ερευνητών που κινούνται στην ανθρωπιστική προσέγγιση, όσο και αυτών που έχουν διαφορετικές θεωρητικές αφητηρίες, όπως πχ την ψυχαναλυτική.

Η έντονη στροφή που παρουσιάζει το ενδιαφέρον των κλινικών ψυχολόγων για την αυτοεκτίμηση, πιθανά να οφείλεται στο γεγονός ότι η θετική αυτοεκτίμηση είναι μια βασική ανάγκη στην σύγχρονη κοινωνία, η οποία, όπως επισημαίνει ο Emmons (1987), γίνεται όλο και πιο ναρκισσιστική και ατομικιστική. Γι' αυτό, όπως παρατηρεί ο Kohut (1986) οι ναρκισσιστικές διαταραχές παρουσιάζονται με μεγαλύτερη συχνότητα και έχουν αποκτήσει ιδιαίτε-

ρη βαρύτητα στην σημερινή εποχή. Ο ίδιος τις χαρακτηρίζει καταστροφικές για την ικανότητα αποτελεσματικής λειτουργίας και την ικανοποίηση του ατόμου από την ζωή. Κατά τον Kohut, βασική πηγή δυσφορίας είναι η ανικανότητα του ψυχισμού να ρυθμίσει την αυτοεκτίμηση και να την διατηρήσει σε φυσιολογικά επίπεδα, με αποτέλεσμα να παρατηρούνται συχνά περιπτώσεις που κυμαίνονται από την αγχώδη μεγαλομανία και έξαρση, ως την έντονη ντροπή, την υποχονδρία και την κατάθλιψη. Επομένως μία «υγιής αυτοεκτίμηση» είναι απαραίτητη για την ομαλή και ικανοποιητική λειτουργία του ψυχισμού. Κατά τον ίδιο, η αυτοεκτίμηση αποτελεί μια ένδειξη της ικανοποίησης του ατόμου από την ζωή. Αυτό το αίσθημα ικανοποίησης και αποτελεσματικότητας του ατόμου, αντιστοιχεί, θα μπορούσε να πει κανείς, σ' αυτό που αποκαλείται «ψυχική υγεία», και αποτελεί τον ευρύτερο στόχο κάθε ψυχοθεραπευτικής προσέγγισης, είτε αυτή έχει ως σκοπό την αποδοχή του εαυτού (όπως ορίζεται από την ανθρωπιστική προσέγγιση) είτε επιδιώκει την αποτελεσματικότερη λειτουργία του ψυχισμού (όπως η ψυχανάλυση. Γι' αυτό, όπως πρώτος παρατήρησε ο Raimy (1948) η αυτοεκτίμηση αλλάζει κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας. Γίνεται, δηλαδή, θετικότερη όταν η ψυχοθεραπεία είναι επιτυχημένη. Έτσι, συχνά η αυτοεκτίμηση θεωρείται ως μια σημαντική μεταβλητή στην αξιολόγηση της συμβουλευτικής και ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης

Τέλος, πέρα από οποιεσδήποτε γενικεύσεις και συσχετίσεις της αυτοεκτίμησης με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, η αυτοεκτίμηση είναι μια παράμετρος που δεν είναι δυνατόν παρά να την παίρνει υπόψη του ο κλινικός ψυχολόγος και να την ερμηνεύει ανάλογα με την κάθε περίπτωση. Από αυτή την άποψη, η σύγκριση μεταξύ «πραγματικής», «παρατηρούμενης» ή «εκφραζόμενης» αυτοεκτίμησης αποκτά άλλη διάσταση και ερμηνευτικές δυνατότητες. Η αξία της αυτοεκτίμησης τόσο στην διαγνωστική όσο και στην θεραπευτική προσέγγιση του ατόμου και η συσχέτιση της με την ψυχική υγεία του, συνεπάγεται μια ανάγκη διερεύνησης της φύσης της και των παραγόντων που συμβάλλουν στην διαμόρφωση της.

2.8 ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Το ενδιαφέρον για την υποκειμενική προσέγγιση της συμπεριφοράς και της προσωπικότητας ξεκίνησε από φαινομενολογικές θεωρητικές αφετηρίες. Επίκεντρο αυτής της θεωρη-

τικής κατεύθυνσης αποτέλεσε η διερεύνηση των βιωμάτων του υποκειμένου. Η θέση αυτή λειτούργησε ως αφητηρία για την δημιουργία διαφόρων σχολών όπως η υπαρξιακή, η φαινομενολογική, η ανθρωπιστική ψυχολογία. Στοιχεία του υπαρξιακού προβληματισμού συναντά κανείς τόσο στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής θεωρίας, όσο και στην εξέλιξη της εμπειρικής προσέγγισης της θεωρίας της συμπεριφοράς. Έτσι παρατηρούμε ότι μέσα σε διαφορετικά θεωρητικά πλαίσια εισάγεται ένα κοινό στοιχείο: η υποκειμενική προσέγγιση του ατόμου. Παρατηρείται, δηλαδή, μία αμοιβαία προσέγγιση μεταξύ διαφορετικών θεωρητικών τάσεων. Για αυτό και η απόλυτη διάκριση σχολών και η κατάταξη των ερευνητών είναι πολλές φορές προβληματική.

Ωστόσο μία ιστορική ανασκόπηση και μία προσπάθεια διαφοροποίησης των διαφορετικών θεωρητικών ρευμάτων σε σχέση με τον ορισμό, τη λειτουργικότητα και με την σημασία που πήρε η έννοια της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης θεωρήθηκε απαραίτητη για την καλύτερη κατανόηση της. Στόχος της σύντομης παρουσίασης των διαφόρων θεωρητικών προσεγγίσεων γύρω από την αυτοεκτίμηση, είναι επίσης ο προσδιορισμός των συγκεκριμένων θεωρητικών και μεθοδολογικών επιλογών της παρούσας εργασίας.

2.8.1 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ JAMES

Η θεωρία του James ήταν πρωτοποριακή για την εποχή της και παρά τις ελλείψεις που παρουσιάζει είναι ιδιαίτερα ολοκληρωμένη, ώστε ο ίδιος μπορεί αναμφισβήτητα να θεωρείται ως ο βασικός εμπνευστής της «θεωρίας του εαυτού» και μιας συστηματικής θεωρίας για την αυτοεκτίμηση.

Ο James ήταν ο πρώτος που επιχείρησε μία διαισθητική ανάλυση της «συνείδησης του εαυτού», δηλαδή της «αυτοαντίληψης», σε μια εποχή όπου η μελέτη της προσωπικότητας επικεντρωνόταν είτε στην ανάλυση των ασυνείδητων μηχανισμών, λόγω της επίδρασης του Freud, είτε στη μελέτη της συμπεριφοράς κάτω από την επήρεια της θεωρίας της συμπεριφοράς. Το γνωστό άρθρο του «Η Συνείδηση του Εαυτού», που περιέχεται στο βιβλίο του «Αρχές της Ψυχολογίας» (1890) είναι κλασικό και αποτελεί ακόμη και σήμερα ένα σημείο αναφοράς για τον τομέα της αυτοαντίληψης ενώ άλλοτε λειτουργεί ως πηγή έμπνευσης κι άλλοτε

ως αφετηρία διαφοροποίησης ακόμη και σύγχρονων ερευνητών. Αξίζει να σημειωθεί ότι έναν αιώνα σχεδόν αργότερα, ο Brand (1987) δηλώνει: «Αν είχα διαβάσει νωρίτερα τον James, δεν θα χρειαζόταν να γράψω τίποτα για την έννοια του εαυτού, γιατί όλα τα έχει ήδη γράψει ο James».

Στην ανάλυση που κάνει ο James, ο εαυτός παρουσιάζεται με μία πολυδιάστατη, κοινωνική και δυναμική μορφή. Ο James περιέγραψε την διπλή φύση του εαυτού, που αποτελείται από το «εγώ» («I») και το «εμένα» («Me»). Το «εγώ» είναι το υποκείμενο που παρατηρεί, αισθάνεται, φαντάζεται και το «εμένα» είναι το αντικείμενο της εμπειρίας που περιέχει όλα αυτά που το άτομο θεωρεί δικά του. Ο ίδιος, όμως, δεν ασχολήθηκε με την φύση του Έγώ που την θεωρεί μεταφυσικό φαινόμενο. Αντίθετα, ανέλυσε διεξοδικά τα στοιχεία του εμπειρικού εαυτού (εμένα), τα συναισθήματα που αυτά προκαλούν στο Εγώ (αυτοαξιολόγηση) και τις πράξεις τις οποίες ωθούν. Το «εμένα» αποτελείται από τρία βασικά στοιχεία, τα οποία σύμφωνα με τον James, είναι ιεραρχικά οργανωμένα: τον «υλικό εαυτό», τον «κοινωνικό εαυτό» και τον «πνευματικό εαυτό». Ωστόσο, ο James θεώρησε πιο ενδιαφέροντα τον κοινωνικό χαρακτήρα του εαυτού «λόγω ορισμένων εμφανών παραδόξων στα οποία οδηγεί την συμπεριφορά και λόγω της σύνδεσης του με την ηθική και θρησκευτική μας ζωή» (1968, σελ. 45). Για αυτό ανέλυσε τις έννοιες αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση από μια κοινωνική οπτική γωνία. Η αυτοαντίληψη, δηλαδή, κατά την άποψη του, δημιουργείται μέσω των άλλων και για τους άλλους. Το άτομο, κατά τον James, δέχεται τις εικόνες του εαυτού του από τους άλλους ή από τις ομάδες των άλλων. Επομένως, ο καθένας έχει τόσους κοινωνικούς εαυτούς όσοι είναι και οι άνθρωποι ή οι ομάδες ανθρώπων που τον αναγνωρίζουν και έχουν μια εικόνα για αυτόν. Γενικά, το άτομο δείχνει μια διαφορετική πλευρά του εαυτού του σε καθένα από αυτά τα άτομα.

Τα συναισθήματα που έχει το άτομο (το «Εγώ») σχετικά με τα διάφορα στοιχεία του «εμένα» απασχόλησαν ιδιαίτερα τον James. Τα συναισθήματα αυτά, εξαρτώνται από τις απαιτήσεις που έχει κανείς από τον εαυτό του, από τις δραστηριότητες του και τις δυνατότητες, τα οποία καθορίζονται υποκειμενικά. Έτσι, όλοι οι άνθρωποι μπορούν να έχουν έναν μέσο βαθμό αυτοεκτίμησης ο οποίος είναι ανεξάρτητος από τους αντικειμενικούς λόγους που μπορεί να έχουν για ικανοποίηση ή όχι. Σύμφωνα με έναν μαθηματικό τύπο που προτείνει ο James, η αυτοεκτίμηση ισούται με το πηλίκο των επιτυχιών του ατόμου προς τις προσδοκίες του. Για να αυξηθεί επομένως η αυτοεκτίμηση θα πρέπει είτε να μειωθούν οι προσδοκίες που

έχει το άτομο από τον εαυτό του είτε να αυξηθεί η απόδοση του. Έτσι, η παραίτηση από ορισμένες προσδοκίες μπορεί να είναι το ίδιο αποτελεσματική όσο και η εκπλήρωση του.

Για πρώτη φορά, λοιπόν, δίνεται ένας σαφής ορισμός της αυτοεκτίμησης. Ωστόσο, ο James παρέμεινε σε ένα πολύ επιφανειακό επίπεδο ανάλυσης, συμφωνά με την οποία το άτομο είναι παθητικός δέκτης των εικόνων που έχουν οι άλλοι για αυτό. Το περιεχόμενο του εαυτού φαίνεται να είναι ένα μή επεξεργασμένο άθροισμα εμπειριών, αφού ο James απορρίπτει οποιοδήποτε μοντέλο ενιαίας λειτουργίας του ψυχισμού, και φυσικά δεν προβληματίζεται για την διαδικασία απόκτησης των προσδοκιών. Ωστόσο, το μοντέλο που πρότεινε ο James απετέλεσε αφετηρία διαφόρων θεωρητικών προσεγγίσεων. Οι θεωρητικές αυτές τάσεις (που θα αναφερθούν παρακάτω) αναλύουν επιμέρους σημεία που παρουσίασε ο James (όπως π.χ. την έννοια του «κοινωνικού εαυτού», ή την «αυτοεκτίμηση») χωρίς όμως να έχουν μια ολοκληρωμένη μορφή όπως η θεωρία του James.

2.8.2 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΜΒΟΛΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ

Η έννοια του «κοινωνικού εαυτού» του James απετέλεσε την αφετηρία για τη διαμόρφωση της θεωρίας της συμβολικής αλληλεπίδρασης, που έχει κοινωνική κυρίως κατεύθυνση.

Στα πλαίσια αυτής της αντίληψης, ο εαυτός ορίζεται αποκλειστικά σε σχέση με τους άλλους. Ο τρόπος που αντιλαμβάνεται το άτομο τον εαυτό του ή και τα διάφορα αντικείμενα, θεωρείται ως αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης του με τους άλλους, σ' ένα επίπεδο συμβολικό.

Όπως αναφέρει ο Cooley (1902), το συναίσθημα του εαυτού είναι μια μορφή ενστίκτου που εκδηλώνεται από τις πρώτες κιόλας εβδομάδες ζωής και στη συνέχεια διαμορφώνεται ανάλογα με τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Σκοπός του αυτοσυναισθήματος είναι η ενοποίηση και κινητοποίηση της συμπεριφοράς.

Ο Cooley θεωρεί ότι η διαδικασία εξέλιξης της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης είναι αποτέλεσμα μάθησης μέσω πολλαπλών δοκιμών, με την οποία επιτυγχάνεται η απόκτηση

ση των αξιών, των στάσεων, των ρόλων και των ταυτοτήτων. Για την κατανόηση αυτής της διαδικασίας ο Cooley εισήγαγε την έννοια του «καθρεπτιζόμενου εαυτού» (looking glass self). Κατά τον παραπάνω ερευνητή, η ιδέα που έχει το άτομο για τον εαυτό του διαμορφώνεται σε πολύ μεγάλο βαθμό από την εντύπωση που νομίζει ότι έχουν για αυτόν οι άλλοι οι οποίοι λειτουργούν απέναντί του σαν καθρέπτες. Σύμφωνα με την άποψη αυτή, τρία είναι τα στάδια που είναι απαραίτητα για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Στο πρώτο στάδιο, το υποκείμενο υποθέτει ποια είναι η εμφάνιση του στους άλλους. Στη συνέχεια, κάνει υποθέσεις για την κρίση των άλλων σχετικά με την εμφάνιση του. Έτσι, προκύπτει κάποια μορφή αυτοσυναισθήματος.

Ο Cooley διευκρινίζει ότι η διαδικασία αυτή δεν είναι μηχανική γιατί το δεύτερο στάδιο προϋποθέτει την υπόθεση του τρόπου που αισθάνεται ο άλλος, ενώ το συναίσθημα που απορρέει ως συνέπεια εξαρτάται απ' το ειδικό βάρος του άλλου. Ωστόσο, παρ' όλο που δέχεται την συμμετοχή και άλλων παραγόντων στη δημιουργία της αυτοεκτίμησης, ο Cooley με τη θεωρία του παρουσιάζει παθητική και σχεδόν απόλυτα κοινωνικά καθορισμένη εικόνα του ατόμου, όπου αυτό προσπαθεί να δημιουργήσει μία δική του άποψη μαντεύοντας τις απόψεις των άλλων. Οι αντιλήψεις όμως των ατόμων είναι συχνά αποτέλεσμα και δικών τους ενεργειών αλλά και ασυνείδητων διεργασιών και δεν ταυτίζονται απόλυτα με τις απόψεις των άλλων.

Ο Mead (1934) προώθησε την θεωρία του Cooley και του James για τον κοινωνικό εαυτό, τονίζοντας την σημασία που έχει για την εξέλιξη του εαυτού η χρήση των συμβόλων και ιδιαίτερα της γλώσσας. Εισάγοντας την έννοια του «γενικευμένου άλλου», θα μπορούσε να πει κανείς όπου έδωσε ένα πιο ενεργητικό ρόλο στο υποκείμενο γιατί αυτό συνδυάζει και γενικεύει, σε ένα καθαρά νοητικό βέβαια επίπεδο το οποίο ορίζεται ως εσωτερική γλώσσα επικοινωνίας του εαυτού με το γενικευμένο άλλο. Συγχρόνως, όμως, το άτομο θεωρείται τόσο εξαρτημένο κοινωνικά ώστε η αυτοαντίληψη, όπως λέει ο ίδιος, φθάνει να αποτελεί ένα κοινωνικό προϊόν σχεδόν ανεξάρτητο από το υποκείμενο.

Μία ακόμη πιο παθητική και αποσπασματική εικόνα του ατόμου δίνουν οι Sarbin (1954) και Goffman (1959) που παρουσιάζουν το άτομο ως ενσάρκωτη ορισμένων ρόλων, κοινωνικά καθορισμένων, χωρίς προσωπική πρωτοβουλία, συνοχή και διάρκεια της προσωπικότητας. Ο Goffman μάλιστα προτείνει μια θεατρική μεταφορά. Το άτομο, όπως υποστηρίζει ο ίδιος, υποδύεται διάφορους ρόλους και είναι σαν να δίνει μια παράσταση για τους άλλους.

λους, επηρεάζοντας έτσι ανάλογα την εντύπωση που δίνει σε αυτούς για τον εαυτό του. Η ταυτότητα του ατόμου αποτελείται από το σύνολο των ρόλων που αναλαμβάνει. Ο εαυτός προσαρμόζεται σε πολλούς και διαφορετικούς ρόλους κι επομένως η αλληλεπίδραση με τους άλλους γίνεται αποσπασματικά και σε σύντομα επεισόδια. Αυτή η ταύτιση του εαυτού με την ηθελημένη παρουσίαση του σε διαφορετικούς ρόλους, δίνει μία μάλλον περιορισμένη, αποσπασματική και επιφανειακή εικόνα της προσωπικότητας. Σύμφωνα με τον Burns (1979 σελ. 17) «η ανάλυση αυτή του Goffman παρουσιάζει μία αποκρουστική και κυνική όψη της ανθρώπινης αλληλεπίδρασης που χαρακτηρίζεται από υποκρισία και ομορτυνισμό».

Σε αυτή την αντίληψη του κοινωνικού εαυτού με όρους ρόλων, ο Gordon προσέθεσε την αναπαράσταση του εαυτού με όρους χαρακτηριστικών. Αυτή η αναπαράσταση έχει μία ιδιαίτερη σημασία για την συμπεριφορά και ιδιαίτερα για τις προσδοκίες του ατόμου από τον εαυτό του. Το άτομο, δηλαδή, σύμφωνα με τον Gordon (1971), αντιλαμβάνεται τον εαυτό του ως στοιχείο μιας κατηγορίας και συγχρόνως ως φορέα ορισμένων ιδιοτήτων. Ο εαυτός, επομένως, δεν είναι κάτι στατικό αλλά μία σύνθετη λειτουργία από συνεχείς ερμηνευτικές ενέργειες.

Το μοντέλο που προτείνει ο Gordon παρουσιάζει μία εξέλιξη σε σχέση με τα προηγούμενα. Σε αυτό, όπως και στα άλλα μοντέλα της συμβολικής αλληλεπίδρασης, η αντίληψη του εαυτού καθορίζεται πάντα σε σχέση με τους άλλους και ιδιαίτερα με το κοινωνικό πλαίσιο. Ο Gordon όμως προσθέτει κι ένα υποκειμενικό στοιχείο που είναι βασικό στην επιλογή ερμηνειών και στην οργάνωση του ιεραρχικού μοντέλου του εαυτού. Επιπλέον διαφοροποιεί τις αντιλήψεις του εαυτού, οι οποίες είναι προσιτές μόνο στο ίδιο το άτομο από τις αναπαραστάσεις του εαυτού, , και θέτει το μεθοδολογικό πρόβλημα της μετάβασης από την αυτοπεριγραφή του ατόμου προς τον εξεταστή, η οποία μπορεί να επηρεάζεται από τις επιθυμίες του, τις εσωτερικές εμπειρίες.

Όπως παρατηρεί ο Burns (1979), στα πλαίσια της θεωρίας της συμβολικής αλληλεπίδρασης υπάρχει γενικά έλλειψη ενός κοινά αποδεκτού και λειτουργικού ορισμού της βασικής του έννοιας, δηλαδή του εαυτού και παραμελούνται τα συναισθηματικά και ασυνείδητα στοιχεία στην ερμηνεία της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Ωστόσο, υπάρχει μία αναλυτική παρουσίαση της αλληλεπίδρασης ατόμου-κοινωνίας και της σημασίας που έχει στη δημιουργία του εαυτού, μόνο που η σημασία αυτή υπερτονίζεται και η μάθηση προβάλλεται ως ο μόνος αποδεκτός μηχανισμός δημιουργίας του εαυτού. Η αυτοεκτίμηση καθορίζεται απόλυτα από τις υποθέσεις του ατόμου για τον τρόπο που το αξιολογούν οι άλλοι. Πρόκειται, δηλαδή, για μία

νοητική διαδικασία άμεσης κοινωνικής σύγκρισης η οποία δεν διαφοροποιείται σημαντικά, από την ιδιαιτερότητα της δομής κάθε προσωπικότητας. Η αυτοεκτίμηση, επομένως, αναφέρεται σε ειδικές περιστασιακές εικόνες του εαυτού που προστίθενται και δεν λαμβάνονται υπόψη οι εσωτερικές διεργασίες που συντελούν στην διαμόρφωση της.

Η αυτοεκτίμηση όμως κυρίως αντανακλά την ικανοποιητική λειτουργία του ψυχισμού (όπως αναφέρθηκε παραπάνω) και λιγότερο την κοινωνική προσαρμογή του. Επομένως η αυτοεκτίμηση δεν είναι τόσο λειτουργική όταν αυτή αναφέρεται στην κοινωνική προσαρμογή παρά όταν αυτή στηρίζεται στην εσωτερική συνοχή του ατόμου. Ένα άτομο με θετική αυτοεκτίμηση, όπως υποστηρίζουν οι Gecas και Schwalbe (1983), δίνει μεγαλύτερη έμφαση στον αυτοκαθορισμό και υποτιμά την αμοιβαιότητα μεταξύ εαυτού και κοινωνικής δομής.

Η δυσκολία να συνδυαστεί και να αντιμετωπιστεί το άτομο ταυτόχρονα και ως κοινωνικό ον και ως ιδιαίτερη και ιδιόμορφη μονάδα, συνήθως οδηγεί σε μονομερείς προσεγγίσεις του ατόμου, ή στην τεχνητή διάκριση του "κοινωνικού εαυτού από τον «πνευματικό εαυτό» όπως πχ κάνει ο James.

Ο Tomé (1972) κάνει μια πιο συνολική προσέγγιση του ατόμου, προσπαθώντας να συνδυάσει το κοινωνικό με το ατομικό. Διακρίνει δύο τύπους αναπαράστασης του εαυτού:

- 1) Την «προσωπική εικόνα» («image propre»), δηλαδή την «συνείδηση του εαυτού για τον εαυτό». Αυτή αναφέρεται σε χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, στις συνήθειες, στα ενδιαφέροντα, στα σωματικά χαρακτηριστικά, στις ικανότητες.
- 2) Την «κοινωνική εικόνα» («Image sociale») που αντιστοιχεί στην αναπαράσταση του εαυτού από τον άλλο. Δηλαδή, η κοινωνική εικόνα δημιουργείται με βάση τον άλλο και τις υποθέσεις που κάνει το άτομο για το πώς τον αντιλαμβάνεται ο άλλος. Αυτή είναι πολυδιάστατη κι αποτελείται από πολλές κοινωνικές εικόνες, ανάλογα με τον υποθετικό άλλο.

Βασική υπόθεση του Tomé είναι ότι η συνείδηση του εαυτού δεν μπορεί να διαχωρισθεί ποτέ απόλυτα από την συνείδηση του άλλου. Η αναπαράσταση του εαυτού εξαρτάται άμεσα από την αναπαράσταση του άλλου, δηλαδή από τον τρόπο που ο άλλος αντιλαμβάνεται το υποκείμενο αλλά και αντίστροφα. Προτείνει, δηλαδή, μία πιο δυναμική ερμηνεία της αλληλεπίδρασης κοινωνίας-ατόμου και μία πιο ενεργητική θέση στο άτομο. Η αναφορά του Tomé στους «άλλους» δεν είναι γενική, δεν περιλαμβάνει δηλαδή το σύνολο των άλλων, όπως υπονοεί ο Cooley, ή μία γενικευμένη εικόνα, όπως στην θεωρία του Mead. Περιορίζεται,

αντίθετα, στην δυαδική σχέση (στο ζευγάρι «εγώ-άλλος», που αναφέρει ο Wallon (1959) του ατόμου με τους «σημαντικούς άλλους», που για τον συγκεκριμένο ερευνητή είναι κυρίως οι γονείς.

Το μοντέλο του Τομέ, όπως αναφέρει κι ο ίδιος, βασίζεται στη θεωρία των Mead, Baldwin και Wallon. Δανείζεται όμως και αρκετά στοιχεία από τη φαινομενολογική προσέγγιση, γιατί δίνει μεγαλύτερη σημασία στην αναπαράσταση του εαυτού στον άλλο, όπως την αντιλαμβάνεται διαισθητικά το ίδιο το άτομο, απ' ότι στην πραγματική αντίληψη του άλλου.

Με αυτόν τον τρόπο ο Τομέ προσπάθησε να καλύψει το κενό που παρουσιάζουν οι θεωρίες της «συμβολικής αλληλεπίδρασης». Το κενό αυτό έγκειται στο ότι ενώ έχουν ως βασικό σημείο αναφοράς την «κοινωνία», δεν αποσαφηνίζουν τι εννοούν με τον παραπάνω όρο και έτσι παραμένει μια έννοια γενική και συγκεχυμένη. Η επίδραση της φαίνεται να είναι ενιαία, χωρίς να ξεχωρίζει κάποια διαβάθμιση των διαπροσωπικών σχέσεων κι ούτε καν οι συγκρούσεις μεταξύ κοινωνικών τάξεων και ομάδων. Γενικά, όπως παρατηρεί χαρακτηριστικά ο Holland (1977, σελ. 103), «αυτή η τάση πόλωσης του εαυτού και της κοινωνίας, όπου το κοινωνικό δεν διαφοροποιείται αρκετά, είναι η μεγαλύτερη αδυναμία της ομάδας των θεωριών αυτών.

Το άτομο ως στοιχείο ενός κοινωνικού συνόλου βρίσκεται αναμφισβήτητα σε συνεχή αλληλεπίδραση με αυτά. Μόνο που δεν μπορεί να θεωρηθεί ως παθητικός δέκτης των ρόλων που του επιβάλλονται και των αντιδράσεων των άλλων. Η δική του δυναμική συμμετοχή είναι αυτή που κατά κύριο λόγο καθορίζει την ιδιαιτερότητα του. Καταλήγοντας, θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε, πως τόσο ο τρόπος που το άτομο ενεργητικά συμμετέχει σε αυτή τη διαδικασία αλληλεπίδρασης ατόμου-κοινωνίας όσο και η διαφοροποίηση της σχέσης του με τους άλλους, δεν εμπίπτουν στους προβληματισμούς που έχουν απασχολήσει τους ερευνητές, οι οποίοι εντάσσονται σ' αυτό το θεωρητικό πλαίσιο. Όμως αυτά τα δύο στοιχεία κυρίως καθορίζουν τις διατομικές διαφορές και τον τρόπο με τον οποίο διαμορφώνεται η ιδιαιτερότητα του κάθε ατόμου.

Άλλωστε, όπως υποστηρίζει κι ο Τομέ (1972), η αλληλεπίδραση του ατόμου με την «κοινωνία» δεν είναι άμεση και γενικευμένη, αλλά αποκτά ένα ιδιαίτερο νόημα μεσ' από τις δυαδικές σχέσεις του ατόμου με τους «σημαντικούς άλλους». Αυτοί οι «σημαντικοί άλλοι» είναι κατά κύριο λόγο τα άλλα μέλη της οικογένειας, ιδιαίτερα στην παιδική ηλικία, όταν δι-

αμορφώνεται η αυτό εκτίμηση Επομένως, οι παράγοντες που συμβάλλουν περισσότερο στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης εντοπίζονται στις δυαδικές σχέσεις του ατόμου με το άμεσο περιβάλλον του, που είναι η οικογένεια.

2.8.3 Η ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Παρόλο που η υποκειμενική διάσταση υπάρχει και στις θεωρίες που εντάσσονται στα πλαίσια της συμβολικής αλληλεπίδρασης (για αυτό και η αλληλεπίδραση ονομάζεται «συμβολική»), εκείνο που τις χαρακτηρίζει είναι ο απόλυτα κοινωνικός καθορισμός της αυτοαντίληψης. Αντίθετα, οι θεωρίες που αναφέρονται ως «φαινομενολογικές» ή «ανθρωπιστικές» μελετούν την αυτοαντίληψη σε σχέση με την ιδιαιτερότητα του κάθε ατόμου και το ιστορικό της εξέλιξης του, χωρίς να τη συνδέουν απαραίτητα με το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον.

Αυτές εμπνέονται κυρίως από θεωρίες της προσωπικότητας και έχουν κλινική κατεύθυνση. Γι' αυτό το ενδιαφέρον τους επικεντρώνεται στις ενδοατομικές διαφορές. Δεν ασχολούνται με τον τρόπο που καθορίζεται κοινωνικά ο εαυτός, αλλά αντίθετα πώς βιώνεται, καθώς επίσης και με τις συνθήκες που προσδιορίζουν την ικανοποίηση του ατόμου από τη ζωή.

Οι ερευνητές που εντάσσονται σε αυτό το θεωρητικό πλαίσιο δεν αρνούνται την σημασία του κοινωνικού παράγοντα στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Ωστόσο, δεν αντιμετωπίζουν το άτομο ως παθητικό δέκτη των κοινωνικών επιδράσεων, όπως στη θεωρία της συμβολικής αλληλεπίδρασης, αλλά ως αυτόνομη μονάδα, που έχει έναν ιδιαίτερο τρόπο αντίδρασης, «Παρά τις κοινωνικές πιέσεις», αναφέρει χαρακτηριστικά ο L. Ecuyer (1978, σελ. 66), «το άτομο κάνει μία επιλογή, μία εξισορρόπηση των αντιλήψεων που προτείνονται από έξω και των δικών του για να καταλήξει σε μια εξατομικευμένη εικόνα του εαυτού».

Σε αντίθεση με την θεωρία της συμβολικής αλληλεπίδρασης, η ανθρωπιστική προσέγγιση τονίζει ότι η αυτοεκτίμηση δεν μπορεί να είναι λειτουργική όταν το άτομο είναι απόλυτα εξαρτημένο από τα κοινωνικά πλαίσια, αλλά όταν αυτή στηρίζεται στην εσωτερική συνοχή και αποτελεσματικότητά του. Μεγαλύτερη σημασία επομένως αποκτά η υποκειμενική κι όχι η κοινωνική πραγματικότητα.

Βασική θέση της φαινομενολογικής θεώρησης είναι ότι η συμπεριφορά και η αυτοαντίληψη επηρεάζονται όχι τόσο από τις ίδιες τις εμπειρίες, αλλά από το ιδιαίτερο νόημα που δίνει κάθε άτομο σε αυτές τις εμπειρίες. Άλλωστε ο ίδιος ο όρος «φαινομενολογικός» είναι αποκαλυπτικός της έμφασης που δίνεται στην υποκειμενική σημασία των εμπειριών του ατόμου, στον τρόπο δηλαδή που οι εμπειρίες «φαίνονται» (γίνονται αντιληπτές και αξιολογούνται) στο υποκείμενο κι όχι όπως αυτές υπάρχουν «αντικειμενικά» έξω από το υποκείμενο. Η πραγματικότητα, δηλαδή, συνίσταται σε αυτό που αντιλαμβάνεται το άτομο και προσδιορίζεται από τον τρόπο που αυτό ερμηνεύει τα διάφορα ερεθίσματα, Η οργάνωση αυτών των ιδιαίτερων νοημάτων αποτελεί το φαινομενολογικό ή αντιληπτικό πεδίο. Η συμπεριφορά ερμηνεύεται σε σχέση με αυτό το πεδίο κι όχι σε σχέση με αναλυτικές κατηγορίες κατασκευασμένες από τον παρατηρητή.

Επομένως, η συμπεριφορά δεν θεωρείται ότι απορρέει από συγκεκριμένα γεγονότα και ερεθίσματα, αλλά από τον τρόπο που τα αισθάνεται και τ' αντιμετωπίζει το υποκείμενο. Αυτό δε, εξαρτάται από τον τρόπο που το υποκείμενο αντιλαμβάνεται τον ίδιο του τον εαυτό του. Υπάρχει επομένως, μια σχέση αλληλεξάρτησης ανάμεσα στην αυτοαντίληψη και την αντίληψη των ερεθισμάτων. Η αντίληψη μας επιλέγει από τα άπειρα ερεθίσματα που υπάρχουν γύρω μας τόσο ως προς την ποσότητα όσο και ως προς την ποιότητα. Η αυτοαντίληψη με τη σειρά της είναι αυτή που καθορίζει το είδος των εμπειριών που αντιλαμβάνεται το άτομο, ενώ συγχρόνως και καθορίζεται από αυτές. Για αυτό το ενδιαφέρον για την αυτοαντίληψη και ιδιαίτερα για την συναισθηματική της διάσταση είναι κεντρικό σημείο στο συγκεκριμένο θεωρητικό πλαίσιο. Ο χώρος της ψυχολογικής έρευνας, όπως αναφέρουν οι Combs and Snygg (1959), βρίσκεται στο Φαινομενολογικό πεδίο της συνειδητής εμπειρίας. Πυρήνας δε αυτού του πεδίου είναι η αυτοαντίληψη. «Αυτό που προέχει είναι η κατανόηση του ατόμου από τη δική του πλευρά, είναι η παρατήρηση των ανθρώπων όχι ως προς αυτό που φαίνονται στους εξωτερικούς παρατηρητές αλλά ως προς αυτό που φαίνονται στον ίδιο τους τον εαυτό» Snygg and Combs (1959 σελ.11).

Σύμφωνα μ' αυτό το θεωρητικό πλαίσιο, η αντίληψη του υποκειμένου είναι πολύ διαφορετική. Αντίθετα από την θεωρία της συμβολικής αλληλεπίδρασης, το άτομο αντιμετωπίζεται ως ενεργητικός παράγοντας. Οι μηχανισμοί που καθορίζουν την αυτοαντίληψη του υποκειμένου είναι κυρίως εσωτερικοί και δεν εξαρτώνται από την σχέση του με τον ή τους άλλους. Η αλληλεπίδραση με το περιβάλλον λαμβάνεται υπόψη, αλλά δεν θεωρείται καθοριστική για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Όπως αναφέρουν οι Snygg και Combs (1949,

σελ. 309) «Ο άνθρωπος εν μέρει ελέγχεται και εν μέρει ελέγχει το πεπρωμένο του». Το άτομο λοιπόν, δεν είναι έρμαιο των αντιλήψεων των άλλων και των ρόλων που του επιβάλλει η κοινωνία, αλλά το ίδιο καθορίζει το είδος των εμπειριών που βιώνει. «Δεν είναι θύμα των γεγονότων, αλλά είναι ικανό να αντιλαμβάνεται, να ερμηνεύει κι ακόμη να δημιουργεί γεγονότα» (Snygg ΚΟΑ Combs, 1949 σελ. 312). Βασική επιδίωξη του είναι η διατήρηση της συνοχής της αυτοαντίληψης του. δηλαδή ένα είδος ομοιόστασης σε ένα υψηλό ψυχολογικό επίπεδο. Για αυτό τείνει να αντιλαμβάνεται μόνο τα ερεθίσματα που θέλει και να τα ερμηνεύει όπως του ταιριάζει, με τέτοιο τρόπο ώστε να αποφεύγει συγκρούσεις από ασυμβίβαστες ιδέες και καταστάσεις.

Πρόδρομοι της φαινομενολογικής προσέγγισης μπορούν να θεωρηθούν ο Lewin (1936), που ανέπτυξε την θεωρία του πεδίου, και ο Ralmy (1948), που επηρεάστηκε από την μορφολογική θεωρία και εισήγαγε την ιδέα μιας οργανωμένης και ενιαίας αυτοαντίληψης. Αυτοί όμως που κυρίως έδωσαν προτεραιότητα στην αντίληψη ως μία βασική και μοναδική πραγματικότητα είναι οι Snygg και Combs.

Ο ίδιος ο Rogers αναφέρεται στο βιβλίο τους ως βασική αρχή όπου στηρίζεται η φαινομενολογική ψυχολογία και ειδικά η αυτοαντίληψη. Αφετηρία τους ήταν η προσπάθεια να συσχετίσουν τους φυσικούς νόμους της αντίληψης με αυτούς της ψυχολογικής αντίληψης. Οι Snygg και Combs αντιμετωπίζουν τον άνθρωπο ως ένα εξελισσόμενο, δυναμικό και δημιουργικό ον το οποίο οργανώνει την αντίληψη του περιβάλλοντος του σύμφωνα με τον δικό του υποκειμενικό τρόπο. Η αυτοαντίληψη αντιστοιχεί σε μία σταθερή οργάνωση των αντιλήψεων, τις οποίες το άτομο θεωρεί ως πιο σημαντικές. Αυτή επηρεάζει άμεσα την συμπεριφορά του ατόμου με τρόπο ώστε κάθε συμπεριφορά χωρίς εξαίρεση καθορίζεται απόλυτα από το φαινομενικό πεδίο του υποκειμένου. (L. Ecuyer, 1978, σελ. 15).

Σε κλινικό επίπεδο, αυτό συνεπάγεται την ανάγκη κατανόησης του ατόμου από τη δική του σκοπιά κι όχι από την οπτική γωνία του παρατηρητή. Η ψυχολογική προσέγγιση εξάλλου περιορίζεται σε ότι αντιλαμβάνεται το υποκείμενο σε ένα συνειδητό επίπεδο, ενώ σκοπός της θεραπείας είναι η υποστήριξη του ατόμου με στόχο την καλύτερη κατανόηση κι συνεπώς την αποδοχή του εαυτού του. Η αξιοποίηση της έννοιας αυτοαντίληψη στην κλινική ιδιαίτερα πρακτική οφείλεται κυρίως στον Rogers (1968-1948), ο οποίος θεωρείται και ο κυριότερος εκπρόσωπος της φαινομενολογικής ή ανθρωπιστικής προσέγγισης. Ο Rogers ανέλυσε την έννοια του εαυτού και τόνισε την αξιολογική και συναισθηματική διάσταση της αυτο-

αντίληψης χρησιμοποιώντας την ως έννοια κλειδί στην ψυχοθεραπευτική προσέγγιση του την οποία ονόμασε «μη κατευθυνόμενη» ή «επικεντρωμένη στον πελάτη».

Αντίθετα από τους Snygg και Combs, ο Rogers ορίζει το φαινομενολογικό πεδίο ως το σύνολο των εμπειριών του ατόμου και υποστηρίζει ότι σε αυτό υπάρχουν και ασυνείδητα στοιχεία, θεωρεί ωστόσο ότι μονάχα όταν γίνει συνειδητό ένα χαρακτηριστικό επηρεάζει την συμπεριφορά. Κατά τον Rogers, η αντίληψη που έχει το άτομο για τον εαυτό του είναι καθοριστικός παράγοντας για την αντίδραση του στο περιβάλλον κι είναι πολύ πιο σημαντική από τον «πραγματικό εαυτό», ο οποίος είναι μία φιλοσοφική έννοια, και δεν τον απασχολεί. Δεν υπάρχει απαραίτητα άμεση σχέση μεταξύ των στοιχείων της αυτοαντίληψης και της αισθητηριακής εμπειρίας, γιατί η πρώτη είναι επιλεκτική και συγκρατεί, όσο είναι δυνατό, εκείνα τα στοιχεία που ταιριάζουν με το σχήμα του εαυτού που έχει ήδη διαμορφωμένο. Το τελευταίο προκύπτει ως αποτέλεσμα της ωρίμανσης και της μάθησης.

Ενώ αρχικά ο Rogers (1948) όριζε την αυτοαντίληψη ως την οργανωμένη εικόνα του εαυτού μαζί με τις θετικές ή αρνητικές αξίες που συνδέονται με τα χαρακτηριστικά της το 1955 εισήγαγε δυο νέες ιδέες: την ανάγκη αυτοεκτίμησης (self regard) και αποδοχής του εαυτού (self acceptance), όπου στήριξε και την θεραπευτική του προσέγγιση. Η «αποδοχή του εαυτού» είναι ένδειξη της υγιούς προσωπικότητας και επομένως στόχος της θεραπείας. Αυτή δεν περιέχει γνωστικά ή αξιολογικά στοιχεία κρίσης. Είναι μια συναισθηματική αντίδραση που περιέχει κυρίως ναρκισσιστικά στοιχεία.

Το ενδιαφέρον, επομένως, για την κατανόηση αλλά και την θεραπευτική υποστήριξη του ατόμου εντοπίζεται στην αυτοεκτίμηση και τους παράγοντες που συμβάλλουν στη διαμόρφωση της. Αυτοί δεν ανάγονται στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον αλλά κυρίως στα πρόσωπα που αποτελούν για κάθε άτομο τους «σημαντικούς άλλους». Για αυτό, ο τρόπος διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης του κάθε ατόμου αναζητείται στην ιδιαιτερότητα του και στην αλληλεπίδραση αυτού με το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον.

Αυτό που τονίζει κυρίως ο Rogers είναι ότι βασικός παράγοντας στην δημιουργία μας υψηλής αυτοεκτίμησης είναι ένα δημοκρατικό οικογενειακό περιβάλλον, όπου το παιδί μπορεί να εκφράσει ελεύθερα τις ιδέες και τα συναισθήματα του, κι όπου αισθάνεται ότι οι απόψεις και οι αξίες που πρεσβεύει είναι σεβαστές. Έτσι οργανώνεται μία σταθερή δομή του εαυτού και μία θετική στάση απέναντι του. Ωστόσο ο Rogers δεν αναλύει διεξοδικά την διαδι-

κασία διαμόρφωσης της θετικής στάσης απέναντι στον εαυτό και τον τρόπο με τον οποίο τα διάφορα «σημαντικά πρόσωπα» την επηρεάζουν.

Η θεωρία αυτή, πράγματι, δεν προσφέρει ένα ολοκληρωμένο μοντέλο της προσωπικότητας και της εξελικτικής πορείας του ατόμου, όπως έχει να προτείνει η ψυχανάλυση. ούτε ανταποκρίνεται στα αυστηρά καθορισμένα κριτήρια «επιστημονικής αντικειμενικότητας» που εισήγαγε ο μπηχεΰβιορισμός. Προτείνει όμως μία νέα προσέγγιση στη μελέτη του ατόμου, η οποία ανταποκρίνεται στις ανάγκες του, όπως τις αισθάνεται το ίδιο κι όχι όπως τις παρατηρεί ή τις ερμηνεύει ο ερευνητής.

Στα πλαίσια αυτού του τρόπου προσέγγισης του ατόμου εγγράφεται κυρίως το συναίσθημα της αυτοεκτίμησης που όπως ήδη αναφέραμε, παρουσιάζεται άμεσα συνδεδεμένο με την ψυχική υγεία. Για αυτό η διερεύνηση των παραγόντων που συμβάλλουν σ' αυτήν είναι ιδιαίτερα σημαντική και δεν έχει μελετηθεί διεξοδικά. Οι παράγοντες αυτοί θα πρέπει να αναζητηθούν στην ιδιαιτερότητα του κάθε ατόμου που καθορίζεται κυρίως από την αλληλεπίδραση του με το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον.

2.8.4 ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Ο κλασικός μπηχεΰβιορισμός που όπως τον εισήγαγαν οι Walson και Skinner, περιορίζεται στο σχήμα ερέθισμα-απάντηση, δεν άφηνε περιθώρια αποδοχής μιας υποκειμενικής έννοιας όπως είναι η αυτοαντίληψη, η οποία επιπλέον δεν μπορεί να ελεγχθεί. Κατά τους Watson και Skinner ο,τιδήποτε δεν μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο παρατήρησης και μέτρησης, δεν είναι δυνατό να οδηγήσει σε επιστημονική γνώση, αφού οι ίδιοι θεωρούσαν την ενδοσκόπηση και την υποκειμενικότητα ως μη έγκυρες.

Η θεωρία της συμπεριφοράς έπαιξε ανασταλτικό ρόλο σε ότι αφορά την ευρύτερη αποδοχή της και την ένταξη της μελέτης του εαυτού στην ψυχολογική έρευνα, αν και τη σχετική συζήτηση είχε ανοίξει ήδη ο James το 1890. Σύντομα, ωστόσο διαπιστώθηκε ότι η ακραία αυτή θέση δεν αρκούσε για την ερμηνεία της συμπεριφοράς και το 1930 οι Hall και Tolman κατέληξαν στην αποδοχή μιας υποθετικής μεταβλητής, η οποία χρησιμοποιήθηκε για να συμπεριλάβει εσωτερικές διεργασίες του ατόμου που δεν μπορούσαν να παρατηρηθούν άμεσα. Η αποδοχή της σημασίας των εσωτερικών διεργασιών συντέλεσε ώστε η αυτοεκτίμηση να

επανεξετασθεί. Έτσι, μια πιο μετριοπαθής ομάδα μηχενυβιοριστών δέχεται την αναγκαιότητα της συστηματικής μελέτης των παραμέτρων που συνδέονται με την αυτοεκτίμηση αν και παρατηρείται ότι έγινε υπερβολική χρήση της. «Η ανάλυση του εαυτού και της λειτουργίας του, είναι θλιβερά απλοϊκή» λέει ο Paritone (1968 σελ, 347) αναφερόμενος κυρίως στη δυσκολία που παρουσιάζει η μεθοδολογική προσέγγιση στη μελέτη του "εαυτού" όπως και του «εγώ».

Στα πλαίσια της θεωρίας της συμπεριφοράς συναντώνται όλες οι δυνατότητες, από την πλήρη άρνηση μέχρι την αποδοχή της αυτοαντίληψης υπό ορισμένους βέβαια όρους. Ο εαυτός περιορίζεται στις εξωτερικές εκφράσεις του με αποτέλεσμα η εμπειρική παρατήρηση να αφορά ορισμένες μόνο εξειδικευμένες διαστάσεις της αυτοαντίληψης και οι υποθέσεις που διατυπώνονται να είναι ασύνδετες, χωρίς να υπάρχει μια κοινά αποδεκτή βασική οργάνωση της έννοιας του εαυτού.

Η προσέγγιση αυτή χαρακτηρίζεται από τον L. Ecuyer (1978) ως «μοριακή», γιατί παρατηρείται μια αποσπασματική θεώρηση της αυτοαντίληψης, που αξιολογείται ποσοτικά και συσχετίζεται με ενότητες της συμπεριφοράς. Για παράδειγμα ο Grim (1960) ορίζει την προσωπικότητα ως το ρεπερτόριο των ρόλων που είναι αποτέλεσμα μάθησης (σελ. 141) και χαρακτηριστικά αναφέρει ότι «δεν υπάρχει κεντρικός ενιαίος εαυτός πίσω από τις εξωτερικές εκδηλώσεις του». Έτσι η γνώση που έχει το άτομο για τον συγκεκριμένο ρόλο αποτελεί τον εαυτό του την συγκεκριμένη στιγμή» και η συνείδηση του εαυτού συνεπάγεται ένα στιγμιαίο συνδυασμό από μνήμες και εντυπώσεις.

Παρατηρούμε λοιπόν ότι αν και οι όροι «εαυτός» και «αυτοεκτίμηση» εντάσσονται στην θεωρία της συμπεριφοράς, η χρήση τους προσαρμόζεται στον χαρακτηριστικό τρόπο προσέγγισης αυτής της θεωρίας. Δηλαδή, ο προβληματισμός περιορίζεται στην σύνδεση της αυτοεκτίμησης με ορισμένες παραμέτρους της συμπεριφοράς. Όταν απουσιάζει αυτή η άμεση και μετρήσιμη σχέση, η έννοια αυτή θεωρείται περιττή. Αποτέλεσμα αυτής της τάσης είναι η συσσώρευση ερευνών όπου αναφέρονται και μετρώνται διάφορες εξωτερικές μεταβλητές οι οποίες ερμηνεύονται ως αυτοαντίληψη ή αυτοεκτίμηση» χωρίς όμως να μπορούν να ενταχθούν σε ένα ενιαίο θεωρητικό πλαίσιο. Έτσι, όπως παρατηρεί ο Penon (1971), βρισκόμαστε μπροστά σε ένα πλήθος ερευνητικών αποτελεσμάτων που δεν ξέρουμε ακριβώς που αναφέρονται. Το μοντέλο του ανθρώπου στο οποίο αναφέρονται είναι στατικό και ανταποκρίνεται σ' ένα άθροισμα χαρακτηριστικών χωρίς δυναμικό χαρακτήρα.

Με βάση τις πιο πάνω παρατηρήσεις μπορούμε να υποστηρίξουμε ότι η αυτοεκτίμηση δεν έχει μία κεντρική σημασία για τη θεωρία της συμπεριφοράς. Κι όταν αυτή μελετάται, αντιμετωπίζεται ως μια περιστασιακή αντίδραση όπως αυτή μπορεί να γίνει αντιληπτή από τον ερευνητή. Μ' αυτό τον τρόπο όμως παραβλέπεται η ουσία της αυτοεκτίμησης, που έγκειται κυρίως στον υποκειμενικό της χαρακτήρα.

2.8.5. ΨΥΧΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ο όρος «εαυτός» δεν αναφέρεται στα πλαίσια της κλασικής ψυχαναλυτικής θεωρίας. Ωστόσο, παρόλο που ο Freud δεν ασχολήθηκε με την αντανάκλαστική λειτουργία, συμπεριέλαβε στο εγώ μία αντιληπτική διάσταση που περιέχει την έννοια της αυτοαντίληψης. Αυτό διαφαίνεται κυρίως στον ορισμό του ναρκισσισμού όπου το εγώ προβάλλεται ως αντικείμενο αγάπης, όπως ένα εξωτερικό αντικείμενο.

Η θεωρία της λίμπιντο, που ανέπτυξε ο Freud, αναφέρεται κυρίως στις σχέσεις του ατόμου με τους άλλους, υποθέτοντας ότι η σχέση αυτή αποκλείει τον ναρκισσισμό. Στο το άρθρο του "On narcissisme" (1914), ο Freud διακρίνει δύο μορφές ναρκισσισμού· Η «πρωτογενής μορφή» αποτελεί ένα φυσιολογικό στάδιο της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου, το οποίο πρέπει να ξεπεραστεί για να μπορέσει το άτομο να περάσει στην αντικειμενότροπη αγάπη (love object)» Η δευτερογενής μορφή ναρκισσισμού αποτελεί μία παθολογική κατάσταση, κατά την οποία η λίμπιντο αποσύρεται από τον εξωτερικό κόσμο και στρέφεται προς τον εαυτό. Αυτή παρατηρείται κυρίως στους παραφρενικούς, τους οργανικούς, τους υποχόνδριους. Κατά τον Freud, υπάρχει μία ποσοτικά αντίστροφη σχέση μεταξύ της λίμπιντο του εγώ και της λίμπιντο προς τους άλλους. Όσο περισσότερο απορροφάται από τη μία, τόσο περισσότερο φτωχαίνει η άλλη. Θα μπορούσε συνεπώς να συμπεράνει κανείς ότι μία υψηλή αυτοεκτίμηση συνεπάγεται μια δυσκολία στη σχέση με τους άλλους.

