



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
*«Συμβουλευτική στην Ειδική Αγωγή,
την Εκπαίδευση και την Υγεία»*

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ
**«Διαγενεακή συγχώνευση και στρατηγικές αντιμετώπισης
δυσκολιών στο γάμο»**

Επιμέλεια Εργασίας: Μαργαγκούτσου Μαρία

Επιστημονική Εποπτεία Εργασίας:

κ. Τσαμπάρη Αναστασία (επιβλέπουσα), Αναπληρώτρια Καθηγήτρια
Πανεπιστημίου Αιγαίου

κ. Βλάχου Αναστασία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

κ. Κλεφτάρας Γεώργιος, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Βόλος, Ιούλιος 2015

Δήλωση περί λογοκλοπής

Η Μαργαγκούτσου Μαρία, γνωρίζοντας τις συνέπειες της λογοκλοπής, δηλώνω αυστηρά ότι η παρούσα εργασία με τίτλο «Διαγενεακή συγχώνευση και στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο» αποτελεί προϊόν αυστηρά προσωπικής εργασίας και όλες οι πηγές που έχω χρησιμοποιήσει έχουν δηλωθεί κατάλληλα στις βιβλιογραφικές παραπομπές και αναφορές. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο ή /και πηγές άλλων συγγραφέων, αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή.

Η Δηλούσα

Μαργαγκούτσου Μαρία

Περίληψη

Η παρούσα εργασία αποσκοπεί στο να διερευνήσει στο πλαίσιο της ελληνικής οικογένειας με γνώμονα την Διαγενεακή Συστημική Προσέγγιση εάν και πως οι στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο και ο βαθμός ικανοποίησης από αυτόν συναρτώνται με τον βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης των συντρόφων από την οικογένεια προέλευσης.

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν συνολικά 132 συμμετέχοντες στη βασική έρευνα, εκ των οποίων το 75,8% αποτελείται από γυναίκες και το 24,2% από άνδρες. Για τη διερεύνηση του θέματος, και την στατιστική επεξεργασία των δεδομένων μας, χρησιμοποιήθηκε το λογισμικό πακέτο Statistical Package for Social Sciences (SPSS v.17.00, SPSS Inc, Chicago IL).

Χρησιμοποιήθηκαν τέσσερα ερωτηματολόγια για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν: (α) το Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων, (β) το ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων, (γ) την Κλίμακα μέτρησης Ικανοποίησης από το Γάμο, και (δ) την Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο.

Τα ευρήματα της έρευνας επιβεβαίωσαν τις αρχικές υποθέσεις και συνάδουν τόσο με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen όσο και με ευρύτερα ερευνητικά ευρήματα σύμφωνα με τα οποία η χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών επίλυσης συγκρούσεων σχετίζεται ή ακόμα και προβλέπει τη μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο

Καταλήγοντας, τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν θετική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στη διάσταση της διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης και το βαθμό ικανοποίησης από το γάμο, σε συμφωνία με αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα (Skowron, 2000. Skowron&Platt, 2005).

Λέξεις - Κλειδιά: διαγενεακή συστημική προσέγγιση, γάμος, αντιμετώπιση δυσκολιών, ικανοποίηση

Abstract

This paper aims to examine, within the Greek reality and on the basis of Intergenerational Systemic Approach, if and how the difficulties of coping strategies in marriage and the degree of satisfaction that are related to the degree of intergenerational fusion of comrades from the family of origin.

To investigate the issue, and the statistical analysis of our data, we used the software package Statistical Package for Social Sciences (SPSS v.17.00, SPSS Inc, Chicago IL). The sample consisted of a total of 132 participants in basic research, of which 75.8% were women and 24.2% men.

Four questionnaires were used to collect the research data. Specifically, participants completed: (a) Demographic Data Questionnaire, (b) Family Relationship Questionnaire, (c) Scale Measuring Satisfaction of Marriage, and (d) Scale for Disabilities Response Strategies in Relationship and Marriage.

The findings confirmed the initial assumptions and are consistent with both the theoretical model of Bowen and broader research findings pursuant to which the use of maladaptive conflict resolution strategies related or even provide for reduced satisfaction from marriage

In conclusion, the results showed a statistically significant positive correlation between the dimension of intergenerational integration / individuality and satisfaction of marriage, in agreement with relevant research findings (Skowron, 2000. Skowron & Platt, 2005).

Key - words: intergenerational systemic approach, marriage, hardship, satisfaction

Ευχαριστίες

Η μελέτη που εκπονήθηκε στα πλαίσια της παρούσας μεταπτυχιακής εργασίας αποσκοπούσε να διερευνηθεί εάν οι στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο και ο βαθμός ικανοποίησης από αυτόν συναρτώνται με τον βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης των συντρόφων από την οικογένεια προέλευσης. Στη λήψη της απόφασης ανάληψης της παραπάνω εργασίας αλλά και στην υλοποίηση της συνέβαλε τα μέγιστα η επιβλέπουσα καθηγήτρια κα Τσαπαρλή Αναστασία, της οποίας η επιστημονική καθοδήγηση και η γόνιμη συνεργασία, βοήθησαν στην ολοκλήρωσή της.

Την ευχαριστώ για την αμέριστη συμπαράστασή της σε αυτό το ταξίδι..

Επίσης, ευχαριστώ τα μέλη της εξεταστικής μου επιτροπής, κκ Κλεφτάρα Γεώργιο και Βλάχου Αναστασία, οι οποίοι δέχτηκαν να είναι μέλη της συμβάλλοντας, με τον τρόπο αυτό, στην ολοκλήρωση της προσπάθειάς μου.

Τους γονείς μου για την υποστήριξη τους σε κάθε βήμα που προχωρώ – μικρό ή μεγάλο.

Και τέλος, τον κο Μουστακόπουλο, σύζυγό μου για όλα. Για όλα αυτά και για πολλά άλλα ανομολόγητα, Παναγιώτη σ' ευχαριστώ.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Δήλωση περί λογοκλοπής	i
Περίληψη	ii
Abstract	iii
Ευρετήριο Πινάκων	viii
Ευρετήριο σχημάτων	ix

ΜΕΡΟΣ Α: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

1. Εισαγωγή	1
Κεφάλαιο 1^ο: Συστημική Θεωρία και Οικογένεια	
1.1. Βασικές έννοιες της Γενικής Θεωρίας Συστημάτων	3
1.2. Συστημική θεωρία και Οικογένεια	5
1.3. Η οικογένεια ως Σύστημα σύμφωνα με τις κύριες σχολές Οικογενειακής Θεραπείας	6
1.3.1. Η Ψυχοδυναμική προσέγγιση στην οικογενειακή θεραπεία	8
1.3.2. Επικοινωνιακή Οικογενειακή Θεραπεία	10
1.3.3. Δομική προσέγγιση	12
1.3.4. Η γνωσιακή - Συμπεριφοριστική σχολή	13
Κεφάλαιο 2^ο: Το ΔΙΑΓΕΝΕΟΛΟΓΙΚΟ Μοντέλο του M.Bowen.	
2.1. Οι βασικές θέσεις του Διαγενεολογικού Μοντέλου	16
2.2. Οι οκτώ θεωρητικές έννοιες	17
2.2.1. Διαφοροποίηση του εαυτού	17
2.2.2. Τα τρίγωνα	19
2.2.3. Το συναισθηματικό σύστημα της πυρηνικής οικογένειας	21
2.2.4. Η διαδικασία οικογενειακής Προβολής	22
2.2.5. Η διαδικασία μεταβίβασης μεταξύ των γενεών	23
2.2.6. Η σειρά γέννησης των Παιδιών ή θέση αδελφών	25
2.2.7. Η συναισθηματική Αποκοπή	27
2.2.8. Η συναισθηματική διεργασία στη κοινωνία	28

Κεφάλαιο 3^ο : Η θεωρία του γάμου.

3.1.Γάμος	30
3.2. Γάμος και η θεωρία του Bowen	31
3.3. Γάμος και Οικογενειακή Θεραπεία	33
3.4. Ικανοποίηση από το Γάμο	38
3.5. Συζυγικές συγκρούσεις	39
3.6. Καταληκτικά Σχόλια	42

ΜΕΡΟΣ Β: ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 4^ο : Μεθοδολογικός σχεδιασμός της έρευνας

4.1. Υποθέσεις της έρευνας	43
4.2. Δείγμα	44
4.3. Εργαλεία συλλογής δεδομένων	45
4.3.1. Αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων	45
4.3.2. Ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων	45
4.3.3.Κλίμακα μέτρησης της ικανοποίησης από τη συζυγική/ συντροφική σχέση	46
4.3.4.Κλίμακα μέτρησης για τις στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο	47
4.4. Διαδικασία συλλογής ερευνητικού υλικού	48

Κεφάλαιο 5ο: Ευρήματα

5.1. Στατιστική Ανάλυση	49
5.2. Δείγμα	50
5. 3. Προετοιμασία δεδομένων και αναλύσεων	51
5.4. Έλεγχος υποθέσεων	58
5.4.1. <i>Υπόθεση 1</i> : Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο	58
5.4.2. <i>Υπόθεση 2 & Υπόθεση 3</i> : Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και δυσλειτουργικές και λειτουργικές Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στο Γάμο	59
5.4.3. <i>Υπόθεση 4</i> : Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Διαγενεακή οικειότητα	59

5.4.4. Υπόθεση 5, Υπόθεση 6, Υπόθεση 7: Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Φύλο, Τόπος διαμονής, Επίπεδο μόρφωσης	60
5.4.5.Υπόθεση 8: Διαγενεακή συγχώνευση / εξατομίκευση και Διαγενεακή οικειότητα	60
5.4.6.Υπόθεση 9 & Υπόθεση 10: Ικανοποίηση από το Γάμο και Στρατηγικές Αντιμετώπισης στις Σχέσεις	61
Κεφάλαιο 6ο: Ερμηνεία - Συζήτηση Αποτελεσμάτων	
6.1. Εισαγωγή	63
6.2 Συζήτηση Αποτελεσμάτων	63
6.3. Συμβολή και Περιορισμοί της παρούσας έρευνας	72
6.4. Προτάσεις για μελλοντική έρευνα	72
Βιβλιογραφία	74
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	81

Λίστα Πινάκων

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων και συμμετεχουσών (N= 132)	50
Πίνακας 2. Στατιστικοί έλεγχοι κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov και Shapiro-Wilk	56
Πίνακας 3. Συσχέτιση Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με Διαγενεακή συγγώνευση/εξατομίκευση	58
Πίνακας 4. Συσχέτιση Διαγενεακής συγγώνευσης/εξατομίκευσης με Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (ΚΣΑΔΣ)	59
Πίνακας 5. Συσχέτιση (Kendall's τ) Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις	61

Λίστα Σχημάτων

Σχήμα 1.P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο.....	54
Σχήμα 2.P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων.....	54
Σχήμα 3.P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.....	55

ΜΕΡΟΣ Α: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια στο χώρο της κλινικής ψυχολογίας το ενδιαφέρον ερευνητών και θεραπευτών φαίνεται να έχει στραφεί από το άτομο στις σχέσεις. Βασικό σκεπτικό είναι ότι τα προβλήματα δεν αναφύονται μόνο από το ίδιο το άτομο, αλλά μέσα στο πλαίσιο λειτουργιών της οικογένειας. Μέσα από αυτή τη στροφή αναδύθηκε και η Διαγενεολογική Οικογενειακή Συστημική Προσέγγιση, που προσέφερε ένα άκρως πρωτοποριακό πλαίσιο κατανόησης της ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Στη θεωρία αυτή, στηρίχθηκε και αυτή η εργασία που επιχειρεί να απαντήσει στο ερώτημα εάν και πως τα πρότυπα οικογενειακών σχέσεων επηρεάζουν και σε ποιο βαθμό τη λειτουργικότητα της οικογένειας και του γάμου των επόμενων γενεών. Συγκεκριμένα, η θεωρία του Murray Bowen διατύπωσε ένα οργανωμένο πλαίσιο για την κατανόηση των δυσκολιών και των συγκρούσεων στο γάμο, με έμφαση στις σχέσεις με την προγονική οικογένεια και το βαθμό συγχώνευσης/εξατομίκευσης σε σχέση με αυτή, την έννοια του τριγωνισμού και τη διαγενεακή μεταβίβαση των δυσλειτουργιών.

Στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας, επιχειρήθηκε η διερεύνηση της ικανοποίησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης συγκρούσεων στο γάμο, σύμφωνα με το θεωρητικό μοντέλο που διατυπώθηκε από τον Murray Bowen. Οι παραπάνω έννοιες συναρτήθηκαν κυρίως με την έννοια της εξατομίκευσης-συγχώνευσης, κομβικής έννοιας του μοντέλου για την κατανόηση των συζυγικών και οικογενειακών σχέσεων.

Τα ευρήματα της εργασίας είναι εν πολλοίς αναμενόμενα και συνάδουν τόσο με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen όσο και με ευρύτερα ερευνητικά ευρήματα σύμφωνα με τα οποία η χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών επίλυσης συγκρούσεων σχετίζεται ή ακόμα και προβλέπει τη μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο

Αναλυτικά, η εργασία αποτελείται από δύο μέρη, το θεωρητικό και το ερευνητικό μέρος και διαρθρώνεται σε κεφάλαια. Το θεωρητικό μέρος αποτελείται από τρία κεφάλαια όπως και το ερευνητικό αποτελείται, επίσης, από τρία κεφάλαια. Πιο συγκεκριμένα, στο πρώτο κεφάλαιο του θεωρητικού μέρους γίνεται ανάλυση της Γενικής θεωρίας Συστημάτων και της διαμόρφωσης της συστημικής θεωρίας και στη συνέχεια παρουσιάζονται οι βασικές προσεγγίσεις οικογενειακής θεραπείας που χρησιμοποιούνται στην κλινική εφαρμογή.

Περιγράφονται οι θεωρητικές θέσεις και η θεραπευτική διεργασία που ακολουθεί η κάθε μία μέσω της παρουσίασης ενός κύριου εκπροσώπου της. Οι προσεγγίσεις αυτές έχουν

σαν κοινή βασική αρχή ότι τα προβλήματα δεν είναι προσωπική υπόθεση του ατόμου, αλλά έχουν να κάνουν με σχέσεις και ευρύτερα πλαίσια, συστήματα. Ωστόσο διαφέρουν μεταξύ τους ως προς τις τεχνικές που χρησιμοποιούν, την θεραπευτική προσέγγιση και ορισμένες θεωρητικές θέσεις.

Οφείλουμε να αναφέρουμε ότι δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι οι παραπάνω θεωρίες έχουν η κάθε μία τους μια ξεχωριστή επιστημονική αξία και θέση στον χώρο της γνώσης. Όμως το βάρος του ενδιαφέροντός μας στην παρούσα έρευνα προσανατολίζεται κατά βάση στην συστημική διαγενεολογική προσέγγιση με κυριο εκφραστή της και θεμελιωτή τον Murray Bowen, όπου γίνεται αναλυτική αναφορά στο δεύτερο κεφάλαιο στις βασικές θέσεις του διαγενεολογικού μοντέλου.

Το τρίτο κεφάλαιο επικεντρώνεται στη θεωρία του γάμου και διερευνάται η σύνδεση της ικανοποίησης των ατόμων από τη ζωή τους με το γάμο ως θεσμό και με τις ικανοποιητικές στενές διαπροσωπικές σχέσεις που βιώνουν τα έγγαμα άτομα. Επίσης, γίνεται αναφορά στις συζυγικές συγκρούσεις και κατά πόσο αποτελούν σημαντικό παράγοντα μειωμένης συζυγικής ικανοποίησης, στη συζυγική θεραπεία και επιχειρήθηκε η διερεύνηση των σχέσεων ανάμεσα στις θεωρητικές έννοιες του μοντέλου του Bowen, όπως μπορούν να μελετηθούν εμπειρικά, με την ικανοποίηση από το γάμο και τις στρατηγικές αντιμετώπισης συγκρούσεων/δυσκολιών στα πλαίσια των συζυγικών σχέσεων.

Το πρώτο κεφάλαιο του δεύτερου μέρους του ερευνητικού μέρους της εργασίας, αναφέρεται στο σχεδιασμό της μελέτης, στις υποθέσεις της έρευνας, στην περιγραφή του δείγματος και στο τρόπο συλλογής δεδομένων.

Στο δεύτερο κεφάλαιο του ερευνητικού μέρους γίνεται ο αναλυτικός σχολιασμός των αποτελεσμάτων και εκτίθενται αναλυτικά τα αποτελέσματα που αφορούν στον έλεγχο εσωτερικής συνοχής των ψυχομετρικών μέσων που χρησιμοποιήθηκαν. Τέλος, στο ίδιο μέρος και τελευταίο κεφάλαιο σχολιάζονται αναλυτικά τα αποτελέσματα της μελέτης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο: Συστημική Θεωρία και Οικογένεια

1. 1. Βασικές έννοιες της Γενικής θεωρίας συστημάτων.

Μια οικογένεια, μια θεραπευτική ή εργασιακή ομάδα, μια σχολική τάξη, μια επιχείρηση είναι ένα ανθρώπινο σύστημα. Τα ανθρώπινα συστήματα χαρακτηρίζονται ως:

- **Ιεραρχικά:** είναι πολύ- επίπεδα, και γι' αυτό περισσότερο πολύπλοκα από τα μη ζωντανά συστήματα.
- **Αυτορυθμιζόμενα:** δηλαδή αυτοελέγχονται καθώς αλληλεπιδρούν με το περιβάλλον τους, αναπροσαρμόζοντας διαρκώς τις λειτουργίες και την δομή τους, τείνοντας άλλοτε προς τη διατήρηση της σταθερότητας τους (ομοιόσταση), και άλλοτε προς την ανατροπή τους και την αλλαγή (εντροπία).
- **Δυναμικά:** είναι δηλαδή ενεργητικά, χαρακτηρίζονται από σκόπιμη δράση και αλλάζουν με το πέρασμα του χρόνου. Η Γενική Θεωρία Συστημάτων (Γ.Θ.Σ.), απ, η οποία προτάθηκε για πρώτη φορά από το βιολόγο Ludwing von Bertalanffy στα τέλη της δεκαετίας του '20. Πρόκειται για μια θεωρία που αναφέρεται στην οργάνωση και λειτουργία των έμβιων συστημάτων που προσεγγίζει ως οντότητες, ως αλληλοεπικοινωνούντα μέρη ενός όλου. Δένει δε έμφαση στις έννοιες της ενότητας και της ιεραρχίας». (Golgenberg & Golgenberg, 2005)

Από τα μέσα περίπου του 17^{ου} αιώνα είχε επικρατήσει η αναλυτική – αναγωγική σκέψη η οποία προέκυψε από την μεθοδολογία που χρησιμοποιούσαν οι φυσικές επιστήμες για τη διερεύνηση των φαινομένων. Χαρακτηριστικό αυτής της σκέψης και της αντίστοιχης μεθοδολογίας είναι η ανάλυση ενός φαινομένου στα επιμέρους τμήματα του για την ανακάλυψη της σύνθεσης και της λειτουργίας του. Θεωρητικά, με μια αναγωγική διαδικασία η κατανόηση των μερών θα μπορούσε να οδηγήσει στην κατανόηση του όλου. (Nichols & Everret, 1986).

Ο Bertalanffy (1968), από παρατηρήσεις του στο χώρο της βιολογίας, επισήμανε ότι η παραδοσιακή αναλυτική επιστημονική σκέψη δεν μπορούσε να ερμηνεύσει επαρκώς τη λειτουργία πολύπλοκων συστημάτων, όπως οι ζωντανοί οργανισμοί. Η ανάλυση τέτοιων οργανισμών στα επιμέρους στοιχεία και τις λειτουργίες τους με βάση την αναγωγική-

αναλυτική επιστημονική σκέψη, δεν μπορεί να εξηγήσει την ικανότητά τους να διατηρούν την ισορροπία τους μέσα από τις συνεχείς αλλαγές που υφίστανται. Η ισορροπία αυτή εξασφαλίζεται επειδή τα επιμέρους στοιχεία λειτουργούν ως ένα όλο, με συντονισμένες μεταξύ τους λειτουργίες.

Με τον αναγωγισμό και την ανάλυση μπορούμε να ανακαλύψουμε τα μικρότερα επιμέρους στοιχεία ενός φαινομένου ή μιας οντότητας. Περιγράφοντας τα, ωστόσο, στο κατώτερο απλούστερο επίπεδο, χάνεται το νήμα στο επίπεδο στο οποίο εξετάζονται. Η καρτεσιανή σκέψη και ο αναγωγισμός είχαν προσφέρει και θα είχαν να προσφέρουν αρκετά στον επιστημονικό χώρο, ήταν όμως ανεπαρκή για την κατανόηση των πολύπλοκων συστημάτων και μπορούσαν να οδηγήσουν τον ερευνητή σε εσφαλμένα συμπεράσματα. (Παρίσης, 2003).

Η συστημική θεωρία εφαρμόστηκε αρχικά στο χώρο της μηχανικής (Bertalanffy, 1968), για να βρει αργότερα εφαρμογή και σε άλλες επιστήμες όπως η οικονομία, η βιολογία και η πληροφορική. Προσέφερε μια νέα κατανόηση των φαινομένων στο μέτρο που τα προσέγγισε ως μέρη συστημάτων, δηλαδή ως μέρη ενός όλου. Πάνω στην ίδια λογική, η συστημική σκέψη βρήκε εφαρμογή και στο χώρο της ψυχοθεραπείας και της συμβουλευτικής, και συνέδεσε την δυσλειτουργική συμπεριφορά του ατόμου με τη δυσλειτουργία του υπερκειμένου συστήματος στο οποίο εντάσσεται (π.χ. οικογένεια).

Εμπλουτίζοντας, την παγιωμένη αντίληψη αιτιότητας (δηλ. τη θέαση των κοινωνικών φαινομένων μέσα από τη σχέση αιτίου – αποτελέσματος), η συστημική σχολή διευρύνει τη μελέτη κάθε ανθρώπινου συστήματος ως όλου, δίνοντας στις σχέσεις των μερών που απαρτίζουν το σύστημα.

Ωστόσο, κατά κύριο λόγο η συστημική θεωρία και ψυχοθεραπεία βασίζεται στην Γενική Θεωρία των Συστημάτων του Von Bertalanffy (1971) και οι θέσεις της υιοθετήθηκαν από διάφορους επιστημονικούς χώρους. Πρόκειται για μία βιολογική θεωρία στην οποία υποστηρίζεται ότι όλοι οι οργανισμοί είναι συστήματα τα οποία απαρτίζονται από υποσυστήματα, που με τη σειρά τους αποτελούν μέρος υπέρ-συστημάτων και δίνετε έμφαση από τους οικογενειακούς θεραπευτές στο γεγονός ότι μια ευρεία άποψη για την οικογένεια απαιτεί μια ματιά από ένα αλληλεπιδραστικό πρίσμα και όχι μια μελέτη των κινήσεων των μελών της ξεχωριστά (Golgenberg & Golgenberg, 2005).

Επιπλέον, οι βασικές έννοιες της Γ.Θ.Σ. (general systems theory) στο σύστημα της οικογένειας είναι η *κυκλικότητα*, η *ομοιόσταση* και τα *ανοικτά συστήματα*. Στα συστήματα ισχύουν κυκλικά μοντέλα αιτιότητας που είναι αποτέλεσμα των διαδικασιών ομοιόστασης και

ανατροφοδότησης.¹ Η έννοια της *κυκλικότητας* αντιπαραθέεται της έννοιας της γραμμικής αιτιότητας. στο χώρο της μελέτης των ανθρωπίνων σχέσεων στην ψυχολογία, διότι έχουν καταγραφεί πολλά κυκλικά μοντέλα ερμηνείας της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Η έννοια του κύκλου σχετίζεται με τις έννοιες του συνεχούς, της ολότητας και της ομοιογένειας. Σε κάθε σύστημα υπάρχει μια κυκλική σχέση ανάμεσα στις δράσεις και τις αντιδράσεις των περιεχομένων του. Η έννοια της κυκλικότητας ερμηνεύει τους φαύλους κύκλους συμπεριφορών μέσα στην οικογένεια. Ακόμη, οι περισσότεροι οικογενειακοί θεραπευτές δανείζονται την έννοια της *ομοιόστασης* για να περιγράψουν τις οικογένειες όπου αναζητούν ισορροπία ανάμεσα στη σταθερότητα. Η έννοια της ομοιόστασης στο σύστημα της οικογένειας σχετίζεται με εκείνους τους μηχανισμούς που βοηθούν να διατηρηθεί η σταθερότητα, μέσα από μια πορεία συνεχιζόμενης διευθέτησης. Ακόμη, χρησιμοποιούν την έννοια των *ανοικτών συστημάτων* για να εξηγήσουν τον τρόπο με τον οποίο η οικογένεια συντηρείται μέσα από την ανταλλαγή πληροφοριών με το περιβάλλον της και τα πόσο τα όρια τους είναι διαπερατά. Είναι σημαντικό, ωστόσο, να τονίσουμε ότι όσο πιο ανοικτό είναι το οικογενειακό σύστημα, τόσο πιο μεγάλη είναι η ικανότητά του για προσαρμογή και για πρόσβαση στην αλλαγή (Golgenberg & Golgenberg, 2005).

Εν κατακλείδι, η Γενική Θεωρία Συστημάτων έχει επιδράσει σημαντικά τους θεραπευτές προς ένα συστημικό τρόπο σκέψης και πολλές έννοιες της διαμόρφωσαν την οικογενειακή θεραπεία (Κωτσίδα, 1994). Ωστόσο, η κριτική που άσκησαν μερικοί ερευνητές βασίζεται στο ότι η Γ.Θ.Σ. αναπτύχθηκε για να μελετήσει συστήματα που δεν περιλάμβαναν τον άνθρωπο και πως η κατανόηση της οικογένειας ως σύστημα απαιτεί μια προσέγγιση της οικογένειας μέσα στο χρόνο.

1.2. Συστημική θεωρία και Οικογένεια

"Τα ζωντανά πλάσματα έχουν τη τάση να ενώνονται, να εδραιώνουν συνδέσεις, να ζουν το ένα μέσα στο άλλο, να επιστρέφουν σε πρότερους διακανονισμούς, να τα πηγαίνουν καλά όπου είναι δυνατόν.

Αυτός είναι ο τρόπος του κόσμου." Lewis Thomas

Η οικογένεια δεν είναι ένα στατικό σύστημα αλλά ένας δυναμικός σχηματισμός όσον αφορά τη δομή και τη λειτουργία του. Όπως παρατηρεί και ο Taschman (1975, σελ. 18), στο γνωστό βιβλίο *«Βοηθώντας τις οικογένειες να αλλάξουν»*, «...δεν υπάρχουν αιώνιες αρχές και

¹ Η έννοια της κυκλικής ανατροφοδότησης συναντάται συχνότερα στην Κυβερνητική ορολογία (Κωτσίδα, 1994)

αξίες, ή ένα σύστημα πεποιθήσεων, και οι ρόλοι των μελών της οικογένειας αλλάζουν σήμερα περισσότερο από ποτέ άλλοτε».

Η καταγωγή της οικογένειας είναι άγνωστη. Σήμερα θεωρείται πως η κοινωνία αναπτύχθηκε από την οικογενειακή ζωή. Κάθε αναγνωρίσιμη κοινωνία αναπτύχθηκε από κάποια μορφή οικογένειας. Η κάθε μορφή γάμου και οικογενειακής ζωής αντικατοπτρίζει όλη την οικολογία του πολιτισμού, της εποχής και της προσπάθειας του ανθρώπου να επιβιώσει. Έτσι, η πολυγαμία ήταν, εκτός των άλλων, ένας τρόπος αντιμετώπισης της παιδικής θνησιμότητας.

Σήμερα τείνουμε να θεωρούμε τη μονογαμία σαν την ανώτερη μορφή γάμου και κατά συνέπεια οργάνωσης μιας οικογένειας. Ωστόσο, κάθε οικογενειακή μορφή χρειάζεται να κριθεί μέσα από τις ανάγκες της εποχής της (Satir, 1975). Από την βιομηχανική επανάσταση, και τις γρήγορες οικονομικές αλλαγές που την ακολούθησαν, έγινε μια μεταφορά του πληθυσμού από την περιφέρεια στα αστικά κέντρα. Αυτή η μετατόπιση με τις διάφορες οικονομικές της συνέπειες, είχε αντίκτυπο και στην οικογένεια. Καθώς ο άνθρωπος μετακινήθηκε από την αγροτική ζωή στην αστική, άλλαξαν οι αξίες της οικογενειακής ζωής. Η πυρηνική οικογένεια που ζει στο ίδιο σπίτι και αυτόπροσδιορίζεται, θεωρήθηκε η ιδανική μορφή οικογένειας.

Η νέα βιομηχανική οικογένεια σε συνάρτηση με την αλλαγή του γυναικείου ρόλου, στράφηκε προς τις αρχές της δημοκρατίας, της ισότητας, της προσωπικής ανάπτυξης και της αυτό-έκφρασης στην οικογενειακή ζωή. Αυτή η διαφοροποίηση φυσικά έγινε σταδιακά και συνεχίζεται μέχρι σήμερα.

Η έννοια της οικογένειας είναι η «λέξη κλειδί» της οικογενειακής θεραπείας. Στην οικογενειακή θεραπεία η οικογένεια μελετάται ως σύστημα αλληλεπίδρασης. Για να επιτευχθεί αυτό πρέπει να μελετηθούν οι σχέσεις και οι ρόλοι που οδηγούν αυτό το σύστημα, καθώς και η συμπεριφορά του κάθε μέλους που το αποτελεί (Relvas, 1997).

Είναι σημαντικό να αναφέρουμε πως η Satir V., η οποία θεωρείται και η «γιαγιά» της οικογενειακής θεραπείας, αναφέρει πως η οικογένεια είναι μια συνεκτική ομάδα που στηρίζεται σε λειτουργίες οι οποίες ενισχύουν αμοιβαία η μία την άλλη και που αποβλέπει στην ικανοποίηση των σεξουαλικών και γενετήσιων αναγκών και στη μετάδοση των πολιτισμικών αξιών, στόχος της είναι η ανατροφή, η υποστήριξη και η καθοδήγηση των μελών της.

Ο Ζαφείρης Α., αναφέρει επίσης, ότι η οικογένεια είναι μια ομάδα τριών ή περισσότερων μελών, η οποία χαρακτηρίζεται από τον καταμερισμό της εργασίας, τη

διαδικασία λήψης αποφάσεων και την ιεραρχία της εξουσίας. Τα στοιχεία αυτό φαίνονται στην εφαρμογή των ρόλων που αναλαμβάνουν τα μέλη της (Ζαφείρης, Ζαφείρη & Μουζακιώτη, 1999).

Η οικογένεια στο θεωρητικό αυτό πλαίσιο είναι ένα ζωντανό, ανθρώπινο, ανοικτό, δυναμικό σύστημα που αυτό-ρυθμίζεται, αυτό-οργανώνεται και τα μέλη της αλληλεπιδρούν και αλληλοσχετίζονται.

Στη θεωρία των Γενικών Συστημάτων, η οικογένεια αποτελεί ένα σύστημα αλληλεπιδράσεων μεταξύ των ατόμων – μελών της, που διατηρείται σταθερό (ομοιόσταση) με την επανάληψη των ίδιων επιδράσεων φυσιολογικών ή παθολογικών του ενός ατόμου πάνω στο άλλο. Οι θεωρίες της Ανθρώπινης επικοινωνίας, αναφέρονται στη σχέση λέξεων μεταξύ τους, σχέση της σημασίας τους, σχέση λέξεων και συμπεριφοράς συμμετρική ή συμπληρωματική επικοινωνία κ.τ.λ. (Μάνος, 1997).

Η οικογενειακή θεραπεία, υιοθετεί την άποψη ότι οι ερμηνείες και οι λύσεις των προβλημάτων που οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν μπορούν να αναζητηθούν, μόνο αν γίνουν κατανοητές οι σχέσεις τους με τους άλλους σημαντικούς γι' αυτούς ανθρώπους, στο παρελθόν και στο παρόν (Κανδυλάκη, 2001).

Η οικογένεια ως σύστημα, διακρίνεται για τους κώδικες συμπεριφοράς της, τους κανόνες της, τα όριά της, τους ρόλους των μελών της, τις αξίες και το σκοπό της (Κατάκη, 1992,1994,1997). Η οικογένεια ως ανοικτό σύστημα έχει όρια διαπερατά για να δέχεται πληροφορίες, έχει ιεραρχία στα επίπεδα της οργάνωσης της και αλλάζει συνεχώς ανάλογα με τη ροή πληροφοριών που δέχεται. Η διακίνηση πληροφοριών στα μέλη ενός συστήματος είναι μια σημαντική λειτουργία, απαραίτητη για την αλλαγή και την ικανοποίηση των αναγκών των μελών του συστήματος. Η λειτουργία αυτή λέγεται ανατροφοδότηση.

1.3. Η οικογένεια ως Σύστημα σύμφωνα με τις κύριες σχολές Οικογενειακής Θεραπείας.

Η οικογενειακή θεραπεία ουσιαστικά θεμελιώνεται τη δεκαετία του '50 και σχετίζεται περισσότερο με την κλινική έρευνα από ότι με την κλινική εφαρμογή. Κύριοι θεμελιωτές της οικογενειακής θεραπείας είναι ο Ackerman, ο Bell, ο Jackson, ο Bowen, ο Whitaker. Ακόμη, σημαντικό ρόλο στην προώθηση της ανάπτυξης της ήταν και οι Jay Haley, Virginia Satir και ο Salvador Minuchin, όπου ο καθένας ξεχωριστά έδωσαν ζωή στον αναδυόμενο τομέα της οικογενειακής θεραπείας.

Η Οικογενειακή θεραπεία, κυρίως, βασίζεται στο σκεπτικό ότι τα προβλήματα δεν αναφύονται μόνο από το ίδιο το άτομο, αλλά μέσα στο πλαίσιο λειτουργίας της οικογένειας. Η προσδοκία της θεραπείας αυτής είναι ότι η βελτίωση της λειτουργίας της οικογένειας θα οδηγήσει στη βελτίωση της κατάστασης του άρρωστου μέλους.

Όλοι οι οικογενειακοί θεραπευτές μοιράζονται μια κοινή άποψη για την οικογένεια ως ένα πλαίσιο σχέσεων καθώς και μία κοινή θεραπευτική δέσμευση ενασχόλησης με τη διαδικασία της οικογενειακής αλληλεπίδρασης. Ωστόσο, υπάρχουν αξιοσημείωτες διαφορές στις θεωρητικές θέσεις που διατυπώνει κάθε σχολή σκέψης σχετικά με τη φύση και την πηγή της ψυχικής δυσλειτουργίας, αλλά και στις στρατηγικές θεραπευτικής παρέμβασής τους.

Παρακάτω, θα εξετάσουμε τις καθιερωμένες προσεγγίσεις στην οικογενειακή θεωρία και στην κλινική πράξη, εστιάζοντας κυρίως στο ψυχοδυναμικό μοντέλο, το επικοινωνιακό, το δομικό, και εκείνο που ακολουθεί μια γνωστική/ συμπεριφορική προσέγγιση.

1.3.1. Η Ψυχοδυναμική προσέγγιση στην Οικογενειακή θεραπεία

Η ανάπτυξη της ψυχαναλυτικής θεραπείας οικογένειας και της οικογενειακής θεραπείας γενικότερα, είναι ανάλογες, μια που η μια σημαίνει ανάπτυξη για την άλλη. Η ψυχαναλυτική κίνηση επηρέασε την οικογενειακή θεραπεία, όπως και άλλες θεραπευτικές προσεγγίσεις.

Η Ψυχοδυναμική σχολή οικογενειακής θεραπείας, ωστόσο, διαφοροποιείται από τις άλλες σχολές οικογενειακής θεραπείας στο ότι δίνει ιδιαίτερη έμφαση στη προβολή των προϊόντων του ασυνειδήτου και όχι στη διαπροσωπική σχέση. Ο S.Freud, ιδρυτής της ψυχανάλυσης, γνώριζε τον αντίκτυπο των οικογενειακών σχέσεων και την σημασία που έχει η οικογένεια και αναφέρει το ρόλο της ως αιτιολογικό παράγοντα των νευρώσεων και τη θέση του αυτή τη διατύπωσε στη γνωστή αρχική "θεωρία της αποπλάνησης², παρόλο που δεν κατάφερε να αναγνωρίσει πως οι τρέχουσες οικογενειακές σχέσεις βοηθούν στη διατήρηση της δυσπροσαρμοστικής ή προβληματικής συμπεριφοράς. Βλέπει μάλιστα το ρόλο της να ενισχύεται κυρίως στο πλαίσιο του οιδιπόδειου συμπλέγματος, όπου οι εσωτερικευμένες αναπαραστάσεις των γονιών, οι απαγορεύσεις, το Υπερεγώ των ίδιων των γονιών εσωτερικεύονται ως στοιχεία δόμησης του Υπερεγώ του παιδιού (Τσαμπαρλή, 2011).

1. Τη θεωρία της αποπλάνησης επεξεργάστηκε ο Freud μεταξύ 1895 και 1897 και στη συνέχεια την εγκατέλειψε. Αποδίδει στην ανάμνηση πραγματικών σκηνών αποπλάνησης τον καθοριστικό ρόλο για την αιτιολογία των νευρώσεων. (Laplanche & Pontalis, 1986)

Θεωρεί, έτσι, την οικογενειακή θεραπεία μια διαδικασία που δεν μπορεί να έχει ουσιαστικά αποτελέσματα, αφού όπως παρατηρεί ο ίδιος, οι γονείς πολλές φορές ενδιαφέρονται λιγότερο για την ανάρρωση του, από τη συνέχιση της προβληματικής κατάστασης (Freud, 1916-1917). Για παράδειγμα, στη φημισμένη περίπτωση του μικρού Χανς ο Freud (1909), αναγνώρισε μέσω της συμμετοχής του πατέρα στη θεραπεία του παιδιού, τη σημασία των οικογενειακών σχέσεων, ωστόσο περιέγραψε ελάχιστα την αλληλεπίδραση του παιδιού με τους γονείς του. Παραγνωρίζοντας λοιπόν αυτό τον παράγοντα, ο Freud δεν διερεύνησε τη φοβία με όρους κοινωνικής αλληλεπίδρασης, αλλά με όρους της ενδοψυχικής δυναμικής των ενορμήσεων (Τσαμπαρλή, 2011).

Η Ψυχοδυναμική προσέγγιση στην Οικογενειακή θεραπεία, όπως αναφέραμε και παραπάνω, έχει ως κύριο θεμελιωτή της τον Nathan Ackerman (1958), ο οποίος ξεκίνησε τη δουλειά του παρακολουθώντας παιδιά. Σύντομα όμως αντιλήφθηκε ότι, αν ήθελε να αυξήσει την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών του παρεμβάσεων, θα έπρεπε οπωσδήποτε να λάβει υπόψη του τις οικογένειες των παιδιών. Υπό αυτή την έννοια η δουλειά του Ackerman μπορεί να θεωρηθεί η πρώτη προσπάθεια σύνδεσης της ψυχαναλυτικής προσέγγισης με τη συστημική μέθοδο της οικογενειακής θεραπείας. Ο Ackerman δανείστηκε στοιχεία και από τις δυο προσεγγίσεις και άρχισε να φτιάχνει μια γέφυρα ανάμεσα στις ψυχαναλυτικές και στις συστημικές θεωρίες. Συγκεκριμένα, κατάφερε να αξιοποιήσει αφενός το ενδοψυχικό υλικό στο επίπεδο της οικογένειας, όπου το κάθε μέλος γίνεται αντιληπτό ως ξεχωριστό άτομο και αφετέρου το συστημικό υλικό στο επίπεδο όπου η οικογένεια γίνεται αντιληπτή ως όλον (σύνολο).

Από την άλλη πλευρά, ο Nathan Ackerman ειδικός της ψυχαναλυτικής κατεύθυνσης και παιδοψυχίατρος, προσάρμοσε πρώτος τις ψυχαναλυτικές διατυπώσεις στη μελέτη της οικογένειας. Ο Ackerman (1970), έβλεπε την οικογένεια ως ένα σύστημα προσωπικοτήτων σε αλληλεπίδραση, κάθε άτομο αποτελεί ένα σημαντικό υποσύστημα μέσα στην οικογένεια, ακριβώς όπως η οικογένεια αποτελεί ένα υποσύστημα μέσα στη κοινότητα. Θεωρούσε ότι η εμφάνιση ενός συμπτώματος σε ένα μέλος της οικογένειας ήταν το αποτέλεσμα ενδοψυχικής σύγκρουσης και αποτελούσε μια άμυνα που βοηθούσε το μέλος να αποφύγει το άγχος που προκαλούσε η σύγκρουση. Σημαντική είναι και η έννοια που εισήγαγε, αυτή της «αλληλοδιαπλεκόμενης παθολογίας», σύμφωνα με την οποία η εκδήλωση ενός συμπτώματος από οποιοδήποτε μέλος της οικογένειας μπορεί να θεωρηθεί αποτέλεσμα της σύγχυσης και των διαστρεβλώσεων που παρατηρούνται σε όλη την οικογένεια, ενώ η εστίαση

επικεντρώνεται στην υποβόσκουσα αιτία των προβλημάτων, όπως αυτά εμφανίζονται στη συζυγική σχέση.

Η θεωρία του Ackerman, επιπλέον, δίνει βαρύτητα στην έννοια της *συμπληρωματικότητας*, χαρακτηρίζοντας τους ρόλους που παίζουν τα διάφορα μέλη της οικογένειας. Ο ρόλος του κάθε μέλους πρέπει να είναι ξεκάθαρος. Πρέπει, επίσης, να δίνει στο άτομο τη δυνατότητα της ευελιξίας και της αλλαγής καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν. Οι συγκρούσεις παρουσιάζονται στην οικογένεια όταν οι ρόλοι είναι συγκεχυμένοι ή μη δίκαιοι και φυσικά μπορούν να επηρεάσουν ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα. Ο Ackerman παρατήρησε, επίσης, ότι τα μέλη που διαφέρουν περισσότερο από τα υπόλοιπα γίνονται συχνά οι αποδιοπομπαίοι τράγοι και υποστήριξε ότι τέτοιες οικογενειακές συμμαχίες και διαπροσωπικές συγκρούσεις ξεκινούν από μια αποτυχία συμπληρωματικότητας στη συζυγική δυάδα (Goldenberg&Goldenberg, 2005).

Η έννοια των *ορίων* υπήρξε, επίσης, σημαντική, διότι περιγράφει στην προσέγγιση του Ackerman (1958) *"μια ημι- διαπερατή μεμβράνη, έναν πορώδη σάκκο, ο οποίος επιτρέπει ελεγχόμενη ανταλλαγή συναισθημάτων πληροφοριών, ερεθισμάτων μεταξύ των εσωτερικών ορίων (δηλαδή ανάμεσα σε αυτά των μελών της οικογένειας) και των εξωτερικών (μεταξύ οικογένειας και κοινωνικού περιβάλλοντος)".* (Τσαμπαρλή, 2011, σελ.138)

Βασικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται είναι η ενόραση, ο συμβολισμός, η αναδρομή στο παρελθόν και η ατομική θεραπεία με παρουσία της οικογένειας. Ο θεραπευτής δηλαδή, επικοινωνεί ξεχωριστά με κάθε πρόσωπο της οικογένειας και συνδιαλέγεται μόνο με ένα πρόσωπο και κατόπιν επιχειρεί αλλαγές από τα έξω προς τα μέσα, από το σύστημα στο άτομο. Υποστηρίζεται επίσης ότι ο συνδυασμός οικογενειακής και ατομικής θεραπείας συνιστά ένα πολύ χρήσιμο, συγκροτημένο θεραπευτικό σχήμα και ενδείκνυται για τις οικογένειες που αδυνατούν να διαχειριστούν και να προσαρμοστούν στα νέα δεδομένα και στις «αλλαγές» των μελών της.

1.3.2.Επικοινωνιακή Οικογενειακή Θεραπεία

Η κυριότερη εκπρόσωπος του χώρου της επικοινωνιακής οικογενειακής θεραπείας είναι η Virginia Satir (1916-1988). Η Satir θεμελίωσε τη θεραπεία οικογένειας βασισμένη πρωτίστως στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και στην θεωρία της επικοινωνίας. Πίστευε ότι κάθε οικογένεια έχει το δυναμικό να αναπτύξει καλύτερους τρόπους επικοινωνίας για να αυξήσει την αυτοεκτίμηση των μελών της. Οι θεωρητικές θέσεις της προέκυψαν από την

πράξη και την κλινική εφαρμογή με χιλιάδες οικογένειες. Η ίδια αναφέρει ότι εργάστηκε με τουλάχιστον 5.000 οικογένειες (Satir & Bitter, 2000),(Napier & Whitaker, 1978, Roche – Oliver, 2001).

Οι θέσεις της Satir έχουν επηρεαστεί από την αρχική της εκπαίδευση στην ψυχαναλυτική θεωρία του Freud. Στο μοντέλο της διαφαίνονται επίσης οι επιρροές από τις θέσεις του Adler και του Jung για την δυνατότητα της προσωπικής ολοκλήρωσης. Ο προσανατολισμός της στην συστημική προσέγγιση οφείλεται κυρίως στους Bateson και Jackson, με τους οποίους συνεργάστηκε στο Ινστιτούτο Έρευνας για Θέματα Ψυχικής Υγείας, στο Πάλο Άλτο της Καλιφόρνιας (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956),(Walsh & McGraw, 2002). Η Satir άσκησε την οικογενειακή θεραπεία αρχικά βασισμένη στις θέσεις των Bateson και Watzlawick για τις αρχές της επικοινωνίας. Στην πορεία εμπλούτισε τις θέσεις της με αρχές και τεχνικές από άλλες θεωρητικές προσεγγίσεις και θεραπευτικά μοντέλα, κυρίως από την θεωρία και το μοντέλο της προσωποκεντρικής και φαινομενολογικής προσέγγισης του (Rogers & Sanford, 1989).

Η Satir υποστήριζε ότι όλα τα άτομα κατέχουν όλους τους πόρους που χρειάζονται για θετική ανάπτυξη, εξέλιξη και ολοκλήρωση. Η ίδια, πιστεύει, ότι μέσα σε όλους υπάρχει η δύναμη της ζωής. Σκοπός του θεραπευτή είναι να «ανασύρει» τη δύναμη αυτή από τους ανθρώπους που παρουσιάζουν προβλήματα (Satir & Baldwin, 1983), καθώς όλοι έχουν την δυνατότητα να είναι ολοκληρωμένα πρόσωπα, αλλά δεν την αξιοποιούν πάντα. Η Satir, ωστόσο, υποστήριζε ότι ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούμε είναι ο σημαντικότερος παράγοντας που επηρεάζει τις σχέσεις μας με τους άλλους, την οικογένεια και τον εαυτό μας. Όπως υποστηρίζει: *«Η επικοινωνία και η αυτοεκτίμηση αποτελούν τα θεμέλια του οικογενειακού συστήματος»* (Satir & Bitter, 1991, σελ. 42). Όταν τα μέλη αποκτούν σαφή και καθαρή επικοινωνία οι αλληλεπιδράσεις των ατόμων μεταφέρονται σε μια υγιή βάση.

Όπως προαναφέραμε, βασικό πρόβλημα σε μια δυσλειτουργική σχέση είναι η ανεπαρκής επικοινωνία. Γι' αυτό και στο επικοινωνιακό μοντέλο της Satir η θεραπεία επικεντρώνεται στη βελτίωση του τρόπου επικοινωνίας της οικογένειας και σκοπός της είναι να αποκαλύψει τους αυστηρούς και άκαμπτους νόμους και ρόλους που καθορίζουν την επικοινωνία και να βοηθήσει τα μέλη της να διαμορφώσουν περισσότερο εύκαμπτους και ευέλικτους κανόνες και ρόλους. Ένας άλλος γενικός στόχος είναι να βοηθηθούν τα άτομα να αναπτύξουν την αυτοεκτίμηση αλλά και να αντιληφθούν τα άτομα τις δυνατότητες που έχουν ώστε να τις χρησιμοποιούν αποτελεσματικά.

1.3.3. ΗΔομική Προσέγγιση

Ο Salvador Minuchin είναι ο ιδρυτής του μοντέλου δομικής οικογενειακής προσέγγισης. Η «δομή της οικογένειας» ήταν από τις πρώτες έννοιες που χρησιμοποίησε. Όπως εξηγεί και ο ίδιος: «*Δουλεύοντας με τις οικογένειες και έχοντας την ανάγκη να συλλάβω την λειτουργία τους άρχισα να παρατηρώ ότι η συμπεριφορά τους είχε ένα μοτίβο – ότι τα μέλη της οικογένειας αντιδρούσαν με έναν τρόπο που μπορούσε να προβλεφθεί. Ένα από τα πρώτα πράγματα που είχα μάθει ως φυσικός ήταν να επικεντρώνομαι στις φυσικές δομές που υπάρχουν κάτω από τις βιολογικές λειτουργίες του οργανισμού. Έτσι άρχισα να σκέφτομαι ότι η οικογένεια όπως και το σώμα, έχει μια βασική δομή*». (Minuchin & Nichols, 1993, σελ. 40). Η έννοια της δομής, ακόμη, αναφέρεται στα αλληλεξαρτώμενα και επαναλαμβανόμενα πρότυπα αλληλεπίδρασης μεταξύ των μελών της οικογένειας, στους ρόλους που έχουν ανατεθεί και υιοθετηθεί από τα μέλη, στους φανερούς και στους άτυπους κανόνες που καθορίζουν τις αλληλεπιδράσεις των μελών, στις προσδοκίες που έχουν τα μέλη για τους άλλους και τους εαυτούς τους και στην κατανομή της εξουσίας ανάμεσα στα μέλη, δηλαδή στην οικογενειακή ιεραρχία. Συγκεκριμένα, οι υποστηρικτές της δομικής προσέγγισης υπογραμμίζουν ότι όλες οι οικογένειες που λειτουργούν καλά πρέπει να είναι ιεραρχικά οργανωμένες, με τους γονείς να εξασκούν μεγαλύτερη εξουσία από τα παιδιά και να υπάρχει *συμπληρωματικότητα λειτουργιών* μεταξύ της συζυγικής διάδας.

Η δομική θεραπεία εστιάζει στο πρόβλημα και στις λύσεις μέσα σε ένα κοινό πλαίσιο. Η δομική θεωρία δίνει έμφαση στην ολότητα του οικογενειακού συστήματος, στην επιρροή της ιεραρχικής οργάνωσης της οικογένειας και στην αλληλοεξαρτώμενη λειτουργία των υποσυστημάτων, καθώς θεωρεί ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά είναι αποτέλεσμα αλληλεπίδρασης εσωτερικών και εξωτερικών παραγόντων (Minuchin, 2000).

Η δομική οικογενειακή θεραπεία προσεγγίζει, ουσιαστικά, το άτομο μέσα στο κοινωνικό του πλαίσιο και ο βασικός της στόχος είναι η αλλαγή της οργάνωσης της οικογένειας. Όταν η δομή της οικογένειας μετασχηματίζεται, οι θέσεις των μελών σε αυτή την ομάδα μεταβάλλονται ανάλογα. Έτσι, αλλάζουν με τη σειρά τους και οι εμπειρίες του κάθε ξεχωριστού μέλους. (Minuchin, 2000).

Ακόμη, βασικές έννοιες που χρησιμοποιεί ο Minuchin είναι τα *οικογενειακά υποσυστήματα*, τα *όρια* και οι *συνασπισμοί, συμμαχίες* στην οικογενειακή δομή. Τα *υποσυστήματα* διαμορφώνονται με βάση τα πρότυπα των σχέσεων που υπάρχουν σε μια οικογένεια. Τα συζυγικά, γονεϊκά και αδελφικά υποσυστήματα είναι τα πιο κυρίαρχα και τα

πιο σημαντικά υποσυστήματα στην οικογένεια. Τα υποσυστήματα, λοιπόν, αποτελούν συστατικά στοιχεία της δομής της οικογένειας και υπάρχουν για να διεξάγονται διάφορα οικογενειακά καθήκοντα απαραίτητα για τη λειτουργία ολόκληρου του οικογενειακού συστήματος. Τα *όρια του υποσυστήματος*, υποστηρίζει ο Minuchin είναι οι κανόνες που καθορίζουν τη συμπεριφορά του. Όρια είναι ο νοητός κύκλος που οριοθετεί άτομα και υποσυστήματα και καθορίζει το είδος της συναλλαγής ανάμεσα στα μέλη και ανάμεσα στην οικογένεια ως σύνολο με τον έξω κόσμο (Goldenberg & Goldenberg, 2005). Ωστόσο, τα όρια σε μια οικογένεια ποικίλουν σε ότι αφορά στην ευελιξία τους ή στην διαπερατότητά τους και διασφαλίζουν τη διαφοροποίηση του συστήματος. Στις λειτουργικές οικογένειες, φαίνεται, πως τα όρια είναι σαφή, καλά καθορισμένα και ξεκάθαρα. Άλλες οικογένειες, όμως, αναπτύσσουν υπερβολικά άκαμπτα ή συγκεχυμένα όρια με αποτέλεσμα τα μέλη να έχουν δυσκολία να σχετιστούν μεταξύ τους με οικείο τρόπο ή να χάνουν την αυτονομία τους λόγω συνεχής εμπλοκής μεταξύ τους. Τέλος, ο όρος συνασπισμός είναι οι συμμαχίες ανάμεσα σε συγκεκριμένα μέλη της οικογένειας εναντίον ενός τρίτου μέλους, μειώνοντας έτσι το άγχος που βαραίνει τη σχέση τους. Σύμφωνα με τον Minuchin, οι οικογενειακοί συνασπισμοί συχνά εισάγουν άγχος μέσα στο σύστημα της οικογένειας, δυσχεραίνοντας τη λειτουργία των μελών ατομικά καθώς και της οικογένειας ως σύνολο.

Καταλήγοντας, η δομική οικογενειακή θεραπεία αποσκοπεί στην κατανόηση του τρόπου των μελών να αντιμετωπίζουν προβλήματα και το ένα το άλλο, βοηθώντας τα τελικά να αλλάξουν τις δυσλειτουργικές τάσεις και να αναδιευθετήσουν εκ νέου την οργάνωση της οικογένειας (Goldenberg & Goldenberg, 2005).

1.3.4..Η Γνωσιακή- Συμπεριφοριστική Σχολή

Τα γνωστικά - συμπεριφορικά μοντέλα της οικογενειακής θεραπείας προστέθηκαν σχετικά πρόσφατα στο τομέα της οικογένειας. Η Συμπεριφοριστική Σχολή επικεντρώνει το ενδιαφέρον στις συμπεριφορές που έχει αναπτύξει το κάθε μέλος προς τα άλλα οικογενειακά μέλη και περιλαμβάνει την εφαρμογή της θεωρίας της μάθησης και άλλων αρχών εμπειρικής βάσης στην αλλαγή της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς του πελάτη. Αργότερα, μερικοί συμπεριφοριστές άρχισαν να αναγνωρίζουν ότι γνωστικοί (cognitive) παράγοντες (στάσεις, σκέψεις, πεποιθήσεις, προσδοκίες) επίσης επηρεάζουν τη συμπεριφορά. Έτσι, όλο και περισσότερο τα τελευταία χρόνια, η γνωστική θεραπεία συμπεριφοράς άρχισε να

αναγνωρίζεται και να αποτελεί σημαντικό μέρος του κύριου ρεύματος της ψυχοθεραπείας. (Goldenberg & Goldenberg, 2005).

Οι γνωστικές απόψεις του Albert Ellis και του Aaron Beck (Goldenberg & Goldenberg, 2005) σχετικά με τις στενές σχέσεις του ζευγαριού και τον ρόλο των αντιλήψεων, των σκέψεων, και των προσδοκιών του συντρόφου σχετικά με τις ενέργειες του άλλου, οι γνωστικές παρεμβάσεις στη συζυγική και στην οικογενειακή θεραπεία άρχισαν σιγά-σιγά να αποκτούν υπόβαθρο. Σήμερα, κανείς δεν μπορεί να αμφισβητήσει τη συνεισφορά της στη συζυγική θεραπεία ή τη θεραπεία ζευγαριών (Munson, 1994, Goldenberg & Goldenberg, 2005).

Η Γνωσιακή- Συμπεριφοριστική σχολή, σήμερα δίνει ιδιαίτερη έμφαση στη σημασία της αυτοδιάθεσης και της αυτοδιαχείρισης στην αλλαγή της συμπεριφοράς και αναγνωρίζει ότι η συμπεριφορά, οι γνωστικές διαδικασίες, και προσωπικοί παράγοντες όπως το συναίσθημα, τα κίνητρα ασκούν αμοιβαία επιρροή και αλληλοεπηρεάζονται. Ωστόσο, κάποιοι συμπεριφορικά προσανατολισμένοι θεραπευτές³ έχουν προσαρμόσει μια συστημική/συμπεριφορική/γνωστική άποψη και δεν εστιάζουν μόνο στο άτομο αλλά παρατηρούν και την επίδραση των εμπειρικών δεδομένων και τις περιβαλλοντικές συνθήκες του ατόμου.

³ Μια ιδιαίτερη ενδιαφέρουσα αλλαγή αφορά τον Gerald Patterson, κάποτε αυστηρό συμπεριφοριστή, που μετέβαλλε πολλές από τις απόψεις του αφού μελέτησε τη θεωρία των συστημάτων στο πλάι του Salvador Minuchin.

Κεφάλαιο 2^ο: Το ΔΙΑΓΕΝΕΟΛΟΓΙΚΟ Μοντέλο του M.Bowen.

Ο Murray Bowen (1913-1990), ο οποίος διατύπωσε και τις βασικές θεωρητικές θέσεις της. Είναι ο θεμελιωτής της Διαγενεολογικής προσέγγισης και ο άνθρωπος ο οποίος έθεσε το θεωρητικό προβληματισμό που αποτέλεσε την βάση άλλων μεταγενέστερων διαγενεακών προσεγγίσεων οικογενειακής θεραπείας.

Η διαγενεακή οικογενειακή θεραπεία βασίζεται στην υπόθεση ότι για να κατανοηθούν οι τρέχουσες δυσλειτουργίες μιας οικογένειας θα πρέπει να εξεταστεί η δυναμική των προηγούμενων γενεών (Παπαδιώτη, 2006). Συνέδεσαν, συνεπώς, την τρέχουσα οικογενειακή λειτουργία με το πολυγενεαλογικό της πλαίσιο τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα μέλη μιας οικογένειας συνδέονται με τις δυσλειτουργικές σχέσεις στην πυρηνική οικογένεια, αυτή η δυσλειτουργία, ωστόσο, έχει τις ρίζες της στις προηγούμενες γενιές. Για τους λόγους αυτούς οι θεραπευτές που υιοθετούν το διαγενεακό μοντέλο αντιμετωπίζουν τα τρέχοντα προβλήματα της οικογένειας και παράλληλα εξετάζουν πως αυτά έχουν διαμορφωθεί από γενιά σε γενιά. Κατά κανόνα, ανασύρονται σχετικές πληροφορίες σχετικά με δύο ή και τρεις γενιές.

Ο Bowen μεγάλωσε σε μια «δεμένη» οικογένεια, η οποία επί μερικές γενιές ζούσε σε μια μικρή πόλη στην Πενσυλβανία των ΗΠΑ. Ήταν το μεγαλύτερο από τα πέντε παιδιά της οικογένειας. Όταν απομακρύνθηκε από αυτήν, ο προβληματισμός του για την έννοια της *διαφοροποίησης* τον οδήγησε να επαναδιαπραγματευθεί τις σχέσεις του με τα άλλα μέλη της αρχικής του οικογένειας και να επιτύχει με αυτόν τον τρόπο τη «διαφοροποίηση του εαυτού του». Τον επαναπροσδιορισμό των σχέσεων του με την οικογένεια καταγωγής του περιέγραψε στο «*Τρίγωνα στην Οικογένεια*» (Bowen, 1998).

Ο Bowen σπούδασε ιατρική και ειδικεύτηκε στην ψυχιατρική. Από την αρχή της άσκησης του επαγγέλματος του στην Κλινική του Menninger παρατήρησε τη σημασία που έχουν οι σχέσεις της οικογένειας στην ανάπτυξη σχιζοφρένειας σε ένα μέλος της. Ήδη από το 1951 ζητούσε από τις μητέρες των παιδιών τα οποία νοσηλευόταν στο νοσοκομείο να μένουν στην κλινική μαζί τους. Από την μελέτη τους κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η συμβιωτική σχέση που δημιουργείται ανάμεσα στην μητέρα και στο παιδί δεν επιτρέπει σε κανένα μέλος να διαφοροποιηθεί (Bowen, 1960). Ο Bowen συνέχισε να μελετά τη δυναμική της Οικογένειας στο Εθνικό Ινστιτούτο Ψυχική Υγείας (NIMH), όπου μετακινήθηκε το 1954. Σύμφωνα με τις διαπιστώσεις του εκείνο το διάστημα, οι οικογένειες παιδιών με άλλα ψυχολογικά προβλήματα παρουσίαζαν παρόμοια χαρακτηριστικά με εκείνα των οικογενειών παιδιών με σχιζοφρένεια. Η

παρατήρηση αυτή, σύμφωνα με τον ίδιο (Bowen 1978), ήταν πολύ σημαντική γιατί δείχνει ότι οι οικογένειες λειτουργούν με παρόμοιο τρόπο και ότι υπάρχει ένα συνεχές που ξεκινά από την καλή λειτουργία και φθάνει έως την σοβαρή δυσλειτουργία.

Λίγο αργότερα προσλήφθηκε στο Πανεπιστήμιο του Georgetown, όπου διαμόρφωσε τις τελικές του θέσεις. Στην πορεία, και από τις παρατηρήσεις του για την σχιζοφρένεια, ο Bowen κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η εμφάνιση της ασθένειας δεν απορρέει από τη συμβιωτική σχέση μητέρας- παιδιού αλλά από όλη την οικογένεια που παρεμποδίζει τη διαφοροποίηση του.

Ο ίδιος, επιπλέον, υποστήριζε ότι η ανακάλυψη της ψυχανάλυσης από τον Freud αποτελεί ένα από τα πιο σημαντικά επιτεύγματα του 20ου αιώνα. Κατ' αυτόν, δύο ήταν οι σημαντικές συμβολές του Freud. Πρώτον, το ότι θεωρούσε πως η ψυχική αρρώστια είναι αποτέλεσμα δυσλειτουργικών σχέσεων στην παιδική ηλικία. Δεύτερον, το ότι επισήμανε και όρισε ως ξεχωριστή έννοια τη θεραπευτική σχέση και την σημασία της. *«Είμαι πεπεισμένος, ότι η κεντρική σκέψη στην ψυχιατρική και σε όλες τις Κοινωνικές Επιστήμες είναι βασισμένη σε αυτές τις δύο θέσεις»* (Bowen, 1978, σελ. 33). Ο ίδιος, αν και ξεκίνησε ως ψυχαναλυτής στη πορεία ανέπτυξε τη δική του σκέψη, επηρεάστηκε από τις θέσεις του Freud και έδωσε ιδιαίτερη μνεία στην λειτουργία της οικογένειας ως σύστημα. Προσπάθησε με συνέπεια να δομήσει μια συγκροτημένη θεωρία, χωρίς να ενδιαφέρεται άμεσα για την εφαρμογή της στην θεραπευτική πρακτική. Τη θεωρία του για την οικογένεια ως σύστημα τη διαμόρφωσε κατά βάση μεταξύ του 1954 και του 1956.

2.1. Οι βασικές θέσεις του Διαγενεολογικού Μοντέλου

Ο Bowen κατέληξε στη διατύπωση της θεωρίας του σχετικά με την *αδιαφοροποίητη οικογενειακή μάζα* (undifferentiated family ego mass) μετά από μία σειρά παρατηρήσεων. Η αρχική διατύπωση της υπόθεσης για τη συμβιωτική σχέση μεταξύ μητέρας – παιδιού ως γενεσιουργό αιτία της σχιζοφρένειας εξελίχθηκε σταδιακά ως απόρροια της διαπίστωσης ότι η σχέση αυτή δεν είναι παρά ένα μέρος του ευρύτερου οικογενειακού συστήματος και ότι οι πατέρες είναι εξίσου εμπλεγμένοι είτε μέσω ενεργητικής υποστήριξης της σχέσης μητέρας – παιδιού είτε μέσω παθητικής απόσυρσης από τη σχέση αυτή.

Σύμφωνα με τον Bowen στα συστήματα των ανθρώπινων σχέσεων συνυπάρχουν δυο φυσικές τάσεις, οι οποίες αντιμάχονται η μία την άλλη. Η τάση για εξατομίκευση ή αυτονομία (individuality) και η τάση για συντροφικότητα ή συγχώνευση (togetherness). Τόνισε δε ότι ο

μεγάλος βαθμός συγχώνευσης στη σχέση συνεπάγεται την απώλεια του εαυτού. (Μεγάλη συντροφικότητα → απώλεια εαυτού).

Όταν σε μια σχέση δυο ατόμων (π.χ. των γονιών) υπάρχει ένταση και σύγκρουση χρειάζεται η ύπαρξη ενός τρίτου προσώπου (π.χ. του παιδιού). Όταν το ζευγάρι επικεντρώνεται στο παιδί, αποφεύγεται η διαφοροποίηση του κάθε ενός. Γενικά, όταν διαταράσσεται η ισορροπία στην οικογένεια το παιδί αποτελεί το πιο ευαίσθητο πόλο έλξης της παθολογίας.

2.2. Οι οκτώ θεωρητικές έννοιες

Η θεωρία συστημάτων του Bowen αποτελείται από 8 Θεωρητικούς πυλώνες οι οποίοι διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο και εστιάζονται στη παρατήρηση της συμπεριφοράς αμοτέρων του ατόμου και της οικογενειακής μονάδας. Οι οκτώ αυτές δυνάμεις, διαμορφώνουν τη λειτουργία της οικογένειας και είναι αλληλοεξαρτώμενες. Οι πρώτες τρεις εξετάζουν σφαιρικά τη λειτουργία της οικογένειας, ενώ οι επόμενες πέντε αναλύουν επιμέρους πλευρές των οικογενειακών διεργασιών. Καμία δε μπορεί να γίνει κατανοητή ανεξάρτητα από τις υπόλοιπες, διότι καθεμία εξαρτάται στενά, σε νοητικό επίπεδο, από τις άλλες. Αυτές οι έννοιες είναι οι εξής:

2.2.1 Διαφοροποίηση του εαυτού (Differentiation of self)

Η έννοια της διαφοροποίησης του εαυτού, είναι ο ακρογωνιαίος λίθος της θεωρίας του Bowen και ορίζεται σε δύο επίπεδα. Το πρώτο σχετίζεται με την ανάγκη του ατόμου για συναισθηματική εγγύτητα και συγχρόνως για αυτονομία και «ορισμό» του εαυτού. Με αυτήν την διαδικασία το κάθε άτομο είναι αυτόνομο και ταυτόχρονα διατηρεί συναισθηματική επαφή με την οικογένεια του. Το δεύτερο επίπεδο ορισμού αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να διακρίνει την συναισθηματική από την νοητική λειτουργία. Σύμφωνα με τον Bowen, η έννοια της διαφοροποίησης «... ορίζει τους ανθρώπους ανάλογα με το βαθμό συγχώνευσης⁴ ή διαφοροποίηση που υπάρχει μεταξύ της θυμικής και διανοητικής τους λειτουργίας...» η διαφοροποίηση καθορίζεται από «... τον βαθμό στον οποίο ο άνθρωπος είναι ικανός να διαχωρίσει τη συγκινησιακή από τη διανοητική του διαδικασία». (Bowen, 1978, σσ 362, 355).

⁴Συγχώνευση (fusion) ο Bowen ονόμασε αυτή την αγχωτική, σχεδόν συμβιωτικού τύπου, ασαφροποίηση των ορίων και σμίκρυνση του υπαρξιακού χώρου των προσώπων. Συγχώνευση σημαίνει έλλειψη διαφοροποίησης. (Ζερβάνος, 2009, σσ 97)

Η συναισθηματική λειτουργία σχετίζεται με αυτόματες και ενστικτώδεις αντιδράσεις, ενώ η νοητική λειτουργία έχει να κάνει με την ικανότητα του ατόμου να ελέγχει τις αντιδράσεις του και να μην παρασύρεται από το συναίσθημα του. Όπως σημειώνει ο Bowen: *«Ο άνθρωπος με την χρήση του μυαλού του έμαθε για τα μυστικά του κόσμου. Ανέπτυξε επίσης την τεχνολογία για να τροποποιήσει το περιβάλλον του και κατάφερε να ελέγξει τις κατώτερες μορφές ζωής. Ωστόσο δεν κατόρθωσε να χρησιμοποιήσει τόσο καλά το μυαλό του για να ελέγξει την συναισθηματική του λειτουργία»* (Bowen, 1975, σελ.60).

Από τις παρατηρήσεις του στις οικογένειες των σχιζοφρενών ο Bowen (1975) διαπίστωσε ότι οι γονείς αυτών των ατόμων δεν μπορούν να ξεχωρίσουν την νοητική από την συναισθηματική του αντίδραση. Το επίπεδο διαφοροποίησης του ατόμου μπορεί να παρατηρηθεί κυρίως όταν η οικογένεια βρίσκεται σε κατάσταση κρίσης. Σε μια τέτοια κατάσταση η συναισθηματική αντίδραση είναι άμεση και συμβαίνει ασυνείδητα.

Ο Bowen (1978) δημιούργησε μια κλίμακα για να αξιολογήσει το βαθμό διαφοροποίησης των ατόμων. Κατηγοριοποίησε τα άτομα σύμφωνα με το βαθμό διαφοροποίησης τους και υπέθεσε ότι σε κάθε κατηγορία υπάρχουν και διαφορετικά χαρακτηριστικά προσωπικότητας και διαπροσωπικών σχέσεων.