Ενώ όμως ο ίδιος ο Freud δεν ανέλυσε τα συναισθήματα του ατόμου προς τον εαυτό του (αν εξαιρέσουμε την ανάλυση του ναρκισσισμού), οι μεταφροϋδικοί ασχολήθηκαν ιδιαίτερα με τον εαυτό και τα προβλήματα ταυτότητας και αυτοεκτίμησης, Ο πρώτος που συνέβαλε σ' αυτή την στροφή του ενδιαφέροντος ήταν ο Jung. Στο βιβλίο του «Ψυχολογία και αλχημεία» (1953) ο Jung αναπτύσσει μία ψυχολογική θεωρία της οποίας βασική έννοια είναι ο εαυτός. Ο εαυτός ορίζεται ως κεντρικό σημείο της προσωπικότητας γύρω απ' το οποίο εγκα-

θίστανται τα άλλα συστήματα. Βασική λειτουργία του είναι να συνδέει αυτά τα συστήματα και να εξασφαλίζει την ενότητα, ισορροπία και σταθερότητα στην προσωπικότητα.

Αργότερα, οι Adler (1927), Fromm (1939) και Homey (1950) έδωσαν έναν πιο εμφανή και δυναμικό χαρακτήρα στον εαυτό. Τον θεωρούν ως βασικό μεσάζοντα ανάμεσα στις παρορμήσεις και την κοινωνική πραγματικότητα. Τονίζουν τη σημασία της αυτοεκτίμησης για την υγιή λειτουργία του ατόμου και προτείνουν ορισμένα βασικά εγγενή, κίνητρα που έχουν άμεση σχέση με τον εαυτό: η Homey την «αυτοπραγμάτωση» (self realization), ο Fromm την «αυτοεκπλήρωση» (self fulfillment) και ο Adler την «αναζήτηση ανωτερότητας» (superiority striving). Και οι τρεις συμφωνούν ως προς την σημασία που κατέχει ο κοινωνικοπολιτιστικός παράγοντας και οι διαπροσωπικές σχέσεις για την εξέλιξη του εαυτού.

Τόσο η Horney όσο και ο Fromm δεν αποδέχονται την αρνητική συσχέτιση μεταξύ αγάπης του εαυτού και αγάπης των άλλων, που προτείνει ο Freud. Αντίθετα, όπως και άλλοι ψυχαναλυτές στην συνέχεια (πχ Klein, Jacobson, Kohut κ.ά.) υποστηρίζουν ότι η αγάπη προς τον εαυτό όχι μόνο δεν μπορεί να χαρακτηριστεί ως παθολογικό φαινόμενο, αλλά αντίθετα είναι απαραίτητη προϋπόθεση για μια θετική σχέση με τους άλλους.

Έτσι, στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής θεωρίας δημιουργείται η ανάγκη ανάλυσης της σχέσης με τον εαυτό παράλληλα με την ανάλυση της σχέσης με τους άλλους. Πράγματι, μετά το 1960, παρατηρείται μια άνθιση του ενδιαφέροντος των ψυχαναλυτών για την εξέλιξη και τις μεταλλαγές του εαυτού, και αναλύονται διάφορες έννοιες, όπως «έννοια του εαυτού» (Steingard 1969), «γνώση του εαυτού» (Edme 1983, Pine 1982), «αναπαράσταση του εαυτού» (Jacobson 1964), «αίσθημα ταυτότητας» (Mahler 1966), «αυτοεκτίμηση» (Kohut 1971, 1977, Lichtenberg 1975).

Η στροφή αυτή του ενδιαφέροντος των ψυχαναλυτών σε προβλήματα ταυτότητας και αυτοεκτίμησης ερμηνεύεται ποικιλοτρόπως. Ο Kohut την αποδίδει σε μία αλλαγή του σχήματος της προσωπικότητας και των διαταραχών που παρατηρούνται. Δηλαδή, παρατηρείται μια σταδιακή μείωση των δομικών διαταραχών (συγκρουσιακών νευρώσεων) ενώ παράλληλα αυξάνονται οι διαταραχές του εαυτού. Αυτό, όπως παρατηρεί ο ίδιος, οφείλεται σε κοινωνικούς παράγοντες, δηλαδή στην μετάβαση του δυτικού ατόμου από τα συναισθήματα ενοχής και τις συγκρούσεις, που έχουν ελαττωθεί εξ' αιτίας των λιγότερο καταπιεστικών διαπροσωπικών σχέσεων, στα συναισθήματα εσωτερικής απομόνωσης, κενού και ανικανοποίητου, που

ερμηνεύονται ως αποτέλεσμα των αυξημένων κοινωνικών απαιτήσεων και των αποστασιοποιημένων σχέσεων. Γι' αυτό, καταλήγει ο Kohut, «η ψυχανάλυση, η επιστήμη που περισσότερο από κάθε άλλη είναι σ' επαφή με τους βαθύτερους προβληματισμούς του ατόμου, μεταφέρει το επίκεντρο του ενδιαφέροντος της από τις εσωτερικές συγκρούσεις, που έχουν ήδη διερευνηθεί (ιδιαίτερα το καταγόμενο οιδιπόδειο και άλλες αιμομικτικές τάσεις), στη διερεύνηση των ιδιαιτεροτήτων του «εαυτού», που είναι η κυριαρχούσα παθολογία σήμερα» (1986, σελ. 279).

Η Jacobson, εξάλλου, αποδίδει αυτή το αυξημένο ενδιαφέρον των ψυχαναλυτών για τον «εαυτό» και ιδιαίτερα για το πρόβλημα της «ταυτότητας του εαυτού», περισσότερο σε κλινικά παρά σε κοινωνικά αίτια. Στην αύξηση, δηλαδή, του αριθμού των οριακών και Ψυχωτικών ασθενών που απευθύνονται στους ψυχαναλυτές. «Η θεραπεία και ο έλεγχος αυτών των περιπτώσεων, όπως και η ανάλυση των σοβαρών ναρκισσιστικών νευρώσεων, με έπεισαν ότι τα προβλήματα που προσεγγίζονται σ' αυτό το βιβλίο είναι ιδιαίτερα σημαντικά στο κλινικό και θεωρητικό επίπεδο» αναφέρει η ίδια στην εισαγωγή του βιβλίου της «The self and the object world» (1964).

Η Jacobson, όπως και πολλοί άλλοι ψυχαναλυτές ασχολήθηκαν ιδιαίτερα με την εξέλιξη της συνειδητοποίησης του εαυτού και την δημιουργία ταυτότητας, τονίζοντας κυρίως την συναισθηματική άποψη. Τονίζουν ιδιαίτερα, την σημασία των πρώιμων εμπειριών για την δημιουργία ενός θετικού αυτοσυναισθήματος (Pine 1982, Mahler 1966, Lichtenberg 1975 κ ά.) και τις διαταραχές του αισθήματος του εαυτού (Kohut 1988, Spiegel 1959, Stechler και Kaplan 1980 κ ά.).

Θα μπορούσε κανείς να υποστηρίξει ότι από όλες τις θεωρητικές τάσεις που προαναφέρθηκαν, η ψυχαναλυτική άποψη προσφέρει μία πιο ολοκληρωμένη ανάλυση της εξέλιξης της έννοιας του «εαυτού». Έτσι, συνεισφέρει σημαντικά στην κατανόηση του τρόπου διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, παρόλο που ο όρος «αυτοεκτίμηση» συχνά δεν αναφέρεται στα κείμενα τους.

Ο Kohut είναι από τους λίγους ψυχαναλυτές που αναφέρονται άμεσα στην έννοια της αυτοεκτίμησης και την σημασία της για την ψυχική υγεία του ατόμου. Ο ίδιος θεωρεί τον εαυτό ως το κέντρο της προσωπικότητας και αναλύει την εξέλιξη του στο φυσιολογικά άτομο αλλά κυρίως τις ναρκισσιστικές διαταραχές της προσωπικότητας (1971, 1977). Με αυτή την

ανάλυση, ο Kohut εισάγει την «ψυχολογία του εαυτού» ως συμπληρωματική κι όχι αντίθετη με την «ψυχολογία του ψυχικού οργάνου», δηλαδή την ψυχανάλυση.

Όπως υποστηρίζει ο Kohut, πρέπει, να μάθουμε να σκεφτόμαστε συγχρόνως με όρους και των δυο θεωρητικών προσεγγίσεων: μία στο πλαίσιο της οποίας ο εαυτός θεωρείται το κέντρο του ψυχικού κόσμου και μία στο πλαίσιο της οποίας ο εαυτός θεωρείται το περιεχόμενο του ψυχικού οργάνου. Με την παρατήρηση αυτή ο Kohut φαίνεται να συμβιβάζει την ψυχαναλυτική με την ανθρωπιστική προσέγγιση. Αυτό, άλλωστε, απορρέει και από το σύνολο της θεωρίας του, ιδιαίτερα δε από τη μεθοδολογική του προσέγγιση η οποία ενώ γίνεται με ψυχαναλυτικούς όρους αναφέρεται στην «ταύτιση με την ενδοσκόπηση του ατόμου διαμέσου ενόρασης» (Kohut 1971, σελ. 219). Στη θεραπευτική του προσέγγιση εξάλλου, ο Kohut αναφέρεται στην «αυτοδιαθεσιμότητα» και την «πλήρη εκμετάλλευση των δυνατοτήτων του εαυτού», έννοιες που θυμίζουν αρκετά την ανάγκη αυτοπραγμάτωσης που προτείνει η Homey, την «αυτοεκπλήρωση» που εισάγει ο Fromm και την "αναζήτηση ΤΟΥ δημιουργικού εαυτού" που αναφέρει ο Adler.

Αντίθετα, ο τρόπος με τον οποίο τόσο η Jacobson όσο και η Mahler, προσεγγίζουν την έννοια «εαυτός» δεν έχει τον υποκειμενικό χαρακτήρα που έδωσε σ' αυτήν ο Kohut. Η Jacobson (1964) αναλύει τον «εαυτό» βασισμένη αποκλειστικά στην δομική υπόθεση του Freud. Αναλύει δηλαδή την εξέλιξη ταυτότητας του εαυτού σε σχέση με τις αντικειμενότητες σχέσεις και την δημιουργία του εγώ και του υπερεγώ. Αντίθετα η Mahler, χρησιμοποιεί την συστηματική παρατήρηση αναφερόμενη στην λειτουργία των ψυχικών δομών σ' ένα μη εμπειρικό επίπεδο. Το πρόβλημα της εγκυρότητας της μιας ή της άλλης μεθόδου τίθεται συχνά στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής θεωρίας, όπως και γενικότερα της ψυχολογίας Αυτό όμως εντείνεται όταν σχετίζεται με την εκτίμηση παραμέτρων που αναφέρονται στον εαυτό, ο οποίος έχει ένα υποκειμενικό χαρακτήρα. Όπως παρατηρεί ο Lichtenberg (1975) η ψυχαναλυτική θεωρία υποφέρει όταν, είτε δίδεται τόσο μεγάλη έμφαση στην αφηρημένη λειτουργία των δομών ώστε να χάνεται η διαισθητική και ενδοσκοπική κατανόηση της εμπειρίας, είτε εναλλακτικά» όταν δίδεται έμφαση στον εμπειρικό εαυτό, ώστε η σημασία των ενστικτωδών ορμών και της λειτουργίας της εξέλιξης του εγώ και του υπερεγώ υποτιμούνται. Η συνθετότητα του ψυχισμού απαιτεί μία πλήρη εκτίμηση και της εμπειρικής και της δομικής άποψης.

Η διεύρυνση της ψυχαναλυτικής θεωρίας με την ένταξη εννοιών που αναφέρονται στην υποκειμενική αντίληψη της εμπειρίας του ατόμου, συμβάλλει σε μία πολύπλευρη κατανόηση της προσωπικότητας. Δηλαδή, τόσο στο εμπορικό επίπεδο όπου η αίσθηση του εαυ-

τού γίνεται κατανοητή διαμέσου της ενόρασης. όσο και στο μη εμπειρικό επίπεδο, που αναφέρεται στην λειτουργία του ψυχισμού.

Ωστόσο όπως παρατηρεί κι ο Kohut, η κατανόηση του «εαυτού», που αναφέρεται κατεξοχήν στην οργάνωση των προσωπικών βιωμάτων δεν μπορεί να στηρίζεται στην εξωτερική παρατήρηση και την απλή καταγραφή δομικών και λειτουργικών στοιχείων από την θέση του εξωτερικού παρατηρητή. Αντίθετα ο εαυτός αναφέρεται στην υποκειμενική εμπειρία του ατόμου. Γι' αυτό η προσέγγιση του όπως και της αυτοεκτίμησης θα έπρεπε κατά κύριο λόγο να βασίζεται στην υποκειμενική αντίληψη του ατόμου.

2.9 ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

Από την σύντομη αυτή βιβλιογραφική ανασκόπηση των διαφορετικών θεωρητικών τάσεων, είναι φανερό ότι η αυτοεκτίμηση είναι κοινά αποδεκτή ως μία απαραίτητη διάσταση για την πληρέστερη κατανόηση της λειτουργίας του ψυχισμού.

Από μεθοδολογική άποψη, η υποκειμενική προσέγγιση του ατόμου και του τρόπου με τον οποίο το ίδιο αντιλαμβάνεται τόσο τον εαυτό του όσο και τους άλλους, θεωρείται ως μία σημαντική παράμετρος στην διερεύνηση της προσωπικότητας.

Τόσο από τους εισηγητές της φαινομενολογικής θεωρίας, όσο και από ορισμένους ψυχαναλυτές, έχει τονισθεί η σημασία της αυτοεκτίμησης για την ψυχική ισορροπία του ατόμου. Πρέπει, συνεπώς, να δοθεί ιδιαίτερη βαρύτητα στην μελέτη των παραγόντων που συμβάλλουν στην διαμόρφωση μιας θετικής αυτοεκτίμησης.

Οι διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις που αναφέρθηκαν πιο πάνω προτείνουν διαφορετικά μοντέλα διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης. τα οποία όμως φαίνονται να αλληλοαναιρούνται. Ωστόσο, πέρα από ορισμένες βασικές διαφορές ως προς το μοντέλο ανθρώπου στο οποίο αναφέρονται, μπορεί κανείς να θεωρήσει απ' αυτές πως αλληλοσυμπληρώνονται, τονίζοντας η καθεμιά διαφορετικές όψεις και μεθόδους προσέγγισης. Για παράδειγμα, η θεωρία συμβολικής αλληλεπίδρασης τονίζει τον κοινωνικό καθορισμό της αυτοεκτίμησης, η φαινομενολογική θεωρία δίνει έναν πιο ενεργητικό και αυτοκαθοριζόμενο ρόλο στο άτομο, ενώ η ψυχαναλυτική θεωρία τονίζει την ιδιαιτερότητα του κάθε ατόμου, αναλύοντας την δομή και

λειτουργία του ψυχισμού. Από μεθοδολογική άποψη, η κάθε θεωρητική προσέγγιση συμβάλλει στην πολύπλευρη κατανόηση του ατόμου, Η Φαινομενολογική άποψη τονίζει την σημασία της προσωπικής αντίληψης του ατόμου για τον εαυτό του, η ψυχαναλυτική θεωρία προσφέρει ένα ερμηνευτικό μοντέλο, ενώ η θεωρία της συμπεριφοράς συμβάλλει στην συστηματική και ακριβή μελέτη των διαφόρων εκδηλώσεων του ατόμου.

Στο επόμενο κεφάλαιο, θα προσπαθήσουμε με συντομία να αναδείξουμε την εξελικτική πορεία της αυτοεκτίμησης, προκειμένου να γίνει κατανοητή η σημασία των διαφόρων παραγόντων και ιδιαίτερα της σχέσης του παιδιού με τ' άλλα μέλη της οικογένειας στην διαμόρφωση της.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

3.1. ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Η διαδικασία διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης συμπίπτει με την διαμόρφωση όλης της προσωπικότητας και συνδέεται άμεσα με την εξέλιξη του «εαυτού». Η συνειδητοποίηση του εαυτού (εφ' όσον πρόκειται για μια αντανακλαστική έννοια) συνοδεύεται απαραίτητα από μια συναισθηματική επένδυση. Επομένως, η διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης γίνεται συγχρόνως με την εξέλιξη του εαυτού ως ατόμου ξεχωριστού από τους άλλους.

Σχετικά με τον τρόπο διαμόρφωσης του εαυτού, υπάρχουν διάφορες αντικρουόμενες απόψεις, από την σχεδόν συνειδητοποίηση του μέχρι την δια βίου εξέλιξη. Ο Stern (1980), πχ, θεωρεί ότι η συνειδητοποίηση του εαυτού γίνεται σε πολύ μικρή ηλικία, γιατί το βρέφος είναι ήδη «προγραμματισμένο» να διακρίνει και να διαμορφώνει διαφορετικά σχήματα για τον εαυτό του και για τον άλλο. από τους πρώτους μήνες της ζωής του. Αντίθετα, στις περισσότερες αναλύσεις της εξελικτικής πορείας του εαυτού, η συνειδητοποίηση φαίνεται να γίνεται σταδιακά και παράλληλα με την συνειδητοποίηση του άλλου. Αυτός ο «άλλος» μπορεί να είναι ένα άτομο που έχει πρωταρχικό ρόλο στην εξέλιξη του υποκειμένου (πχ η μητέρα) ή να αναφέρεται σε πολλά άτομα στον ίδιο βαθμό σημαντικά που βρίσκονται σε αλληλεπίδραση με αυτό ή ακόμη να αναφέρεται στο σύνολο της κοινωνίας. Για παράδειγμα, στη θεωρία της συμβολικής αλληλεπίδρασης αναφέρεται η κοινωνική αλληλεπίδραση ως αποκλειστικός φορέας διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, χωρίς όμως να αναλύεται με ποια διαδικασία υφίσταται αυτή.

Μέσα στα κείμενα των ψυχαναλυτών (πχ Jacobson 1964. Kohut 1971, Lichtenberg 1975 κ.ά.) βρίσκει κανείς μια ολοκληρωμένη ανάλυση της εξελικτικής πορείας που ακολουθεί η διαμόρφωση του εαυτού. Η συνειδητοποίηση του εαυτού, ως οντότητας ξεχωριστής από τα υπόλοιπα αντικείμενα, ακολουθεί, σύμφωνα με αυτούς τους συγγραφείς, την ίδια πορεία με την εξέλιξη του «εγώ», όπως αυτό περιγράφεται στην κλασική ψυχανάλυση, και γίνεται συγχρόνως με την αναγνώριση του άλλου. Η εξέλιξη αυτή δεν γίνεται αυτόματα, αλλά βαθμιαία και στο διάστημα των πρώτων κυρίως μηνών ζωής του παιδιού. Γι' αυτό η πρώτη

βρεφική και παιδική ηλικία, όπως τονίζουν ο Spitz, η Mahler (1966) κ.ά, παίζει καθοριστικό ρόλο για την περαιτέρω εξέλιξη της προσωπικότητας. Η διαμόρφωση επομένως της αυτοεκτίμησης βασίζεται στην αρχική συνειδητοποίηση του εαυτού και συνδέεται με τις πρώτες εμπειρίες του βρέφους. Σ' αυτή την περίοδο, το σημαντικότερο πρόσωπο με το οποίο έρχεται σε επαφή το παιδί είναι η μητέρα. Γι' αυτό, η σχέση αλληλεπίδρασης του παιδιού μαζί της θεωρείται από τους πιο σημαντικούς παράγοντες στην συναισθηματική επένδυση του εαυτού.

Το βρέφος, κατά την γέννηση του, έχει μία συγκεχυμένη εικόνα του κόσμου. την οποία επικεντρώνει στον εαυτό του. Σ' αυτό το αρχικό στάδιο, το παιδί δύσκολα διακρίνει τις δικές του αισθήσεις ικανοποίησης από τα αντικείμενα που είναι η πηγή τους. Επομένως ο «ε-αυτός» του ταυτίζεται με την εικόνα της μητέρας. Σ' αυτό το στάδιο, μητέρα και παιδί ζουν μια σχέση συμβιωτική, απ' την οποία αντλούν και οι δυο ικανοποίηση. Σταδιακά, μέσα από τις αισθήσεις, το παιχνίδι με το σώμα, την επαφή με τη μητέρα, αλλά και με την απαιτούμενη ωρίμανση των αντιληπτικών λειτουργιών, το βρέφος αρχίζει να συνειδητοποιεί τον δικό του εαυτό ως ξεχωριστό από αυτόν της μητέρας. Αυτή η διαφοροποίηση συνδέεται με συναισθήματα ικανοποίησης, όταν οι ενστικτώδεις ανάγκες ικανοποιούνται, ή απογοήτευσης, όταν συμβαίνει το αντίθετο. Έτσι το βρέφος αποκτά τις πρώτες εμπειρίες, που συχνά αναφέρονται ως «προεαυτός» (Pine 1982, Slechter και Kaplan 1980), οι οποίες αποτελούν τη βάση για τη δημιουργία μιας τάσης για θετική ή αρνητική αυτοεκτίμηση του ατόμου.

Σταδιακά, η εμπειρία του εαυτού διευρύνεται με νέες εμπειρίες, με την απόκτηση νέων ικανοτήτων και με την ικανοποίηση που αντλεί το παιδί από την επανάληψη και την αίσθηση αποτελεσματικότητας. Ως συνέπεια των νέων δυνατοτήτων του και της συνειδητοποίησης της ταυτότητας, στον δεύτερο χρόνο, παρατηρείται και μια αλλαγή στην φύση των σχέσεων, που δείχνει ότι το παιδί βαθμιαία βγαίνει από την συμβιωτική περίοδο για να προχωρήσει στο στάδιο της εξατομίκευσης και της «δευτερεύουσας αυτονομίας του εγώ». Η Mahler (1966) επισημαίνει την ιδιαίτερη σημασία αυτής της φάσης για την απόκτηση του αισθήματος ταυτότητας. Θα πρέπει δηλαδή, το παιδί να βγει από την συμβιωτική σχέση με την μητέρα για να μπορέσει να αποκτήσει τα ιδιαίτερα, ατομικά χαρακτηριστικά του. Το παιδί δεν είναι πλέον βιολογικά εξαρτημένο από την μητέρα. Εξακολουθεί όμως να παραμένει συναισθηματικά εξαρτημένο από αυτήν. Η φαντασιακή ζωή του επικεντρώνεται ακόμη στην μητέρα, μέχρι να δημιουργηθεί η οιδιπόδεια τριγωνική δομή. Γι' αυτό η σχέση του παιδιού με τη μητέρα, αλλά και η δυνατότητα εξατομίκευσης του παίζουν βασικό ρόλο στην εξέλιξη του.

Σ' αυτό το στάδιο η αίσθηση αποτελεσματικότητας του παιδιού σε σχέση με τις νέες πρωτοβουλίες που αναλαμβάνει και η αποδοχή του από τους άλλους, που φαίνεται από τις θετικές τους αντιδράσεις και ενθαρρύνσεις, συντελούν στην δημιουργία ενός συναισθήματος αυτοπεποίθησης και ικανοποίησης με άλλα λόγια. στη διαμόρφωση μιας θετικής αυτοεκτίμησης.

Κατά την οιδιπόδεια περίοδο, τα ερωτικά και επιθετικά ένστικτα μεταφέρονται από την μητέρα στον αντίζηλο. Όλες οι λειτουργίες του εαυτού γίνονται πιο έντονες. Η συνείδηση του εαυτού γίνεται συνείδηση των νοητικών και συναισθηματικών λειτουργιών, της συμπεριφοράς και των «λειτουργιών του εγώ». Σ' αυτή την περίοδο, αναπτύσσεται μία αντίληψη του εαυτού ως ολοκληρωμένης μόνιμης και κατευθυνόμενης ολότητας.

Η δημιουργία του υπereγώ κατά το τέλος της περιόδου αυτής βοηθά σημαντικά την ουδετεροποίηση των ενστίκτων και έχει ως συνέπεια τον οριστικό έλεγχο των συναισθηματικών επενδύσεων των αναπαραστάσεων του εαυτού. Η δημιουργία φυσικών, νοητικών και ηθικών κριτηρίων επιβεβαιώνουν το υποκείμενο στην εμπειρία του εαυτού του. Η ανάπτυξη ηθικών κριτηρίων ενισχύει την σύνθεση των «καλών» και «κακών» αντικειμένων ή εικόνων του εαυτού σε έννοιες συνολικών ατόμων «καλών και κακών συγχρόνως» και του «συνολικού εαυτού καλού και κακού». (Freud S., 1914).

Κατά την λανθάνουσα περίοδο και ιδιαίτερα με την ένταξη του παιδιού στο σχολείο. οι νοητικές λειτουργίες εξελίσσονται με πολύ γρήγορο ρυθμό, οι σχέσεις διευρύνονται, οι αξίες και τα πρότυπα συνδυάζονται. Συγχρόνως το παιδί αποκτά νέες υποχρεώσεις στις οποίες καλείται να ανταπεξέλθει. Η μοναδικότητα και αποτελεσματικότητα του τίθενται σε δοκιμασία. Μια ποικιλία εικόνων του εαυτού συσσωρεύονται και οργανώνονται με ιεραρχικό τρόπο, ως αποτέλεσμα της ανάγκης συνδυασμού διαφόρων εξωτερικών και εσωτερικών αξιών. Το παιδί στα μέσα αυτής της περιόδου σχηματίζει μια βασική έννοια του εαυτού του με κυρία χαρακτηριστικά την διατήρηση και την αντιστρεψιμότητα. Όπως αναφέρει η Steingard (1969) όλες οι ταυτίσεις αφομοιώνονται και θεωρούνται αντιστρέψιμες όψεις της βασικής έννοιας του εαυτού Αυτή η πρώτη ολοκληρωμένη αίσθηση του εαυτού που αναπτύσσεται σ' αυτή την περίοδο, είναι θεμελιακή για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης σ' όλα τα μετέπειτα στάδια. Τα ανώτερα επίπεδα οργάνωσης βασίζονται σ' αυτήν. Κάθε φορά, δηλαδή, που υπάρχει μια κρίσιμη μετάβαση σ' ένα άλλο στάδιο, όπως επισημαίνει ο Kohut (1971), παρατηρείται μια αναβίωση αυτής της περιόδου.

Στην περίοδο της εφηβείας, παρατηρείται μία αναδιοργάνωση της προσωπικότητας, που έχει ως αφετηρία την αλλαγή της σωματικής εικόνας και την αναζήτηση ταυτότητας, με σκοπό την ένταξη στο ευρύτερο κοινωνικό σύνολο. Παρατηρείται μια απόρριψη των παλιών προτύπων και αναζήτηση μιας διαφοροποιημένης και συγχρόνως κοινωνικοποιημένης εικόνας του εαυτού. Ο ρόλος των γονιών σ' αυτή τη φάση φαίνεται να παραμερίζεται και να αποκτούν μεγαλύτερη σημασία άλλοι παράγοντες, όπως η ομάδα συνομηλίκων και νέα πρότυπα που προέρχονται από το ευρύτερο περιβάλλον. Αντίστοιχες με τις ταυτίσεις με τους γονείς στην ηλικία 2-5 χρονών, κατά την εφηβεία οι ταυτίσεις αυτές δίνουν την θέση τους στις ταυτίσεις με την ομάδα των συνομηλίκων.

Ο Erikson (1959) θεωρεί ότι ο εαυτός στην πραγματικότητα ολοκληρώνεται στην περίοδο της εφηβείας και όχι νωρίτερα και στην συνέχεια εξελίσσεται στα διάφορα στάδια της ενήλικης πια ζωής. Ωστόσο, αυτή η αναδιοργάνωση της προσωπικότητας, όσο κι αν φαίνεται θεμελιακή, εξαιτίας των έντονων εκδηλώσεων που χαρακτηρίζουν την συγκεκριμένη ηλικία γίνεται στη βάση της ήδη υπάρχουσας δομής και συνήθως καταλήγει σε μια διαφοροποιημένη και εμπλουτισμένη αυτοαντίληψη, χωρίς όμως ουσιαστική αλλαγή στο βασικό τρόπο αυτοεκτίμησης.

Στην συνέχεια, στη διάρκεια όλης της ζωής, καθώς η αυτοαντίληψη εμπλουτίζεται και προσαρμόζεται σε εκάστοτε συνθήκες, η αυτοεκτίμηση πολύ λίγο αλλάζει και επηρεάζεται από τις περιστασιακές εμπειρίες. Αντίθετα οι εμπειρίες προσαρμόζονται σ' αυτήν και αντιμετωπίζονται με τέτοιο τρόπο ώστε να την ενισχύουν.

Από την εξελικτική προσέγγιση της αυτοεκτίμησης που πολύ συνοπτικά επιχειρήθηκε, προκύπτουν δύο σημαντικές διαπιστώσεις που απετέλεσαν και την αφετηρία για την παρούσα έρευνα. Η πρώτη συνίσταται στο ότι η βασική συναισθηματική επένδυση του εαυτού διαμορφώνεται τα πρώτα κυρίως χρόνια, μέσα από την αλληλεπίδραση με το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον. Η επίδραση του ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντος είναι έμμεση και αποκτά ένα ιδιαίτερο νόημα μέσα από τις ενδοοικογενειακές σχέσεις. Γι' αυτό, στα πλαίσια αυτής της έρευνας, η αναζήτηση των παραγόντων που κυρίως συμβάλλουν στην αυτοεκτίμηση του ατόμου, επικεντρώνεται στις σχέσεις του παιδιού με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας. Η δεύτερη διαπίστωση, είναι ότι μια ολοκληρωμένη αίσθηση του εαυτού παρατηρείται κατά την λανθάνουσα περίοδο κι αποτελεί το βασικό πυρήνα των συναισθημάτων προς τον εαυτό, σ' όλη την μετέπειτα ζωή. Επομένως η επιλογή της συγκεκριμένης ηλικιακής κατηγο-

ρίας για το δείγμα της παρούσας έρευνας, μας επιτρέπει να καταλήξουμε σε ευρύτερα συμπεράσματα ως προς την αυτοεκτίμηση του ατόμου, τα οποία ξεπερνούν την ηλικιακή κατηγορία που μελετήθηκε.

3.2. ΣΥΜΒΟΛΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Όπως προκύπτει από την σύντομη εξελικτική προσέγγιση που επιχειρήθηκε στο προηγούμενο κεφάλαιο, η αυτοεκτίμηση δεν είναι μία ενστικτώδης αντίδραση, ούτε εμφανίζεται μια συγκεκριμένη στιγμή, ως αποτέλεσμα κάποιων συγκυριών. Είναι προϊόν μακροχρόνιας εξέλιξης του ατόμου και της αλληλεπίδρασης διαφόρων παραγόντων, εγγενών και εξωγενών.

Το παιδί όταν γεννιέται είναι ήδη εφοδιασμένο με μία βιολογικά καθορισμένη προδιάθεση, που στην συνέχεια επηρεάζεται θετικά ή αρνητικά από το περιβάλλον. Αυτή καθορίζει για παράδειγμα τι αποτελεί για το συγκεκριμένο παιδί μία αποστέρηση και διαφοροποιεί τις απαιτήσεις κάθε παιδιού. Ο Ernst Kris (1952) τόνισε την εγγενή διαφοροποίηση της προσωπικότητας των παιδιών και την σχέση μεταξύ της προδιάθεσης του παιδιού και των μηχανισμών προσαρμογής που επιλέγει. Οι εμπειρίες, που περιγράφονται ως καθοριστικές στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, δεν αποκτούν την ιδιαίτερη σημασία τους, παρά ως αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης του παιδιού με τους άλλους. Το κάθε παιδί αντιδρά διαφορετικά στις ίδιες εξωτερικές συνθήκες αλλά και εξαιτίας της δικής του αντίδρασης, οι άλλοι διαμορφώνουν μία ανάλογη στάση. Αυτό που τελικά είναι σημαντικό, είναι η αμοιβαία προσαρμογή και αλληλεπίδραση.

Μία κοινή βασική θέση όλων των θεωρητικών προσεγγίσεων είναι η σημασία του «άλλου» στην διαμόρφωση της αντίληψης του εαυτού. Η διαφοροποίηση τους εντοπίζεται στην βαρύτητα που δίνουν και στον τρόπο επίδρασης του (ή των) άλλου (άλλων). Άλλοτε οι σημαντικοί άλλοι αναφέρονται αόριστα και εντάσσονται στα πλαίσια του ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντος, άλλοτε γίνεται μία προσπάθεια διαφοροποίησης τους, οπότε συνήθως γίνεται αναφορά στους βασικούς φορείς κοινωνικοποίησης (οικογένεια, σχολείο, συνομήλικοι, κ.λ.π.) ενώ άλλοτε περιορίζονται στα γονεϊκά πρότυπα με μεγαλύτερη βαρύτητα στον ρόλο της μητέρας.

Παρά το μεγάλο αριθμό των ερευνών που αναφέρονται στους παράγοντες διαμόρφωσης της αυτοεκτίμησης, οι έρευνες αυτές δύσκολα μπορούν να θεωρηθούν συγκρίσιμες μεταξύ τους, επειδή βασίζονται σε διαφορετικούς ορισμούς και μεθόδους. Επιπλέον, η κάθε έρευνα αναφέρεται σε έναν από τους παράγοντες τον οποίο ο εκάστοτε ερευνητής θεωρεί σημαντικό και σπανιότερα γίνεται συγκριτική μελέτη. Γι' αυτό δεν υπάρχουν συγκρίσιμα στοιχεία όσον αφορά τον ρόλο και τη συμβολή των σημαντικών άλλων στην αυτοεκτίμηση του παιδιού.

3.2.1. Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Η Οικογένεια είναι ο βασικός φορέας κοινωνικοποίησης του παιδιού. Μέσα σε αυτήν το παιδί διαμορφώνει μία αίσθηση αποδοχής ή απόρριψης, δύναμης ή αδυναμίας, αξίας ή μη, ανάλογα με τον τρόπο που ικανοποιεί σημαντικές ψυχικές του ανάγκες και την θέση που παίρνει μέσα σ' αυτήν. Μέσα από την οικογένεια το παιδί μαθαίνει να βλέπει τον κόσμο και τον εαυτό του. Η πρώτη αυτή αντίληψη του εαυτού και των άλλων αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς αργότερα μεταφέρεται στην ευρύτερη κοινωνική προσαρμογή του παιδιού.

Η προσαρμογή του παιδιού στην οικογένεια και η επίδραση της στην διαμόρφωση της προσωπικότητας του συνίσταται σε δύο παραμέτρους: την σχέση του παιδιού με καθένα από τα μέλη της οικογένειας και την θέση του μέσα στην οικογενειακή ομάδα σε συνδυασμό βέβαια με τη δυναμική της ομάδας αυτής. Δεν είναι δηλαδή μόνο η σχέση του παιδιού με τον καθένα απ' τους δύο γονείς και τα αδέρφια που είναι σημαντική, αλλά και η δυναμική που δημιουργείται μέσα στην κάθε οικογένεια και η θέση που καταλαμβάνει το παιδί μέσα σ αυτήν.

Η δεύτερη αυτή παράμετρος είναι δύσκολο να διερευνηθεί με εμπειρικές μεθόδους γιατί προϋποθέτει την ανάλυση ενός συστήματος σε λειτουργία. Αυτός είναι πιθανά κι ένας απ' τους λόγους που δεν υπάρχουν αρκετές σχετικές βιβλιογραφίες, παρ' όλο που είναι πολύ σημαντική σε σχέση με την αυτοεκτίμηση. Αλλά ακόμη και μία ανάλυση σε αυτό το επίπεδο, προϋποθέτει μία αρχική ανάλυση των δυναμικών σχέσεων του παιδιού με το καθένα απ' τα μέλη της οικογένειας για να γίνει στην συνέχεια πολύπλευρη προσέγγιση.

Σε πολλές έρευνες γίνεται αναφορά σε μία θετική οικογενειακή ατμόσφαιρα ενώ στην πραγματικότητα δεν αναφέρονται στην οικογένεια ως ομάδα αλλά συνήθως στην στάση των δύο γονιών. Ασφαλώς το σύνολο αυτών των σχέσεων είναι πολύ περισσότερο από το άθροισμα τους. Ωστόσο η μελέτη του ρόλου του κάθε μέλους της οικογένειας είναι χρήσιμη για την κατανόηση της οικογενειακής δυναμικής μεταβλητές που καθορίζουν το οικογενειακό πλαίσιο (πχ δομή της οικογένειας, κοινωνικοοικονομικό επίπεδο κ.α.).

3.2.1.α. Γονείς

Είναι κοινά αποδεκτό ότι οι γονείς είναι η βασική πηγή της αυτοεκτίμησης του παιδιού, γιατί είναι τα πρώτα πρόσωπα με τα οποία έρχεται σε επαφή. Επομένως οι πρώτες εικόνες του εαυτού του συνδέονται με τις δικές τους αντιδράσεις και την δική τους προσωπικότητα. Αν δεχθούμε (όπως προτείνει η ψυχαναλυτική θεωρία) ότι τα πρώτα χρόνια καθορίζουν την διαμόρφωση της προσωπικότητας, τότε είναι φανερό ότι η ποιότητα της σχέσης του παιδιού με τους γονείς αποκτά ζωτική σημασία για την μελλοντική ψυχική του υγεία.

Ειδικά, σε σχέση με την αυτοεκτίμηση του παιδιού, οι παράμετροι που φαίνεται να είναι πιο σημαντικές είναι η αποδοχή του παιδιού απ' τους γονείς και η συνέπεια στην συμπεριφορά τους προς αυτό. Αυτές είναι απαραίτητες προϋποθέσεις για να αποκτήσει το παιδί ένα αίσθημα ασφάλειας, υπευθυνότητας και αποτελεσματικότητας. Όταν τα σημαντικότερα για το παιδί πρόσωπα το δέχονται και το σέβονται ως αυτόνομη προσωπικότητα, κι όταν η σχέση μαζί τους είναι ικανοποιητική, το παιδί αισθάνεται αναγνωρισμένο και ικανό. Πολλές έρευνες προσφέρουν ενδείξεις για την θετική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης του παιδιού με την αποδοχή του από τους γονείς (Degenhard 1980, Coopersmith 1967, Trethway 1983 ΚΑ).

Ο τρόπος διαπαιδαγώγησης των παιδιών συχνά αναφέρεται ως μια σημαντική παράμετρος της σχέσης γονιών παιδιών, η οποία συσχετίζεται με την αυτοεκτίμηση τους. Ειδικότερα, αναφέρεται ότι ο υπερβολικός έλεγχος ή η ανυπαρξία ελέγχου συνεπάγεται χαμηλό επίπεδο αυτοεκτίμησης (Glenapp 1980, Rynn 1979, Crase, Foss and Golbert 1981, Loeb at al 1980). Ο συγκεκριμένος, όμως τρόπος αντίδρασης των γονιών (που αναφέρεται ως μέθοδος διαπαιδαγώγησης) δεν έχει τόση σημασία όσο τα μηνύματα που μεταδίδονται διαμέσου αυτού, το βαθύτερο δηλαδή αίσθημα αποδοχής ή απόρριψης και γενικότερα η σχέση αλληλεπίδρασης των γονιών με το παιδί. Έτσι πχ η επιβολή πειθαρχίας μπορεί να έχει το νόημα μιας

καθοδήγησης ή ενός επιθετικού ελέγχου. Αντίθετα, η απόλυτη ελευθερία μπορεί να είναι ένδειξη αδιαφορίας, απόρριψης ή αντίθετα εμπιστοσύνης κι αποδοχής του παιδιού (Grase. Foss και Golbert 1981).

Η στάση που αναφέρεται ως «σχετική ελευθερία αλλά με συγκεκριμένα όρια» συσχετίζεται θετικά με την αυτοεκτίμηση του παιδιού (Coopersmilh 1967, Tretheway 1983), επειδή ακριβώς συνδέεται συνήθως με την αποδοχή και το ενδιαφέρον των γονιών για το παιδί. Επομένως, όπως παρατηρεί κι ο Watkins (1976) η μέθοδος διαπαιδαγώγησης δεν φαίνεται να είναι καθοριστικός παράγοντας στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού. Αυτό που έχει σημασία είναι ο τρόπος που το ίδιο το παιδί δέχεται και ερμηνεύει την συγκεκριμένη συμπεριφορά των γονιών. Η αυτοεκτίμηση μπορεί να υποστηρίζει κανείς ότι είναι το αποτέλεσμα μιας λεπτής ισορροπίας μεταξύ αγάπης και ελέγχου, δηλαδή ενδιαφέροντος αλλά και αποδέσμευσης.

Ο Kohut (1986), από την ανάλυση περιπτώσεων που παρουσίαζαν διαταραχές στην σφαίρα του εαυτού, παρατήρησε ότι σε πολλές περιπτώσεις οι γονείς αυτών των ασθενών είναι φανερά απόμακροι από τα παιδιά τους. Αντίθετα, σε άλλες περιπτώσεις, οι γονείς δίνουν την εντύπωση μιας υπερβολικά στενής σχέσης με τα παιδιά, αλλά συγχρόνως μιας αδυναμίας να ανταποκριθούν στις εξελισσόμενες ναρκισσιστικές απαιτήσεις τους. γιατί χρησιμοποιούν τα παιδιά τους για τις δικές τους ναρκισσιστικές ανάγκες. Από την διαπίστωση αυτή διαφαίνεται η σημασία της προσωπικότητας των γονιών, των προσωπικών αναγκών τους και του βαθμού στον οποίο το παιδί ανταποκρίνεται σε αυτές (Clark, 1978, Behrens 1954).

Η σχέση αλληλεπίδρασης του παιδιού με τους γονείς, η οποία είναι αποτέλεσμα των αναγκών και των δυνατοτήτων του καθένα, αποτελεί την κύρια παράμετρο στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. όπως και όλης της προσωπικότητας του παιδιού. Ιδιαίτερη σημασία έχει ο τρόπος με τον οποίο το παιδί αντιλαμβάνεται και βιώνει αυτήν την σχέση. Γι' αυτό στην έρευνα αυτή θεωρήσαμε ως πιο σημαντική ένδειξη της μορφής των ενδοοικογενειακών σχέσεων, τον τρόπο που τις αντιλαμβάνεται το ίδιο το παιδί, ο οποίος δεν συνδέεται απαραίτητα με συγκεκριμένες αντιδράσεις ή χαρακτηριστικά των ίδιων των γονιών.

Ωστόσο, η σχέση του παιδιού με τον καθένα από τους δύο γονείς έχει έναν ιδιαίτερο χαρακτήρα. Ο καθένας από αυτούς έχει ένα διαφορετικό κοινωνικό ρόλο, ο οποίος καθορίζει

ως ένα βαθμό και την σχέση του με το παιδί. Γι' αυτό και ο τρόπος που συμβάλλουν στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού διαφέρει, όπως θα δούμε πιο κάτω.

Γ Η μητέρα

Οι περισσότεροι συγγραφείς που έχουν ασχοληθεί με την μελέτη της αυτοεκτίμησης επισημαίνουν τον ρόλο της μητέρας ως έναν από τους βασικότερους παράγοντες στην εξέλιξη της.

Σύμφωνα με την ψυχαναλυτική θεωρία, η αυτοεκτίμηση του παιδιού διαμορφώνεται κυρίως κατά την βρεφική ηλικία μέσα από την αλληλεπίδραση μητέρας παιδιού, όπως ήδη αναφέρθηκε στο προηγούμενο κεφάλαιο. Η πρώτη σημαντική σχέση του παιδιού είναι αυτή με την μητέρα. Αυτή λειτουργεί ως μέσο συνειδητοποίησης του εαυτού αρχικά και ως συνεχής πηγή ανατροφοδότησης ασφάλειας, αυτοεπιβεβαίωσης κινήτρων. Η μητέρα είναι στην αρχή το μοναδικό και για όλη τη ζωή το σταθερό σημείο αναφοράς του παιδιού. Η Mahler (1979) που έκανε μία εκτενή ανάλυση της εξέλιξης της δημιουργίας ταυτότητας βασίζει την θεωρία της, όπως υποστηρίζει η ίδια, σε μία άποψη του Freud την οποία θεωρεί θεμελιώδους σημασίας. Πρόκειται για την έμφαση που ο Freud δίνει στο γεγονός ότι η συναισθηματική εξάρτηση από την μητέρα, έστω και μειωμένη, διαρκεί σε όλη την διάρκεια της ζωής.

Για την ίδια την μητέρα το παιδί ακόμη και πριν γεννηθεί, αλλά ιδιαίτερα κατά την συμβιωτική περίοδο, έχει μία σημαντική θέση στην ασυνείδητη και συνειδητή αναπαράσταση του δικού της εαυτού, όπως παρατηρεί η Mahler (1979) η οποία θεωρεί το σώμα του παιδιού ως φαλλικό σύμβολο για την μητέρα. Η μητέρα μεταδίδει στο παιδί τις προσωπικές επιθυμίες της, κίνητρα, προσδοκίες, άγχος, σιγουριά, συνειδητές και ασυνείδητες φαντασιώσεις. Και το παιδί όμως έχει τα δικά του ιδιοσυστατικά χαρακτηριστικά τα οποία επηρεάζονται αλλά και επηρεάζουν τις αντιδράσεις της μητέρας. Η αποδοχή του κατά ένα μεγάλο μέρος εξαρτάται από το πόσο αυτά ταιριάζουν με τις επιθυμίες και τις ανάγκες της μητέρας.

Η εμφάνιση, το φύλο, ο χαρακτήρας αλλά και οι ειδικότερες συνθήκες την στιγμή που έρχεται το παιδί στον κόσμο, όπως για παράδειγμα η επιθυμία της μητέρας, η σχέση της με τον πατέρα του παιδιού, η σειρά γέννησης του παιδιού, όπως και άλλοι παράγοντες συντελούν ώστε το κάθε παιδί να έχει ένα ξεχωριστό νόημα για την μητέρα. Έτσι, η σχέση που τελικά δημιουργείται ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί είναι μία σχέση αλληλεπίδρασης, αλλη-

λοσυμπλήρωσης και αλληλοεκπλήρωσης. Ωστόσο σ' αυτή τη σχέση η προσαρμογή του παιδιού είναι πολύ μεγαλύτερη από εκείνη της μητέρας, όσο ευαίσθητη αυτή κι αν είναι, αφού η προσωπικότητα της είναι ήδη δομημένη και συχνά πολύ δύσκαμπτη. Όπως παρατηρεί η Mahler (1966), το παιδί είναι αυτό που διαμορφώνεται έτσι ώστε να ταιριάζει αρμονικά με το στυλ της μητέρας, γιατί γεννιέται με έντονη ανάγκη και ικανότητα προσαρμογής. Μάλιστα, υπάρχουν κάποιες ενδείξεις ότι αυτή η αμοιβαιότητα γίνεται πιο ισχυρή όσο το παιδί μεγαλώνει (Maccoby και Martin, 1983).

Σύμφωνα με την Jacobson (1964), αυτό το ιδιαίτερο και μοναδικό σχήμα σχέσεων της μητέρας με το συγκεκριμένο παιδί είναι το καλούπι για τη διαμόρφωση της ταυτότητας. Σε ένα πρώτο στάδιο, η αναπαράσταση του εαυτού ταυτίζεται με αυτή της μητέρας («εαυτό-αντικείμενο»). Τα συναισθήματα της μητέρας τα οποία γίνονται αισθητά από το βρέφος μέσα από τον τρόπο που το χειρίζεται, του μιλάει και ικανοποιεί τις ανάγκες του. Θεωρούνται και δικά του. Γι' αυτά η φροντίδα του βρέφους δεν είναι αρκετή. Αυτό που είναι ζωτικής σημασίας για την ψυχοφυσιολογική του ανάπτυξη είναι η τακτική και διαρκής συναισθηματική επαφή με την μητέρα (Spitz, Bowlby, Winnicott κ), ή με άλλα λόγια η «συναισθηματική διαθεσιμότητα» της τελευταίας (Edme 1983). Στις έρευνες του Spitz και του Bowlby φαίνονται καθαρά οι επιπτώσεις που επιφέρει στην ανάπτυξη του παιδιού η έλλειψη αυτής της επαφής με ένα σταθερό πρόσωπο.

Η πρώτη αυτή συναισθηματική σχέση με την μητέρα έχει ιδιαίτερη σημασία για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, γιατί όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο Winnicott (1969), το πρόσωπο της μητέρας είναι ο πρώτος καθρέπτης όπου το παιδί βλέπει την ύπαρξη του και την αποδοχή του. «Η αδιαφορία της μητέρας σ' αυτή την περίοδο συνεπάγεται μία βαθιά ναρκισσιστική πληγή και η απόρριψη οδηγεί κατά κάποιο τρόπο στο θάνατο» (Castellan. 1980 σελ. 65).

Η ικανοποίηση των φυσιολογικών αναγκών του βρέφους, συνδυασμένη με θετικά συναισθήματα αγάπης και αποδοχής, δημιουργούν μία διάχυτη διάθεση ικανοποίησης που είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την εξέλιξη μιας θετικής αυτοεκτίμησης. Όμως εξίσου απαραίτητη για την απόκτηση ταυτότητας είναι η διαφοροποίηση του βρέφους από την μητέρα και η εξατομίκευση του. Αυτή επιτυγχάνεται με την ανακάλυψη διαφορών και την αυξανόμενη αμφιθυμία παρά την υπερβολικά στενή σχέση. Οι ικανοποιήσεις πρέπει να εναλλάσσονται με στερήσεις και περιορισμούς. Η ρυθμιστική εναλλαγή εμπειριών ικανοποίησης και απογοή-

τευσης η οποία όμως είναι προβλέψιμη, δημιουργεί μία απαραίτητη βάση για την σταθερότητα της ταυτότητας.

Αλλά ακόμη κι όταν το παιδί αποκτά καθαρή συνείδηση του εαυτού του και των αντικειμένων αγάπης ως διαφορετικές ενότητες, η εξάρτηση του απ' την μητέρα εμποδίζει τον απόλυτο χωρισμό ανάμεσα στην εικόνα του εαυτού και την εικόνα της μητέρας. Έτσι η μητρική εικόνα παραμένει για μερικά χρόνια μία απλή προέκταση της εικόνας του εαυτού ή αντίστροφα. Επομένως, η δομή της προσωπικότητας της μητέρας και η αναβίωση των δικών της παιδικών βιωμάτων στη σχέση της με το παιδί, παίζει σημαντικό ρόλο στην εξατομίκευση και την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού. Πολλές φορές οι ίδιοι οι γονείς, στην προσπάθεια τους να καλύψουν δικές τους ανάγκες, δείχνουν μια επιθυμία διατήρησης της συμβιωτικής σχέσης και δυσκολεύουν την εξατομίκευση του παιδιού.

Ενώ τα πρώτα χρόνια το παιδί έχει ανάγκη μία μητέρα που θα ικανοποιεί τις ανάγκες του, αργότερα κατά την λανθάνουσα περίοδο η επιθυμία του είναι να έχει μία δυνατή μητέρα ή πατέρα που θα του προσφέρουν ένα ικανοποιητικό πρότυπο για μίμηση και ταύτιση. Γι' αυτό οι απογοητεύσεις, οι στερήσεις και οι περιορισμοί, ακόμη και η επιθετικότητα που επιβάλλονται από τη μητέρα είναι πιο ανεκτοί παρά η αδυναμία ή η απουσία της.