Τα άτομα τα οποία είναι λιγότερο διαφοροποιημένα έχουν συνήθως τα ακόλουθα χαρακτηριστικά:

- Δυσκολεύονται να διαχωρίσουν το συναίσθημα από τα γεγονότα και είναι ολοκληρωτικά προσκολλημένα σε διαπροσωπικές σχέσεις.
- Δαπανούν μεγάλο μέρος της ενέργειας στην ζωή τους για την διατήρηση των σχέσεων αποδοχής και αγάπης από τους άλλους. Με αυτόν τον τρόπο μειώνεται η διαθέσιμη ενέργεια τους για αυτόνομες δραστηριότητες.
- Δεν μπορούν να διαφοροποιήσουν το συναισθηματικό σύστημα από το νοητικό.
- Αγωνίζονται να δημιουργήσουν ευμενείς εντυπώσεις για το πρόσωπο τους, ώστε να κερδίζουν την έγκριση των άλλων..
- Λειτουργούν με βάση το πώς νιώθουν και όχι το πώς σκέφτονται. Μεγαλώνουν ως εξαρτημένα άτομα από τους γονείς τους και στην συνέχεια αναζητούν άλλες σχέσεις εξάρτησης. Στο ακραίο σημείο αυτής της κατηγορίας βρίσκονται τα άτομα με ψύχωση, τα οποία σπάνια μπορούν να ζήσουν έξω από τους προστατευτικούς τοίχους που τους προσφέρει το άσυλο» (Bowen, 1978).

Αντίθετα τα άτομα με υψηλό βαθμό διαφοροποίησης:

- Είναι προσανατολισμένα σε συγκεκριμένους σκοπούς και κατευθύνονται από τον εαυτό τους
- Είναι σίγουρα για τα πιστεύω και τις πεποιθήσεις τους, αλλά όχι δογματικά ή απόλυτα στις θέσεις τους.
- Δείχνουν εμπιστοσύνη και σεβασμό στον εαυτό τους και στους άλλους.
- Αισθάνονται πλήρως υπεύθυνα απέναντι στον εαυτό τους αλλά και απέναντι στην οικογένεια και την κοινωνία.
- Έχουν αυτονομία, αλλά συγχρόνως εμπλέκονται σε έντονες συναισθηματικές σχέσεις
- Δεν αντιμετωπίζουν σημαντικά εμπόδια στις κοινωνικές τους συναλλαγές και εντάξεις.

Επιπλέον, ο Bowen υπογράμμισε και τον όρο διαφοροποιημένη οικογένεια και αναφέρει συγκεκριμένα πως οι διαφοροποιημένες και λειτουργικές οικογένειες είναι ικανές να χειρίζονται επιδέξια τις αντιγνώμεις που εκπορεύονται από τη διάσταση μεταξύ των ατομικών επιλογών και των ομαδικών αναγκών. Σε συναισθηματικό επίπεδο, το κριτήριο λειτουργικότητας μιας οικογένειας είναι το κατά πόσον κάθε μέλος της αισθάνεται καλά ζώντας μέσα στους κόλπους της

2.2.2. Τα τρίγωνα (Triangles)

«τα τρίγωνα υπάρχουν για πάντα τουλάχιστο μέσα στις οικογένειες»

Kerr & Bowen, 1988, σελ.132.

Η τριάδα - το παιδί και οι γονείς – είναι ο βασικός θεμέλιος λίθος της οικογένειας, τόσο βιολογικά όσο και ψυχολογικά. Όταν δύο άτομα έχουν ένταση, εμπλέκουν ένα τρίτο μέλος ή μια κατάσταση (π.χ. ένα παιδί, μια εξωσυζυγική σχέση, το ποτό ή την εργασία) προκειμένου να μειώσουν την ένταση τους. Αυτή η διαδικασία ονομάζεται *Τριγωνισμός*. Ωστόσο, ο Bowen (1978) αναφέρει ότι η τριάδα δεν είναι κατ' ανάγκην ή ανά πάσα στιγμή δυσλειτουργική.

Τα υπάρχοντα τρίγωνα στην οικογένεια είναι ανενεργά όταν απουσιάζει η ένταση. Σε περιπτώσεις εντάσεων και στρες, ωστόσο, ενεργοποιούνται τριγωνικές σχέσεις και η προσθήκη τρίτου προσώπου σταθεροποιεί μια ασταθή δυάδα. Για παράδειγμα, όταν η γονική σχέση παρουσιάζει πρόβλημα, οι γονείς μπορούν να «τριγωνίσουν» ένα παιδί, το οποίο

ενδέχεται να αναπτύξει κάποιο ψυχολογικό ή οργανικό πρόβλημα. Το άτομο που τριγωνίζεται είναι συνήθως το λιγότερο διαφοροποιημένο μέλος της οικογένειας. Τα οικογενειακά τρίγωνα δημιουργούνται συνήθως για να επιλύσουν συζυγικές συγκρούσεις. Τρίγωνα μπορεί να δημιουργηθούν με τον ορισμό ενός παιδιού ως «άρρωστος» ή «κακού», οπότε η προσοχή των γονέων αποσπάται από το συζυγικό πρόβλημα και στρέφεται στο «προβληματικό» παιδί.

Σε άλλες περιπτώσεις ο Τριγωνισμός γίνεται μέσω της δημιουργίας συνασπισμού του παιδιού με έναν από τους δύο γονείς. Τρίγωνα στην οικογένεια δημιουργούνται επίσης με τον ορισμό του ενός παιδιού ως «καλού» και του άλλου ως «κακού», ή με τον ορισμό του ενός ως «έξυπνου» ή «επιτυχημένου» και του άλλου ως «κουτού» ή «αποτυχημένου».

Τρίγωνα μπορούν ακόμη να δημιουργηθούν με εκπροσώπους από τρεις διαφορετικές γενιές (διαγενεακά τρίγωνα). Σε τέτοιες περιπτώσεις ο γονέας ορίζεται συνήθως ως «άρρωστος», «παρακατιανός» ή «κακός» και γίνεται συμμαχία ανάμεσα στους παππούδες και στα εγγόνια (McGoldrick, 2002).

Τρίγωνα, σχολιάζει η McGoldrick, «...παρουσιάζονται σε όλες τις ανθρώπινες σχέσεις: σε εργατικά συστήματα, σε δίκτυα φιλικών σχέσεων και φυσικά, στις διεθνείς πολιτικές σχέσεις. Ειδικά στις οικογενειακές σχέσεις τα τρίγωνα μπορούν να πάρουν ιδιαίτερα σκληρό και οδυνηρό χαρακτήρα. Αυτό οφείλεται στο ότι τα μέλη της οικογένειας εξαρτώνται υπερβολικά και για όλη τους τη ζωή το ένα από το άλλο, τόσο σε θέματα υποστήριξης όσο και σε θέματα αυτοεπιβεβαίωσης...» (McGoldrick, 2002, σελ. 164).

Γενικότερα, ο τριγωνισμός αναφέρεται στη διαστολή μιας δυαδικής σχέσης που χαρακτηρίζεται από σύγκρουση, (Simon, Stierlin & Wynne, 1991) και τα μέλη της σχέσης όταν βρίσκονται σε σύγκρουση έρχονται αντιμέτωπα με το εξής δίλημμα: ο ένας θα κερδίσει και ο άλλος θα χάσει, ή η σχέση μπορεί να κλονιστεί. Υπό αυτές τις συνθήκες μια από τις λύσεις μπορεί να είναι ένταξη ενός τρίτου προσώπου. Ο χαμένος από τη σύγκρουση θα αναζητήσει την υποστήριξη ενός τρίτου προσώπου που στην περίπτωση της οικογένειας είναι συνήθως ένα από τα παιδιά. Ο Minuchin υποστήριξε ότι οι τριάδες μπορεί να είναι παθολογικές δομές σε μια οικογένεια. Ο γονέας αναζητά υποστήριξη από ένα παιδί στην φανερή ή όχι σύγκρουση με τον άλλο, και η σχέση του παιδιού με τον άλλο γονέα μπορεί να είναι το τίμημα της συμμαχίας. Οι αλληλεπιδράσεις των μελών της οικογένειας στις τριγωνικές τους σχέσεις μπορεί να εμφανίζονται πιο καθαρά στην περίπτωση του διπλού δεσμού.

Με την έννοια του Τριγωνισμού συσχετίζεται άμεσα η ένταση και το άγχος που καταλαμβάνουν ένα συναισθηματικό σύστημα. Οι συγκρούσεις δεν είναι πάντοτε έντονες ή

εμφανείς αλλά το συναισθηματικό σύστημα τον δύο ατόμων βρίσκεται σίγουρα σε αστάθεια. Η αστάθεια στο σύστημα των σχέσεων είναι απόρροια της συσσωρευμένης έντασης μεταξύ των μελών. Το μέλος που βρίσκεται στην πιο αδύναμη θέση είναι αυτό που θα αναζητήσει ένα τρίτο πρόσωπο για να αποβάλλει την ένταση. *«Η αστάθεια των δυνάδων είναι αυτό που προκαλεί σχέσεις τριγωνισμού»* (Guerin, Fogarty, Fay, & Kautto, 1996, σελ. 8).

2.2.3.Η Πυρηνική Οικογενειακή Συναισθηματική Διεργασία (Nuclear Family Emotional Process)

«Όλες οι ευτυχισμένες οικογένειες μοιάζουν, κάθε δυστυχισμένη οικογένεια, όμως, είναι δυστυχισμένη με τον δικό της ιδιαίτερο τρόπο».

Τολστόι Λέων

Ο όρος *συναισθητικό σύστημα* αναφέρεται σε οποιαδήποτε ομάδα ατόμων που έχουν αναπτύξει συναισθηματικές αλληλεξαρτήσεις, έτσι ώστε το σύστημα που προκύπτει από τις μεταξύ των ατόμων σχέσεις, να έχει τις δικές του αρχές οργάνωσης. Το συναισθηματικό σύστημα της οικογένειας, περιλαμβάνει: τις σκέψεις, τις φαντασιώσεις, τις προσδοκίες, τα συναισθήματα, τις παρούσες και προηγούμενες σχέσεις των μελών του. Γενικά περιλαμβάνει όλες εκείνες τις πληροφορίες που αποτελούν στοιχεία ενός Γενεογράμματος. Η συναισθηματική πορεία του συστήματος, τα σημαντικά γεγονότα της ζωής του και οι εξωτερικές δυνάμεις που ασκούνται σε αυτό είναι στοιχεία σημαντικά για τη μελέτη του συναισθηματικού συστήματος μιας οικογενειακής ομάδας.

Ο Bowen, χρησιμοποιεί τον όρο συναισθηματικό σύστημα ως συνώνυμο του όρου οικογένεια. Ο όρος συναισθηματικό σύστημα ωστόσο, στην συγκεκριμένη θεωρία, δε σχετίζεται με τους όρους «σύστημα σχέσεων» και «σύστημα επικοινωνίας», παρόλο που τους περιλαμβάνει (Friedman, 1991). Το συναισθηματικό σύστημα του ατόμου ελέγχει και αυτό τη συμπεριφορά. Τα φαινόμενα των σχέσεων που αναφέρονται ως «συμπτώματα στο ζευγάρι», (ο ακριβής όρος είναι marital symptoms), αντικατοπτρίζουν τη διαδικασία του συναισθηματικού συστήματος. Η διαδικασία αυτή είναι όχι μόνο: (1) κάθε ατόμου αλλά και (2) του όλου που μέρη του είναι τα άτομα που συμμετέχουν στη σχέση. Έτσι τα τυχόν συμπτώματα είναι παράγωγα μιας αυτόματης αντίδρασης των μελών και του όλου (Kerr & Bowen, 1988). Η συστημική αντίληψη εξηγεί το συναισθηματικό σύστημα του όλου. Ο Bowen (1988), διατύπωσε την άποψη ότι σε μια σχέση δύο και περισσότερων ατόμων, εκτός από το συναισθηματικό σύστημα των μελών, μπορεί να μελετήσει κανείς το συναισθηματικό

σύστημα του όλου (του ζευγαριού, της ομάδας, της οικογένειας), το οποίο αναπτύσσεται και εξελίσσεται μέσα από διαδικασίες συγχώνευσης.

Οι άνθρωποι επιλέγουν συντρόφους με ανάλογο ή ίδιο βαθμό διαφοροποίησης με αυτούς. Ένας σχετικά μη διαφοροποιημένος εαυτός θα επιλέξει έναν σύντροφο με ανάλογη συγχώνευση προς την πατρική του οικογένεια. Είναι πολύ πιθανό αυτοί οι δύο σύντροφοι μέσα στο γάμο να δημιουργήσουν μια οικογένεια με ανάλογα χαρακτηριστικά. Σε αυτήν την περίπτωση, το συναισθηματικό σύστημα της οικογένειας θα είναι ασταθές και θα χρησιμοποιήσει πολλούς τρόπους για να αυξήσει την σταθερότητά του και να μειώσει το άγχος.

Το άγχος είναι ο βασικός παράγοντας για την εμφάνιση των φαινομένων που περιγράφει ο Bowen (1988,1998). Στην προσπάθεια δυο ατόμων να εξισορροπήσουν την ανάγκη τους για επαφή με την ανάγκη τους για εξατομίκευση, είναι πολύ πιθανό εμφανιστεί άγχος και τα φαινόμενα που το συνοδεύουν. Η ισορροπία ανάμεσα σε αυτές τις δύο δυνάμεις εξαρτάται από το βαθμό συγχώνευσης των δύο προσώπων. Όσο μεγαλύτερη η συγχώνευση μεταξύ τους, τόσο δυσκολότερη είναι η εύρεση αυτής της ισορροπίας.

Το συναισθηματικό σύστημα του ζευγαριού μπορεί να ενεργοποιήσει μηχανισμούς για να ρυθμίσει την ένταση της συγχώνευσης του εαυτού.

2.2.4. Η διεργασία Οικογενειακής Προβολής(Family Projection Process)

Η έννοια της προβολικής διεργασίας της οικογένειας επεξηγεί το πώς μεταδίδονται τα προβλήματα της κάθε γενιάς στην επόμενη και αναλύει ένα βασικό μηχανισμό μέσω του οποίου οι γονείς διαπλάθουν το επίπεδο διαφοροποίησης των παιδιών τους. (Ζερβάνος, 2009).Οι γονείς μεταδίδουν τα θυμικά τους ελλείμματα με το να προβάλλουν στα παιδιά μέρος της ανωριμότητάς τους. Η μεταβίβαση των ελλειμμάτων στη διαφοροποίηση σχετίζεται όχι με το τι νομίζουν οι γονείς πως κάνουν, αλλά με το πώς ουσιαστικά πράττουν. Έτσι, τα παιδιά «κληρονομούν» όλα τα θέματα που έχουν αφήσει άλυτα στην προσωπική τους ζωή οι γονείς τους.

Συνήθως, ένα μόνον από τα παιδιά γίνεται ο κατά προτεραιότητα δέκτης της οικογενειακής προβολής. Κλινικά αναφερόμαστε σε αυτό με τον όρο *τριγωνοποιημένο παιδί* και ποιο από τα παιδιά θα είναι δεν είναι σαφώς προδιαγεγραμμένο.

Η έντονη προβολή υποσκάπτει τη λειτουργικότητα του παιδιού που την υφίσταται και το εξωθεί να αναπτύξει αυξημένη αντιδραστικότητα. Το παιδί καθίσταται υποβόλιμο στο να εμφανίσει σωματικά, ψυχικά και κοινωνικά προβλήματα, όπου αν και μπορεί να αναπτυχθεί

ομαλά πάντα θα ενδημούν ελλείμματα στη προσωπικότητά του, σχετικά με την προβολική διεργασία.

Ωστόσο, η διαδικασία της προβολής υπάρχει σε όλες τις οικογένειες όταν όμως δεν αντιμετωπίζονται μεγάλες δυσκολίες διαφοροποίησης, δεν αναπτύσσονται σοβαρά προβλήματα (Bowen, 1978).

2.2.5. Η διεργασία μεταβίβασης μεταξύ των γενεών. (Multigenerational Transmission Process).

Στη θεραπεία οικογένειας συναντάμε την άποψη ότι το άγχος, οι άμυνες και η ανάπτυξη παθολογικών συμπτωμάτων, είναι φαινόμενα που μπορεί να συναντήσει κανείς στις γενεές που βρίσκονται πίσω από τον ασθενή. Η έκφρασή τους μπορεί να αλλάζει ανάλογα με την ιστορική πορεία της κοινωνίας και τον τρόπο που επιλέγει το άτομο να αντιμετωπίζει το περιβάλλον του (Lawson, 2001). Αναλόγως, η θεωρία των συστημάτων προτείνει ότι οι ατομικές διαφορές στη λειτουργικότητα των ατόμων αντικατοπτρίζουν μια δομημένη και προβλεπόμενη διεργασία που αναπτύσσεται μέσα στις γενεές (Kerr & Bowen, 1988). Μια ανάλογη διαδικασία συμβαίνει σύμφωνα με τη Θ.Δ.Β. (Θεωρία της Διαφοροποίησης του Bowen), και στο επίπεδο της διαφοροποίησης. Ο Bowen, ονόμασε αυτή τη διαδικασία «μεταβίβαση μεταξύ γενεών», (multigenerational transmission process, ή multigenerational emotional process). Η μεταβίβαση του επιπέδου διαφοροποίησης μέσω των γενεών είναι μια από τις βασικές έννοιες της Θ.Δ.Β. Η έννοια δεν αφορά μόνο τα άτομα και τις γενιές τους, αλλά περιλαμβάνει και τις πεποιθήσεις, το σύστημα αξιών τους, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές που μεταβιβάζονται από την μια στην άλλη γενεά. Είναι μια διαδικασία κληροδότησης από τους γονείς στα παιδιά. Συνήθως, στις περισσότερες οικογένειες οι γονείς κληροδοτούν ένα μέρος της ανωριμότητας τους σε ένα ή περισσότερα παιδιά της οικογένειας.

Όπως αναφέρθηκε, οι άνθρωποι διαλέγουν συνήθως συντρόφους με ανάλογο βαθμό διαφοροποίησης με αυτούς. Στην περίπτωση που το επίπεδο διαφοροποίησης κινείται σε χαμηλότερα επίπεδα, από ένα ζευγάρι με χαμηλό βαθμό διαφοροποίησης, γεννιέται ένα παιδί με χαμηλότερο βαθμό διαφοροποίησης και το παιδί αυτό δημιουργεί οικογένεια με ένα άτομο ανάλογης ή χαμηλότερης διαφοροποίησης. Από το γάμο αυτό γεννιούνται παιδιά με χαμηλότερο επίπεδο διαφοροποίησης από τους γονείς τους. Μια κίνηση προς τα χαμηλά επίπεδα διαφοροποίησης λοιπόν, είναι μια κίνηση μεταξύ γενεών στις οποίες κάθε νέο μέλος παρουσιάζει μικρότερο βαθμό διαφοροποίησης.

Το αντίστροφο θα μπορούσε να είναι μια κίνηση προς τα υψηλότερα επίπεδα. Στην πραγματικότητα όμως η διαδικασία είναι πιο πολύπλοκη εφόσον δεν κληροδοτείται σε όλα τα παιδιά της οικογένειας ο ίδιος βαθμός διαφοροποίησης. Η διαδικασία ουσιαστικά δεν είναι προβλέψιμη κυρίως γιατί η διαφοροποίηση του εαυτού αν και σχετίζεται με τη μεταβίβαση, εξαρτάται και από το ίδιο το άτομο.

Η έννοια της μεταβίβασης μεταξύ γενεών, βοηθάει στην πρόβλεψη, και είναι χρήσιμη στην αιτιολογία ενός συμπτώματος. Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία, σοβαρά συναισθηματικά προβλήματα είναι το αποτέλεσμα μιας κίνησης προς χαμηλότερα επίπεδα διαφοροποίησης μεταξύ γενεών (Bowen, 1998). Η εμφάνιση της σχιζοφρένειας σε ένα άτομο, σχετίζεται στην θεωρία του Bowen, με τη διαδικασία μεταβίβασης μεταξύ γενεών. Σύμφωνα με τον Bowen (1988), χρειάζονται τουλάχιστο τρεις γενεές ώστε να φτάσει ένα άτομο σε ένα τέτοιο επίπεδο μη διαφοροποίησης, που να εμφανίσει σχιζοφρένεια. Ο Whitaker (1975), περιγράφοντας την περίπτωση ενός ασθενή με σχιζοφρενικά συμπτώματα, παρατηρεί :*«μέρος της δυσκολίας του ήταν η αφοσίωση που έδειξε ως παιδί και ως ενήλικας στο να βοηθήσει τους γονείς του να ζήσουν μια καλύτερη ζωή. Είναι δύσκολο να κρίνουμε σε πιο ποσοστό η δυσλειτουργία προέρχεται από τον ίδιο ή από την οικογένεια. Πρόκειται για ένα φαινόμενο που πηγαίνει πίσω τουλάχιστο τρεις γενεές. Ο ασθενής είναι θύμα μεταξύ ενός πολέμου δυνάμεων πολύ παλαιότερων από το σύμπτωμα του»* (σελ.209).

Η θεωρητική έννοια της μεταβίβασης μεταξύ γενεών εντάσσει τη Θ.Δ.Β. στο πεδίο των θεραπειών που στοχεύουν στην αλλαγή επηρεάζοντας τις μακροχρόνιες διαδικασίες,(που να εκτείνονται μέσα σε μια ή περισσότερες γενεές). Τέτοιες είναι η θεραπεία μεταξύ γενεών, (ο ακριβής όρος είναι transgenerational therapy), και οι ψυχαναλυτικές προσεγγίσεις. Άλλες προσεγγίσεις απευθύνονται σχεδόν αποκλειστικά σε άμεσα αποτελέσματα. Τέτοιες είναι κυρίως η δομική θεραπεία οικογένειας, και η θεραπεία οικογένειας με συμπεριφορικές προσεγγίσεις. Οι τεχνικές διαφέρουν ανάμεσα σε αυτές τις προσεγγίσεις. Ωστόσο ανεξάρτητα από το βεληγκεές του χρόνου στο οποίο τοποθετείται η αλλαγή, ουσιαστικά επιτυγχάνεται και στα δύο επίπεδα, προσεχές και μακροπρόθεσμο. Ο Cooklin (1984), παρατηρεί σχετικώς ότι: οι οικογενειακοί θεραπευτές που ενδιαφέρονται για έννοιες όπως είναι η ομοιόσταση και η μεταβίβαση στα οικογενειακά συστήματα, είναι απαραίτητο να αντιλαμβάνονται και τα δύο μοντέλα αλλαγής και τις αναμεταξύ τους διαφορές.

Δυστυχώς, δεν έχει γίνει αρκετή έρευνα σε σχέση με τις διαδικασίες της μεταβίβασης μεταξύ των γενεών. Ωστόσο, έχει βρεθεί σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στο βαθμό εμφάνισης της συγχώνευσης και της ατομικότητας σε μια γενεά και στο βαθμό που εμφανίζονται τα

φαινόμενα αυτά στις τρεις προηγούμενες γενεές (Lawson, 2001). Ακόμα, η έννοια έχει αποδειχτεί χρήσιμη στη θεραπεία.

Καταλήγοντας, το επίπεδο διαφοροποίησης της πολυγενεακής οικογένειας έχει άμεσο αντίκτυπο στη ζωή των μελών της. Επηρεάζει τη μακροβιότητα, τη στερεότητα των γάμων, την αναπαραγωγή, τα ακαδημαϊκά επιτεύγματα και την επαγγελματική επιτυχία. Τα άτομα με υψηλή διαφοροποίηση συγκροτούν συνήθως πυρηνικές οικογένειες και έχουν βαρυσήμαντη προσφορά. Οι καλύτερα διαφοροποιημένες οικογένειες βιώνουν λιγότερο χρόνιο άγχος, είναι ευπροσάρμοστες και διαθέτουν αυξημένα συναισθηματικά αποθέματα και ταλαιπωρούνται από λιγότερα οξέα ή χρόνια σωματικά, συναισθηματικά, συζυγικά και κοινωνικά προβλήματα. Ενώ, εάν το επίπεδο διαφοροποίησης μιας γενεαλογικής γραμμής κινείται καθοδικά, οι άνθρωποι και οι οικογένειες που τη συναπαρτίζουν βιώνουν χρόνιο άγχος και η προσωπική τους ζωή χαρακτηρίζεται χαοτική και κυρίως εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό από τους άλλους για τη συντήρησή τους.

Η μεταβίβαση, ωστόσο, δεν είναι ίδια σε όλα τα παιδιά της οικογένειας. Ένα παιδί, για παράδειγμα, μπορεί να έχει υψηλό βαθμό διαφοροποίησης και ένα άλλο χαμηλό.

2.2.6. Η σειρά γέννησης των Παιδιών (Sibling Position)

Οι γονείς επιλέγουν το παιδί που θα τριγωνίσουν σε κάθε περίπτωση ανάλογα με τα χαρακτηριστικά του κάθε παιδιού. Τα χαρακτηριστικά αυτά, και κατά συνέπεια η επιλογή του ατόμου που θα τριγωνισθεί, δεν είναι άσχετα από τη σειρά γέννησης του παιδιού στην οικογένειά του. Η ανάλυση της σύγκρισης ενός μεγάλου αριθμού οικογενειών έδωσε ως αποτέλεσμα την ανακάλυψη ότι: η θέση των αδερφών τυχαίνει να είναι συσχετισμένη με χαρακτηριστικά, αξίες και τρόπους που υιοθετούν μέσα από τις οικογενειακές τους σχέσεις. Οι ρόλοι που υιοθετούν τα άτομα είναι αυτοί που θα έπρεπε να έχουν. Στο πεδίο της οικογενειακής θεραπείας οι συγγραφείς που επηρέασαν περισσότερο με τις ιδέες τους για το φαινόμενο αυτό είναι ο Walter Toman (1961,1976) και ο Murray Bowen (Simon, Stierlin & Wynne, 1995).

Ο Walter Toman⁵ (1976), ήταν ένας από τους πρώτους που ανακάλυψε τη σχέση ανάμεσα στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και στη σειρά γέννησης των αδερφών. Σύμφωνα με τις απόψεις που διατύπωσε, τα πρωτότοκα παιδιά είναι αυτά που συνήθως αναλαμβάνουν να βοηθήσουν ή και να αναθρέψουν τα αδέλφια τους. Τα παιδιά αυτά έχουν

⁵ Σύμφωνα με τον Toman W. «...πιστεύω ότι δεν υπάρχει πιο σημαντικό μεμονωμένο δεδομένο από το να γνωρίζεις την οικογενειακή σειρά των ανθρώπων στις παρούσες και παρελθούσες γενεές...»

στο αξιολογικό τους σύστημα πιο έντονη την έννοια του χρέους, του «σωστού» και του «λάθους», και του «καλού» και του «κακού» (parentification). Δημιούργησε δέκα προφίλ προσωπικότητας που σχετίζονται με τη θέση που κατέχει το άτομο ανάμεσα στα αδέρφια του. Ο Toman (1961), μελέτησε «φυσιολογικές» οικογένειες και δεν έλαβε υπόψη του άλλες μεταβλητές, όπως την περίπτωση που το παιδί είναι θύμα προβολής της. Ο Bowen (1978), εμπνεύστηκε από τις ανακαλύψεις του Toman και προσέγγισε το «φαινόμενο της σειράς γέννησης των παιδιών» μέσα από τη δική του θεωρία. Συγκεκριμένα, ο Bowen θεώρησε πως το πρώτο παιδί της οικογένειας είναι αυτό που βρίσκεται πιο κοντά στο συναισθηματικό σύστημα της οικογένειας (Bowen, 1998). Το μεγαλύτερο παιδί επηρεάζεται περισσότερο από την αδιαφοροποίητη μάζα του οικογενειακού εγώ, χρειάζεται να καταβάλει μεγαλύτερη προσπάθεια για την διαφοροποίησή του και εμπλέκεται συχνότερα σε τριγωνοποιήσεις.

Από την άλλη, όλα τα παραπάνω χαρακτηριστικά των στοιχείων που έδωσαν οι δύο συγγραφείς μπορεί να παρουσιάζονται σε ένα άλλο παιδί της οικογένειας και ο πρωτότοκος μπορεί να μην έχει αναλάβει τον κλασικό του ρόλο. Ο Bowen εξήγησε το φαινόμενο αυτό μέσα από την ιστορία της οικογένειάς του χωρίς να αναφερθεί διεξοδικά ή να αναπτύξει μια θεωρία για αυτό. Συγκεκριμένα θεωρεί πως ανάλογα με τη φάση στην οποία βρίσκεται μια οικογένεια την προκειμένη στιγμή της γέννησης ενός παιδιού, επιλέγει και τον ρόλο που θα αναλάβει το παιδί. Ο ρόλος αυτός ανταποκρίνεται στις ανάγκες του συναισθηματικού συστήματος της οικογένειας. Αν κατά τη γέννηση ενός παιδιού η οικογένεια βρίσκεται σε μια φάση έντονης αναστάτωσης που αυξάνει τη συγχώνευση, είναι πολύ πιθανό το παιδί αυτό να είναι περισσότερο εμπλεγμένο στο συναισθηματικό σύστημα της οικογένειας. Όσο πιο έντονη είναι η διαδικασία προβολής στην οικογένεια, τόσο πιο πιθανό είναι αυτό το παιδί να παραμείνει στο ρόλο του παιδικόμορφου μικρότερου ανεξάρτητα από τη σειρά γέννησής του (Bowen, 1998). Ο ρόλος «δίνεται» στο παιδί την περίοδο που το συναισθηματικό σύστημα το έχει ανάγκη, και υιοθετείται από αυτό ευκολότερα όσο βρίσκεται στην παιδική ηλικία. Μπορεί να έχει δρομολογηθεί πριν τη γέννησή του ή να του δοθεί αργότερα σε μια κρίση της ισορροπίας του συστήματος.

Συνήθως, πάντως είναι το μεγαλύτερο παιδί αυτό που φέρει τα παραπάνω χαρακτηριστικά (parentification). Τα μικρότερα αδέρφια συχνά χρειάζεται να εξασκηθούν περισσότερο από το πρώτο στο να είναι υπεύθυνα, και παίρνουν οικογενειακές αποφάσεις με μικρότερη συχνότητα. Ο ρόλος των αδερφών, συνεπώς επηρεάζεται από τη σειρά γέννησής τους. Ο ρόλος τους από την άλλη επηρεάζει την επιλογή του συντρόφου τους και τους κανόνες της νέας τους οικογένειας (Toman, 1976). Οι σύζυγοι που κατέχουν την ίδια θέση στη σειρά

γέννησης στην πατρική τους οικογένεια έχουν συνήθως μεγάλη μεταξύ τους εγγύτητα και μια αρκετά διαφοροποιημένη ταυτότητα. Η σειρά γέννησης του κάθε συζύγου μπορεί να δώσει χρήσιμες πληροφορίες για την αξιολόγηση μιας οικογένειας. Η θέση του κάθε γονιού ανάμεσα στα αδέρφια του και η σχέση του προφίλ της προσωπικότητάς του με το αναμενόμενο μπορεί να δώσει πληροφορίες για τις συναισθηματικές δυνάμεις στη νέα οικογένεια αλλά και στις πατρικές οικογένειες των γονέων (όπως, για τον τρόπο που η συγχώνευση, η προβολή και η τριγωνοποίηση θα εμφανιστούν ή εμφανίστηκαν σε μια οικογένεια). Τα στοιχεία που αντλεί μια τέτοια παρατήρηση είναι ιδιαίτερα χρήσιμα για τον οικογενειακό θεραπευτή.

Με βάση το μοντέλο του Bowen (1978), η θέση που έχουν τα παιδιά στην οικογένεια καθορίζει και τους ρόλους που θα αναλάβουν στην πορεία της ζωής τους. Η σειρά γέννησης επομένως συνδέεται με την απόκτηση συγκεκριμένων ρόλων. Το πρώτο παιδί στην οικογένεια, για παράδειγμα έχει την τάση να περιποιείται και να προσφέρει. Το τελευταίο παιδί τείνει να δέχεται βοήθεια και να είναι περισσότερο εξαρτημένο. Λόγω των διαφορετικών ρόλων που αναπτύσσουν τα άτομα με βάση τη σειρά γέννησης τους, οι γάμοι μεταξύ συντρόφων με συμπληρωματικούς ρόλους είναι περισσότερο επιτυχημένοι. Συμπερασματικά, ένας γάμος ανάμεσα στην πρωτότοκη κόρη μιας οικογένειας και σε έναν άνδρα που είναι το τελευταίο παιδί στην δική του οικογένεια ή το αντίστροφο, έχει περισσότερες πιθανότητες να επιτύχει από ένα γάμο ανάμεσα σε δύο άτομα με την ίδια σειρά γέννησης και συνεπώς με τους ίδιους ρόλους διότι έχουν λιγότερες αφορμές για αντιπαλότητα. Και τούτο διότι εάν οι δύο σύντροφοι είναι πρωτότοκα παιδιά, ενδέχεται να υπάρξει ανταγωνισμός μεταξύ τους για το ποιος θα αναλάβει το ρόλο του αρχηγού.

Οι θέσεις των αδελφών στο σύστημα της οικογένειας είναι, φυσικά, μόνο μια πτυχή των παραγόντων που διαμορφώνουν την περιρρέουσα ατμόσφαιρα του έγγαμου βίου. Υπάρχουν πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα σε όλες τις θέσεις. Ωστόσο, μπορεί σε ένα γάμο οι δύο ετερογενείς προελεύσεις κάλλιστα να αλληλοσυμπληρώνονται και να επιτρέπουν ένα ικανοποιητικό επίπεδο λειτουργικότητας.

2.2.7. Η συναισθηματική Αποκοπή⁶ (Emotional Cutoff)

Όταν τα μέλη μιας οικογένειας βρίσκονται σε πολύ χαμηλό βαθμό διαφοροποίησης δηλαδή σε κατάσταση διάχυσης, τότε ένα ή περισσότερα από αυτά μπορεί να αποκοπούν (αποστασιοποιηθούν) συναισθηματικά από την οικογένεια. Η έννοια της συναισθηματικής

⁶ Η Titelman έχει ασχοληθεί ενδελεχώς με τον όρο «συναισθηματική αποκοπή» στο βιβλίο της *Emotional cutoff* (2005).

αποκοπής ασχολείται κυρίως με τον επιτυχημένο ή όχι αποχωρισμό και τη συναισθηματική απαγκίστρωση από την οικογένεια καταγωγής. (Kerr & Bowen, 1988). Συναισθηματική αποκοπή μπορεί να εκδηλωθεί είτε το άτομο παραμένει στην οικογένεια είτε απομακρυνθεί από αυτήν. Στην πρώτη περίπτωση παραμένει κοντά στην οικογένεια, αλλά χαρακτηρίζεται από απομόνωση και άρνηση του εαυτού του (ψευδοεαυτό)⁷.

Στην δεύτερη περίπτωση διακόπτει την επικοινωνία με την οικογένεια και απομακρύνεται δείχνοντας αδιαφορία. Η απομάκρυνση όμως δεν είναι πραγματική διαφοροποίηση. Και στις δύο περιπτώσεις το άτομο είναι απόλυτα εξαρτημένο από την οικογένεια του, με αποτέλεσμα να αντιμετωπίζει δυσκολίες προσαρμογής. Στις ακραίες περιπτώσεις συναισθηματικής αποκοπής ανήκει η εκδήλωση ψύχωσης, κατά την οποία το άτομο απομονώνεται από την οικογένεια του, ενώ ζει μέσα σε αυτήν. Όταν πάλι αντιδρά με απομάκρυνση είναι περισσότερο πιθανό να αναπτύξει παραβατική συμπεριφορά. Κάποιες ηπιότερες δυσκολίες μπορεί να εκδηλωθούν με κατάθλιψη, αλκοολισμό, τάση για επιφανειακές σχέσεις και σωματικές ασθένειες (Bowen, 1978).

Η αναγνώριση της σημασίας της συναισθηματικής αποκοπής μεταξύ των γενεών έχει καταστεί ένα από τα πλέον ουσιώδη σημεία κάθε θεραπείας που βασίζεται στη Θεωρία. Η αποκατάσταση βιώσιμης συναισθηματικής επικοινωνίας μεταξύ τριών ή περισσότερο γενεών μιας οικογένειας μπορεί να μειώσει σημαντικά τα υπάρχοντα συμπτώματα. Ωστόσο, ο Ζερβάνος Κ. (2009) αναφέρει «...το πυρηνικό πρόβλημα είναι η *εσωτερική θυμική απόσταση*, δηλαδή οι ψυχικοί φραγμοί που υψώνει το άτομο για να προστατευθεί ...τα τείχη αυτοεγκλεισμού που του παρέχουν προστασία απέναντι στα αγκάθια της ζωής... Η αποξένωση στις σχέσεις είναι μια παράγωγη άμυνα απέναντι σε όλα αυτά».

2.2.8. Η συναισθηματική διεργασία στη κοινωνία (Emotional Processing Society)

Πολλές από τις διαδικασίες που παρατηρούνται στα άτομα και στις οικογένειες συμβαίνουν και στην κοινωνία. Όταν μια κοινωνία βρίσκεται υπό την επήρεια κρίσης (πχ οικονομική κρίση, ανεργία, μετανάστευση, φυσικές καταστροφές ή εμπόλεμη κατάσταση) τότε υπάρχει έντονος συναισθηματισμός που εμποδίζει την διαδικασία της διαφοροποίησης και της αποτελεσματικής χρήσης της λογικής για την αντιμετώπιση των καταστάσεων. Τα άτομα και οι κοινωνικές ομάδες σε αυτές τις περιπτώσεις λειτουργούν περισσότερο

⁷ Η έννοια του ψευδούς εαυτού δε σχετίζεται με την έννοια «ψευδό-οικογένεια», που αναπτύχθηκε για να περιγράψει την οικογένεια που χρησιμοποιείται για τη θεραπεία ενός ασθενούς του οποίου η οικογένεια δεν μπορεί να προσέλθει στην οικογενειακή συνεδρία. (Whitaker, 1975). Ο ψευδο-εαυτός για τον Laing (1960), ορίζεται ως η έλλειψη του εαυτού στο άτομο.

συναισθηματικά, γεγονός που εμποδίζει τη λογική επεξεργασία των καταστάσεων από μέρους τους. Αυτή η συνθήκη ορίζεται ως *κοινωνική συναισθηματική διαδικασία* ή ως *κοινωνική παλινδρόμηση* (societal regression). Ο Bowen υποστηρίζει ότι ο αυξανόμενος βαθμός βίας, ο πολλαπλασιασμός των διαζυγίων, η αστάθεια των κυβερνήσεων, καθώς και μια πληθώρα αναλόγων ανισοροπιών αποτελούν συμπτώματα μιας διαρκούς διευρυνόμενης διαδικασίας που αντανακλά κοινωνικά την παλινδρόμηση (Ζερβάνος, 2009).

Η ίδια διαδικασία παρατηρείται και σε μικρότερες ομάδες. Μια οικογένεια, για παράδειγμα, η οποία μεταναστεύει σε μια χρονική στιγμή που συμπίπτει με την ανάγκη αυτονομίας των παιδιών εμφανίζουν αύξηση των συναισθηματικών διεργασιών και καθυστέρηση ή ματαίωση της διαφοροποίησης των μελών.

Κεφάλαιο 3^ο: Η θεωρία του γάμου

3.1. Γάμος

Από τις απαρχές της ανθρώπινης κοινωνικής οργάνωσης η «τελετή» του γάμου αποσκοπούσε στη νομιμοποίηση και μονιμότητα της ένωση των συζύγων ενώπιον του κοινωνικού συνόλου (Μισέλ, 1991). Σε κοινωνιολογικό επίπεδο, θεωρείται ότι ο γάμος διαχρονικά διασφάλιζε τη νομιμότητα της συντροφικής σχέσης και εξασφάλιζε δικαιώματα και παροχές στους συζύγους και τους απογόνους τους, καθώς πιστοποιούσε την πατρότητά τους. Επομένως ο γάμος, άρρηκτα συνδεδεμένος με την ιδεολογία της πατριαρχίας, άρχισε σταδιακά να αποτελεί απαραίτητο ορόσημο για τη δημιουργία της καινούριας οικογένειας, προκειμένου να διασφαλιστεί η νομιμότητα και τα δικαιώματα των απογόνων αλλά και να περιχαρακώνονται οι σχέσεις των συντρόφων ενώπιον της κοινωνίας. Σταδιακά μόνο οι έγγαμες σχέσεις και οι απόγονοί τους προστατεύονταν από το κράτος και λάμβαναν παροχές, και κατ' επέκταση μόνον οι μορφές οικογενειακής οργάνωσης που είχαν προκύψει από γάμο θεωρούνταν αποδεκτές (Μισέλ, 1991).

Φυσικά οι σύγχρονες κοινωνικές-οικονομικές μεταβολές δεν έχουν αφήσει ανεπηρέαστο το θεσμό του γάμου και της οικογένειας, καθώς τόσο οι θεσμοί αυτοί καθαυτοί όσο και οι λειτουργίες που επιτελούν υφίστανται μεγάλες αλλαγές (Μουσούρου, 2005). Συγκεκριμένα, οι νέες κοινωνικές-οικονομικές συνθήκες που συνδέονται με τη μετατροπή της οικογένειας από μονάδα παραγωγής σε μονάδα κατανάλωσης, την άνοδο του μορφωτικού επιπέδου των γυναικών, την είσοδό τους στην αγορά εργασίας και τις αλλαγές στους μέχρι πρότινος περιχαρακωμένους ρόλους των φύλων, επηρέασαν τόσο τη δομή και τη λειτουργία της οικογένειας όσο και το θεσμό του γάμου (Μουσούρου, 2005). Η ηλικία πρώτου γάμου αυξάνεται, η γαμηλιότητα (το ποσοστό των ατόμων που συνάπτουν γάμο) μειώνεται και ο αριθμός των διαζυγίων αυξάνεται. Ομοίως, μειώνεται ο αριθμός των γεννήσεων και αυξάνεται η ηλικία απόκτησης του πρώτου παιδιού (Κογκίδου, 1995).

Οι μεταβολές αυτές, σύμφυτες με τις νέες κοινωνικές συνθήκες, συμβάλλουν στη βαθμιαία εμφάνιση και σταδιακά μεγαλύτερη αποδοχή διαφορετικών μορφών οικογενειακής οργάνωσης (Μουσούρου, 2005). Συγκεκριμένα, παρατηρείται σταδιακά μια ολοένα μεγαλύτερη αποδοχή εναλλακτικών μορφών οικογενειακής οργάνωσης (μονογονεϊκές οικογένειες, ελεύθερη συμβίωση, οικογένειες ομόφυλων, επανασυσταμένες οικογένειες, κλπ.). Παρ' όλο που η πυρηνική οικογένεια εξακολουθεί να θεωρείται η «ιδανικότερη» μορφή οικογενειακής οργάνωσης που λαμβάνει και τις μεγαλύτερες παροχές σε επίπεδο πολιτικών

του κράτους πρόνοιας (Μουσούρου, 2005), φαίνεται ότι σταδιακά και εναλλακτικές μορφές οικογενειακής οργάνωσης αρχίζουν να αναγνωρίζονται έστω τυπικά ως εφάμιλλες και αποδεκτές. Κλείνοντας, θα λέγαμε ότι παρ' όλο που ο θεσμός του γάμου αμφισβητείται έντονα στις σύγχρονες κοινωνίες που είναι πιο ανεκτικές σε άλλου τύπου μορφές οργάνωσης του ιδιωτικού βίου, οι περισσότεροι άνθρωποι εξακολουθούν να επιλέγουν το γάμο ως τρόπο οργάνωσης της συζυγικής ζωής τους σε μεγάλο βαθμό να τον θεωρούν απαραίτητο για την απόκτηση παιδιών.

3.2.Γάμος και η θεωρία του Bowen

Σύμφωνα με τον Bowen καθοριστικό ρόλο στην αρμονική συμβίωση και την ικανοποίηση από τη συζυγική-συντροφική σχέση διαδραματίζει το επίπεδο διαφοροποίησης των συντρόφων, όπως διαμορφώθηκε από την πατρική τους οικογένεια και την οικογενειακή τους ιστορία ευρύτερα, η σειρά γέννησης του κάθε συντρόφου στην πατρική του οικογένεια κλπ. (Bowen, 1978). Άλλωστε σύμφωνα με τη θεωρία το επίπεδο διαφοροποίησης ενός ατόμου καθορίζει σε μεγάλο βαθμό και το επίπεδο διαφοροποίησης του συντρόφου που θα επιλέξει, καθώς οι άνθρωποι τείνουν να επιλέγουν ως συντρόφους άτομα με παρόμοιο επίπεδο διαφοροποίησης (Bowen, 1975). Έτσι λοιπόν τα άτομα με χαμηλό βαθμό διαφοροποίησης επιλέγονται μεταξύ τους ως σύντροφοι και «κληροδοτούν» το επίπεδο διαφοροποίησής τους στα παιδιά τους, αλλά και βιώνουν συχνότερα έντονες δυσκολίες στη σχέση τους.

Σύμφωνα με τον Bowen (1975, σελ. 80) στα ζευγάρια με χαμηλό βαθμό διαφοροποίησης υπάρχει συναισθηματική ένταση. Όταν αντιμετωπίζουν στρεσογόνες καταστάσεις, χρησιμοποιούν τρεις βασικούς μηχανισμούς με τους οποίους εκφράζουν την ένταση:

- Σύγκρουση μεταξύ των συντρόφων.
- Δυσλειτουργία του ενός συντρόφου.
- Ανάπτυξη προβλήματος σε ένα ή σε περισσότερα παιδιά.

Συνεπώς κατά τον Bowen οποιαδήποτε δυσκολία υπάρχει σε οποιοδήποτε μέλος του οικογενειακού συστήματος προκύπτει από τη δυσλειτουργία και το έντονο άγχος που βιώνει το ζευγάρι (Goldberg & Goldberg, 2005). Ακόμα κι αν φαίνεται ότι τη δυσλειτουργία την εκδηλώνει κάποιο παιδί της οικογένειας, η πρωταρχική δυσκολία εντοπίζεται στο επίπεδο διαφοροποίησης των συντρόφων και στη μεταξύ τους αλληλεπίδραση.

Η θεραπευτική προσέγγιση αποσκοπεί στη διαχείριση του χρόνιου άγχους που εκφράζουν τα μέλη λόγω είτε πολύ μεγάλης συναισθηματικής εγγύτητας ή απόστασης. Ο σκοπός αυτός μπορεί να επιτευχθεί με την αύξηση του επιπέδου διαφοροποίησης των μελών και την ανάδυση του τρόπου λειτουργίας του οικογενειακού συστήματος (Bowen, 1998).

Η θεραπεία σύμφωνα με την προσέγγιση του Bowen υλοποιείται σε στάδια. Ύψιστης σημασίας καθ' όλη τη διαδικασία είναι η αντικειμενική και ουδέτερη στάση του θεραπευτή ώστε να μην τριγωνοποιηθεί από τους συζύγους με τον ίδιο τρόπο που στο παρελθόν τριγωνοποίησαν άλλα πρόσωπα ή καταστάσεις (Bowen, 1975). Ο θεραπευτής χρειάζεται να συνδεθεί μεν συναισθηματικά και να κατανοήσει και τους δύο συντρόφους, αλλά να μην τοποθετηθεί υπέρ του ενός από τους δύο. Εάν ο θεραπευτής αρνηθεί να τριγωνοποιηθεί, παρέχει στους συζύγους ένα πρότυπο μίας άλλου τύπου συσχέτισης και αλληλεπίδρασης, ενθαρρύνοντάς τους να λειτουργήσουν πιο αυτόνομα, ως ολοκληρωμένα πρόσωπα.

Αρχικά, επιχειρείται η κατανόηση του συναισθηματικού συστήματος της οικογένειας. Οι πληροφορίες συλλέγονται μέσω συνεντεύξεων αξιολόγησης που μπορεί να διαρκέσουν αρκετές συνεδρίες, ώστε να κατανοηθεί πλήρως το συναισθηματικό σύστημα της οικογένειας και οι όποιες μεταβολές του στο χρόνο (Carr, 2000. Goldberg & Goldberg, 2005). Οι συνεντεύξεις ξεκινούν με την πλήρη κατανόηση του αναφερόμενου προβλήματος με έμφαση στις εκδηλώσεις του (σε σωματικό, συναισθηματικό, ψυχικό επίπεδο κλπ.) και τις επιπτώσεις του για το άτομο ή τη σχέση που πλήττεται. Επιπλέον, στο βαθμό που είναι εφικτό διερευνάται πώς διαφορετικά μέλη του οικογενειακού συστήματος αντιλαμβάνονται το πρόβλημα. Οι παραπάνω διερευνητικές ερωτήσεις αποσκοπούν στη συλλογή χρήσιμων πληροφοριών για τις αναφερόμενες δυσκολίες, το βαθμό διαφοροποίησης των μελών της οικογένειας, τις προσαρμοστικές δυνάμεις της οικογένειας ως προς την αντιμετώπιση του άγχους και τους συναισθηματικούς αποχωρισμούς που έχουν συντελεστεί. Επιπλέον, διερευνώνται οι μεταβολές στο επίπεδο άγχους της οικογένειας στα διάφορα στάδια από την αρχική συγκρότησή της αλλά και η μεταβολή της λειτουργίας των συζύγων στα πλαίσια του γάμου τους (προς το καλύτερο του ενός και προς το χειρότερο του άλλου).

Τέλος, επιχειρείται η κατανόηση της οικογένειας που ζητά βοήθεια σε σχέση με τα οικογενειακά προγονικά συστήματα της μητέρας και του πατέρα, ώστε να συλλέγουν πληροφορίες σε σχέση με το βαθμό διαφοροποίησης των συζύγων από τις προγονικές τους οικογένειες, αλλά και το βαθμό συναισθηματικού αποχωρισμού από αυτές. Οι δυσκολίες της πυρηνικής οικογένειας θεωρείται ότι εμπεριέχουν τις διεργασίες και τα ελλείμματα των προηγούμενων γενεών. Οι πληροφορίες αυτές αποτύπωναν σχηματικά μέσω της τεχνικής του

γενεογράμματος, μίας σχηματικής αναπαράστασης των οικογενειακών σχέσεων και δομών σε βάθος χρόνου για τουλάχιστον τρεις γενιές. Στο γενεόγραμμα παρουσιάζονται πληροφορίες σε σχέση με τα μέλη και τις μεταξύ τους σχέσεις, τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά (φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση) απρόβλεπτα γεγονότα (πχ ασθένεια, θάνατος, κλπ.) Το γενεόγραμμα εκτός από αυτό τον πλούτο πληροφοριών για τα μέλη της οικογένειας και τις αλληλεπιδράσεις τους, μπορεί να παραθέσει δεδομένα και για το βαθμό συγχώνευσης του κάθε συντρόφου στην προγονική του οικογένεια και των συντρόφων μεταξύ τους. Επιπλέον, ενδέχεται να αναδείξει παγιωμένα άλτα μοτίβα που επαναλαμβάνονται από γενιά σε γενιά (Goldberg & Goldberg, 2005).

Η προσέγγιση του Bowen, αντλώντας από ψυχοδυναμικές και συστημικές έννοιες, παρουσίασε ένα συνεκτικό και ολοκληρωμένο πλαίσιο κατανόησης των συντροφικών σχέσεων και του οικογενειακού συστήματος εν γένει (Brown, 1999). Δεν είναι τυχαίο ότι ο Bowen παρέμεινε για όλη τη διάρκεια της ζωής τους στο προσκήνιο των εξελίξεων και θεωρείτο ο σημαντικότερος θεωρητικός στους κόλπους της οικογενειακής θεραπείας (Goldenberg & Goldenberg, 2005). Οι θεωρητικές έννοιες που παρουσίασε έχουν ερευνηθεί και εμπειρικά. Σύμφωνα με τα ευρήματα, επιβεβαιώνεται ότι η μεγαλύτερου βαθμού διαφοροποίηση προβλέπει την καλύτερη ενδοπροσωπική και διαπροσωπική προσαρμογή και την ευεξία του ατόμου, ενώ η συναισθηματική αποκοπή προβλέπει αρνητικά την ικανοποίηση από το γάμο (Murdock & Gore, 2004. Skowron, 2000. Skowron, Stanley & Shapiro, 2009).

Σύμφωνα με μια σχετικά πρόσφατη μετά-ανάλυση, το επίπεδο διαφοροποίησης σχετίζεται θετικά με την ικανοποίηση από το γάμο και αρνητικά με το χρόνιο άγχος, και τις ψυχολογικές δυσκολίες (Miller, Anderson & Keala, 2004). Από τα ευρήματα από την άλλη δε φαίνεται να επιβεβαιώνονται οι θέσεις του για την επιλογή συντρόφων με παρόμοιο επίπεδο διαφοροποίησης και για τη συσχέτιση του τριγωνισμού με τη σειρά γέννησης των παιδιών, ενώ διαστάσεις όπως η επίδραση του βαθμού διαφοροποίησης των γονέων στην ψυχοκοινωνική προσαρμογή του παιδιού δεν έχουν τύχει εμπειρικής διερεύνησης.

3.3. Γάμος και οικογενειακή θεραπεία

Η γνωστική - συμπεριφορική προσέγγιση και η συστημική προσέγγιση, συμφωνούν ότι η αλληλεπίδραση σε κάθε διαπροσωπική σχέση είναι ουσιαστικά μια μορφή επικοινωνίας, προσπαθώντας να καθορίσει τη σχέση και την επίδραση του άλλου. Με βάση αυτά υπάρχουν πέντε βασικές αρχές που διέπουν αυτές τις προσεγγίσεις στα συζυγικά

προβλήματα. Η πρώτη είναι ότι δε γίνεται να μην επικοινωνήσουν με κάποιον τρόπο δύο άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο. Η δεύτερη υποστηρίζει ότι μέσω κάθε μορφής επικοινωνίας μεταδίδονται πληροφορίες και καθορίζονται οι σχέσεις. Η τρίτη αρχή αφορά το είδος της σχέσης των ατόμων που προκύπτει από την αμοιβαία συμφωνία αυτών που επικοινωνούν μεταξύ τους. Η τέταρτη επισημαίνει το λεκτικό και το μη λεκτικό χαρακτήρα της επικοινωνίας. Η πέμπτη διαχωρίζει την αλληλεπίδραση σε συμμετρική και συμπληρωματική, όπου η πρώτη βασίζεται στην ισότητα και η δεύτερη στη διαφορά αυτών που αλληλεπιδρούν. Και οι δύο προσεγγίσεις υποστηρίζουν ότι οι συγκρούσεις μεταξύ των συζύγων οφείλονται στην έλλειψη καλής επικοινωνίας μεταξύ τους (Χάϊντς, 2000).

Αρκετές θεραπευτικές προσεγγίσεις εμπεριέχουν την αντιμετώπιση των δυσκολιών στο γάμο, παρέχοντας κάποιες γενικές αρχές που χαρακτηρίζουν την οικογενειακή θεραπεία για τον γάμο. Καταρχήν, όλες οι προσεγγίσεις εστιάζουν στους δυσλειτουργικούς τρόπους αλληλεπίδρασης του ζευγαριού, έχοντας κοινό στόχο την καλυτέρευση της επικοινωνίας μεταξύ των δύο συζύγων κι επομένως τη επίτευξη μιας περισσότερο λειτουργικής και ικανοποιητικής σχέσης (Carr, 2000 . Dattilio & Padesky, 1995. Χάϊντς, 2000). Κοινή σημείωση είναι επίσης το γεγονός ότι η επιλογή συντρόφου και η μετέπειτα αλληλεπίδραση μεταξύ των συζύγων, επηρεάζονται σε πολύ μεγάλο βαθμό από τις προσωπικές τους αξίες, από την κοινωνική-πολιτισμική προέλευσή τους, τις δυσμενείς συνθήκες ζωής, αλλά και από τον τρόπο αλληλεπίδρασής τους στην προγονική τους οικογένεια (Carr, 2000.Dattilio & Padesky, 1995 .Τσαμπαρλή, 2004). Με αυτό τον τρόπο οι όποιες δυσκολίες είναι εφικτό να γίνουν σε μεγαλύτερο βαθμό κατανοητές στο χωροχρονικό πλαίσιο που εκδηλώνονται (Carr, 2000).

Ωστόσο, επειδή οι θεραπευτικές προσεγγίσεις είναι διαφορετικές, κατανοούν σε ένα βαθμό διαφορετικά τα προβλήματα στο ζευγάρι και προτείνουν αντίστοιχα διαφορετικούς τρόπους παρέμβασης. Στην προσπάθεια να κατανοηθούν οι προβληματικές αλληλεπιδράσεις του ζευγαριού, ενώ η ψυχοδυναμική προσέγγιση δίνει έμφαση στο παρελθόν, η συστημική και η γνωστική - συμπεριφορική δίνουν έμφαση στο παρόν. Πιο συγκεκριμένα, στην ψυχοδυναμική προσέγγιση, μέσα από τη θεωρία των αντικειμενοτρόπων σχέσεων και με κομβικές τις έννοιες της μεταβίβασης και της αντιμεταβίβασης, επιχειρήθηκε να κατανοηθούν οι αλληλεπιδράσεις αρχικά μητέρας-βρέφους, καθώς είναι αυτές που ακολουθούν το άτομο στις σημαντικές του σχέσεις σε όλη του τη ζωή. Από την άλλη, η συστημική προσέγγιση προσπάθησε να κατανοήσει τα προβλήματα στη συντροφική σχέση, συνεκτιμώντας τις ανάγκες, τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τους τρόπους αλληλεπίδρασης των συντρόφων στο παρόν, σε συνδυασμό με τα εξωτερικά γεγονότα που ενδεχομένως επηρεάζουν τις

παραπάνω διαστάσεις (π.χ. απώλεια εργασίας) (Carr, 2000). Ακόμη, η γνωστική προσέγγιση προχωρά τη συζυγική θεραπεία στις δυσκολίες της σχέσης, εστιάζοντας τόσο στα κρυφά προβλήματα όσο και σε αυτά που συμβαίνουν στο "εδώ και τώρα", παρά επικεντρώνοντας στα ψυχικά τραύματα της πρώτης παιδικής ηλικίας (Dattilio & Padesky, 1995. Χάϊντς, 2000). Η γνωστική-συμπεριφορική προσέγγιση στην οικογένεια και το γάμο, τοποθετεί την αιτία των δυσλειτουργιών στην ενίσχυση και παγίωση προβληματικών μοτίβων αλληλεπίδρασης ανάμεσα στο ζευγάρι. Οι σύντροφοι, δηλαδή, συναλλάσσονται με τρόπους, που παρά τα προβλήματα που δημιουργούν, με κάποιο τρόπο εξυπηρετούν κάποιον από τους συντρόφους ή/και τη συζυγική σχέση εν γένει. Επιπλέον, οι σύντροφοι διακατέχονται από παράλογες, μη ρεαλιστικές πεποιθήσεις, που επηρεάζουν τον τρόπο που ερμηνεύουν τη συμπεριφορά του/της συντρόφου τους και σχετίζονται μαζί του/της (Barker & Chang, 2013. Carr, 2000. Χάϊντς, 2000).

Επίσης, η ψυχοδυναμική προσέγγιση δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην ασυνείδητη συνιστώσα της δυναμικής του ζεύγους. Ο Dicks, διερευνώντας τις συντροφικές σχέσεις, υποστήριξε ότι για την επιλογή συντρόφου καθοριστικό ρόλο παίζει, πέρα από το σύστημα προσωπικών και πολιτισμικών αξιών, το μη συνειδητό εσωτερικευμένο σύστημα των αντικειμενοτρόπων σχέσεων των μελών του ζευγαριού. Συγκεκριμένα, ο κάθε σύντροφος προβάλλει ασυνείδητα στον άλλον, εξιδανικευμένες πλευρές του πρωταρχικού αντικειμένου, όπως έχει ενδοβληθεί κατά την παιδική ηλικία. Συνεπώς, οι σύντροφοι τείνουν να αντιλαμβάνονται μόνο τις αρετές και τα προτερήματα του συντρόφου τους και προσδοκούν με μη συνειδητό τρόπο την ικανοποίηση αναγκών που δεν ικανοποιήθηκαν κατά την παιδική ηλικία. Ο γάμος με αυτή την οπτική αποτελεί ένα πρόσφορο έδαφος να επαναδιαπραγματευθούν και να επιλυθούν κομβικά για το άτομο ζητήματα (Τσαμπαρλή, 2004). Αναλυτικότερα, κατά την πρώτη περίοδο της σχέσης, κάθε μέλος της συζυγικής διάδας αποτελεί για το σύντροφό του ένα «απόλυτα καλό» αντικείμενο που μπορεί να εγγυηθεί την ικανοποίηση όλων των αναγκών που δεν ικανοποιήθηκαν στον παρελθόν. Οι μη συμβατές με αυτή την εξιδανικευμένη θεώρηση όψεις του αντικειμένου υφίστανται σχάση και απωθούνται (Barker & Tsang, 2013. Τσαμπαρλή, 2004). Ωστόσο, μετά την παρέλευση του πρώτου χρονικού διαστήματος, οι όψεις αυτές του αντικειμένου κάνουν αισθητή την παρουσία τους και οι σύζυγοι καλούνται να αντιμετωπίσουν την πραγματικότητα. Οι σύντροφοι καλούνται να ενσωματώσουν και τις «κακές» όψεις του αντικειμένου στη σχέση τους ώστε να μπορέσει η σχέση να διατηρηθεί και να συνεχίσει να λειτουργεί. Χρειάζεται για το σκοπό αυτό οι σύντροφοι να αντέξουν τη ματαιώση που δημιουργείται από τη ρεαλιστική θέαση του

προηγούμενως εξιδανικευμένου αντικειμένου. Συνήθως οι σύντροφοι που οι ανάγκες τους έχουν ικανοποιηθεί σε έναν επαρκή βαθμό στην παιδική ηλικία, κατορθώνουν να απαρτιώσουν όλες τις πλευρές του αντικειμένου, χωρίς να αποδιοργανώνονται. Αντίθετα, σύντροφοι που παρουσιάζουν σοβαρά ελλείμματα ως προς την ικανοποίηση των αναγκών τους στην παιδική ηλικία, βιώνουν πολύ έντονη ματαιώση και δυστυχία στο γάμο τους από την εξ' ολοκλήρου μετάθεση των αναγκών από τη γονεϊκή σχέση στη συντροφική (Τσαμπαρλή, 2004).

Η κυρίαρχη συνεισφορά του Dicks στην κατανόηση των συντροφικών σχέσεων σύμφωνα με την ψυχοδυναμική οπτική έγκειται στην ανάδειξη της ισότιμης συμμετοχής των μελών της συζυγικής διάδας στην παγίωση δυσλειτουργικών καταστάσεων. Για παράδειγμα, σε περιπτώσεις δυστυχισμένων γάμων που οι σύντροφοι δεν τερματίζουν τη σχέση οι σύντροφοι λειτουργούν με το μηχανισμό της προβολικής ταύτισης. Οι σύζυγοι στην περίπτωση αυτή παραμένουν στη σχέση που εξυπηρετεί ωστόσο την ικανοποίηση των ναρκισσιστικών αναγκών τους μέσα από την άσκηση κυριαρχίας και την εκδραμάτιση όψεων της σχέσης με τις γονικές φιγούρες (Τσαμπαρλή, 2004). Κι ενώ η οικογενειακή θεραπεία της ψυχοδυναμικής προσέγγισης, δουλεύει με το ίδιο το ζευγάρι, εστιάζοντας μόνο στη μεταξύ τους αλληλεπίδραση, κατά τους ειδικούς της συστημικής προσέγγισης, οι σύντροφοι και οι όποιες δυσκολίες τους δεν αντιμετωπίζονται αποκομμένα από το συνολικό οικογενειακό σύστημα στο οποίο εκδηλώνονται (Simon, 2008). Συνεπώς, ο γάμος και οι όποιες δυσλειτουργίες των συντρόφων αντιμετωπίζονται λαμβάνοντας υπόψη ολιστικά το οικογενειακό πλαίσιο και το πλαίσιο αλληλεπιδράσεων στο οποίο εμφανίζονται (Carr, 2000).

Διαφορετικά μοντέλα στα πλαίσια της συστημικής οπτικής τείνουν να δίνουν έμφαση σε διαφορετικές διαστάσεις των πλαισίων αλληλεπίδρασης των συντρόφων, για παράδειγμα στη μεταξύ τους επικοινωνία (Satir, 1992), στη θέση τους σε σχέση με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας, στις αλληλεπιδράσεις του κάθε συντρόφου με την προγονική του οικογένεια (Bowen, 1998). Σε κάποιες περιπτώσεις υποστηρίζεται ότι η δυσλειτουργία της συντροφικής σχέσης εκδηλώνεται ως σύμπτωμα από ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα και/ή από κάποιο από τα παιδιά, όπως στη θεωρία του Bowen. Ωστόσο, συνήθως στα πλαίσια της συστημικής οπτικής οι δυσκολίες του ζεύγους δεν αντιμετωπίζονται αποκομμένα από το οικογενειακό σύστημα, και έτσι δεν προτείνονται συνήθως οργανωμένες θεραπευτικές παρεμβάσεις αποκλειστικά για τη συζυγική διάδα (Simon, 2008. Χάϊντς, 2000). Για παράδειγμα κατά τη δομική προσέγγιση, το ζευγάρι δεν αντιμετωπίζεται ως αυτούσια μονάδα θεραπείας, σε αντίθεση με τις προσεγγίσεις που αναφέρθηκαν παραπάνω, καθώς η προσέγγιση αφορά κατά βάση το οικογενειακό σύστημα στην ολότητά του και όχι το ζεύγος. Το ζευγάρι θεωρείται ένα

υποσύστημα του συνολικού οικογενειακού συστήματος (Minuchin, 2000). Τα υγιή ζευγάρια συνεπώς στα πλαίσια του οικογενειακού συστήματος διαχωρίζουν με σαφήνεια το υποσύστημα τους από τα υπόλοιπα υποσυστήματα (π.χ. αδέρφια), επιτρέπουν ωστόσο ανταλλαγές μεταξύ τους. Αντίθετα, τα μη λειτουργικά ζευγάρια έχουν πολύ άκαμπτα ή ελαστικά όρια που δεν επιτρέπουν την επικοινωνία ή δημιουργούν σύγχυση στα άλλα υποσυστήματα αντίστοιχα. Επιπλέον, τα υγιή ζευγάρια υποστηρίζεται ότι επιτρέπουν και αποδέχονται περισσότερο τη διαφορετικότητα των συντρόφων, ενώ στα μη λειτουργικά η διαφορετικότητα δεν γίνεται αποδεκτή ή συμβάλλει στη συναισθηματική απομάκρυνση των συντρόφων (Simon, 2008).

Σύμφωνα με την ψυχοδυναμική προσέγγιση, ο ρόλος του θεραπευτή είναι να «κρατήσει» συναισθηματικά το ζευγάρι και να παράσχει έναν ασφαλή χώρο για την ανάδυση των κομβικών ζητημάτων και των αμυντικών μηχανισμών που χρησιμοποιούνται. Οι σύντροφοι επιδιώκεται να αποκτήσουν σταδιακά ενόραση σε σχέση με τις μη συνειδητές προβολές, ώστε να διακρίνουν καθαρά τη διαφοροποίηση ανάμεσα στην προβολή και στα «πραγματικά» χαρακτηριστικά του συντρόφου τους και να συσχετιστούν με πιο ώριμο τρόπο με το πραγματικό πρόσωπο, είτε συνειδητά να επιλέξουν να τερματίσουν τη σχέση (Scharff & Scharff, 2008). Από την άλλη, η θεραπεία με βάση τη συστημική προσέγγιση αποσκοπεί στη σαφή οριοθέτηση του υποσυστήματος των συζύγων σε σχέση με τα υπόλοιπα (Goldenberg & Goldenberg, 2005. Minuchin, 2000). Σε επίπεδο ζεύγους, δηλαδή ο θεραπευτής προσκαλεί το ζευγάρι να «αναπαραστήσει» στο θεραπευτικό πλαίσιο τον τρόπο αλληλεπίδρασης στην καθημερινή ζωή. Μέσα από τις παρεμβάσεις του ο ενεργητικός, κατευθυντικός θεραπευτής καλεί μέσα από τη στάση του το ζευγάρι σταδιακά να αφήσει τους προηγούμενους τρόπους συσχέτισης και να δοκιμάσει νέους, ώστε να αναδειχθούν διαφορετικά βιώματα από την αλληλεπίδραση των συζύγων στο εδώ και τώρα που θα οδηγήσουν σε μία προσαρμοστική αλλαγή στη δομή του υποσυστήματος. Με αυτό τον τρόπο σταδιακά η «νοσηρή» δομή κλονίζεται και η πιο προσαρμοστική ισχυροποιείται (Simon, 2008). Όταν οι σύντροφοι δεν έχουν ορθολογικές αντιλήψεις και ρεαλιστικές προσδοκίες από το γάμο τους, ενώ τείνουν να αξιολογούν ιδιαίτερα αρνητικά το σύντροφό τους όταν δεν νιώθουν ικανοποιημένοι από αυτόν, τότε είναι σαφές ότι η αλληλεπίδραση είναι δυσλειτουργική. Η συζυγική θεραπεία, με βάση τη γνωσιακή προσέγγιση, βασίζεται στην εφαρμογή της θεωρίας της συμπεριφοράς, καθώς η αύξηση ανταλλαγής θετικών συμπεριφορών μεταξύ των συζύγων, επιφέρει θετική αλλαγή στη μεταξύ τους σχέση. Παράλληλα, δίνεται έμφαση στις σκέψεις και στις αντιλήψεις των συντρόφων, με στόχο την αλλαγή τους, αναγνωρίζοντας συγχρόνως την ανάγκη για

αλλαγές και στη συμπεριφορά τους. Ο γνωστικός θεραπευτής λαμβάνει υπόψη ότι οι μη ρεαλιστικές προσδοκίες γύρω από τις σχέσεις ενδεχομένως να εμποδίζουν τους συζύγους από το να λαμβάνει ικανοποίηση από το γάμο, προκαλώντας δυσλειτουργικές αντιδράσεις. Καθώς δουλεύει με το ζευγάρι, οφείλει να εντοπίσει τα σχήματα και τις αντιλήψεις των συζύγων γύρω από τις σχέσεις γενικά κι έπειτα να εστιάσει εξίσου στις σκέψεις και στις προσδοκίες του κάθε συντρόφου γύρω από το δικό τους γάμο. Τελικός του σκοπός είναι να ορίσει σε συνεργασία με το ζευγάρι, τις βασικές αρχές και να αναδομήσει το σύστημα των αντιλήψεών τους (Dattilio & Padesky, 1995).