Όταν οι πρώτες εικόνες του εαυτού είναι θετικές, αποτελούν μια ασφαλή βάση που επιτρέπει στο παιδί να προσαρμοσθεί σε ένα καινούριο περιβάλλον όπως είναι το σχολικό. Ένα παιδί που, ως αποτέλεσμα των προηγούμενων εμπειριών του έχει αποκτήσει ένα συναίσθημα αυτοπεποίθησης, αποδοχής και αποτελεσματικότητας, θα προσαρμοσθεί πολύ πιο εύκολα στο σχολικό περιβάλλον εντάσσοντας τις νέες εμπειρίες στην ήδη υπάρχουσα δομή.

Οι θετικές ή αρνητικές εμπειρίες στην σχολική περίοδο έχουν σχέση ασφαλώς και με την προσωπικότητα του δασκάλου, την σχέση του με το παιδί και την προσαρμογή του παιδιού στο ευρύτερο περιβάλλον των συνομηλίκων. Όμως ο κύριος άξονας σύγκρισης, ως βασική πηγή αξιών, προσδοκιών, ενθάρρυνσης εξακολουθεί να είναι η οικογένεια και κυρίως η μητέρα. Επομένως, η σχέση του παιδιού με την μητέρα εξακολουθεί να είναι σημαντική για την αυτοεκτίμηση του και σε μεγαλύτερη ηλικία.

Ο Perron (1971) στην έρευνα που έκανε με παιδιά ηλικίας 10 χρόνων και τις μητέρες τους ζήτησε και από τους δυο να περιγράψουν μία πραγματική και μία επιθυμητή εικόνα του

παιδιού, βάσει μία λίστας αξιών. Επισημαίνει δύο τύπους μητέρων και καταλήγει στο συμπέρασμα ότι όταν η μητέρα είναι ανικανοποίητη από το παιδί, το παιδί επίσης δηλώνει ανικανοποίητο από τον εαυτό του και επιθυμεί ν' αλλάξει, προκειμένου να προσαρμοστεί στην επιθυμία της μητέρας του. Αυτή η επιθυμία αλλαγής παρατηρείται στις περιπτώσεις που η σχέση του παιδιού με την μητέρα είναι θετική, ενώ σε ορισμένες περιπτώσεις, παρά το αίσθημα του ανικανοποίητου που μπορεί να έχει το παιδί, δεν υπάρχει επιθυμία αλλαγής. Επομένως, το παιδί μαθαίνει να βλέπει και να κρίνει τον εαυτό του με τον ίδιο τρόπο που το κάνει η μητέρα του.

Όπως παρατήρησε ο Graybill (1978), αυτό που έχει σημασία για την εξέλιξη του παιδιού είναι ο τρόπος που αντιλαμβάνονται τα παιδιά την στάση της μητέρας απέναντί τους. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας του, τα παιδιά με υψηλή αυτοεκτίμηση αισθάνονται ότι η μητέρα τους τα αποδέχεται, τα καταλαβαίνει και τα αγαπάει. Ενδείξεις θετικής συσχέτισης της αποδοχής του παιδιού από την μητέρα με την αυτοεκτίμηση του υπάρχουν σε διάφορες εμπειρικές έρευνες. Η "αποδοχή" όμως ερμηνεύεται με διαφορετικό τρόπο. Η αποδοχή με την έννοια της πλήρους ταύτισης των γονιών με το παιδί με συνέπεια την υπερπροστασία ή την πλήρη ελευθερία έχει τόσο αρνητικά αποτελέσματα για την απόκτηση μιας θετικής και σταθερής ταυτότητας στο παιδί όσο και η αδιαφορία.

Ο Layland (1985) ορίζει ως βασική ιδιότητα της «μητέρας που αγαπάει» (Loving mother) την ικανότητα της να δέχεται τις ανάγκες, τις επιθυμίες και της φαντασιώσεις του παιδιού αλλά να μην περιμένει από το ίδιο να μοιραστεί τις δικές της ασυνείδητες ανάγκες, συναισθήματα, επιθυμίες και φαντασιώσεις, που δεν συνδέονται με την σχέση της με το παιδί και για τα οποία θα έπρεπε να αναζητήσει αλλού ικανοποίηση. Μία θετική στάση αποδοχής, επομένως, συνδέεται με μία στοργική σχέση η οποία όμως θα αφήνει περιθώρια αυτενέργειας. Ωστόσο, παρά τις διάφορες προσπάθειες καθορισμού των χαρακτηριστικών μιας καλής μητέρας ή μιας «θετικής μητρικής σχέσης» δεν μπορεί να ορισθεί ένα στερεότυπο σχήμα. Αυτό που καθορίζει την «καλή μητέρα» είναι η εμπειρία του παιδιού από τη σχέση που έχει μαζί της. Όπως αναφέρει ο Layland (1985) «είναι η υποκειμενική εμπειρία του παιδιού που ορίζει αναδρομικά αν η μητέρα ήταν αρκετά καλή και όχι η παρατήρηση της σχέσης μητέρας-παιδιού από κάποιον ειδικό».

Από την πιο πάνω ανάλυση, μπορεί κανείς να υποθέσει, αφενός ότι η σχέση του παιδιού με τη μητέρα εδραιώνεται κυρίως στα πρώτα χρόνια της ζωής του και συνήθως στα επό-

μενα χρόνια συνεχίζει με την ίδια μορφή, και αφετέρου ότι η αυτοεκτίμηση του παιδιού διαμορφώνεται σε άμεση συνάρτηση με αυτή τη σχέση. Επομένως ο τρόπος που αντιλαμβάνεται το παιδί αυτή τη σχέση (τόσο τα συναισθήματα του προς την μητέρα, όσο και τα συναισθήματα της μητέρας προς αυτό), συνδέονται άμεσα με την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Γ Ο πατέρας

Ενώ στην σχετική βιβλιογραφία υπάρχει μια κοινή αποδοχή του ρόλου της μητέρας και της ζωτικής σημασίας που έχει η παρουσία της και τη θετική συνδιαλλαγή της με το παιδί, δεν δίνεται η ίδια βαρύτητα στον ρόλο του πατέρα για την φυσιολογική εξέλιξη του παιδιού. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η σχέση του παιδιού με την μητέρα είναι φυσιολογικά συνδεδεμένη με την φυσική και ψυχική υγεία του παιδιού, (για λόγους μερικώς βιολογικούς αλλά κυρίως κοινωνικούς), ενώ ο ρόλος του πατέρα είναι κοινωνικά περιορισμένος. Ένας άλλος λόγος που μπορεί να εξηγήσει το μικρό αριθμό ερευνητικών δεδομένων σχετικά με τον πατέρα, είναι οι πρακτικές δυσκολίες προσέγγισης και συνεργασίας με τον πατέρα σε θέματα που αφορούν το παιδί Έτσι ενώ υπάρχει ένα πλήθος ερευνών και θεωρητικών αναλύσεων για την σχέση μητέρας-παιδιού, πολύ λιγότερες έρευνες αφορούν κατά κύριο λόγο τη σχέση του πατέρα με το παιδί.

Η διαφορετική αξιολόγηση των ρόλων των δύο γονιών σε σχέση με το παιδί οφείλεται στην κοινωνική διαφοροποίηση των δύο φύλων, που καθορίζει τον μητρικό ρόλο ως πρωταρχικό για τις γυναίκες, οι οποίες καταξιώνονται κοινωνικά κυρίως μέσα από αυτόν. Αντίθετα, για τους άνδρες ο πατρικός ρόλος είναι δευτερεύων. αφού αυτοί καταξιώνονται μέσα απ' την κοινωνική τους προσφορά. Ο καθορισμός των κοινωνικών ρόλων των δύο φύλων φαίνεται ότι δεν ποικίλλει σε σημαντικό βαθμό, χρονικά και τοπικά- Η Lewis (1986) αναφέρει ότι πληροφορίες από 40 χρόνια πριν δίνουν ενδείξεις για μια εμπλοκή του πατέρα παρόμοια όπως και σήμερα, και γενικά "η άποψη ότι οι άνδρες αρχίζουν να συμμετέχουν στην οικογενειακή ζωή είναι τόσο παλιά και ίσως τόσο χαρακτηριστική όσο η έννοια της πατριαρχίας. Επομένως οι παραλλαγές της συμμετοχής του πατέρα οφείλονται σε προσωπικούς παράγοντες και όχι στην κοινωνική εξέλιξη.

Σύμφωνα με την κλασική ψυχαναλυτική θεώρηση, το πρόσωπο που περιγράφεται ως πιο σημαντικό στα πρώτα χρόνια εξέλιξης του παιδιού είναι η μητέρα. Συχνά ο ρόλος του πατέρα σημασιοδοτείται μόνο μέσα απ' την σχέση του με την μητέρα του και την έμμεση επί-

δραση του προς το παιδί (π.χ. Bowlby, Winnicot). Ο πατέρας ως ξεχωριστή οντότητα, σε άμεση αλληλεπίδραση με το παιδί, κατά την βρεφική τουλάχιστον ηλικία, είναι σχεδόν ανύπαρκτος και πέρα απ' τον ρόλο του στην διάσπαση της δυαδικής συμβιωτικής σχέσης μητέρας - παιδιού, ελάχιστα αναφέρεται στις θεωρητικές αναλύσεις μέχρι την εμφάνιση του κατά την οιδιπόδεια περίοδο, οπότε αποκτά ένα βασικό και καθοριστικό ρόλο. Αυτός εντοπίζεται κυρίως στην διαμόρφωση του υπερεγώ που πηγάζει από την ταύτιση του παιδιού με τον πατέρα. Αυτή η παραμέληση του προ-οιδιπόδειου πατέρα όπως παρατηρεί ο Burlingham (1973), όχι μόνο αδικεί τη σημασία του ρόλου του, αλλά και διαστρεβλώνει κατά κάποιο τρόπο την σχέση μητέρας-παιδιού.

Ενδείξεις από τις παρατηρήσεις των Greenacre (1966), Abelin (1975), Mahler et al (1975) δείχνουν ότι το παιδί έχει την έννοια του πατέρα από τους πρώτους μήνες της ζωής του. Όπως αναφέρει ο This (1980), η ζωή φαίνεται να συνδέεται με τον πατέρα με πολύ συγκεκριμένο τρόπο. Από έρευνες που έχουν γίνει φαίνεται ότι το βρέφος αντιδρά στην φωνή του πατέρα του την οποία γνωρίζει από την εμβρυακή περίοδο. Πρόσφατες έρευνες επίσης δείχνουν ότι τόσο η μητέρα όσο και ο πατέρας λειτουργούν ως μορφές προσκόλλησης στη βρεφική ηλικία και αργότερα ως φορείς κοινωνικοποίησης, παρ' όλο που ο τρόπος που συνδέεται το παιδί με τον καθένα είναι διαφορετικός. Ο Kotelchuc (1976) με πειραματική μέθοδο και η Lamb (1976) με παρατήρηση στο οικείο περιβάλλον, διαπίστωσαν ότι οι αντιδράσεις των παιδιών (20 μηνών περίπου) είναι παρόμοιες όταν φεύγει ο πατέρας ή η μητέρα και ότι η προσκόλληση του παιδιού στον πατέρα σχετίζεται με την φροντίδα που έχει αναλάβει ο πατέρας στο σπίτι.

Συνήθως όμως η εμπλοκή των γονιών στην ανατροφή των παιδιών είναι πολύ διαφορετική. Η μητέρα έχει την κύρια φροντίδα του παιδιού. Ακόμη και όταν ο πατέρας ασχολείται με το παιδί, η σχέση που αναπτύσσεται μαζί του είναι πολύ διαφορετική από αυτήν που αναπτύσσει το παιδί με την μητέρα. Σ' αυτό το συμπέρασμα κατάληξε και η Maccoby (1980) σε έρευνα που έκανε με παιδιά δύο ετών. Παρατήρησε, δηλαδή, ότι όταν και οι δύο γονείς είναι διαθέσιμοι, το παιδί πηγαίνει στον πατέρα για παιχνίδι, αλλά όταν αναζητεί ασφάλεια στρέφεται πάντα προς την μητέρα.

Η διαφορετική και συνήθως μικρότερη (χρονικά) εμπλοκή του πατέρα με το παιδί, δεν σημαίνει ότι ο ρόλος του είναι λιγότερο σημαντικός. Ο πατέρας κατέχει μια σημαντική θέση για την εξέλιξη του παιδιού από την προγεννητική ακόμα περίοδο. Αυτή μπορεί να είναι έμμε-

ση μέσα από την σχέση του με την μητέρα, η ευαισθησία και η συναισθηματική κατάσταση της οποίας καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τη σχέση της μαζί του. αλλά και άμεση, με τις αντιδράσεις του ίδιου του πατέρα προς την πατρότητα ή αργότερα προς το συγκεκριμένο παιδί.

Ο Laytand (1985) προτείνει την έννοια «loving father» ως βασικό στοιχείο στην Ψυχολογική εξέλιξη του παιδιού. Μ' αυτήν εννοεί τον πατέρα που ανταποκρίνεται στις επιθυμίες, ανάγκες και φαντασιώσεις του παιδιού. Η έννοια αυτή είναι αντίστοιχη με εκείνη της «loving mother» (ή «good enough mother» κατά τον Winnicott), παρόλο που δεν ταυτίζεται μαζί της. Οι ιδιότητες που πρέπει να έχει ο πατέρας διαφέρουν από αυτές της μητέρας. Για παράδειγμα μια βασική ιδιότητα του «loving father» είναι η υποστήριξη της μητέρας στην σχέση της με το παιδί. Πιο εμφανής είναι ο ρόλος του πατέρα στην εδραίωση του υπερεγώ, που γίνεται κατά την παιδική ηλικία και δεν μπορεί ν' αναπληρωθεί αργότερα. Το υπερεγώ είναι πηγή δύναμης για το εγώ και το άτομο που υποφέρει από πατρική στέρηση έχει συνήθως αδύναμο εγώ.

Ο ρόλος του πατέρα είναι πολύπλευρος και απαιτητικός και συγχρόνως πολύτιμος για την διαμόρφωση της προσωπικότητας και την κοινωνικοποίηση του παιδιού. Ενώ η μητέρα λειτουργεί κυρίως ως πηγή αγάπης και ασφάλειας, ο ρόλος του πατέρα είναι διπλός: Ως σύμβολο απαγόρευσης και επιβολής της πειθαρχίας, επιβάλλει τον έλεγχο των επιθυμιών και τους απαραίτητους συμβιβασμούς για τον έλεγχο του εαυτού. Συγχρόνως όμως λειτουργεί ως πρότυπο και πρέπει να μπορεί να επιβάλλεται χωρίς να απορρίπτει, να προκαλεί θαυμασμό αλλά συγχρόνως και ασφάλεια. Άλλωστε το υπερεγώ δεν πηγάει μόνο απ' την απαγόρευση αλλά και από την αμοιβή και ικανοποίηση που συνοδεύουν την υπακοή, αλλιώς γίνεται απειλητικό και ανασταλτικό για την λειτουργία του εγώ.

Όλα αυτά τα στοιχεία που συνδέονται με τον ρόλο του πατέρα έχουν ιδιαίτερη σημασία για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, που είναι συνάρτηση τόσο των ναρκισσιστικών στοιχείων του εαυτού όσο και του ελέγχου που ασκεί το υπερεγώ. Ιδιαίτερα, η δημιουργία ενός σταθερού υπερεγώ, ούτε πολύ απειλητικού αλλά ούτε και αδύναμου είναι πολύ σημαντική για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Γι' αυτό, και ο ρόλος του πατέρα αποκτά βαρύνουσα σημασία. Η εικόνα που έχει το παιδί για τον πατέρα και η σχέση μαζί του φαίνεται να συμβάλει στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού, μ' ένα διαφορετικό αλλά το ίδιο σημαντικό τρόπο όσο η σχέση του με την μητέρα.

3.2.1.β) Αδέλφια

Κάθε παιδί έχει τη δική του θέση μέσα στην οικογένεια και ένα ιδιαίτερο νόημα για τον καθένα απ' τους γονείς αλλά και για το σύνολο της οικογενειακής οργάνωσης.

Ένα ζευγάρι με ένα μοναδικό παιδί δεν αποτελούν μία οικογένεια με την πλήρη ενότητα του όρου" αναφέρει ο Porot (1966) τονίζοντας την βασική σημασία που έχουν τα αδέλφια σαν παράγοντες κοινωνικοποίησης του παιδιού. Όταν υπάρχουν αδέλφια το παιδί βγαίνει πιο εύκολα από τον εγωκεντρισμό του και εκφράζει την αντιζηλία του, η οποία σε σχέση με τους γονείς αναγκαστικά καταπιέζεται. Ενώ η σχέση με τους γονείς είναι μια άνιση σχέση, η εμπειρία της σχέσης με τα 'αδέλφια εξοπλίζει το παιδί με την ικανότητα να δημιουργεί στη συνέχεια ισότιμες σχέσεις οι οποίες χαρακτηρίζονται από την έκφραση διαφόρων συναισθημάτων θετικών και αρνητικών, όπως η αντιπαλότητα, η φιλία, η συνεργασία κ.ά. Οι σχέσεις που θα δημιουργηθούν αργότερα μέσα στην κοινωνία είναι συχνά επανάληψη των ενδοοικογενειακών σχέσεων. Για αυτό και οι σχέσεις του παιδιού με τα αδέλφια μπορεί να θεωρηθούν ως προετοιμασία για την μετέπειτα ένταξη του στην ευρύτερη κοινωνία.

Η αντιζηλία που χαρακτηρίζει τις αδελφικές σχέσεις και έχει ως βασική της αιτία τη διεκδίκηση της μητρικής αγάπης, η σύγκριση μεταξύ αδελφών, αλλά και η αλληλοϋποστήριξη καθώς και η διαφοροποίηση της σχέσης με τους γονείς που εξαρτάται κατά ένα μέρος από την ύπαρξη άλλων παιδιών στην οικογένεια, είναι μερικές από τις παραμέτρους που πιθανά συμβάλλουν στην αυτοεκτίμηση του παιδιού. Όλα αυτά τα στοιχεία όμως δεν έχουν κάποιο καθοριστικό χαρακτήρα γιατί εξαρτώνται από την δυναμική της κάθε οικογένειας και κυρίως από την ιδιαίτερη αντίδραση του κάθε παιδιού.

Η θέση του μοναδικού παιδιού φαίνεται να έχει κάποια ιδιαιτερότητα. Ως μοναδικό αντικείμενο αγάπης και αποκλειστικής προσοχής των γονιών, δέχεται τις διάφορες ταυτίσεις, προβολές και απαιτήσεις τους και είναι πιο ευάλωτο στις εναλλαγές της γονικής συμπεριφοράς. Όταν αυτή η αποκλειστικότητα εκφράζεται με μια μεγαλύτερη διαθεσιμότητα, ενθάρρυνση και προσοχή εκ μέρους των γονιών, τότε τα μοναχοπαιδιά μπορεί να έχουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση (Coopersmith 1967. Rosenberg 1965 και Sears 1970). Πολλές φορές όμως η αποκλειστικότητα οδηγεί σε υπερπροστασία και φόρτιση του παιδιού με τα προβλήματα των γονιών, που δεν έχουν άλλη διέξοδο, ενώ αντίθετα όταν τα παιδιά είναι περισσότερα τα προβλήματα μοιράζονται και συγχρόνως υπάρχει μία υποστήριξη μεταξύ τους. Οι Mauco και

Rimbaud (1951) στην έρευνα που έκαναν σε περιπτώσεις 200 παιδιών, που συμβουλευτήκαν ιατροπαιδαγωγικούς σταθμούς στο Παρίσι, παρατήρησαν ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών που παρουσιάζουν συναισθηματικές διαταραχές ή προβλήματα συμπεριφοράς είναι μοναχοπαίδια και σε ένα κάπως μικρότερο ποσοστό τα πρώτα παιδιά της οικογένειας. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι τα μοναχοπαίδια είναι συνήθως προβληματικά, αλλά ότι τα προβλήματα σ' αυτές τις περιπτώσεις είναι πιο έντονα, ενώ όταν υπάρχουν περισσότερα παιδιά, αυτά αμβλύνονται. Επομένως και σε σχέση με την αυτοεκτίμηση, μπορεί κανείς να υποθέσει ότι η αποκλειστική αυτή σχέση των παιδιών που δεν έχουν αδέρφια με τους γονείς τους, άλλοτε τα ευνοεί, έτσι ώστε παρατηρείται υψηλότερη αυτοεκτίμηση από ότι στα υπόλοιπα παιδιά, κι άλλοτε τα κάνει πιο ευάλωτα και προβληματικά.

Δεν παρατηρείται ωστόσο μια αντίστοιχη άμβλυνση των προβλημάτων καθώς ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια αυξάνεται. Κι αυτό γιατί ο αυξανόμενος αριθμός των παιδιών στην οικογένεια δεν έχει ένα μονοσήμαντο νόημα. Στην Ελληνική μάλιστα κοινωνία, ο αριθμός των μελών της οικογένειας σχετίζεται με κοινωνικοοικονομικούς παράγοντες και με ιδιαίτερες συνθήκες διαβίωσης, που επηρεάζουν ως ένα βαθμό τις οικογενειακές σχέσεις και κάνουν τη συγκριτική μελέτη πολύ δύσκολη. Δεν μπορεί δηλαδή κανείς να ερμηνεύσει μια πιθανή συσχέτιση του μεγέθους της οικογένειας με ορισμένα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, παρά μόνο σε συνδυασμό με τις υπόλοιπες μεταβλητές που το συνοδεύουν. Έτσι και η αρνητική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης των παιδιών με το μέγεθος της οικογένειας που παρατήρησε ο Sears (1970) πιθανόν να οφείλεται σε άλλους παράγοντες που συνδέονται με την ύπαρξη πολλών παιδιών, όπως το κοινωνικό-οικονομικό επίπεδο, η προσωπικότητα των γονιών κ.ά. Επομένως η αυτοεκτίμηση των παιδιών δεν φαίνεται να συνδέεται άμεσα με το μέγεθος της οικογένειας, όπως επιβεβαιώνεται και από τα αποτελέσματα διαφόρων ερευνών (Coopersmith 1967, Rosenberg 1965, Nystyf 1974, Stotland and Dunn 1962).

Γεγονός είναι ότι όσο ο αριθμός των μελών αυξάνεται, τόσο οι σχέσεις γίνονται πιο πολύπλοκες. Γι' αυτό ο αριθμός των παιδιών δεν είναι τόσο καθοριστικός για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης όσο η δυναμική που δημιουργείται στην οικογένεια.

Η ύπαρξη αδελφών αποκτά καινούριο νόημα για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, όταν αυτή συνδυάζεται με ορισμένες άλλες μεταβλητές. Για παράδειγμα, η σειρά γέννησης του παιδιού, το φύλο του ίδιου και των αδελφών του και οι μεταξύ τους ηλικιακές διαφορές,

είναι στοιχεία που καθορίζουν κατά ένα μέρος την αποδοχή του, την αλληλεπίδραση με τα άλλα μέλη της οικογένειας και επομένως την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Η στάση των γονιών απέναντι στο κάθε παιδί είναι κυρίως συνάρτηση της ιδιαίτερης ιστορίας της κάθε οικογένειας και του κάθε γονιού. Ωστόσο φαίνεται ότι υπάρχει μια διαφορά στον τρόπο φροντίδας του βρέφους ανάλογα με την σειρά γέννησης του. Ο Lasko (1954) πχ παρατήρησε ένα μεγαλύτερο άγχος, αδεξιότητα και αστάθεια των γονιών απέναντι στα πρώτα παιδιά και μεγαλύτερη προσαρμοστικότητα, ευελιξία, σιγουριά και συναισθηματική ελευθερία προς τα μικρότερα. Ειδικά ως προς τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, το πρώτο παιδί φαίνεται να βρίσκεται για ένα διάστημα σε πλεονεκτική θέση ως προς την προνομιακή μεταχείριση και την αποκλειστικότητα των γονιών. Συγχρόνως, όμως, οι γονείς έχουν και πιο πολλές απαιτήσεις από αυτό. Απ' την άλλη πλευρά, η γέννηση ενός αδελφού, ιδιαίτερα όταν το παιδί είναι 3-9 ετών, αποτελεί μια διαρκή απειλή για το μεγαλύτερο παιδί που μέχρι τότε ήταν στο κέντρο του ενδιαφέροντος. Αντίθετα το μικρότερο παιδί είναι πάντα αυτό που ακολουθεί και ο ανταγωνισμός για αυτό είναι άνισος και πιο έντονος όσο η ηλικιακή διαφορά είναι μικρότερη. Όμως κι οι απαιτήσεις των γονιών προς το μικρότερο παιδί είναι μειωμένες, η στάση τους λιγότερο αγχώδης και οι εκδηλώσεις στοργής και τρυφερότητας συνήθως είναι περισσότερες. Όταν υπάρχουν περισσότερο από δύο παιδιά, το μεσαίο είναι αυτό που ακολουθεί και ακολουθείται. Ποτέ δεν είναι τόσο καλό όσο και το πρώτο και δεν απαιτεί τόση φροντίδα όσο το τελευταίο. Γι' αυτό συνήθως είναι το πιο παραμελημένο, εκτός κι αν διεκδικήσει την προσοχή των γονιών του μ' έναν ιδιαίτερο τρόπο.

Τα χαρακτηριστικά βέβαια αυτά σχετικοποιούνται από το φύλο του παιδιού και την ηλικιακή τους διαφορά. Για παράδειγμα, όταν το μεσαίο παιδί είναι του ίδιου φύλου με τα υπόλοιπα, τότε κινδυνεύει περισσότερο να παραμεληθεί, παρά αν διαφέρει ως προς το φύλο του. Σ' αυτή την περίπτωση έχει αυτόματα μια ιδιαίτερη θέση μέσα στην οικογένεια.

Επίσης, η ηλικιακή διαφορά μεταξύ των αδελφών είναι ένας σημαντικός ποιοτικός παράγοντας της σχέσης μεταξύ τους. Ο Koch (1956), όπως επίσης και ο Kagan (1971) παρατήρησαν ότι η πιο κρίσιμη διαφορά ως προς την εκδήλωση αντιζηλίας είναι 2-4 χρόνια. Όταν η διαφορά είναι μικρότερη, τα παιδιά δημιουργούν μια ισχυρή σχέση φιλίας και αμοιβαίας εξάρτησης που θυμίζει αυτή των διδύμων. Η εξέλιξη τους είναι σχεδόν ταυτόχρονη και η αντιζηλία τους μικρότερη. Όταν πάλι η ηλικιακή διαφορά μεταξύ αδελφών ξεπερνάει τα τέσ-

σερα χρόνια περίπου, οι σχέσεις που δημιουργούνται μεταξύ τους δεν είναι τόσο ανταγωνιστικές.

Μπορεί επομένως, κανείς να καταλήξει στην διαπίστωση ότι όποια και αν είναι η θέση του παιδιού ανάμεσα στ' αδέρφια, αυτή χαρακτηρίζεται από ορισμένα πλεονεκτήματα και ορισμένα μειονεκτήματα. Η τελική προσαρμογή του κάθε παιδιού εξαρτάται από την ιδιαιτερότητα της κάθε περίπτωσης, την στάση των γονιών, τη δική τους ιδιοσυγκρασία αλλά και απ' τις αντιδράσεις των υπολοίπων παιδιών. Έτσι, η σχέση του παιδιού με τ' αδέρφια μπορεί να λειτουργήσει θετικά ή αρνητικά για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του, ανάλογα αν αυτή είναι υποστηρικτική ή αντίθετα αποστασιοποιημένη και έντονα ανταγωνιστική. Στο κέντρο όμως των αδελφικών σχέσεων παραμένουν οι γονείς που συγχρόνως χαρίζουν τα παιδιά εξαιτίας της αντιζηλίας που προκαλούν αλλά και τα ενώνουν και δημιουργούν, όπως αναφέρει ο Winnicott, «μία κατάσταση όπου το μίσος είναι ανεκτό». Η σχέση μεταξύ των αδελφών επηρεάζεται σημαντικά από την στάση των γονιών και τα δικά τους παιδικά βιώματα. Όπως παρατηρεί ο Porot (1966), τα δικά τους προβλήματα αδελφικής αντιζηλίας που δεν ρευστοποιήθηκαν, μεταφέρονται στην επόμενη γενιά.

Όλα τα παραπάνω αν γίνουν δεκτά, μας επιτρέπεται να ισχυρισθούμε ότι είναι απαραίτητη μια δυναμική προσέγγιση στην κατανόηση των σχέσεων με τα αδέρφια που δεν εξαρτώνται μόνο από μεταβλητές ελεγχόμενες, όπως η σειρά, η ηλικιακή διαφορά και το φύλο. Η ύπαρξη ή μη άλλων παιδιών στην οικογένεια και η σειρά γέννησης του παιδιού ίσως επηρεάζουν την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης αλλά κατά τρόπο μη προβλέψιμο, γιατί εξαρτώνται σ' ένα μεγάλο βαθμό από την ιδιαιτερότητα της κάθε περίπτωσης.

3.2.2. ΤΟ ΦΥΛΟ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Βασικό διαφοροποιητικό στοιχείο της αυτοαντίληψης του κάθε ατόμου είναι το φύλο. Το φύλο είναι πιθανά διαφοροποιητικό στοιχείο της αυτοαντίληψης των παιδιών, όπως προκύπτει πχ από την έρευνα της Δραγώνα (1983) σε ένα δείγμα προεφήβων στον Ελληνικό χώρο. Αυτό καθορίζει τα χαρακτηριστικά που αναφέρονται στον κοινωνικό ρόλο του κάθε φύλου, όπως αυτός ορίζεται στο εκάστοτε κοινωνικό πολιτιστικό περιβάλλον. Οι απαιτήσεις, οι προσδοκίες και οι αξίες που μεταδίδονται στο παιδί, διαφέρουν ανάλογα με το φύλο του. Συνεπώς και ο τρόπος που αντιλαμβάνεται τον εαυτό του ποικίλει αντίστοιχα.

Η αυτοεκτίμηση δεν καθορίζεται από το σύνολο των κοινωνικών χαρακτηριστικών που αποδίδει το παιδί στον εαυτό του αλλά από τη βαθύτερη συναισθηματική στάση που έχει για αυτόν. Αυτή συνδέεται περισσότερο με την σχέση του με το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον. Για ότι αφορά αυτή τη σχέση, το φύλο του παιδιού μπορεί να παίξει έναν ποιητικό ρόλο, στην σχέση, που έχει το παιδί με τον καθένα από τους δύο γονείς. Έτσι, η αποδοχή του από τον γονιό του αντίθετου φύλου, όπως και η ταύτιση του με τον γονιό του ίδιου φύλου έχουν πιθανά ένα σημαντικό ρόλο για την εδραίωση της αυτοεκτίμησης του.

Η σχέση του παιδιού με τον γονέα του αντίθετου φύλου έχει ιδιαίτερη σημασία για την αυτοεκτίμηση του. Η ιδιαίτερη σημασία που αποκτά η σχέση του κοριτσιού με τον πατέρα και του αγοριού με την μητέρα για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης τους, θέτει τον προβληματισμό της αμφισβήτησης της λανθάνουσας περιόδου με την κλασσική της έννοια. Τίθεται, δηλαδή, το ερώτημα κατά πόσο πρόκειται για μία περίοδο που χαρακτηρίζεται από μία ηρεμία των ενστίκτων, κατά την οποία η οιδιπόδεια σύγκρουση και κατά συνέπεια η προσκόλληση στα γονεϊκά αντικείμενα αγάπης, έχει ξεπερασθεί, όπως αναφέρεται στην κλασσική ψυχαναλυτική θεωρία, ή αντίθετα η λύση της οιδιπόδειας σύγκρουσης αναβάλλεται μέχρι το τέλος της λανθάνουσας περιόδου και την αρχή της εφηβείας όπως έχει υποστηριχθεί σχετικά πρόσφατα (Lesler 1976).

Υπάρχουν ενδείξεις, ότι η φαινομενική αποσεξουαλικοποίηση των σχέσεων με τους γονείς κατά την λανθάνουσα περίοδο δεν είναι τόσο απόλυτη, όπως είχε αρχικά υποστηριχθεί από τον Freud. Συχνά τα σεξουαλικά παιχνίδια μεταξύ των παιδιών επιμένουν, συνήθως κρυφά, και συνεπάγονται μία έντονη ενοχοποίηση και παρά την «πολιτιστική κατεύθυνση» προς τις σχολικές γνώσεις, ο ανταγωνισμός με τους γονείς απλώς μετατίθεται σε ένα άλλο επίπεδο. Το παιδί, όπως παρατηρεί ο Smirnoff (1974), συναντά άλλες απαγορεύσεις, που απλά συγκαλύπτουν τις οιδιπόδειες. Αλλά και οι κλινικές παρατηρήσεις δείχνουν ένα έντονο ενδιαφέρον για την γέννηση και τις γεννητήσιες σχέσεις γύρω στα 7-9 χρόνια, το οποίο εκδηλώνεται μέσα από το παιχνίδι, τα όνειρα, τους φόβους και τα συμπτώματα, ενώ οι φαντασιώσεις που παρατηρούνται και στα δύο φύλα σχετικά με την απόκτηση παιδιού στη μικρότερη ηλικία, ίσως οφείλονται περισσότερο στην ταύτιση με την μητέρα παρά σε οιδιποδειακές επιθυμίες.

Σε αυτό το στάδιο η εξέλιξη του παιδιού διαφοροποιείται ανάλογα με το φύλο. Για το αγόρι, είναι σχετικά εύκολο να περάσει από την προσκόλληση στη μητέρα, στην ταύτιση με τον πατέρα. Αυτό συμβαίνει γιατί στην ηλικία αυτή το αγόρι έχει μία σχετική ανεξαρτησία

και ανάγκη ευρύτερης κοινωνικοποίησης. Αντίθετα, για το κορίτσι η ανάγκη αποχωρισμού από τη μητέρα, που είναι και το πρώτο αντικείμενο αγάπης, σε μία ηλικία που εξαρτάται ακόμη από αυτή και ο ανταγωνισμός μαζί της, κάνουν το βίωμα και την λύση του οιδιπόδειου πολύ πιο δύσκολα και μακροχρόνια.

Ο έντονος προβληματισμός στα θέματα γενετήσιων σχέσεων και η στροφή του κοριτσιού στον πατέρα ως αντικείμενο αγάπης κατά το τέλος της λανθάνουσας περιόδου, είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο που παρατηρήθηκε σε πολλούς πολιτισμούς. Η Lester (1976)_f καταλήγει στο συμπέρασμα ότι το κορίτσι στρέφεται στον πατέρα ως «ερωτικό» αντικείμενο αγάπης στο τέλος της λανθάνουσας περιόδου κι όχι στα 3-5 χρόνια. Ο Kohlberg (1966), επίσης παρατήρησε, ότι το κορίτσι μπορεί να δείχνει προσκόλληση στον πατέρα αλλά αυτός γίνεται το βασικό αντικείμενο αγάπης γύρω στα 3-5 χρόνια. Αντίθετα, μόνο όταν η μητέρα είναι ακατάλληλη, δείχνει μία φανερή προτίμηση στη μητέρα στα 4 χρόνια, η οποία ελαττώνεται σταδιακά μέχρι τα 7, οπότε η στροφή προς τον πατέρα είναι πιο εμφανής.

Στα πλαίσια αυτής της εξελικτικής προσέγγισης φαίνεται να είναι ιδιαίτερα σημαντική στην ηλικιακή κατηγορία που μελετήθηκε, η σχέση του κοριτσιού με τον πατέρα και του αγοριού με τη μητέρα, και γίνεται εμφανής ο λόγος που η ματαιώση μέσα από μία αρνητική σχέση με το ερωτικό αντικείμενο πλήττει τον ναρκισσισμό, δηλαδή την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Ακόμη η σημασία της σχέσης του κοριτσιού με τον πατέρα φαίνεται πιο έντονη από ότι η σχέση του αγοριού με την μητέρα. Αυτό μπορεί να οφείλεται στην παρατηρημένη πιο μακρόχρονη και λιγότερο ριζική λύση του οιδιπόδειου στα κορίτσια, γιατί δεν υπάρχει το άγχος του ευνουχισμού που πιέζει το αγόρι να παραιτηθεί από την μητέρα, ενώ συγχρόνως η απαγόρευση της τελευταίας δεν είναι τόσο αποτελεσματική όσο αυτή του πατέρα. Ο πατέρας έχει ένα διαφορετικό ρόλο για τα δύο φύλα. Ενώ για το αγόρι είναι αυτός που αντιτίθεται στην αιμομικτική επιθυμία του, για το κορίτσι αντίθετα καλείται να ικανοποιήσει αυτή την επιθυμία. Επομένως μια απορριπτική στάση του πατέρα έχει αμεσότερη επίπτωση στο ναρκισσισμό του κοριτσιού από ότι στο αγόρι.

Από την άλλη μεριά, οι κοινωνικοί ρόλοι που έχουν ανατεθεί στους δύο γονείς (ο «κοινωνικός» στον πατέρα κι ο «οικογενειακός» στην μητέρα) ευνοούν περισσότερο τη θέση του πατέρα-συμβόλου εξουσίας απέναντι της σχέσεις μητέρας-γιου, παρά την θέση του ως

ερωτικού αντικειμένου απέναντι στο κορίτσι. Όπως τονίζει η Ολιβιέ (1984) ένα σημαντικό εμπόδιο για τη βιωματική εμπειρία του οιδιπόδειου από το κορίτσι, που συντελεί στη μακροχρόνια παράταση του, είναι η αποστασιοποιημένη σχέση με τον πατέρα του και η δυσκολία συνεπώς μιας ικανοποιητικής σχέσης με το ερωτικό αντικείμενο. Το κορίτσι δεν έχει πρωταρχικό ερωτικό αντικείμενο για τον λόγο ότι δεν υπάρχουν πολλοί πατεράδες που μένουν στο σπίτι για να ασχοληθούν με την κόρη τους (τα κορίτσια) στρέφονται λίγο πολύ όψιμα προς τον πατέρα (σελ .66). Αναρωτιέται κανείς, όπως αναφέρει η ίδια τι θα συμβεί άραγε στο παιδί κάθε φύλου, αν οι ρόλοι αυτοί αντιστραφούν ή αν το περιεχόμενο τους μοιραστεί, όπως προτείνουν οι φεμινίστριες.

Θα μπορούσε επομένως κανείς να υποθέσει, ότι η διαφορά μεταξύ των δύο φύλων δεν έγκειται στον βαθμό αυτοεκτίμησης αλλά κυρίως στην διαφορετική σχέση που διαμορφώνεται με τον καθένα από τους δύο γονείς. Η διαφορετική αυτή σχέση επηρεάζεται, ως ένα βαθμό, από το φύλο του παιδιού και του γονέα και έμμεσα από κοινωνικοπολιτιστικούς παράγοντες.

Επίσης σε ότι αφορά το φύλο του παιδιού μπορούμε να αναφέρουμε τα εξής. Το γεγονός ότι τα παιδιά αποδίδουν διαφορετικά χαρακτηριστικά στον εαυτό τους ανάλογα με τον φύλο τους, τα οποία διαφέρουν ανάλογα με τον τόπο και τον χρόνο, επιβεβαιώνεται από τα αποτελέσματα διαφόρων ερευνών (Herman 1971. Veness 1962. Zahran 1967, Kagan, Hosken, Watson 1961. Kosa et al 1962, Δραγώνα 1983 κ.ά.). Η διαφοροποίηση όμως αυτή αφορά κυρίως τα κοινωνικά χαρακτηριστικά που αποδίδει το παιδί στον εαυτό του. Αντίθετα, η οικειοποίηση των χαρακτηριστικών τρόπων συμπεριφοράς ανάλογα με το φύλο και η αξιολόγηση του εαυτού, είναι κυρίως αποτέλεσμα της ταύτισης του παιδιού με τον γονέα του ίδιου φύλου. Επομένως τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των γονιών και η σχέση τους με τα παιδιά κατά κύριο λόγο επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση του παιδιού και λιγότερο η κοινωνική αξιολόγηση των χαρακτηριστικών που αποδίδονται στους ρόλους των δύο φύλων. Άλλωστε αυτά δεν έχουν έναν απόλυτα αξιολογικό χαρακτήρα. Γι' αυτό και το φύλο των παιδιών δεν φαίνεται να διαφοροποιεί σημαντικά την αυτοεκτίμηση τους (Jervla 1959. Mattesson 1956 Piers and Harris 1964, Carlson 1965 κ.ά.).

Ο Burns (1979) παρατηρεί ότι σύμφωνα με ενδείξεις ορισμένων ερευνών, υπάρχουν διαφορές στην αυτοεκτίμηση των παιδιών ανάλογα με το φύλο, οι οποίες όμως εμφανίζονται κατά την εφηβική ηλικία. Σ' αυτή την περίοδο η έντονη συνειδητοποίηση του κοινωνικού ρό-

λου των δύο φύλων συνοδεύεται τόσο από μία κοινωνική αξιολόγηση όσο και από την ασάφεια τους.

Πράγματι, στη δυτική κοινωνία φαίνεται ότι υπάρχει μια σύγχυση σ' ότι αφορά τις απαιτήσεις αλλά και την αξιολόγηση των ρόλων η οποία συχνά δημιουργεί διλήμματα και έντονο προβληματισμό σχετικά με την ταυτότητα και τον τρόπο αξιολόγησης του εαυτού. Το πρόβλημα αυτό γίνεται έντονα αισθητό από τους έφηβους που προσπαθούν να αποκτήσουν μια κοινωνική ταυτότητα. Φαίνεται μάλιστα ότι αυτό είναι πιο έντονο στα κορίτσια, των οποίων ο κοινωνικός ρόλος περιέχει πολλές αντιφάσεις και συχνά διαφέρει από αυτόν της μητέρας τους. Σημαντική είναι από την άποψη αυτή η συμβολή της έρευνας που έκανε η Δραγώνα (1983) για την αυτοαντίληψη των παιδιών στην ελληνική κοινωνία. Παρατήρησε ότι το κορίτσι που βρίσκεται σε περιβάλλον με ραγδαία εξέλιξη, αισθάνεται παγιδευμένο μεταξύ των απαιτήσεων διαφορετικών ρόλων που προβάλλονται. Αυτά του δημιουργούν μία σύγχυση και ασάφεια στον αυτοκαθορισμό η οποία μπορεί να έχει συνέπειες στον τρόπο που αξιολογεί τον εαυτό του και την ικανοποίηση που έχει από την ζωή.

Στο διαφορετικό κοινωνικό καθορισμό των ρόλων των δύο φύλων πιθανά οφείλονται οι διαφορές ως προς την αυτοεκτίμηση που διαπίστωσαν στους έφηβους ορισμένοι ερευνητές (Carpenter and Buss 1969, Kohn and Fidler 1961, Τόνος 1985 κ.α.). Φαίνεται λοιπόν, ότι η ταύτιση με τον κοινωνικό ρόλο του φύλου, σε συνδυασμό με εξελικτικούς παράγοντες παίζει ένα σημαντικό ρόλο στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Αυτός είναι ιδιαίτερη εμφανής στην εφηβική ηλικία. Αντίθετα, θα μπορούσε κανείς να υποθέσει ότι σε μικρότερη ηλικία που ο προβληματισμός για τον κοινωνικό ρόλο του φύλου δεν είναι τόσο έντονος, το φύλο του παιδιού δεν είναι σημαντικός διαφοροποιητικός παράγοντας για τη διακύμανση της αυτοεκτίμησης.

Ωστόσο, το φύλο είναι μια μεταβλητή που πιθανά να επηρεάζει έμμεσα τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, στο βαθμό που αυτό διαφοροποιεί τη σχέση του παιδιού με τον καθένα από τους δυο γονείς.

3.2.3. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Το «Κοινωνικοοικονομικό επίπεδο» είναι μία πολύ αμφισβητούμενη μεταβλητή. ως προς την ερμηνεία της και τη συσχέτιση της με διάφορες ψυχολογικές παραμέτρους. Οι έρευ-

νες που αναφέρονται στη σχέση αυτή καταλήγουν σε αρκετά αντιφατικά αποτελέσματα που τονίζουν, άλλοτε την έλλειψη στατιστικά σημαντικής συσχέτισης κι άλλοτε μια θετική ή και αρνητική συσχέτιση με την αυτοαντίληψη. Διαπιστώνεται όμως, μία τάση θετικής συσχέτισης του κοινωνικοοικονομικού επιπέδου με την αυτοεκτίμηση του παιδιού, όπως και ευρύτερα με την ψυχολογική εξέλιξη του ατόμου. Έχει παρατηρηθεί, για παράδειγμα, ότι η συχνότητα ορισμένων ψυχολογικών διαταραχών είναι μεγαλύτερη στα χαμηλότερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα.

Το παιδί εξελίσσεται και διαμορφώνεται μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον, αλλά και σε ένα ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, το οποίο δεν πρέπει κανείς να αγνοεί τη μελέτη της προσωπικότητας. Το κοινωνικό αυτό περιβάλλον επηρεάζει την εξέλιξη του παιδιού με τρόπο άμεσο, καθώς το παιδί εντάσσεται σ' αυτό, αλλά και έμμεσα, με τον τρόπο που προσδιορίζει τις οικογενειακές συνθήκες διαβίωσης. Όπως αναφέρει η Anastasi (1969), οι κοινωνικές τάξεις αντιπροσωπεύουν υποκουλτούρες που εκφράζονται στο διαφορετικό τρόπο ζωής, ψυχαγωγίας, έκφρασης, επικοινωνίας, εκπαίδευσης. Για αυτά παρατηρούνται διαφορές ως προς τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και την συχνότητα ψυχικών διαταραχών, ανάλογα με τα κοινωνικά στρώματα.

Τα παιδιά που ανήκουν στα χαμηλότερα κοινωνικά στρώματα ζουν συνήθως σε δυσμενέστερες περιβαλλοντικές και κοινωνικές συνθήκες. Αντίθετα, τα παιδιά που ανήκουν σε ανώτερα κοινωνικά στρώματα θεωρούνται ότι βρίσκονται σε πλεονεκτική θέση, λόγω των περισσότερων υλικών αγαθών και του κύρους της κοινωνικής τους καταγωγής. Η πραγματικότητα αυτή, συνεπάγεται σύμφωνα με ορισμένους συγγραφείς, που θα αναφέρουμε πιο κάτω, μια συσχέτιση (άλλοτε αρνητική κι άλλοτε θετική) του κοινωνικοοικονομικού επιπέδου με την αυτοεκτίμηση.

Οι περισσότεροι ερευνητές υποστηρίζουν ότι η συσχέτιση αυτή είναι θετική (Deutsch 1967, Long και Henderson 1971. Ausubel και Ausübe! 1963. Witly 1967). Δηλαδή, τα παιδιά που μειονεκτούν από κοινωνική άποψη, αντανakλούν την αρνητική εικόνα που έχει η κοινωνία γι' αυτά και συνεπώς παρουσιάζουν μια χαμηλότερη αυτοεκτίμηση σε σχέση με τα άλλα. Η άποψη αυτή υπονοεί τον απόλυτο κοινωνικό καθορισμό της αυτοεκτίμησης, η οποία διαμορφώνεται αναφορικά με κοινωνικά αποδεκτές αξίες και χαρακτηριστικά.

Άλλες έρευνες όμως (Soares και Soares 1969, Trowbridge 1970, Zirkel και Moses 1971) καταλήγουν σε μια αντίστροφη συσχέτιση του κοινωνικοοικονομικού επιπέδου με την αυτοαντίληψη. Αυτή πιθανόν να οφείλεται, όπως υποστηρίζει ο Cicirelli (1976), στις μικρότερες απαιτήσεις που συνεπάγονται χαμηλότερα κριτήρια που έχουν τα παιδιά του αντίστοιχου επιπέδου. Αντίθετα, η διαφορά μεταξύ προσδοκιών και πραγματικότητας είναι συχνά μεγαλύτερη στα προνομιούχα παιδιά, γι' αυτό και τα παιδιά αυτά είναι δυνατό να έχουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση. Η διαφορά αυτή είναι πιο εμφανής στα παιδιά που παρουσιάζουν μαθησιακές δυσκολίες. Από αυτά, τα παιδιά που ανήκουν στα μεσαία στρώματα έχουν συνήθως χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνα των χαμηλότερων στρωμάτων, γιατί η διαφορά ανάμεσα στις προσδοκίες των γονέων και την απόδοση των παιδιών είναι μεγαλύτερη.

Φαίνεται λοιπόν ότι υπάρχει μια διαφορά ως προς τον ιδανικό εαυτό μεταξύ των παιδιών διαφορετικών κοινωνικών στρωμάτων, όπως φαίνεται και από άλλες έρευνες (Phillips και Zigler 1980). Η διαφορά όμως αυτή δεν είναι ποσοτική αλλά ποιοτική. Όπως παρατήρησε ο Perron (1971) υπάρχει μια διαφορετική αντίληψη της ιεράρχησης των διαφόρων αξιών ανάλογα με το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο. Αυτή όμως δεν συνεπάγεται μια αντίστοιχη διαφοροποίηση του επιπέδου αυτοεκτίμησης. Περισσότερο αναφέρεται σε μια διαφορετική αντίληψη του εαυτού (Munson και Spivey 1983, Δραγώνα 1983).

Τα αντικρουόμενα συμπεράσματα των διαφόρων ερευνητών είναι πιθανόν να οφείλονται κατά ένα μέρος στην σύγχυση που υπάρχει ανάμεσα στους όρους αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση. Επίσης στις διαφορές ως προς τις μεθόδους έρευνας, τα υποκείμενα, τις εκάστοτε κοινωνικοπολιτιστικές συνθήκες. Οι διαφορές όμως αυτές οφείλονται κυρίως στο γεγονός ότι, όπως συμβαίνει και με άλλους εξωτερικούς παράγοντες, δεν είναι το ίδιο το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο που καθορίζει την εξέλιξη της αυτοεκτίμησης αλλά η προσαρμογή του ατόμου στις εξωτερικές πιέσεις. Αυτή εξαρτάται από το συναίσθημα αξίας και αποτελεσματικότητας που έχει αποκτήσει το παιδί, στην πορεία της εξέλιξης του, κατά την οποία η οικογένεια παίζει ένα πιο σημαντικό ρόλο. Η ποιότητα όμως των ενδοοικογενειακών σχέσεων μπορεί να επηρεάζεται ως ένα βαθμό από τις εξωτερικές συνθήκες, είναι όμως κατά κύριο λόγο συνάρτηση διατομικών διαφορών. Σ' αυτές, επομένως, οφείλεται κυρίως η διαφοροποίηση της αυτοεκτίμησης.

3.2.4. ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΠΙΔΟΣΗ

Διάφορες έρευνες δείχνουν πως υπάρχει μια πολύ σημαντική θετική συσχέτιση της σχολικής επίδοσης με την αυτοεκτίμηση.

Η σχολική ηλικία σηματοδοτείται από την αναπτυξιακή κρίση του Εγώ για παραγωγικότητα ή ανεπάρκεια σύμφωνα με τη θεωρία του Erikson (1968) για την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Το βασικό αναπτυξιακό στοιχείο αυτής της φάσης είναι η ανάληψη δραστηριοτήτων, η εκτέλεση και ολοκλήρωση τους. Πρόκειται για ψυχοκοινωνικά επιτεύγματα που επιτρέπουν στο παιδί να επιτύχει την αξιοποίηση των ικανοτήτων του, να αναπτύξει τη φιλοπονία, το αίσθημα της επαρκούς αυτοαποτελεσματικότητας για νέες επιδιώξεις και εργασίες καθώς και για τον ψυχολογικό «απογαλακτισμό» από το πρόσωπο της μητέρας (Παρασκευόπουλος, 1985). Ο Erikson (1959) δηλώνει, επίσης, ότι κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου η αυτοαντίληψη των παιδιών είτε καθιερώνεται στην εμπειρία της επιτυχίας και της υπερηφάνειας είτε στην αμφιβολία και τα συναισθήματα αναξιοσύτητας.