Οι περισσότερες θεραπευτικές προσεγγίσεις, όπως αυτές που παρουσιάστηκαν παραπάνω, όταν σχετίζονται με τη συζυγική θεραπεία, έτειναν να επικεντρώνονται στις προβληματικές πλευρές της σχέσης του ζευγαριού. Πλέον, προτείνεται το ενισχυμένο γνωστικο-συμπεριφορικό μοντέλο, με βάση το οποίο θεωρείται απαραίτητη η κατανόηση και η θεραπεία των δυσκολιών που αντιμετωπίζει το ζευγάρι στη σχέση του, αλλά δίνεται έμφαση στην ενίσχυση των ήδη υπάρχουσών δυνάμεων και θετικών στοιχείων των συζύγων. Το συγκεκριμένο μοντέλο δίνει έμφαση στα πυρηνικά θέματα αλλά και στα ευρύτερα πρότυπα στις σχέσεις, στα προσωπικά χαρακτηριστικά των συζύγων και στη μεταξύ τους αλληλεπίδραση σε διαπροσωπικό και φυσικό περιβάλλον. Τέλος, εστιάζει στις αλλαγές που συντελούνται στην εξέλιξη των συντρόφων και της σχέσης τους, αλλά και στην αναγκαιότητα της προσαρμογής τους σε αυτές τις αλλαγές. Επισημαίνεται ότι το συναίσθημα των συζύγων λαμβάνεται σοβαρά υπόψη και δουλεύεται, καθώς είναι εξίσου σημαντικό με τις σκέψεις και τη συμπεριφορά (Epstein & Baucom, 2005).

3.4. Ικανοποίηση από το γάμο

Οι στενές διαπροσωπικές και οι συζυγικές σχέσεις πιο εξειδικευμένα έχουν διερευνηθεί συστηματικά, ως διαστάσεις της ανθρώπινης εμπειρίας που αυξάνουν το αίσθημα υποκειμενικής ευημερίας και ικανοποίησης των ατόμων από τη ζωή τους (Papp, Goeke-Morey & Cummings, 2007). Από ερευνητικά ευρήματα προκύπτει ότι τα έγγαμα άτομα βιώνουν μεγαλύτερη ικανοποίηση από τη ζωή τους και δηλώνουν πιο ευτυχισμένα σε σχέση με άτομα που δεν έχουν παντρευτεί ποτέ (Diener, Oishi & Lucas, 2009. Μπούτρη, 2011). Επιπλέον, τα έγγαμα άτομα παρουσιάζουν καλύτερη σωματική και ψυχική υγεία σε σχέση με τα διαζευγμένα (O' Rourke, 2005). Φυσικά, δεν είναι ξεκάθαρο αν οι παραπάνω θετικές επιπτώσεις συνδέονται με το γάμο ως θεσμό ή με τις ικανοποιητικές στενές διαπροσωπικές

σχέσεις που βιώνουν τα έγγαμα άτομα, δεδομένου ότι η ελεύθερη συμβίωση δεν είναι τόσο διαδεδομένη, επομένως και οι έρευνες που συγκρίνουν τους δύο τρόπους οργάνωσης του ιδιωτικού βίου (γάμος- ελεύθερη συμβίωση) είναι περιορισμένες.

Είναι καλά τεκμηριωμένο επιπλέον από σειρά ερευνητικών ευρημάτων ότι η συντροφική σχέση και η ικανοποίηση από αυτή είναι ύψιστης σημασίας για τα έγγαμα άτομα (Dyrdal, Roysamb, Nes & Vitterso, 2011. Rosen-Grandon, Myers, &Hattie, 2004). Η ικανοποίηση από το γάμο σχετίζεται και προβλέπει σε μεγάλο βαθμό την ικανοποίηση των ατόμων από τη ζωή τους αλλά και ποικίλες διαστάσεις που σχετίζονται με την ψυχική υγεία και την καλή ψυχοκοινωνική προσαρμογή. Συγκεκριμένα, η ικανοποίηση από το γάμο σχετίζεται αρνητικά με την εκδήλωση ασθενειών (Papp et al., 2007). Αντίστοιχα, η ψυχική υγεία πλήττεται από την ύπαρξη δυσκολιών και τη μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο, καθώς τα άτομα που αναφέρουν χαμηλή ικανοποίηση και έντονες συγκρούσεις στο γάμο τους εκδηλώνουν συχνότερα κατάθλιψη και αγχώδεις διαταραχές, αλλά και προβαίνουν συχνότερα σε χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών (Papp et al., 2007. Πατεράκη & Ρούσση, 2011).

Όσον αφορά τα χαρακτηριστικά-διαστάσεις της συντροφικής σχέσης που προσδιορίζουν την ικανοποίηση των συζύγων από το γάμο, από τους συμμετέχοντες/ουσες αναφέρονται η έκφραση και το «μοίρασμα» θετικών συναισθημάτων (Patrick, Sells, Giordano & Tollerud, 2007), η αντιλαμβανόμενη υποστήριξη από τον/τη σύντροφο στην επίλυση καθημερινών δυσκολιών, η ισότιμη κατανομή των υποχρεώσεων και η αποτελεσματική επίλυση συγκρούσεων (Mickelson, Claffey & Williams, 2006. Patrick et al., 2007).

Φυσικά, η ικανοποίηση από το γάμο τους είναι μία πολυδιάστατη εννοιολογική κατασκευή που δεν εξαρτάται μόνο από τα προσωπικά χαρακτηριστικά των συζύγων και τη μεταξύ τους αλληλεπίδραση, αλλά στην οποία υπεισέρχονται και άλλα αχχογόνα γεγονότα όπως πχ. οικονομικές μεταβολές, απώλειες, ασθένεια κλπ. Τα γεγονότα αυτά από τη φύση τους ασκούν πιέσεις στους συντρόφους και πυροδοτούν έντονα αρνητικά συναισθήματα όπως άγχος και θυμό, καθιστώντας πιο πιθανή τη μείωση της ικανοποίησης από το γάμο (Bradburry, Fincham & Beach, 2000).

3.5. Συζυγικές συγκρούσεις

Η έννοια των συγκρούσεων στο πλαίσιο του γάμου έχει μελετηθεί εκτεταμένα στη διεθνή βιβλιογραφία. Οι συγκρούσεις αποτελούν ένα φυσιολογικό φαινόμενο στο πλαίσιο των στενών διαπροσωπικών σχέσεων και του γάμου εν γένει (Carr, 2000. Fincham, Stanley,

& Beach, 2007). Ωστόσο, η ένταση, η συχνότητα, και η δυσκολία επίλυσης των διαφωνιών που ανακύπτουν αποτελούν σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα της μειωμένης συζυγικής ικανοποίησης, ακόμα και της ενδεχόμενης διάλυσης της σχέσης.

Συγκεκριμένα, τα ζευγάρια που δυσκολεύονται να επιλύσουν τα προβλήματα που ανακύπτουν, συγκρούονται περισσότερο μεταξύ τους, εκφράζουν συχνότερα και πιο έντονα αρνητικά συναισθήματα, επηρεάζοντας τελικά το βαθμό ικανοποίησής τους από το γάμο τους (Johnson, Cohan, Davila, Lawrence, Rogge, Karney et al., 2005). Οι πολύ συχνές και έντονες συζυγικές συγκρούσεις σχετίζονται επιπλέον με σειρά αρνητικών αποτελεσμάτων τόσο για το ζευγάρι, όσο και για τα παιδιά, εφόσον υπάρχουν (Fincham et al., 2007). Τα ζευγάρια αυτά τείνουν να εκδηλώνουν συχνότερα και προβλήματα ψυχικής και σωματικής υγείας, όπως άγχος, κατάθλιψη, κατάχρηση ουσιών κλπ. (Du Rocher Schudlich, Papp, & Cummings, 2004. Finchametal., 2007). Ωστόσο, ακόμα δεν είναι σαφής η κατεύθυνση της σχέσης ανάμεσα στην εκδήλωση προβλημάτων ψυχικής υγείας, ιδιαίτερα καταθλιπτικών συμπτωμάτων, και των συγκρούσεων στο γάμο (Πατεράκη & Ρούσση, 2011).

Τα ερευνητικά ευρήματα επιβεβαιώνουν και τις επιπτώσεις των συζυγικών συγκρούσεων στην ψυχική υγεία και σε ποικίλες διαστάσεις της ανάπτυξης των παιδιών. Σειρά καλά σχεδιασμένων ερευνών ήδη πριν τη δεκαετία του '90 καταδεικνύουν τις αρνητικές επιπτώσεις των συγκρούσεων στο γάμο σε όλους τους τομείς της λειτουργικότητας των παιδιών (Cummings & Davies, 2002. Fainsilber Katz & Gottman, 1993. Finchametal., 2007). Οι συζυγικές συγκρούσεις σχετίζονται με μειωμένη σχολική επίδοση, αυξημένα προβλήματα υγείας, εσωτερικευμένα προβλήματα όπως απόσυρση, απόρριψη από τους συνομηλίκους και κατάθλιψη, αλλά και προβλήματα διαγωγής (Cummings & Davies, 2002). Ακόμα και σε περιπτώσεις διαζυγίων, φαίνεται ότι οι επιπτώσεις στα παιδιά είναι περισσότερο αποτέλεσμα των έντονων και συνεχών συγκρούσεων που συνεχίζονται και μετά το διαζύγιο, παρά της ίδιας της διάλυσης του γάμου (Cummings & Davies, 2002).

Η σύγχρονη έρευνα έχει επεκτείνει το ενδιαφέρον της πέρα από την έννοια της σύγκρουσης αυτής καθεαυτής, στους μηχανισμούς μέσω των οποίων οι συγκρούσεις εντείνονται και επηρεάζουν σε βάθος χρόνου την ικανοποίηση από το γάμο και την ψυχική υγεία γονέων και παιδιών (Finchametal., 2007). Έχει προταθεί ότι στην παγίωση των συγκρούσεων συντείνει η έκφραση έντονα αρνητικού συναισθήματος (μέσω υποτιμητικών και προσβλητικών χαρακτηρισμών) και η δυσπροσαρμοστική αλληλεπίδραση (απόσυρση του ενός συντρόφου- εμμονή του άλλου) κάθε φορά που αναδύεται κάποια διαφωνία (Bloch, Haase, & Levenson, 2014). Οι συμπεριφορές αυτές φαίνεται ότι εγκλωβίζουν τα ζευγάρια σε έναν φαύλο

κύκλο δυσάρεστων αλληλεπιδράσεων που αυξάνουν την πιθανότητα συναισθηματικής αποστασιοποίησης, δυσαρέσκειας και επανεμπλοκής σε σύγκρουση (Bloch et al., 2014).

Από την άλλη τα ευρήματα δείχνουν ότι, η αποτελεσματική αντιμετώπιση των διενέξεων με τρόπους που ευνοούν την αυτονομία των συντρόφων, την εστίαση στην από κοινού επίλυση των προβλημάτων και τη ρύθμιση των συναισθημάτων τους, σχετίζονται και αποτελούν προβλεπτικούς παράγοντες της μείωσης των συγκρούσεων, της ικανοποίησης των συντρόφων από το γάμο τους, και της σταθερότητας της σχέσης σε βάθος χρόνου (Bloch et al., 2014. Fincham, Beach, & Davila, 2007). Για το λόγο αυτό ποικίλες παρεμβάσεις σε επίπεδο πρόληψης και παρέμβασης περιλαμβάνουν ανεξάρτητα από το θεωρητικό τους υπόβαθρο την εκπαίδευση των συντρόφων σε στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων, τεχνικές επικοινωνίας, κλπ. (Finchametal., 2007. Gurman, 2008).

Κλείνοντας, θα λέγαμε ότι η μελέτη των χαρακτηριστικών των συντρόφων και της μεταξύ τους αλληλεπίδρασης είναι απαραίτητη για να κατανοήσουμε καλύτερα την πολυπλοκότητα των συζυγικών σχέσεων. Δεν πρέπει να παραγνωρίζουμε, ωστόσο το σύνολο των επιδράσεων που ασκούνται στους συζύγους ως αυτοτελή άτομα από αλλαγές στα διάφορα πλαίσια λειτουργικότητάς τους (π.χ. εργασία, πατρική οικογένεια, κλπ.) και πολύ πιθανόν να επηρεάζουν ποικιλοτρόπως και τη μεταξύ τους σχέση (Bradburry et al., 2000. Finchametal., 2007).

Άλλωστε κάθε συντροφική σχέση και κάθε οικογένεια υπόκειται σε πολλές αλλαγές και αντιμετωπίζει αγγογόνα γεγονότα που επηρεάζουν τη σχέση των συντρόφων και την ικανότητα προσαρμογής τους. Οι ραγδαίες μεταβολές των κοινωνικών-οικονομικών συνθηκών και η ασάφεια ως προς τους στόχους και τις λειτουργίες της σύγχρονης οικογένειας θέτουν συνεχώς νέες προκλήσεις στις οποίες οι οικογένειες και τα ζευγάρια αγωνίζονται να ανταποκριθούν (Μουσούρου, 2005). Από την άλλη, οι διαπροσωπικές σχέσεις και η ποιότητά τους εξακολουθούν να είναι υψίστης σημασίας για την ψυχική υγεία και την ικανοποίηση από τη ζωή για τους περισσότερους ανθρώπους, με αποτέλεσμα πολύ μεγάλο ποσοστό να ζητά ψυχολογική βοήθεια για την αντιμετώπιση συζυγικών και/ή οικογενειακών προβλημάτων (Barker&Chang, 2013.Carr, 2000).

3.6. Καταληκτικά Σχόλια

Από τη θεωρητική επισκόπηση που προηγήθηκε, μπορούμε να καταλήξουμε ότι η μελέτη της οικογένειας και του γάμου σε επίπεδο θεραπευτικό και ερευνητικό έχει

απασχολήσει πολυάριθμους θεωρητικούς και ερευνητές, ορμώμενους από διαφορετικές αφετηρίες. Στο πλαίσιο αυτό, η θεωρία των συστημάτων έχει ασκήσει μεγάλη επίδραση στην κατανόηση των οικογενειακών σχέσεων. Παράλληλα, διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις έχουν συμβάλει στην κατανόηση των πολύπλοκων οικογενειακών αλληλεπιδράσεων, αναδεικνύοντας κάθε φορά διαφορετικές διαστάσεις τους. Με τον ίδιο τρόπο, πολυάριθμες προσεγγίσεις έχουν συμβάλει στην κατανόηση των συζυγικών-συντροφικών σχέσεων, εστιάζοντας σε διαφορετικές πτυχές τους. Στο πλαίσιο αυτό η θεωρία του Murray Bowen διατύπωσε ένα οργανωμένο πλαίσιο για την κατανόηση των δυσκολιών και των συγκρούσεων στο γάμο, με έμφαση στις σχέσεις με την προγονική οικογένεια και το βαθμό συγχώνευσης/εξατομίκευσης σε σχέση με αυτή, την έννοια του τριγωνισμού και τη διαγενεακή μεταβίβαση των δυσλειτουργιών.

Φυσικά, την κατανόηση των οικογενειακών και συζυγικών σχέσεων εμπλουτίζουν εμπειρικές μελέτες που εξετάζουν έννοιες συναφείς με την οικογένεια και το γάμο, όπως η ικανοποίηση, η σύγκρουση, η ρύθμιση των συναισθημάτων κλπ., αλλά και πολυεπίπεδους παράγοντες από τους οποίους επηρεάζονται τα παραπάνω φαινόμενα (π.χ. φτώχεια). Στο πλαίσιο αυτό επιχειρήθηκε και στα πλαίσια της παρούσας έρευνας η διερεύνηση των σχέσεων ανάμεσα στις θεωρητικές έννοιες του μοντέλου του Bowen, όπως μπορούν να μελετηθούν εμπειρικά, με την ικανοποίηση από το γάμο και τις στρατηγικές αντιμετώπισης συγκρούσεων/δυσκολιών στα πλαίσια των συζυγικών σχέσεων.

ΜΕΡΟΣ Β: ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 4^ο :Μεθοδολογικός σχεδιασμός της έρευνας

4.1. Υποθέσεις της έρευνας

Η κύρια υπόθεση της έρευνας θεωρεί ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο και ο βαθμός ικανοποίησης από αυτόν συναρτώνται με τον βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης των συντρόφων από την οικογένεια προέλευσης.

Κατόπιν, παρακάτω κατατίθενται οι επιμέρους υποθέσεις της έρευνας, όπου:

- Υπόθεση 1: Υπάρχει θετική σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με την Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο.
- Υπόθεση 2: Υπάρχει αρνητική σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με δυσλειτουργικές στρατηγικές (Σύγκρουση, Κατηγορία του εαυτού, Αποφυγή).
- Υπόθεση 3: Υπάρχει θετική σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με λειτουργικές στρατηγικές (Θετική προσέγγιση, Ατομικό ενδιαφέρον).
- Υπόθεση 4: Υπάρχει σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με την Διαγενεακή οικειότητα.
- Υπόθεση 5: Δεν υπάρχει σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με το φύλο.
- Υπόθεση 6: Δεν υπάρχει σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με τον τόπο διαμονής.
- Υπόθεση 7: Δεν υπάρχει σχέση της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με το επίπεδο μόρφωσης.
- Υπόθεση 8: Υπάρχει αρνητική σχέση της Διαγενεακής τριγωνοποίησης με την Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο.
- Υπόθεση 9: Υπάρχει αρνητική σχέση της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με δυσλειτουργικές Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις, δηλαδή με την Σύγκρουση, την Κατηγορία του εαυτού, και την Αποφυγή.

Υπόθεση 10: Υπάρχει θετική σχέση της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με λειτουργικές Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις, δηλαδή με τη Θετική προσέγγιση και το Ατομικό ενδιαφέρον.

4.2. Δείγμα

Τον πληθυσμό της έρευνας αποτέλεσαν 132 ενήλικες, άνδρες και γυναίκες 25-45 ετών από το γενικό πληθυσμό αστικών και ημιαστικών περιοχών της Αργολίδας και 37 συμμετέχοντες από το πληθυσμό της Αθήνας.

Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν ευκαιριακό δείγμα ενηλίκων, οι οποίοι προέρχονταν από υγιή πληθυσμό και οικειοθελώς ανταποκρίθηκαν στην πρόταση να συμμετάσχουν στην έρευνα. Οι συμμετέχοντες αναζητήθηκαν μέσω των Ομάδων Γονέων που υλοποιούνται σε Δημοτικά σχολεία 3 χωριών του Νομού Αργολίδας και σε Δημοτικά Σχολεία του Ναυπλίου και της Αθήνας αλλά και από το ευρύτερο φιλικό και κοινωνικό μου περιβάλλον. Οι δειγματοληψίες έγιναν το έτος 2014.

Κριτήρια επιλογής του δείγματος ήταν τα εξής: Α) ο συμμετέχων να διατηρεί ετερόφυλη έγγαμη σχέση τη περίοδο της έρευνας για διάστημα άνω των 2 ετών, Β) και να έχουν τουλάχιστον ένα παιδί (εκτός των περιπτώσεων που βρίσκονταν σε μνηστεία ή διαζύγιο). Η ανάγκη για αντιπροσωπευτικότητα στην επιλογή του δείγματος δημιούργησε την υποχρέωση να υπάρχει ισοκατανομή ως προς την ηλικία και τα χρόνια γάμου.

Στην έρευνα έλαβαν συνολικά μέρος 132 συμμετέχοντες στη βασική έρευνα, εκ των οποίων το 75,8% αποτελείται από γυναίκες και το 24,2% από άνδρες. Ο μέσος όρος ηλικίας των συμμετεχόντων της βασικής έρευνας ήταν τα 37,15 έτη (εύρος από 28 έως 47 έτη) και η μέση χρονική διάρκεια σχέσης/ γάμου ήταν 9,09 έτη (εύρος από 1 έως 31 έτη). Από τα 132 άτομα, οι 127 (96,21%) συμμετέχοντες ήταν σε γάμο και (3,79%) συμμετέχοντες ήταν σε διαζύγιο και συνολικά το 92,42% κατέχει ένα ή περισσότερα παιδιά

Ένα ακόμα χαρακτηριστικό του πληθυσμού της έρευνας αφορά το μορφωτικό τους επίπεδο. Η κατηγοριοποίηση αντιστοιχεί στις εκπαιδευτικές βαθμίδες, όπως αυτές ορίζονται από το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα. Αναλυτικότερα, η 1η κατηγορία (υποχρεωτική εκπαίδευση) περιλαμβάνει τα λιγότερο μορφωμένα άτομα, δηλαδή εκείνα που έχουν συμπληρώσει από 6 έως και 9 έτη φοίτησης με ποσοστό 7,58% (10 άτομα). Στην 2η κατηγορία εμπίπτουν τα πρόσωπα με έτη σπουδών από 10 έως και 12 έτη (δευτεροβάθμια εκπαίδευση), σε ποσοστό 41, 67% (55 συμμετέχοντες). Η επόμενη κατηγορία περιλαμβάνει

φοιτούντες ή απόφοιτους της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (Πανεπιστήμιο-ΤΕΙ) ή δομών επαγγελματικής κατάρτισης (ΙΕΚ) , με ποσοστό 50,76 (67 συμμετέχοντες).

Τέλος, ένα σημαντικό χαρακτηριστικό όπου δόθηκε και ιδιαίτερη μνεία είναι ο τόπος κατοικίας, όπου το 28,05% (37 άτομα) διαμένουν στην Αθήνα, το 43, 94 % (58 άτομα) σε επαρχιακή - αστική πόλη και το 28, 03% (37 άτομα) σε ημιαστική περιοχή - χωριό του Ν. Αργολίδας.

4.3. Εργαλεία συλλογής δεδομένων

Τα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας είναι τα εξής:

4.3.1. Αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων

Με βάση το ερωτηματολόγιο αυτό, συγκεντρώθηκαν δημογραφικά στοιχεία που αφορούσαν το φύλο, την ηλικία των συμμετεχόντων, το μορφωτικό επίπεδο των ιδίων, το επάγγελμα και την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων,(έγγαμος ή σε σχέση), τη χρονική διάρκεια της σχέσης και τον αριθμό των παιδιών τους (βλ. Παράρτημα Α).

4.3.2. Ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων (Personal Authority in the Family System Questionnaire)

Η αντίληψη των ατόμων για τις διαγενεακές οικογενειακές σχέσεις στο παρόν τριγενεολογικό οικογενειακό τους σύστημα εκτιμήθηκε με τη χρήση του Personal Authority in the Family System Questionnaire (Bray, J. H., Williamson, D. S. &Malone, P. E.,1984a, bΜετάφραση και προσαρμογή για την Ελληνική γλώσσα: (Σοφία Τριλίβα (1989), Σοφία Τριλίβα και Μαρία Ζηρά, 2000).

Το PAFS-Qείναι ένα εργαλείο αυτοαναφοράς για τη μέτρηση αλληλεπιδραστικών πτυχών της διαγενεακής οικογενειακής θεωρίας και στόχο έχει να ανιχνεύσει πρότυπα σχέσεων μεταξύ δυο γενεών στο οικογενειακό σύστημα. Είναι ένα αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο, που βαθμολογείται με πενταβάθμια κλίμακα Likert. Τέσσερις υποκλίμακες του ερωτηματολογίου μεταφράστηκαν στην ελληνική γλώσσα (Σοφία Τριλίβα (1989), Σοφία Τριλίβα και Μαρία Ζηρά, 2000). Εγκυρότητα: Εγκυρότητα περιεχομένου ικανοποιητική. Ικανοποιητική συγκλίνουσα εγκυρότητα με την κλίμακα “Ταυτότητα του Εγώ” (Ego Identity

Scale). Εγκυρότητα εννοιολογικής κατασκευής ικανοποιητική. Αξιοπιστία: Ο Cronbach για τις τέσσερις υποκλίμακες κυμαίνεται από .82 ως .85. Προς το παρόν δεν υπάρχουν στοιχεία για την εγκυρότητα και αξιοπιστία του ερωτηματολογίου στον ελληνικό πληθυσμό.

Οι τέσσερις υποκλίμακες που μεταφράστηκαν είναι:

1. Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση. Οι 8 προτάσεις αυτής της κλίμακας μετρούν σε ποιο βαθμό το άτομο είναι ικανό για αυτόνομες και αυτοκαθοριζόμενες σχέσεις και αναλαμβάνει υπευθυνότητα για τον εαυτό του χωρίς να ελέγχεται ή να εμποδίζεται από μέλη της οικογένειας.
2. Διαγενεακή οικειότητα. Οι 25 προτάσεις αυτής της κλίμακας μετράνε σε ποιο βαθμό το άτομο διατηρεί μια σχέση οικειότητας με τους γονείς, ενώ παράλληλα διατηρεί σαφή όρια του εαυτού.
3. Διαγενεακή τριγωνοποίηση. Οι 12 προτάσεις αυτής της κλίμακας δείχνουν σε ποιο βαθμό τα άτομα θεωρούν ότι εμπλέκονται σε συζυγικά θέματα των γονιών τους και συμμετέχουν σε ανάρμοστες συμμαχίες μέσα στην οικογένεια.
4. Τριγωνισμός πυρηνικής οικογένειας. Οι 10 προτάσεις αυτής της κλίμακας μετρούν τριγωνοποίηση μεταξύ των γονέων και των παιδιών τους.

4.3.3. Κλίμακα μέτρησης της ικανοποίησης από τη συζυγική/ συντροφική σχέση

Η Κλίμακα χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά από τον Azzrin και του συνεργάτες του (Azzrin, N.H, Naster, B.J. & Jones, R., 1973, μτφ Χάιντς, E. 1999) για τον έλεγχο της αποτελεσματικότητας της τεχνικής της "Αμοιβαίας Συμβουλευτικής". Σκοπός είναι η μελέτη του βαθμού ικανοποίησης που αντλεί ένας σύζυγος από την συμπεριφορά του συντρόφου του σε διάφορους τομείς. Είναι σταθμισμένη στον ελληνικό πληθυσμό και οι συσχετίσεις με άλλες μεταβλητές έδειξαν ότι η εγκυρότητα εννοιολογικής κατασκευής είναι καλή. Εφαρμόστηκε η ίδια διαδικασία για τον έλεγχο της μετάφρασης του.

Αποτελείται από εννέα κλίμακες που αναφέρονται σε εννέα αντίστοιχες περιοχές αλληλεπίδρασης στο γάμο: οικιακές ευθύνες - ανατροφή παιδιών - κοινωνικές δραστηριότητες - χρήματα - επικοινωνία - σεξ - επαγγελματική πρόοδος - προσωπική ανεξαρτησία - γενική ικανοποίηση από το γάμο. Οι σύζυγοι αξιολογούν τη σχέση τους σε κάθε δεκάβαθμη κλίμακα ανάλογα με το βαθμό ικανοποίησης που νιώθουν στο συγκεκριμένο τομέα από το ένα(1)=πολύ δυσαρεστημένος\η έως το δέκα (10) πολύ ευχαριστημένος\η. Η βαθμολόγηση της κλίμακας βασίστηκε στη μετατροπή της σε πεντάβαθμη, ώστε να αντιστοιχεί στις κλίμακες των άλλων

ερωτηματολογίων, όπου τα σημεία της αρχικής κλίμακας ισοδυναμούσαν τα 1-2 =1 (καθόλου) τα 3-4 =2 (λίγο), τα 5-6 =3 (μέτρια), τα 7-8 =4 (αρκετά), τα 9-10 =5 (πολύ ευχαριστημένος/η). Το πηλίκο του αθροίσματος των κλιμάκων δια του αριθμού των κλιμάκων συνιστούσε την τελική βαθμολόγηση, η οποία αντιστοιχούσε σε ένα από τα σημεία της πεντάβαθμης κλίμακας "καθόλου έως πολύ ευχαριστημένος/η". (βλ. παράρτημα)

4.3.4. Κλίμακα μέτρησης για τις στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στο γάμο.

Για την αποτύπωση των στρατηγικών αντιμετώπισης των δυσκολιών στα πλαίσια της σχέσης, χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου Marital Coping Inventory (MCI; Bowman, 1990), η οποία προσαρμόστηκε σε ελληνική έκδοση από τον κο Τσαγκαράκη Μιχαήλ (Αθήνα, 2007).

Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 5 υποκλίμακες (συνολικά 64 προτάσεις) και αναφέρεται σε διάφορες στρατηγικές που τα άτομα χρησιμοποιούν για να αντιμετωπίζουν καταστάσεις που τους προκαλούν στρες στις κοντινές σχέσεις (βλ. Παράρτημα Α). Συγκεκριμένα, το MCI μετράει τις εξής στρατηγικές: (α) σύγκρουση (π.χ. «είμαι σαρκαστικός με τον σύντροφο μου»), (β) κατηγορία του εαυτού (π.χ. «αισθάνομαι αποτυχημένος»), (γ) θετική προσέγγιση (π.χ. «κάνω με τον σύντροφο μου περισσότερα πράγματα που μας ευχαριστούν και τους δύο»), (δ) αποφυγή («προσπαθώ να λύσω το πρόβλημα μόνος μου, χωρίς να μιλήσω γι ' αυτό με το/την σύντροφο μου») και (ε) ατομικό ενδιαφέρον («περνάω περισσότερη ώρα με τους φίλους μου»). Επίσης, το MCI μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την καταγραφή ενός συνολικού δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης.

Κατά τη χορήγηση του, αρχικά ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν κάποιο σημαντικό πρόβλημα στη σχέση τους, το οποίο να σχετίζεται με τη συμπεριφορά του/της συντρόφου τους. Στη συνέχεια, με βάση το πρόβλημα αυτό, οι συμμετέχοντες απάντησαν στις 64 προτάσεις χρησιμοποιώντας μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1 = ποτέ, 5 = σχεδόν πάντα).

Η κλίμακα αυτή επιλέχθηκε επειδή περιλαμβάνει αποκλειστικά στρατηγικές αντιμετώπισης που αφορούν τις ερωτικές σχέσεις/δεσμούς και το γάμο, αντί για γενικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες που υπάρχουν σε άλλα ερωτηματολόγια. Οι πέντε υποκλίμακες του MCI είχαν ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα στο δείγμα της βασικής έρευνας (Τσαγκαράκης, 2007) ($\alpha = .75$ για την υποκλίμακα αποφυγής, $\alpha = .88$ για την υποκλίμακα σύγκρουσης, $\alpha = .90$ για την κατηγορία του εαυτού, $\alpha = .86$ για το ατομικό

ενδιαφέρον και $\alpha = .86$ για τη θετική προσέγγιση). Συνολικά, έδειξαν ότι το G-MCI αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης των στρατηγικών αντιμετώπισης δυσκολιών στις σχέσεις και στο γάμο.

Διαδικασία μετάφρασης κλίμακας. Η μετάφραση της κλίμακας από τα αγγλικά στην ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον υπογράφο. Στη συνέχεια, έγινε ανα-μετάφραση (back-translation) στα αγγλικά από δύο ανεξάρτητους ψυχολόγους με επάρκεια στην αγγλική γλώσσα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα μικρής κλίμακας τελικές αλλαγές στο ερωτηματολόγιο. Η ελληνική και αγγλική έκδοση του ερωτηματολογίου χορηγήθηκαν σε δείγμα 40 ατόμων που φοιτούσαν σε τάξεις φροντιστηρίων Αγγλικών επιπέδου Proficiency, με διάστημα 40 ημερών ανάμεσα στις δύο χορηγήσεις. Προκειμένου να προσδιοριστεί κατά πόσο η ελληνική έκδοση της κλίμακας συσχετίζεται με την αγγλική, υπολογίστηκε ο δείκτης συνάφειας Pearson. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι για την υποκλίμακα της σύγκρουσης η συσχέτιση ήταν $r=.96$ ($p.<.001$), για την υποκλίμακα του ατομικού ενδιαφέροντος η συσχέτιση ήταν $r= .95$ ($p.<.001$), για την υποκλίμακα της κατηγορίας του εαυτού η συσχέτιση ήταν $r= .88$ ($p.<.001$), για την υποκλίμακα της θετικής προσέγγισης η συσχέτιση ήταν $r= .84$ ($p.<.001$) και για την υποκλίμακα της αποφυγής η συσχέτιση ήταν $r= .79$ ($p.<.001$). Με βάση τα αποτελέσματα αυτά, η ελληνική μετάφραση του MCI κρίθηκε ικανοποιητική.

Παραγοντική δομή. Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής της κλίμακας πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη ορθογώνια περιστροφή στις 64 προτάσεις της ελληνικής έκδοσης του ερωτηματολογίου. Αρχικά, βρέθηκαν 17 παράγοντες με ιδιοτιμές μεγαλύτερες του 1, που εξηγούσαν το 70% της διακύμανσης. Όμως, η εξέταση του διαγράμματος ιδιοτιμών, υποδείκνυε μια λύση με πέντε παράγοντες ως πιο κατάλληλη. Γι' αυτό το λόγο, πραγματοποιήθηκε μια δεύτερη παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή όπου ζητήθηκε η εξαγωγή πέντε παραγόντων. Οι πέντε αυτοί παράγοντες εξηγούσαν το 43% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξήγησε το 18.1% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=11.570, ο δεύτερος παράγοντας εξήγησε το 8.8% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=5.636, ο τρίτος παράγοντας εξήγησε το 7.20% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=4.607, ο τέταρτος παράγοντας εξήγησε το 4.68% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=2.990 και ο πέμπτος παράγοντας εξήγησε το 4.40% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=2.814.

Όλες οι προτάσεις είχαν την υψηλότερή τους φόρτιση στον αναμενόμενο παράγοντα με τιμή πάνω από .30, εκτός από πέντε. Συγκεκριμένα η ερώτηση 44 από την υποκλίμακα *ατομικό ενδιαφέρον*, είχε την υψηλότερή της φόρτιση (.24) στον παράγοντα *αποφυγή*. Οι ερωτήσεις 23 και 26 από την υποκλίμακα *αποφυγή* είχαν τις υψηλότερές τους φορτίσεις (.30

και .44) στον παράγοντα *θετική προσέγγιση*. Η ερώτηση 27 από την υποκλίμακα *σύγκρουση* είχε την υψηλότερή της φόρτιση στον παράγοντα *κατηγορία του εαυτού* (.56). Τέλος, η ερώτηση 18 από την υποκλίμακα *κατηγορία του εαυτού* είχε την υψηλότερή της φόρτιση στον παράγοντα *αποφυγή* (.37). Δεδομένου ότι οι φορτίσεις αυτών των πέντε ερωτήσεων (26, 23, 27, 18 και 44) δεν ήταν ικανοποιητικές, αφαιρέθηκαν από τις περαιτέρω στατιστικές αναλύσεις.