Ο Wylie (1979) σημειώνει ότι «πολλά πρόσωπα, όπως, ειδικά οι εκπαιδευτικοί, έχουν υποθέσει ότι η επίδοση ή/και οι δυνατότητες ενός μαθητή σχετίζονται έντονα με την αυτοαντίληψη του επιτεύγματος και της γενικής αξίας του ατόμου». Επίσης, οι Sturniolo και Galletti (1994) αναφέρουν ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση, τα φτωχά κίνητρα και η κατάθλιψη συνδέονται με την χαμηλή σχολική επίδοση.

Οι Calsyn και Kenny (1977) σε ερευνά τους εξέτασαν το κατά πόσον η αυτοαντίληψη του μαθητή καθορίζει τη σχολική επίδοση του ή το αντίθετο. Τα ευρήματα έδειξαν ότι η σχολική επίδοση επηρεάζει τόσο το πώς κρίνει ο μαθητής τον εαυτό του όσο και το πώς θεωρεί ότι τον κρίνουν οι άλλοι, κυρίως δε οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί, μια και αυτοί προσδίδουν ιδιαίτερη βαρύτητα στο θέμα της σχολικής επίδοσης. Το παραπάνω εύρημα ισχύει περισσότερο για τα κορίτσια, αφού εκείνα ανατροφοδοτούνται από τη βαθμολογία σε μεγαλύτερο βαθμό. Με άλλα λόγια, τα κορίτσια επηρεάζονται αρνητικά από τη χαμηλή τους επίδοση με συνέπεια να εκτιμούν αρνητικά τον εαυτό τους.

Ο Newman (1984) χρησιμοποιώντας δομικά μοντέλα διαπίστωσε ότι το προγενέστερο επίτευγμα είχε μια σημαντική επίδραση στην αυτοαντίληψη για τη μαθηματική ικανότητα,

ενώ η προγενέστερη αυτοαντίληψη για τα μαθηματικά δεν είχε καμία επίδραση στη επίδοση στα μαθηματικά.

Μια ψυχολογική θεωρία που είναι δυνατόν να τονώσει την αυτοεκτίμηση των μαθητών και να πετάξει κατά συνέπεια το φαινόμενο της σχολικής αποτυχίας είναι η ριζοσπαστική θεώρηση της πολλαπλής νοημοσύνης, που αναπτύχθηκε από τον Howard Gardner. Η παρουσίασή της προκάλεσε την παραδοσιακή αντίληψη της νοημοσύνης ως μίας και μοναδικής ικανότητας η οποία μπορεί να μετρηθεί ψυχομετρικά.

Κατά τη γνώμη του Gardner, τα τεστ που αποτελούν τη βασική μέθοδο αξιολόγησης των μαθητών, υπολογίζουν μόνο την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και αξιοποίησης της λογικής, καθώς και τη γλωσσική ικανότητα. Ο Gardner υποστηρίζει ότι, ο κύριος σκοπός της αξιολόγησης πρέπει να είναι η αναγνώριση δυνατοτήτων και αδυναμιών, ώστε να μπορέσει να προσφέρει ουσιαστική βοήθεια στους μαθητές, παρά να τους κατατάξει σε ικανούς ή όχι καταρρακώνοντας την αυτοεκτίμησή τους και στιγματίζοντας την προσωπικότητά τους. Επιπλέον, θεωρεί ότι αξιολόγηση πρέπει να είναι εξατομικευμένη και όχι ομοιόμορφη, δεδομένου ότι κάθε μαθητής έχει το δικό του τρόπο μάθησης, ιδιαίτερο ρυθμό και ευαισθησία στα παρουσιαζόμενα ερεθίσματα. Ένα τέτοιου είδους εκπαιδευτικό σύστημα θα περιόριζε τη σχολική αποτυχία, και θα ενίσχυε το αυτοσυναίσθημα όλων των μαθητών, εφόσον θα εστιάζόταν στην ανάπτυξη των πραγματικών τους κλίσεων και δυνατοτήτων.

Ο Gardner διέκρινε επτά ξεχωριστά είδη νοημοσύνης: τη Γλωσσική, τη Λογική / Μαθηματική, τη Σωματική / Κινησθητική, την Οπτική / Χωρική, τη Μουσική, τη Διαπροσωπική, και τέλος την Ενδοπροσωπική. Οι δάσκαλοι πρέπει να αποδίδουν ίση βαρύτητα σε όλα τα είδη νοημοσύνης και να εντοπίζουν τις ιδιαίτερες δυνατότητες του κάθε μαθητή. Ενισχύοντας τα δυνατά του σημεία, τονώνουν την εμπιστοσύνη στον εαυτό και ενδυναμώνουν την αυτοεκτίμησή του, ώστε βασιζόμενος σε αυτήν να αποτολμά δραστηριότητες στις οποίες υστερεί. (Παιδαγωγική, Ψυχολογική και Κοινωνιολογική Έρευνα. Educational, Psychological and Sociological Research - Ευστράτιος Παπάνης, 2007).

Δύο κύρια χαρακτηριστικά που πρέπει να έχουν τα παιδιά για να ανταποκρίνονται ικανοποιητικά στις σχολικές τους υποχρεώσεις, στη μάθηση και στην κοινωνική τους προσαρμογή είναι η «αυτοπεποίθηση» και η «αυτοεκτίμηση». Αυτοπεποίθηση έ-

χουν τα παιδιά που πιστεύουν ότι μπορούν να κάνουν κάποια πράγματα, π.χ. μπορούν να τα καταφέρουν καλά στα μαθήματα. Αυτοεκτίμηση έχουν τα παιδιά που είναι ικανοποιημένα από αυτά που κάνουν και αποδέχονται τον εαυτό τους όπως είναι, με τα σωστά τους και τα λάθη τους.

Μερικά παιδιά δεν έχουν καλή αυτοϊδέα, αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση. Ένα τέτοιο παιδί είναι το παιδί που φοβάται ότι δεν θα τα πάει καλά στην ιστορία ή θα αποτύχει στο διαγώνισμα αν και έχει μελετήσει αρκετά. Απογοητεύεται όταν κάνει λάθη στην ορθογραφία ή δεν πάει καλά στο διαγώνισμα. Η κατάσταση αυτή προκαλεί στα παιδιά δυσάρεστα συναισθήματα με δύο αρνητικές συνέπειες: Η μία είναι ότι το παιδί στενοχωριέται, άγχεται, αμφιβάλλει για τις ικανότητές του και κυριολεκτικά βασανίζεται. Τα πράγματα γίνονται ακόμη χειρότερα όταν δέχονται αρνητική κριτική από τους γονείς τους ή τους δασκάλους τους. Καμιά φορά μπορεί να οδηγηθούν σε ακραίες καταστάσεις. Είναι γνωστό, ότι κάθε χρόνο, μετά από τις γενικές εξετάσεις, ένας αριθμός μαθητών καταλήγει στην αυτοχειρία, γιατί δεν μπορεί να αντέξει την αποτυχία και την κριτική των γονέων του. Η άλλη είναι ότι σιγά-σιγά απογοητεύονται, αποδιοργανώνονται και η κατάσταση αυτή εμποδίζει την ομαλή εξέλιξή τους στην προσωπική, στην εκπαιδευτική και στην κοινωνική τους ζωή.

Ένα άτομο με χαμηλή αυτοεκτίμηση δεν αποδίδει ανάλογα με τις δυνατότητες του (Walsh 1956). ενώ αντίστροφα η χαμηλή απόδοση μπορεί να προκαλέσει ένα ακόμη χαμηλότερο επίπεδο αυτοεκτίμησης.

Ακόμη, η χαμηλή απόδοση συνήθως συνδέεται και με άλλους κοινωνικούς και ψυχολογικούς παράγοντες, που σχετίζονται με την αυτοεκτίμηση. «Όλη η προσωπικότητα επηρεάζεται από τη σχολική εμπειρία» παρατηρεί ο H. Meyer (1986-87), που επισημαίνει ιδιαίτερα τις αντιδράσεις των γονέων, την στάση του δασκάλου και τις παιδαγωγικές μεθόδους, παράγοντες που συνδέονται με την εικόνα του «καλού» ή του «κακού» μαθητή.

Γι' αυτό η σχέση είναι ακόμη πιο πολύπλοκη, θα πρέπει όμως, αυτή η σημαντική και κοινά αποδεκτή συσχέτιση μεταξύ αυτοεκτίμησης και σχολικής απόδοσης να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη τόσο στην παιδαγωγική όσο και στην ψυχολογική αντιμετώπιση των παιδιών.

3.3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Η σημασία της αυτοεκτίμησης, ως μιας υποκειμενικής διάστασης της προσωπικότητας, τόσο στη θεωρητική προσέγγιση της όσο και στην κλινική και παιδαγωγική πρακτική έχει πια γίνει κοινά αποδεκτή. Όσο αντιφατικά κι αν φαίνονται τα διάφορα συμπεράσματα, είναι φανερό ότι η αυτοεκτίμηση συνδέεται σημαντικά με την προσωπική ικανοποίηση και την αποτελεσματική λειτουργία του ατόμου. Η στατιστικά σημαντική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με τη σχολική επίδοση που επιβεβαιώνεται από τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής, αποτελεί σημαντική ένδειξη της λειτουργίας της αυτοεκτίμησης, ως κινητήρια δύναμη στην απόδοση του ατόμου.

Η συσχέτιση της αυτοεκτίμησης με την επίδοση και με την συμπεριφορά του ατόμου προσδίδει ιδιαίτερο ενδιαφέρον στην κλινική διάσταση της. Επιπλέον, στη σύγχρονη δυτική κοινωνία φαίνεται ότι η αυτοεκτίμηση έχει αποκτήσει μια ιδιαίτερη αξία για το άτομο, ώστε, όπως παρατηρεί ο Kohut (1971, 1977), να παρουσιάζεται μία ιδιαίτερη συμπτωματολογία, που καταγράφεται ως «ναρκισσιστικές διαταραχές». Για αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντική η διερεύνηση των παραγόντων που συντελούν στη διαμόρφωση της.

Το κοινωνικό πλαίσιο επηρεάζει ως ένα βαθμό τον τρόπο που το άτομο αντιλαμβάνεται και αξιολογεί τον εαυτό του. Εξ άλλου οι κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες καθορίζουν ως ένα βαθμό τις ενδοοικογενειακές σχέσεις κι επομένως έμμεσα επηρεάζουν τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.

Ωστόσο η αυτοεκτίμηση, αν θεωρηθεί ότι εντάσσεται στη γενικότερη δυναμική της προσωπικότητας, δεν μπορεί να θεωρηθεί μόνο ως συνάρτηση συγκεκριμένων εξωτερικών παραγόντων, αλλά κυρίως ως ιδιαίτερο στοιχείο καθορισμού διατομικών διαφορών, που στο μεγαλύτερο μέρος τους είναι αποτέλεσμα της εμπειρίας του ατόμου από τις ιδιαίτερες συνθήκες του αμεσότερου περιβάλλοντος, που αποτελεί η οικογένεια. Άλλωστε από τα θεωρητικά και εμπειρικά δεδομένα που προαναφέρθηκαν στις προηγούμενες ενότητες, έχει καταστεί σαφής ο ρόλος της οικογένειας στην αυτοεκτίμηση του παιδιού.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΕΠΙΠΕΔΑ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΚΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ.

4.1. ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

Αυτοεκτίμηση είναι η εικόνα που έχει κάποιος για τον εαυτό του, τις ικανότητές του και τις αξίες του.

Από την πολύ μικρή ακόμη ηλικία, το άτομο προσπαθεί να εντοπίσει, να γνωρίσει και να δείξει τις ικανότητες του. Επίσης, θέλει να γίνει αισθητή η παρουσία και η αξία του.

Αυτή ακριβώς την αξία προσπαθεί να δείξει από τη στιγμή που έρχεται στη ζωή. Στην προσπάθεια του όμως αυτή αντιμετωπίζει συχνά τις αντιδράσεις του περιβάλλοντος, με αποτέλεσμα άλλοτε να πετυχαίνει και άλλοτε να αποτυχαίνει.

Η εικόνα που δημιουργεί το άτομο για τον εαυτό του εξαρτάται βασικά από τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις των άλλων στις δικές του ενέργειες και όχι τόσο από τις ενέργειες του αυτές καθαυτές. Μια μεγάλη επιτυχία, έχει μια μεγαλύτερη αξία αν αναγνωριστεί κι από τους άλλους ενώ αντίθετα έχει μικρότερη αξία αν δεν γίνει δεκτή. Το ίδιο, μια μικρή αποτυχία μπορεί να κοστίζει πολύ, αν διογκωθεί από τα άτομα του περιβάλλοντος του.

Στην πραγματικότητα μάλιστα, δεν έχει αξία τι οι άλλοι νομίζουν για αυτόν και για τις ενέργειες του, αλλά το τι αυτός ο ίδιος νομίζει ότι εκείνοι σκέφτονται για μας. Με άλλα λόγια, η υποκειμενική του ερμηνεία των αντιδράσεων των άλλων απέναντι του επηρεάζει και καθορίζει σε αρκετό βαθμό την αυτοεκτίμηση και την εικόνα γενικά που έχει για τον εαυτό του.

Είναι συνηθισμένες οι περιπτώσεις γυναικών, της μέσης κυρίως ηλικίας, που υποφέρουν από μειωμένη αυτοεκτίμηση και από έντονα συναισθήματα αναξιότητας, επειδή η προσφορά τους (φροντίδα σπιτιού, ανατροφή παιδιών κλπ.) δεν αναγνωρίζεται από το περιβάλ-

λον τους σαν σημαντική. Στις περισσότερες περιπτώσεις την εντύπωση αυτή την έχουν οι ίδιες οι γυναίκες, ενώ οι άντρες τους υποστηρίζουν το αντίθετο.

Πάντως είναι γνωστό ότι μια αντίληψη που δημιουργείται μέσα τους, ιδιαίτερα στην παιδική ηλικία, μένει σταθερή και επηρεάζει τις μελλοντικές κρίσεις και ερμηνείες τους. Για παράδειγμα, αν μέσα τους δημιουργήθηκε κάποτε η αντίληψη ότι είναι ανίκανοι, στη συνέχεια κρίνουν όλες τις ενέργειες τους με βάση αυτή τη λαθεμένη αντίληψη. Όμως μια τέτοια στάση οδηγεί πιο εύκολα στην αποτυχία παρά στην επιτυχία. Κάθε νέα αποτυχία ενισχύει την αρνητική εικόνα που έχει το άτομο για τον εαυτό του, που με τη σειρά της δημιουργεί απαισιοδοξία και αμφιβολίες για μελλοντικές επιτυχίες.

Δημιουργείται με άλλα λόγια ένας φαύλος κύκλος που αν δεν το συνειδητοποιήσει και προσπαθήσει να απαλλαγεί, μπορεί να βασανίζεται σ' όλη του τη ζωή.

Εδώ πρέπει να τονιστεί ότι όλοι κατά διαστήματα έχουν αρνητικές σκέψεις για τον εαυτό τους. Κατά καιρούς μπορεί να αμφιβάλλουν για ορισμένες από τις ικανότητες τους. Αυτό δεν είναι παθολογικό. Πρόβλημα δημιουργείται από τη στιγμή που η μειωμένη αυτοεκτίμηση κυριαρχεί στη ζωή τους και τους κάνει ανίκανους να ανταπεξέλθουμε στις υποχρεώσεις τους. Αν μέσα στο άτομο κυριαρχεί ή σκέψη ότι μειονεκτεί, είναι ανίκανος ή άχρηστος υπάρχει κίνδυνος να αχρηστευθεί. (Καβάκας,1998).

Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοεκτίμηση κυριαρχούνται από χαμηλή αυτοπεποίθηση. Οι άνθρωποι αυτοί δεν εμπιστεύονται τις ικανότητες τους και εξαρτώνται πολύ από τη γνώμη των άλλων. Αποφεύγουν την ανάληψη ευθυνών και τις πρωτοβουλίες διότι φοβούνται την αποτυχία. Δεν αποδέχονται τον εαυτό τους έτσι όπως είναι και αισθάνονται ότι πρέπει να είναι πάντοτε ευπροσάρμοστοι και καθωσπρέπει για να γίνονται αποδεκτοί. Συνήθως «προγραμματίζονται» να λειτουργούν με τον τρόπο αυτό από την παιδική τους ηλικία. Έχουν υποστεί την αυστηρή κριτική και τις υπερβολικές απαιτήσεις των γονέων ή την υπερπροστασία και την παρεμπόδιση της ανεξαρτησίας τους.

Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοπεποίθηση αισθάνονται ασφαλείς μόνο αν οι άλλοι τους αγαπούν χωρίς να τους κρίνουν ή να τους απορρίπτουν. Αισθάνονται σημαντικοί όταν οι άλλοι τους αναγνωρίζουν επειδή κάνουν πολύ καλά τη δουλειά τους ή πετυχαίνουν τα σχέδια τους. Κατά βάθος πιστεύουν ότι για να αξίζουν και να τους δεχτούν οι άλλοι δεν θα έπρεπε

να είχαν ελαττώματα και να έκαναν λάθη. Λόγω της ευαισθησίας που τους χαρακτηρίζει αισθάνονται συχνά πληγωμένοι, ταραγμένοι και θυμωμένοι από τις απόψεις και τις κριτικές των άλλων. (Καύκιος Νικήτας, www.psyche.gr).

4.1. Α) ΚΥΡΙΟΤΕΡΕΣ ΑΙΤΙΕΣ ΜΕΙΩΜΕΝΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Κυριότερες αιτίες συναισθημάτων μειονεκτικότητας και μειωμένης αυτοεκτίμησης είναι οι ακόλουθες:

- Γ **Η ανατροφή.** Μερικοί γονείς, όταν οργιστούν για κάποια απαράδεκτη πράξη των παιδιών τους, συνηθίζουν να ξεστομίζουν φράσεις όπως: «Είσαι ανόητος», «Είσαι κουτός», «Δεν μπορείς ποτέ να κάνεις κάτι σωστά» κλπ. Μια τέτοια συμπεριφορά ερμηνεύεται από το παιδί όχι απλά σαν καταδίκη της κακής ενέργειας του αλλά σαν απόρριψη του ίδιου. Αν αυτό, όπως συμβαίνει συχνά, επαναληφθεί πολλές φορές σπείρει μέσα στο παιδί αμφιβολία για την προσωπική αξία του και του δημιουργεί σιγά-σιγά συναισθήματα μειονεκτικότητας και μειωμένη αυτοεκτίμηση.
- Γ **Η σωματική εμφάνιση.** Δεν είναι μόνο τα μέσα της μαζικής ενημέρωσης που συχνά εκθειάζουν και γενικά καλλιεργούν μια λαθεμένη αντίληψη, αλλά γενικά όλος ο κόσμος σήμερα δίνει μεγάλη σημασία στη σωματική εμφάνιση. Συχνά ακούμε να λένε: «Ακούς εκεί αυτή η κούκλα να πάρει αυτόν τον ασχημομούρη», ή «Τι της βρήκε και την πήρε. Από εμφάνιση δεν λέει τίποτα». Άλλοτε πάλι ακούμε φράσεις σαν κι αυτή: «Μπορεί να μην έχει μόρφωση, μπορεί να μην έχει πλούτη, διαθέτει όμως νιάτα και ομορφιά».

Πώς, λοιπόν, να μη δημιουργούνται συναισθήματα μειονεκτικότητας και μειωμένης αυτοεκτίμησης στους νέους και ιδιαίτερα στις νέες, που δεν διαθέτουν μια αρκετά καλή σωματική εμφάνιση;

Φυσικά οι αντιλήψεις για τη σωματική εμφάνιση εξαρτώνται από την πολιτιστική κατάσταση, την εποχή ή και τη «μόδα» που επικρατεί σε κάθε εποχή. Παλιότερα, οι παχουλές γυναίκες με λευκή επιδερμίδα ήταν πολύ της μόδας, τώρα προτιμούνται οι λεπτές με μελαψή

επιδερμίδα, γι' αυτό πολλές κοπέλες εκθέτουν το σώμα τους σε παρατεταμένη ηλιοθεραπεία, χωρίς να υπολογίζουν τους κινδύνους απ' αυτή.

Πριν αρκετό καιρό αναφέρει ο Καβάκας (1998) μια πελάτισσα του από το Λίβανο του περιέγραψε την ιστορία μιας φίλης της που φοιτούσαν μαζί στο πολύ γνωστό Αμερικανικό Πανεπιστήμιο της Βηρυτού. Η φίλη της ήταν μια ψηλή, μελαψή και λεπτή μουσουλμάνα από τη Βηρυτό.

Μόλις τέλειωσε το Πανεπιστήμιο, έτυχε να γνωριστεί μ' ένα σείχη από τα εμιράτα του Περσικού κόλπου. Εκείνος ένας άντρας αρκετά μεγαλύτερος της, πολύ πλούσιος και με μεγάλη εξουσία στα χέρια του. Είχε ήδη άλλες δυο γυναίκες.

Η νεαρή κοπέλα βρέθηκε σε μεγάλο δίλημμα. Τελικά με τις πιέσεις και των δικών της τον παντρεύτηκε.

Ένα από τα πρώτα σοβαρά προβλήματα που δημιουργήθηκαν ανάμεσα τους ήταν ότι ο σείχης την πίεζε να παχύνει γιατί τη θεωρούσε πολύ αδύνατη. Εκείνος προτιμούσε πάντοτε τις παχουλές. Εκείνη αντίθετα, μεγαλωμένη σε περιβάλλον όπου επικρατούσε η νοοτροπία του δυτικού πολιτισμού, θεωρούσε την παχυσαρκία σαν το χειρότερο εχθρό της.

Η νεαρή μουσουλμάνα, μετά από δυο χρόνια υπομονής, εγκατέλειψε τον πλούσιο σείχη και το εμιράτο του και επέστρεψε στη Βηρυτό. Το μόνο που παρέμεινε από όλη αυτή την ιστορία ήταν ένα βαρύ ψυχικό τραύμα στην καρδιά της νεαρής και πολύ όμορφης κοπέλας.

Γ Η υλική ευημερία. Η μεγάλη έμφαση που δίνεται σήμερα στην υλική ευημερία δεν είναι συνέπεια των βιολογικών αναγκών του ανθρώπου. Με άλλα λόγια, δεν μπορούμε να ισχυριστούμε ότι, επειδή το σώμα του ανθρώπου έχει ανάγκες, δικαιολογείται ή έμφαση που δίνεται στην απόκτηση υλικών αγαθών.

Αν οι άνθρωποι σήμερα προσπαθούν να αποκτήσουν όλο και πιο πολλά χρήματα, κτήματα ή ακίνητα, το κάνουν γιατί πιστεύουν ότι μ' αυτό τον τρόπο θα ικανοποιήσουν καλύτερα όχι μόνο τις βιολογικές αλλά και τις ψυχολογικές τους ανάγκες. Πιστεύουν ότι το χρήμα ή τα ακίνητα τους προσφέρουν εκτός από τη δυνατότητα να απολαύσουν καλύτερα τη ζωή, δύναμη, αξία και εξουσία, ανάγκες καθαρά ψυχολογικές.

Το πόσο λαθεμένη είναι αυτή η εντύπωση θα το αντιληφθούμε αν σκεφτούμε ότι οι Σπαρτιάτες είχαν τις ίδιες βιολογικές ανάγκες με τους ανθρώπους της σημερινής εποχής κι όμως δεν έδιναν καμιά σχεδόν σημασία στο χρήμα και στην απόκτηση υλικών αγαθών.

Μέσα λοιπόν σε μια κοινωνία που δίνεται τόσο μεγάλη έμφαση στην υλική ευημερία, πώς είναι δυνατό να μη δημιουργείται μειωμένη αυτοεκτίμηση σ' εκείνους που δεν μπορούν να την αποκτήσουν;

Γ Η μόρφωση. Ένας μορφωμένος θεωρείται από τη μεγάλη μάζα του κόσμου ανώτερος άνθρωπος. Στη συνείδηση τους βρίσκεται ψηλά, γι' αυτό και δίνουν μεγάλη αξία στη μόρφωση και στις σπουδές.

Φυσικά, ένας που έχει σπουδάσει αποκτά προσόντα για να κάνει μια πιο αποδοτική και πιο άνετη συνήθως δουλειά. Η μεγάλη όμως αξία και σημασία που δίνεται σήμερα στη μόρφωση και στις σπουδές δεν οφείλεται μόνο σ' αυτό. Υπάρχει διάχυτη η αντίληψη ότι με τη μόρφωση ο άνθρωπος μπορεί να ικανοποιήσει κάθε ανάγκη του, άσχετα αν αυτή είναι υλική ή ψυχολογική. Μ' άλλα λόγια πιστεύουν ότι η μόρφωση δίνει αξία στον άνθρωπο και τον οδηγεί στην ικανοποίηση.

Το πόσο λαθεμένη είναι αυτή η αντίληψη φαίνεται από την εμπειρία των πολύ σπουδασμένων ανθρώπων. Συνήθως αυτοί είναι πιο ανικανοποίητοι από τους απλούς ανθρώπους. Όταν όμως επικρατεί μια τόσο λαθεμένη αντίληψη πώς να μη δημιουργεί προβλήματα σε πολλούς που δεν είχαν την ευκαιρία να σπουδάσουν και να μορφωθούν; (Καβάκας 1998).

4.1.B) ΤΥΠΟΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ.

Η πιο συνηθισμένη συμπεριφορά μπορεί να λάβει τις εξής μορφές:

Γ Τελειομανία. Όταν αμφιβάλλει κάποιος για τις ικανότητες του, προσπαθεί να κάνει τέλειο το καθετί που αναλαμβάνει για ν' αποφύγει την πιθανότητα κριτικής από τους άλλους και κυρίως για να πείσει τον εαυτό του για τις ικανότητες του.

Το κύριο κίνητρο στις αποφάσεις και στις προσπάθειες του είναι ο φόβος της αποτυχίας και όχι η επιθυμία για επιτυχία. Γι' αυτό και συνήθως οι στόχοι του είναι πολύ χαμηλότεροι από τις δυνατότητες του.

Γ Συμμόρφωση. Επειδή νιώθει ότι μειονεκτεί δεν τολμά να κάνει αυτό που θεωρεί σωστό, από φόβο μήπως το απορρίψουν. Επίσης, το άτομο για να γίνει δεκτό από τους άλλους μπορεί να φτάσει στο σημείο να κάνει αυτό που οι άλλοι επιθυμούν, έστω κι αν αυτό δεν το θεωρεί σωστό.

Αυτό μπορεί να παρασύρει το άτομο σε συμμόρφωση με τον τρόπο ζωής, συμπεριφοράς ή στόχους κάποιων άλλων ανθρώπων και να το μετατρέψει σ' ένα νούμερο μιας ομάδας ανθρώπων και όχι σε μια προσωπικότητα, που αποφασίζει μόνη της ποιες αρχές θα δεχτεί στη ζωή της και ποιους στόχους θα επιδιώξει να πετύχει.

Γ Απομόνωση. Επειδή νιώθει μειονεκτικά μπορεί να απομονωθεί κοινωνικά. Αποφεύγει ν' αναπτύξει φιλίες και σαν δικαιολογία μπορεί να ισχυρίζεται ότι δεν υπάρχουν πραγματικοί φίλοι σήμερα. Επίσης, ενώ νιώθει την ανάγκη να ανοίξει την καρδιά του σε κάποιον, δεν το κάνει από φόβο μήπως το παρεξηγήσουν ή επειδή είναι βέβαιος ότι κανένας δεν το εκτιμάει όσο πρέπει και δεν το παραδέχεται πραγματικά.

Αν βρεθεί σε μια παρέα διστάζει να εκφράσει τη γνώμη του κι αν το κάνει νιώθει άσχημα, επειδή έχω την εντύπωση ότι δεν τα καταφέρνει. Απορεί πώς οι άλλοι έχουν τόσες ικανότητες και τους θαυμάζει γιατί μπορούν να μιλούν άνετα, έξυπνα και ευχάριστα.

Σε σχέση με την εμφάνιση μπορεί να νιώθει ότι είναι άσχημος ή ότι δεν είναι ελκυστικός για τα άτομα του άλλου φύλου.

Γενικά μπορεί να πιστεύει ότι δεν τα καταφέρνει και ούτε θα τα καταφέρει και μελλοντικά στη ζωή. Μπορεί να έχει την εντύπωση ότι δεν το αγαπούν κι αυτό να το κάνει να νιώθει μοναξιά και απογοήτευση. Αναπτύσσονται εύκολα μέσα του ενοχές ακόμη και για επουσιώδη σφάλματα ή παραλείψεις. Αν συμβεί να διαζευχθεί μπορεί να κατηγορεί τον εαυτό του και να καταληφθεί από μελαγχολία, επειδή ο σύντροφος της ζωής του το εγκατέλειψε, παρόλο που αυτό δεν έφταιξε σε τίποτα.

- Γ **Υποκατάσταση.** Επειδή νιώθει ότι μειονεκτεί βρίσκει ένα υποκατάστατο, όπου πιστεύει ότι μπορεί να πετύχει και αφοσιώνεται σ' αυτό. Κάνει μια υπερπροσπάθεια, καταβάλλοντας όλες τις δυνάμεις του για να πετύχει προκειμένου να πείσει και τους άλλους αλλά πιο πολύ τον εαυτό του ότι αξίζει και να ξεπεράσει έτσι το συναίσθημα της μειονεκτικότητάς του.

Αναφέρεται για παράδειγμα ότι ο Ναπολέων, ο Χίτλερ και ο Στάλιν ήταν όλοι τους αρκετά κοντοί άντρες και ότι αυτό ίσως έπαιξε κάποιο ρόλο στην υπερπροσπάθεια τους ν' αποκτήσουν δύναμη και εξουσία στα χέρια τους. Επίσης υποστηρίζουν ότι η σωματική μειονεξία του Φραγκλίνου Ρούσβελτ (ήταν κουτσός) ίσως έπαιξε σημαντικό ρόλο στην υπερπροσπάθεια του ν' αποκτήσει μεγάλη μόρφωση και ν' ανεβεί κοινωνικά πολύ ψηλά.

- Γ **Ευερεθιστότητα.** Τέλος μια άλλη μορφή συμπεριφοράς ατόμων με μειωμένη αυτοεκτίμηση είναι η ευερεθιστότητα. Επειδή νιώθει ότι μειονεκτεί δεν μπορεί ν' ανεχτεί και την παραμικρή κριτική ή αντίρρηση. Κάθε αμφισβήτηση της αξίας ή των ικανοτήτων του και κάθε εμπόδιο στα σχέδια του τον εξοργίζει γιατί αυξάνει την αμφιβολία μέσα του. (Καβάκας 1998).

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΧΑΜΗΛΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ.

Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοεκτίμηση:

- Γ Θεωρούν ότι δεν αξίζουν την προσοχή και τη φροντίδα των άλλων, αλλά ακόμα και όταν την δέχονται την αντιμετωπίζουν καχύποπτα.
- Γ Επαναπαύονται, ακόμα κι αν είναι οι καταστάσεις της ζωής τους είναι προβληματικές, και προτιμούν τη διαιώνισή τους, παρά να πληρώσουν το τίμημα της αλλαγής. Οι περισσότερες νοσηρές συμπεριφορές είναι μαθημένες και πολλές φορές η αδυναμία αντιμετώπισής τους οφείλεται και στην έλλειψη θέλησης, αλλά και στα δευτερογενή οφέλη, που προκύπτουν από την διατήρησή τους, όπως για παράδειγμα η διαρκής προσοχή και το ενδιαφέρον των άλλων, η αποφυγή προκλήσεων κ.λ.π.
- Γ Ο φόβος της απόρριψης κατατρώει και οριοθετεί τις πράξεις τους. Όταν εμπλακούν σε κάποια συναισθηματική σχέση, γίνονται υπερβολικά ζηλόφθονες, εξαρτητικοί ή

- αναπτύσσουν μαζοχιστικά χαρακτηριστικά, φοβούμενοι ότι θα απωλέσουν την αγάπη, που με τόση επίπονη υπέρβαση κέρδισαν. Συνήθως αυτή η συμπεριφορά εξωθεί τους υπόλοιπους να τους εγκαταλείπουν, επιβεβαιώνοντας έτσι τους αρχικούς τους φόβους.
- Σπανίως γίνονται διεκδικητικοί. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση τους αποτρέπει από το να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες, να εμπλέκονται σε συγκρούσεις, και να υπερασπίζονται τις απόψεις τους, ακόμα κι όταν έχουν το δίκιο με το μέρος τους. Πολλές φορές πίσω από τη χαμηλή αυτοεικόνα εμφωλεύει ένας λανθάνων ναρκισσισμός, δεδομένου ότι η δειλία τους προστατεύει από την έκθεση του εαυτού τους στην κρίση των άλλων.
 - Επιζητούν την επιδοκιμασία των άλλων και εξαρτούν τη διάθεσή τους από αυτήν.
 - Παρά το ότι μπορεί να διαθέτουν υψηλό δείκτη νοημοσύνης, δεν μπορούν να επιλύσουν προβλήματα κοινωνικού περιεχομένου. Είναι επιρρεπείς στο μυστικισμό και τη μοιρολατρία.
 - Πολλές φορές καταφεύγουν σε υπερωρίες στον ακαδημαϊκό ή εργασιακό τομέα, επιζητούν την υπερεπίδοση, την εξουσία ή το χρήμα, μέσα που πρόσκαιρα τους προσφέρουν ανακούφιση από την ανασφάλειά τους.
 - Ότι για τους υπόλοιπους δρα ως θετικός ενισχυτής, σε αυτούς είναι αδιάφορο. Είναι ανίκανοι να απολαύσουν τις μικροχαρές της ζωής, γεγονός που προοιωνίζει κατάθλιψη.
 - Αδυνατούν ή αρνούνται να αξιολογήσουν σωστά τις δυνατότητές τους και αισθάνονται αμηχανία, όταν οι άλλοι τους επαινούν.
 - Η ταυτότητα του εαυτού τους είναι απροσδιόριστη, χωρίς συνέπεια και στοχοθεσία. Υιοθετούν συμπεριφορές, για να γίνουν αρεστοί στους άλλους.
 - Έχουν χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη και επικοινωνιακά προβλήματα.
 - Γίνονται επιθετικοί, όταν απειληθούν, ειδικά εάν διαθέτουν υψηλή φαινομενική αυτοεκτίμηση.
 - Κάθε ματαίωση στη ζωή τους είναι πηγή ανεξέλεγκτου άγχους, μελαγχολίας και αποσυντονισμού.
 - Είναι εξαρτημένοι από την οικογένειά τους και διατηρούν τη σχέση αυτή και μετά την ενηλικίωση.
 - Εκδηλώνουν συχνά νευρωσικές συμπεριφορές, όπως ροπή προς τον αλκοολισμό, τη χαρτοπαιξία, τα ναρκωτικά, τον υπερκαταναλωτισμό, τις σεξουαλικές ακρότητες και τον ηδονισμό. (Ντούργα,1992).

4.1.Γ) ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΔΕΝ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ ΤΑΠΕΙΝΩΣΗ

Σε μερικά άτομα, η μειωμένη αυτοεκτίμηση συνδυάζεται με ταπείνωση. Τα άτομα αυτά είναι καλόβολα και συνεργάσιμα. Μόνο που αποφεύγουν να αναλάβουν υπηρεσίες που θα μπορούσαν να τις εκτελέσουν με επιτυχία ή όταν τις αναλάβουν τους πιάνει πονοκέφαλος ή έντονο άγχος από φόβο μήπως δεν τα καταφέρουν. Τα άτομα αυτά μπορούν σιγά-σιγά και με κατάλληλο χειρισμό να βοηθηθούν για να ξεπεράσουν το πρόβλημά τους.

Σε άλλες περιπτώσεις όμως, τα συναισθήματα μειονεκτικότητας, όπως και η πραγματική μειονεξία συνδυάζονται με εγωιστικό πνεύμα και αλαζονική διάθεση σαν μηχανισμό άμυνας του ατόμου. Φράσεις όπως: «Ξέρεις ποιος είμαι εγώ;» δείχνουν υπεροπτική και αλαζονική διάθεση και όχι ταπείνωση. Η υπεροψία αυτών των ατόμων εκδηλώνεται συχνά με την τάση να θέλουν να είναι εκείνοι το κέντρο και όλοι οι άλλοι να προσαρμόζουν τη συμπεριφορά τους με τρόπο που να ικανοποιούνται οι δικές τους επιθυμίες ή ανάγκες. Αρκετά τέτοια άτομα κατορθώνουν με τρόπο να επιβληθούν στο περιβάλλον τους, αναγκάζοντας τους άλλους ν' ασχολούνται πάντα με το πρόσωπο τους, σε σημείο μερικοί τουλάχιστον απ' αυτούς να γίνουν δικτάτορες στην οικογένεια τους.

Αλλά τι εννοούμε όταν μιλάμε για ταπείνωση; Από αυτά που αναφέρθηκαν πιο πάνω, φαίνεται καθαρά ότι η ταπείνωση δεν ταυτίζεται με την αποκαλούμενη μειωμένη αυτοεκτίμηση. Ακόμη είναι ελπίζω σαφές ότι η μειωμένη αυτοεκτίμηση και τα συναισθήματα μειονεκτικότητας έχουν σχέση με τις σωματικές και νοητικές ικανότητες και προσόντα του ατόμου και όχι με το άτομο αυτό καθαυτό. Γι' αυτό και ένα άτομο με μειωμένες σωματικές ή νοητικές ικανότητες και με πολλές αποτυχίες στη ζωή μπορεί να έχει εγωιστικό και υπερήφανο πνεύμα, ενώ αντίθετα, κάποιος άλλος με πολλές ικανότητες και με πολλές επιτυχίες μπορεί να είναι στ' αλήθεια ταπεινός. Η αποτυχία, μ' άλλα λόγια, ή η έλλειψη ικανοτήτων δεν οδηγούν οπωσδήποτε σε ταπείνωση αλλά αντίθετα μπορεί να αυξήσουν τον εγωισμό και την αλαζονεία του ατόμου σαν μηχανισμό άμυνας.

Τα συναισθήματα μειονεκτικότητας, έχουν σχέση με τις ικανότητες και τις επιτυχίες του ανθρώπου, ενώ η ταπείνωση έχει σχέση με τον ίδιο τον άνθρωπο, με την ηθική του υποστάση και γενικά με τη στάση του απέναντι στον Θεό και τους συνανθρώπους του. Ικανοί

μπορεί να είναι, όχι όμως καλοί. Αντίθετα, τα άτομα συχνά πιστεύουν ότι είναι καλοί αλλά όχι πολύ ικανοί. Με άλλα λόγια, η υπερηφάνεια και ο εγωισμός πρωταρχικά έχουν σχέση με την ηθική τους υπόσταση. Λένε, πως καλοί, είναι δίκαιοι, τίμιοι τη στιγμή που είναι κακοί, άδικοι και διεφθαρμένοι. (Ντούργα, 1992.).

4.2. ΣΩΣΤΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

4.2 Α) ΠΗΓΕΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Τρεις είναι οι κυριότερες πηγές δημιουργίας σωστής ή παραμορφωμένης εικόνας για τον εαυτό κάθε ατόμου.

Γ **Οι επιτυχίες και οι αποτυχίες του.** Η ανταμοιβή που ακολουθεί τις επιτυχίες του ενισχύει την αυτοπεποίθηση του, ενώ η απογοήτευση ή οι συνέπειες που συνοδεύουν τις αποτυχίες του τη μειώνουν. Φυσικά, ο άνθρωπος διδάσκεται και από τις επιτυχίες και από τις αποτυχίες του. Όταν οι επιτυχίες του είναι αρκετές ενισχύεται η εμπιστοσύνη στις ικανότητες μας, ενώ αντίθετα όταν έχουν πολλές αποτυχίες δημιουργείται μέσα μας προβληματισμός σε σχέση με την αξία και τις ικανότητες μας.

Επειδή όμως στη ζωή, για τους περισσότερους, οι αποτυχίες είναι συνήθως πιο πολλές από τις επιτυχίες δημιουργούνται εύκολα συναισθήματα μειονεκτικότητας.

Γ **Η εκτίμηση ή η αποτίμηση των πράξεων και των ενεργειών .** Όταν οι πράξεις ή οι ενέργειες των ατόμων εκτιμούνται από το περιβάλλον αυξάνεται η αυτοπεποίθηση τους, ενώ όταν υποτιμούνται προβληματίζονται και μπορεί εύκολα να αναπτύξουν συναισθήματα μειονεκτικότητας. Όταν η στάση του περιβάλλοντος για ένα παιδί είναι πολύ αρνητική απέναντι στις πράξεις και γενικά στη συμπεριφορά του, μπορεί να δημιουργηθεί μέσα του διαστρεβλωμένη εικόνα για τον εαυτό του.

Γ **Η παραδοχή ή η απόρριψη από το περιβάλλον.** Το κάθε παιδί και ο κάθε άνθρωπος νιώθει την ανάγκη να τον παραδεχτούν και να τον αναγνωρίσουν σαν άτομο, άσχετα με τις πολλές ή λίγες ικανότητες του και άσχετα με τη μεγάλη ή μικρή προσφορά του.

Θέλει να τον εκτιμούν όχι γι' αυτό που κάνει αλλά γι' αυτό που είναι. Αυτή είναι η πιο βασική πηγή αυτοεκτίμησης του ατόμου. Οι δυο άλλες, που αναφέρθηκαν πιο πάνω, συνοδεύονται συχνά από ανασφάλεια, επειδή απαιτούν προσπάθεια, επιτυχίες και σημαντική προσφορά από το ίδιο το άτομο.

Σπάνια όμως υπάρχουν άνθρωποι, έξω από το στενό οικογενειακό περιβάλλον, που είναι έτοιμοι να τους παραδεχτούν και να τους εκτιμήσουν γι' αυτό που είναι και όχι γι' αυτό που μπορούν να προσφέρουν.

Εδώ φαίνεται πόσο διαφέρουν οι άνθρωποι στην εκτίμηση και στην κρίση τους από τον Θεό και πόσο προνομιούχοι είναι εκείνοι που ανήκουν σ' αυτόν, επειδή ο Θεός μας δέχεται έτσι που είμαστε και όχι γι' αυτό που έχουμε κάνει ή που θα μπορούσαμε να κάνουμε. (Καβάκας 1998).

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΥΨΗΛΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

Η περιγραφή των ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση είναι πολλές φορές ανούσια, γιατί καταλήγει στη σκιαγράφηση ενός ιδανικού ανθρώπου. Ένας χρυσός κανόνας για τη διάγνωση αυτού του τύπου αυτοεκτίμησης είναι ο ακόλουθος: Όσο λιγότερο αυτή εξαρτάται από εξωγενείς παράγοντες και όσο προέρχεται από τα εσωτερικευμένα και σταθερά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, τόσο μεγαλύτερη και αυθεντικότερη είναι. Σε γενικές γραμμές ένα άτομο με υψηλή αυτοεκτίμηση έχει τα περισσότερα από τα παρακάτω γνωρίσματα.

- Τα άτομα με υψηλή αυτοεκτίμηση είναι παραγωγικά. Τα αγαθά της ζωής τα απέκτησαν με την προσωπική τους αξία, με την ακαδημαϊκή ή εργασιακή επίδοση και με τον καθημερινό αγώνα για αυτοπραγμάτωση. Όσοι χρησιμοποιούν πλάγιες οδούς, για να κερδίσουν χρήματα, θέσεις και εξουσία, ή όσοι καπηλεύονται τις περιστάσεις, δεν μπορούν να αντλήσουν ευχαρίστηση από αυτά και η φαινομενική τους αυτοεκτίμηση είναι επίπλαστη και εύθραυστη.
- Η δημιουργικότητα, η φαντασία, η δεκτικότητα στις προκλήσεις και η αισιοδοξία χαρακτηρίζουν τη δύσκολα απειλούμενη αυτοεκτίμηση που είναι βαθιά ριζωμένη στην συνείδηση. Τα άτομα αυτά αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες, προσαρμόζονται στις αλλαγές και δεν μεμψιμοιρούν με τις αναποδιές του βίου.

- Γ Διαθέτουν ηγετική προσωπικότητα, δεν είναι ούτε υπερβολικά εξαρτημένα ούτε πεισματικά ανεξάρτητα, δίνουν έμφαση στην ποιότητα επικοινωνίας και δεν φοβούνται να εμπλακούν σε συναισθηματικές σχέσεις.
- Γ Θεωρούν τον εαυτό τους άξιο να αγαπηθεί, δυνατότητα που την απέκτησαν αγαπώντας τους άλλους, ενδιαφέρονται και φροντίζουν το συνάνθρωπό τους, ξέρουν να δέχονται, όμως, και τις περιποιήσεις των άλλων και μπορούν να τους επικαλούνται, όποτε χρειαστεί, δίχως να πιστεύουν ότι αυτό μειώνει την αξία τους.
- Γ Είναι καλοί ακροατές, αναγνωρίζουν την αξία των άλλων και κατακτούν την κοινωνική αποδοχή, γιατί συγχρωτίζονται με ετερόκλητα άτομα από όλα τα εκπαιδευτικά, κοινωνικά και οικονομικά στρώματα.
- Γ Έχουν μεγάλο βαθμό αυτογνωσίας και η εικόνα, που προβάλλουν ταυτίζεται με την αυτοαντίληψη τους. Είναι αυθόρμητοι και πηγαίοι και αποφεύγουν τις μηχανορραφίες και την προσποίηση.
- Γ Γνωρίζουν τα όριά τους και παρόλο που προσπαθούν να τα επεκτείνουν, δεν το ανάγουν σε αυτοσκοπό. Η αυτογνωσία είναι η πηγή της αυτοεκτίμησής τους.
- Γ Είναι αλτρουιστές, χωρίς να αναλαμβάνουν την ευθύνη για τις πράξεις ή τις αποφάσεις των άλλων ή να αποκομίζουν συναισθηματικά οφέλη, παριστάνοντας τους σωτήρες. Αντίθετα, διδάσκουν στους υπόλοιπους την έννοια της προσωπικής υπευθυνότητας και του καταλογισμού των πράξεων.
- Γ Δεν καταφεύγουν σε μηχανισμούς άμυνας, για να καταπραΰνουν τον εαυτό τους από αγχογόνες καταστάσεις. Αποδέχονται την αλήθεια, όποια κι αν είναι αυτή.
- Γ Συχνά αποστασιοποιούνται από τον εαυτό τους και τον προσδιορίζουν με βάση το εξελικτικό, μακροπρόθεσμο σχέδιο ζωής, που έχουν επεξεργαστεί.
- Γ Αντιμετωπίζουν το μέλλον με αισιοδοξία και ενθουσιασμό.
- Γ Φαντασιώνουν τα μελλούμενα και σχεδιάζουν, κατά το δυνατό τις αντιδράσεις τους. Θέτουν στόχους για αναπτυξιακές κατακτήσεις και δεν απελπίζονται εύκολα. (Παπάνης, 2004).

4.2.B) Η ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

- Γ **Προσφορά των ανθρώπων.** Στη μικρή ηλικία η προσφορά των γονιών και του στενού οικογενειακού περιβάλλοντος είναι βασική και μπορεί να είναι πολύ αποτελεσματική για τη δημιουργία μέσα στο παιδί μιας σωστής εικόνας για τον εαυτό του.

Σε μεγάλα άτομα η προσφορά του περιβάλλοντος σπάνια είναι θετική επειδή, δυστυχώς, οι περισσότεροι άνθρωποι όταν προσφέρουν κάτι, περιμένουν στη συνέχεια ανταπόδοση. Επιπλέον οι άνθρωποι γύρω για να παραδεχτούν τα άτομα αυτά θέλουν πρώτα να βεβαιωθούν για την αξία και τις ικανότητες τους.

Ακόμη είναι γνωστό ότι ο κόσμος γύρω απαιτεί συνήθως πολλά, γι' αυτό χρειάζεται να προσπαθήσουν τα άτομα αυτά σκληρά και συχνά για χρόνια πολλά, ώσπου να πετύχουν κάτι το σημαντικό για να αναγνωριστεί η αξία τους. Και τότε όμως η αναγνώριση τους είναι συνήθως προσωρινή. Σύντομα ξεχνούν ή βρίσκουν κάποιον άλλο πιο ικανό για να τον παραδεχτούν ή να τον ακολουθήσουν.

Υπάρχουν εκατοντάδες περιπτώσεις ικανών και επιτυχημένων ανθρώπων που στο γάμο τους οι ικανότητες και οι επιτυχίες τους έπαιξαν τον πρωτεύοντα ρόλο. Μετά από λίγα χρόνια, οι ίδιες γυναίκες που τους είχαν παντρευτεί για τις ικανότητες τους βρήκαν κάποιον άλλον, πιο ικανό, για να ακολουθήσουν. Υπάρχουν επίσης αμέτρητες περιπτώσεις κοριτσιών, που οι άντρες τις παντρεύτηκαν για την ομορφιά τους. Δεν πέρασαν πολλά χρόνια όμως, και οι ίδιοι άντρες εντυπωσιάστηκαν από άλλες, πιο όμορφες ή πιο ελκυστικές απ' αυτές.

Τέλος, η εκτίμηση και η παραδοχή από τους ανθρώπους του κόσμου μπορεί να είναι και επικίνδυνη επειδή συχνά ζητούν συμμόρφωση.

Γ Προσφορά του Θεού. Ο Θεός, αντίθετα από τους ανθρώπους, δέχεται αυτούς χωρίς να περιμένει πρώτα να βελτιωθούν. Η εκτίμηση Του έχει σχέση μ' αυτό που είναι οι άνθρωποι και όχι μ' αυτό που κάνουν ή θα μπορούσαν να κάνουν. «Αλλ' ο Θεός δεικνύει την εαυτού αγάπην εις ημάς, διότι ενώ ημείς είμεθα έτι αμαρτωλοί, ο Χριστός απέθανεν υπέρ ημών» (Ρωμ. ε" 8).

Η εκτίμησή Του για μας είναι ασύλληπτη στο μεγαλείο της και απεριόριστης διάρκειας. Αρκεί να σκεφτούν οι άνθρωποι ότι ο Θεός τους θεώρησε άξιους να γίνουν παιδιά Του, κληρονόμοι της αιώνιας βασιλείας Του, και συμμετοχοί της δόξας Του. Για τον Θεό όχι μόνο δεν είναι οι άνθρωποι ένα μηδενικό αλλά είναι κάτι το πολύ σημαντικό. Είναι τα δημιουργήματα εκείνα που είναι προορισμένα να απολαμβάνουν την ασύλληπτη ευδαιμονία της παρουσίας Του από αυτή τη ζωή και για μια ατέλειωτη αιωνιότητα.

«Ιδέτε ποίαν αγάπην έδωκεν εις ημάς ο Πατήρ, ώστε να ονομασθώμεν τέκνα Θεού... Αγαπητοί, τώρα είμεθα τέκνα Θεού και έτι δεν εφανερώθη τι θέλομεν είσθε εξεύρομεν όμως ότι όταν φανερωθεί, θέλομεν είαθε όμοιοι με Αυτόν διότι θέλομεν ιδεί Αυτόν καθώς είναι» (Α' Ιωάν. γ' 1-2).

Πώς λοιπόν, να μη χαίρονται οι άνθρωποι και να μη δοξάζουν τον Θεό μέσα από τα βάθη της υπάρξεως Του.

Ο Θεός έκανε άξιους τους ανθρώπους και ικανούς να εργαστούν σ' αυτή τη ζωή, να Τον υπηρετήσουν και να Τον δοξάσουν Ο ίδιος, σαν Δημιουργός, τους έχει προικίσει με σωματικές, νοητικές και ψυχικές ικανότητες και προσόντα, που παρόλο ότι η αμαρτία τα έχει αλλοιώσει σ' ένα ποσοστό ή έχουν επηρεαστεί από ορισμένα λάθη στην ανατροφή, αν τα αναγνωρίσουν, τα καλλιεργήσουν και τα αξιοποιήσουν κατάλληλα είναι αρκετά για να τους βοηθήσουν να ζήσουν μια πετυχημένη και ευλογημένη ζωή. Γι' αυτό και δεν έχει θέση μέσα στους ανθρώπους η κακομοιριά ή τα συναισθήματα μειονεκτικότητας. (Καβάκας, σελ. 47, 1998).

4.3 ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Όσο πιο συγκροτημένη και ολοκληρωμένη είναι η αντίληψη ενός ατόμου για τον εαυτό του, τόσο περισσότερες πιθανότητες έχει να αντιμετωπίζει επιτυχώς τις δυσκολίες στην προσωπική και επαγγελματική του ζωή. Η υψηλή αυτοεκτίμηση συνήθως χαρακτηρίζει άτομα φιλόδοξα, που γνωρίζουν ακριβώς τους στόχους τους και είναι σαφή στα όσα επιδιώκουν από τη ζωή τους. Όσο περισσότερη αυτοεκτίμηση διαθέτει ένας άνθρωπος, τόσο πιο ανοιχτός και αποτελεσματικός στην επικοινωνία τείνει να είναι. Αντιστρέφοντας το συλλογισμό, χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης χαρακτηρίζουν προσωπικότητες με φτωχές επικοινωνιακές δυνατότητες, δεδομένου ότι η αβεβαιότητα για την προσωπική επάρκεια και ο φόβος για την αντίδραση του ακροατή παρεμποδίζουν τους διαύλους επικοινωνίας.

Η ζωτικότητα και η διεύρυνση των διαπροσωπικών δραστηριοτήτων είναι στοιχεία που χαρακτηρίζουν άτομα με υγιή αυτοεκτίμηση, σε αντίθεση με τα άτομα χαμηλής αυτοεκτίμησης, τα οποία βιώνουν τις σχέσεις παθητικά ερμηνεύοντάς τες ως κενές, ανούσιες και εξαρτητικές. Οι άνθρωποι της δεύτερης κατηγορίας κυριεύονται από αυτόματες προσδοκίες

απόρριψης, ταπείνωσης και προδοσίας, γεγονός που έχει άμεσο αντίκτυπο στο πώς αντιλαμβάνονται τις σχέσεις.

Το άτομο με χαμηλή αυτοεκτίμηση κάνει συχνή χρήση στερεότυπων εκφράσεων ή λέξεων («ξέρεις..., όπως είπε ο..., στους νέους ανθρώπους αρέσει αυτό»), επειδή δεν εμπιστεύεται την ικανότητά του να είναι αυθεντικός. Δικαιολογεί την ανεπάρκειά του κάνοντας συχνή μνεία στις δύσκολες εμπειρίες που έχει περάσει. Αντλεί την αξία του από τη συμμετοχή του σε ομάδες ή από τους τίτλους που κατέκτησε ή του χαρίστηκαν και όχι από τα γνωρίσματα του εαυτού. Αναπτύσσει άμυνες σε τέτοιο βαθμό και ο λόγος του βρίθει δικαιολογιών και αντιστάσεων. Διακατέχεται από κυνισμό, όσον αφορά τα χαρίσματα άλλων. Εμφανίζει υπερ-κριτική στάση και ο τόνος της φωνής του είναι συχνά μεμψίμοιρος και σαρκαστικός. Δεν νιώθει άνετα με την επιτυχία των άλλων, που την αποδίδει σε εύνοια της τύχης ή πλάγια μέσα.

Είναι πείσμων και τρέμει τον ανταγωνισμό. Αντίθετα ο άνθρωπος με υψηλή αυτοεκτίμηση χρησιμοποιεί πρωτότυπες εκφράσεις, έχει πλούσιο λεξιλόγιο, επιλέγει την κατάλληλη λέξη και μπορεί να απευθύνεται στον άλλο εξαιρώντας πρώτα τα θετικά στοιχεία της προσωπικότητας ή της συμπεριφοράς του. Έχει την τάση να μιλάει λιγότερο για τον εαυτό του. Ξέρει ότι αξίζει χωρίς να χρειάζεται συνεχή επιβεβαίωση. Είναι πρόθυμος να αναγνωρίσει τη συμβολή των άλλων στην επίτευξη του σκοπού. Δέχεται τον έπαινο αλλά και την κριτική. Όταν αναλαμβάνει εργασίες αναφέρει και την δική του άποψη. Δεν σπαταλά χρόνο για να βρει τον ασφαλή τρόπο να προσεγγίσει τα προβλήματα, έτσι ώστε να μην του ασκηθεί κριτική. Ο τόνος της φωνής του χαρακτηρίζεται από αυτοπεποίθηση και έχει το σθένος να πει «έκανα λάθος». Μπορεί να πάρει μέρος σε μια συζήτηση με καινοφανή θεματολογία. Διακινδυνεύει να φανεί αμαθής, εάν έτσι πρόκειται να αποκομίσει γνώσεις και εμπειρίες Διακρίνεται από έλλειψη δογματισμού.

Το άτομο με υψηλή αυτοεκτίμηση απευθύνει τον ακόλουθο δεκάλογο με τον εαυτό του:

- Γ Είμαι υπεύθυνος για την επίτευξη των στόχων μου.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για τις επιλογές και τις πράξεις μου.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για τους ρεαλιστικούς και σταδιακούς στόχους στον τομέα της εργασίας.

- Γ Είμαι υπεύθυνος για τις επιτυχίες ή αποτυχίες στον τομέα των διαπροσωπικών σχέσεων.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για τη συμπεριφορά μου με άλλους ανθρώπους.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για το πώς προγραμματίζω τον χρόνο μου.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για το βαθμό της επικοινωνιακής δυνατότητας.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για την προσωπική μου ευτυχία.
- Γ Είμαι υπεύθυνος για τις αξίες τις οποίες θέτω στη ζωή μου και δεν υποκύπτω στην κοινωνική σύγκριση. (Ευστράτιος Παπάνης, Επίκουρος Καθηγητής Κοινωνιολογίας Πανεπιστημίου Αιγαίου, <http://epapanis.blogspot.com/>).

4.4 ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

Όσο πιο συγκροτημένη και ολοκληρωμένη είναι η αντίληψη ενός ατόμου για τον εαυτό του, τόσο περισσότερες πιθανότητες έχει να αντιμετωπίζει επιτυχώς τις δυσκολίες στην προσωπική και επαγγελματική του ζωή. Η υψηλή αυτοεκτίμηση συνήθως χαρακτηρίζει άτομα φιλόδοξα, που γνωρίζουν ακριβώς τους στόχους τους και είναι σαφή στα όσα επιδιώκουν από τη ζωή τους. Όσο περισσότερη αυτοεκτίμηση διαθέτει ένας άνθρωπος, τόσο πιο ανοιχτός και αποτελεσματικός στην επικοινωνία τείνει να είναι. Αντιστρέφοντας το συλλογισμό, χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης χαρακτηρίζουν προσωπικότητες με φτωχές επικοινωνιακές δυνατότητες, δεδομένου ότι η αβεβαιότητα για την προσωπική επάρκεια και ο φόβος για την αντίδραση του ακροατή παρεμποδίζουν τους διαύλους επικοινωνίας. Όπως διαπιστώνει ο Branden (1981), η ζωτικότητα και η διεύρυνση των διαπροσωπικών δραστηριοτήτων είναι στοιχεία που χαρακτηρίζουν άτομα με υγιή αυτοεκτίμηση, σε αντίθεση με τα άτομα χαμηλής αυτοεκτίμησης, τα οποία βιώνουν τις σχέσεις παθητικά ερμηνεύοντάς τες ως κενές, ανούσιες και εξαρτητικές. Οι άνθρωποι της δεύτερης κατηγορίας κυριεύονται από αυτόματες προσδοκίες απόρριψης, ταπείνωσης και προδοσίας, γεγονός που έχει άμεσο αντίκτυπο στο πώς αντιλαμβάνονται τις σχέσεις. Ο Meyers (1992) ολοκληρώνει το συλλογισμό, λέγοντας ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση είναι ένας ισχυρός προγνωστικός παράγοντας για την προσωπική ευτυχία ενός ατόμου. Η αντίληψη της ευτυχίας είναι μία συνιστώσα, που επηρεάζει πολυδιάστατα την ανθρώπινη φύση. Έρευνες έχουν αποδείξει ότι η ομαλή ανάπτυξη της αίσθησης της προσωπικής αξίας και ανεξαρτησίας αυτόματα οδηγεί στην προσωπική ευτυχία, ελευθερώνοντας το άτομο από αρνητικές σκέψεις και βοηθώντας το να κατανοήσει ποιος πραγματικά είναι και τι πραγματικά ζητά.

(Waterman, 1981, 1984). Η χαμηλή αυτοεκτίμηση παρουσιάζεται ως μια συνιστώσα, που αποτελεί τροχοπέδη και ανασταλτικό παράγοντα στις κοινωνικές και ατομικές δραστηριότητες του ατόμου. Εντούτοις, κάτω από ορισμένες συνθήκες, η υψηλή αυτοεκτίμηση γίνεται πηγή προβλημάτων, ενώ η χαμηλή μετατρέπεται σε αναγκαστικό κίνητρο για δραστηριοποίηση. Αν και η αρνητική αξιολόγηση του εαυτού συνήθως καταστέλλει την ενεργητικότητα, σε μερικές ακραίες περιπτώσεις η υπερβολή της χαμηλής αυτοεκτίμησης μπορεί να κινητοποιήσει το άτομο, ώστε να αποτελματωθεί από την αδράνεια. Λειτουργεί δηλαδή εδώ ο ψυχικός μηχανισμός, που χρησιμοποιείται και στην κατακλυσμαία μέθοδο θεραπείας, κατά τον οποίο η μεγάλη δόση χαμηλής αυτοεκτίμησης και η αίσθηση ότι κάποιος φτάνει στον πυθμένα της αυτοαξιολόγησης μπορεί να ενεργοποιήσει τις δυνάμεις αντίδρασής του. Αντίθετα, το υψηλό αυτοσυναίσθημα, μερικές φορές δύναται να επιφέρει αλαζονεία, ανειλικρίνεια, εφησυχασμό και έπαρση. Εξάλλου, ο Darlympe, (1995) διαπίστωσε ότι οι ναζί είχαν υπερβολικά υψηλή αυτοεκτίμηση.

4.5 ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ, ΒΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΠΤΩΜΑΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Η συνάφεια μεταξύ της χαμηλής αυτοεκτίμησης και της παραβατικότητας, ακόμα και στο χώρο του σχολείου, διαπιστώνεται συστηματικά από πολλές έρευνες. Άτομα με ανεπαρκή αυτοεκτίμηση, τα οποία βιώνουν διαρκείς ματαιώσεις και αποτυχίες, στρέφονται προς την αντικοινωνική συμπεριφορά ως αντεκδίκηση προς το κοινωνικό σύνολο. Η αυτοεκτίμησή τους αναπτρώνεται από τις βίαιες συμπεριφορές, γιατί η επιβολή ή η ένταξη σε κάποια συμμορία, αναπληρώνουν τα κενά και τα στίγματα, που τους κληροδότησε ο περίγυρός τους. Η καταξίωση επιτυγχάνεται από τη συμμετοχή σε ένα ιεραρχικό σύστημα (π.χ. συμμορία), με πολλές ευκαιρίες ανέλιξης, αναγνώρισης της στερηθείσας αξίας και απόκτησης ταυτότητας. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί μια ανεξάντλητη πηγή μίσους και οργής, η οποία, αν διοχετευθεί προς τον εαυτό, γίνεται κατάθλιψη και αν εκτονωθεί επιθετικά, εξισορροπεί την απωλεσθείσα ή τρωθείσα αυτοεικόνα. Κατά την ψυχαναλυτική άποψη όλες οι βίαιες αποκλίνοσες συμπεριφορές ερμηνεύονται μέσω της συσχέτισής τους με την αυτοεκτίμηση και τα πλαίσια που την υπονομεύουν. (Παπάνης, 2004).

4.6 ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΧΡΗΣΗΣ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ, ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Υπάρχει μία συσχέτιση ανάμεσα στη χαμηλή αυτοεκτίμηση, το νευρωσικό άγχος, και την παθητικότητα, καταστάσεις που ευνοούν τη χρήση ουσιών. Μάλιστα, είναι φανερό ότι η ανάγκη για εξάρτηση υποκαθιστά τη μειονεξία της χαμηλής αυτοεκτίμησης, δηλαδή δρά ως μηχανισμός άμυνας. Το κρίσιμο σημείο στις διαπιστώσεις αυτές είναι ότι στην πραγματικότητα τα ναρκωτικά και το αλκοόλ δίνουν μια ψευδαίσθηση ελέγχου, χαρακτηριστικό, που δεν διαθέτει ένα άτομο χωρίς αυτοεκτίμηση. Αντίθετα, άτομα με υψηλή και αυθεντική αυτοεκτίμηση δεν έχουν την ανάγκη να εξαρτηθούν από συνανθρώπους τους, για να αυτοεπιβεβαιωθούν, ούτε προσπαθούν να ταπεινώνουν τους σημαντικούς άλλους, όπως μερικές φορές επιχειρούν άτομα με ευάλωτη αυτοεκτίμηση, για να καλύψουν την ανασφάλειά τους. Το πρόβλημα γίνεται ιδιαιτέρως αισθητό κατά την περίοδο της εφηβείας, όπου η απευθείας έκθεση σε περιβάλλον με ναρκωτικά πολλαπλασιάζει τον κίνδυνο. Προγράμματα καταπολέμησης εξαρτήσεων από ναρκωτικά και αλκοόλ χρησιμοποίησαν μεθόδους ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης και είχαν μακροπρόθεσμα θετικά αποτελέσματα απεξάρτησης.

Το πρόβλημα γίνεται ιδιαιτέρως αισθητό κατά την περίοδο της εφηβείας, όπου η απευθείας έκθεση σε περιβάλλον με ναρκωτικά πολλαπλασιάζει τον κίνδυνο. Προγράμματα καταπολέμησης εξαρτήσεων από ναρκωτικά και αλκοόλ χρησιμοποίησαν μεθόδους ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης και είχαν μακροπρόθεσμα θετικά αποτελέσματα απεξάρτησης. (Παπάνης, 2004).

4.7 ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΣΧΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΥΧΙΑ ΚΑΙ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΠΙΔΟΣΗ

Η συντριπτική πλειοψηφία των παραγόντων, που οδηγούν στην εγκατάλειψη του σχολείου, σχετίζονται με μειωμένη αυτοεκτίμηση για τις νοητικές ικανότητες του μαθητή, γεγονός που, μέσω της αυτοεκπληρούμενης προφητείας, επιτείνεται από τους γονείς και τους δασκάλους. Η ανατροφοδότηση του χαμηλού αυτοσυναισθήματος φαίνεται να ενισχύεται από

τη διαπίστωση ότι όσοι εγκαταλείπουν τελικά το σχολείο , έχουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση σε σχέση με τους συνομηλίκους τους, που συνεχίζουν να φοιτούν. Η θετική αυτοαντίληψη θεωρείται απαραίτητη προϋπόθεση για την εξασφάλιση της συμμετοχής του ατόμου στην διαδικασία της μάθησης. Όταν το άτομο έχει ισχυρή αυτοεκτίμηση και δεν διακατέχεται από φόβους: όπως αυτός της απόρριψης του από τους γύρω του και της αποτυχίας, μπορεί να συμμετέχει ενεργητικά σε αυτήν. Η συχνή, όμως, σύνδεση της νοητικής ικανότητας και της εν γένει ικανότητας του παιδιού με τη σχολική επιτυχία ή αποτυχία αποτελεί απειλή για τη θετική αυτοαξιολόγησή του.

Η υψηλή αυτοεκτίμηση κατά την προσχολική ηλικία συνεπάγεται μεγάλη αναγνωστική ετοιμότητα στην πρώτη δημοτικού, καλύτερες επιδόσεις στην ανάγνωση και γραφή. Πολλοί υποστηρίζουν ότι η αυτοεκτίμηση είναι το προϊόν της σχολικής επιτυχίας και όχι η γενεσιουργός αιτία της. Αντίθετα, άλλοι ερευνητές διατείνονται ότι δεν είναι δυνατόν να είναι κανείς καλός και αποδοτικός μαθητής, χωρίς κάποια δόση υψηλής αυτοεκτίμησης. Η αυτοεκτίμηση είναι κάτι που διδάσκεται και οποιαδήποτε μεταβολή της, μέσω ψυχολογικής παρέμβασης, συσχετίζεται με διαφοροποιημένη σχολική επίδοση (αιτιακή απόδειξη), μείωση των αδικαιολογήτων απουσιών και εγκατάλειψη του σχολείου. (Παπάνης, 2004).

4.8 ΣΧΕΣΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΗΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

Η ελλιπής, μη σταθερή και αναποτελεσματική χρήση αντισυλληπτικών, ειδικά κατά τη νεαρή ηλικία, ακόμα και από γυναίκες με καλή ενημέρωση επί του θέματος, έχει θετική συνάφεια με το μειωμένο αίσθημα αυτοεκτίμησης γενικά και για την εξωτερική τους εμφάνιση ειδικότερα. Πλείστες παρεμβάσεις για την κοινωνική επανένταξη των γυναικών αυτών πετυχαίνουν μόνο όταν λαμβάνεται υπόψη ο παράγοντας αυτοεκτίμησης. Τέλος η απόφαση νεαρών μητέρων να κρατήσουν τα παιδιά τους, ακόμα κι όταν λόγω ηλικίας ή πόρων είναι αδύνατο να το καταφέρουν, αφορά την πεποίθησή τους ότι τα παιδιά τους θα τους παρέχουν χωρίς όρους αποδοχή και αγάπη, που τόσο είχαν στερηθεί. (Παπάνης, 2004).

4.9 ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΦΥΛΟ

Ο Rosenberg ήδη από το 1967 παρατήρησε μια στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση ανάμεσα στο φύλο και την αυτοεκτίμηση σε συνάρτηση με διάφορες άλλες μεταβλητές. Ο Epstein (1979) διαπίστωσε πως όταν οι γυναίκες μιλούσαν για αυτοεκτίμηση, αναφέρονταν περισσότερο σε εμπειρίες αποδοχής ή απόρριψης, ενώ οι άνδρες για καταστάσεις επιτυχίας ή αποτυχίας. Η τάση αυτή διαφαινόταν ακόμα και σε μικρότερες ηλικίες και έτσι οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι διαφυλικές διαφορές μπορούν να επηρεάσουν την εξέλιξη της αυτοεκτίμησης (Pallas, Entwisle, Alexander, Weinstein, 1990). Η πλειονότητα όμως των εμπειρικών ερευνών δεν επιβεβαιώνει το εύρημα αυτό, όσον αφορά τη γενική αυτοεκτίμηση των δύο φύλων (Jacklin, 1974). Αντίθετα, η πρόταση αυτή ισχύει στις επιμέρους παραμέτρους, γεγονός που υποδηλώνει ότι άνδρες και γυναίκες εσωτερικεύουν διαφορετικά τις διαπροσωπικές τους σχέσεις και τα κριτήρια της επιτυχίας. Το βασικότερο πρόβλημα πάντως αναδύεται από την διαφορετική θεώρηση του εαυτού. Έχει επανειλημμένα παρατηρηθεί (Kitayama, 1991 Markus, 1992) ότι οι γυναίκες έχουν την τάση να αντιλαμβάνονται τον κόσμο και κυρίως την εικόνα του εαυτού τους ολιστικά, δηλαδή ενσωματώνουν σε αυτήν τα αγαπημένα και σημαντικά γι' αυτές πρόσωπα και τις σχέσεις τους μαζί τους. Δημιουργούν, δηλαδή, ένα συγκεντρωτικό σχήμα του εαυτού. Οι άνδρες από τη μεριά τους θεωρούν τον εαυτό τους πιο αυτόνομα και αποσπασματικά μέσω μεμονωμένων πράξεων και ενεργειών. Είναι περισσότερο ατομοκεντρικοί, ανεξάρτητοι και ανταγωνιστικοί. Απόρροια του γεγονότος αυτού είναι ότι στην πραγματικότητα η αυτοεκτίμηση στα δύο φύλα είναι τελείως διαφοροποιημένη. Τα αγόρια από πολύ μικρά μαθαίνουν να έχουν αυτοπεποίθηση, όταν ξεχωρίζουν και όταν οι πράξεις τους στέφονται από επιτυχία. Τα κορίτσια θεωρούνται ικανά όταν μπορούν να σχηματίζουν ολοκληρωμένες συναισθηματικές επαφές. Κατά τον Eagly (1997) η διαδικασία αυτή ξεκινά από τη γέννηση. Τα αγόρια ενθαρρύνονται περισσότερο στην εξερεύνηση και την δράση, ενώ συναισθηματικές εκδηλώσεις, όπως κλάμα αποδίδονται συχνότερα στα κορίτσια. Η υιοθέτηση των ρόλων αυτών επηρεάζει τους μετέπειτα αυτοπροσδιορισμούς. Αυτό που δίνει αξία στον εαυτό δεν είναι κοινό και δεδομένο, αλλά καθορίζεται από τις αρχές και τις προτεραιότητες του ατόμου, αν ληφθούν υπόψη τα φίλτρα της κοινωνίας και των προσδοκιών της. Κάθε φορά που κάποιος επιτυγχάνει να ταυτίσει την αυτοεικόνα του με τις απαιτήσεις και τις ελπίδες του περιβάλλοντος, η αυτοεκτίμησή του αυξάνεται. Η ασυμφωνία, όμως προσωπικών ρόλων και κοινωνικών στερεοτύπων συντελεί στην έκφραση άγχους και μειωμένης αυτοεκτίμησης. Το πρόβλημα με τις σύγχρονες γυναίκες, παρά την κοινωνική εξίσωσή τους με τους άνδρες είναι ότι δεν έχουν απλοποιηθεί καμία από τις πρότερες υποχρεώσεις τους, ούτε συναισθηματικά ούτε πρακτικά. Επιπλέον έχουν αναλάβει περισσότερες υποχρεώσεις με αποτέλε-

σμα σήμερα να κρίνονται και από την επαγγελματική τους καταξίωση, αλλά και από την ικανότητά τους να δημιουργούν βαθιές και ισορροπημένες σχέσεις. Η αυτοεκτίμηση στις γυναίκες κερδίζεται δυσκολότερα, εάν βασιστεί και στις δύο παραμέτρους, με αποτέλεσμα πολλές να παραιτούνται του ενός ή του άλλου ρόλου ή απλώς να αποτυγχάνουν και στους δυο. Τα ποσοστά γυναικείας κατάθλιψης είναι η επαλήθευση της διαπίστωσης αυτής.

Η εξερεύνηση της αυτοεκτίμησης απαιτεί να διασαφηνιστούν οι τρόποι, με τους οποίους ένα άτομο αντλεί πληροφορίες για τον εαυτό του, να εξακριβωθεί πώς τους επεξεργάζεται γνωστικά και συναισθηματικά και να καταγραφεί πώς αυτοί εφαρμόζονται σε πραξιακό επίπεδο. Στο μοντέλο πρέπει να προστεθούν οι αντανakλάσεις των επιβραβεύσεων και των αποθαρρύνσεων του περιβάλλοντος στην αυτοεικόνα, οι κοινωνικές συγκρίσεις και το πλαίσιο, μέσα στο οποίο η εικόνα αυτή ολοκληρώνεται. Οι διαφυλικές διαφορές σε όλα τα επίπεδα είναι μεγάλες και κυρίως προιών μάθησης. Οι γυναίκες είναι πιο εξαρτημένες από τους κοινωνικούς επαίνους, οι άνδρες από τις κοινωνικές συγκρίσεις, ενώ δίνουν ίδια σημασία στην αντίληψη των ικανοτήτων και της αξίας τους. Και στα δύο φύλα πηγή αυτοεκτίμησης αποτελούν πρώτιστα οι κοινωνικές αμοιβές, οι προσωπικές εκτιμήσεις για τον εαυτό και τέλος οι κοινωνικές συγκρίσεις (Mensky,1996).

4.10 ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΑΓΧΟΣ

Για πολλούς ερευνητές η έννοια της υψηλής αυτοεκτίμησης καθορίζεται από δύο κυρίως παραμέτρους. Από την θετική αλλά ταυτόχρονα ρεαλιστική αξιολόγηση του εαυτού και από τον βαθμό, που ο άνθρωπος είναι πεπεισμένος ότι μπορεί να ελέγξει εξωτερικούς παράγοντες και να χειριστεί επιτυχώς καθημερινά, απλά ή σύνθετα ζητήματα. Οι αντιδράσεις και οι προσωπικές επιλογές σε δεδομένη χρονική στιγμή, επηρεάζονται από την αντίληψη του ατόμου για το ποιο πραγματικά πιστεύει ότι είναι. Η αντίληψη αυτή καθορίζει τις αντιδράσεις σε γεγονότα και το είδος τους με τη σειρά του, συσχετίζεται άμεσα την προσαρμογή του ατόμου. Όταν η αυτοεκτίμηση κυμαίνεται σε χαμηλά επίπεδα, ελαττώνεται η ικανότητα των ατόμων να προσαρμόζονται και να κινούνται ευέλικτα σε ακραίες, αρνητικά φορτισμένες συνθήκες. Τέτοιες καταστάσεις επηρεάζουν έντονα την προσωπικότητα, και μάλιστα, σύμφωνα με τις απόψεις του Branden, (1984), τα αρνητικά γεγονότα έχουν μεγαλύτερη συναισθηματική επίδραση στους ανθρώπους απ' ότι τα θετικά. Άτομα με χαμηλό δείκτη αυτοεκτίμησης, εκδηλώνουν περισσότερο άγχος, όταν καλούνται να ανταπεξέλθουν σε δύσκολες καταστάσεις συγκριτικά με άτομα υψηλής αυτοεκτίμησης, επειδή διαθέτουν λιγότερο αποτελεσματικούς

τρόπους αντιμετώπισης του (Abel, 1996). Οι Smith, Zhan, Hynington και Washington, (1992) συμπληρώνουν ότι οι άνθρωποι με υψηλή αυτοεκτίμηση, έχουν την τάση να χρησιμοποιούν ποικιλία συμπεριφορών διευθέτησης των αγχογόνων καταστάσεων και να αποστασιοποιούνται από αυτές, ενώ άτομα χαμηλής αυτοεκτίμησης, ερμηνεύουν τη συμπεριφορά τους ως απόλυτα εξαρτημένη από τη συγκεκριμένη κατάσταση. Επιπλέον, ο Kreger σε ένα άρθρο που εξέδωσε το 1995, απέδειξε ότι το άγχος, που εισπράττει κάποιος σε μια δεδομένη στιγμή, συνδέεται περισσότερο με την εικόνα, που έχει σχηματίσει για τον εαυτό του, παρά με την ένταση της συγκεκριμένης κατάστασης. (Παπάνης, 2004).

4.11 ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΣΧΟΛΙΚΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΜΕΝΩΝ – ΠΑΡΑΜΕΛΗΜΕΝΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ.

Τα κακοποιημένα παιδιά συνήθως είναι ανίκανα να δημοσιοποιήσουν την κατάσταση εξαιτίας των απειλών που υφίσταται ή της αγάπης τους προς την οικογένεια στις περιπτώσεις αυτές το ψυχολογικό άγχος που βιώνουν εκδηλώνεται με μη λεκτικούς τρόπους επικοινωνίας και μέσω της συμβολοποίησης στο παιχνίδι, π.χ καταστροφή παιχνιδιών, βία προς ζώα, αυτοθυματοποίηση.

Τα κακοποιημένα παιδιά αναπτύσσουν ανασφαλή προσκόλληση προς τους κηδεμόνες τους, οι οποίοι δεν μπορούν να δράσουν ως πρότυπα συμπεριφοράς. Το γεγονός αυτό συνεπάγεται τεράστια ελλείμματα στη σταθερότητα της συναισθηματικής ανάπτυξης, στην αυτοεκτίμηση, στην ισορροπία του εγώ, στον έλεγχο των παρορμήσεων, στη διαχείριση της επιθετικότητας, στην επικοινωνία με συνομηλίκους και στις τάσεις αυτοκαταστροφής. (Kendall-Tackett, Williams, & Finkelhor, 1993, Allen & Tranowsky, 1989) Τα κακοποιημένα παιδιά εσωτερικεύουν τον κόσμο ως ένα επικίνδυνο βίωμα όπου η ατομική δράση αναστέλλεται από θέληση των ισχυρότερων ενηλίκων. (Galambus, 1984) Όσον αφορά τον γνωστικό τομέα διαπιστώνεται ελαττωματική γλωσσική εξέλιξη και χαμηλή σχολική επίδοση. Μερικές φορές τα συναισθήματα αυτά εκδηλώνονται είτε μέσω της καθήλωσης σε προγενέστερα αναπτυξιακά στάδια (είτε μέσω της εναγώνιας προσπάθειας προσέλευσης της προσοχής άλλων σημαντικών ενηλίκων όπως δασκάλων, συγγενών κτλ). Τα παιδιά που βιώνουν σεξουαλική κακοποίηση υποφέρουν από έλλειψη στοργής ή επίβλεψη που τα αφήνει εκτεθειμένα στις περίπλοκες ερωτικές κρούσεις του δράστη. Το παραμελημένο παιδί γίνεται αγχώδες ή απαθές απέναντι σε μια ζωή κατά την οποία οι βασικές ανάγκες δεν ικανοποιούνται. Μια γενική επίπτωση της

κακοποίησης του παιδιού είναι η αναπτυξιακή στερέωση ή το 'πάγωμα'. Το παιδί που τραβάει τη προσοχή του συμβούλου εξαιτίας των δυσκολιών του μέσα στην τάξη ή γενικότερα της κακής κοινωνικής προσαρμογής που παρουσιάζει, είναι πιθανόν να είναι ένα κακοποιημένο παιδί.(Counselling Abuse Children..Internet) Οι ψυχολογικές επιπτώσεις της κακοποίησης-παραμέλησης συσχετίζονται με διάφορες νοσηρές συμπεριφορές ακόμα και κατά την ενηλικίωση όπως απομονωτισμός, άγχος σεξουαλική δυσλειτουργία, διαταραχής ύπνου, ανεξέλεγκτη έκφραση θυμού, αντοχή στην κακοποίηση, αλλοίωση της αυτοαντίληψης, κατάθλιψη εμμονές ιδέες, ψυχοσωματικά συμπτώματα και μετατραυματικό σύνδρομο.(Kendall-Ticket, Williams, & Finkelhor, 1993, Betchman et al, 1992, (Neuamann et al, 1996). Η δυσκολία σύναψης, ισορροπημένων διαπροσωπικών σχέσεων, οφείλεται στη γενικευμένη έλλειψη εμπιστοσύνης, στην διαστρέβλωση της αυτονομίας και στην ανικανότητα οικοδόμησης σταθερών και μακροχρόνιων σχέσεων. Έρευνες παρακολούθησης της συμπεριφοράς αποκαλύπτουν πως τα κακοποιημένα παιδιά συμπεριφέρονται πιο επιθετικά κατά τη διάρκεια των αλληλοεπιδράσεων με τους γονείς συμπεριλαμβανομένου χτυπήματος, φωνών και τάση καταστροφής (Bousha and Lahey). (Παπάνης, 2004).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΕΝΔΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΣΩΣΤΟΥ ΕΠΠΕΔΟΥ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

5.1. ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Η οικογένεια αποτελεί το πρώτο και καθοριστικό περιβάλλον για την διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού. Μέσα από τις σχέσεις αλληλεπίδρασης με τους γονείς και τα αδέρφια, το παιδί διαμορφώνει μια σχετικά σταθερή αντίληψη για τον εαυτό του. Επομένως, η αυτοεκτίμηση του, η οποία κυρίως διαπλάθεται στα πρώτα χρόνια της ζωής, όταν το παιδί βρίσκεται σε άμεση εξάρτηση από την οικογένεια, επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τις ενδοοικογενειακές σχέσεις.

Για να γίνει κατανοητή η επίδραση των ενδοοικογενειακών σχέσεων στην αυτοεκτίμηση του παιδιού, θα πρέπει αυτές να καθορισθούν στο συγκεκριμένο τόπο και χρόνο. Ποιες είναι δηλαδή οι ενδοοικογενειακές σχέσεις και ο ρόλος των μελών της οικογένειας στην Ελληνική κοινωνία, όπως χαρακτηριστικά διαμορφώνονται στο κάθε πολιτισμικό πλαίσιο και πώς αυτές διαφοροποιούνται ανάλογα με διάφορους παράγοντες, όπως το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, η δομή της οικογένειας, το φύλο του παιδιού και η θέση του ανάμεσα στα αδέρφια.

Ελάχιστες είναι μέχρι τώρα οι έρευνες που αναφέρονται σε αυτό το αντικείμενο κι αυτές κυρίως αναφέρονται στον τρόπο που διαπαιδαγωγούν οι Έλληνες γονείς τα παιδιά τους με στοιχεία που προέρχονται από τους ίδιους τους γονείς (Δουμάνη 1989).

Ιδιαίτερη σημαντικότητα κατέχει η διαφοροποίηση της σχέσης του παιδιού με τον καθένα από τους γονείς και το γεγονός ότι οι σχέσεις αυτές δεν επηρεάζονται με στατιστικά σημαντικό τρόπο από τις διάφορες εξωτερικές ανεξάρτητες μεταβλητές.

Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων σε συνδυασμό με την ποιοτική ανάλυση των επιμέρους μηνυμάτων που δίνονται στον καθένα από τους δύο γονείς, δίνουν την εικόνα δύο σαφώς διαχωρισμένων ρόλων. Η εικόνα της μητέρας οικοδομείται κυρίως πάνω στην

φροντίδα, την καλοσύνη, την τρυφερότητα, την κατανόηση, (π.χ. «με φροντίζει», «αγκαλιάζει, μου αρέσει να με χαϊδεύει» κ.ά.) ενώ τα αρνητικά συναισθήματα που κυρίως αποδίδονται σε αυτήν είναι ήπια και μάλλον ενισχύουν την αίσθηση της «αδυναμίας» της σε σχέση με το παιδί (πχ «παραπονιέται για μένα», «θα ήθελα να την ενοχλήσω» ή στην χειρότερη περίπτωση «με χτυπάει»). Ο πατέρας από την άλλη μεριά, χαρακτηρίζεται κυρίως από την δύναμη, την επιβολή και την αποστασιοποίηση ή στην καλλίτερη περίπτωση την ενασχόληση με το παιδί μέσω παιχνιδιού, αλλά χωρίς ιδιαίτερη έκφραση τρυφερότητας. Για παράδειγμα, χαρακτηριστικά που αποδίδονται κυρίως στον πατέρα είναι: «είναι σπουδαίος τύπος», «είναι εντάξει», «είναι πολυάσχολος», «με φοβίζει», «θυμώνει», «με αγριοκοιτάζει». Συνοπτικά, θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι δύο εικόνες έχουν ως επίκεντρο η μια την «αγάπη» και η άλλη τον «νόμο». Η μητέρα είναι η κυρίαρχη φιγούρα, πηγή αγάπης, ενώ ο πατέρας, πιο αποστασιοποιημένος, εκπροσωπεί την εξουσία, την απειλή, αλλά συγχρόνως λειτουργεί και ως πρότυπο. (Κορώση, 1990).

Σε αυτό το σημείο βέβαια θα πρέπει να αναφερθούμε στο γεγονός πως έπειτα από 20 χρόνια, εν μέρη οι ρόλοι γονέων σε σχέση με αυτά που αναφέρονται παραπάνω δεν έχουν ιδιαίτερη ισχύ στην εποχή μας. Για παράδειγμα ο πατέρας δεν εκπροσωπεί πλέον μεγάλη απειλή για τα παιδιά του και η μητέρα ενώ εξακολουθεί να παρέχει μεγάλη φροντίδα για τα παιδιά της, συγχρόνως αποτελεί για αυτά ένα πρότυπο δυναμικής και πλήρης ενεργητικής προσωπικότητας.

Ο σαφής αυτός διαχωρισμός των ρόλων της μητέρας και του πατέρα είναι μια παρατήρηση διαχρονική. Ο Sales (1955) παρατήρησε τον συναισθηματικό ρόλο που εκφράζεται από την μητέρα και τον λειτουργικό και κοινωνικό που υποστηρίζεται από τον πατέρα.

Σε έρευνα που έκαναν οι Eloy και Taflin (1978) σε παιδιά 7 και 11 ετών, χρησιμοποιώντας το σχέδιο, τις ιστορίες και την ελεύθερη συνέντευξη, παρατήρησαν ότι ο πατέρας χαρακτηρίζεται από τη δύναμη, τη μη διαθεσιμότητα, την έλλειψη ενδιαφέροντος για τις ανάγκες του παιδιού και συμβολίζει την επαφή με τον εξωτερικό κόσμο, ενώ η μητέρα παραμένει η πηγή αγάπης, η τροφός, που προστατεύει, παραμένει κοντά και είναι εξαρτημένη.

Σύμφωνα με τη Castellan (1980), οι ρόλοι των δύο γονιών δεν φαίνεται να έχουν αλλάξει αρκετά παρά τις κοινωνικές εξελίξεις. «Ο μεν πατέρας μπορεί να συμμετέχει στο σπίτι αλλά ως «τεχνικός ειδικευμένος» και η μητέρα μπορεί να εργάζεται αλλά παραμένει τροφός».

Όποια κι αν είναι η πραγματικότητα το παιδί συγκρατεί από τον πατρικό και μητρικό ρόλο αυτό που ταιριάζει στους δύο βασικούς άξονες. Ίσως, το παιδί να έχει πράγματι ανάγκη αυτή τη σαφή διαφοροποίηση των ρόλων για να μπορέσει το ίδιο, ευκολότερα, να αποκτήσει την ταυτότητα του φύλου του.

Στον Ελληνικό χώρο, τα δεδομένα ερευνών συγκλίνουν στην παραδοσιακή μορφή των ρόλων των δύο γονιών . Ενώ η μητέρα επιβάλλει την πειθαρχία το ίδιο συχνά με τον πατέρα» ακόμη κι όταν τιμωρεί, η σχέση με το παιδί παραμένει συναισθηματικά θετική, αντίθετα από τον πατέρα που δεν μπορεί να κρατήσει την ισορροπία αυτή και δημιουργείται μια σχέση εξουσίας-υποταγής. (Armaou 1979).

Σύμφωνα με αποτελέσματα έρευνας που έγιναν με την ίδια μέθοδο στην Αμερική (Bene και Anthony 1976), η διαφοροποίηση της εικόνας των δύο γονιών, φαίνεται να είναι πιο έντονη στην Ελληνική κοινωνία. Επίσης, αυτό, που είναι χαρακτηριστικό, είναι η μεγάλη ενασχόληση της μητέρας με το παιδί και ιδιαίτερα η έντονη έκφραση στοργής που είναι ενδεικτική μιας υπερβολικής επένδυσης στο παιδί και στον ρόλο της ως μητέρας.

Η χαρακτηριστική αυτή διάκριση των ρόλων που αποδίδει το παιδί στους δυο γονείς δεν φαίνεται να επηρεάζεται ούτε από κοινωνικούς παράγοντες, όπως το επάγγελμα του πατέρα ή η απασχόληση της μητέρας, αλλά ούτε και από άλλους εξωτερικούς παράγοντες, όπως το φύλο του παιδιού, ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια ή η σειρά του παιδιού ανάμεσα αδέρφια.

Οι Bene και Anthony (1978) διέκριναν τα συναισθήματα προς τους άλλους (outgoing) από τα συναισθήματα από τους άλλους (incoming). Η έλλειψη διαφοροποίησης μπορεί να σημαίνει την αμοιβαιότητα συναισθημάτων ή την ταύτιση των δύο κατηγοριών από το ίδιο το παιδί εξαιτίας της προβολής των δικών του συναισθημάτων στους άλλους.

Οι παραπάνω παρατηρήσεις είναι ενδεικτικές για τον τρόπο διαμόρφωσης της σχέσης παιδιών-γονιών, που είναι μια σχέση αμοιβαίας αλληλεπίδρασης, Σε αυτήν οφείλεται η ιδιαιτερότητα της κάθε σχέσης παρά στους συγκεκριμένους παράγοντες που ελέγχθηκαν.

Θα πρέπει ακόμη, να ληφθεί υπ' όψη, ότι πολλές φορές ο μεγάλος αριθμός θετικών μηνυμάτων είναι ένδειξη κάποιων μηχανισμών άμυνας, όπως πχ εξιδανίκευση των γονιών. Ο

Freud (1909) αναφέρει ότι η φαντασίωση μιας άλλης οικογένειας, που είναι καλύτερη συνήθως από την πραγματική, είναι συχνή σε αυτή την ηλικία, και έχει σκοπό την αποκατάσταση της παλιάς εικόνας των παντοδύναμων γονιών που δίνει στο παιδί ένα αίσθημα ικανοποίησης και ασφάλειας.

Μολονότι η σχέση, με τα αδέρφια είναι ιδιαίτερα σημαντική και αντιφατική, δεν φαίνεται να επηρεάζεται από συγκεκριμένους παράγοντες όπως το φύλο του παιδιού και των αδελφών του την ηλικιακή διαφορά και τη σειρά του παιδιού ανάμεσα στα αδέρφια. Αυτό πιθανόν να οφείλεται στην πολυπλοκότητα της συσχέτισης των διαφόρων παραγόντων μεταξύ τους, καθώς και στη γενικότερη δυναμική των σχέσεων που δημιουργείται σε κάθε οικογένεια.

Μια άμεση συνέπεια της εξέλιξης της δομής της Ελληνικής οικογένειας, ως αποτέλεσμα κοινωνικοοικονομικών συνθηκών είναι η καθιέρωση της πυρηνικής οικογένειας. Ενώ παλιότερα, η συμβίωση της οικογένειας με τον παππού και τη γιαγιά και η ενεργή συμμετοχή τους στη ζωή και ιδιαίτερα στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών ήταν συνηθισμένο φαινόμενο, σήμερα στις αστικές τουλάχιστον περιοχές, ελάχιστα συναντιέται. Είναι ωστόσο ενδιαφέρον να καταγράψουμε τον τρόπο που αυτοί εμπλέκονται στις οικογενειακές σχέσεις.

Η συνολική συναισθηματική εμπλοκή του παππού και της γιαγιάς με τα παιδιά είναι παρόμοια ποσοτικά, με την διαφορά ότι τα κορίτσια συνδέονται περισσότερο με τη γιαγιά ενώ τα αγόρια με τον παππού. Αντίθετα, ο ρόλος τους είναι διαφορετικός, κι αντίστροφος με αυτόν του πατέρα και της μητέρας. Η γιαγιά συγκεντρώνει περισσότερα αρνητικά μηνύματα από ότι ο παππούς. Αυτό οφείλεται πιθανόν στην ενεργή συμμετοχή της στο σπίτι αλλά και στη θέση εξουσίας που κατέχει, ως μητέρα του πατέρα. Το παιδί μεταθέτει τα επιθετικά συναισθήματα προς τον πατέρα του στο πρόσωπο της γιαγιάς, απέναντι στην οποία αντιδρά έντονα κι επιθετικά. Η διαφοροποίηση αυτή βασίζεται σε στατιστικά ενδεικτικές διαφορές. Για αυτό χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση του ρόλου της γιαγιάς και του παππού στη σύγχρονη Ελληνική οικογένεια και της συμβολής τους στην εξέλιξη του παιδιού, ιδιαίτερα όταν αυτοί είναι μέλη της άμεσης οικογένειας του.

Στην πλειοψηφία των οικογενειών στην Ελλάδα είναι κλειστές, έχουν δύο ή το πολύ τρία παιδιά, ενώ στο ένα τρίτο από αυτές, η μητέρα εργάζεται και έξω από το σπίτι. Ωστόσο, η λειτουργία και οι ρόλοι των γονιών σε σχέση με το παιδί, παραμένουν παραδοσιακοί. Ο ρό-

λος της μητέρας απέναντι στο παιδί είναι κυρίαρχος και χαρακτηρίζεται από μια ιδιαίτερα τρυφερή, αισθησιακή, θα μπορούσε να πει κανείς, σχέση με αυτό. Πρόκειται συχνά για μια σχέση αλληλεξάρτησης που συνεπάγεται αφ' ενός την καταξίωση της μητέρας και αφ' ετέρου την υπερπροστασία και δύσκολη ανεξαρτητοποίηση και αποδέσμευση του παιδιού, που συχνά φτάνει μέχρι την περίοδο της ενηλικίωσης του.

Ο πατέρας, πιο αποστασιοποιημένος από το παιδί, είναι συγχρόνως πρότυπο και σύμβολο εξουσίας. Η πόλωση αυτή των σχέσεων με τους δύο γονείς δεν φαίνεται να διαφοροποιείται σημαντικά από τους κοινωνικοοικονομικούς και άλλους εξωτερικούς παράγοντες. Αυτό ενδεχομένως οφείλεται τόσο σε κοινωνικές παραμέτρους όσο και σε ενδοψυχικές ανάγκες του παιδιού. Δηλαδή, αφενός στο γεγονός ότι παρά την κοινωνική εξέλιξη, την προσφορά νέων προτύπων και την αμφισβήτηση των παραδοσιακών ρόλων και αξιών, η οικογένεια διατηρεί την παραδοσιακή της μορφή, όπου η μητέρα διεκδικεί την αποκλειστικότητα στη σχέση της με το παιδί για την εκπλήρωση των δικών του αλλά και των δικών της επιθυμιών, ενώ ο πατέρας έχει τον ρόλο του μεσάζοντα μεταξύ οικογένειας και κοινωνίας επιβάλλοντας απαγορεύσεις και περιορισμούς, (Κορώση 1990).

5.2. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΜΕ ΤΑ ΑΛΛΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Οι παράγοντες που αναφέρονται στις σχέσεις του παιδιού με τα άλλα μέλη της οικογένειας, είναι οι μόνες οι οποίες συσχετίζονται σημαντικά με την αυτοεκτίμηση του παιδιού σε όλες τις αναλύσεις. Αντίθετα οι άλλοι εξωτερικοί παράγοντες που ελέγχθηκαν εμφανίζονται ως μη σημαντικοί ή λιγότερο σημαντικοί.

Η οικογένεια αποτελεί το άμεσο περιβάλλον, μέσα από το οποίο το παιδί γνωρίζει και αξιολογεί τον εαυτό του. Η αρχική σχέση του παιδιού με την μητέρα κυρίως, όπως αργότερα και με τον πατέρα, και η θέση του παιδιού ανάμεσα στα αδέρφια το προσδιορίζουν με έναν καθοριστικό τρόπο.

Το παιδί όμως δεν μπορεί να θεωρηθεί ένα παθητικό ον που βρίσκεται αποκλειστικά και μόνο κάτω από την επίδραση της στάσης ή της διάθεσης των γονιών του. Αντίθετα, είναι ένα δυναμικό άτομο που διαμορφώνει την αυτοεκτίμηση του μέσα από την αλληλεπίδραση

του με τους άλλους. Αυτός είναι και ένας από τους λόγους που τα παιδιά της ίδιας οικογένειας δεν παρουσιάζουν τα ίδια χαρακτηριστικά (Castellann 1980).

Η διαμόρφωση, συνεπώς, της προσωπικότητας του παιδιού δεν είναι αποκλειστικά και μόνον το αποτέλεσμα της σχέσης του με την οικογένεια. Αντίθετα είναι αποτέλεσμα πολλών παραγόντων που σχετίζονται με το γενετικό δυναμικό, τις σχέσεις με τους άλλους και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Το άτομο βρίσκεται σε μια διαρκή δυναμική εξέλιξη που αποτελεί τη συνισταμένη των αλληλεπιδράσεων των διαφόρων παραγόντων τόσο μεταξύ τους όσο και με το ίδιο το άτομο.

Με βάση αυτά που μελετήσαμε, μπορεί κανείς να συμπεράνει ότι η θετική σχέση του παιδιού με τα άλλα μέλη της οικογένειας δεν έχει ερμηνευτικό χαρακτήρα ως προς την αυτοεκτίμηση του, της οποίας αποτελεί ίσως μια απαραίτητη προϋπόθεση αλλά δεν την καθορίζει. Αντίθετα, η αρνητική εμπειρία της σχέσης του παιδιού με τους γονείς και τα αδέρφια είναι σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας στην διαμόρφωση μιας θετικής εικόνας για τον εαυτό του.

Το γεγονός αυτό αποτελεί ιδιαίτερη σημασία, για τη διαμόρφωση όλης της προσωπικότητας. Απαραίτητη προϋπόθεση για την δυναμική εξέλιξη του παιδιού είναι η εξασφάλιση των απαραίτητων φυσιολογικών και συναισθηματικών συνθηκών, χωρίς όμως αυτές να την εξασφαλίζουν. Αντίθετα η εξέλιξη του παιδιού δυσχεραίνεται όταν η σχέση του με τους άλλους είναι ανεπαρκής, οπότε οι συνέπειες είναι εμφανείς.

Η θετική αμοιβαία σχέση με τους γονείς περιλαμβάνει τόσο τα συναισθήματα αποδοχής, αγάπης και κατανόησης, όσο και μια θετική εικόνα που συνεπάγεται αγάπη και εκτίμηση του παιδιού προς αυτούς. Αυτά σύμφωνα με την θεωρία που αναφέρθηκε πιο πάνω αποτελούν μια απαραίτητη προϋπόθεση για την διαμόρφωση μιας θετικής εικόνας του εαυτού, γιατί περιλαμβάνει τις δύο βασικές προϋποθέσεις, που είναι η εικόνα ενός θετικού προτύπου και το αίσθημα αποδοχής από τους άλλους. Φαίνεται όμως ότι η θετική σχέση με τους γονείς δεν είναι αρκετή για την διαμόρφωση μιας θετικής εικόνας του εαυτού. Σε αυτήν συμβάλουν και άλλοι παράγοντες που δεν ελέγχθηκαν, όπως η ιδιοσυστασία του (που καθορίζει κατά ένα μέρος την ιδιαιτερότητα της σχέσης του με τους γονείς), η θέση του μέσα στη δυναμική της οικογένειας, η ένταξη του στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, η σχέση του με άλλα εξωοικογενειακά πρόσωπα, όπως με συνομήλικους, δάσκαλοι κ.ά.. Ακόμη στη διαμόρφωση της

αυτοεκτίμησης συμβάλλει η συνειδητή και ασυνείδητη στάση των γονέων προς το παιδί και ιδιαίτερα η μη συνειδητή επικοινωνία. (Παπάνης, 2004).

Εξ άλλου, μια «θετική σχέση με τους γονείς», με τον τρόπο που αυτή ορίζεται στα πλαίσια του μπορεί να αντιστοιχεί σε μια υπερπροστατευτική σχέση εξάρτησης που δεν αφήνει περιθώρια πρωτοβουλίας στο παιδί ώστε να αποκτήσει νέες προσωπικές εμπειρίες, να δοκιμάσει και να επιτύχει. Επομένως μπορεί να εμποδίζει τη διαμόρφωση ενός αισθήματος αυτοπεποίθησης και μιας θετικής εικόνας του εαυτού. Ο εαυτός σε αυτή την περίπτωση υπάρχει σε συνάρτηση με τους άλλους, σε μια μορφή σχεδόν συμβιωτικής σχέσης και δεν έχει αξία κι αποτελεσματικότητα ανεξάρτητα από αυτούς.

Θα πρέπει ακόμη να λάβουμε υπ' όψη ότι οι «θετικές σχέσεις», έτσι όπως ορίζονται στα πλαίσια της συγκεκριμένης έρευνας, περιλαμβάνει την εικόνα που δίνει το παιδί για τους άλλους, τα συναισθήματα που εκφράζει προς αυτούς σε ένα συνειδητό επίπεδο έκφρασης καθώς και τα προβαλλόμενα συναισθήματα, (αυτά δηλαδή που λέει ότι οι άλλοι έχουν για αυτό), τα οποία σε ένα βαθμό μπορεί να θεωρηθούν ως προβολή των δικών του συναισθημάτων. Μπορεί επομένως, σε ορισμένες περιπτώσεις, αυτά να μην ανταποκρίνονται στα πραγματικά του συναισθήματα, αλλά να αναφέρονται σε ένα επιθυμητό επίπεδο ή ακόμη και σε μία αμυντικά ωραιοποιημένη παρουσίαση μιας σχέσης.

Όλες αυτές οι σκέψεις που διατυπώθηκαν παραπάνω, μπορεί να αποτελούν ορισμένους από τους λόγους για τους οποίους οι που αναφέρονται στις θετικές σχέσεις με τους γονείς, δεν συσχετίζονται με στατιστικά σημαντικό τρόπο με την αυτοεκτίμηση του παιδιού. Οι παράγοντες αυτοί μπορεί πιθανά να έχουν μία διαφορετική σημασία, αν ελεγχθούν σε ένα άλλο επίπεδο και με διαφορετικό τρόπο προσέγγισης. Μια σε βάθος ανάλυση, για παράδειγμα, των αμοιβαίων αλληλεπιδράσεων και του συνδυασμού των χαρακτηριστικών, επιθυμιών, αναγκών και ικανοποιήσεων του παιδιού με τον καθένα από τους δύο γονείς, όπως και των ιδιαιτεροτήτων της δυναμικής της κάθε οικογένειας, μπορεί να έχει έναν ερμηνευτικό χαρακτήρα για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού.

Όπως παρατήρησε ο Winnicott (1965) σελ.83 ένα «υγιές περιβάλλον λειτουργεί ως απαραίτητη προϋπόθεση για την φυσιολογική εξέλιξη του ατόμου, χωρίς όμως και να την εγγυάται. Ένα προβληματικό όμως περιβάλλον λειτουργεί σχεδόν πάντα ανασταλτικά στη φυσιολογική ψυχολογική εξέλιξη. Μια αρνητική σχέση του παιδιού με τα «σημαντικά πρότυπα»

που είναι κυρίως οι γονείς, έχει ως άμεση επίπτωση το αίσθημα απόρριψης και υποτίμησης του εαυτού».

Όταν η εικόνα που προσφέρουν οι γονείς στο παιδί είναι αυτή ενός αρνητικού προτύπου και η επικοινωνία ερμηνεύεται ως ανταλλαγή αρνητικών μηνυμάτων, τότε και το ίδιο το παιδί έχει την τάση να διαμορφώσει μία αρνητική συναισθηματική στάση προς τον εαυτό του.

5.3. ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΘΕΝΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΥΟ ΓΟΝΕΙΣ

Ένα στοιχείο ξεχωριστό της εργασίας μας που παρουσιάζει ενδιαφέρον είναι η ιδιαιτερότητα της σχέσης του παιδιού με τον καθένα από τους δύο γονείς. Ενώ συνήθως τονίζεται η σημασία της σχέσης του παιδιού με τη μητέρα στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του, από όσα διαβάσαμε φαίνεται ότι και ο ρόλος του πατέρα είναι ιδιαίτερα σημαντικός. Η Bowes (1983) παρατήρησε την συσχέτιση μεταξύ αρνητικών συναισθημάτων προς τον πατέρα και αρνητικής εικόνας του εαυτού σε παιδιά 7-10 ετών. Η συσχέτιση αυτή φαίνεται να είναι πιο έντονη στα κορίτσια από ότι στα αγόρια. Εμφανίζεται σε όλες τις αναλύσεις που αναφέρονται στα κορίτσια, ενώ στα αγόρια συνήθως φαίνεται πιο σημαντική η σχέση με την μητέρα.

Στο μεγαλύτερο μέρος της βιβλιογραφίας αναφέρεται η σημασία του ρόλου της μητέρας στην διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού. Πλήθος ερευνών ιδιαίτερα στα πλαίσια της ψυχαναλυτικής θεωρίας, αναλύουν τη σημασία της πρωταρχικής σχέσης του παιδιού με την μητέρα και την δια βίου συναισθηματική εξάρτηση από αυτήν. Η βιβλιογραφία που αναφέρεται στον πατέρα, όπως έχουμε ήδη επισημάνει, είναι πολύ περιορισμένη και του δίνει έναν δευτερεύοντα ρόλο.

Η εμπλοκή του πατέρα με το παιδί δεν είναι τόση όση αυτή με την μητέρα. Ακόμη διαπιστώνεται ότι η σχέση με τον καθένα από τους δύο γονείς έχει ένα διαφορετικό χαρακτήρα. Πράγματι, όπως προκύπτει και από άλλες έρευνες, ακόμη κι όταν ο πατέρας ασχολείται με το παιδί από τη βρεφική ακόμη ηλικία, η σχέση μαζί του παίρνει πολύ διαφορετική μορφή από αυτή της μητέρας.

Όμως, επειδή ακριβώς ο πατέρας δεν έχει την συναισθηματικά φορτισμένη και την προστατευτική σχέση που έχει η μητέρα με το παιδί, ο ρόλος του στην διαμόρφωση της προσωπικότητας του είναι πολύ σημαντικός. Σαν φορέας εξουσίας, είναι αυτός που αποστασιοποιεί το παιδί από την μητέρα διευκολύνοντας την κοινωνικοποίηση του. Αυτός επιβάλλει το νόμο και τα όρια, βοηθώντας έτσι το παιδί να ελέγχει τις επιθυμίες του. Συγχρόνως όμως λειτουργεί και ως πρότυπο. Ο πατέρας, είναι ο βασικός συντελεστής στην διαμόρφωση του υπερεγώ, το οποίο όπως το ορίζει ο Freud (1924) δανείζεται την εξουσία του πατέρα, διαιώνίζει την απαγόρευση της αιμομιξίας και διασφαλίζει το εγώ από την επάνοδο της λιμπιντικής επένδυσης του αντικειμένου. Μπορεί κανείς σχετικά εύκολα να καταλάβει πως η κριτική λειτουργία του υπερεγώ, είναι καθοριστική στην τελική αυτοεκτίμηση του ατόμου.

Το νόημα της σημαντικής αυτής συσχέτισης της αυτοεκτίμησης με την αρνητική εικόνα του πατέρα έγκειται ακριβώς στο γεγονός, ότι η εικόνα αυτή αξιολογείται σύμφωνα με την αντίληψη του παιδιού. Αντιστοιχεί δηλαδή στη συμβολική εικόνα του πατέρα και δεν αναφέρεται οπωσδήποτε στην πραγματική σχέση ή εικόνα του. Όταν η εικόνα που έχει το παιδί για τον πατέρα είναι αρνητική, δηλαδή ενδεικτική μιας σχέσης πολύ αποστασιοποιημένης ή υπερβολικά εξουσιαστικής κι απειλητικής, μπορεί κανείς να υποθέσει ότι το υπερεγώ είναι ιδιαίτερα ισχυρό ή αντίθετα χαλαρό και δυσλειτουργικό. Και στις δύο περιπτώσεις, οι επιπτώσεις είναι αρνητικές για την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.

Αν δεχθούμε, όπως αναφέρει ο Galdston (1969) ο ρόλος του πατέρα είναι να αντιπροσωπεύει περισσότερο το νόμο και ο ρόλος της μητέρας είναι πιο κοντά στις επιθυμίες και τους φόβους του παιδιού, τότε η συσχέτιση του ρόλου του πατέρα με την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης η οποία ορίζεται περισσότερο από τους περιορισμούς και τις αξίες παρά από τις επιθυμίες του παιδιού, είναι εμφανής. Για τον ίδιο λόγο άλλωστε η έλλειψη πατρικής μορφής ή η προβληματική σχέση με τον πατέρα συνδέονται συχνά με την προβληματική συμπεριφορά των εφήβων. Αυτή χαρακτηρίζεται από αστάθεια, σύγχυση αβεβαιότητα και έλλειψη κατεύθυνσης και ελέγχου. (Κορώση, 1990).

Ο καθένας από τους δύο γονείς έχει ένα διαφορετικό και μοναδικό ρόλο σε σχέση με το παιδί. Ακόμη κι όταν ο πατέρας συμμετέχει στη φροντίδα του παιδιού, αυτός δεν είναι ο βασικός υπεύθυνος. Είναι το τρίτο πρόσωπο στη δυαδική σχέση μητέρας-παιδιού, για αυτό και ο ρόλος του είναι ιδιαίτερα ευαίσθητος. Ενώ η μητέρα για να είναι «καλή μητέρα» αρκεί να λειτουργεί ως πηγή αγάπης, ασφάλειας και υποστήριξης, εκπληρώνοντας έτσι τις επιθυμί-

ες του παιδιού, ο πατέρας έχει τον άχαρο ρόλο του ρυθμιστή των επιθυμιών του παιδιού, λειτουργώντας ως μεσάζων ανάμεσα σε αυτό και το νόμο.

Ο «νόμος» είναι απαραίτητος για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας, ώστε να μπορεί το παιδί να ελέγχει τις επιθυμίες του και να τοποθετείται σε σχέση με αυτόν. Όταν όμως αυτός είναι υπερβολικά αυστηρός ή ανύπαρκτος, το παιδί δυσκολεύεται να αποκτήσει αυτοπεποίθηση, γιατί η κατάκτηση της βασίζεται στη δυνατότητα μιας ικανοποιητικής ισορροπίας μεταξύ των επιθυμιών και των απαγορεύσεων.

Μέσα από την εικόνα του πατέρα, τίθεται πάντα το πρόβλημα των σχέσεων του νόμου και της ασυνείδητης επιθυμίας. Αυτή η προβληματική παρουσιάζεται πιο έντονη στην περίπτωση του ατόμου με χαμηλή αυτοεκτίμηση, όπου το υπερεγώ εξουσιάζει το εγώ, και επομένως το άτομο κρίνει αρνητικά και υποτιμάει τον εαυτό του. Η προβληματική σχέση με τον πατέρα μπορεί να θεωρηθεί ως μια αιτία για τη χαμηλή αυτοεκτίμηση του παιδιού.

5.4 Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΕΞΩΤΕΡΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΩΝ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ

Στην προσπάθεια διερεύνησης του τρόπου με τον οποίο η οικογένεια συμβάλλει στην αυτοεκτίμηση του παιδιού, ελέγχθηκαν ορισμένες εξωτερικοί παράγοντες που σε μεγάλο βαθμό επηρεάζουν τη διαμόρφωση της αρνητικής σχέσης με τους γονείς και έμμεσα την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Η αλληλεπίδραση, σε μια σχέση, βασίζεται σε αυτό που ο καθένας αντιλαμβάνεται σε σχέση με την επιθυμία και το αίτημα του άλλου. Ο καθένας ενεργεί σύμφωνα με την δική του συνειδητή και ασυνείδητη επιθυμία αλλά και αντιδρά στις αυθόρμητες εκφράσεις του άλλου, όπως τις αντιλαμβάνεται. (Μοσχοβάκης 1967).

Η κοινωνιολογική προσέγγιση της προσωπικότητας και η αναζήτηση κανόνων διαμόρφωσης της, που ανάγουν το άτομο σε μονάδα μιας ευρύτερης κοινωνικής ομάδας, όπως

είναι το σύνολο της κοινωνίας, ή περιορισμένης, όπως το οικογενειακό περιβάλλον, δεν ερμηνεύουν ικανοποιητικά την ιδιαιτερότητα του ατόμου και των διαπροσωπικών σχέσεων. Όπως αναφέρει ο Smirnoff (1974. σελ. 207) όποιες κι αν είναι οι προσπάθειες να αναχθεί η διαμόρφωση της προσωπικότητας στην αλληλεπίδραση αντικειμενικών παραγόντων αυτές προσκρούουν πάντα στην υπερίσχυση του «φαντασιακού».

Επομένως, πέρα από μία αναφορά στη γενική μεταβλητή «σχέση με τους γονείς» ο εντοπισμός ελεγχόμενων παραγόντων, που συμβάλλουν στη διαμόρφωση συγκεκριμένων χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, όπως η αυτοεκτίμηση, είναι δύσκολη και αμφίβολη.

Ο μόνος παράγοντας που συσχετίζεται αρνητικά με τις αρνητικές σχέσεις του παιδιού με τους δύο γονείς του, με πολύ στατιστικά σημαντικό τρόπο, είναι η αυτοεκτίμηση του. Έτσι για άλλη μια φορά επαληθεύεται ο ανασταλτικός ρόλος της αρνητικής σχέσης με τους γονείς για την αυτοεκτίμηση του παιδιού. Άλλη επιμέρους μεταβλητή που έχει μια στατιστικά ενδεικτική σημασία είναι το φύλο του κοντινότερου ηλικιακά αδελφού διότι φαίνεται να δημιουργεί μια ιδιαίτερα ανταγωνιστική σχέση.

Επίσης το φύλο του παιδιού φαίνεται διαφοροποιητικός παράγοντας στη σχέση του με τον πατέρα. Τα αγόρια δίνουν περισσότερα αρνητικά μηνύματα, γιατί πιθανά η σχέση είναι πιο ανταγωνιστική και η εικόνα του πατέρα πιο απειλητική. Η παρατήρηση αυτή είναι μια πρόσθετη ένδειξη των παρατεταμένων οιδιποδειακών αντιδράσεων.

Τέλος, το τελευταίο παιδί της οικογένειας φαίνεται να είναι σε ιδιαίτερα πλεονεκτική θέση στη σχέση με τον πατέρα του γιατί είναι αυτό που δίνει τα λιγότερα αρνητικά μηνύματα. Αυτό πιθανά να οφείλεται στην αναγκαστικά μεγαλύτερη συμμετοχή του πατέρα στη φροντίδα του τελευταίου παιδιού εξαιτίας της μικρότερης διαθεσιμότητας της μητέρας (Lamb 1978) ή σε μια μείωση του ανταγωνισμού, που πιθανά διοχετεύεται και στα μεγαλύτερα αδέλφια.

Από την ενδεικτική σημασία των συσχετίσεων που παρουσιάστηκαν πιο πάνω, μπορεί κανείς να οδηγηθεί σε νέους προβληματισμούς σχετικά με την σημασία ορισμένων παραγόντων για τη διαμόρφωση των ενδοοικογενειακών σχέσεων και στην επίδραση αυτών στην αυτοεκτίμηση του παιδιού.

5.5. Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΜΕ ΤΑ ΑΔΕΛΦΙΑ

Ένας άλλος παράγοντας που φαίνεται να συσχετίζεται αρνητικά με την αυτοεκτίμηση είναι οι αρνητικές σχέσεις με τα αδέρφια. Στα αδέρφια υπάρχει μιας έντονη σχέση αντιζηλίας, η οποία προκαλεί ανασφάλεια στο παιδί για τη θέση που έχει σε σχέση με το αντικείμενο αγάπης, που δεν παύουν να είναι οι γονείς. Αντίθετα, όταν οι σχέσεις με τα αδέρφια είναι υποστηρικτικές, τα αδέρφια προσφέρουν ένα συναίσθημα ασφάλειας και μία αμέτρητη ανακούφιση γιατί τους δίνεται η ευκαιρία να μοιραστούν τα προβλήματα (Winnicott 1969 σ. 90).

Σε ποιο βαθμό αυτή η αρνητική σχέση καθορίζεται από εξωτερικές μεταβλητές όπως ο αριθμός των αδελφών, το φύλο τους και η ηλικιακή τους διαφορά: Αυτό είναι το βασικό ερώτημα που πρέπει να θέσουμε μέσα στα πλαίσια του ευρύτερου προβληματισμού σχετικά με τους παράγοντες που συντελούν στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης.

Από τους ελεγχόμενους παράγοντες, ούτε το φύλο του ίδιου ή του επόμενου αδελφού ούτε η διαφορά ηλικίας, ούτε η σειρά γέννησης του παιδιού, φαίνεται να έχουν κάποια σημαντική ερμηνευτική αξία σχετικά με τις σχέσεις μεταξύ των αδελφών. Μόνο ο αριθμός των αδελφών εμφανίζεται να παίζει σημαντικό ρόλο στις αρνητικές σχέσεις μεταξύ τους. Όσο πιο πολλά τα αδέρφια τόσο πιο πολλά τα αντικείμενα αντιζηλίας. Αυτό όμως δεν σημαίνει απαραίτητα, ότι όσο αυξάνεται ο αριθμός των αδελφών τόσο πιο αρνητικές είναι οι σχέσεις μεταξύ τους.

Ορισμένοι ερευνητές αποδίδουν στην «οικογενειακή ατμόσφαιρα» ένα σημαντικό ρόλο για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Όταν αυτή είναι θετική, δηλαδή χαρακτηρίζεται από ηρεμία και αμοιβαία υποστήριξη, τότε η αυτοεκτίμηση του παιδιού είναι θετική. Το παιδί όμως, όπως υποστηρίζει η Dolto (1976) δεν είναι αντανάκλαση της συναισθηματικής ατμόσφαιρας του οικογενειακού περιβάλλοντος. Οι «αρνητικές σχέσεις με τα αδέρφια» επομένως δεν μπορούν να θεωρηθούν ως αιτία της χαμηλής αυτοεκτίμησης αλλά ως μια ένδειξη του αισθήματος μειονεξίας του συγκεκριμένου παιδιού σε σχέση με τα αδέρφια του. Είναι πιθανό, δηλαδή, το παιδί στις απαντήσεις του για τις αντιδράσεις των άλλων να αντιλαμβάνεται τον εαυτό του λιγότερο ικανό κι επιθυμητό από ότι πράγματι είναι.

Η μελέτη των επιμέρους παραγόντων που μπορεί να καθορίζουν τη σχέση μεταξύ των αδελφών δεν μπορεί να θεωρηθεί διεξοδική, γιατί αυτοί είναι πολυσύνθετοι και σε άμεση αλληλεπίδραση. Η έλλειψη όμως σημαντικών συσχετίσεων μεταξύ των μεταβλητών που μελετήθηκαν μπορεί να θεωρηθεί ως μία ένδειξη της ιδιαιτερότητας της σχέσης του παιδιού με τα αδέρφια. που καθορίζεται από την μεταξύ τους αλληλεπίδραση αλλά και από την αλληλεπίδραση του καθένα με τους γονείς.

5.6. Η ΣΕΙΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Η εξωτερικός παράγοντας που φαίνεται να έχει μια ιδιαίτερα σημαντική αλλά αρνητική συσχέτιση με την αυτοεκτίμηση είναι η σειρά του παιδιού ανάμεσα στα αδέρφια που έχει άμεση σχέση με τη δυναμική της οικογένειας.

Η μειονεκτική θέση του μεσαίου παιδιού έναντι των άλλων, για την αυτοεκτίμηση του, είναι ιδιαίτερα εμφανής. Το παιδί που είναι ανάμεσα από δύο άλλα, με βάση τη χρονολογική σειρά γέννησης του και ιδιαίτερα όταν η ηλικιακή διαφορά δεν είναι πολύ μεγάλη, δεν απολαμβάνει τα προνόμια ούτε του μεγάλου, ούτε του μικρού. Υπάρχει πάντα κάποιος πριν από αυτόν που τα καταφέρνει καλύτερα και κάποιος μετά από αυτόν που χρειάζεται περισσότερη φροντίδα. Για αυτά ενώ τα μεσαία παιδιά αποφεύγουν τους συναισθηματικούς κινδύνους αφού αυτοί ουδετεροποιούνται, ο κίνδυνος για αυτά έγκειται στην επέκταση της ουδετερότητας και της απόσυρσης. Τα παιδιά αυτά παρουσιάζουν πολύ σπάνια διαταραχές που χρειάζονται την βοήθεια ενός ειδικού, αλλά συγχρόνως απολαμβάνουν πολύ λιγότερα προνόμια και η σύγκριση με τα αδέρφια είναι αρνητική για αυτά. Στη σύγκριση με τα αδέρφια που γίνεται αναπόφευκτα, δεν μπορεί να είναι καλύτερος από τον μεγαλύτερο, ούτε προσελκύει την ιδιαίτερη προσοχή των ενήλικων όπως ο μικρότερος. Βρίσκεται συνεχώς σε έναν αγώνα δρόμου σε σχέση με τους άλλους, με άνισους όμως όρους, οπότε είτε κάνει την δική του επανάσταση και διεκδικεί μία ιδιαίτερη θέση είτε απογοητεύεται και παραιτείται. Η τελευταία φαίνεται να είναι η πιο εύκολη και επομένως πιο συχνή επιλογή, για αυτό τα μεσαία παιδιά έχουν τάση να διαμορφώνουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από τα άλλα.

Η θέση επομένως του μεσαίου παιδιού φαίνεται να έχει ιδιαίτερα αρνητικές επιπτώσεις στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης όταν αυτό είναι αγόρι. Αυτό μπορεί να οφείλεται στον κοινωνικό ρόλο που καθορίζεται για το κάθε παιδί. Η «μετριότητα», δηλαδή, που χαρα-

κτηρίζει το μεσαίο παιδί είναι πιο δύσκολα αποδεκτή για το αγόρι, από το οποίο οι απαιτήσεις είναι συνήθως περισσότερες, παρά από το κορίτσι.

Ωστόσο η σειρά του παιδιού με τα αδέρφια δεν μπορεί να είναι ένας διαφοροποιητικός παράγοντας ανεξάρτητος από άλλες μεταβλητές που έχουν σχέση με την δυναμική της οικογένειας, όπως το φύλο και η ηλικιακή διαφορά μεταξύ των αδελφών, τις επιθυμίες των γονέων, τις σχέσεις μεταξύ τους και με το καθένα παιδί, τα δικά τους παιδικά βιώματα και τις διάφορες ταυτίσεις και προβολές που γίνονται πέρα από τους εξωτερικούς παράγοντες. (Μουσούρου 1980).

Συνοψίζοντας θα υποστηρίξουμε ότι η θέση του μεσαίου παιδιού, ως προς την αυτοεκτίμηση του, φαίνεται να είναι ιδιαίτερα μειονεκτική σε σχέση με αυτή του μεγαλύτερου ή του μικρότερου χωρίς όμως αυτή να είναι και καθοριστική.

5.7. Ο ΑΡΙΘΜΟΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Ο αριθμός των παιδιών μιας οικογένειας είναι στην πλειοψηφία τους δυο έως τρία. Αυτός μάλλον αντιστοιχεί στο μέσο όρο των παιδιών της ελληνικής οικογένειας, σύμφωνα και με τα στοιχεία άλλων ερευνών που αναφέρει η Μουσούρου (1980). Οκτώ μόνο από τα 257 παιδιά του δείγματος μας είναι μοναχοπαίδια και 26 έχουν πάνω από δύο αδέρφια. Μπορεί κανείς να θεωρήσει ότι η περίπτωση του παιδιού που είναι μοναχοπαίδι όπως και του παιδιού που προέρχεται από πολυμελή οικογένεια είναι μάλλον εξαιρέσεις που πιθανά παρουσιάζουν ορισμένα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά

Γενικά, ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια, δεν φαίνεται να ξεχωρίζει ως διαφοροποιητικός παράγοντας για την αυτοεκτίμηση του. Αυτό μας επιτρέπει να συμπεράνουμε ότι ο τρόπος αντίδρασης του κάθε παιδιού και η εικόνα που δημιουργεί για τον εαυτό του διαφέρει ανάλογα με τον τρόπο που βιώνει την σχέση με τους γονείς του, αλλά αυτή δεν επηρεάζεται από τον συνολικό αριθμό των παιδιών.

Παρ' όλο που η θέση του μοναδικού παιδιού είναι ιδιόμορφη, αυτό δεν φαίνεται να διαφοροποιείται από τα υπόλοιπα ως προς την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης. Αυτό μάλλον οφείλεται στη φαντασιακή αδελφική σχέση, που περιγράφει η Caslellan (1980). την οποία δημιουργούν τα μοναχοπαιδιά με ένα υπαρκτό ή φανταστικό πρόσωπο. Ή ακόμη μπορεί να οφείλεται και στη μεγαλύτερη σημασία της κάθετης διάστασης στην οικογένεια (σχέσης γονιών-παιδιών) έναντι της οριζόντιας (μεταξύ αδελφών) που είναι λιγότερο δομημένη.

Η εξατομικευμένη όμως αντίδραση του κάθε παιδιού και η ιδιαιτερότητα της κάθε περίπτωσης ως προς την σχέση του παιδιού με τους γονείς, είναι εκείνα τα στοιχεία που κατά κύριο λόγο επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Αποτελέσματα ερευνών (Coopersmith 1967. Rosenberg 1963) προσφέρουν ενδείξεις μιας υψηλότερης αυτοεκτίμησης των παιδιών που δεν έχουν αδέρφια, έναντι των υπολοίπων. Η περίπτωση του παιδιού που μεγαλώνει χωρίς τον διαρκή ανταγωνισμό με αδέρφια κι απολαμβάνει την σιγουριά της αποκλειστικότητας των γονιών παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον σχετικά με την αυτοεκτίμηση και θα πρέπει να σημειώσουμε ότι δεν έχει διερευνηθεί αρκετά.

Από την άλλη μεριά, η ύπαρξη ενός ή περισσότερων αδελφών προκαλεί συναισθήματα αντιζηλίας και ανταγωνισμού, που μπορεί να προκαλέσουν κάποιο αίσθημα ανασφάλειας ή μειονεκτικότητας, αλλά συγχρόνως προσφέρει την αλληλοϋποστήριξη μεταξύ των παιδιών και ένα μέσο σύγκρισης που είναι στα μέτρα του παιδιού και διευκολύνει την προσαρμογή του στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον.

Γενικά, ο αριθμός των αδελφών που έχει το παιδί, δεν φαίνεται να συσχετίζεται σημαντικά με τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του. Αντίθετα, η μεταβλητή που φαίνεται να είναι σημαντική, σε σχέση με τα αδέρφια. όπως αναφέρθηκε πιο πάνω, είναι η ποιότητα της σχέσης.

Ωστόσο αξίζει να σημειωθεί η ενδεικτική σημασία που έχει η αρνητική συσχέτιση του αριθμού των αδελφών με την αυτοεκτίμηση, που παρατηρείται μόνο στο σύνολο των κοριτσιών. Είναι γνωστό, ότι η διαθεσιμότητα των γονιών, η στάση τους και οι συνθήκες διαπαιδαγώγησης αλλάζουν, καθώς αυξάνεται ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια. Έχει παρατηρηθεί ακόμη ότι γίνεται συχνότερα χρήση εχθρικού και περιοριστικού ελέγχου από τη μητέρα, ιδιαίτερα απέναντι των κοριτσιών, στις μεγάλες οικογένειες. Όχι μόνο

η μητέρα δείχνει λιγότερη προσοχή και στοργή στα παιδιά αλλά συχνά αυτά αναλαμβάνουν ρόλους υπεύθυνους σε σχέση με τα μικρότερα. Αυτό συμβαίνει συχνότερα στα κορίτσια. (Νάτσου 2001).

Όλοι αυτοί οι λόγοι συντελούν, ώστε τα κορίτσια πολυμελών οικογενειών να έχουν συχνότερα χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από ότι τα παιδιά ολιγομελών οικογενειών. Αυτή η κατηγορία παιδιών που αναλαμβάνουν ρόλους ενηλίκων ενώ τα ίδια δεν έχουν προλάβει να πάρουν αρκετή φροντίδα, αποτελεί μια ιδιαίτερη περίπτωση, που αξίζει να μελετηθεί.

Όλοι αυτοί οι παράγοντες που βρέθηκαν να έχουν μία σημαντική ή ενδεικτική συσχέτιση με την αυτοεκτίμηση του παιδιού, δεν έχουν μία απόλυτη αξία, Η σημασία τους καθορίζεται από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά (επιθυμίες, προσμονές κι ανάγκες) του κάθε ατόμου και από την διαπροσωπική δυναμική που δημιουργείται σε κάθε περίπτωση. Αυτή αφορά τις δυαδικές σχέσεις του παιδιού με τον καθένα από τους δύο γονείς και τα αδέρφια. οι οποίες όμως επηρεάζονται κι από την δυναμική της οικογένειας ως σύνολο. Το παιδί παίρνει μία ιδιαίτερη θέση μέσα στην οικογένεια, όχι μόνο λόγω του φύλου του, της ηλικίας του ή του αριθμού των αδελφών του αλλά ως αποτέλεσμα των ενδοοικογενειακών αλληλεπιδράσεων, Ο τρόπος που το παιδί αντιλαμβάνεται τον ρόλο του σε σχέση με τους άλλους και την προσμονή των άλλων σε σχέση με αυτό όπως και η αντίληψη της γνώμης που πιστεύει ότι οι άλλοι έχουν για εκείνο και της σημασίας που του αποδίδουν, επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση του. Με αυτή την έννοια, το άτομο δεν είναι μόνο αυτό που θέλει ή που μπορεί να είναι, αλλά κατά ένα μεγάλο μέρος είναι αυτό που επιθυμούν οι άλλοι για αυτά. «Η πρωτοτυπία του ανθρώπου», αναφέρει η Dolto (1976, σελ, 4), «προέρχεται από την θέση που κατέχει στην επιθυμία των άλλων, όπως την ερμηνεύει μέσα από τις φαντασιώσεις της ικανοποίησης που έχει γνωρίσει».

Η ανάλυση των δυαδικών σχέσεων μέσα στην οικογένεια, μπορεί να είναι σημαντική (όπως π.χ. η σχέση μητέρας-παιδιού) αλλά αυτές αποκτούν άλλη ερμηνευτική διάσταση, όταν αξιολογούνται σε συνάρτηση με το σύνολο της οικογενειακής δυναμικής. Μπορεί αυτές να καθορίζονται κατά το μεγαλύτερο μέρος από την προσωπικότητα του καθένα και την συνειδητή ή ασυνείδητη επικοινωνία μεταξύ τους. αλλά πιθανόν να μην είχαν την ίδια μορφή, αν η συνολική ενδοοικογενειακή δυναμική ήταν διαφορετική.

Παρατηρούμαι λοιπόν, ότι οι σχέσεις του παιδιού με το κάθε ένα από τα μέλη της οικογένειας φαίνονται σε άμεση συσχέτιση μεταξύ τους και είναι όλες σημαντικές για την αυτοεκτίμηση του παιδιού, αν και αρκετά διαφοροποιημένες. Επομένως η διερεύνηση της οικογενειακής δυναμικής σε ένα δεύτερο επίπεδο (συμπληρωματικό της ανάλυσης των δυαδικών σχέσεων) μπορεί να συμβάλλει στην κατανόηση της σημασίας των διαφόρων παραγόντων, που αναφέρονται στην οικογένεια, για την αυτοεκτίμηση του παιδιού.

5.8. Η ΜΟΡΦΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Το πρότυπο της ακέραιας οικογένειας συχνά θεωρείται ως βασική προϋπόθεση για τη φυσιολογική εξέλιξη του παιδιού. Ωστόσο οι μονογονεϊκές οικογένειες είναι ένα φαινόμενο που εμφανίζεται με αυξανόμενη συχνότητα στην σύγχρονη κοινωνία, για αυτό και οι επιπτώσεις του αξίζει να μελετηθούν. Ποιες δυσμενείς επιπτώσεις έχει στη συναισθηματική εξέλιξη του παιδιού η ιδιαίτερη οικογενειακή κατάσταση στην οποία βρίσκεται ζώντας με τον έναν από τους δύο γονείς.

Όσον αφορά την αυτοεκτίμηση που μας απασχόλησε σ' αυτή την εργασία, η μορφή της οικογένειας δεν φαίνεται να την επηρεάζει με κάποιον ομοιόμορφο τρόπο.

Όσο αφορά τις μονογονεϊκές οικογένειες πρόκειται για οικογένειες από τις οποίες ο πατέρας ήταν απών είτε λόγω θανάτου είτε λόγω διαζυγίου. Η ιδιόμορφη θέση στην οποία βρίσκεται το παιδί των μονογονεϊκών οικογενειών, δεν φαίνεται να επηρεάζει την αυτοεκτίμηση του. (Παπάνης 2007).

Στην κατηγορία των μονογονεϊκών οικογενειών εντάσσονται τόσο διαφορετικές περιπτώσεις οικογενειακών ιστορικών και σχέσεων, που είναι δύσκολο αν όχι αδύνατο, να συναχθούν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά και ένας ομοιόμορφος τρόπος επίδρασης στην ψυχοσύνθεση του παιδιού. Αυτό που ίσως είναι πιο σημαντικό, είναι η σχέση του παιδιού με τον καθένα από τους δύο γονείς και η συμφωνία αυτών σχετικά με την διαπαιδαγώγηση του, παρά η συμβίωση μαζί τους (Kanoy 1980. Sastre 1983). Ακόμη, οι αντιδράσεις των γονιών και των παιδιών στην έλλειψη ενός γονέα είναι πιο σημαντική από το ίδιο το γεγονός. Για αυτό και τα παιδιά που προέρχονται από μονογονεϊκές οικογένειες, δεν αποτελούν μία κατηγορία με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά.

5.9. Η ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΙΣΜΕΝΩΝ

Η ανθρώπινη ύπαρξη σηματοδοτείται από μια σειρά χωρισμών. Άλλοι γίνονται σταδιακά, συμβάλλοντας στην αυτονόμηση του ατόμου και άλλοι με τρόπο βίαιο, διαταράσσοντας την ισορροπία του. Το διαζύγιο αποτελεί έναν από τους δεύτερους τύπους χωρισμού. Στις δυτικές κοινωνίες έχουν πραγματοποιηθεί πολλές δομικές αλλαγές. Σε αυτό το πλαίσιο, υποστηρίζεται η άποψη ότι η θέσπιση του συναινετικού διαζυγίου συνέβαλε στη ραγδαία αύξηση των διαζυγίων, αφού μειώθηκε κατά πολύ το κόστος. Είναι εύλογο ότι η απλοποίηση της διαδικασίας του διαζυγίου επηρεάζει τις κοινωνικές αλλαγές και παράλληλα τις προκαλεί. Η αύξηση των διαζυγίων ενδεχομένως να οφείλεται στις αλλαγές που συντελούνται στον οικονομικό τομέα, αφού η σταθερότητα του γάμου εξαρτάται από πολλούς οικονομικούς παράγοντες. Η αύξηση στα εισοδήματα των γυναικών και η αυξημένη παρουσία τους στον εργασιακό τομέα τείνουν να μειώσουν την αξία του θεσμού του γάμου, αφού παρέχει στις γυναίκες πολλές βιώσιμες εναλλακτικές επιλογές. Είναι γεγονός ότι η αύξηση των διαζυγίων στην Ελλάδα επικυρώνει τις θέσεις πολλών κοινωνιολόγων για τις καθοριστικές αλλαγές που συντελούνται στην δομή και έννοια της οικογένειας: η μετάβαση από την εκτεταμένη στην πυρηνική οικογένεια έχει σχεδόν ολοκληρωθεί και ο μονογονεϊκός τύπος τείνει να γίνει κοινωνικά αποδεκτός τουλάχιστον στα αστικά κέντρα. Κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες παρόλα αυτά, οδηγούν σε μια πολύσημη κατάσταση. Στον Ελλαδικό χώρο συνυπάρχουν και οι τρεις μορφές οικογένειας ή αναβιώνουν μορφώματα προηγούμενων ιστορικών φάσεων, μεταλλαγμένων εξαιτίας των σύγχρονων συνθηκών. Η δομή της πυρηνικής οικογένειας παραμένει ισχυρή, τα οικογενειακά δίκτυα είναι ο κύριος φορέας κοινωνικοποίησης, επαγγελματικής αποκατάστασης και πρόσβασης στις πληροφορίες (Παπάνης. Σ, Ρόντος. Κ, Δεσινιώτη. Μ, Δήμου. Μ, Ρενταρή. Μ, Γιαννοπούλου. Σ, 2004). Επιπλέον, η οικογένεια ως αξία είναι πρώτη σε ερωτηματολόγια που έχουν συμπληρώσει νέοι από 18- 28 ετών από όλες τις περιοχές της Ελλάδας (Παπάνης. Σ, Ρόντος. Κ, Δεσινιώτη. Μ, Δήμου. Μ, Ρενταρή. Μ, Γιαννοπούλου. Σ, 2004). Στα αστικά κέντρα παρόλα αυτά η αύξηση των διαζυγίων, κυρίως αυτών που λαμβάνουν χώρα πολύ νωρίς στον συζυγικό βίο, έχει οδηγήσει σε μια ανάλογη αύξηση της μονογονεϊκότητας. Στον αντίποδα αυτής της κατάστασης πολλοί νέοι, πληττόμενοι από την ανεργία και την οικονομική δυσπραγία, επιλέγουν να παραμένουν στις οικογένειες καταγωγής σχεδόν μέχρι την ηλικία των 30 ετών και αργότερα ζουν κοντά στην οικογενειακή εστία και δημιουργούν δική τους οικογένεια στον ίδιο χώρο με την οικογένεια καταγωγής. Αυτό δημιουργεί μια περίεργη μορφή εκτεταμένης οικογένειας, ο σχηματισμός της οποίας διέπεται όπως και παλαιότερα

από οικονομικές συγκυρίες. Επί δεκαετίες, οι συνέπειες του διαζυγίου στην προσωπικότητα, την κοινωνική προσαρμογή, την μαθησιακή ετοιμότητα, τις συναισθηματικές αντιδράσεις και την ευφυΐα των παιδιών θεωρούνταν καταστροφικές. Τα πιθανά προβλήματα που ενδεχομένως θα προκύψουν μπορούν να διακριθούν σε κοινωνικά, ψυχολογικά και οικονομικά. Η αντίδραση του παιδιού στο χωρισμό είναι αλληλεπίδραση των παραγόντων αυτών, του χαρακτήρα του και του «εκκλόμενου συναισθήματος» κατά την διαδικασία του χωρισμού, καθώς και από την παρέμβαση ή υποστήριξη των συγγενικών- οικογενειακών δικτύων. Οι πιθανές τραυματικές καταστάσεις απορρέουν από τη γονεϊκή απώλεια, την οικονομική δυσχέρεια που ενδεχομένως να ανακύψει, την αύξηση του άγχους (Slater and Haber, 1984), την έκθεση σε γονεϊκές προστριβές, την έλλειψη γονεϊκών προτύπων και των δεξιοτήτων- ικανοτήτων του γονέα που εγκαταλείπει την οικογενειακή εστία και τέλος από την αντιμετώπιση του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου και την ύπαρξη ή μη κράτους πρόνοιας. Το 1991 οι Amato και Keith σε μια μετά- ανάλυση 92 ερευνών με 13.000 συμμετέχοντες επιβεβαίωσε τα συμπεριφοριστικά προβλήματα των παιδιών από διαλυμένες οικογένειες, την επικείμενη αρνητική αυτό-εικόνα και τις δυσκολίες προσαρμογής. Κατέληξε, παρόλα αυτά, σε ένα επαναστατικό για την εποχή εύρημα: οι ομοιότητες των παιδιών του διαζυγίου με τα υπόλοιπα παιδιά ήταν πολύ περισσότερες από τις διαφορές.

Τα παιδιά από χωρισμένες οικογένειες παρουσιάζουν δυσκολίες στην ψυχολογική προσαρμογή, ιδιαίτερα στο γνωστικό, συναισθηματικό και οικογενειακό επίπεδο δυσχέρεια στην ανάπτυξη της ταυτότητας, της αυτοεκτίμησης και της αυτό- εικόνας, ιδιάζουσες αντιλήψεις για τη σημασία των παιδιών στην οικογένεια, άκαμπτες απόψεις για τις οικογενειακές σχέσεις και συνοχή και για τα μελλοντικά σχέδια για γάμο, έλλειψη κινήτρων για επιτυχία. Βρέθηκε ότι τα πρωτότοκα παιδιά των χωρισμένων γονιών είναι πιο ευάλωτα σε ψυχικές διαταραχές και συχνά καταφεύγουν σε συμβουλευτική. Δεν βρέθηκε όμως στατιστικώς σημαντική διαφορά στη συχνότητα εμφάνισης των ψυχικών διαταραχών σε σχέση με τα αντίστοιχα πρωτότοκα παιδιά των οποίων οι γονείς δεν έχουν χωρίσει. Οι περιπτώσεις κατάθλιψης είναι επίσης συχνές στα παιδιά χωρισμένων γονιών. Το διαζύγιο συνδέεται συχνά με μείωση του οικογενειακού εισοδήματος και αύξηση των ευθυνών από την πλευρά του γονέα. Το νέο οικογενειακό πλαίσιο που διαμορφώνεται προκαλεί αύξηση του άγχους και στη συνέχεια, διαταραχές κατάθλιψης στα παιδιά. Βρέθηκε ότι η εκδήλωση βραχυπρόθεσμων και μεσοπρόθεσμων ψυχικών διαταραχών είναι πιο συχνή στα παιδιά που έχουν βιώσει το διαζύγιο των γονιών τους. Αντιθέτως η εκδήλωση των εν λόγω φαινομένων σε μακροπρόθεσμο επίπεδο ήταν η ίδια για τα παιδιά των χωρισμένων γονιών ή μη. Οι Wigle και Parish (1990) έδειξαν ότι η

αυτοεκτίμηση παραμένει σταθερή στα παιδιά που ζουν και με τους δυο γονείς τους. Αντίθετα, κατά τη χρονική περίοδο που βιώνουν το διαζύγιο η αυτοεκτίμηση μειώνεται για ν' ανέβει πάλι όταν έχει παρέλθει αρκετός χρόνος από τότε που βίωσαν τον χωρισμό των γονιών τους. Κατά την περίοδο που υπάρχει διαμάχη μεταξύ των γονιών η αυτοεκτίμηση παραμένει σταθερή, αλλά σε αρκετά χαμηλά επίπεδα. Βρέθηκε επίσης ότι τα κορίτσια που μεγαλώνουν μόνο με τη μητέρα έπειτα από χωρισμό της, εξελίσσονται με τον ίδιο τρόπο όπως τα κορίτσια των οποίων η μητέρα ξαναπαντρεύτηκε μετά. Η έλλειψη ευνοϊκής εξέλιξης συνδέεται με συγκρούσεις ανάμεσα στους γονείς και ακανόνιστες επισκέψεις του πατέρα.

Οι έφηβοι που ζουν με την βιολογική μητέρα παρουσιάζουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από τους εφήβους που ζουν και με τους δυο γονείς και πιστεύουν ότι ο πατέρας δείχνει μικρό ή καθόλου ενδιαφέρον για τα παιδιά του. Οι Amato και Keith (1991) αναφέρουν ότι οι αρνητικές συνέπειες του διαζυγίου παρουσιάζουν συνεχή μείωση από τη δεκαετία του 50 μέχρι σήμερα.

Η ψυχολογική κατάσταση των παιδιών επηρεάζεται από τη σταθερότητα των γονέων πριν επέλθει ο χωρισμός και η δυστοκία στις σχέσεις τους.

Υπάρχει η υπόθεση ότι η προβληματική ενδοοικογενειακή επικοινωνία κατά την περίοδο του διαζυγίου επηρεάζει σημαντικά την αυτοεκτίμηση των εφήβων (Buri et al., 1987, Hoelter and Harper, 1987). Σπάνια όμως επαληθεύονται εμπειρικά στατιστικώς σημαντικές διαφοροποιήσεις για τους εφήβους που προέρχονται από διαζευγμένες οικογένειες συγκριτικά με τους υπολοίπους από μη χωρισμένους γονείς. Η διάλυση της οικογένειας αποτελεί αφορμή για εξάσκηση αυτογνωσίας και αναστοχασμού ως προς τις διαπροσωπικές σχέσεις τους. Η αυτοεκτίμηση των εφήβων αυτών επηρεάζεται περισσότερο από τα μη προβλέψιμα και αποκλίνοντα γεγονότα της ζωής που καλούνται να αντιμετωπίσουν, παρά από τις νοσηρές οικογενειακές σχέσεις. Οι έφηβοι αυτοί μαθαίνουν να δομούν την αυτοεικόνα τους βάσει εξωοικογενειακών παραγόντων ώστε να απελευθερωθούν σταδιακά από την προβληματικότητα των οικογενειακών σχέσεων.

Τα πιο σοβαρά προβλήματα προκύπτουν είτε κατά τα δυο πρώτα χρόνια μετά το διαζύγιο, είτε στην πρώιμη ενηλικίωση (Hetherington, 1991, Aro and Palossari, 1992). Σε αυτή την μεταβατική περίοδο σημαντικό ρόλο παίζει η επικοινωνία μεταξύ των γονέων και των παιδιών. Μέσω της επικοινωνίας επαναπροσδιορίζονται οι ρόλοι και οι σχέσεις των μελών

της οικογένειας, ενώ παράλληλα οι έφηβοι αποκτούν τις απαραίτητες κοινωνικές δεξιότητες τις οποίες χρειάζονται ώστε να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν μελλοντικά προβλήματα.

Σημαντικότερη επίδραση ασκεί ο τύπος του χωρισμού (επίσημο διαζύγιο γονέων/διάσταση) στην οικογενειακή αυτοεκτίμηση των παιδιών και στην αυτοεκτίμηση εξωτερικής εμφάνισης με παρόμοια τάση και στην ενδοπροσωπική και συνολική αυτοεκτίμηση. Οι εν διαστάσει γονείς προκαλούν συστηματικά επώδυνες μειώσεις της αυτοεκτίμησης των παιδιών τους σε σύγκριση με τους διαζευγμένους, γεγονός που μπορεί να αποδοθεί στη διατήρηση των ελπίδων για επανένωση, που εγείρει η μη επισημοποίηση του χωρισμού. Τα παιδιά στην περίπτωση αυτή γίνονται πιο χειριστικά και ενοχοποιούν τον εαυτό τους ως αιτία της διάστασης των γονιών τους.

Η αυτοεκτίμηση των παιδιών μετά το διαζύγιο μειώνεται, εφόσον στις οικογενειακές συγκρούσεις εμπλέκονται οι υπόλοιποι συγγενείς των χωρισμένων. Αν εξαιρέσουμε την κοινωνική και οικογενειακή αυτοεκτίμηση, η οποία δεν επηρεάζεται από το είδος των επαφών με τους γονείς μετά το χωρισμό, τόσο η εργασιακή, η ενδοπροσωπική, η συνολική αυτοεκτίμηση και η αυτοεκτίμηση της εξωτερικής εμφάνισης αυξάνονται, όταν τα παιδιά διατηρούν επαφή με τον πατέρα και φτάνουν σε χαμηλά επίπεδα όταν διατηρούν σχέσεις και με τους δύο γονείς. Μεγάλη διαφοροποίηση διαπιστώθηκε όσον αφορά την εργασιακή, οικογενειακή και συνολική αυτοεκτίμηση ανάλογα με το είδος της σχέσης με το άλλο φύλο που επιθυμούν οι συμμετέχοντες να έχουν στην προσωπική τους ζωή: Τα άτομα που προτιμούν τη σύσταση παραδοσιακής οικογένειας έχουν συστηματικά υψηλότερους μέσους όρους αυτοεκτίμησης συγκρινόμενα με όσους προκρίνουν μια ελεύθερη σχέση. Η ανάληψη της κηδεμονίας από τον πατέρα ή τη μητέρα δεν επηρεάζει την αυτοεκτίμηση, ούτε αλληλεπιδρά με το φύλο του παιδιού. (Noller, 1995). (Ευστράτιος Παπάνης, 2008).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΕΙΔΙΚΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Το σύνολο των ανθρώπων που μπορεί να συμβάλλει σημαντικά στη δημιουργία μιας ισορροπημένης αυτοεκτίμησης του παιδιού, εκτός από την οικογένεια, είναι και εκείνο το σύνολο της επιστημονικής ομάδας που είναι δυνατόν να το περιβάλλει. Λέγοντας επιστημονική ομάδα εννοούμε το σύνολο των κοινωνικών λειτουργών, ψυχολόγων, εκπαιδευτικών που μπορούν να επηρεάσουν με άμεσο τρόπο, παρεμβαίνοντας με διάφορες τεχνικές και συμπεριφορές στη ψυχοσύνθεση των μαθητών και παιδιών γονέων.

6.1. ΤΡΟΠΟΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ Κ.Λ. ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΟΥ ΣΤΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ

Από τη στιγμή που δεχόμαστε ότι η ρίζα πολλών προβλημάτων βρίσκεται μέσα στην οικογένεια, είναι λογικό να θεωρούμε ότι εκεί μπορεί να βρεθεί και η λύση τους. Κανείς δεν κουβαλά την αρρώστια του μέσα σε αεροστεγές δοχείο. Αντίθετα, την εκδηλώνει στις πράξεις του και στις σχέσεις του με τους άλλους ανθρώπους και κυρίως με τα μέλη της οικογένειάς του.

Στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της οικογένειας κάθε ατόμου μπορούμε να εντοπίσουμε τις περισσότερες από τις δυσκολίες του. Η αντιμετώπιση των προβλημάτων που παρουσιάζει το συγκεκριμένο μέλος μέσα στο πλαίσιο του συστήματος της οικογένειας αποδεικνύεται εξαιρετικά ωφέλιμη, ειδικά όταν πρόκειται για το παιδί.

Οι θεραπευτές που υιοθετούν την προσέγγιση της ανθρωπιστικής οικογενειακής θεραπείας βλέπουν τις δυσλειτουργίες ως εμπόδιο στη διαδικασία ανάπτυξης ή ως αποτυχία εκπλήρωσης των αναπτυξιακών δυνατοτήτων του ατόμου. Η ανθρωπιστική προσέγγιση έχει τις ρίζες της στη φαινομενολογική φιλοσοφία η οποία υποστηρίζει ότι η συμπεριφορά δεν καθορίζεται τόσο από την εξωτερική πραγματικότητα αλλά από τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται αυτή τη πραγματικότητα.

Η κοινωνική λειτουργός Virginia Satir υπήρξε μια από τους πρωτοπόρους του πεδίου της οικογενειακής θεραπείας. Η δουλειά της ως θεραπεύτρια διαπνέεται από τις αρχές της ανθρωπιστικής προσέγγισης και της φαινομενολογικής θεραπείας.

Η Satir επικεντρώθηκε στη προσωπική ανάπτυξη και αυτοεκτίμηση του ατόμου και στη λειτουργία του οικογενειακού συστήματος στο παρόν. Κατ' αυτήν είναι πολύ σημαντικό κάθε μέλος της οικογένειας να νιώθει ότι οι άλλοι του δίνουν σημασία, το εκτιμούν το αγαπούν. Θεωρούσε ότι η συζυγική κατέχει κεντρικό ρόλο στη λειτουργία της οικογένειας και ότι η πρωτογενής τριάδα στη ζωή κάθε ανθρώπου- ο πατέρας, η μητέρα και το παιδί αποτελεί τη πηγή ταυτότητας του εαυτού του (Seligman, 1981).

Όπως προαναφέρθηκε για τη Satir η **αυτοαξία ή αυτοεκτίμηση** θεωρείται ο ακρογωνιαίος λίθος της ατομικής της οικογενειακής υγείας. Η αυτοεκτίμηση της οικογένειας εκφράζεται στα πρότυπα της επικοινωνίας που χρησιμοποιεί. Η αυτοεκτίμηση των μελών στην οικογένεια και η επικοινωνία τους είναι συνάρτηση το ένα του άλλου (Woods & Martin, 1984).

Η Satir είχε ένα μοναδικό τρόπο παρέμβασης. Τα βασικά χαρακτηριστικά αυτού του τρόπου ήταν τα ακόλουθα:

- Γ Η **ζεστασιά και η αποδοχή** της, που της επέτρεπαν να ακούει χωρίς να κρίνει.
- Γ Η **έμφαση στο «εδώ και τώρα»**, η οποία πρόσφερε τα μέσα για την αλλαγή.
- Γ Η **ερευνητική ευφυΐα** της, που αντανάκλασε την εκπληκτική ικανότητα παρατήρησης.
- Γ Η **άνετη και ανθρώπινη παρουσία** της, που επέτρεπε στους πελάτες της να ταυτιστούν μαζί της.
- Γ Η ικανότητα να προσαρμόζεται στη **μοναδικότητα της στιγμής και να διακινδυνεύει**, στοιχεία τα οποία φανερώνουν την ευελιξία της σε όλο το μεγαλείο (Woods & Martin, 1984, 8).

Οι τρόποι παρέμβασης της Satir γίνεται σε τρεις φάσεις: η πρώτη είναι αφιερωμένη στην αξιολόγηση, ενώ η δεύτερη και η τρίτη εστιάζονται στη θεραπεία (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

Σύμφωνα με τη ψυχολόγο Δρ Βίκυ Σίμου μπορούμε να επηρεάσουμε σημαντικά την αυτοεκτίμηση των παιδιών με το να καλλιεργήσουμε πέντε βασικές πεποιθήσεις μέσα τους με την εξής σειρά:

- 1 . αίσθηση ασφάλειας
2. αίσθηση ταυτότητας
3. αίσθηση του ανήκειν
4. αίσθηση σκοπού
5. αίσθηση επάρκειας

Έχει διαπιστωθεί ότι αυτοί οι πέντε παράγοντες είναι κρίσιμοι για τη δημιουργία αισθήματος υψηλής αυτοεκτίμησης και κινήτρων τόσο σε παιδιά όσο και σε ενήλικες. Οι άνθρωποι που νιώθουν δυνατοί σε αυτούς τους τομείς συνήθως έχουν καλές σχέσεις με τους άλλους, προσεγγίζουν τα προβλήματα με αυτοπεποίθηση, εργάζονται για να πετύχουν συγκεκριμένους σκοπούς, σκέφτονται και δρουν με βάση τη δική τους ανεξάρτητη κρίση, και προσεγγίζουν την επιτυχία στις περισσότερες δραστηριότητές τους. Έχει βρεθεί ότι οι μαθητές έχουν ισχυρότερα κίνητρα για επιτυχία όταν οι βασικές τους ανάγκες για ασφάλεια, ταυτότητα και κοινωνική αποδοχή έχουν ικανοποιηθεί.

Αίσθηση ασφάλειας: Μαθαίνω να εμπιστεύομαι, να βάζω όρια και να λειτουργώ μέσα σε όρια. Ενέργειες δασκάλου: ορίζει τις καθημερινές διαδικασίες, εμπλέκει τους μαθητές στη θέσπιση κανόνων, εφαρμόζει αυτούς τους κανόνες με τρόπο που ενισχύει τον αυτοσεβασμό, καλλιεργεί την ατομική ευθύνη.

Αίσθηση ταυτότητας: Μαθαίνω να έχω ρεαλιστική αυτοαντίληψη, να πιστεύω στον εαυτό μου και να σέβομαι τη μοναδικότητα των ατόμων. Ενέργειες δασκάλου: αναγνωρίζει και τιμά τη μοναδικότητα των ατόμων, χτίζει θετικές αυτοεικόνες, επιδεικνύει αποδοχή και ενδιαφέρον, καλλιεργεί τη συνειδητοποίηση των δυνατών και των αδύνατων σημείων.

Αίσθηση ότι ανήκω: Μαθαίνω να νιώθω χρήσιμος στην ομάδα, να σχετίζομαι και να συνεργάζομαι. Ενέργειες δασκάλου: δημιουργεί ένα περιβάλλον αποδοχής, μειώνει τα συναισθήματα απομόνωσης, παρέχει ευκαιρίες για να νιώσουν οι μαθητές χρήσιμοι, ενθαρρύνει το δέσιμο και αυξάνει το ομαδικό πνεύμα.

Αίσθηση σκοπού και επάρκειας: Μαθαίνω να βάζω στόχους, να πιστεύω ότι μπορώ να τους πετύχω, να αναγνωρίζω τις επιλογές που έχω και να γιορτάζω τις επιτυχίες μου. Ενέργειες δασκάλου: Δημιουργεί προσδοκίες, χτίζει την αυτοπεποίθηση και την πίστη στις ικανότητες, ενδυναμώνει τις αξίες, βοηθά στη στοχοθεσία, υποδεικνύει τις εναλλακτικές επιλογές, ενθαρρύνει και υποστηρίζει, παρέχει ανατροφοδότηση, γιορτάζει τις επιτυχίες. (Δρ Βίκυ Σίμου, Ψυχολόγος, 2008).

Σημαντική είναι η συμβολή του Κ.Λ. και ψυχολόγου στα σχολεία με την πραγματοποίηση σε συνεργασία με τους δασκάλους, προγραμμάτων Αγωγής Υγείας. Ένα παρόμοιο είδος προγράμματος είναι αυτό που καταγράφεται στο παράρτημά μας.

Σκοπός της επιστημονικής ομάδας είναι οι μαθητές να δομήσουν μια ισχυρή προσωπικότητα, να αποκτήσουν αυτοεκτίμηση, να μάθουν να ελέγχουν τα συναισθήματά τους, να μάθουν να χειρίζονται καταστάσεις μέσα στο σχολικό περιβάλλον, να εκτιμήσουν την ατομική και πολιτιστική διαφορετικότητα του διπλανού τους. Το Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας, σεβόμενο τις ανάγκες των μαθητών, εστιάζει σε διαφορετικά θέματα και με διαφορετική μεθοδολογία από τάξη σε τάξη.

Έχουν τον χαρακτήρα συνεργατικής ομαδικής μάθησης που τους δίνει τη δυνατότητα προσωπικής έκφρασης και υπεύθυνης αντιμετώπισης των ανησυχιών και προβληματισμών της ηλικίας τους. Έχουν τη μορφή προγραμμάτων ανάπτυξης ατομικών και κοινωνικών δεξιοτήτων και μεταξύ άλλων αφορούν σε:

- Γ Έκφραση συναισθημάτων
- Γ Συνειδητοποίηση πηγών άγχους
- Γ Αποτελεσματική διαχείριση του άγχους
- Γ Διαχείριση πληροφορίας και λήψη απόφασης
- Γ Ανάλυση ευθύνης
- Γ Αξιολόγηση καταστάσεων
- Γ Διαχείριση συγκρούσεων
- Γ Αποδοχή της ιδιαιτερότητας του άλλου

Τα συγκεκριμένα προγράμματα αφορούν στην ανάπτυξη της δυνατότητας των μαθητών να αποκτήσουν ενσυναίσθηση, να αντιληφθούν και να κατανοήσουν τις επιρροές που δέχονται και τον τρόπο που τις αντιμετωπίζουν.

6.2. ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Είναι γνωστό ότι το σχολείο αποτελεί το πρώτο σημαντικό κοινωνικό περιβάλλον για το παιδί, μετά την οικογένεια. Το παιδί με την είσοδό του στο σχολείο, για πρώτη φορά, αφήνει την οικογένειά του και καλείται να αναπτύξει καινούργιους δεσμούς, τόσο με τους δασκάλους του, όσο και με τους συμμαθητές του.

Στο καινούριο αυτό περιβάλλον, ο μαθητής αφήνει πίσω του την ανεμελιά και την αθωότητα για να εισέλθει σε ένα καινούργιο σύστημα. Η «προσαρμογή» στο καινούριο αυτό σύστημα, που ονομάζεται σχολείο, είναι δύσκολη, είτε ο μαθητής είναι παιδί, είτε είναι έφηβος. Εκεί θα περάσει βασικά και πολύτιμα χρόνια της ζωής του, θα αναπτύξει την προσωπικότητά του, θα μορφωθεί και θα ωριμάσει.

Σε αυτή τη διαδικασία, πολύ μεγάλη ευθύνη επωμίζεται ο εκπαιδευτικός, καθώς έχει αναλάβει ένα διττό ρόλο. Όλοι έχουν αναγνωρίσει ότι πλέον ο εκπαιδευτικός, εκτός από μεταδότης γνώσεων, είναι και παιδαγωγός. Δηλαδή, από τη μια μεριά προσαρμόζει και μεταδίδει τη γνώση στους μαθητές του και από την άλλη τους καθοδηγεί και τους διαπαιδαγωγεί.

Επομένως, ο ρόλος του, όπως και ο ρόλος του γονέα, είναι πολύ σημαντικός, καθώς συνιστά έναν από τους κυριότερους φορείς κοινωνικοποίησης και διαπαιδαγώγησης των νέων και των παιδιών. Συμβάλλει καθοριστικά στο να ενδυναμώσουν τα παιδιά και οι νέοι τη θέλησή τους και να αναπτύξουν δεξιότητες και ικανότητες, τους παρέχει κοινωνική στήριξη, αλλά ταυτόχρονα συμβάλλει και στην ανάπτυξη της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησής τους.

Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε τόσο τη δυσκολία, όσο και τη σημαντικότητα του ρόλου του εκπαιδευτικού στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των μαθητών του.

Οι εκπαιδευτικοί είναι οι άνθρωποι που βρίσκονται σε καθημερινή επαφή με τα παιδιά και περνάνε ένα μεγάλο μέρος της ζωής τους στο σχολείο, με αποτέλεσμα η επίδραση τους να είναι καθοριστική στην ζωή και την εξέλιξη των μαθητών. Διαδραματίζουν ουσιαστικό ρόλο στην ψυχική και συναισθηματική ζωή των μαθητών. Η σχέση εκπαιδευτικού – μαθητή είναι μια αμφίδρομη δυναμική σχέση. Είναι σημαντική η ικανότητα που έχει ο εκπαιδευτικός να

επικοινωνεί, να κατανοεί τις ανάγκες των μαθητών, να μεταδίδει γνώσεις και δεξιότητες. Είναι ο άνθρωπος που μπορεί να εμπλουτίσει τη σκέψη και την εμπειρία των μαθητών με ερεθίσματα. Ο εκπαιδευτικός είναι εκείνος που θα δώσει προσοχή στις ανησυχίες του μαθητή, θα ενδιαφερθεί για την αγωνία του και θα τον ενθαρρύνει όσο γίνεται περισσότερο.

Από τη στιγμή που συνειδητοποιούμε τον ουσιαστικό ρόλο που παίζει ο δάσκαλος στην ψυχική και συναισθηματική ζωή των μαθητών είναι απαραίτητο να εξετάσουμε τις στάσεις και τις προσδοκίες που μεταφέρει σ' αυτή. (Πασσας, Β., Η πρόληψη στην εκπαίδευση – Η εκπαίδευση στην πρόληψη. Πρόσωπο, 8^ο 1996).

Όπως προείπαμε, η αυτοεκτίμηση διαμορφώνεται από μικρή ηλικία και από τα βιώματα που έχουν τα παιδιά από τους σημαντικούς ενήλικες της ζωής τους. Έτσι, με την είσοδο των παιδιών στο σχολείο, ο εκπαιδευτικός, έρχεται πολλές φορές αντιμέτωπος με μαθητές που είτε η αυτοεκτίμησή τους είναι υψηλή, είτε μειωμένη. Αυτό είναι πιθανό να συμβαίνει, λόγω των δύσκολων οικογενειακών συνθηκών που μπορεί να βιώνει το παιδί. Για παράδειγμα, η απόρριψη που έχει δεχτεί από τους ενήλικες της ζωής του (συναισθηματική κακοποίηση, θάνατος, διαζύγιο, σοβαρή ασθένεια και παρατεταμένη απουσία ενός από τους δύο γονείς, για οποιονδήποτε λόγο), η κατά οποιονδήποτε τρόπο διαφορετικότητα (διαφορετική φυλή, πολιτισμός, διαφορετικό χρώμα δέρματος, διαφορετικά σωματικά χαρακτηριστικά) και η υπερπροστασία που μπορεί να έχει σαν συνέπεια τη μη ανάληψη ευθυνών από τα παιδιά, έχουν σαν αποτέλεσμα, να πληγεί σημαντικά η αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Παρόλα αυτά, οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να ξεπεράσουν τις επικείμενες δυσκολίες και όχι μόνο να μεταδώσουν στο παιδί τις απαραίτητες ακαδημαϊκές γνώσεις, αλλά και να του παρέχουν ένα ασφαλές και ενθαρρυντικό περιβάλλον, μέσα στο οποίο θα μπορέσει να ενισχύσει τη μειωμένη αυτοεκτίμησή του.

Αυτό είναι πιθανό να συμβεί αν ο εκπαιδευτικός:

- Γ **Σκέφτεται θετικά για τον κάθε μαθητή** και τον βοηθά να συνειδητοποιήσει τα πλεονεκτήματά του. Είναι καλό να μιλάει στο παιδί για τα καλά στοιχεία και τις δυνατότητες που έχει.
- Γ **Ενθαρρύνει και επαινεί το μαθητή όσο το δυνατόν πιο συχνά**, ασκώντας λιγότερη αρνητική κριτική.

- Γ Επιτρέπει στα παιδιά να **εκφράζονται ελεύθερα**, να συζητούν για τα συναισθήματά τους, πάντα όμως με σεβασμό στους άλλους.
- Γ **Προσεγγίζει τον απομονωμένο** ή ντροπαλό μαθητή, αναγνωρίζοντας όμως πάντα την ανάγκη ορισμένων μαθητών να είναι μόνοι τους. Μπορεί να εφαρμόσει ομαδικές δραστηριότητες και να δώσει ευκαιρίες στο μαθητή να πετύχει.
- Γ **Ενθαρρύνει την έννοια της κοινότητας**, του «ανήκω» στην τάξη και τους **παροτρύνει να δημιουργήσουν φιλίες** κάνοντας παρέα ή στήνοντας ομάδες κοινών ενδιαφερόντων. Μπορεί να αναθέσει ομαδικές εργασίες για τις οποίες θα συνεργάζεται όλη η τάξη μαζί.
- Γ **Προτρέπει** τους μαθητές **να δημιουργήσουν ένα δίκτυο υποστήριξης** μεταξύ τους και να βοηθούν ο ένας στον άλλο.
- Γ **Δίνει ευκαιρίες** να ολοκληρώσουν μια εργασία και να κάνουν κάτι, **όταν η επιτυχία είναι σίγουρη**. Αντίθετα, πρέπει να προσπαθεί να αποφύγει καταστάσεις κατά τις οποίες η αποτυχία είναι αναπόφευκτη.
- Γ **Ενισχύει** τους μαθητές να **αναλάβουν την ευθύνη** τόσο του εαυτού τους, όσο και των πράξεων τους. Μπορεί να αναθέσει εργασίες με αυξημένες ευθύνες και να δώσει την ευκαιρία να βοηθήσουν τους ενήλικες του σχολείου.
- Γ Είναι **δίκαιος και σταθερός**, δίνοντας στην τάξη μια δομή με όρια λογικά και κατανοητά. Όσο είναι δυνατόν, αφήνει τους μαθητές να βάλουν τους δικούς τους, βασικούς κανόνες για την τάξη, με κεντρικό σημείο το σεβασμό προς τους άλλους.
- Γ Απευθύνεται στον **κάθε μαθητή με το μικρό του όνομα**.
- Γ **Συμβουλεύει ή επιπλήττει** ένα μαθητή μακριά από τους άλλους.
- Γ **Αποφεύγει να σαρκάζει** και να υποβιβάζει τους μαθητές.
- Γ **Αναγνωρίζει τα λάθη του**. Δεν φοβάται να απολογηθεί. Τα παιδιά καταλαβαίνουν τα σημάδια λάθους – και καμία φορά τα δέχονται με χαρά. Είναι σημαντικό να εξηγήσει πως τα λάθη δεν είναι σφάλμα όταν γίνονται.
- Γ Εργάζεται όσο το δυνατόν **πιο στενά με τους γονείς** και τα μέλη της οικογένειας.

Από τον εκτεταμένο προβληματισμό που έχει αναπτυχθεί για την ποιότητα της παιδαγωγικής σχέσης και τις επιπτώσεις της, θα αναφερθεί μια θεμελιώδης παραδοχή που τεκμηριώνεται και εμπειρικά με ποικίλες έρευνες: ο τρόπος με τον οποίο αντιλαμβάνεται ο μαθητής τη σχέση του με τον εκπαιδευτικό, ασκεί σημαντικές επιδράσεις τόσο στην ποιότητα της σχέσης όσο και στην αυτοεικόνα ή την ανάπτυξη της ταυτότητάς του (Gray & Weare, 2000). Ο Lawry (1989), βασισμένος σε εμπειρικά στοιχεία, εκφράζει την άποψη ότι η ανώτερη μορφή

μάθησης εμφανίζεται όταν ο εκπαιδευτικός αγαπά και δέχεται τους μαθητές πλήρως, οπότε και αυτοί αισθάνονται ασφαλείς να συναντήσουν τις νέες προκλήσεις της ζωής τους. Σε αυτό το πλαίσιο η μάθηση νοείται ως αποτέλεσμα αμοιβαιότητας μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή και όχι ως αποτέλεσμα μονόδρομης επιβολής συμπεριφορών και πράξεων (Μιχαλόπουλος, 1996).

Ανάγκη ανάπτυξης της αυτοεκτίμησης έχουν όλοι οι μαθητές, περισσότερο όμως εκείνοι που παρουσιάζουν αδυναμίες που συνδέονται με προσωπικά χαρακτηριστικά και καταστάσεις, ή με το οικογενειακό τους περιβάλλον (Χαραμής, 2000). Το σχολείο λοιπόν και οι εκπαιδευτικοί που εργάζονται σε αυτό, πρέπει να συζητήσουν τη συμβολή τους στην ολόπλευρη ανάπτυξη των μαθητών. Να διδάξουν στους μαθητές τις έννοιες της αυτοαξιολόγησης και αυτεπίγνωσης για να αναγνωρίζουν τα ισχυρά και τα αδύνατα σημεία τους και για να βλέπουν τον εαυτό τους μέσα από ένα θετικό και ρεαλιστικό πρίσμα, αποφεύγοντας έτσι τη συνηθισμένη παγίδα της υπεροψίας αλλά και την ταπεινωτική κατάσταση της αυτολύπησης (Goleman, 1998). Όταν οι μαθητές θα έχουν υψηλή αυτοεκτίμηση, δηλαδή καλές σχέσεις με τον εαυτό τους, τότε θα είναι πιο ευτυχείς, ενώ με χαμηλή αυτοεκτίμηση θα νιώθουν απομονωμένοι και θα είναι ευάλωτοι στις διαπροσωπικές τους σχέσεις (Κασαπίδου κ.α., 1994).

Συχνά οι εκπαιδευτικοί εκφράζουν έντονους προβληματισμούς σχετικά με το αν και πόσο ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις του ρόλου τους, μέσα σε ένα δύσκολο εκπαιδευτικό σύστημα που συνεχώς αλλάζει, χωρίς να παρέχει υποστήριξη και ενίσχυση στο παιδαγωγικό ρόλο τους, γεγονός που δε διευκολύνει την πραγματοποίηση δημιουργικών παρεμβάσεων στους μαθητές.

Παρόλα αυτά, ο εκπαιδευτικός χρειάζεται να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις ως πηγή δημιουργίας για να εμπλουτίσει τις εμπειρίες του και να ενισχύσει την αυτοπεποίθησή του, αλλά και να κινητοποιήσει καινούργιους μηχανισμούς εξεύρεσης λύσεων για νέες, μελλοντικές προκλήσεις- προβλήματα.

Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε, ότι ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι αρκετά δύσκολος και απαιτητικός, καθώς δε βρίσκεται αντιμέτωπος μόνο με τα διαφορετικά ηλικιακά επίπεδα ψυχοκοινωνικής και πνευματικής εξέλιξης των παιδιών, αλλά και με τις μεγάλες ατομικές διαφορές μεταξύ των μαθητών της ίδιας ηλικίας. Όπως είπαμε, κάθε μαθητής κουβαλάει τις δικές του εμπειρίες, κυρίως από το οικογενειακό του περιβάλλον, οι οποίες διαμορ-

φώνουν εν μέρει τις συναισθηματικές του ανάγκες και τις δυνατότητες εξέλιξής του. Αυτός ο εσωτερικός πλούτος άλλοτε μπορεί να συμβάλλει θετικά στην προσαρμογή στο σχολείο και άλλοτε να την εμποδίζει. Επομένως, ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι αδιαμφισβήτητα σημαντικός στην πορεία του παιδιού προς την γνωστική, συναισθηματική, κοινωνική ανάπτυξη και ολοκλήρωσή του. (Τριλίβα,2004).

6.3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Υιοθετούμε την άποψη ότι σκοπός της ψυχολογίας είναι η κατανόηση του τρόπου που το άτομο σκέφτεται, αισθάνεται και αντιδρά, ή γενικότερα ο τρόπος που αντιλαμβάνεται τον γύρω κόσμο και επομένως η θέση που παίρνει ανάμεσα στους άλλους. Σε συνδυασμό με αυτό υποθέτουμε ότι στα πλαίσια μιας ψυχολογικής προσέγγισης η υποκειμενική πραγματικότητα είναι αυτή που καθορίζει τη συμπεριφορά του ατόμου. Αν δεχτούμε τα παραπάνω, θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε, ότι η αντίληψη που έχει το άτομο για τον εαυτό του αποκτά μία ιδιαίτερα σημαντική θέση στην προσπάθεια κατανόησης του. Η εκτίμηση της «πραγματικότητας», η αντίληψη των άλλων και η σχέση που θα αναπτύξει μαζί τους, εξαρτάται ως ένα βαθμό από τον τρόπο που αξιολογεί το άτομο τον ίδιο τον εαυτό του. Εμπειρικές μελέτες καταλήγουν στο συμπέρασμα της θετικής συσχέτισης της αυτοεκτίμησης με την απόδοση του ατόμου.

Στο συναισθηματικό επίπεδο, κλινικές παρατηρήσεις αλλά και εμπειρικές έρευνες προσφέρουν όλο και περισσότερες ενδείξεις της σημασίας της αυτοεκτίμησης για την ομαλή λειτουργία του ψυχισμού. Στη σύγχρονη κοινωνία ιδιαίτερα, που το άτομο ζει πιο απομονωμένο συναισθηματικά και έχει περισσότερο ανάγκη από αναγνώριση και αποδοχή από τους άλλους, κι όπου οι αξίες που προβάλλονται είναι αυτές της απόδοσης και της αυτοπροβολής, συχνά παρατηρούνται διαταραχές στην σφαίρα του ναρκισσισμού, οι οποίες εκφράζονται με μία υποτίμηση του εαυτού, με μια χαμηλή δηλαδή αυτοεκτίμηση.

Η αναγνώριση της σημασίας που έχει η αυτοεκτίμηση για την αποτελεσματική λειτουργία του ατόμου στο νοητικό και συναισθηματικό επίπεδο, εντείνει τον προβληματισμό σε

ότι αφορά την εξελικτική πορεία της και τους παράγοντες που συντελούν στη διαμόρφωση της.

Χωρίς να υποτιμούνται ο κοινωνικός παράγοντας και οι διάφορες εξωτερικές μεταβλητές, στην εργασία αυτή επιλέχθηκε να διερευνηθεί η σημασία που έχει η σχέση του παιδιού με άλλα μέλη της οικογένειας σε ότι αφορά την αυτοεκτίμηση του. Ένας από τους λόγους που μας οδήγησε σ' αυτή την επιλογή είναι ότι η «οικογένεια» αναφέρεται συχνά ως σημαντικός προσδιοριστικός παράγοντας χωρίς όμως τις περισσότερες φορές να αναλύεται ο ρόλος της. Είναι κοινή διαπίστωση πολλών ερευνητών από διαφορετικές θεωρητικές αφηγήσεις, ότι η οικογένεια παίζει κάποιο σημαντικό έως και καθοριστικό ρόλο στην εξέλιξη του ατόμου.

Τα αποτελέσματά μας σχετίζονται με το ότι η σχέση του παιδιού με τα άλλα μέλη της οικογένειας έχει πρωταρχική σημασία έναντι των άλλων εξωτερικών μεταβλητών, για την αυτοεκτίμηση του. Στις αναλύσεις που έγιναν στην εργασία μας είναι ιδιαίτερα εμφανής ο ανασταλτικός ρόλος της αρνητικής αλληλεπίδρασης του παιδιού με τους γονείς, που καθορίζει, ίσως και οριστικά, ως ένα βαθμό την αρνητική αυτοεκτίμηση του ατόμου.

Η σχέση του παιδιού με κάθε ένα από τους γονείς είναι ιδιαίτερη. Αυτό ειδικότερα αναφέρεται στο ρόλο του πατέρα για τη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης, την ιδιαίτερη σημασία που φαίνεται να έχουν ο σχέση του κοριτσιού με τον πατέρα και του αγοριού με την μητέρα, στη σημασία της θέσης του παιδιού ανάμεσα στ' αδέρφια, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για το μεσαίο, την επίδραση κοινωνικοοικονομικών παραγόντων κ.α.

Θα μπορούσε λοιπόν κανείς να καταλήξει στο συμπέρασμα ότι ο ρόλος της οικογένειας στην αυτοεκτίμηση του παιδιού είναι μεν σημαντικός, όχι όμως και καθοριστικός. Η σχέση δηλαδή του παιδιού, με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας, δεν είναι ένας επαρκής ερμηνευτικός παράγοντας των διατομικών διαφορών σε ότι αφορά την αυτοεκτίμηση.

Με την εργασία αυτή θελήσαμε να ελέγξουμε τη σημασία ορισμένων παραγόντων για την αυτοεκτίμηση του παιδιού και κυρίως να προσφέρουμε ερεθίσματα για περαιτέρω θεωρητικό προβληματισμό και εμπειρική διερεύνηση.

Θεωρούμε ότι η εργασία μας συμβάλλει στην παραδοχή της άποψης ότι η αυτοεκτίμηση είναι μία ουσιαστική παράμετρος της προσωπικότητας μια παράμετρος ενδεικτική για την οργάνωση της προσωπικότητας και απόρροια της εξελικτικής της πορείας και όχι συγκεκριμένων αξιολογικών εμπειριών. Μπορούμε επομένως να υποθέσουμε ότι η αυτοεκτίμηση διαπλάθεται μέσα από την αλληλεπίδραση του ατόμου με το περιβάλλον και κυρίως με τα σημαντικά για αυτό πρόσωπα, κι όχι από τις περιστασιακές εμπειρίες ή εξωτερικές κοινωνικές συνθήκες.

Η σημασία που έχει η σχέση με την μητέρα στην αυτοεκτίμηση του παιδιού επαληθεύεται, χωρίς όμως να φαίνεται ότι αυτή είναι περισσότερο καθοριστική απ' ότι η σχέση με τον πατέρα. Η διαπίστωση αυτή επιβάλλει αφ' ενός τη διερεύνηση αυτής της σχέσης και σε άλλες ηλικιακές κατηγορίες.

Ακόμη η σχέση του παιδιού με τα αδέρφια φαίνεται να παίζει έναν εξίσου σημαντικό ρόλο για την αυτοεκτίμησή του. Η συμβολή της σχέσης αυτής, όπως προκύπτει από τα στατιστικά αποτελέσματα, δεν καθορίζεται από συγκεκριμένες μεταβλητές (όπως πχ αριθμός, φύλο αδελφών, ηλικιακή διαφορά κλπ.), αλλά κυρίως ανάγεται στην ιδιαίτερη θέση του παιδιού στην οικογενειακή δυναμική όπως αυτή διαγράφεται στην εκάστοτε περίπτωση.

Ένα άλλο στοιχείο που πρέπει επίσης να αναφερθεί είναι η συμβολή των εξωοικογενειακών παραγόντων. Η εξέλιξη της σύγχρονης δυτικής κοινωνίας και του τρόπου ζωής, συνεπάγεται μια διαφορετική αντίληψη των ενδοοικογενειακών σχέσεων αλλά και της επαφής του παιδιού με το εξωτερικό περιβάλλον.

Η οικογένεια στη σημερινή αστική κοινωνία δεν είναι πια το κλειστό προστατευτικό περιβάλλον που ήταν άλλοτε. Από πολύ νωρίς το παιδί έρχεται σε επαφή με ένα ευρύτερο περιβάλλον που του προσφέρει άλλα πρότυπα, τα οποία λειτουργούν ως κατοπτρικές εικόνες και ως μέσο σύγκρισης για το ίδιο.

Η ένταξη του παιδιού σ ένα οργανωμένο εξωτερικά περιβάλλον, ήδη από τους πρώτους μήνες της ζωής του, (πχ παιδικός σταθμός, προσχολική αγωγή, τροφός), ο συνεχώς αυξανόμενος αριθμός των μονογονεϊκών οικογενειών και η ενσωμάτωση των μέσων μαζικής ενημέρωσης στην οικογενειακή ζωή επιβάλλουν και μία συστηματική μελέτη των κοινωνικών παραγόντων που συμβάλλουν με ένα διαφορετικό πλέον τρόπο, τόσο στην διαμόρφωση

της αυτοεκτίμησης όσο και ευρύτερα της προσωπικότητας του παιδιού. Η συνολική αξιολόγηση των μεταβλητών που προαναφέρθηκαν είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την κατανόηση του ατόμου.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Έπειτα από τη βιβλιογραφική μας μελέτη και καταλήγοντας στα δικά μας συμπεράσματα και στις δικές μας κριτικές απόψεις, θεωρούμε πως οι παρακάτω προτάσεις θα επιφέρουν σημαντική συμβολή βοήθειας σε όσους εμπλέκονται στην ανάπτυξη των παιδιών. Καταλήγουμε στις ακόλουθες προτάσεις:

- Γ Εκπαιδευτικά σεμινάρια για τους γονείς σε θέματα που αφορούν την υγιή βελτίωση και σταθερότητα της ψυχικής υγείας του παιδιού. Ενημέρωση τρόπων παρέμβασης σε δυσμενείς καταστάσεις.
- Γ Ενίσχυση των σχολών γονέων των Δήμων.
- Γ Ειδικά μαθήματα και προγράμματα στα σχολεία που θα στοχεύουν στην ενίσχυση αυτοεκτίμησης των παιδιών.
- Γ Η ύπαρξη ειδικής επιστημονικής ομάδας στα σχολεία.
- Γ Η συνεχής ενημέρωση των γονέων σε ότι αφορά κυρίως τη κοινωνική προσαρμογή του παιδιού στο σχολείο στο οποίο συνηθίζεται να μην δίνεται έμφαση.
- Γ Η έγκαιρη αντιμετώπιση διαφόρων ψυχικών διαταραχών των γονέων, η οικογενειακή θεραπεία καθώς επίσης και η συμβολή οικογενειακού συμβούλου αποτελεί σημαντικό μέτρο.
- Γ Η συνεχής ενθάρρυνση των παιδιών από τους γονείς, όπως επίσης και η σωστή επικοινωνία.
- Γ Η παροχή ασφάλειας, αγάπης και ζεστασιάς από τους γονείς.
- Γ Η ύπαρξη Κέντρων Στήριξης της οικογένειας με ειδικούς συμβούλους, στα περισσότερα σχολεία μιας περιοχής.
- Γ Η διεκπεραίωση διαφόρων προγραμμάτων στα σχολεία, που σκοπό έχουν την απόκτηση αυτοεκτίμησης.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Γ Δημητρόπουλος, Ε. «*Συμβουλευτική Προσανατολισμός*», Αθήνα, 1998
- Γ Δουαμάνη-Χρηστέα Μ. «*Η Ελληνίδα Μητέρα άλλοτε και σήμερα*», Εκδόσεις: Κέδρος, 1989
- Γ Καβάκας Ανανίας, «*Συναισθήματα: Πως επηρεάζουν τη ζωή μας*», εκδ. Λυχνία, Αθήνα, 1998
- Γ Κορώση Κ., «*Κριτική αναθεώρηση του πατρικού ρόλου*», στο «*Βήμα των Κοινωνικών Επιστημών*», 1990
- Γ Λεοντάρη. Α. «*Αυτοαντίληψη*», Αθήνα, 2001
- Γ Μακρή-Μπότσαρη Εύη, «*Αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση*», Εκδ. Ελληνικά Γράμματα, 2001
- Γ Μαλικιώση-Λοΐζου., «*Συμβουλευτική Ψυχολογία*», εκδ. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 1998
- Γ Μοσχοβάκης Αντώνης, «*Η ψυχική καλλιέργεια*», Εκδ. Βιβλιοθήκη για όλους, 1967.
- Γ Μουσούρου Λ. «*Η ελληνική οικογένεια: βασικά στοιχεία*», Παράρτημα στη «*Κοινωνιολογία της οικογένειας και του γάμου*» της Α. Μισέλ., Εκδ. Gutenberg, (1980)
- Γ Μπέρναρντ Ρ., «*Ανατροφή και εκπαίδευση των παιδιών*», εκδ. Αρσενίδης, Αθήνα
- Γ Μπέρτ Ρ, «*Η κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού*», εκδ. Καστανιώτη, Αθήνα, 2004
- Γ Νάτσου Εύη. «*Βασικές αρχές παραδοχής, ενθάρρυνσης, πειθαρχίας και σχέσεων γονέων εφήβων*». Εκδ. Θυμάρι Αθήνα, 2001
- Γ Ντόροθ Ρόου, «*Γνωρίζω και αγαπώ τον εαυτό μου*» εκδ. Καστανιώτη, 2008
- Γ Ζαφείρης Γ. Αλέξανδρος, Ζαφείρη Α. Ελένη, Μουζακίτης Μ. Χρήστος, «*Οικογενειακή θεραπεία*», Εκδ. Ελληνικά Γράμματα, 1999
- Γ Ζαφειροπούλου, Μ.-Σωτηρίου, Α. «*Σχέσεις μεταξύ της αυτοεκτίμησης των μαθητών και του ψυχολογικού κλίματος της τάξης τους*», Παιδαγωγική επιθεώρηση, 31, εκδ. Ατραπός, 2001
- Γ Μεγάρη Ε. «*Προσωπικότητα και σχολική επίδοση. Αυτοεκτίμηση και προσωπικός έλεγχος στη μαθησιακή πορεία μαθητών Ε' και ΣΤ' τάξης δημοτικού σχολείου*», Διδακτορική διατριβή, Αθήνα, 1998
- Γ Μονοτονικό λεξικό της Δημοτικής Γλώσσας, Εκδ. Ούβα.
- Γ Μπότσαρη Ε. Μ. «*Αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση. Μοντέλα, ανάπτυξη, λειτουργικός ρόλος και αξιολόγηση*», Αθήνα, εκδ. Ελληνικά Γράμματα, 2001
- Γ Ντραϊκωρς Ρούντολφ, "Διατηρώντας την ισορροπία μέσα στη τάξη", εκδ.:Θυμάρι, Αθήνα, 2001.

- Γ Ντούργα Αθηνά, Ball, Carolyn M. Εκδ. Δίοδος, Αθήνα 1992
- Γ Ντούργα Αθηνά, «Ανθρώπινη επικοινωνία: Καλύτερες σχέσεις με τον εαυτό μας και τους άλλους», Αθήνα, 1992
- Γ Ολιβιέ, Κ. (1984) «Τα παιδιά της Ιοκάστης», Ν. Σύνορα, Λιβάνης
- Γ Πανοπούλου Κυριακή, «Ψυχική καλλιέργεια», Εκδ. Μπίμπης
- Γ Παπαδιώτου-Αθανασίου Βασιλική, «Οικογένεια και όρια», Εκδ. Ελληνικά Γράμματα, 2000
- Γ Παπάνης Ευστράτιος, «Η αυτοεκτίμηση και η μέτρησή της», εκδ. Ατραπός, Αθήνα, 2004
- Γ Παπάνης Ευστράτιος, «Στατιστική Έρευνα», Εκδ. Σιδέρη, Αθήνα, 2006
- Γ Παπάνης Ευστράτιος, «Θέματα κοινωνιολογίας της εκπαίδευσης», εκδ. Δούκας ΑΒΕΕ, Μυτιλήνη, 2007
- Γ Παρασκευόπουλος Ι.Ν., «Εξελικτική Ψυχολογία, Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση», τόμος 1, Αθήνα, 1988
- Γ Παρασκευόπουλος Ι.Ν., «εξελικτική ψυχολογία», «Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση», τόμος 2, Αθήνα, 1988.
- Γ Ράπτης, Α. (2001), «Η αυτοεκτίμηση των μαθητών και ο ρόλος του εκπαιδευτικού στην ενίσχυσή της». Πρακτικά Πανελληνίου συνεδρίου
- Γ Τριλίβα Σοφία, "Ανακάλυψη, Αυτογνωσία, Αυτοκυριαρχία, Αυτοεκτίμηση" εκδ.: Πατάκη, Αθήνα, 2004.
- Γ Τσαρδάκη Δ., «Διαδικασίες κοινωνικοποίησης», Σκαραβαίος, Αθήνα, 1984
- Γ Φλουρής Γεώργιος Σ. «Αυτοαντίληψη, σχολική επίδοση και επίδραση γονέων». Εκδ. Γρηγόρη, 1989
- Γ Χαραλαμπίδης Β., «Η ανάπτυξη της προσωπικότητας, εφαρμογή επιστημονικών αρχών στην οικογενειακή και σχολική αγωγή», Gutenberg, Αθήνα, 1987

ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Γ Freud S Family romances G.W. VII 231 IX Hogarth Press, London, 1909
- Γ Freud S., On narcissism: an introduction In Collected Papers Vol IV Hogarth, London, 1914
- Γ Mahler M. «Thoughts about development and individuation Psychan. Study of Child», 1966
- Γ Adler A. «Η εξάσκηση ανά θεωρία της ατομικής ψυχολογίας», Ν. Υόρκη (1927)
- Γ Allport G.W. «Σχέδιο και ανάπτυξη της προσωπικότητας», Ν. Υόρκη (1961)

- r Armaou I. «Μερικές απόψεις της σχέσεις γονέα-παιδιού στην Ελλάδα», Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής, Αθήνα (1979)
- r Barker - Lunn J. «Κατεύθυνση στο δημοτικό σχολείο» (1970)
- r Bene E and Antony J. «Εγχειρίδιο για την παιδική έκδοση του τεστ οικογενειακής σχέσης» (1978)
- r Bowes A.J. «Σύγκριση της παιδικής έννοιας του εαυτού και οικογενειακής επικοινωνίας» (1963)
- r Bradshaw J., «Οικογένεια. Ένας νέος τρόπος δημιουργίας ακλόνητης Αυτοεκτίμησης», εκδ. Διόπτρα, Αθήνα, 2000
- r Castellan Y. «Η οικογένεια: από την ομάδα στο κύτταρο» (1980)
- r Christophe Andre «Η αυτοεκτίμηση» μτφ. Παραδέλη Μαρία Εκδ. Κέρδος, 2005
- r Coopersmith «Καταγραφή Αυτοεκτίμησης», Εκδόσεις του Κέντρου Εφαρμοσμένης Ψυχολογίας, Παρίσι (1984).
- r Cowan R., Altman H and Pysh F. «Μία μελέτη εγκυρότητας από επιλεγμένα εργαλεία αυτοέννοιας» (1978)
- r David P. «Ψυχανάλυση και η οικογένεια», Εκδόσεις A. Colin, Παρίσι (1976)
- r Fernandos LM. Michael W.B. and Smith R.A. (1978), «Η εγκυρότητα των τριών τύπων διαστάσεων της μέτρησης αυτοέννοιας», Educational and Psychological Measurement, 38, 537-545 (1978).
- r Freud S. «Το «εγώ» και η ταυτότητα», Λονδίνο (1923)
- r Freud S. «Η εξαφάνιση του Οιδιπόδειου συμπλέγματος. Η σεξουαλική ζωή», Εκδόσεις p.u.f. (1924)
- r Gecas V. Schwalbe M. «Πέρα από το καθρέπτη της κοινωνικής δομής και ικανότητας αυτοεκτίμησης» (1983)
- r Hall C. and Lindsay Q. «Θεωρίες της προσωπικότητας», Ν. Υόρκη (1965)
- r Horney K. «Καινούργιους τρόπους – μεθόδους στη Ψυχανάλυση», Ν Υόρκη (1966)
- r Huhlbauer. «Κοινωνικοποίηση, θεωρία-έρευνα», εκδ. Αφοί Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 1985
- r Herbert M., «Ψυχολογικά προβλήματα παιδικής ηλικίας», μτφ. Παρασκευόπουλος, εκδ. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 1989
- r Mackey Mathins, Fanning Patrick «Αυτοεκτίμηση: Το καλύτερο πρόγραμμα αυτοβοήθειας», Εκδ. Μπίμπης.
- r Μισέλ Α. «Κοινωνιολογία της οικογένειας και του γάμου», Εκδ. Gutenberg (1981)

ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

- <http://e-psychology.gr> 10\01\09
- <http://www.healthierworld.gr> 03\02\09
- [http:// e-papanis.blogspot.com](http://e-papanis.blogspot.com) και www.psyche.gr.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΑΡΞΗ ΣΩΣΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ

Ζωτική σημασία για την ψυχική υγεία του παιδιού έχει η ανάπτυξη της αυτοεικόνας του παιδιού, της αυτοεκτίμησής του. Οι εκδηλώσεις αγάπης και φροντίδας, η στάση των γονέων απέναντι στο παιδί καθώς μεγαλώνει είναι σημαντικές για την ανάδυση της αυτοεικόνας του. Η πρώτη σχέση του νηπίου με τους ανθρώπους του περιβάλλοντός του βάζει τα θεμέλια για τη διαμόρφωση της προσωπικότητάς του. Η ομαλή-υγιής προσαρμογή του παιδιού στο περιβάλλον του εξαρτάται από την επαρκή ικανοποίηση της ανάγκης του για αγάπη.

Τα παιδιά με θετική αυτοεικόνα έχουν κατά κανόνα τα ακόλουθα επιθυμητά χαρακτηριστικά: καλή προσαρμογή, έντονη περιέργεια, δημοτικότητα, χαμηλό βαθμό άγχους, ανεξαρτησία από την ομάδα και την ικανότητα να είναι αποτελεσματικά στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Τα παιδιά με χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορεί να υποφέρουν από άγχος που πιθανότατα οφείλεται στην ασταθή και συνεχώς μεταβαλλόμενη αυτοεικόνα τους. Μπορεί να παρουσιάζονται φαντασμένα στις εκτιμήσεις για τον εαυτό τους, ανώριμα και εξωπραγματικά, προσκολλημένα σε ορισμένες αντιλήψεις σχετικά με τον εαυτό τους. Η επίδοσή τους στο σχολείο ίσως είναι χαμηλότερη από τις πραγματικές δυνατότητες, και ίσως νιώθουν συναισθήματα μοναξιάς.

Σημαντική προϋπόθεση για την απόκτηση θετικής αυτοεκτίμησης είναι η ικανότητα του παιδιού να αντιλαμβάνεται πώς το βλέπουν οι άλλοι και να κάνει σύγκριση ανάμεσα στην αυτοεικόνα και στις προσδοκίες που πιστεύει ότι έχουν οι άλλοι γι' αυτό.

Η υψηλή αυτοεκτίμηση είναι ταυτόχρονα το πιο απαραίτητο εργαλείο και το σημαντικότερο δώρο που μπορούν να δώσουν οι γονείς στα παιδιά τους, ίσως ακόμη πιο σημαντικό κι από μια καλή ακαδημαϊκή μόρφωση. Χωρίς αυτοεκτίμηση, ακόμη κι η καλύτερη σχολική εκπαίδευση, δεν θα αποδώσει καρπούς.

Η αυτοεκτίμηση είναι ένα σημαντικότερο ψυχικό εφόδιο που θα συνοδεύσει το παιδί σε όλη του τη ζωή και ίσως το πιο σημαντικό συστατικό της ευτυχίας. Η αγάπη που έχουν για τον εαυτό τους θα επηρεάσει το αν θα επιλέξουν να κάνουν μια δουλειά που αγαπούν, το αν θα παντρευτούν κάποιον που τους φέρεται σωστά, το αν θα φροντίσουν τα παιδιά τους αργότερα, το αν θα κάνουν κατάχρηση βλαβερών για την υγεία τους ουσιών, το αν θα κερδίσουν χρήματα με την αξία τους, το αν θα είναι ευτυχισμένα, ακόμη και το αν θα παρουσιάσουν ψυχοσωματικές ασθένειες. Η αυτοεκτίμηση του παιδιού βάλλεται από οποιαδήποτε μορφή κακοποίησης, αλλά και από την απλή, καθημερινή κριτική, τα λόγια εκείνα που λέμε μέσα στα νεύρα μας, χωρίς να το πολυσκεφτόμαστε. Τα ίδια τα παιδιά όμως μπορούν να κάνουν αρκετά πράγματα για να προστατεύσουν τους εαυτούς τους από όλα τα είδη κακοποίησης, αρκεί να τα έχουν διδαχθεί. Σκεφτείτε λοιπόν, είτε είστε γονείς είτε εκπαιδευτικοί είτε νοσηλευτές είτε συγγενείς είτε εθελοντές, **ότι η εκπαίδευση στην αυτοεκτίμηση, μέσω παραδείγματος και διδασκαλίας, είναι ίσως το μεγαλύτερο δώρο που μπορείτε να κάνετε σε ένα παιδί.** Τρόποι για να δώσετε την αυτοεκτίμηση στα παιδιά:

1. Επαινείτε το παιδί για το παραμικρό καλό που κάνει! Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΙΜΑΙ ΙΚΑΝΟΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΣ! ΜΠΟΡΩ!»
2. Ακούστε το παιδί σας προσεκτικά και συζητήστε μαζί του. Κάντε του ανοιχτές ερωτήσεις, όπως «πώς πέρασες στο σχολείο;». Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΑΥΤΑ ΠΟΥ ΝΙΩΘΩ ΚΑΙ ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ! ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΜΕ ΑΚΟΥΝ!»
3. Αφιερώστε «ποιοτικό χρόνο» στο παιδί σας, όπου η προσοχή σας είναι αδιάσπαστα αφιερωμένη σ' αυτό. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΜΟΥ ΑΞΙΖΕΙ ΝΑ ΜΕ ΠΡΟΣΕΧΟΥΝ! ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΜΕΝΑ!»
4. Οι αγκαλιές, η ζεστασιά, τα χαϊδευτικά ονόματα είναι πολύ σημαντικά για να νιώσει το παιδί σας ότι είναι καλοδεχούμενο κι ότι το αγαπούν. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΜΕ ΘΕΛΟΥΝ ΓΙΑ ΠΑΡΕΑ! Ο ΚΟΣΜΟΣ ΜΕ ΣΥΜΠΑΘΕΙ!»
5. Αποδεχτείτε το παιδί σας όπως είναι, με τις μοναδικές του ικανότητες, τα δικά του ταλέντα, τις δικές του προτιμήσεις. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΙΜΑΙ ΜΟΝΑΔΙΚΟΣ! ΕΙΜΑΙ ΚΑΛΟΣ ΕΤΣΙ ΟΠΩΣ ΕΙΜΑΙ!»
6. Προσφέρετε αγάπη δίχως όρους: Η αγάπη πρέπει να προσφέρεται στο παιδί γι' αυτό που είναι κι όχι για αυτά που κάνει. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΙΜΑΙ ΑΞΙΑΓΑΠΗΤΟΣ!»

7. Πειθαρχία. Η επιβολή κανόνων, ορίων και λογικών ποινών στο παιδί (αφαίρεση προνομίων, χωρίς ξύλο ή εξευτελισμούς) αυξάνει την αυτοεκτίμησή του. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΜΟΥ ΑΞΙΖΕΙ ΑΓΑΠΗ, ΑΚΟΜΗ ΚΙ ΟΤΑΝ ΚΑΝΩ ΛΑΘΗ!»
8. ΠΟΤΕ μην προσβάλλετε το παιδί μπροστά σε άλλους και ποτέ μην το αποκαλείτε με υποτιμητικά ονόματα. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΝΩ ΚΑΛΑ ΣΤΗ ΖΩΗ!»
9. Υπομονή. Το παιδί χρειάζεται τον χρόνο του για να μάθει. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΤΟ ΝΑ ΚΑΝΩ ΛΑΘΗ ΕΙΝΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟ! ΕΤΣΙ ΜΑΘΑΙΝΩ ΚΑΙ ΠΡΟΟΔΕΥΩ!»
10. Δώστε στο παιδί σας ευκαιρίες να αναλάβει πρωτοβουλίες και ευθύνη, να δημιουργήσει μόνο του, δώστε του την ευκαιρία να πετύχει! Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΩ! ΕΧΩ ΘΑΡΡΟΣ!»
11. Ενθαρρύνετε υγιεινή ζωή, με καθαριότητα, άσκηση και σωστή διατροφή. Βοηθήστε το να ντύνεται με τρόπο που να νιώθει ελκυστικό, ώστε να έχει θετική εικόνα για την εμφάνισή του. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΙΜΑΙ ΟΜΟΡΦΟΣ!»
12. Μη μεταχειρίζεστε τα αδέρφια με διακρίσεις και μη συγκρίνετε το ένα παιδί με το άλλο. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΓΙΝΩ ΣΑΝ ΚΑΠΟΙΟΝ ΑΛΛΟΝ, ΑΛΛΑ ΝΑ ΓΙΝΩ Ο ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ!»
13. Μην τρομάζετε το παιδί με καταστροφικά σενάρια για το μέλλον! Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΙΜΑΙ ΑΣΦΑΛΗΣ! ΕΧΩ ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ!»
14. Φροντίστε να έχει κοινωνική ζωή και διασκέδαση και φίλους που του φέρονται καλά. Διδάξτε το να λέει συνέχεια στον εαυτό του: «ΕΧΩ ΚΑΛΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΛΛΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΘΕΛΟΥΝ!» (ΒΙΚΤΩΡΙΑ ΠΡΕΚΑΤΕ, εκπαιδευτικός, ψυχολόγος ΕΛΕΥΘΕΡΟΤΥΠΙΑ – 09/12/2008).

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΑΡΞΗ ΣΩΣΤΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Οι γονείς που τώρα ξεκινούν με ένα μωρό, ας προσέξουν τις επόμενες παραγράφους, που θα τους βοηθήσουν να δημιουργήσουν περισσότερες ευκαιρίες για να αναπτυχθεί η αυτοεκτίμησή του.

1. Οι γονείς θα πρέπει να συνειδητοποιήσουν τον τρόπο με τον οποίο πιάνουν το μωρό. Όταν πιάνουν το παιδί τους ας σκεφτούν τι μαθαίνει το παιδί τους. Είναι το πιάσιμο σκληρό, απαλό, ψυχρο, αδύνατο, γεμάτο αγάπη, φόβο, άγχος; Πές στο παιδί σου τι αισθάνεσαι
2. Οι γονείς θα πρέπει να μάθουν να συνειδητοποιούν τις εκφράσεις των ματιών τους. Και να παραδεχτούν: «Είμαι θυμωμένος», «φοβάμαι», «είμαι ευτυχισμένος» και τα λοιπά. Το σημαντικό είναι να δοθεί στο παιδί τους άμεση συναισθηματική πληροφόρηση από αυτούς για αυτούς.
3. Τα πολύ μικρά παιδιά έχουν τη τάση να πιστεύουν ότι όλα γύρω τους συμβαίνουν εξαιτίας τους, τόσο τα καλά όσο και τα άσχημα περιστατικά. Ένα σημαντικό μέρος της εκμάθησής του αυτοσεβασμού αποτελεί ο σαφής διαχωρισμός των περιστατικών που σχετίζονται με το παιδί από εκείνα που αφορούν κάποιον άλλον. Όταν οι γονείς μιλούν στο παιδί τους, θα πρέπει να καθορίζουν επακριβώς σε ποιον αναφέρονται οι αντωνυμίες που χρησιμοποιούν. Για παράδειγμα μία μητέρα που έχει θυμώσει με τη συμπεριφορά ενός από τα παιδιά της, μπορεί να πει: «Εσείς τα παιδιά ποτέ δεν με ακούτε όταν σας μιλάω!». Αυτή τη φράση την ακούνε και την πιστεύουν όλα τα παιδιά που τυχαίνει να είναι μπροστά, παρόλο που το μήνυμά της απευθύνεται ειδικά σε ένα.

Ακόμα οι γονείς πρέπει να υποστηρίξουν την ικανότητα και την ελευθερία των παιδιών να σχολιάζουν και να μετράνε, ώστε το κάθε άτομο να μπορεί να πιστοποιήσει τι συμβαίνει.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΙΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ

Το πρόγραμμα ξεκίνησε να σχεδιάζεται το 1967 με βάση τις έρευνες του Dr Stanley Coopersmith, ενός πρωτοπόρου στο θέμα. Σχεδιάστηκε από το προσωπικό του σχολείου Mt Diablo στην Καλιφόρνια και λόγω της αποτελεσματικότητάς του, το σχολείο αποτέλεσε πρότυπο και κέντρο εκπαίδευσης για δύο πανεπιστήμια της Καλιφόρνια. Το 1976 οι πιο αποτελεσματικές δραστηριότητες συγκεντρώθηκαν και εκδόθηκαν σε ένα εγχειρίδιο που χρηματοδοτήθηκε από τοπική Οργάνωση Πρόληψης της Χρήσης Ναρκωτικών. Με τις συνεχείς επιτυχημένες εφαρμογές του, το πρόγραμμα προκάλεσε το ενδιαφέρον του εκδοτικού οίκου Consulting Psychologists Press, ο οποίος το εξέδωσε τελικά το 1982. Μετά από συνεχείς βελτιώσεις, κατέληξε στη σημερινή του μορφή με την έκδοσή του από τον Reasoner το 1992.

Από τότε το πρόγραμμα έχει εφαρμοστεί εκτενώς σε όλες τις Ηνωμένες Πολιτείες με αποδεδειγμένη επιτυχία. Μια τριετής (1984-1987) πειραματική έρευνα (Reasoner, 1988) σε έξι σχολεία τριών διαφορετικών περιοχών, που περιελάμβανε τη συμμετοχή 3.000 μαθητών, διενεργήθηκε για να διαπιστώσει τα αποτελέσματα της εφαρμογής του προγράμματος πάνω στην αυτοεκτίμηση μαθητών και εκπαιδευτικών και στη γενική τους συμπεριφορά. Σημαντικές βελτιώσεις παρατηρήθηκαν στη σχολική αυτοεκτίμηση των μαθητών και των τριών πειραματικών σχολείων, ακόμη και από το πρώτο έτος με συνεχή βελτίωση τα επόμενα χρόνια. Οι μαθητές είχαν αυξημένη συνείδηση του σχολικού περιβάλλοντος, έπαιρναν περισσότερες πρωτοβουλίες στην τάξη, ένιωθαν καλύτερα με τον εαυτό τους, συμμετείχαν περισσότερο σε ομαδικές δραστηριότητες, είχαν περισσότερα κίνητρα και λιγότερα προβλήματα πειθαρχίας από τους μαθητές των τριών σχολείων ελέγχου. Ένα άλλο σημαντικό εύρημα ήταν η αξιοσημείωτη διαφορά στη συμπεριφορά των εκπαιδευτικών των τριών πειραματικών σχολείων. Εκτιμούσαν θετικότερα το σχολείο τους και τη σχέση τους με τους συναδέλφους, εμπιστεύονταν περισσότερο τις διοικητικές υπηρεσίες, επεδείκνυαν αμοιβαία υποστήριξη και μεγαλύτερη συνεργασία, ένιωθαν ικανότεροι ως δάσκαλοι και έπαιρναν μεγαλύτερη ικανοποίηση από την καριέρα τους.

Μέχρι σήμερα πολλά σχολεία που έχουν εφαρμόσει αυτό το πρόγραμμα στις Ηνωμένες Πολιτείες έχουν διακριθεί σε διάφορους τομείς, είτε σε επίπεδο πολιτείας είτε σε ομοσπονδιακό επίπεδο. (Δρ Βίκυ Σίμου, Ψυχολόγος, 2008).

Ένας συνδυασμός προσεγγίσεων φαίνεται να αποτελεί την καλύτερη προσέγγιση στο θέμα της ανάπτυξης της αυτοεκτίμησης των παιδιών. Οι προσεγγίσεις που αξιοποιούνται κατά την εφαρμογή του προγράμματος μπορούν να χωριστούν σε πέντε κατηγορίες ανάλογα με το πού εστιάζεται η κάθε μία.

1. Γνωστική προσέγγιση: Εστιάζει κυρίως στις στάσεις των μαθητών, στο πώς βλέπουν τον κόσμο και στις εμπειρίες τους. Οι μαθητές ενθαρρύνονται να έχουν περισσότερη επίγνωση του πώς σκέφτονται, πώς βιώνουν τις εμπειρίες τους και μετά να αποφασίζουν πώς θέλουν να τις διαχειριστούν.
2. Συμπεριφοριστική προσέγγιση: Διδάσκει στους μαθητές νέους τρόπους συμπεριφοράς που θα έχουν ως αποτέλεσμα τη θετική ανταπόκριση των άλλων. Τέτοιες συμπεριφορές είναι π.χ. πώς να χαιρετούν δια χειραψίας, πώς να απευθύνουν χαιρετισμούς και πώς να εκφράζονται μέσα από τη γλώσσα του σώματος, το ντύσιμο και άλλους τρόπους.
3. Εμπειρική προσέγγιση: Βοηθά τους μαθητές να δομήσουν εμπειρίες που θεωρούνται θετικές. Τέτοιες εμπειρίες μπορεί να είναι π.χ. να χαιρετούν ο ένας τον άλλο, να μιλάνε για τα δυνατά τους σημεία και να συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες που τους αφήνουν με θετικά συναισθήματα.
4. Προσέγγιση της ανάπτυξης δεξιοτήτων: Το υλικό παρέχει μια σειρά από δομημένες δραστηριότητες σχεδιασμένες για να χτίσουν συγκεκριμένες λειτουργικές δεξιότητες. Συνήθως περιλαμβάνουν δεξιότητες επικοινωνίας, στοχοθεσίας, λήψης αποφάσεων και μελέτης. Η υπόθεση που γίνεται είναι ότι αναπτύσσοντας συγκεκριμένες δεξιότητες, οι μαθητές θα μπορούν να λειτουργούν πιο αποτελεσματικά και κατά συνέπεια θα αυξηθεί η αυτοεκτίμησή τους.
5. Περιβαλλοντική προσέγγιση: Αναγνωρίζει ότι υπάρχουν πολλαπλοί παράγοντες που επηρεάζουν το πώς νιώθουν οι μαθητές για τον εαυτό τους στο σχολικό περιβάλλον. Τέτοιοι παράγοντες περιλαμβάνουν το πώς ομαδοποιούνται οι μαθητές, πώς βαθμολογούνται, πώς πειθαρχούν και πώς συμμετέχουν, καθώς και το πώς σχετίζονται με τους δασκάλους και τους συμμαθητές τους. Πρόκειται για μια πιο ολοκληρωμένη συστηματική προσέγγιση, που όχι μόνο δημιουργεί ένα θετικό περιβάλλον, αλλά επίσης χτίζει την αυτο-κατανόηση, τις δεξιότητες και τις στάσεις που επιτρέπουν στους μαθητές να εσωτερικεύσουν την πηγή της αυτοεκτίμησης και να βασίζονται λιγότερο σε εξωτερικούς παράγοντες.

Το πρόγραμμα είναι βασισμένο στις ακόλουθες δραστηριότητες:

Οι σπίθες

Οι σπίθες ήταν η βασική δραστηριότητα του προγράμματος, με την οποία ξεκινούσε κάθε συνάντηση. Πρόκειται για απλά χαρτάκια κομμένα συνήθως σε σχήμα ήλιου.

Σκοπός της δραστηριότητας ήταν να μάθουν τα παιδιά:

- Γ να εκφράζονται με θετικό τρόπο
- Γ να κάνουν φιλοφρονήσεις
- Γ να δέχονται φιλοφρονήσεις
- Γ να μην νιώθουν αμηχανία όταν επαινούνται δημόσια
- Γ να απορρίπτουν τα αρνητικά σχόλια
- Γ να μειώσουν τις αρνητικές κρίσεις
- Γ να βρίσκουν θετικές πλευρές σε κάθε συμμαθητή τους
- Γ να θεωρούν ότι οι θετικές κρίσεις είναι ευχάριστες και γι' αυτόν που τις προσφέρει και γι' αυτόν που τις δέχεται

Διαδικασία:

Οι σπίθες βρίσκονταν σε ειδικό κουτί. Σε ένα άλλο κουτί ήταν οι κλήροι με τα ονόματα των παιδιών. Με την περιστροφή ενός μολυβιού στο πάτωμα υποδεικνυόταν το παιδί που θα τραβούσε τον κλήρο. Ο κλήρος αποφάσιζε για το ποιο παιδί θα έπαιρνε τις σπίθες της ημέρας.

Το παιδί αυτό σηκωνόταν και έπαιρνε το κουτί με τις σπίθες και «κερνούσε» τους συμμαθητές του από μία. Τα παιδιά έγραφαν πάνω στη σπίθα ένα θετικό σχόλιο για τον τυχερό συμμαθητή τους. Μπορούσαν να το κάνουν αυτό ανώνυμα, αλλά η προτροπή ήταν να υπογράφουν το σχόλιό τους. Εκείνος μετά συγκέντρωνε τις σπίθες και τις διάβαζε μία-μία δυνατά. Εάν κάποια από αυτές περιείχε αρνητικό σχόλιο, την ονομάζαμε «αγκάθι» και την πετάγαμε στο καλάθι των αχρήστων. Οι σπίθες μετά έμπαιναν σε ένα φάκελο που το παιδί έπαιρνε στο σπίτι με την προτροπή να τις δείξει στους γονείς του και σε όποιον άλλον ήθελε και μετά να τις φυλάξει για τον εαυτό του.

Παρατηρήσεις:

Η δραστηριότητα αυτή προκάλεσε μεγάλη αμηχανία στην αρχή. Επειδή η ελληνική κουλτούρα δεν ενθαρρύνει την ανταλλαγή φιλοφρονήσεων, ενώ αντιθέτως διδάσκει τη συ-

στολή απέναντι στον έπαινο, τα παιδιά είχαν μεγάλη δυσκολία στο να υιοθετήσουν τη συμπεριφορά που εμπλέκετο στη δραστηριότητα.

Στην αρχή είχαν δυσκολία ακόμη και στο να βρουν κάποιο θετικό σχόλιο να κάνουν. Χρειάστηκε να τους δώσω κάποια απλά παραδείγματα, τα οποία επαναλάμβαναν συνεχώς, όπως π.χ. «έχεις ωραία μαλλιά», «μου αρέσουν τα παπούτσια σου» κτλ., και από αυτή την άποψη ήταν άτυχα τα παιδιά που πήραν σπίθες στις πρώτες συναντήσεις. Με την πάροδο του χρόνου τα σχόλια πλήθαιναν, ήταν αποτέλεσμα φαντασίας και έντονης συναισθηματικής εκδήλωσης, και περιείχαν αυθόρμητες εκδηλώσεις με αποκορύφωμα το «Σε ευχαριστώ που με αφήνεις να σε βοηθάω» από ένα παιδί προς το συμμαθητή του που ήταν παιδί με ειδικές ανάγκες.

Στις πρώτες συναντήσεις βρέθηκαν αρκετά «αγκάθια» μέσα στις σπίθες, που προκαλούσαν ντροπή στο παιδί που τα δεχόταν. Αποφασίζαμε επί τόπου πως δεν χρειαζόμαστε αγκάθια στη ζωή μας, τα πετούσαμε επιδεικτικά στο καλάθι των αχρήστων και από κει και πέρα τα αγνοούσαμε. Τα αγκάθια λιγόστευαν με κάθε συνάντηση μέχρι που εξαφανίστηκαν εντελώς, είτε γιατί δεν είχαν την απήχηση που επιδίωκε ο «δράστης» είτε γιατί πράγματι τα παιδιά ένιωσαν πως τα θετικά σχόλια είχαν περισσότερη πλάκα.

Κάποιες από τις σπίθες είχαν γραμμένο πάνω «Σ' αγαπώ», τις οποίες απέφυγα να βάλω στο κουτί γνωρίζοντας ότι θα προκαλούσαν γέλια και δυσκολία. Όταν κάποια παιδιά πήραν κατά λάθος τέτοιες σπίθες, πράγματι το αποτέλεσμα ήταν γέλια και αμηχανία. Αργότερα όμως είχαν ήδη συνηθίσει την έκφραση θετικών συναισθημάτων και μάλλον ενθουσιάστηκαν τόσο που έψαχναν μέσα στο κουτί για να τις βρουν και όταν δεν έβρισκαν έγραφαν «Σ' αγαπώ» μόνα τους.

Ενώ οι οδηγίες ήταν να παίρνει κάθε παιδί από μία σπίθα, με τον καιρό είχαν τόσα πολλά να πουν που έπαιρναν μια χούφτα σπίθες και επειδή αυτό έπαιρνε πολύ χρόνο, χρειάστηκε να τα αποτρέψω από το να παίρνουν πάνω από τρεις, με αποτέλεσμα κάποια παιδιά να «κλέβουν» σπίθες από το κουτί. Και πάλι, τα παιδιά που πήραν σπίθες στις τελευταίες συναντήσεις ήταν πιο τυχερά, με την έννοια ότι πήραν περισσότερες σπίθες και με πιο ευφάνταστα και συναισθηματικά φορτισμένα σχόλια.

Αποτέλεσμα:

Η δραστηριότητα σημείωσε μεγάλη επιτυχία. Κάθε παιδί ανυπομονούσε να έρθει η σειρά του για να πάρει σπίθες και επίσης κάθε παιδί ανυπομονούσε να γράψει κάτι θετικό για το συμμαθητή του. Συνήθισαν την ανταλλαγή φιλοφρονήσεων και επέκτειναν αυτή τη συμπεριφορά και εκτός συναντήσεων. Έμαθαν να εντοπίζουν αμέσως και να απορρίπτουν τις αρνητικές κρίσεις και έγιναν πιο διεκδικητικά σε αυτό που είχαν αποφασίσει ότι τα ωφελεί σε λεκτικό επίπεδο. Στο τέλος θεωρούσαν πολύ φυσιολογικό να κάνουν θετικά σχόλια για τον άλλο.

Ο θάμνος

Ο θάμνος αποτελεί τεχνική για το σχηματισμό ομάδων και έτσι χρησιμοποιήθηκε στην αρχή. Επειδή όμως αμέσως έγινε η πλέον αγαπημένη δραστηριότητα για τα παιδιά, την εφαρμόζαμε απλά και μόνο για την απόλαυση των παιδιών.

Σκοπός της δραστηριότητας, πέρα από το σχηματισμό ομάδων, ήταν να μάθουν τα παιδιά:

- Γ να μπαίνουν σε παρέες
- Γ να αλλάζουν τις παρέες τους ευέλικτα
- Γ να αποδέχονται την παρέα και τους κανόνες της ακόμη κι αν ένιωθαν ότι η συγκεκριμένη παρέα δεν τα εκφράζει απόλυτα
- Γ να διεκδικούν φίλους
- Γ να επιδιώκουν την παρέα αντί για τη μοναξιά
- Γ να δίνουν και να παίρνουν αγκαλιές
- Γ να αποδέχονται τη μικτή παρέα (αγόρια – κορίτσια)
- Γ να μην ντρέπονται όταν αγκαλιάζουν άτομα του αντίθετου φύλου

Διαδικασία:

Τα παιδιά όρθια άρχιζαν να περπατάνε άτακτα γύρω στην αίθουσα. Η προτροπή ήταν να περπατάνε γρήγορα για να διασκορπίζονται τυχαία. Σε κάποια στιγμή φώναζα τη λέξη «θάμνος» και έναν αριθμό, π.χ. «θάμνος 4». Τα παιδιά αμέσως έπρεπε να σχηματίσουν ομάδες των τεσσάρων ατόμων αγκαλιάζοντας τα άτομα που βρίσκονταν κοντά τους. Τα παιδιά που έμεναν τελευταία, δηλαδή, δεν έβρισαν άλλους τρεις για να σχηματίσουν το θάμνο 4, έχαναν. Επειδή όμως το χάσιμο δεν έπρεπε να αποτελέσει την τελευταία εμπειρία, αυτό επαναλαμβανόταν δυο-τρεις φορές με διαφορετικό αριθμό κάθε φορά, φροντίζοντας ώστε την

τελευταία φορά να έχουν σχηματιστεί οι ομάδες του μεγέθους που χρειαζόμαστε ώστε να μην υπάρχουν παιδιά εκτός ομάδας.

Παρατηρήσεις:

Τα παιδιά απολάμβαναν αυτή τη δραστηριότητα και ζητούσαν να παίξουμε το θάμνο, ακόμα κι όταν δεν χρειαζόταν να σχηματίσουμε ομάδες για κάποια άλλη δραστηριότητα.

Στην αρχή φρόντιζαν να περπατάνε δίπλα στους φίλους τους ώστε να σχηματίσουν τις ομάδες που ήθελαν. Συνειδητοποίησαν όμως ότι το σημαντικό ήταν να σχηματιστεί η σωστή ομάδα για να μην χάσουν και έτσι αδιαφορούσαν για το ποια θα ήταν τα μέλη της.

Κατά τον ίδιο τρόπο, στην αρχή δυσκολευόντουσαν να αγκαλιάσουν παιδιά του αντίθετου φύλου, αλλά γρήγορα έπαψε και αυτό να αποτελεί πρόβλημα.

Επίσης, συνέβαινε κάποια παιδιά να εκδηλώνουν αποστροφή όταν μέσα στην ομάδα τους υπήρχαν μη δημοφιλή παιδιά, πράγμα που σύντομα έπαψε να έχει σημασία και πλέον υπήρχε αποδοχή.

Ενδεικτικό ήταν το επεισόδιο μεταξύ δύο παιδιών, που είχαν μαλώσει βίαια κατά τη διάρκεια του διαλείμματος και, ενώ ακόμη δεν είχαν συμφιλιωθεί, αγκαλιάστηκαν για να σχηματίσουν θάμνο 2.

Αποτέλεσμα:

Ο θάμνος αποτέλεσε την πιο αγαπημένη δραστηριότητα των παιδιών. Την επιζητούσαν σε κάθε συνάντηση και έγινε και ένα από τα συνηθισμένα τους παιχνίδια στα διαλείμματα.

Ο σχηματισμός της ομάδας έγινε σημαντικός σκοπός, πέρα από συμπάθειες και αντιπάθειες ή διαφορές φύλου.

Τα παιδιά έμαθαν να διεκδικούν μια θέση στην ομάδα και αγωνίζονταν γι' αυτό. Η εμπειρία του να μένουν εκτός ομάδας κάποιες φορές τα οδηγούσε σε μεγαλύτερη διεκδικητικότητα κατόπιν.

Οι παρέες των παιδιών εκτός συναντήσεων απέκτησαν ποικιλομορφία, περισσότεροι φίλοι, μεγαλύτερη συμμετοχή σε ομαδικά παιχνίδια. Χαρακτηριστικά, μία μητέρα ανέφερε ότι το παιδί της για πρώτη φορά ζήτησε να κάνει πάρτι για όλους τους συμμαθητές του στα γενέθλιά του.

Το πρόσωπο της ημέρας

Αυτή η δραστηριότητα εφαρμόστηκε μόνο μία φορά σε κάθε τμήμα.

Ο σκοπός της δραστηριότητας ήταν παρόμοιος με αυτό που επιδιώκαμε με τις σπίθες. Δηλαδή, επιδιώκαμε να μάθουν τα παιδιά:

- να κάνουν και να δέχονται φιλοφρονήσεις προφορικά και κατά πρόσωπο
- να μην νιώθουν αμηχανία όταν ακούν επαίνους
- να γίνονται το επίκεντρο και να το απολαμβάνουν

Διαδικασία:

Ένα παιδί επιλέγεται εκ των προτέρων για να αναδειχθεί σε πρόσωπο της ημέρας. Η επιλογή έγινε τυχαία (στην συγκεκριμένη εφαρμογή, ήταν το πρώτο παιδί που μπήκε στο γραφείο των δασκάλων το προηγούμενο διάλειμμα).

Το παιδί ενημερώθηκε ότι θα είναι το πρόσωπο της ημέρας, αλλά θα πρέπει να το κρατήσει μυστικό από όλους και να ακολουθήσει απλά τις οδηγίες που θα δοθούν μέσα στην τάξη.

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης τα παιδιά ενημερώθηκαν ότι κάποιος ανάμεσά τους είναι το πρόσωπο της ημέρας, το οποίο θα αποκαλυφθεί όταν συγκεντρώσει πέντε φιλοφρονήσεις από τους συμμαθητές τους.

Στη συνέχεια τα παιδιά περιφέρθηκαν στην τάξη πλησιάζοντας τους συμμαθητές τους και κάνοντας θετικά σχόλια στον καθένα.

Όταν το συγκεκριμένο παιδί είχε ακούσει πέντε φιλοφρονήσεις, μας αποκαλύφθηκε και επανέλαβε τα σχόλια που άκουσε. Η ομάδα τον χειροκρότησε και αυθόρμητα στη μία περίπτωση – αυτή του παιδιού με ειδικές ανάγκες – τον σήκωσαν ψηλά.

Παρατηρήσεις:

Το παιδί που έτυχε να είναι το πρόσωπο της ημέρας ένιωθε ευτυχισμένο. Τα υπόλοιπα παιδιά απόλαυσαν τη διαδικασία και έδειξαν περιέργεια και αγωνία για την αποκάλυψη.

Εκφράστηκαν κάποιες απορίες ή και διαμαρτυρίες για το ότι άλλα παιδιά είχαν δεχτεί περισσότερες από πέντε φιλοφρονήσεις, οπότε χρειάστηκε να επαναλάβω τη διαδικασία του παιχνιδιού για να μην θεωρηθεί ότι διαπράχθηκε αδικία.

Όλα τα παιδιά συμφώνησαν ότι είχαν χορτάσει «καλά λόγια» και επίσης είχαν χαρεί με τη χαρά του συμμαθητή τους.

Κανένα παιδί δεν ανέφερε αμηχανία, δυσκολία, ή αγκάθια.

Αποτέλεσμα:

Όλα τα παιδιά ανεξαιρέτως είχαν την ευκαιρία να πάρουν και να κάνουν φιλοφρονήσεις.

Οι φιλοφρονήσεις έγιναν άμεσα, κατά πρόσωπο, και όχι γραπτά όπως στις σπίθες. Παρόλα αυτά δεν παρατηρήθηκε καμία δυσκολία, ίσως γιατί υπήρχε η προηγούμενη παρόμοια εμπειρία από τις σπίθες.

Τα θετικά σχόλια έγιναν με μεγάλη προθυμία και ταχύτητα και με μια διάθεση συναγωνισμού.

Δεν παρατηρήθηκαν αγκάθια.

Γράμματα

Τα γράμματα αποτελούσαν μια μόνιμη δυνατότητα που μπορούσαν να αξιοποιήσουν τα παιδιά.

Σκοπός της δραστηριότητας ήταν:

- Να έχουν τα παιδιά εναλλακτικούς τρόπους επικοινωνίας μεταξύ τους.
- Να εκφράσουν πράγματα που δεν θα τολμούσαν να τα εκφράσουν φανερά ή δημόσια.
- Να έρθουν σε επαφή με τα «μυστικά» τους και να νιώσουν ασφάλεια ότι θα γίνουν σεβαστά με εχεμύθεια.

Διαδικασία:

Σε κάθε συνάντηση τα παιδιά μπορούσαν να γράψουν γράμμα σε κάποιον όποτε ένιωθαν την ανάγκη αυτή και να του το δώσουν.

Πάνω στο τραπέζι υπήρχαν έντυπα με τον τίτλο «ένα γράμμα για σένα», τα οποία μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν τα παιδιά οποιαδήποτε στιγμή κατά τη διάρκεια της συνάντησης. Δεν χρειάζονταν να πάρουν άδεια για να γράψουν γράμμα και το έδιναν μόνα τους στον παραλήπτη.

Παρατηρήσεις:

Η προθυμία για να γράψουν γράμματα μεγάλωνε με τον καιρό.

Τα πρώτα γράμματα προορίζονταν αποκλειστικά για τους υπεύθυνους του προγράμματος και ήταν γεμάτα κολακευτικά σχόλια. Δηλαδή, δεν ήταν διαφορετικά από τα σημειώματα που συνήθως δίνουν τα παιδιά στους δασκάλους τους, π.χ. «κυρία, είστε πολύ ωραία», «κύριε, σας αγαπώ πολύ» κτλ.

Σιγά-σιγά τα γράμματα έγιναν πιο προσωπικά. Τα παιδιά αναφέρονταν σε πρόσφατα επεισόδια που είχαν συμβεί και ζητούσαν συμβουλές, σε προβλήματα σχέσεων με τους συμμαθητές τους, ακόμη και με την οικογένειά τους. Απαντούσαμε σε όλα προσωπικά, ανταποδίδαμε τις φιλοφρονήσεις και το ενδιαφέρον αποφεύγοντας να δίνουμε συγκεκριμένες συμβουλές.

Κατόπιν άρχισαν να γράφουν γράμματα προς τους συμμαθητές τους. Αρχικά τα έδιναν σε εμάς για να τα μεταβιβάσουμε, με την παράκληση να τα διαβάσουμε πρώτα και να πούμε τη γνώμη μας, αλλά σύντομα ένιωσαν τη σιγουριά ότι μπορούν να επικοινωνούν μεταξύ τους χωρίς διαμεσολάβηση.

Το ένα τμήμα έτυχε να μιλήσει με περηφάνια για κάποια χειροτεχνήματα που είχαν κάνει με τη δασκάλα της τάξης τους (συγκεκριμένα, την κατασκευή μιας μακέτας προϊστορικού χωριού) και τους έγινε η πρόταση να γράψουν όλα από ένα γράμμα για τη δασκάλα τους, την οποία και αποδέχθηκαν με χαρά. Τα γράμματα δόθηκαν στη δασκάλα και εκείνη ανταποκρίθηκε απαντώντας στον καθένα ξεχωριστά χρησιμοποιώντας τα έντυπα του προγράμματος.

Ελάχιστα παιδιά έγραψαν γράμματα στους γονείς τους και τα έδωσαν μόνα τους, άλλοτε δίνοντάς τα σε μας για να τα διαβάσουμε πρώτα κι άλλοτε όχι.

Αποτέλεσμα:

Τα παιδιά συνειδητοποίησαν ότι υπάρχουν πολλοί τρόποι επικοινωνίας.

Συνειδητοποίησαν ότι υπάρχουν πράγματα που, ενώ δεν μπορούμε να τα μοιραστούμε προφορικά, μπορούμε να τα μοιραστούμε γραπτά.

Ένωσαν ότι υπάρχουν άτομα στα οποία μπορούν να εμπιστευτούν τα μυστικά τους.

Ένωσαν ότι είναι τιμή να τους εμπιστεύεται κάποιος τα μυστικά του.

Ένωσαν την υποχρέωση να τηρήσουν τους κανόνες της εχεμύθειας και ότι επρόκειτο για μια αμοιβαία συμφωνία.

Γνωρίζω τους συμμαθητές μου

Αυτή η δραστηριότητα βασίστηκε σε γραπτό ερωτηματολόγιο, αλλά δεν αφορούσε το κομμάτι «Γράφουμε και συζητάμε».

Σκοπός της ήταν να μιλήσει κάθε παιδί με όσο το δυνατόν περισσότερους συμμαθητές, είτε είναι φίλοι είτε όχι.

Διαδικασία:

Σε κάθε παιδί δόθηκε ένα έντυπο ερωτηματολόγιο με τίτλο «Γνωρίζω τους συμμαθητές μου» και με οδηγίες «Βρείτε κάποιον που...». Ακολουθούν 20 προτάσεις του τύπου «...έχει δύο αδελφές», «...έχει ένα μπλε ποδήλατο» κτλ. Δίπλα σε κάθε πρόταση υπάρχει κενό που πρέπει να συμπληρωθεί με το όνομα του παιδιού για το οποίο ισχύει η συγκεκριμένη πρόταση.

Τα παιδιά σηκώνονται όρθια και με το έντυπο στο χέρι πηγαίνουν από συμμαθητή σε συμμαθητή και ρωτούν αν ισχύει για αυτόν η κάθε πρόταση.

Η δραστηριότητα τελειώνει όταν συμπληρωθούν όλα τα κενά με ονόματα παιδιών.

Παρατηρήσεις:

Τα παιδιά απόλαυσαν τη διαδικασία παρόλο που δεν είχε μορφή παιχνιδιού ή στοιχεία συναγωνισμού, ούτε φαινόταν να καταλήγει σε κάποια συζήτηση.

Έδειξαν φανατισμό στην απόφασή τους να συμπληρώσουν όλα τα κενά.

Κανένα παιδί δεν έμεινε έξω από τη διαδικασία ούτε έδειξε δειλία ή απροθυμία να μιλήσει στους συμμαθητές του.

Τελικά το κάθε παιδί μίλησε σε όλους ανεξαιρέτως τους συμμαθητές του. Άλλωστε, αυτό το σκοπό είχαν προτάσεις του τύπου «βρες κάποιον που μαθαίνει βιολί / που δεν του αρέσουν τα μακαρόνια» κτλ.

Όταν δεν έβρισκαν κάποιο συμμαθητή για τον οποίο να ισχύει κάποια πρόταση, απευθύνονταν σε εμάς, τους υπεύθυνους του προγράμματος, με την ελπίδα ότι θα συμπληρώσουν όλα τα κενά.

Αποτέλεσμα:

Η δραστηριότητα αυτή ήταν ευεργετική για τα πιο δειλά ή ντροπαλά παιδιά, κάποια από τα οποία δεν τολμούσαν να μιλήσουν σε άτομα έξω από τον κλειστό και ολιγάριθμο κύκλο των φίλων τους.

Με αφορμή την εντολή να συμπληρωθούν όλα τα κενά, ένιωθαν υποχρέωσή τους να απευθύνονται σε συμμαθητές μέχρι να τελειώσει η δραστηριότητα.

Για κάποια παιδιά αυτή η δραστηριότητα αποτέλεσε την ευκαιρία να μιλήσουν σε συμμαθητές στους οποίους δεν είχαν απευθύνει ποτέ το λόγο στα τρία χρόνια της κοινής τους ζωής στο σχολείο.

Πέρα από τη χρησιμότητά της, αυτή η δραστηριότητα αποδείχθηκε και ιδιαίτερα διασκεδαστική.

Βραβεία

Τα βραβεία αποτέλεσαν θεσμό μετά την τέταρτη συνάντηση, όταν τα παιδιά είχαν πια συνειδητοποιήσει τους κανόνες της ομάδας. Επρόκειτο για χαρτάκια διαφόρων τύπων, με φιγούρες και κάποιες φράσεις ή σλόγκαν.

Σκοπός των βραβείων ήταν:

Γ Φυσικά, η επιβράβευση της κατάλληλης συμπεριφοράς που κάθε φορά εξυπηρετούσε την ομάδα.

- Γ Να μάθουν τα παιδιά να προβληματίζονται ως προς το ποια συμπεριφορά κάθε φορά είναι για το καλό της ομάδας.
- Γ Να ενθαρρύνουν τα παιδιά να υιοθετούν την κατάλληλη συμπεριφορά.
- Γ Να νιώσουν τα παιδιά ότι την επιβράβευση τη δικαιούμαστε όταν την αξίζουμε.
- Γ Να συνειδητοποιήσουμε ότι τον έπαινο τον κερδίζουμε για κάποιο λόγο.
- Γ Να αποτελέσουν ευκαιρία για ευχάριστες ειδήσεις προς τους γονείς
- Γ Να ενθαρρύνουν τους γονείς να επαινούν και να επιβραβεύουν τα παιδιά τους και οι ίδιοι.

Διαδικασία:

Στο τέλος κάθε συνάντησης όσα παιδιά είχαν βοηθήσει την ομάδα με τη συμπεριφορά τους έπαιρναν βραβείο.

Υπήρχαν βραβεία για τα παιδιά και βραβεία που ενημέρωναν τους γονείς για την εξαιρετική συμπεριφορά των παιδιών τους και τους προέτρεπαν να τα επαινέσουν και εκείνοι

Τα βραβεία αυτά τα έπαιρναν τα παιδιά στο σπίτι και από κει και πέρα τους ανήκαν.

Παρατηρήσεις:

Για τα παιδιά ήταν σημαντικό να κερδίσουν ένα βραβείο και παρέμεινε σημαντικό για όλη τη διάρκεια του προγράμματος, παρόλο που ο στόχος ήταν να μειώνεται η σημασία τους με τον καιρό. Ίσως αυτό είχε να κάνει με την ηλικία των παιδιών ή με τη σχέση τους με τους γονείς τους.

Για κάποια παιδιά, αυτό ήταν κριτήριο για την υιοθέτηση κάποιας συμπεριφοράς. Δηλαδή, η συμπεριφορά τους δεν ήταν αυθόρμητη, αλλά είχε ως κίνητρο την απόκτηση ενός βραβείου. Ακόμα κι έτσι όμως, τα βραβεία είχαν τα επιθυμητά αποτελέσματα.

Ήταν φανερό, πάντως, ότι τα περισσότερα παιδιά είχαν συνειδητοποιήσει τους κανόνες της ομάδας και τους εφάρμοζαν για χάρη της καλής λειτουργίας της ομάδας και της δικής τους απόλαυσης.

Διευκρινίστηκε από την αρχή ότι δεν επιβραβεύεται η συμπεριφορά που συνήθως είναι επιθυμητή στις παραδοσιακές τάξεις, όπως ησυχία, προσοχή κτλ., αλλά η συμπεριφορά που βασίζεται στους κανόνες του προγράμματος και που κάθε φορά εξυπηρετεί το σκοπό της συνάντησης ή της δραστηριότητας. Κατ' αυτή την έννοια, υπήρχε ευελιξία ως προς το τι θεωρείται κατάλληλη συμπεριφορά κάθε φορά, δηλαδή, άλ-

λοτε μας εξυπηρετούσε η ησυχία, άλλοτε η κινητικότητα, άλλοτε οι εκδηλώσεις ενθουσιασμού κτλ.

Απ' ό,τι μπορέσαμε να διαπιστώσουμε, οι γονείς ανταποκρίθηκαν θετικά στο θεσμό των βραβείων και η συχνότητα των επαίνων τους προς τα παιδιά αυξήθηκε.

Αποτελέσματα:

Η ομάδα πέτυχε να λειτουργεί καλύτερα εξασφαλίζοντας την κατάλληλη συμπεριφορά από τα μέλη της.

Τα παιδιά έδειξαν να καταλαβαίνουν ότι δεν υπάρχει μία συμπεριφορά που θεωρείται καλή και άλλη που θεωρείται κακή, αλλά μια συμπεριφορά που είναι κατάλληλη σε μια περίπτωση, σε άλλη είναι ακατάλληλη.

Έμαθαν να αποδέχονται τον έπαινο χωρίς αμηχανία και να τον διεκδικούν όταν πιστεύουν ότι τον αξίζουν και από τους δασκάλους και α αμηχανία και να τον διεκδικούν όταν πιστεύουν ότι τον αξίζουν και από τους δασκάλους και από τους γονείς.

Οι κανόνες μας

Με δεδομένο ότι ασφάλεια νιώθω μόνο όταν λειτουργώ μέσα σε ένα περιβάλλον όπου υπάρχουν κανόνες που αποσκοπούν στο κοινό καλό, τους οποίους κατανοώ και εγκρίνω και οι οποίοι γίνονται σεβαστοί από όλους, θεωρήθηκε απαραίτητο να φροντίσουμε για τη θέσπιση κανόνων από τις πρώτες συναντήσεις. Οι κανόνες αυτοί θα ίσχυαν μόνο για την τάξη της Αγωγής Υγείας και έγινε κατανοητό ότι θα μπορούσαν να διαφέρουν πολύ από τους κανόνες της συνηθισμένης τάξης.

Η απόφαση για το ποιοι κανόνες θα ισχύουν έπρεπε να παρθεί από τα ίδια τα παιδιά. Το βίωμα της υπευθυνότητας και της δέσμευσης ήταν αναμενόμενο να οδηγήσει στην αποτελεσματική εφαρμογή αυτών των κανόνων και στην κατά το δυνατόν τήρησή τους, όπως επίσης και στη γενίκευση της ανάλογης συμπεριφοράς των παιδιών και έξω από την τάξη.

Για το σκοπό αυτό οι πρώτες συναντήσεις αφιερώθηκαν στην κατάλληλη προετοιμασία των παιδιών μέσω της δραστηριότητας 'Γράφουμε και συζητάμε' που περιγράφεται παρακάτω. Τα παιδιά έπρεπε να συνειδητοποιήσουν αρχικά ότι υπάρχουν κανόνες που ισχύουν γύρω μας, σε κάθε περιβάλλον που ζούμε, άσχετα από το αν μας είναι αρεστοί ή έστω και από το αν είναι αποτελεσματικοί. Αναγνώρισαν τους κανόνες που ισχύουν στο σχολείο, τους

κανόνες που ισχύουν στο σπίτι και εντόπισαν τις διαφορές τους. Επίσης, συνειδητοποίησαν πως διαφορετικά σπίτια μπορεί να έχουν διαφορετικούς κανόνες και πως για διαφορετικούς ανθρώπους μπορεί να λειτουργούν διαφορετικοί κανόνες. Τέλος, έμαθαν ότι οι κανόνες συνδέονται πάντα με την υπευθυνότητα και αποτελούν δέσμευση.

Όταν καταλήξαμε στο ότι πρέπει να θεσπίσουμε τους δικούς μας κανόνες για την τάξη μας, είχαν συνειδητοποιήσει ότι κάτι τέτοιο είναι απαραίτητο και ότι χρειάζεται και τη συμβολή του κάθε μέλους της ομάδας. Διατυπώθηκαν οι προτάσεις και μετά από συζήτηση αποφασίζαμε για το αν η κάθε πρόταση άξιζε να γίνει κανόνας. Ο αρχικός περιορισμός (και ο μόνος) ήταν ότι οι προτάσεις πρέπει να διατυπώνονται με θετικό τρόπο, κάτι που δεν ήταν δύσκολο για τα παιδιά να το καταλάβουν εφόσον είχαν ήδη την εμπειρία των διάφορων δραστηριοτήτων, κυρίως αυτών με τις σπίθες. Έτσι ο κατάλογος στον οποίο καταλήξαμε ήταν ο εξής:

- Γ Μιλάμε πάντα θετικά
- Γ Σεβόμαστε και αγαπάμε τον εαυτό μας
- Γ Σεβόμαστε, αγαπάμε και βοηθάμε τους φίλους μας
- Γ Ζητάμε άδεια για να μιλήσουμε
- Γ Επαινούμε τους εαυτούς μας

Ήταν φανερό ότι αυτοί οι κανόνες δεν θύμιζαν πολύ τους κανόνες που συνήθως ισχύουν στα σχολεία ή στις οικογένειες, αλλά είχε φτιαχτεί από τα ίδια τα παιδιά, τα οποία ήταν έτοιμα να τους εφαρμόσουν και να τους υπερασπιστούν. Το κείμενο δόθηκε σε όλα τα παιδιά. Σε κάθε φύλλο υπέγραψε το παιδί, ο υπεύθυνος του προγράμματος και ένας από τους γονείς του παιδιού. Έτσι σφραγίστηκε η δέσμευση ότι αυτοί οι κανόνες πρέπει να τηρηθούν.

Γράφουμε και συζητάμε

Με τη δραστηριότητα αυτή τέλειωνε η κάθε συνάντηση. Επειδή περιελάμβανε γράψιμο και ατομική εργασία, συνήθως τα παιδιά δεν την έβρισκαν απολαυστική, παρόλο που πολλές φορές η δημιουργικότητά τους την μετέτρεπε σε ένα ακόμη παιχνίδι.

Σκοπός:

- Γ Να θιχτούν συγκεκριμένα θέματα προς προβληματισμό των παιδιών.
- Γ Να εκφράσουν όλα τα παιδιά την άποψή τους για ένα συγκεκριμένο θέμα.

- Γ Να μάθουν την περισυλλογή.
- Γ Να μοιράζονται τις προσωπικές τους σκέψεις και απόψεις με τους άλλους.
- Γ Να μάθουν να περνάνε από την ατομική στη συλλογική εργασία.
- Γ Να εντρυφήσουν σε συγκεκριμένα θέματα με βιωματικό τρόπο.

Διαδικασία:

Η δραστηριότητα αυτή τέλειωνε τη συνάντηση κάθε φορά. Συνήθως δινόταν στα παιδιά ένα έντυπο το οποίο έπρεπε να συμπληρώσουν είτε με λέξεις είτε με σημειώσεις είτε και με ζωγραφιές. Κάθε έντυπο αφορούσε ένα συγκεκριμένο θέμα και τα παιδιά δούλευαν αρχικά ατομικά για να μπορέσουν να συνειδητοποιήσουν τις δικές τους απόψεις και μετά σχηματίζονταν ομάδες για συζητήσουν με την παρέα τους. Κατόπιν ένας εκπρόσωπος από κάθε ομάδα αναλάμβανε να μεταφέρει τα συμπεράσματα της ομάδας του σε όλη την τάξη.

Παρατηρήσεις:

Παρόλο που η δραστηριότητα αυτή δεν ήταν πολύ δημοφιλής, τα παιδιά επιδόθηκαν ευσυνείδητα σε αυτήν όποτε τους ζητήθηκε. Πολλές φορές έβρισκαν δικούς τους τρόπους για να την κάνουν πιο ευχάριστη. Κυρίως τους ικανοποιούσε το γεγονός ότι είχαν πάρει την υπόσχεση ότι αυτά τα έντυπα θα έμεναν στο σχολείο και δεν επρόκειτο να κοινοποιηθούν σε κανένα δάσκαλο ή γονέα. Έτσι, ένιωσαν ασφάλεια και εμπιστοσύνη και μπόρεσαν να εκφραστούν με ελευθερία, που για κάποια παιδιά ήταν φανερό ότι απαιτούσε τόλμη.

Αποτελέσματα:

- Γ τα παιδιά πήραν την ικανοποίηση ότι μπορούσαν να εκφράσουν την άποψή τους ελεύθερα
- Γ ένιωσαν την ασφάλεια ότι όποια κι αν είναι η γνώμη τους, δεν πρόκειται να κριθούν γι' αυτήν.
- Γ Έμαθαν ότι ο καθένας μπορεί να έχει οποιαδήποτε γνώμη και αυτό αποτελεί δικαίωμά του.
- Γ Έμαθαν ότι είναι υποχρέωσή μας να σεβόμαστε τη γνώμη του άλλου, όσο διαφορετική κι αν είναι από τη δική μας.
- Γ Έμαθαν να απαιτούν το σεβαστό του άλλου για τη δική τους γνώμη.

- Γ Προβληματίστηκαν για συγκεκριμένα θέματα και συνειδητοποίησαν τις δικές τους θέσεις.

Θέματα που απασχόλησαν τα παιδιά σε αυτή τη δραστηριότητα ήταν:

- Γ Οι κανόνες έτσι όπως υπάρχουν σε διαφορετικά περιβάλλοντα.
- Γ Η σχέση των κανόνων με την υπευθυνότητα.
- Γ Οι κανόνες που θα βοηθούσαν τη δική μας τάξη να λειτουργεί καλύτερα.
- Γ Ο πλανήτης μου: Κάθε παιδί φαντάστηκε τον πλανήτη του όπως θα τον ήθελε και από κοινού η τάξη σχεδίασε τον ιδανικό πλανήτη.

ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΕΦΗΒΕΙΑ

Ο βαθμός αυτοεκτίμησης σχετίζεται με το βαθμό αυτογνωσίας. Η αυτογνωσία είναι το θεμέλιο της ψυχικής και συναισθηματικής υγείας μας και διαμορφώνεται μέσα από τις πεποιθήσεις που αποκτούμε για τον εαυτό μας κυρίως μέσα από τις σχέσεις μας με τους άλλους. Ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι η έννοια της αυτοεκτίμησης του εφήβου συσχετίζεται με τις απόψεις των ατόμων εκείνων που ο έφηβος θεωρεί ως «σημαντικούς άλλους», ωθούμενος από την ανάγκη της επιβεβαίωσής του σε επιμέρους τομείς της ζωής του (Μακρή-Μπότσαρη & Ματσαγκούρας, 2003). Σημαντικοί «άλλοι» είναι τα μέλη της οικογένειας, οι εκπαιδευτικοί, οι συνομήλικοι. Οι συνομήλικοι ιδιαίτερα πολύ συχνά αντικαθιστούν την οικογένεια με διάφορους τρόπους και γίνονται για τον έφηβο η σημαντικότερη πηγή ανατροφοδότησης. Οι φίλοι προσφέρουν πολύτιμη υποστήριξη στη διάρκεια συναισθηματικών πιέσεων, ακούν ο ένας τον άλλο, συμπαραστέκονται στον πόνο. Έφηβοι χωρίς φίλους όταν χρειάζονται συμπαράσταση και παρηγοριά, αισθάνονται μοναξιά και απογοήτευση (Gray & Weare, 2000).

Για να προετοιμαστούν οι έφηβοι αποτελεσματικά για την επιτυχή μετάβασή τους στον κόσμο των ενηλίκων πρέπει να βελτιώσουν όλες τις επιμέρους ατομικές κατασκευές τους και όχι μόνον τη σχολική τους επίδοση (Huitt, 2004). Παρόλα αυτά, πολλοί μαθητές χρησιμοποιούν τη σχολική επιτυχία ως ένα σημαντικό δείκτη εκτίμησης της αυτοαντίληψής τους. Οι εξωτερικές αυτές εκτιμήσεις όταν καταλήγουν να γίνουν αυτοεκτιμήσεις, ωθούν το μαθητή όταν αποτυγχάνει, να νιώθει κατώτερος, ή να εμφανίζει βίαιες συμπεριφορές ή να

εγκαταλείπει το σχολείο (Gleason & Dynarski, 1998* Παπαδόπουλος, 1997). Οι σχετικές έρευνες επιβεβαιώνουν επίσης ότι η αίσθηση της αδικίας από τους εκπαιδευτικούς, επιδρά στην αυτοεκτίμηση των μαθητών και ότι είναι ένας από τους πολύ συχνά απαντώμενους παράγοντες συσχέτισης με πράξεις αυτοκαταστροφικής συμπεριφοράς και βανδαλισμών (Κολλιάνης, 1997* Irvin & Mullins, 2000* Παπαστυλιανού & Πετρόπουλος, 2001* Simons-Morton και συν., 1999).

Η ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ

Η ποιότητα του κλίματος που διαμορφώνεται μέσα στη σχολική αίθουσα, έχει άμεση σχέση με την αυτοαντίληψη του εκπαιδευτικού ως διδάσκοντος και παιδαγωγού (Γκότοβος, 2002). Το επίπεδο αυτής της αυτοαντίληψης του εκπαιδευτικού, διαμορφώνει ανάλογα το επίπεδο του αυτοσεβασμού του και αυτό είναι ένα επιπλέον στοιχείο που επηρεάζει την αυτοαξιολόγηση του μαθητή (Μακρή-Μπότσαρη, 2001). Γενικά, οι εκπαιδευτικοί που διακρίνονται από υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης και έχουν θετικές σχέσεις όχι μόνον με τους μαθητές τους αλλά και με τους συναδέλφους τους και τους γονείς των μαθητών τους είναι αυτοί που έχουν εκπαιδευτεί σε προγράμματα ανθρωπιστικής παιδαγωγικής. Διακρίνονται από υψηλού επιπέδου ενσυναισθηματική και διευκολυντική στάση, ανταποκρίνονται σε μεγαλύτερο βαθμό στα συναισθήματα των μαθητών, συνδιαλέγονται μαζί τους, τους επαινούν περισσότερο και τους επιπλήττουν λιγότερο (Μουλαδούδης, 2005). Η ανάπτυξη τέτοιων επιμορφωτικών προγραμμάτων μπορεί να συνδεθεί με την παράλληλη εφαρμογή παρεμβατικών προγραμμάτων βελτίωσης της αυτοεκτίμησης των εκπαιδευτικών (Alpay, 2001). Από τους ερευνητές προτείνονται πολλά μοντέλα παρεμβατικών προγραμμάτων, αλλά ενδιαφέρον παρουσιάζει αυτό που επιδιώκει την ενίσχυση των αυτοαξιολογήσεων και της αυτοεκτίμησης του εκπαιδευτικού, διαμέσου προγραμμάτων συναισθηματικής εκπαίδευσης (Goleman, 1998).

Είναι αυτονόητο ότι ο εκπαιδευτικός πρέπει να συμπεριφέρεται ως επαγγελματίας. Δηλαδή, να μην εμπλέκει στη σχολική ζωή τα προσωπικά του ζητήματα, να είναι αντικειμενικός, να έχει αναπτυγμένη την ικανότητα αυτοελέγχου και φυσικά να πιστεύει στην αξία του. Η αυτοπεποίθησή του δε θα πρέπει να εξαρτάται από την περιστασιακή ενίσχυσή του από τους μαθητές ή τους γονείς ή τους συναδέλφους, αλλά να πηγάζει από τον πραγματικό

εαυτό του. Για αυτό χρειάζεται να αφιερώνει χρόνο για να αυτοαξιολογείται και να φροντίζει τον εαυτό του καλύπτοντας τις ανάγκες του.