Έτσι, πραγματοποιήθηκε μια τρίτη παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή όπου ζητήθηκε η εξαγωγή πέντε παραγόντων. Οι πέντε αυτοί παράγοντες εξηγούσαν το 45% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξηγούσε το 19% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 11.105, ο δεύτερος παράγοντας εξηγούσε το 9% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 5.443, ο τρίτος παράγοντας εξηγούσε το 8% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 4.519, ο τέταρτος παράγοντας εξηγούσε το 5% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 2.857 και ο πέμπτος παράγοντας εξηγούσε το 5% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 2.725. Για τον παράγοντα *σύγκρουση*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .45 έως .70. Για τον παράγοντα *θετική προσέγγιση*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .39 έως .76. Για τον παράγοντα *κατηγορία του εαυτού*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .35 έως .76. Στον παράγοντα *αποφυγή*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .34 έως .73. Τέλος, για τον παράγοντα *ατομικό ενδιαφέρον*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .50 έως .82. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν η ελληνική έκδοση της κλίμακας διατηρεί την ίδια παραγοντική δομή με το πρωτότυπο.

Εσωτερική σταθερότητα. Για να εξεταστεί η εσωτερική σταθερότητα της Ελληνικής έκδοσης της κλίμακας, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Cronbach's alpha. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στην υποκλίμακα *ατομικό ενδιαφέρον*, η τιμή του alpha ήταν .83. Στην υποκλίμακα *αποφυγή*, η τιμή του alpha ήταν .76. Στην υποκλίμακα *κατηγορία του εαυτού*, η τιμή του alpha ήταν .86. Στην υποκλίμακα *σύγκρουση*, η τιμή του alpha έφτασε στο .89. Στην υποκλίμακα *θετική προσέγγιση*, η τιμή του alpha ήταν .86. Τέλος, για τη συνολική κλίμακα χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών, η τιμή του alpha ήταν .88. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, οι υποκλίμακες του G-MCI έχουν ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα.

Εγκυρότητα κριτηρίου. Για τον έλεγχο της εγκυρότητας κριτηρίου της κλίμακας, επιλέχθηκε ως κριτήριο η ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς υπάρχουν δεδομένα που σχετίζουν τη χρήση συγκεκριμένων στρατηγικών του MCI με την ικανοποίηση από τη σχέση (Bowman, 1990). Η ικανοποίηση από τη σχέση μετρήθηκε με το G-QMI. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση συνάφειας με το δείκτη Pearson r και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με τις στρατηγικές της αποφυγής ($r = -.40, p < .001$), της σύγκρουσης ($r = -.32, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = -.41, p < .001$), και του ατομικού

ενδιαφέροντος ($r = -.34, p < .001$), ενώ είχε θετική συσχέτιση με τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης ($r = .32, p < .001$). Τέλος, η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση ($r = -.52, p < .001$) με το γενικό δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, το G-MCI διαθέτει εγκυρότητα κριτηρίου, με βάση το κριτήριο της ικανοποίησης από τη σχέση. Συνολικά τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-MCI αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης των στρατηγικών αντιμετώπισης δυσκολιών στις σχέσεις και στο γάμο.

4.4. Διαδικασία συλλογής ερευνητικού υλικού

Στο βασικό στάδιο της έρευνας, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια της έρευνας ατομικά και έλαβαν έγγραφη διαβεβαίωση ότι η συμμετοχή τους στην έρευνα ήταν απολύτως ανώνυμη και εθελοντική και ότι μπορούσαν να διακόψουν ανά πάσα στιγμή (βλ. Παράρτημα Α).

Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν: (α) το Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων, (β) το ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων, (γ) την Κλίμακα μέτρησης Ικανοποίησης από το Γάμο, και (δ) την Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο. Δεν υπήρχε περιορισμός χρόνου στη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων, αλλά ο συνολικός χρόνος ήταν 45-60 λεπτά. Όλα τα ερωτηματολόγια της έρευνας, οι οδηγίες, η έγγραφη ανακοίνωση και η διαβεβαίωση ανώνυμης και εθελοντικής συμμετοχής αναφέρονται στο Παράρτημα Α.

Κεφάλαιο 5ο : Ευρήματα

5.1. Στατιστική ανάλυση

Αναφορικά με την στατιστική επεξεργασία των δεδομένων μας, χρησιμοποιήθηκε το λογισμικό πακέτο Statistical Package for Social Sciences (SPSS v.17.00, SPSS Inc, Chicago IL).

Σχετικά με τις περιπτώσεις ελλειπουσών τιμών ακολουθήθηκαν οι σχετικές οδηγίες ανάλυσης όπως περιγράφονται στο εγχειρίδιο χρήσης του κάθε ερωτηματολογίου.

Οι κατηγορικές μεταβλητές περιγράφονται ως Συχνότητα (έγκυρο ποσοστό), ενώ οι διαστημικές και συνεχείς μεταβλητές περιγράφονται ως: μέση τιμή \pm 1 τυπική απόκλιση [εύρος]. Επιπροσθέτως, αναφέρεται και η διάμεσος δεδομένης της μη δυνατότητας χρήσης παραμετρικής στατιστικής σε κάποιους ελέγχους υποθέσεων.

Σημειώνεται ότι γίνεται υπόρρητα η παραδοχή ότι οι κλίμακες και οι υποκλίμακες των ερωτηματολογίων αποτελούν διαστημικές μεταβλητές, γιατί σύμφωνα με τις οδηγίες των συντακτών των ερωτηματολογίων, οι διαστάσεις που περιλαμβάνουν προκύπτουν ως αθροίσματα ή μέσες τιμές ερωτημάτων διατακτικών ερωτημάτων.

Δεδομένων αυτών η επιλεχθείσα στατιστική δύναται να είναι παραμετρική. Όμως, θα πρέπει να ελεγχθούν οι προϋποθέσεις για την επιλογή ενός στατιστικού ελέγχου και για το λόγο αυτό ελέγχθηκε αρχικά η κανονικότητα των δεδομένων βάσει οπτικού ελέγχου των γραφημάτων (P-P), καθώς και των ελέγχων Kolomogorov-Smirnov και Shapiro- Wilk. Στις περιπτώσεις που βρέθηκε ότι υπήρχε οπτικά ελέγξιμη και στατιστικώς σημαντική απόκλιση από την κανονικότητα οι επιλεχθείσες αναλύσεις ήταν μη παραμετρικές (βλ. ενότητα "Αποτελέσματα").

Συνεπώς, δεδομένης της μη κανονικότητας των περισσότερων μεταβλητών, η γραμμική συσχέτιση δύο μεταβλητών διερευνήθηκε με το μη παραμετρικό Kendal'τ. Για τη διερεύνηση της στατιστικής σημαντικότητας της διαφοροποίησης δύο ανεξάρτητων ομάδων του δείγματος ως προς μία διαστημική μεταβλητή χρησιμοποιήθηκε ο μη παραμετρικός έλεγχος Mann-WhitneyU. Σχετικά με τη σύγκριση περισσότερων του ενός πληθυσμών επιλέχθηκε ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis (με post-hoc ανάλυση βασιζόμενη σε μη παραμετρικούς ελέγχους Mann-WhitneyU με διόρθωση Bonferroni για διασφάλιση διατήρησης του ρυθμού σφάλματος Τύπου I στο 0,05). Επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας επιλέχθηκε $P < 0,05$.

5.2. Δείγμα

Τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων και συμμετεχουσών σε αυτή την έρευνα ήταν περιγράφονται συνοπτικά στον Πίνακα 1.

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων και συμμετεχουσών (N= 132).

<i>Χαρακτηριστικό</i>	
<i>Φύλο</i>	
Άνδρας	32 (24,2%) ^α
Γυναίκα	100 (75,8%)
<i>Ηλικία</i>	37,15±4,19 [28-47] ^β , <i>Mdn</i> = 27 ^γ
<i>Εκπαίδευση</i>	
Υποχρεωτική	10 (7,58%)
Δευτεροβάθμια	55 (41,67%)
Τριτοβάθμια	67 (50,76%)
<i>Οικογενειακή κατάσταση</i>	
Διαζευγμένος/-η	5 (3,79%)
Έγγαμος/-η (1 ^{ος} γάμος)	127 (96,21%)
Έτη γάμου	9,09±5,90 [1-31], <i>Mdn</i> = 7
<i>Παιδιά</i>	
Όχι	10 (7,58%)
Ναι	122 (92,42%)
Αριθμός παιδιών	
1 παιδί	44 (36,07%)
2 παιδιά	59 (48,36%)
3 παιδιά	19 (15,57%)
Φύλο 1 ^{ου} παιδιού	

Αγόρι	57 (46,72%)
Κορίτσι	65 (53,28%)
Ηλικία 1 ^{ου} παιδιού	7,45±5,64 [0,5-31,0], <i>Mdn</i> = 5,50
Φύλο 2 ^{ου} παιδιού	
Αγόρι	43 (55,13%)
Κορίτσι	35 (44,87%)
Ηλικία 2 ^{ου} παιδιού	6,72±4,96 [1-25], <i>Mdn</i> = 5,0
Φύλο 3 ^{ου} παιδιού	
Αγόρι	6 (31,58%)
Κορίτσι	13 (68,42%)
Ηλικία 3 ^{ου} παιδιού	5,47±3,90 [1-17], <i>Mdn</i> = 4,0

Τόπος κατοικίας

Αθήνα	37 (28,03%)
Επαρχιακή πόλη	58 (43,94%)
Χωριό	37 (28,03%)

^α Για την κάθε κατηγορία χαρακτηριστικού: Συχνότητα (έγκυρο ποσοστό)

^β Για τις διαστημικές μεταβλητές: Μέση τιμή ± τυπική απόκλιση [εύρος], ενώ

^γ Για λόγους χρήσης σε μη παραμετρικούς ελέγχους αναφέρεται και η διάμεσος (*Mdn*).

5.3. Προετοιμασία δεδομένων και αναλύσεων

Αρχικά υπολογίστηκαν οι κλίμακες των ερωτηματολογίων όπως περιγράφονται στα εγχειρίδια των ερωτηματολογίων.

Θα πρέπει να διευκρινιστεί ότι στην περίπτωση του G-MCI επιλέχθηκε η χρήση της μέσης τιμής αντί του προτεινόμενου αθροίσματος για ευκολότερη ερμηνεία των υπολογισθεισών κλιμάκων (αφού η κάθε κλίμακα αποτελείται από διαφορετικό αριθμό ερωτημάτων).

Στις περιπτώσεις ελλειπουσών τιμών υιοθετήθηκαν οι οδηγίες των συγγραφέων για κάθε ερωτηματολόγιο. Συνολικά, οι ελλείπουσες τιμές δεν αποτέλεσαν σημαντικό ζήτημα σε αυτή την έρευνα. Μόνο τρία ερωτηματολόγια δεν συμπεριλήφθηκαν στην ανάλυση δεδομένου του μεγάλου αριθμού ελλειπουσών τιμών (>40%).

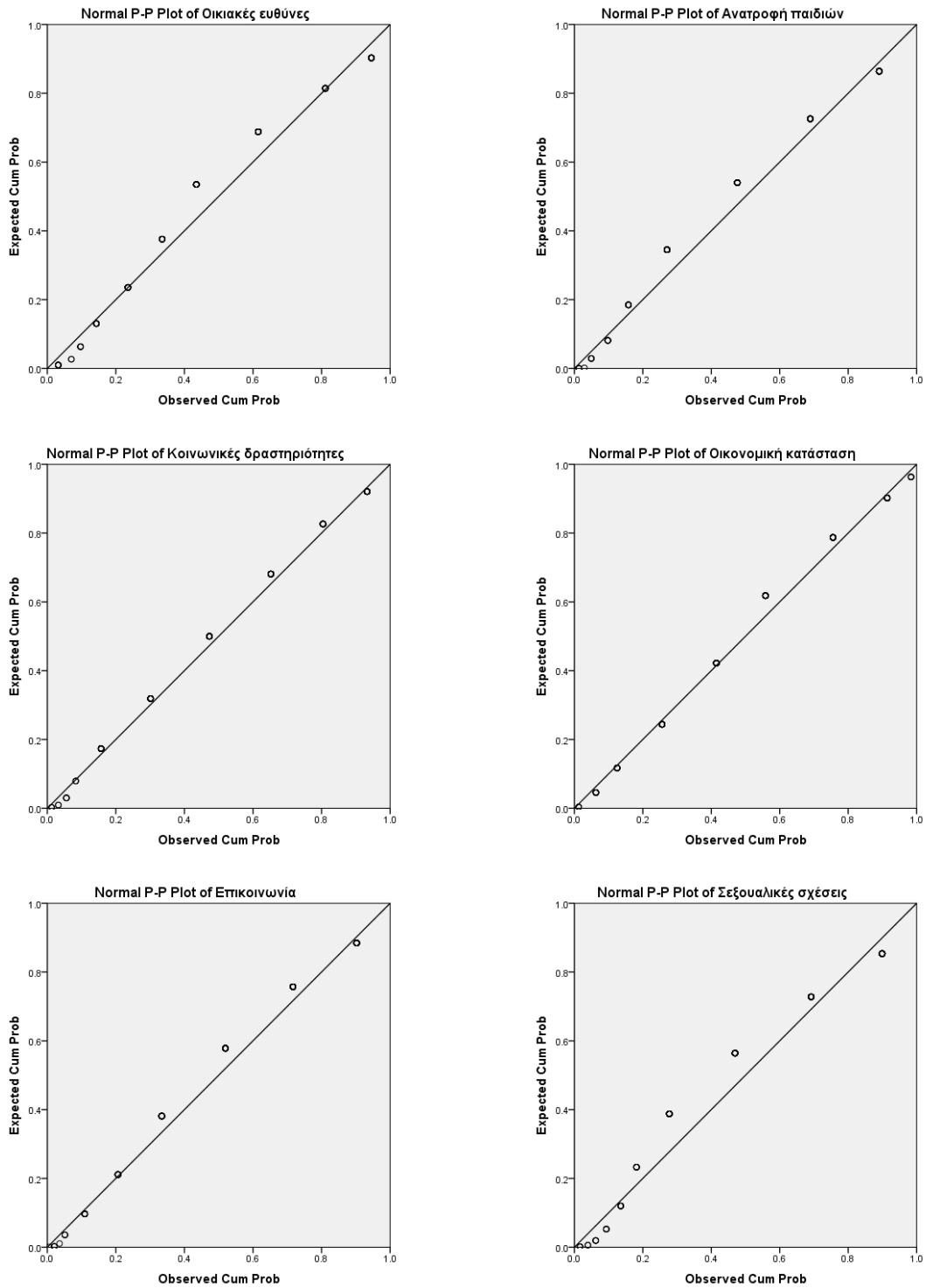
Αφού υπολογίστηκαν οι κλίμακες των ερωτηματολογίων διερευνήθηκε η κανονικότητα των συλλεχθέντων δεδομένων. Για τον έλεγχο της κανονικότητας έγινε οπτικός έλεγχος των γραφημάτων P-P, καθώς και στατιστικοί έλεγχοι Kolmogorov-Smirnov και Shapiro-Wilk.

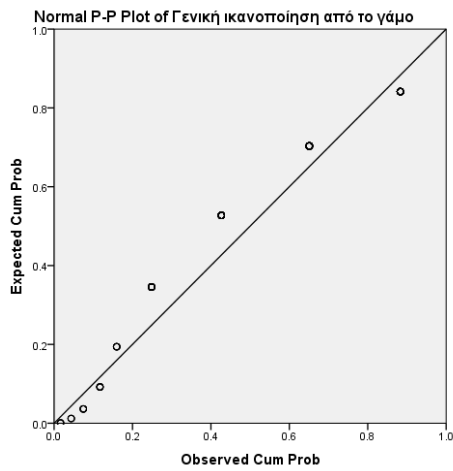
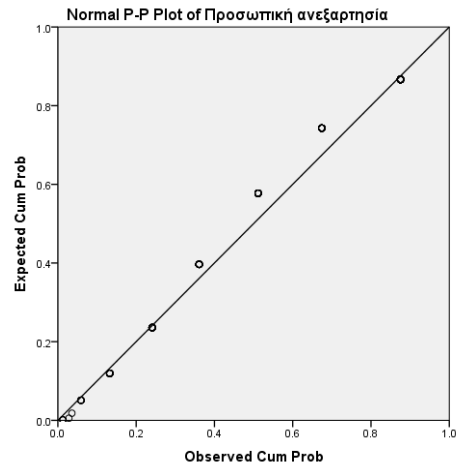
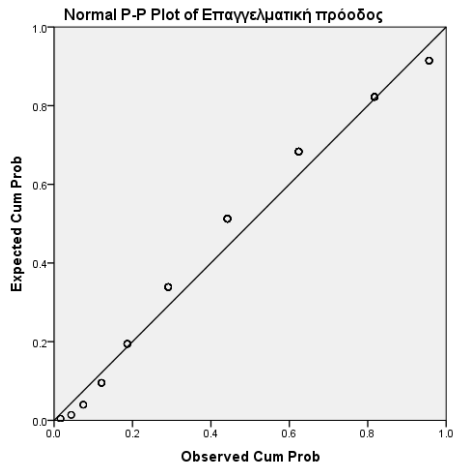
Τα αποτελέσματα της διερεύνησης κατέδειξαν την *μη κανονικότητα* (βλ. Σχήμα 1 – Σχήμα 3, και Πίνακα 2):

1. Σε όλα τα ερωτήματα του ερωτηματολογίου Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο (ΚΙΓ), δηλαδή
 - a. τόσο στο ευρύτερο Γενική ικανοποίηση από το γάμο,
 - b. όσο και στα επιμέρους Οικιακές ευθύνες,, Ανατροφή παιδιών, Κοινωνικές δραστηριότητες, Οικονομική κατάσταση, Επικοινωνία, Σεξουαλικές σχέσεις, Επαγγελματική πρόοδος, και Προσωπική ανεξαρτησία.
2. Σε 3 από τις 4 κλίμακες του Ερωτηματολογίου Οικογενειακών Σχέσεων (ΕΟΣ), δηλαδή
 1. Διαγενεακή οικειότητα, και
 2. Διαγενεακή τριγωνοποίηση
3. Σε 2 από τις 5 κλίμακες του ερωτηματολογίου Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (ΚΣΑΔΣ).
 1. Σύγκρουση, και
 2. Ατομικό ενδιαφέρον

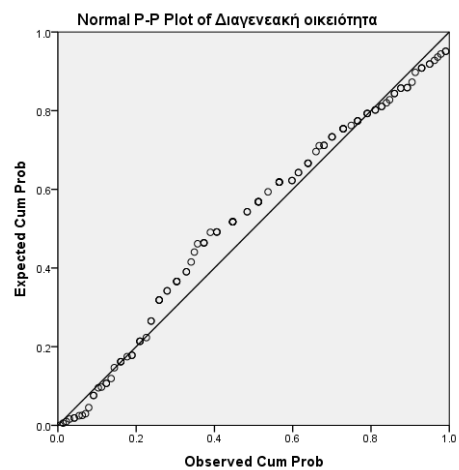
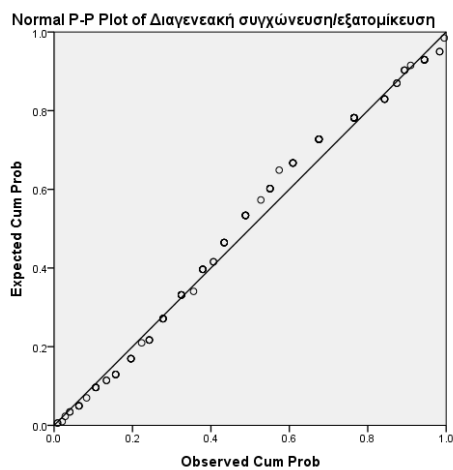
Τα αποτελέσματα αυτής της ανάλυσης αντανακλώνται στις επιλογές στατιστικών κριτηρίων και ελέγχων στις αντίστοιχες ενότητες ανάλυσης.

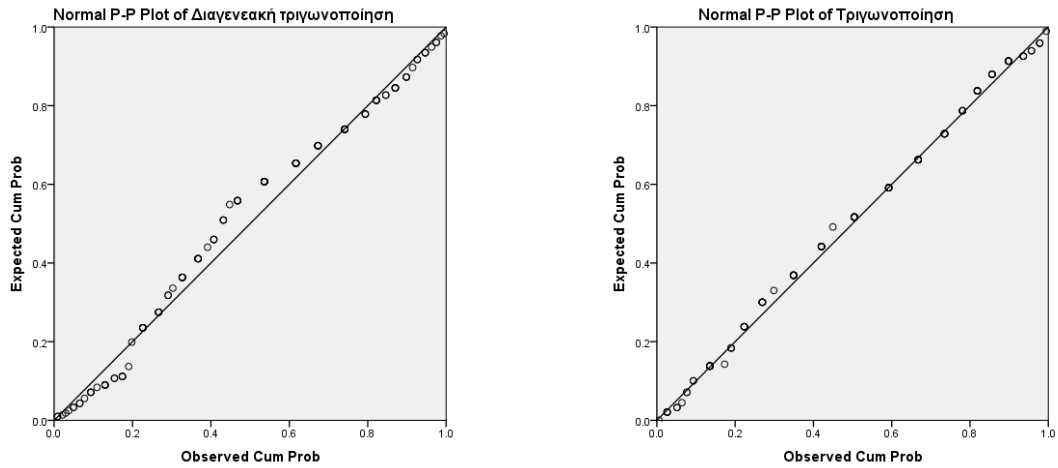
Σχήμα 1. P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο.



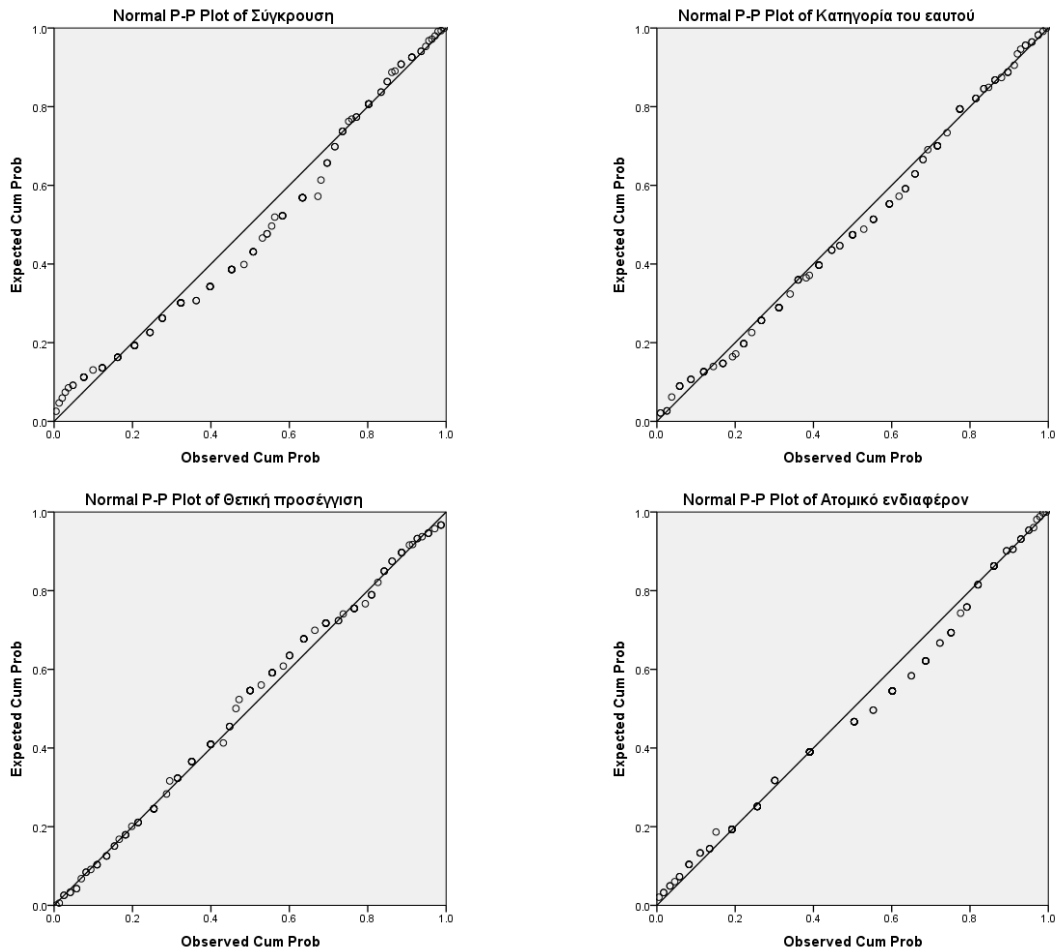


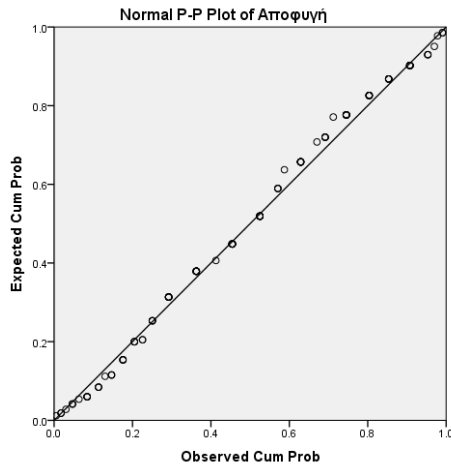
Σχήμα 2. P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων.





Σχήμα 3. P-P γραφήματα οπτικού ελέγχου κανονικότητας Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.





Πίνακας 2. Στατιστικοί έλεγχοι κανονικότητας Kolmogorov-Smirnov και Shapiro-Wilk.

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	<i>D</i>	<i>df</i>	<i>P</i>	<i>W</i>	<i>Df</i>	<i>P</i>
<i>Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο (ΚΙΓ)</i>						
Οικιακές ευθύνες	0,205	90	<0,001	0,898	90	<0,001
Ανατροφή παιδιών	0,208	90	<0,001	0,851	90	<0,001
Κοινωνικές δραστηριότητες	0,132	90	0,001	0,937	90	<0,001
Οικονομική κατάσταση	0,151	90	<0,001	0,944	90	0,001
Επικοινωνία	0,146	90	<0,001	0,893	90	<0,001
Σεξουαλικές σχέσεις	0,219	90	<0,001	0,832	90	<0,001
Επαγγελματική πρόοδος	0,167	90	<0,001	0,921	90	<0,001
Προσωπική ανεξαρτησία	0,153	90	<0,001	0,908	90	<0,001
Γενική ικανοποίηση από το γάμο	0,197	90	<0,001	0,829	90	<0,001
<i>Ερωτηματολόγιο Οικογενειακών Σχέσεων (ΕΟΣ)</i>						
Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση	0,099	90	0,030	0,963	90	0,011
Διαγενεακή οικειότητα	0,116	90	0,004	0,955	90	0,003
Διαγενεακή τριγωνοποίηση	0,140	90	<0,001	0,965	90	0,017

Τριγωνοποίηση	0,067	90	0,200	0,981	90	0,223
<i>Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (ΚΣΑΔΣ)</i>						
Σύγκρουση	0,123	90	0,002	0,957	90	0,005
Κατηγορία του εαυτού	0,086	90	0,097	0,978	90	0,127
Θετική προσέγγιση	0,065	90	0,200	0,985	90	0,405
Ατομικό ενδιαφέρον	0,095	90	0,045	0,941	90	<0,001
Αποφυγή	0,077	90	0,200	0,985	90	0,385

5.4. Έλεγχος υποθέσεων

5.4.1 Υπόθεση 1: Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο

Πίνακας 3. Συσχέτιση Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση.

	Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση	
	τ	P
<i>Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο (ΚΙΓ)</i>		
Οικιακές ευθύνες	0,152	0,019
Ανατροφή παιδιών	0,169	0,013
Κοινωνικές δραστηριότητες	0,130	0,048
Οικονομική κατάσταση	0,148	0,025
Επικοινωνία	0,370	<0,001
Σεξουαλικές σχέσεις	0,275	<0,001
Επαγγελματική πρόοδος	0,182	0,006
Προσωπική ανεξαρτησία	0,245	<0,001
Γενική ικανοποίηση από το γάμο	0,220	0,001

Οι θετικές στατιστικώς σημαντικές συσχετίσεις (μη παραμετρικό κριτήριο Kendall's τ) όλων των ερωτημάτων με τη Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση επιβεβαιώνει την υπόθεσή μας ότι υψηλότερη εξατομίκευση θα σχετίζεται με υψηλότερη ικανοποίηση από το γάμο (Υπόθεση 1).

5.4.2 *Υπόθεση 2 & Υπόθεση 3:* Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και δυσλειτουργικές και λειτουργικές Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.

Πίνακας 4. Συσχέτιση Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (ΚΣΑΔΣ).

	<i>Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση</i>	
	<i>τ</i>	<i>P</i>
<i>Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (ΚΣΑΔΣ)</i>		
Σύγκρουση	-0,318	<0,001
Κατηγορία του εαυτού	-0,274	<0,001
Αποφυγή	-0,240	<0,001
Θετική προσέγγιση	0,157	0,013
Ατομικό ενδιαφέρον	-0,204	0,002

Παρατηρούμε τη στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση (μη παραμετρικό κριτήριο Kendall's τ) της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με τις δυσλειτουργικές στρατηγικές (Σύγκρουση, Κατηγορία του εαυτού, Αποφυγή) και με το Ατομικό ενδιαφέρον, καθώς και την στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση με τη Θετική προσέγγιση. Δηλαδή, βρέθηκε ότι η υψηλότερη εξατομίκευση συσχετίζεται στατιστικώς σημαντικά με αυξημένες τις δυσλειτουργικές στρατηγικές αλλά και μια λειτουργική στρατηγική (Ατομικό ενδιαφέρον), ενώ η αυξημένη συγχώνευση συσχετίζεται στατιστικώς σημαντικά αυξημένη Θετική προσέγγιση.

5.4.3. *Υπόθεση 4:* Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Διαγενεακή οικειότητα.

Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση (μη παραμετρικό κριτήριο Kendall's τ) της Διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με τη Διαγενεακή οικειότητα ($\tau=0,259$, $P<,001$), δηλαδή η μεγαλύτερη εξατομίκευση συσχετίζεται θετικά με την μεγαλύτερη οικειότητα επιβεβαιώνοντας την Υπόθεση 4.

5.4.4. Υπόθεση 5, Υπόθεση 6, Υπόθεση 7: Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Φύλο, Τόπος διαμονής, Επίπεδο μόρφωσης.

Αναφορικά με το φύλο, ο μη παραμετρικός έλεγχος Mann-Whitney δεν φανέρωσε στατιστικώς σημαντική διαφοροποίηση ($U=1517,5$, $z=-0,102$, $P=0,920$) μεταξύ των ανδρών ($Mdn=3,50$) και των γυναικών ($Mdn=3,50$) στην Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση.

Σχετικά με τον τόπο διαμονής, ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis φανέρωσε τη στατιστικώς σημαντική διαφοροποίηση ($H(2)=6,936$, $P=0,031$) συγκρίνοντας Αθήνα ($Mdn=3,25$), επαρχιακή πόλη ($Mdn=3,50$) και χωριό ($Mdn=3,88$). Οι post-hoc αναλύσεις περιλάμβαναν συγκρίσεις Mann-Whitney με τα πιθανά ζεύγη των τριών τόπων με Bonferroni διορθώσεις (συνεπώς, για τρεις συγκρίσεις, απαιτώντας $0,05/3=0,0167$ επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας), φανερώνοντας στατιστικώς σημαντική διαφοροποίηση μόνο μεταξύ του επαρχιακής πόλης και χωριού ($U=716,0$, $z=-2,450$, $P=0,014$). Συνεπώς, βρέθηκε η στατιστικώς σημαντικά αυξημένη εξατομίκευση στο χωριό συγκριτικά με την επαρχιακή πόλη.

Σχετικά με το επίπεδο μόρφωσης, ο μη παραμετρικός έλεγχος Kruskal-Wallis φανέρωσε ότι η σχέση μεταξύ επιπέδου μόρφωσης και Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση (υψηλότερο επίπεδο-μεγαλύτερη εξατομίκευση) δεν είναι στατιστικώς σημαντική ($H(2)=1,100$, $P=0,577$), συγκρίνοντας συμμετέχοντες και συμμετέχουσες υποχρεωτικής εκπαίδευσης ($Mdn=3,13$), δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ($Mdn=3,50$) και τριτοβάθμιας εκπαίδευσης ($Mdn=3,63$).

5.4.5 Υπόθεση 8: Διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση και Διαγενεακή οικειότητα.

Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αρνητική συσχέτιση (μη παραμετρικό κριτήριο Kendall's τ) της Διαγενεακής τριγωνοποίησης με την Γενική Ικανοποίηση από το Γάμο ($\tau=-0,158$, $P=0,018$), δηλαδή η μεγαλύτερη τριγωνοποίηση συσχετίζεται θετικά με την μικρότερη ικανοποίηση από το γάμο επιβεβαιώνοντας την Υπόθεση 8.

5.4.6. Υπόθεση 9 & Υπόθεση 10: Ικανοποίηση από το Γάμο και Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις

Πίνακας 5. Συσχέτιση (Kendall' τ) Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο με Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.

	Σύγκρουση		Κατηγορία του Αποφυγή εαυτού		Θετική προσέγγιση		Ατομικό ενδιαφέρον			
	<i>T</i>	<i>P</i>	<i>τ</i>	<i>P</i>	<i>T</i>	<i>P</i>	<i>τ</i>	<i>P</i>		
<i>Κλίμακα Ικανοποίησης από το Γάμο (ΚΙΓ)</i>										
Οικιακές ευθύνες	-0,185	0,004	-0,132	0,044	-0,106	0,112	0,095	0,148	-0,036	0,593
Ανατροφή παιδιών	-0,104	0,122	-0,145	0,034	-0,167	0,017	-0,104	0,127	-0,107	0,122
Κοινωνικές δραστηριότητες	-0,170	0,009	-0,159	0,017	-0,147	0,030	-0,002	0,980	-0,040	0,554
Οικονομική κατάσταση	-0,205	0,002	-0,113	0,087	-0,195	0,004	0,118	0,075	-0,060	0,376
Επικοινωνία	-0,263	<0,001	-0,235	<0,001	-0,285	<0,001	0,248	<0,001	-0,190	0,005
Σεξουαλικές σχέσεις	-0,229	<0,001	-0,176	0,008	-0,246	<0,001	0,230	0,001	-0,137	0,043
Επαγγελματική πρόοδος	-0,216	0,001	-0,297	<0,001	-0,207	0,002	0,198	0,003	-0,079	0,237
Προσωπική ανεξαρτησία	-0,301	<0,001	-0,237	<0,001	-0,192	0,005	0,166	0,012	-0,008	0,911
Γενική ικανοποίηση από το γάμο	-0,175	0,008	-0,170	0,011	-0,235	0,001	0,311	<0,001	-0,188	0,006

Παρατηρούμε ότι η Σύγκρουση έχει αρνητική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση με όλα τα ερωτήματα της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο, εκτός από το Ανατροφή παιδιών.

Παρατηρούμε ότι η Κατηγορία του εαυτού έχει αρνητική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση με όλα τα ερωτήματα της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο (συμπεριλαμβανομένου του ευρύτερου), εκτός από το Οικονομική κατάσταση.

Παρατηρούμε ότι η Αποφυγή έχει αρνητική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση με όλα τα ερωτήματα της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο (συμπεριλαμβανομένου του ευρύτερου), εκτός από το Οικιακές ευθύνες.

Παρατηρούμε ότι η Θετική προσέγγιση έχει θετική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση με πέντε από τα εννέα ερωτήματα της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο (συμπεριλαμβανομένου του ευρύτερου): Επικοινωνία, Σεξουαλικές σχέσεις, Επαγγελματική πρόοδος, Προσωπική ανεξαρτησία, Γενική ικανοποίηση από το γάμο.

Παρατηρούμε ότι το Ατομικό ενδιαφέρον έχει αρνητική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση με τρία από τα εννέα ερωτήματα της Κλίμακας Ικανοποίησης από το Γάμο (συμπεριλαμβανομένου του ευρύτερου): Επικοινωνία, Σεξουαλικές σχέσεις, Γενική ικανοποίηση από το γάμο.

Συνεπώς, επιβεβαιώνεται η υπόθεσή μας (Υπόθεση 9) σχετικά με την αρνητική συσχέτιση δυσλειτουργικών στρατηγικών και ικανοποίησης από το γάμο. Από την άλλη, η λειτουργική στρατηγική Θετική προσέγγιση έχει θετικές συσχετίσεις με την ικανοποίηση από το γάμο. Όμως, η λειτουργική στρατηγική Ατομικό ενδιαφέρον έχει αρνητικές συσχετίσεις με την ικανοποίηση από το γάμο. Συνεπώς, έχουμε μικτά αποτελέσματα σχετικά με τις υποθέσεις μας για τις λειτουργικές στρατηγικές (Υπόθεση 10).

Κεφάλαιο 6ο: Ερμηνεία - Συζήτηση των ευρημάτων

6.1. Εισαγωγή

Στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας, επιχειρήθηκε η διερεύνηση της ικανοποίησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης συγκρούσεων στο γάμο, σύμφωνα με το θεωρητικό μοντέλο που διατυπώθηκε από τον Murray Bowen. Οι παραπάνω έννοιες συναρτήθηκαν κυρίως με την έννοια της εξατομίκευσης-συγχώνευσης, κομβικής έννοιας του μοντέλου για την κατανόηση των συζυγικών και οικογενειακών σχέσεων. Για το σκοπό αυτό, συνελλέγησαν δεδομένα από ενήλικες σε γάμο ή μακροχρόνιες σχέσεις που εξέταζαν τις παραπάνω μεταβλητές και τη σύνδεσή τους. Χρησιμοποιήθηκαν εργαλεία συναφή με τις υπό μελέτη έννοιες και συγκεκριμένα ένα ερωτηματολόγιο οικογενειακών σχέσεων (που εξετάζει τις σχέσεις με την πατρική οικογένεια και την οικογένεια που συνάφθηκε στην ενήλικη ζωή), μία κλίμακα ικανοποίησης από το γάμο και μία κλίμακα χρησιμοποιούμενων στρατηγικών κατά την αντιμετώπιση δυσκολιών στο γάμο. Οι κλίμακες επιλέχθηκαν με γνώμονα τη δυνατότητα εξέτασης όσο το δυνατόν περισσότερων διαστάσεων των υπό μελέτη μεταβλητών. Επιχειρήθηκε επιπλέον η διερεύνηση της ενδεχόμενης επίδρασης δημογραφικών παραγόντων που γνωρίζουμε ότι υπεισέρχονται και επηρεάζουν ποικίλες εκφάνσεις της ανθρώπινης εμπειρίας γενικότερα. Ακολουθεί η παράθεση και ο σχολιασμός των αποτελεσμάτων με βάση την υπάρχουσα βιβλιογραφία και σε συνάρτηση με τις υποθέσεις της έρευνας.

6.2 Συζήτηση Αποτελεσμάτων

Η πρώτη υπόθεση της έρευνας αφορούσε τον τρόπο με τον οποίο συνδέεται η διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση με την ικανοποίηση των συμμετεχόντων/ουσών από το γάμο τους. Αναδείχθηκε θετική στατιστικώς σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στη διάσταση της διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης και το βαθμό ικανοποίησης από το γάμο, σε συμφωνία με αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα (Skowron, 2000. Skowron & Platt, 2005). Η υπόθεση επιβεβαιώνεται συνεπώς, τόσο για την ικανοποίηση από το γάμο ως συμπαγή εννοιολογική οντότητα, όσο και για όλες τις επιμέρους διαστάσεις της.

Συγκεκριμένα, φάνηκε ότι η διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση σχετίζεται θετικά με την ικανοποίηση από το γάμο ως προς τις οικιακές ευθύνες, την ανατροφή των παιδιών, τη συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες, την οικονομική κατάσταση, την ποιότητα της επικοινωνίας, των σεξουαλικών σχέσεων, την επαγγελματική πρόοδο και την προσωπική ανεξαρτησία. Οι συσχετίσεις είναι πιο ισχυρές για την επικοινωνία, την προσωπική ανεξαρτησία και τις σεξουαλικές σχέσεις, ενώ ακολουθούν σε φθίνουσα σειρά η ικανοποίηση από το γάμο συνολικά, η επαγγελματική πρόοδος, η συμμετοχή στην ανατροφή των παιδιών και στις οικιακές ευθύνες, η οικονομική κατάσταση και οι κοινωνικές δραστηριότητες.

Παρατηρούμε ότι παρουσιάζονται θετικές συσχετίσεις ανάμεσα σε όλους τους τομείς της ικανοποίησης από το γάμο με το βαθμό συγχώνευσης/εξατομίκευσης των συντρόφων. Το εύρημα αυτό συνάδει με πληθώρα προηγούμενων ερευνητικών ευρημάτων με βάση το θεωρητικό μοντέλο του Bowen, σύμφωνα με τα οποία ο βαθμός εξατομίκευσης των συντρόφων αλλά και άλλες θεωρητικές έννοιες του μοντέλου του (π.χ. συναισθηματική αποκοπή) σχετίζεται με το βαθμό ικανοποίησής τους από τη σχέση τους (Skowron, 2000. Skowron & Platt, 2005).

Το γεγονός ότι ο βαθμός εξατομίκευσης σχετίζεται με την ικανοποίηση από το γάμο σε στατιστικά σημαντικό μεν, αλλά μικρό βαθμό, θα μπορούσε να αποδοθεί στη σωρεία πολύπλοκων διαστάσεων που υπεισέρχονται στην ικανοποίηση από το γάμο. Πρόκειται για μια πολύπλοκη έννοια, που επηρεάζεται πέρα από όσα διαμείβονται ανάμεσα στο ζευγάρι, από ποικίλους κοινωνικό-οικονομικούς παράγοντες και γεγονότα ζωής που ασκούν πιέσεις στο ζευγάρι (Bradburry et al., 2000).

Η δεύτερη και η τρίτη υπόθεση αφορούσαν τη συσχέτιση του βαθμού συγχώνευσης/εξατομίκευσης με τις χρησιμοποιούμενες στρατηγικές για την αντιμετώπιση των συγκρούσεων στο γάμο. Συγκεκριμένα, σύμφωνα με τη δεύτερη υπόθεση αναμενόταν ο υψηλότερος βαθμός συγχώνευσης των συντρόφων να σχετίζεται με αυξημένη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών, όπως η σύγκρουση, η κατηγορία του εαυτού και η αποφυγή. Οι συσχετίσεις ήταν μέτριες και μεγαλύτερες για τη σύγκρουση, ακολουθούμενη από την κατηγορία εαυτού και την αποφυγή. Το εύρημα αυτό συνάδει με βιβλιογραφικά ευρήματα αλλά και με το εννοιολογικό πλαίσιο που προσδιορίζει η θεωρία του Bowen, σύμφωνα με τα οποία οι

σύζυγοι/σύντροφοι με χαμηλότερο βαθμό εξατομίκευσης εμπλέκονται σε μεγαλύτερο βαθμό και χρησιμοποιούν συχνότερα δυσπροσαρμοστικές στρατηγικές για την επίλυση συγκρούσεων (Bowen, 1978). Το γεγονός αυτό σύμφωνα με ερευνητικά ευρήματα παγιώνει και εντείνει και τις συγκρούσεις και αυξάνει την πιθανότητα διαζυγίου, δεδομένου ότι μέσω των δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών αλλά και των έντονων συναισθημάτων που διακινούνται κατά τις συγκρούσεις οι σύζυγοι/σύντροφοι παγιδεύονται σε δυσπροσαρμοστικά και ματαιωτικά πρότυπα αλληλεπίδρασης που αυξάνουν τη συναισθηματική απόσταση και μειώνουν την ικανοποίηση από το γάμο (Finchametal., 2007. Johnson et al., 2005).

Η τρίτη υπόθεση αφορούσε τη συσχέτιση της χρήσης προσαρμοστικών στρατηγικών κατά την επίλυση συγκρούσεων με το βαθμό συγχώνευσης/εξατομίκευσης. Φάνηκε ότι η θετική προσέγγιση του συντρόφου σχετίζεται θετικά με το βαθμό εξατομίκευσης, ενώ η εστίαση στον εαυτό σχετίζεται αρνητικά με το βαθμό συγχώνευσης/εξατομίκευσης. Η τρίτη υπόθεση επιβεβαιώνεται εν μέρει, μόνο ως προς τη θετική σχέση του βαθμού συγχώνευσης εξατομίκευσης με τη θετική προσέγγιση του συζύγου. Φαίνεται, δηλαδή, ότι τα άτομα με αυξημένο βαθμό διαφοροποίησης τείνουν να χρησιμοποιούν σε μεγαλύτερο βαθμό τη θετική προσέγγιση του συντρόφου ως στρατηγική για την επίλυση συγκρούσεων. Το εύρημα αυτό συνάδει με τη θεωρία, σύμφωνα με την οποία οι άνθρωποι με αυξημένο βαθμό διαφοροποίησης είναι σε θέση να διακρίνουν τη λογική από τη συναισθηματική λειτουργία, να αναλαμβάνουν την ευθύνη για τη συναισθηματική τους κατάσταση και να εμπλέκονται στις σχέσεις με πιο αυτόνομο τρόπο (Bowen, 1978).

Δεν επιβεβαιώνεται το εύρημα σε σχέση με τη χρήση του ατομικού ενδιαφέροντος και της εστίασης στον εαυτό από τα άτομα με μεγαλύτερο βαθμό διαφοροποίησης, παρ' όλο που αναφέρεται από τους κατασκευαστές της κλίμακας ως προσαρμοστική στρατηγική για την αντιμετώπιση των συγκρούσεων. Το εύρημα αυτό θα μπορούσε να αποδοθεί σε ενδεχομένως διαφορετικές νόρμες σε σχέση με την καταλληλότητα συγκεκριμένων πρακτικών στα πλαίσια των στενών σχέσεων που σχετίζονται με το πολιτισμικό πλαίσιο. Ενδεχομένως, δηλαδή, η εστίαση στον εαυτό να θεωρείται ένδειξη ψυχρότητας και απομάκρυνσης στα πλαίσια των δυσκολιών στο γάμο, σύμφωνα με τις πολιτισμικές παραδοχές και προσδοκίες που διαμορφώνονται στο ελληνικό πλαίσιο. Με αυτή την οπτική, θα ήταν ενδεχομένως λογικό να αποφεύγεται από τα άτομα με αυξημένο βαθμό διαφοροποίησης, σε μία προσπάθεια

να μην απομονωθούν από τον/τη σύντροφό τους και να παγιωθούν οι δυσκολίες στη σχέση τους. Ωστόσο, δεδομένου ότι δεν έχουν γίνει παρόμοιες έρευνες στον ελληνικό πληθυσμό, δεν μπορούμε να γνωρίζουμε αν το εύρημα αποδίδεται στα χαρακτηριστικά του συγκεκριμένου δείγματος ή αντανακλά όντως τη διαφορετική αντίληψη/αξιολόγηση της συγκεκριμένης στρατηγικής στον ελλαδικό χώρο. Μελλοντικές έρευνες που θα εξασφαλίσουν πιο αντιπροσωπευτικό δείγμα ενδεχομένως να μας δώσουν πιο κατανοητά και αξιόπιστα ευρήματα.

Η τέταρτη υπόθεση αφορούσε την ενδεχόμενη σχέση ανάμεσα στη διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση με τη διαγενεακή οικειότητα. Η υπόθεση που διατυπώθηκε σύμφωνα με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen αφορούσε τη θετική συσχέτιση ανάμεσα στο βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης και της διαγενεακής οικειότητας. Η υπόθεση επιβεβαιώθηκε στα πλαίσια της παρούσας έρευνας, δεδομένου ότι αναδείχθηκε θετική συσχέτιση μικρού βαθμού ανάμεσα στο βαθμό εξατομίκευσης με το βαθμό διαγενεακής οικειότητας, που συνάδει με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen. Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, απαραίτητη προϋπόθεση για την ύπαρξη στενών διαπροσωπικών σχέσεων με την οικογένεια προέλευσης αποτελεί η ύπαρξη μεγάλου βαθμού εξατομίκευσης. Αντίθετα, τα άτομα με χαμηλό βαθμό διαφοροποίησης τείνουν κατά τον Bowen να εκφράζουν συχνά έντονη αποστασιοποίηση από τις οικογένειές τους που δεν αποτελεί ωστόσο πραγματική διαφοροποίηση, αλλά υποκρύπτει τις έντονες συγκρούσεις και τα ζητήματα που δεν έχουν διεργαστεί (Bowen, 1978).

Οι επόμενες υποθέσεις που διατυπώθηκαν αφορούσαν τον τρόπο με τον οποίο οι δημογραφικές διαστάσεις του φύλου, του μορφωτικού επιπέδου και του τόπου καταγωγής συναρτώνται με το βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης. Συγκεκριμένα, η πέμπτη υπόθεση αφορούσε τη μη ύπαρξη στατιστικά σημαντικής διαφοροποίησης ως προς τη διαγενεακή συγχώνευση/εξατομίκευση σε συνάρτηση με το φύλο των συμμετεχόντων/ουσών. Η υπόθεση αυτή επιβεβαιώθηκε και στα πλαίσια της παρούσας έρευνας, καθώς δεν αναδείχθηκε στατιστικά σημαντική διαφοροποίηση ανάμεσα στα δύο φύλα. Το εύρημα αυτό επιβεβαιώνει το θεωρητικό μοντέλο του Bowen, σύμφωνα με το οποίο ο βαθμός διαφοροποίησης δεν επηρεάζεται από το φύλο αλλά από τους παράγοντες της οικογένειας, τη σειρά γέννησης κλπ. (Bowen, 1978).

Η έκτη υπόθεση στο ίδιο πλαίσιο αφορούσε την ενδεχόμενη σχέση ανάμεσα στον τόπο κατοικίας και στο βαθμό εξατομίκευσης των συμμετεχόντων/ουσών. Δεν υπάρχουν σαφείς αναφορές στην επίδραση του τόπου διαμονής στο βαθμό εξατομίκευσης των ατόμων, σύμφωνα με το θεωρητικό μοντέλο αλλά και προηγούμενα ερευνητικά ευρήματα. Ωστόσο, κρίθηκε σκόπιμο να μελετηθεί η ενδεχόμενη σχέση του τόπου κατοικίας με το βαθμό διαφοροποίησης, δεδομένου ότι το δείγμα στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας προήλθε από διαφορετικές περιοχές. Αναδείχθηκε η ύπαρξη στατιστικά υψηλότερου βαθμού διαφοροποίηση για τους/τις συμμετέχοντες/ουσες που ζούσαν σε χωριό σε σχέση με τους/τις συμμετέχοντες/ουσες που ζούσαν σε επαρχιακή πόλη. Το εύρημα αυτό χρειάζεται να αντιμετωπιστεί με επιφύλαξη, δεδομένου ότι δεν υπάρχουν αντίστοιχα προηγούμενα ερευνητικά ευρήματα και διότι το μέγεθος του δείγματος δεν επιτρέπει γενικεύσεις. Εφόσον δεν έχει γίνει στο παρελθόν εμπειρική διερεύνηση του μοντέλου του Bowen σε ελληνικό πληθυσμό, δεν μπορούμε να γνωρίζουμε αν το εύρημα αυτό αποτυπώνει όντως κάποια διαφοροποίηση του πληθυσμού που ενδεχομένως να συνδέεται με διαφορετικές πρακτικές ανατροφής σε διαφορετικές περιοχές του ελληνικού πλαισίου ή αν αποτελεί τυχαίο εύρημα που συνδέεται με χαρακτηριστικά του υπάρχοντος δείγματος που δε λάβαμε υπόψη στο πλαίσιο της έρευνας. Μελλοντικές έρευνες που θα περιλαμβάνουν πιο πολυπληθή δείγματα προερχόμενα από διαφορετικές περιοχές ενδεχομένως να έδιναν πιο ξεκάθαρες απαντήσεις για την ενδεχόμενη επίδραση του τόπου διαμονής στο βαθμό διαφοροποίησης.

Η έβδομη υπόθεση αφορούσε την ενδεχόμενη σύνδεση του βαθμού συγχώνευσης/διαφοροποίησης με το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων/ουσών. Με βάση το θεωρητικό μοντέλο, δεν αναμένεται σχέση της διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης με το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων/ουσών. Τα δεδομένα επιβεβαιώνουν το θεωρητικό μοντέλο και τη διατυπωθείσα υπόθεση, καθώς οι διαφοροποιήσεις που παρατηρήθηκαν ανάμεσα στους/στις συμμετέχοντες/ουσες που είχαν αντίστοιχα τελειώσει την υποχρεωτική εκπαίδευση, ήταν απόφοιτοι/ες λυκείου και ήταν απόφοιτοι/ες Πανεπιστημίου δεν ήταν στατιστικά σημαντικές. Το εύρημα αυτό συνάδει με τη θεωρία του Bowen σύμφωνα με την οποία ο βαθμός διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης δε σχετίζεται με το μορφωτικό επίπεδο. Από τον έλεγχο των τριών παραπάνω υποθέσεων συμπεραίνουμε λοιπόν ότι παρ' όλο που δημογραφικά χαρακτηριστικά όπως το φύλο, το μορφωτικό

επίπεδο και ο τρόπος διαμονής επηρεάζουν ποικίλες διαστάσεις της ανθρώπινης εμπειρίας και θα μπορούσαν να επηρεάζουν και τις από το θεωρητικό μοντέλο του Bowen προσδιοριζόμενες διαστάσεις, αναδεικνύεται η επιβεβαίωση του θεωρητικού μοντέλου σύμφωνα με το οποίο οι όποιες παρατηρούμενες διαφοροποιήσεις οφείλονται στις οικογενειακές διεργασίες.

Η όγδοη υπόθεση που διατυπώθηκε αφορούσε την κατεύθυνση της σχέσης ανάμεσα στη διαγενεακή τριγωνοποίηση και την ικανοποίηση από το γάμο. Με βάση το θεωρητικό μοντέλο του Bowen είχε διατυπωθεί η υπόθεση ότι η διαγενεακή τριγωνοποίηση θα σχετιζόταν αρνητικά με το βαθμό ικανοποίηση από το γάμο. Η υπόθεση αυτή επιβεβαιώθηκε στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας, σε συμφωνία με το μοντέλο. Παρ' όλο που λόγω της χρήσης μη παραμετρικών ελέγχων δεν ήταν εφικτή η διατύπωση προβλεπτικών σχέσεων, το εύρημα αυτό συνάδει με το μοντέλο και με αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα σύμφωνα με τα οποία η τριγωνοποίηση στα πλαίσια της οικογένειας ανατροφής επηρεάζει την ικανοποίηση από το γάμο στην ενήλικη ζωή, λόγω των πιέσεων που εξακολουθούν να ασκούνται στο άτομο και που δεν είναι σε θέση να υπερβεί (Skowron, 2000. Skowron et al., 2009).

Οι επόμενες υποθέσεις αφορούσαν τις διμερείς σχέσεις ανάμεσα στις διαστάσεις της ικανοποίησης από το γάμο και τη χρήση προσαρμοστικών ή δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών για την επίλυση δυσκολιών στο γάμο. Συγκεκριμένα, αναμενόταν με βάση τη μελέτη της βιβλιογραφίας η αρνητική συσχέτιση της χρήσης δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών αντιμετώπισης δυσκολιών με το βαθμό ικανοποίησης από το γάμο. Αναδείχθηκε στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας ότι χρήση της στρατηγικής της σύγκρουσης σχετιζόταν αρνητικά την ικανοποίηση από το γάμο συνολικά αλλά και με όλες τις επιμέρους διαστάσεις της εκτός από την ανατροφή των παιδιών. Συγκεκριμένα, η συσχέτιση είναι πιο ισχυρή για την προσωπική ανεξαρτησία και ακολουθεί η επικοινωνία, οι σεξουαλικές σχέσεις, η επαγγελματική πρόοδος, οι οικιακές ευθύνες, η συνολική ικανοποίηση από το γάμο και τέλος η συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες.

Παρόμοια είναι τα ευρήματα για τη χρήση της στρατηγικής της κατηγορίας του εαυτού στα πλαίσια των δυσκολιών στο γάμο/σχέση. Συγκεκριμένα, η χρήση αυτής της στρατηγική σχετίζεται αρνητικά με όλες τις διαστάσεις της ικανοποίησης από το γάμο, εκτός από το βαθμό ικανοποίησης από την οικονομική κατάσταση. Η

αυτομομφή σχετίζεται σε μεγαλύτερο βαθμό με το βαθμό ικανοποίησης από την επαγγελματική πρόοδο του συντρόφου, και ακολουθεί η διάσταση της ικανοποίησης από την επικοινωνία, η ικανοποίηση από τις σεξουαλικές σχέσεις, η συνολική ικανοποίηση από το γάμο, η ικανοποίηση από τη συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες, από την ανατροφή των παιδιών και από τη συμμετοχή στις οικιακές ευθύνες.

Παρόμοια είναι τα ευρήματα και ως προς τη σχέση της αποφυγής του συντρόφου με το βαθμό ικανοποίησης από το γάμο. Αναδείχθηκε στο πλαίσιο της έρευνας αρνητική στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα σε όλες τις διαστάσεις της ικανοποίησης από το γάμο εκτός από τη συμμετοχή στις οικιακές ευθύνες και στη χρήση της στρατηγικής της αποφυγής. Συγκεκριμένα, η χρήση της στρατηγικής της αποφυγής σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση από την επικοινωνία, τις σεξουαλικές σχέσεις, την ικανοποίηση από το γάμο συνολικά, την επαγγελματική πρόοδο, την οικονομική κατάσταση, την προσωπική ανεξαρτησία, την ανατροφή των παιδιών και τη συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες.

Τα ευρήματα αυτά είναι εν πολλοίς αναμενόμενα και συνάδουν τόσο με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen όσο και με ευρύτερα ερευνητικά ευρήματα σύμφωνα με τα οποία η χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών επίλυσης συγκρούσεων σχετίζεται ή ακόμα και προβλέπει τη μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο. Μάλιστα, στο πλαίσιο της σύγχρονης έρευνας διερευνάται και ο ρόλος διαμεσολαβητικών παραγόντων ανάμεσα στη χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών και τη μείωση της ικανοποίησης από το γάμο (Blochet al., 2014. Finchametal., 2007. Gurman, 2008). Παρ' όλο που στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας δεν κατέστη δυνατή η διατύπωση υποθέσεων αναφορικά με τις προβλεπτικές σχέσεις ανάμεσα στις μεταβλητές, ούτε ήταν εφικτή η μελέτη της διαχρονικής σύνδεσης των υπό μελέτη διαστάσεων, αναδείχθηκε ωστόσο και στον ελληνικό πληθυσμό η συσχέτιση των παραπάνω μεταβλητών, σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία.

Ως προς τη χρήση προσαρμοστικών στρατηγικών για την αντιμετώπιση δυσκολιών στο γάμο, είχε διατυπωθεί η υπόθεση ότι θα σχετίζονται θετικά με το βαθμό ικανοποίησης από το γάμο. Στο πλαίσιο της παρούσα έρευνας, μελετήθηκαν δύο στρατηγικές που θεωρούνται προσαρμοστικές ως προς την επίλυση συγκρούσεων και επομένως είναι πιο πιθανό να σχετίζονται θετικά με την ικανοποίηση από το

γάμο. Ως προς τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης του συντρόφου, αναδείχθηκε στατιστικά σημαντική σχέση με την ικανοποίηση από το γάμο ως ενιαία εννοιολογική οντότητα, αλλά και με μερικές επιμέρους διαστάσεις της. Συγκεκριμένα, η θετική προσέγγιση του συντρόφου σχετίστηκε θετικά με το βαθμό ικανοποίησης από την επικοινωνία, τις σεξουαλικές σχέσεις, την επαγγελματική πρόοδο και την προσωπική ανεξαρτησία. Το εύρημα αυτό συνάδει με ερευνητικά ευρήματα σύμφωνα με τα οποία η χρήση θετικών και προσαρμοστικών στρατηγικών αντιμετώπισης των δυσκολιών συνδέονται ή ακόμα και προβλέπουν τη συζυγική ικανοποίηση και τη σταθερότητα της σχέσης σε βάθος χρόνου (Blochet al., 2014. Fincham et al., 2007). Η χρήση στρατηγικών που αυξάνουν τη θετική αλληλεπίδραση και ευνοούν το «μοίρασμα» θετικών συναισθημάτων και εμπειριών, όπως η θετική προσέγγιση του συντρόφου που αξιολογήθηκε στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας, είναι φυσικό επομένως να συνδέεται με το βαθμό ικανοποίησης των συζύγων από τη σχέση τους.

Αντίστοιχα, διατυπώθηκε υπόθεση σύμφωνα με την οποία η χρήση της στρατηγικής του ατομικού ενδιαφέροντος θα σχετιζόταν θετικά με την ικανοποίηση από το γάμο. Το εύρημα αυτό δεν επιβεβαιώθηκε στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας. Φάνηκε ότι η χρήση της στρατηγικής του ατομικού ενδιαφέροντος σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση από το γάμο και συγκεκριμένα την ικανοποίηση ως προς τη διάσταση της επικοινωνίας και των σεξουαλικών σχέσεων. Οι υπόλοιπες διαστάσεις της συζυγικής ικανοποίησης δε φάνηκε να σχετίζονται με τη χρήση της στρατηγικής του ατομικού ενδιαφέροντος. Το εύρημα αυτό έρχεται σε αντίθεση με τη ερευνητικά ευρήματα, σύμφωνα με τα οποία η αντιμετώπιση των συγκρούσεων με πρακτικές που προάγουν την αυτονομία, όπως η στρατηγική της εστίασης στον εαυτό που μελετήθηκε στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας συνδέονται με μεγαλύτερη ικανοποίηση από το γάμο. Το εύρημα αυτό θα μπορούσε να αποδοθεί, πάντοτε βέβαια με επιφύλαξη στην κουλτούρα του ελληνικού πλαισίου που σε ένα βαθμό επηρεάζει και συνδιαμορφώνει τις αποδεκτές και επιθυμητές συμπεριφορές στα πλαίσια των ανθρώπινων αλληλεπιδράσεων. Ενδεχομένως λοιπόν τέτοιου τύπου στρατηγικές που ευνοούν την επικέντρωση των συντρόφων στον εαυτό τους να ταυτίζονται στην Ελλάδα με την αποστασιοποίηση και την αδιαφορία προς το σύντροφο και να συνδέονται για αυτό το λόγο αρνητικά με τη συζυγική ικανοποίηση. Μελλοντικές έρευνες που θα χρησιμοποιήσουν μεγαλύτερο δείγμα και προερχόμενο

από πολλές ελλαδικές περιοχές θα μπορέσουν να δώσουν μία πιο σαφή αιτιολόγηση στο εν λόγω εύρημα.

Συνοψίζοντας, τα ευρήματα της έρευνας, μπορούν να κατηγοριοποιηθούν ως εξής: Ο βαθμός συγχώνευσης/εξατομίκευσης σχετίζεται θετικά με την ικανοποίηση από το γάμο, με τη χρήση της προσέγγισης του συντρόφου σε περίπτωση σύγκρουσης (προσαρμοστική στρατηγική για την αντιμετώπιση δυσκολιών στο γάμο) και αρνητικά με τη χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών. Επιπλέον, ο βαθμός διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης σχετίζεται θετικά με τη διαγενεακή οικειότητα. Το φύλο, το μορφωτικό επίπεδο δε συναρτώνται με το βαθμό διαγενεακής συγχώνευσης/εξατομίκευσης, ενώ ο τόπος διαμονής φάνηκε να προσδιορίζει διαφορετικά επίπεδα διαφοροποίησης. Η διαγενεακή τριγωνοποίηση σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση από το γάμο ως ενιαία εννοιολογική οντότητα. Τέλος, η ικανοποίηση από το γάμο στις περισσότερες υπό μελέτη διαστάσεις σχετίζεται αρνητικά με τη χρήση δυσπροσαρμοστικών στρατηγικών για την επίλυση δυσκολιών και θετικά με τη χρήση της προσαρμοστικής στρατηγικής της προσέγγισης του συντρόφου.

Τα ευρήματα σε μεγάλο βαθμό συνάδουν με το θεωρητικό μοντέλο του Bowen και με προηγούμενα ερευνητικά ευρήματα της διεθνούς βιβλιογραφίας (Murdock & Gore, 2004. Peleg, 2008. Skowron et al., 2009). Το θεωρητικό μοντέλο του Bowen επιβεβαιώνεται στο ελληνικό πλαίσιο ως προς τις περισσότερες διαστάσεις του που ελέγχθηκαν εμπειρικά, ενώ αναδεικνύεται και η σύνδεσή της κομβικής έννοιας της εξατομίκευσης/συγχώνευσης με την ικανοποίηση από το γάμο και τις επιλεγόμενες στρατηγικές για την επίλυση συγκρούσεων. Αντίστοιχες διεθνείς έρευνες έχουν ελέγξει στο πλαίσιο της θεωρίας του Bowen διαστάσεις της ενδοπροσωπικής και διαπροσωπικής προσαρμογής των συμμετεχόντων/ουσών, όπως η διαχείριση του στρες, η συναισθηματική ευεξία αλλά και η ικανοποίηση από το γάμο και η ένταση των συζυγικών συγκρούσεων (Miller et al., 2004. Mudrock & Gore, 2004. Peleg, 2008. Skowron et al., 2009). Επιπλέον, τόσο σε συνάφεια με τη θεωρία του Bowen αλλά και ευρύτερα στο ερευνητικό πεδίο των διαπροσωπικών σχέσεων, διερευνώνται οι παράγοντες που επηρεάζουν την ικανοποίηση από το γάμο και τις συζυγικές συγκρούσεις, αλλά και διατυπώνονται προβλεπτικές σχέσεις ανάμεσα στις εν λόγω μεταβλητές (Bradburry et al., 2000. Johnson et al., 2005. Mickelson et al., 2006. Papp et al., 2007). Έμφαση δίνεται τέλος στην επίδραση

διαμεσολαβητικών παραγόντων (πχ. της έννοιας της συγχώρεσης για την επίλυση των συγκρούσεων και την ικανοποίηση από το γάμο σε βάθος χρόνου) (Fincham et al., 2007) που συμβάλλουν στην εις βάθος κατανόηση πολυδιάστατων εννοιολογικών κατασκευών όπως οι παραπάνω. Δυστυχώς κάτι τέτοιο δεν ήταν εφικτό στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας, όπως θα αναφερθεί και στην επόμενη ενότητα.

6.3. Συμβολή και Περιορισμοί της παρούσας έρευνας-Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Η παρούσα έρευνα αποσκοπούσε στη διερεύνηση διαστάσεων της ικανοποίησης στο γάμο και στρατηγικών αντιμετώπισης των συζυγικών συγκρούσεων στο πλαίσιο της συστημικής θεωρίας του Murray Bowen. Η θεωρία που διατύπωσε ο Bowen για την κατανόηση των δυσκολιών στο γάμο αποτέλεσε ένα συνεκτικό θεωρητικό πλαίσιο που έδωσε έναυσμα για τη διενέργεια πολλών ερευνών που βασίστηκαν και/ή επεξέτειναν τις θέσεις του. Η συμβολή της παρούσας έρευνας έγκειται στην εμπειρική διερεύνηση εννοιών από το θεωρητικό αυτό μοντέλο στον ελλαδικό χώρο. Επιπλέον, αναδείχθηκε η στατιστικά σημαντική σχέση εννοιών κομβικών στη βιβλιογραφία τη συναφή με τις διαπροσωπικές σχέσεις ευρύτερα που διερευνήθηκαν και στην παρούσα έρευνα.

Τα συμπεράσματα σε σχέση με στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στο βαθμό της συζυγικής ικανοποίησης και τις χρησιμοποιούμενες στρατηγικές κατά την αντιμετώπιση δυσκολιών στο γάμο θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν στα πλαίσια προληπτικών και θεραπευτικών παρεμβάσεων. Εκπαιδύοντας, δηλαδή, τα ζευγάρια στη χρήση πιο λειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των δυσκολιών και συγκρούσεων στο γάμο, θα μπορούσαν μακροπρόθεσμα να αυξήσουν την ικανοποίηση από τη σχέση τους. Άλλωστε, προς αυτή την κατεύθυνση συνηγορούν αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα από διεθνείς έρευνες, που μελέτησαν σε βάθος χρόνου τον αριθμό και την ένταση των συγκρούσεων σε συνάρτηση με τις χρησιμοποιούμενες στρατηγικές αντιμετώπισης.

Φυσικά η έρευνα διακρίνεται από σειρά περιορισμών. Κατ' αρχάς, τα δεδομένα συνελέγησαν από λίγες γεωγραφικές περιοχές της Ελλάδας, και από μικρό αριθμό συμμετεχόντων/ουσών, επομένως τα συμπεράσματα δε θεωρούνται γενικεύσιμα για το σύνολο του ελληνικού πληθυσμού. Επιπλέον, λόγω του ότι οι

περισσότερες κλίμακες/υποκλίμακες που χορηγήθηκαν δεν ακολουθούσαν την κανονική κατανομή, δεν ήταν εφικτή η διενέργεια παραμετρικών ελέγχων και η διατύπωση προβλεπτικών σχέσεων ανάμεσα στις υπό μελέτη μεταβλητές. Μελλοντικές έρευνες που θα συλλέξουν δεδομένα από μεγαλύτερο και πιο αντιπροσωπευτικό τμήμα του ελληνικού πληθυσμού ενδεχομένως να μπορούν να διατυπώσουν πιο γενικεύσιμα συμπεράσματα.

Επιπλέον, η έρευνα αυτή βασίστηκε σε δεδομένα αυτό-αναφοράς, δηλαδή στον τρόπο με τον οποίο οι ίδιοι/ες οι συμμετέχοντες/ουσες αντιλαμβάνονται τις υπό μελέτη διαστάσεις. Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν τουλάχιστον ως προς τις διαστάσεις της ικανοποίησης από το γάμο και των στρατηγικών επίλυσης συγκρούσεων να εξετάσουν ταυτόχρονα τις αντιλήψεις και των δύο συντρόφων ως προς τις παραπάνω διαστάσεις. Η μεθοδολογική αυτή προσθήκη ενδεχομένως να μας έδινε τη δυνατότητα να συνάγουμε πολύτιμα συμπεράσματα ως προς τους παράγοντες που προσδιορίζουν την ικανοποίηση και των συντρόφων. Οι όποιες διαφυλικές διαφορές θα ήταν σε αυτό το πλαίσιο επίσης πιο εύκολο να αναδειχθούν.

Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν, τέλος, να μελετήσουν τις ίδιες μεταβλητές σε άτομα που επιλέγουν εναλλακτικές μορφές οικογενειακής οργάνωσης (π.χ. ομόφυλα ζευγάρια, επανασυσταμένες οικογένειες κλπ.), προκειμένου να αποτυπωθεί η εμπειρία τους και να διεξαχθούν συμπεράσματα σε σχέση με πιο αποτελεσματικούς τρόπους υποστήριξής τους σε συμβουλευτικό και θεραπευτικό επίπεδο. Επιπλέον, θα μπορούσαν να διερευνηθούν μελλοντικά επιπρόσθετες διαστάσεις που συνδέονται και προσδιορίζουν τη συζυγική ικανοποίηση και αφορούν την αλληλεπίδραση του ζευγαριού (π.χ. ρύθμιση των συναισθημάτων) αυτή καθαυτή, αλλά και ευρύτερες κοινωνικό-οικονομικές αλλαγές που επηρεάζουν τους συντρόφους και ενδεχομένως και την ποιότητα της σχέσης τους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ:

1. Βασιλείου, Γ. (1987). Ο άνθρωπος ως σύστημα: μια παρουσίαση για τον παιδοψυχίατρο. *Σύγχρονα Θέματα Παιδοψυχιατρικής*, τομ. Α, μέρος Γ, Αθήνα.
2. Γεωργιάδης Δ., (2000). «Συστημική Σκέψη και Πρακτικές στη Θεραπεία με την Οικογένεια», στο Καλαντζή – Αζίζι Α. & Μπεζεβέγκης Η. (επιμ.), *Θέματα Επιμόρφωσης Ευαισθητοποίησης Στελεχών Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων*, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα, 341 – 346.
3. Δημοπούλου – Λαγωνίκα, Μ. (2006). *Μεθοδολογία Κοινωνικής Εργασίας: Μοντέλα Παρέμβασης*. Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
4. Ζαφείρης Α., Ζαφείρη Ε., & Μουζακίτης Χ., (1999). *Οικογενειακή Θεραπεία: Θεωρία και πρακτικές εφαρμογές*, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
5. Ζερβάνος, Κ., (2009). *Τα οικογενειακά συστήματα. Εισαγωγή στη Θεωρία του Bowen*, Αθήνα, Αίολος
6. Κατάκη, Χ. (2012). *Οι τρεις ταυτότητες της ελληνικής οικογένειας*, Αθήνα, Πεδίο
7. Κογκίδου, Δ. (1995). *Μονογονεϊκές οικογένειες. Πραγματικότητα-Προοπτικές-Κοινωνική Πολιτική*. Αθήνα: «Νέα Σύνορα»- Α.Α. Λιβάνη.
8. Κωτσίδα, Φ.(1994). *Γενική Θεωρία των Συστημάτων: Η επίδραση στην θεραπεία της οικογένειας*. Τετράδια Ψυχιατρικής, 45: 67-71.
9. Μάνος, Ν.(1997). *Βασικά Στοιχεία Κλινικής Ψυχιατρικής*. Αθήνα, University Studio Press.
10. Μισέλ, Α. (1991). *Κοινωνιολογία της Οικογένειας και του Γάμου*. (Επιμ. Μουσούρου, Α.). Αθήνα, Gutenberg.
11. Μουσούρου, Λ.Μ. (2005). *Οικογένεια και οικογενειακή πολιτική*. Αθήνα: Gutenberg.
12. Μπούτρη, Α. (2011). Ευτυχία, ελπίδα-αισιοδοξία, περιέργεια. Στο Α. Σταλίκας & Π. Μυτσκίδου (Επιμ.), *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία*, (σσ. 63-85). Αθήνα: Τόπος
13. Παπαδιώτη – Αθανασίου, Β. (2000). *Οικογένεια και όρια: Συστημική Προσέγγιση*. (Ε΄ εκδ.) Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα

14. Παπαδιώτη – Αθανασίου, Β. & Σόφτα – Ναι, Λ.(2006). *Οικογενειακή – συστημική θεραπεία: Βασικές προσεγγίσεις, θεωρητικές θέσεις και πρακτική εφαρμογή*. (Β΄ εκδ.) Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
15. Παρίτσης, Ν. (2003). *Συστημική ψυχιατρική. Η νοημοσύνη της ζωής*, Αθήνα: Βήτα.
16. Πατεράκη, Ε., & Ρούσση, Π. (2011). Η σχέση ανάμεσα στην ικανοποίηση από το γάμο και στην κατάθλιψη: Ο ρόλος της κοινωνικής υποστήριξης στο ελληνικό πλαίσιο. *Hellenic Journal of Psychology*, 8, 146-167.
17. Σταλίκας, Α. (2005). *Θεραπευτικές Παρεμβάσεις*, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
18. Σταλίκας Α, Τριλιβά Σ. & Ρούσση Π.(2012). *Τα Ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα. Μια συλλογή και παρουσίαση των Ερωτηματολογίων, Δοκιμασιών και Καταλόγων Καταγραφής χαρακτηριστικών στον Ελληνικό χώρο*. Αθήνα: Πεδίο
19. Τσαμπαρλή, Α (2004). *Η ψυχαναλυτική Προσέγγιση της οικογένειας*: Αθήνα: Ατραπός.
20. Χαρίτου.(1990). *Θεραπεία οικογένειας και το παιδί ως σύμπτωμα*. Στο: Α. Καλαντζή-Αζίζη & Ν. Παρίτσης (επιμ.). *Οικογένεια: ψυχοκοινωνικές προσεγγίσεις*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
21. Beck, Judith S., (2000). *Εισαγωγή στη Γνωστική Θεραπεία*, πρόλογος Aaron T. Beck, εκδ. Πατάκη, Αθήνα.
22. Bowen, M.(1998). *Τρίγωνα στην οικογένεια*. Μετάφραση: Ε. Γκίκα & Μ. Λεβή. Επιμέλεια: Κ. Χαραλαμπίκη. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
23. Howitt, D & Cramer, D. (2000,2005,2008). *Στατιστική με το SPSS 16. Με εφαρμογές στην Ψυχολογία και τις Κοινωνικές Επιστήμες*. Αθήνα, Κλειδάριθμος (Επιστημονική Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης: Κοντάκος Σταύρος)
24. Goldenberg, I., & Goldenberg, H.(2005). *Οικογενειακή Θεραπεία, Μια επισκόπηση*. Αθήνα: Έλλην. (Επιμέλεια : Ευαγγελία Κοτρώτσιου).
25. McGoldrick, M & Gerson, R. (1999). *Το Γενεόγραμμα*. Μετάφραση: Α. Νίκας & Κ. Νικολάου. Αθήνα: Κέδρος
26. Minuchin, S. (2000). *Οικογένειες και οικογενειακή θεραπεία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
27. Napier, A. (1997). *Το ζευγάρι ο εύθραυστος δεσμός*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
28. Payne, M. (2000). *Σύγχρονη Θεωρία της Κοινωνικής Εργασίας*. Επιμ. Θ. Καλλινικάκη, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.

29. Satir, V. (1989). *Πλάθοντας ανθρώπους*. Μετάφραση: Λ. Στυλιανούδη. Αθήνα: Κέρδος
30. Satir, V.(1992). *Ανθρώπινη επικοινωνία*. Μετάφραση: Α. Ντούργα. Αθήνα: Δίοδος
31. Taschman, Harvey, A. (1975), *Βοηθώντας τις οικογένειες να αλλάξουν*. N.Y:Jason Aronson

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ:

1. Baucom, D. H., Epstein, N. B., LaTaillade, J. J., & Kirby, J. S. (2008). Cognitive-behavioral couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (4th ed.). (pp. 31-72). New York, London: The Guilford Press.
2. Barker, P., & Chang, J. (2013). *Basic family therapy* (6th ed.). Chichester: Wiley.
3. Bertalanffy, L., Von. (1968). *General Systems Theory: Foundation, development, applications*, New York: Braziller.
4. Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: more than a wives' tale. *Emotion*, 14(1), 130-144.
5. Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. N.Y.: Jason Aronson.
6. Bowen, M. (1976) Theory in the Practice of Psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed.), *Family Therapy: Theory and Practice*.(pp. 42-90). New York: Gardner Press
7. Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980.
8. Brown, J. (1999). Bowen family systems theory and practice: Illustration and critique. *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 20(2), 94-103.
9. Brown, J. & Christensen, D. (1999). *Family therapy*. CA: Brooks / Cole
10. Bryant, C. M., Taylor, R. J., Lincoln, K. D., Chatters, L. M., & Jackson, J. S. (2008). Marital satisfaction among African Americans and black Caribbeans:

- Findings from the national survey of American life. *Family Relations*, 57(2), 239-253.
11. Carr, A. (2000). *Family therapy*. Chichester: Wiley.
 12. Cooklin, A. (1984). *Change in here and now systems, vs. systems over time*. In: A.Bentiv.G.Bernes & A. Cooklin (Eds) *Family Therapy*. San Diego: Academic Pres
 13. Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2002). Effects of marital conflict on children: recent advances and emerging themes in process-oriented research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*,43(1), 31-63.
 14. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez & C.R. Snyder (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology*,(pp. 187-194). New York: Oxford University Press.
 15. Du Rocher Schudlich, T. D., & Cummings, E. M. (2007). Parental dysphoria and children's adjustment: Marital conflict styles, children's emotional security, and parenting as mediators of risk. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(4), 627-639.
 16. Du Rocher Schudlich, T. D., Papp, L. M., & Cummings, E. M. (2004).Relations of husbands' and wives' dysphoria to marital conflict resolution strategies. *Journal of Family Psychology* 18(1), 171-183.
 17. Dyrdal, G. M., Roysamb, E., Nes, R. B., & Vitterso, J. (2011). Can a happy relationship predict a happy life? A population-based study of maternal well-being during the life transition of pregnancy, infancy, and toddlerhood. *Journal of Happiness Studies*, 12, 947-962.
 18. Fainsilber Katz, L., & Gottman, J. M. (1993). Patterns of marital conflict predict children's internalizing and externalizing behaviors. *Developmental Psychology*, 29(6), 940-950.
 19. Fincham, F.D., Beach, S. R., & Davila, J. (2007). Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 542-545.
 20. Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. H. (2007) Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and the Family*, 69(2), 275-292.

21. Friedman, E. (1991). *Handbook of family therapy* (Τόμ. II). (A. Guman, & D. Kniker, Επιμ.) Bruner/ Mazel.
22. Gilbert, R.M. (2004). *The Eight Concepts of Bowen Theory: A New Way of Thinking about the Individual and the Group*. NY: Leading Systems Press.
23. Guttman. (1991). *Systems theory, Cybernetics, and epistemology*. In: A. Gurman & D. Kniskern, D. *Handbook of family therapy*.V.2 Bristol: Bruner/Mazel.
24. Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., Sullivan, K. T., & Bradbury, T. N. (2005). Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 15–27.
25. Kerr, M. & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation. An approach based on Bowen theory*. N.Y.: Norton & Company
26. Lawson, D. (2001). *Intergenerational transmission: individuation and intimacy across three Generations*. *Family Process*, 40: 424-442.
27. Mickelson, K. D., Claffey, S. T., & Williams, S. L. (2006). The moderating role of gender and gender role attitudes on the link between spousal support and marital quality. *Sex Roles*, 55, 73-82.
28. Miller, R. B., Anderson, S., & Keala, D. K. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(4), 453-466.
29. Murdock, N. L., & Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy* 26(3), 319-335.
30. O' Rourke, N. (2005). Personality, cognitive adaptation, and marital satisfaction as predictors of well-being among older married adults. *Canadian Journal on Aging*, 24(3), 211- 224.
31. Papp, L. M., Goeke-Morey, M. C., & Cummings, E. M. (2007). Linkages between spouses psychological distress and marital conflict in the home. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 533-537.
32. Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 15, 359-367.

33. Peleg, O. (2008). The relationship between differentiation of self and marital satisfaction: What can be learned from married people over the course of life? *The American Journal of Family Therapy*, 36, 388-401.
34. Revlas, A.P. (1997). *Family Therapy: foundations and techniques*. In: P. Howkins & J. Nestoros. (Eds.) *Psychotherapy. New perspectives on theory practice and research*. Athens: Ellinika Grammata.
35. Rosen-Grandon, J., Myers, J., & Hattie, J. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-68.
36. Scharff, J. S., & Scharff, D. E. (2008). Object relations couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (4th ed.) (pp. 167-195). New York, London: The Guilford Press.
37. Simon, G. M. (2008). Structural couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (4th ed.). (pp. 323-352). New York, London: The Guilford Press.
38. Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
39. Skowron, E. A., & Platt, L. F. (2005). Differentiation of self and child abuse potential in young adulthood. *The Family Journal*, 13(3), 281-290.
40. Skowron, E. A., Stanley, K. L., & Shapiro, M. D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18.
41. Zimmermann, A. C., & Easterlin, R. A. (2006). Happily ever after? Cohabitation, marriage, divorce and happiness in Germany. *Population and Development Review*, 32, 511– 528
42. Satir, J., Stachowiak, J. & Taschman, A. (1975). *Helping families to change*. N.Y.: Jason Aronson
43. Toman, W.(1961).*Family Constellation*. NY: Springer Publishing Company ,Ing.
44. Titelman, P.C. (1998).*Clinical Applications of Bowen Family Systems Theory*. NY:Haworth Press.
45. Titelman, P.C. (2005) *.Emotional Cutoff. Bowen Family Systems Therapy Perspectives*. NY:Haworth Press, Inc

46. Triliva, S. (1990). Identity and relatedness within the family of origin in urban and rural Greece. Unpublished Doctoral Dissertation. *The Graduate School of Applied and Professional Psychology*, Rutgers University.
47. Walsh, W. M., & McGraw, J.A. (2002). *Essentials of Family Therapy*.(2nd ed.) Denver, CO: Love
48. Whitaker, C. (1975). *The symptomatic adolescent-An AWOL family member*. In: M. Sager, (ed.).*The Adolescent in Group and Family Therapy*. N.Y: Brunner/Mazel.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ:

1. Καλαντζή – Αζίζη, Α.& Καραδήμας, Ε. (2006). Ομαδικές παρεμβάσεις γνωσιακής – συμπεριφοριστικής κατεύθυνσης. *Ψυχολογία*, 13,

Links:

1. The Bowen Center for the Study of the Family, www.thebowncenter.org
2. Working Systems, www.workingsystemsinc.com

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Αγαπητοί κύριοι/ες,

Ονομάζομαι Μαρλαγκούτσου Μαρία και διενεργώ την διπλωματική μου έρευνα στα πλαίσια του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών « Συμβουλευτική στην ειδική Αγωγή, Εκπαίδευση και Υγεία» του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων είναι **ανώνυμη** και τα στοιχεία θα χρησιμοποιηθούν αυστηρά και μόνο για τη στατιστική επεξεργασία των αποτελεσμάτων της έρευνας. Τέλος είναι σημαντικό να τονισθεί ότι δεν υπάρχουν **σωστές και λάθος απαντήσεις**. Σημασία έχει να καταγραφεί πως πραγματικά σκέφτεστε και νιώθετε.

Η συμπλήρωση όλων των ερωτηματολογίων της έρευνας διαρκεί 20-25 λεπτά. Η συμπλήρωση και η επιστροφή του ερωτηματολογίου αυτού αποτελεί αποδοχή εκ μέρους σας να συμμετάσχετε στην έρευνα.

Για οποιαδήποτε επιπρόσθετη πληροφορία ή ερώτηση παρακαλούμε επικοινωνήσετε με τον υπεύθυνο της έρευνας:

Μαρλαγκούτσου Μαρία

Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια «Συμβουλευτικής» Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Τηλ. 6979572287

E-mail: marmarlagoutsou@hotmail.com

Σας ευχαριστούμε προκαταβολικά για τη συνεργασία σας.

ΚΛΙΜΑΚΑ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟ ΓΑΜΟ⁸

Στόχος αυτής της κλίμακας είναι η μέτρηση της ικανοποίησης που νιώθετε σε εννέα τομείς αλληλεπίδρασης μέσα στο γάμο σας. Παρακαλείσθε να βάλετε σε κύκλο έναν από τους αριθμούς (1 - 10) πλάι σε κάθε περιοχή αλληλεπίδρασης. Οι αριθμοί προς τα αριστερά της δεκάβαθμης κλίμακας δείχνουν το βαθμό δυσαρέσκειας, ενώ προς τα δεξιά δείχνουν το βαθμό ικανοποίησής σας από το συγκεκριμένο τομέα. Την ώρα που σημειώνετε για κάθε περιοχή αλληλεπίδρασης κάντε στον εαυτό σας αυτή την ερώτηση: "αν ο/η σύζυγος μου συνεχίσει στο μέλλον να συμπεριφέρεται όπως σήμερα σε αυτόν τον τομέα, πόσο ικανοποιημένος/η θα είμαι μαζί του; "Με άλλα λόγια, εκτιμήστε στην κλίμακα πώς αισθάνεστε σήμερα. και προσπαθήστε να μην επηρεασθείτε στην εκτίμηση σας από την αξιολόγηση της μιας περιοχής αλληλεπίδρασης με την άλλη.

Τομείς αλληλεπίδρασης	Πολύ δυσ ρεστη μένος/ η										Πολύ ικανο ποιημ ένος/ η
Οικιακές ευθύνες	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ανατροφή παιδιών	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
κοινωνικές δραστηριότητες	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
οικονομική κατάσταση	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Επικοινωνία	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
σεξουαλικές σχέσεις	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
επαγγελματική πρόοδος	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
προσωπική ανεξαρτησία	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
γενική ικανοποίηση από γάμο	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

⁸ Η κατασκευή της κλίμακας βασίστηκε σε αντίστοιχη του Azzrin et al, 1973.

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ

Για τις ερωτήσεις **1 έως 8** χρησιμοποιείστε την ακόλουθη κλίμακα για να βαθμολογήσετε την ποιότητα και την ικανοποίηση που νιώθετε για τις ακόλουθες σχέσεις, σημειώνοντας κάθε φορά το κατάλληλο τετραγωνίδιο :

Ποιότητα σχέσης με:	1	2	3	4	5
	Άριστη	πολύ καλή	καλή	άσχημη	πολύ άσχημη
1. τα παιδιά σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. τη μητέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. τον πατέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Η ικανοποίηση της σχέσης σας με:	1	2	3	4	5
	πολύ ικανοποιητική	ικανοποιητική	αδιάφορη	απογοητευτική	πολύ απογοητευτική
4. τα παιδιά σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. τη μητέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. τον πατέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Πόσο ικανοποιημένη-ος είστε με τη συχνότητα της επαφής (γράμματα, τηλεφωνήματα, προσωπική επαφή) που έχετε με τον πατέρα και τη μητέρα σας.

Συχνότητα επαφής σας με:	1	2	3	4	5
	πολύ ικανοποιητική	ικανοποιητική	αδιάφορη	απογοητευτική	πολύ απογοητευτική
7. τη μητέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. τον πατέρα σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Για τις ερωτήσεις 9 και 10 χρησιμοποιείστε την κλίμακα:

	1	2	3	4	5
	ολοκληρωτικά υπεύθυνος	πολύ υπεύθυνος	μέτρια υπεύθυνος	λίγο υπεύθυνος	καθόλου υπεύθυνος
9. Όταν ένας από τους γονείς σας έχει ένα σοβαρό πρόβλημα, ως ποιο σημείο θεωρείτε τον εαυτό σας υπεύθυνο να βρει μια λύση στο πρόβλημα αυτό;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Όταν οι γονείς σας έχουν κάποιο σοβαρό πρόβλημα στο γάμο τους, ως ποιο σημείο θεωρείτε τον εαυτό σας υπεύθυνο να δώσει μια λύση στο πρόβλημα αυτό;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Χρησιμοποιείστε την ακόλουθη υποθετική περίπτωση και την αντίστοιχη κλίμακα για να βαθμολογήσετε τις ερωτήσεις 11-20:

Προσκαλείτε μόνο τον ένα σας γονιό κι όχι τον άλλον για γεύμα μόνο του μαζί σας, αν και ξέρετε ότι ο άλλος ενδιαφέρεται να έρθει και είναι διαθέσιμος;

	1	2	3	4	5
	υπερβολική	πολύ μεγάλη	μέτρια	λίγη	καθόλου
11. Πόση διάθεση θα είχατε να κάνετε κάτι τέτοιο για τη μητέρα σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Για τον πατέρα σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Πόση άνεση θα νιώθατε να κάνετε κάτι τέτοιο για τη μητέρα σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Για τον πατέρα σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Πόση αδικία θα ήταν να κάνετε κάτι τέτοιο στο γονιό σας ή στο γάμο τους, από την άποψη της μητέρας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Από την άποψη του πατέρα;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- | | | | | | | |
|-----|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 17. | Πόση άνεση θα νιώθατε να γευματίζετε και να συζητούσατε προσωπικά θέματα με προσκαλεσμένη τη μητέρα σας; | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. | Τον πατέρα σας; | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. | Πόση ενοχή θα νιώθατε εάν δεν καλούσατε τον άλλο γονιό, για παράδειγμα εάν δεν καλούσατε τη μητέρα σας; | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. | Τον πατέρα σας | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Χρησιμοποιείτε την ακόλουθη κλίμακα για τις ερωτήσεις 21-46

- | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
|-----|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | συμφωνώ
απόλυτα | συμφωνώ | αδιαφορώ | διαφωνώ | διαφωνώ
απόλυτα | |
| 21. | Φανερώνω τα πραγματικά μου αισθήματα για σημαντικά γεγονότα στη ζωή μου στη μητέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. | Φανερώνω τα πραγματικά μου αισθήματα για σημαντικά γεγονότα στη ζωή μου στον πατέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. | Η μητέρα μου παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή μου και εγώ στη δική της. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. | Ο πατέρας μου παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή μου κι εγώ στη δική του. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. | Συναντιέμαι με τη μητέρα μου από καιρό σε καιρό για να κουβεντιάσουμε και να διασκεδάσουμε. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. | Συναντιέμαι με τον πατέρα μου από καιρό σε καιρό για να κουβεντιάσουμε και να διασκεδάσουμε. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. | Παίρνω στα σοβαρά τις σκέψεις και τα συναισθήματα της μητέρας μου, αν και δε συμφωνώ πάντα ή δε συμπεριφέρομαι με τον ίδιο τρόπο. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. | Παίρνω στα σοβαρά τις σκέψεις και τα συναισθήματα του πατέρα μου, αν και δε συμφωνώ πάντα και δε συμπεριφέρομαι με τον ίδιο τρόπο. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. | Δείχνω ανοιχτά την τρυφερότητά μου προς τη | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- μητέρα μου.
- | | | | | | | |
|-----|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 30. | Δείχνω ανοιχτά την τρυφερότητά μου προς τον πατέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. | Δεν είμαι άδικος-η στη σχέση μου με τη μητέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. | Δεν είμαι άδικος-η στη σχέση μου με τον πατέρα μου | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. | Σε πράγματα που μοιραζόμαστε μπορώ να εμπιστευτώ τη μητέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. | Σε πράγματα που μοιραζόμαστε μπορώ να εμπιστευτώ τον πατέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. | Με τη μητέρα μου έχουμε αμοιβαία εκτίμηση. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. | Με τον πατέρα μου έχουμε αμοιβαία εκτίμηση. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. | Νιώθω στοργή προς τη μητέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. | Νιώθω στοργή προς τον πατέρα μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. | Οι γονείς μου κάνουν πράγματα που με κάνουν να ντρέπομαι. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. | Τα τωρινά μου προβλήματα θα ήταν λιγότερα ή λιγότερο σοβαρά εάν οι γονείς μου ενεργούσαν ή συμπεριφέρονταν διαφορετικά. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. | Οι γονείς μου συχνά προσπαθούν να αλλάξουν κάποιο στοιχείο της προσωπικότητάς μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42. | Μερικές φορές αναρωτιέμαι πόσο μ' αγαπούν οι γονείς μου στην πραγματικότητα. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. | Είμαι σε θέση να διαφωνήσω με τους γονείς μου χωρίς να χάσω την ψυχραιμία μου. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. | Μερικές φορές γίνομαι τόσο υπερευαίσθητος με τους γονείς μου που δεν μπορώ να σκεφτώ λογικά. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45. | Συνήθως βοηθώ τους γονείς μου να με καταλάβουν λέγοντάς τους τι σκέφτομαι, πώς αισθάνομαι και τι πιστεύω. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. | Οι γονείς μου άλλα λένε κι άλλα εννοούν. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Απαντήστε μόνο εάν έχετε παιδιά.

Για τις ερωτήσεις 47-54.

	1	2	3	4	5
	πάντα	συχνά	περισσότερα κά	σπάνια	ποτέ
47. Πόσο συχνά μοιράζεστε προσωπικές πληροφορίες για το γάμο σας με τα παιδιά σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Πόσο συχνά μοιράζεται ο/ η σύζυγός σας προσωπικές πληροφορίες για το γάμο σας με τα παιδιά σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. Φαίνεται ότι τα παιδιά μου δεν μπορούν να με πλησιάσουν συναισθηματικά χωρίς να απομακρυνθούν από τον/ τη σύζυγό μου.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Φαίνεται ότι τα παιδιά μου δεν μπορούν να πλησιάσουν συναισθηματικά την/ τον σύζυγό μου χωρίς ν' απομακρυνθούν από μένα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51. Τα προβλήματα των παιδιών (συμπεριφορά, σχολείο, αρρώστιες), μερικές φορές συμπίπτουν με τις προστριβές στο γάμο, ή την ένταση στην οικογένεια. Πόσο συχνά συμβαίνει αυτό στη δική σας οικογένεια;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Πόσο συχνά εσείς κι η/ ο σύζυγός σας διαφωνείτε για συγκεκριμένους τρόπους συμπεριφοράς προς το παιδί σας (π.χ. σχετικά με την πειθαρχία ή την ανταπόκριση σε οικονομικά ζητήματα ή ελευθερίες);	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. Πόσο συχνά επεμβαίνετε στις διαφωνίες μεταξύ του συζύγου σας και του παιδιού σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. Πόσο συχνά επεμβαίνει ο/ η σύζυγός σας στις διαφωνίες σας με τα παιδιά σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις

ΟΔΗΓΙΕΣ: Οι περισσότεροι άνθρωποι παρατηρούν ότι συχνά τα ίδια προβλήματα ανακύπτουν ξανά και ξανά στα πλαίσια μιας σχέσης ή ενός γάμου. Για παράδειγμα, μπορεί να διαφωνείτε με το/τη σύντροφό σας για θέματα που αφορούν την επικοινωνία, τη ζήλια, το σεξ, κ.α. Τέτοια προβλήματα μπορεί να προκύπτουν ακόμα και σε ικανοποιητικές σχέσεις. Παρακαλώ, σκεφτείτε ένα σημαντικό πρόβλημα στη σχέση σας, **το οποίο να σχετίζεται με τη συμπεριφορά του/της** συντρόφου σας. Αν να σας βοηθάει, να το καταγράψετε.

Παρακάτω είναι αρκετοί τρόποι με τους οποίους οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν προβλήματα και δυσκολίες στη σχέση ή το γάμο τους. Έχοντας στο μυαλό σας το πρόβλημα που αναφέρατε παραπάνω, σημειώστε τον αριθμό που δείχνει καλύτερα το πόσο συμφωνείτε ή διαφωνείτε με την κάθε πρόταση, χρησιμοποιώντας την ακόλουθη κλίμακα:

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα
1	2	3	4	5

Όταν αντιμετωπίζω αυτό το πρόβλημα:

1. Κάθομαι και συζητώ το θέμα διεξοδικά με το/τη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
2. Φωνάζω στο/στη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
3. Αγοράζω δώρα για το/τη σύντροφό μου ή του/της κάνω ιδιαίτερα χατίρια.	1	2	3	4	5
4. Κατηγορώ τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5
5. Αφιερώνω περισσότερη ενέργεια στη δουλειά μου.	1	2	3	4	5
6. Λυπάμαι τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5
7. Λέω στο/στη σύντροφό μου ότι φέρεται σαν παιδί, είναι εγωκεντρικός, κτητικός, δύστροπος, κτλ.	1	2	3	4	5

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα			
1	2	3	4	5			
8.	Προσπαθώ να μη σκέφτομαι το πρόβλημα.		1	2	3	4	5
9.	Έχω δυσκολίες στον ύπνο.		1	2	3	4	5
10.	Υπενθυμίζω στο/στη σύντροφό μου πράγματα που έχει πει ή έχει κάνει στο παρελθόν και με έχουν στεναχωρήσει.		1	2	3	4	5
11.	Κάνω με το/τη σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που μας ευχαριστούν και τους δύο.		1	2	3	4	5
12.	Αφιερώνω περισσότερο χρόνο στα χόμπι μου.		1	2	3	4	5
13.	Κάνω με το/τη σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που τον/την ευχαριστούν.		1	2	3	4	5
14.	Απαιτώ από το/τη σύντροφό μου να συμπεριφερθεί διαφορετικά.		1	2	3	4	5
15.	Προσπαθώ να ξεκινήσω μια συζήτηση με το/τη σύντροφό μου.		1	2	3	4	5
16.	Κοιμάμαι περισσότερο από το συνηθισμένο ή δυσκολεύομαι να σηκωθώ από το κρεβάτι.		1	2	3	4	5
17.	Είμαι σαρκαστικός με το/τη σύντροφό μου.		1	2	3	4	5
18.	Έχω περισσότερα προβλήματα υγείας απ' ό,τι συνήθως.		1	2	3	4	5
19.	Αποφεύγω τη σωματική επαφή με το/τη σύντροφό μου.		1	2	3	4	5
20.	Περνώ περισσότερη ώρα με τους φίλους μου.		1	2	3	4	5
21.	Λέω στον εαυτό μου ότι οι δυσκολίες δεν είναι σημαντικές.		1	2	3	4	5
22.	Αρνούμαι να κάνω σεξ με το/τη σύντροφό μου.		1	2	3	4	5
23.	Αισθάνομαι πιο κουρασμένος/η απ' ό,τι συνήθως.		1	2	3	4	5
24.	Περιμένω ότι με τον καιρό τα πράγματα θα διορθωθούν.		1	2	3	4	5
25.	Τσακώνομαι με άλλους περισσότερο απ' ό,τι συνήθως.		1	2	3	4	5

26. Είμαι περισσότερο σωματικά τρυφερός με το/τη σύντροφό μου απ' ότι συνήθως.	1	2	3	4	5
27. Γκρινιάζω.	1	2	3	4	5
28. Προσπαθώ να βάλω νέους ανθρώπους στη ζωή μου.	1	2	3	4	5
29. Αισθάνομαι κατάθλιψη και λύπη.	1	2	3	4	5
30. Αναλαμβάνω νέες υποχρεώσεις που απαιτούν χρόνο στη δουλειά ή στην κοινότητα.	1	2	3	4	5
31. Αν ο/η σύντροφός μου αναφερθεί στο πρόβλημα, αρνούμαι ότι τα πράγματα δεν πάνε καλά ή αλλάζω συζήτηση.	1	2	3	4	5
32. Χτυπάω ή σπάω πράγματα.	1	2	3	4	5
33. Αισθάνομαι άβολα και νευρικά	1	2	3	4	5
34. Αποκτώ νέο χόμπι και ενδιαφέροντα που να απαιτούν αρκετό από το χρόνο μου.	1	2	3	4	5
35. Θυμίζω στον εαυτό μου τις καλές στιγμές που είχα με το/τη σύντροφό μου στο παρελθόν.	1	2	3	4	5
36. Όταν είμαι μόνος/μόνη μου, κλαίω.	1	2	3	4	5
37. Είμαι ευερέθιστος/η όταν είμαι με το/τη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
38. Λέω στον εαυτό μου ότι θα ασχοληθώ με το πρόβλημα στο μέλλον αλλά τώρα δεν είναι η κατάλληλη στιγμή.	1	2	3	4	5
39. Υπενθυμίζω στο/στη σύντροφό μου τις καλές στιγμές που είχαμε στο παρελθόν.	1	2	3	4	5
40. Αισθάνομαι απελπισμένος με την κατάσταση.	1	2	3	4	5
41. Μειώνω το/τη σύντροφό μου μπροστά σε άλλους.	1	2	3	4	5
Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα	
1	2	3	4	5	
42. Απασχολούμαι με διάφορα άλλα πράγματα όταν είμαι σπίτι με το/τη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
43. Προσπαθώ να είμαι πιο ελκυστικός/ή όταν είμαι με το/τη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5

44. Κάνω κριτική στο/στη σύντροφό μου για πράγματα διαφορετικά από αυτό που πραγματικά με απασχολεί.	1	2	3	4	5
45. Δε δείχνω το πόσο έχω πληγωθεί.	1	2	3	4	5
46. Δίνω περισσότερη σημασία στο/στη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
47. Αισθάνομαι αποτυχημένος/η.	1	2	3	4	5
48. Προσπαθώ να καταλάβω τι προκαλεί το πρόβλημα.	1	2	3	4	5
49. Λέω στο/στη σύντροφό μου πόσο τον/την αγαπάω και νοιάζομαι γι' αυτόν/αυτήν.	1	2	3	4	5
50. Λέω στο/στη σύντροφό μου ότι για το πρόβλημα φταίει αυτός/η.	1	2	3	4	5
51. Ασκούμαι περισσότερο και καταβάλλω περισσότερη προσπάθεια σε σωματικές δραστηριότητες.	1	2	3	4	5
52. Προσπαθώ να κάνω το/τη σύντροφό μου να δει την αστεία πλευρά της κατάστασης.	1	2	3	4	5
53. Αναμοχλεύω συνεχώς το πρόβλημα στο μυαλό μου χωρίς να μπορώ να καταλήξω πουθενά.	1	2	3	4	5
54. Τσακώνομαι με το/τη σύντροφό μου για ασήμαντα θέματα.	1	2	3	4	5
55. Αφιερώνουμε κάποια ώρα με το/τη σύντροφό μου για να συζητήσουμε το πρόβλημα.	1	2	3	4	5
56. Προσπαθώ να δω την αστεία πλευρά της κατάστασης.	1	2	3	4	5
57. Ανησυχώ για την υγεία μου.	1	2	3	4	5
Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα	
1	2	3	4	5	
58. Κάνω περισσότερες κοινωνικές επαφές χωρίς το/τη σύντροφό μου απ' ότι συνήθως.	1	2	3	4	5
59. Δίνω στο/στη σύντροφό μου τελεσίγραφα, όπως το να επιμένω ότι τα πράγματα θα γίνουν όπως θέλω εγώ ή ...	1	2	3	4	5
60. Συνειδητοποιώ ότι δεν μπορώ να συγκεντρωθώ στη	1	2	3	4	5

δουλειά ή σε άλλα ενδιαφέροντα μου.

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 61. Προσπαθώ να λύσω το πρόβλημα μόνος μου χωρίς να μιλήσω γι' αυτό με το/τη σύντροφό μου. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 62. Αποφασίζω να εκδικηθώ το/τη σύντροφό μου. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 63. Αισθάνομαι ένοχος/η. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 64. Προτείνω στο σύντροφό μου να τα «ξαναβρούμε». | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |