

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
"ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ"



ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Διερεύνηση της σχέσης μεταξύ του οικογενειακού περιβάλλοντος
προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής και της ικανότητας εκτίμησης
και διαχείρισης των συναισθημάτων τους**

ΣΑΜΑΡΑ Ι. ΜΑΡΙΑ

Τ.Ε. ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: Δρ. ΚΟΤΡΩΤΣΙΟΥ ΣΤΥΛΙΑΝΗ

ΜΕΛΗ ΤΡΙΜΕΛΟΥΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ: Δρ. ΠΑΡΑΛΙΚΑΣ ΘΕΟΔΟΣΙΟΣ

Δρ. ΣΚΕΝΤΕΡΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

Λάρισα, 2019

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
"ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ"



**Investigation of the relationship between the family environment of
undergraduate nursing students and their ability to assess and manage
their emotions**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ευχαριστίες	5
Περίληψη	6
Abstract	8
Εισαγωγή.....	9

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 1

1.1 Ορισμός του συναισθήματος	12
1.2 Λειτουργίες του συναισθήματος	12
1.3 Ανάπτυξη της συναισθηματικής έκφρασης	13
1.4 Τα στάδια της συναισθηματικής ανάπτυξης και ρύθμισης	14
1.5 Συναισθηματική ρύθμιση – η σημασία της	15
1.6 Κοινωνικοσυναισθηματική ικανότητα και ανάπτυξη της Συναισθηματικής νοημοσύνης.....	16

Κεφάλαιο 2

2.1 Ορισμός και χαρακτηριστικά της Οικογένειας	17
2.2 Η Δομή οικογένειας	18
2.3 Η σημασία της λειτουργίας της οικογένειας	18
2.4 Η ποιότητα των σχέσεων μέσα στην οικογένεια	19
2.5 Διαστάσεις της οικογενειακής ατμόσφαιρας	21

Κεφάλαιο 3

3.1 Η επίδραση του οικογενειακού περιβάλλοντος στις διαστάσεις της Συναισθηματική Νοημοσύνη των παιδιών	22
3.2 Τρόποι συμβολής του οικογενειακού πλαισίου στη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών	24
3.3 Η επίδραση της οικογενειακής εκφραστικότητας	24

3.4 Η συμβολή της οικογένειας στη ανάπτυξη της συναισθηματικής κατανόησης των παιδιών.....	26
3.5 Η γονική συμβολή στη συναισθηματική κοινωνικοποίηση	27
3.6 Η επίδραση της οικογενειακής συνοχής και σύγκρουσης	28
Κεφάλαιο 4	
4.1 Ερευνητικά εργαλεία της μελέτης και εφαρμογή τους σε άλλες έρευνες	30
ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ	
1.Σκοπός και ερευνητικά ερωτήματα	33
2.Υλικό και μέθοδος	34
3.Αποτελέσματα	36
3.1. Περιγραφική Ανάλυση	36
3.2. Επαγωγική Ανάλυση	40
4. Συζήτηση	55
4.1 Περιορισμοί της έρευνας	59
4.2 Προτάσεις πολιτικής υγείας	59
4.3 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα	60
4.4 Συμπεράσματα	60
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	
Ξενόγλωσση	62
Ελληνόγλωσση	66
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	
ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ	67

Ευχαριστίες

Στα πλαίσια της παρακολούθησης του μεταπτυχιακού προγράμματος σπουδών στην Ψυχική Υγεία του Γενικού Τμήματος του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, κλίθηκα να διεκπεραιώσω την παρούσα διπλωματική εργασία.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω, λοιπόν, με την παρούσα παράγραφο την επιβλέπουσα καθηγήτριά μου Δρ. Κοτρώτσιου Στυλιανή για τις πολύτιμες υποδείξεις και καθοδήγηση που μου παρείχε καθ'όλη την πορεία κατάρτισης της εργασίας καθώς και όλους τους ανθρώπους – φοιτητές του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας που με τη συμμετοχή τους στην έρευνα και καταθέτοντας ένα κομμάτι της εμπειρίας του εαυτού τους, συνέβαλαν αφενός έμμεσα στην προαγωγή της επιστημονικής γνώσης και αφετέρου άμεσα στην προσωπική μου προσπάθεια για συλλογή δεδομένων.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω άτομα του στενού μου περιβάλλοντος καθώς και των ακαδημαϊκών χώρων στους οποίους έχω μελετήσει, για την πολύτιμη τροφή για σκέψη που μου προσέφεραν οι συζητήσεις μας και την ανοιχτή τους στάση για «μοίρασμα» επιστημονικών και μη προβληματισμών.

Περίληψη

Εισαγωγή: Μεγάλη είναι η σημασία των συναισθημάτων στη ζωή του ανθρώπου, αφού αποτελούν αναπτυξιακά τον ρυθμιστή της συμπεριφοράς. Οι άνθρωποι κατά τη φυσιολογική αναπτυξιακή τους πορεία εκπαιδεύονται και εσωτερικεύουν τρόπους αναγνώρισης και διαχείρισης των συναισθημάτων που προκύπτουν στις διάφορες καταστάσεις της ζωής τους, με απώτερο σκοπό την ψυχολογική προσαρμογή και ευημερία του ατόμου. Προς την κατεύθυνση αυτή σημαντικό ρόλο διαδραματίζει η οικογένεια η οποία επηρεάζει το άτομο άλλοτε θετικά και άλλοτε αρνητικά.

Σκοπός: Το αντικείμενο της παρούσας διπλωματικής εργασίας είναι η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ του οικογενειακού περιβάλλοντος προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής και της ικανότητας εκτίμησης και διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Υλικό και Μέθοδος: Τον πληθυσμό της παρούσας μελέτης αποτελούν προπτυχιακοί φοιτητές Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, ηλικίας 20 έως 25 ετών. Δείγμα της έρευνας, αποτέλεσαν συνολικά $n=86$ φοιτητές εκ των οποίων οι 64 ήταν γυναίκες φοιτήτριες (74,4%) και 22 άνδρες φοιτητές (25,6%).

Τα ερευνητικά εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν ήταν α) η κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος (Family Environment Scale, Form R-FES), β) η κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS (Wong Law Emotional Intelligence Scale) και γ) ένα ερωτηματολόγιο σχετικά με τα κοινωνικο-δημογραφικά και ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά των φοιτητών. Η επεξεργασία και στατιστική ανάλυση των δεδομένων της έρευνας έγινε με τη χρήση του λογισμικού πακέτου «SPSS version 22.0 for Windows», με τις μεθόδους της περιγραφικής και της επαγωγικής στατιστικής. Ο στατιστικός έλεγχος ήταν αμφίπλευρος και τιμές $p<0,050$ ορίστηκαν ότι εκφράζουν το επίπεδο αποδεκτής στατιστικής σημαντικότητας.

Αποτελέσματα: Το φύλο βρέθηκε να σχετίζεται θετικά με τη Σύγκρουση ($p=0,041$) και θετικά οριακά με τον Προσανατολισμό προς ενεργό ψυχαγωγική δράση ($p=0,064$). Ο αριθμός των αδελφών βρέθηκε να σχετίζεται θετικά οριακά με τον Έλεγχο ($p=0,054$). Η σχέση σχετίστηκε θετικά με τα επίπεδα οικογενειακής Συνοχής ($p=0,014$) και με τη Σύγκρουση ($p=0,007$). Η διαβίωση συσχετίζεται θετικά με την Εκφραστικότητα της οικογένειας ($p=0,0022$) και τέλος ο αριθμός των οφειλόμενων μαθημάτων σχετίστηκε θετικά με τη Συνοχή ($p=0,045$) και θετικά οριακά με τον Έλεγχο ($p=0,065$). Ακόμη, βρέθηκε κατά τη συσχέτιση των ατομικών χαρακτηριστικών και της κλίμακας Συναισθηματικής νοημοσύνης, η διαβίωση (με γονείς ή σύζυγο) να σχετίζεται θετικά οριακά με την εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού και ο αριθμός των οφειλόμενων μαθημάτων, θετικά με τις διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης όπως την εκτίμηση των συναισθημάτων του

εαυτού, την ικανότητα χρήσης συναισθημάτων, θετικά οριακά με τη διαχείριση συναισθημάτων ενώ τέλος σχετίστηκε θετικά με τη συνολική Συναισθηματική νοημοσύνη. Επίσης διαπιστώθηκε συσχέτιση της κλίμακας Οικογενειακού Περιβάλλοντος με την κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης.

Συμπεράσματα: Η παρούσα έρευνα ανέδειξε την ύπαρξη σχέσης μεταξύ του οικογενειακού περιβάλλοντος ανατροφής των προπτυχιακών φοιτητών και της ικανότητας εκτίμησης, κατανόησης, χρήσης και διαχείρισης των συναισθημάτων, τόσο των δικών τους όσο και των άλλων. Προς την κατεύθυνση της ενίσχυσης των διαστάσεων της Συναισθηματικής νοημοσύνης, σημαντική είναι η συμβολή της οικογένειας μέσω του κλίματος συναισθηματικής εκφραστικότητας, ασφάλειας και συνοχής το οποίο δημιουργεί. Συνεπώς, για μια ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των ατόμων θα πρέπει να στραφούμε, εκτός των άλλων και προς την κατεύθυνση αυτή.

Λέξεις κλειδιά: emotional regulation, college students, family functioning

Abstract

Introduction: the importance of emotions in human life is great, as they are the regulator of behavior. People in their normal developmental procedure are trained and internalized in ways of recognizing and managing the emotions that arise in the various situations of their lives, with the ultimate aim of psychological adjustment and well-being of the individual. In this regard, the family plays an important role in influencing the individual, both positively and sometimes negatively.

Aim: The purpose of this thesis is to investigate the relationship between the family environment of undergraduate Nursing students and their ability to assess and manage their emotions.

Material and Method: The population of this study is undergraduate students of the University of Thessaly, aged 20 to 25 years. The survey sample consisted of $n = 86$ students 64 of which were female students (74.4%) and 22 male students (25.6%).

The research tools used were a) the Family Environment Scale, Form R-FES, b) the Wong Law Emotional Intelligence Scale, and c) a questionnaire about students' socio-demographic and academic characteristics. The analysis and statistical analysis of the research data was done by using the software package "SPSS version 22.0 for Windows", using descriptive and inferential statistics. Statistical control was two-sided and $p < 0.050$ values were set as expressing the level of acceptable statistical significance.

Results: Gender was found to be positively correlated with Conflict ($p = 0.041$) and positively marginally with Orientation to active recreational activity ($p = 0.064$). The number of siblings was found to be positively correlated marginally with Control ($p = 0.054$). The relationship was positively associated with Family Cohesion levels ($p = 0.014$) and Conflict ($p = 0.007$). Living was positively correlated with Family Expressiveness ($p = 0.0022$) and finally, the number of courses in which students failed was positively correlated with Cohesion ($p = 0.045$) and positively marginally with Control ($p = 0.065$). Furthermore, it was found that when correlating individual characteristics and the scale of Emotional Intelligence, living (with parents or spouse) was positively marginally correlated with self-esteem ratings and the number of courses in which students failed correlated positively with the dimensions of emotional intelligence such as estimation of their emotions, the ability to use emotions, positive marginally with emotion management, and finally positively related to overall Emotional Intelligence. There was also a correlation between the Family Environment Scale and the Scale of Emotional Intelligence.

Conclusions: The present study highlighted the relationship between the undergraduates' nurturing environment and the ability to assess, understand, use and manage emotions, both of their own and of others. In order to reinforce the dimensions of Emotional Intelligence, it is important the contribution of the family through the climate of emotional expressiveness, security and cohesion that creates. Consequently, for a regular psychosocial development of individuals, we must turn, in this respect, in this direction as well.

Keywords: emotional regulation, college students, family functioning

Εισαγωγή

Η σημασία των συναισθημάτων στη ζωή του ανθρώπου έχει τονιστεί εδώ και αρκετές δεκαετίες από τους ειδήμονες των επιστημονικών χώρων. Τα συναισθήματα μέσα από τις διάφορες εκφάνσεις που μπορεί να λάβουν και τους ποικίλους τρόπους για να εκφραστούν αποτελούν αναπτυξιακά το ρυθμιστή της συμπεριφοράς. (Akram-Uzzaman, 2018)

Μέσα από την ευκαιρία για προσαρμογή του ατόμου στη δυσλειτουργία και τον κινητήριο προσανατολισμό του ατόμου που προσφέρουν, μπορούν να συμβάλλουν στη δημιουργία και διατήρηση των διαπροσωπικών σχέσεων των ατόμων κι ακόμη στη διαμόρφωση των εκάστοτε κοινωνικών συνθηκών. (Niedenthal et al., 2006)

Χαρακτηριστικό της φυσιολογικής αναπτυξιακής πορείας του ατόμου είναι η διαχείριση των συναισθημάτων που βιώνει, η οποία ξεκινά ήδη από τη βρεφική του ηλικία με την καθοριστικής σημασίας σ' αυτή, συμβολή των ατόμων που το φροντίζουν. (Craig & Baucum, 2007)

Στη δόμηση της συναισθηματικής έκφρασης κάποιου ατόμου συμβάλλουν τα προσωπικά χαρακτηριστικά του εκάστοτε ατόμου, τα χαρακτηριστικά του ατόμου που ασχολείται με τη φροντίδα του καθώς και χαρακτηριστικά του ευρύτερου πολιτισμικού περιβάλλοντός του. (Morris et al., 2007)

Ο άνθρωπος μέσα από τη συμμετοχή του στην οικογένεια, ως μέλος αυτής, που αλληλεπιδρά με τους γονείς και τα υπόλοιπα άτομα που την αποτελούν, διδάσκεται τη «γλώσσα των συναισθημάτων» που περιλαμβάνει την ικανότητα να αντιλαμβάνεται και να αναγνωρίζει τα δικά του συναισθήματα αλλά και των άλλων, να τα χρησιμοποιεί όταν το επιτάσσει η ανάγκη και να τα διαχειρίζεται αποτελεσματικά μέσω στρατηγικών που υιοθετεί κατά την εμπειρία του. (Χουντουμάδη, 1998 ; Oatley & Jenkins, 2004)

Μέγιστο ρόλο κατά την οικοδόμηση των παραπάνω ικανοτήτων, την λεγόμενης «συναισθηματικής νοημοσύνης», διαδραματίζουν το συναισθηματικό κλίμα που επικρατεί στην οικογένεια, η συναισθηματική εκφραστικότητα της οικογένειας και των γονέων, ο τύπος του αισθήματος της συναισθηματικής ασφάλειας ή ανασφάλειας που αναπτύσσει το άτομο μέσα στην οικογένεια, εξαιτίας της καθοριστικής σχέσης του με τους φροντιστές του και ο τύπος της «προσκόλλησης» που αναπτύσσει μαζί τους κι ακόμη ο χαρακτήρας της «σύγκρουσης» που παρουσιάζεται μέσα στην οικογένεια και άλλοι παράγοντες.

Οι παραπάνω συνθήκες θα πρέπει να είναι ευνοϊκές ώστε να καταστήσουν αποτελεσματική την ψυχολογική ωρίμανση, προσαρμογή και ευημερία του ατόμου και η οικογένεια να

αποτελεί χώρο ανάτασης και όχι πλαίσιο που δημιουργεί επιπρόσθετο άγχος για τα μέλη της. (Κυριακίδης, 2000 ; Eisenberg et al., 2003)

Άλλωστε από έρευνες που ανευρίσκονται στη βιβλιογραφία διαπιστώνεται το μέγεθος της οικογενειακής επίδρασης στη συναισθηματική διαχείριση και ωρίμανση των ατόμων και η μεγάλη συμβολή ενός θετικά εκφραστικού και συνεκτικού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο θα επικρατεί η άνευ όρων αποδοχή του ατόμου και θα του παρέχεται η δυνατότητα να σχετίζεται θετικά και να εκφράζει τα συναισθήματά του. (Gao & Han, 2016 ; Amato, 2001 ; Meyer et al., 2014)

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 Ορισμός του συναισθήματος

Προσπάθειες για τον ορισμό του συναισθήματος πραγματοποιούνταν για πολλές δεκαετίες από ψυχολόγους και φιλοσόφους. Στο αγγλικό λεξικό της Οξφόρδης, ως «*συναίσθημα*» έχει οριστεί «*οποιαδήποτε αναταραχή ή αναστάτωση του νου, αίσθημα, πάθος*». (Goleman, 1997)

Με τον όρο συναίσθημα θα μπορούσαμε πιο συγκεκριμένα να περιγράψουμε ένα αίσθημα και τις συγκεκριμένες σκέψεις που προκαλεί, οι οποίες πλαισιώνονται από βιολογικές και ψυχολογικές καταστάσεις καθώς και από ένα σύνολο τάσεων προς δράση. Οι ποικίλες αποχρώσεις και μεταλλάξεις συναισθημάτων που μπορεί να εμφανιστούν συγχέουν τις προσπάθειες ορισμού τους.

Τα συναισθήματα περιλαμβάνουν οργανικές και συμπεριφορικές εκδηλώσεις και επιτελούν τόσο εσωτερικές λειτουργίες του ατόμου όσο και εξωτερικές. Η κατανόηση του συναισθήματος μπορεί να επιτευχθεί θεωρώντας το ως όχι κάτι ανεξάρτητο (Niedenthal et al., 2006) αλλά ως «*επεισοδιακές, σχετικά βραχύβιες, βιολογικά θεμελιωμένες δομές αντίληψης, εμπειρίας, φυσιολογίας, δράσης και επικοινωνίας, που λαμβάνουν χώρα ως αντίδραση σε συγκεκριμένες σωματικές και κοινωνικές προκλήσεις και ευκαιρίες*», σύμφωνα με τους Keltner & Gross (1999).

1.2 Λειτουργίες του συναισθήματος

Οι αναπτυξιακοί ερευνητές έχουν διαπιστώσει πως τα συναισθήματα παίζουν σημαντικό ρόλο στην κοινωνική επικοινωνία, στις λειτουργίες της προσωπικότητας, ακόμη και στις γνωστικές διαδικασίες. Αναπτυξιακά είναι ένας ρυθμιστής της συμπεριφοράς. (Akram-Uzzman, 2018)

Αν και για πολύ καιρό δινόταν περισσότερη προσοχή στο πιο ορθολογικό μέρος της ύπαρξης του ανθρώπου, τα συναισθήματα είναι πολύ χρήσιμα στις ζωές των ανθρώπων και είναι απαραίτητο όλα τα μέλη της οικογένειας να τους προσφέρουν την αξία που πραγματικά έχουν, επειδή επιτρέπουν την προσαρμογή του σώματος στο άγχος και τη δυσλειτουργία, την ίδια στιγμή που χρησιμεύουν ως κοινωνικοί πληροφοριοδότες και πληροφοριοδότες του γνωστικού συστήματος για την κατάσταση του συστήματος κινήτρων. (Pi Ospria et al., 2016)

Μερικές από τις λειτουργίες των συναισθημάτων είναι να δένουν τους ανθρώπους μεταξύ τους σε στενές κοινωνικές ομάδες, να βοηθούν στον καθορισμό προτεραιοτήτων στις διαπροσωπικές σχέσεις, να ενημερώνουν το άτομο σχετικά με την κατάσταση της σχέσης του με το περιβάλλον, καθώς επίσης και να ενημερώνουν τους άλλους σχετικά με τη

συναισθηματική κατάσταση και τον κινητήριο προσανατολισμό του ατόμου που βιώνει το συναίσθημα. (Niedenthal et al., 2006)

Μπορεί ακόμη να οδηγήσουν το άτομο σε δράση με σκοπό την προσαρμογή. Έχει παρατηρηθεί ότι το συναίσθημα και τα εκφραστικά του στοιχεία (όπως η υλοποίηση του στη στάση του σώματος, στις εκφράσεις του προσώπου και μέσω λεκτικών ή μη λεκτικών στοιχείων της γλώσσας), εγείρονται σε μεγάλο βαθμό από κοινωνικής φύσεως ερεθίσματα - ειδικά από τα άλλα άτομα ή στοιχεία των άλλων ατόμων- σε κοινωνικές συνθήκες και ως εκ τούτου το συναίσθημα στοχεύει στη διαμόρφωση των εκάστοτε κοινωνικών συνθηκών. (Niedenthal et al., 2006)

Τα συναίσθημα επηρεάζουν επιπλέον διάφορα είδη συμπεριφοράς όπως π.χ. τη δημιουργία στερεοτύπων, την αλληλεπίδραση των μελών μιας ομάδας, τις τεχνικές ρύθμισης του συναίσθηματος, την πειθώ, την κοινωνική αντίληψη, καθώς επίσης επηρεάζονται από φαινόμενα όπως π.χ. η προσωπική και κοινωνική ταυτότητα, οι κοινωνικές νόρμες και το πολιτισμικό πλαίσιο. (Niedenthal et al., 2006)

1.3 Ανάπτυξη της συναισθηματικής έκφρασης

Στη δόμηση της συναισθηματικής έκφρασης που αναπτύσσει κάποιο άτομο συμβάλλουν σημαντικές διαδικασίες στις οποίες ρόλο διαδραματίζουν τόσο τα χαρακτηριστικά του εκάστοτε ατόμου όσο και τα γονικά χαρακτηριστικά και τα χαρακτηριστικά του πολιτισμικού και ευρύτερου περιβάλλοντός του.

Στα γονικά χαρακτηριστικά ανήκουν π.χ. η γονική αντιδραστικότητα και συναισθηματική ρύθμιση ή η ψυχική υγεία και η οικογενειακή ιστορία. Τα παραπάνω επηρεάζουν το τί παρατηρεί το παιδί, τις πρακτικές της γονικής μέριμνας και το συναισθηματικό κλίμα της οικογένειας και του παιδιού. (Morris et al., 2007)

Στα χαρακτηριστικά του παιδιού ανήκει π.χ. η ευαισθησία του να εκφράσει αρνητικά συναίσθημα, γεγονός το οποίο συμβάλλει στον περιορισμό των σχέσεων μεταξύ των παραγόντων του οικογενειακού πλαισίου και τη συναισθηματική ρύθμιση του παιδιού. Ο κίνδυνος που μπορεί συνεπώς να εμφανιστεί σε παιδιά που παρουσιάζουν υψηλή αντιδραστικότητα είναι η ανάπτυξη ρυθμιστικών δυσκολιών, ιδιαίτερα όταν ζουν σε ένα αρνητικό οικογενειακό περιβάλλον. (Morris et al., 2007)

Οι γονείς και άλλα άτομα που παρέχουν φροντίδα στα παιδιά συμβάλλουν στην συναισθηματική εμπειρία του παιδιού μαθαίνοντάς τους τη «γλώσσα των συναισθημάτων». Οι συζητήσεις σχετικά με τα είδη των γεγονότων που προκαλούν συγκινήσεις και τα συναίσθημα στο παραπάνω πλαίσιο, έχουν συσχετιστεί με τη μετέπειτα συναισθηματική

κατανόηση των παιδιών. Οι γονικές εξηγήσεις και η επιχειρηματολογία για τις εσωτερικές καταστάσεις τόσο τις δικές τους όσο και των άλλων, διαμορφώνει παιδιά με μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και ικανότητα να εκφράσουν τις εσωτερικές καταστάσεις που βιώνουν. (Oatley & Jenkins, 2004)

Στο σημείο αυτό καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση ακόμη και ολόκληρης της υποκειμενικής εμπειρίας του ατόμου, διαδραματίζει το άτομο που έχει την κύρια ευθύνη της φροντίδας του. Ποικίλοι ενδοψυχικοί παράγοντες του ατόμου αυτού εξωτερικεύονται κατά την αλληλεπίδρασή του με το παιδί το οποίο λαμβάνει τα μη λεκτικά μηνύματα και συντονίζεται μαζί τους, με αποτέλεσμα η επίδραση αυτή να είναι για το τελευταίο καθοριστική. (Χουντουμάδη, 1998)

Η έκφραση των συναισθημάτων, μπορεί να ρυθμίσει τις συναισθηματικές σχέσεις των ατόμων και τις συγκρούσεις τους με το περιβάλλον. Έτσι τα παιδιά μαθαίνουν σταδιακά να ρυθμίζουν τη συμπεριφορά των άλλων με την έκφραση συναισθημάτων αλλά και συνάμα να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων. Η ικανότητα για συναισθηματική έκφραση και αναγνώριση διαφοροποιείται με την ηλικία και αρχίζει να ωριμάζει και να εξελίσσεται έπειτα από περίπου οκτώ μήνες από τη γέννηση. (Χουντουμάδη, 1998)

1.4 Τα στάδια της συναισθηματικής ανάπτυξης και ρύθμισης

Οι άνθρωποι από τη βρεφική τους ηλικία και από τη στιγμή που θα αρχίσει να αναπτύσσεται το αντιληπτικό και γνωστικό τους υπόβαθρο και να οικοδομείται η μνήμη και η εμπειρία τους, χρησιμοποιούν τα συναισθήματα για να επικοινωνήσουν στους άλλους πληροφορίες για τις ανάγκες, τις επιθυμίες και τις διαθέσεις τους. (Χουντουμάδη, 1998)

Χαρακτηριστικό γνώρισμα κυρίως των δυτικών κοινωνιών είναι η τάση τους να μαθαίνουν στους απογόνους τους τη διαχείριση της συμπεριφοράς τους, ώστε η τελευταία να είναι συμβατή με τους κοινωνικούς κανόνες. Έτσι τα παιδιά πρέπει από μικρή ηλικία να εργαστούν πάνω στη συναισθηματική τους ανάπτυξη, μία ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων και ελέγχου της συμπεριφοράς τους. (Craig & Baucum, 2007)

Η συναισθηματική ρύθμιση χαρακτηρίζει τη φυσιολογική αναπτυξιακή πορεία ενός ατόμου. Ήδη από την πρώτη παιδική ηλικία πραγματοποιούνται προσπάθειες που αποσκοπούν σε αυτή και σε αυτό συμβάλλει σημαντικά η αλληλεπίδραση του γονέα-φροντιστή με το παιδί. Καθώς οι γνωστικές δεξιότητες των παιδιών αρχίζουν να βελτιώνονται, με την πάροδο της ηλικίας τους, τα παιδιά, περνώντας από στάδια του περιλαμβάνουν π.χ. συμπεριφορές αντίστασης, άρνησης υπακοής, ντροπής και ενοχής, ανασυγκροτούν σταδιακά πλευρές του εαυτού τους. (Craig & Baucum, 2007)

Κατά την πορεία της ζωής η συμμετοχή των ατόμων σε σημαντικές διαπροσωπικές σχέσεις θεωρείται αναπόφευκτη και καθοριστική. Η πρώτη και αναμφίβολα σημαντική σχέση είναι αυτή που αναφέρθηκε και παραπάνω και εμφανίζεται ανάμεσα στο βρέφος και τον φροντιστή του/ γονέα, η οποία χαρακτηρίζεται από αλληλεξάρτηση και αμοιβαία συναισθήματα. Τα άτομα αυτά αρχίζουν να συμβάλλουν στη διαμόρφωση των συναισθηματικών εκφράσεων των παιδιών ήδη από την αρχή της ζωής του. (Cole & Cole, 2001)

Η έναρξη της συναισθηματικής ρύθμισης του παιδιού τοποθετείται στη στιγμή που ο ενήλικος φροντιστής του παιδιού προσπαθεί να χειριστεί τη συγκίνηση του πρώτου, ενώ στη συνέχεια οι χειρισμοί που χρησιμοποιεί υιοθετούνται από αυτό. Από το σημείο αυτό αρχίζει να αναπτύσσεται η εμπιστοσύνη και η οικειότητα προς το πρόσωπο του φροντιστή. (Oatley & Jenkins, 2004)

Από συγκρίσεις παιδιών ηλικίας 3 και 5 ετών, τα μεγαλύτερα παιδιά φάνηκε να επιτυγχάνουν καλύτερη αναγνώριση των συναισθηματικών καταστάσεων των άλλων, να ελέγχουν καλύτερα τα συναισθήματά τους και να τα εκδηλώνουν. Κατά την πορεία του προς την ενηλικίωση, το άτομο συνήθως αναπτύσσει όλο και περισσότερο την ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων, χωρίς όμως πολλές φορές αυτό να επιτυγχάνεται απόλυτα. (Cole & Cole, 2001) Συνάμα, η επιτυχής ρύθμιση ή όχι σε ένα στάδιο της ανάπτυξης επηρεάζει τα επόμενα. (Oatley & Jenkins, 2004)

1.5 Συναισθηματική ρύθμιση – η σημασία της

Συναισθηματική ρύθμιση σύμφωνα με τον ορισμό είναι «*η ικανότητα να ελέγχεται η εμπειρία και η έκφραση των συναισθημάτων*». (Gross & John, 2003) και η οποία μπορεί να λαμβάνει χώρα είτε σε συνειδητό είτε σε ασυνείδητο επίπεδο. Η συναισθηματική ρύθμιση θεωρείται ζωτικής σημασίας για την ανθρώπινη ψυχολογική ευημερία καθώς σε πολλές ψυχοπαθολογικές καταστάσεις που κυμαίνονται από τις συναισθηματικές διαταραχές έως τις διαταραχές προσωπικότητας, έχει εντοπιστεί ελλιπής ικανότητα συναισθηματικής ρύθμισης (Nykliček, 2011).

Η συναισθηματική ρύθμιση «*συνεπάγεται την ικανότητα αντίδρασης με έναν κοινωνικά προσαρμοστικό και ευέλικτο τρόπο σε αγχωτικές απαιτήσεις και συναισθηματικές εμπειρίες*». (Morris et al., 2007)

Από τη βρεφική ηλικία έως την εφηβεία, αλλά και από την εφηβεία έως και την υπόλοιπη ενήλικη ζωή, οι ικανότητες της συναισθηματικής ρυθμίσεις δεν παύουν να οικοδομούνται ώσπου να γίνουν ένα σχετικά διαρκές πρότυπο δεξιοτήτων. (Meyer et al., 2014)

Ο απώτερος σκοπός της συναισθηματικής ρύθμισης που λαμβάνει χώρα κατά την παιδική ηλικία είναι η βιολογική προδιάθεση του ατόμου να διατηρεί υγιείς σχέσεις με στοιχεία προσκόλλησης, τα οποία συνήθως είναι οι γονείς. Έτσι τα άτομα από την παιδική τους ηλικία υιοθετούν ποικίλες στρατηγικές ρυθμίσεις συναισθημάτων ώστε, ανταποκρινόμενα στις προσδοκίες των γονέων τους, να διατηρήσουν τις σχέσεις μαζί τους. (Gong & Paulson, 2017)

Μία άλλη εκδοχή σχετικά με τα κίνητρα που ωθούν στη ρύθμιση του συναισθήματος είναι η «ηδονική παρώθηση» που περιγράφει την τάση για αποφυγή των επίπονων και δυσάρεστων συναισθημάτων και η αναζήτηση ευχάριστων που προκαλούν ικανοποίηση. Ακόμη μία εκδοχή, αναφέρεται στην ενίσχυση ή αναστολή της παρουσίας συγκεκριμένων συναισθημάτων με σκοπό τη βίωση και εξωτερίκευση εκείνων τα οποία το άτομο πιστεύει πως θα ενισχύσουν την εκτέλεση έργου υπό μία συγκεκριμένη συνθήκη. (Niedenthal et al., 2006)

Επιπλέον, στη συναισθηματική ρύθμιση σημαντικό ρόλο μπορούν να παίζουν κίνητρα για την προστασία του εαυτού. Το άτομο με σκοπό να παραμείνει ασφαλές ή να αποσπάσει τη βοήθεια και την εύνοια από άλλους, πιθανότατα να προβεί σε καταστολή των συναισθημάτων του ή να προσποιηθεί τη βίωση διαφορετικών. Τέλος, ως κίνητρο μπορεί να αναφερθεί ο φόβος του ατόμου να λάβει αρνητική κριτική εξαιτίας της εξωτερίκευσης ενός «μη συμβατού» με την κατάσταση συναισθήματος. (Niedenthal et al., 2006)

Από τη βρεφική τους ηλικία τα άτομα έρχονται αντιμέτωπα με συναισθηματικές καταστάσεις, είτε δικές τους είτε των άλλων, κατά τις οποίες θα πρέπει να δράσουν για να επιτύχουν κάποιου είδους «ομοιόσταση». Έτσι, και μέσα από τη συνδιαλλαγή τους με άτομα που τα φροντίζουν ή του ευρύτερου περιβάλλοντός τους, εξασκούνται και αναπτύσσουν τις ικανότητές τους στο να εκτιμούν, αναγνωρίζουν, κατανοούν και τέλος διαχειρίζονται τις διάφορες συναισθηματικές καταστάσεις, τις δικές τους ή των άλλων. (Cole & Cole, 2001)

1.6 Κοινωνικοσυναισθηματική ικανότητα και ανάπτυξη της Συναισθηματικής νοημοσύνης

Η παραπάνω λοιπόν «κοινωνικοσυναισθηματική ικανότητα» του ατόμου που αναφέρεται σε υψηλά επίπεδα κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης καθώς και στην ικανότητα ανάπτυξης αυτών των ικανοτήτων στις καταστάσεις της πραγματικής ζωής, συνδέεται με αυτό που ονομάζουμε «συναισθηματική νοημοσύνη».

Έτσι, σύμφωνα με τον Akram-Uzzaman (2018), «οι στρατηγικές συναισθηματικής αυτορρύθμισης που χρησιμοποιούν τα άτομα καθώς προσαρμόζονται στα δικά τους

συναισθήματα και η στενή τους έννοια, σχετίζεται στενά με τον πνευματικό έλεγχο και ονομάζεται συναισθηματική νοημοσύνη».

Οι κύριες διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι η αντίληψη, η κατανόηση και η διαχείριση των συναισθημάτων. Με τον όρο *αντίληψη* περιγράφεται η ικανότητα του ατόμου να έχει επίγνωση της ύπαρξης μιας συναισθηματικής κατάστασης που λαμβάνει χώρα και να είναι ικανό να ορίζει τις συναισθηματικές εκφράσεις, τις καταστάσεις και τα σήματα συμπεριφοράς. Η *κατανόηση* περιγράφει την ικανότητα των ατόμων να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και των άλλων και τέλος η *ρύθμιση* των συναισθημάτων αναφέρεται στη συναισθηματική ικανότητα εύρεσης στρατηγικών για την αντιμετώπιση των συναισθηματικών καταστάσεων, θετικών ή αρνητικών, προς όφελος του ατόμου. (Linares et al., 2018)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

2.1 Ορισμός και χαρακτηριστικά της Οικογένειας

Την πρώτη και καταλυτικότερη επίδραση στο παιδί κατά την πορεία της ανάπτυξής του, ασκεί το οικογενειακό του περιβάλλον. Μέσα σε αυτό διαμορφώνεται η συμπεριφορά του και ο τρόπος με τον οποίο σχετίζεται με τον κόσμο. (Lightfoot et al., 2014)

Οι άνθρωποι έχουν προσπαθήσει να ορίσουν την οικογένεια και τη σημασία της για αυτούς, με ποικίλους τρόπους. Σύμφωνα με τον Rahman (2013), ως οικογένεια μπορούμε να ορίσουμε «*μια ομάδα ανθρώπων που σχετίζονται μεταξύ τους με αίμα, γάμο ή κοινό δεσμό*». Ακόμη όμως, τα μέλη αυτής της ομάδας μπορεί να προέρχονται από υιοθεσία ή αυτό που τους ενώνει να είναι ένας κοινός στόχος, ενασχόληση κτλ. (Τάνταρος, 2004)

Οι οικογένειες μπορούν να διαφέρουν σε πολλές πτυχές τους αν αναλογιστούμε τα δομικά και λειτουργικά χαρακτηριστικά τους σύμφωνα με τον Γεωργίου (2012). Στα δομικά χαρακτηριστικά, στα οποία δεν υπάρχει συνήθως η δυνατότητα μεταβολής τους, ανήκουν το μέγεθος της οικογένειας, οι συνθήκες διαβίωσης, η διαδρομή ζωής και το πολιτισμικό επίπεδο της οικογένειας, ενώ στα λειτουργικά αναφέρονται οι τρόποι λειτουργίας της οικογένειας και ιδιαίτερα οι σχέσεις που αναπτύσσονται εντός της καθώς και οι συμπεριφορές που παρατηρούνται. Τα χαρακτηριστικά αυτά επηρεάζουν άλλοτε περισσότερο και άλλοτε λιγότερο τα επόμενα στάδια ανάπτυξης του ατόμου, ανάλογα και με τις υπόλοιπες συνθήκες.

2.2 Η Δομή οικογένειας

Ένα κοινό γνώρισμα που προσδιορίζει την οικογένεια είναι τα μέλη που περιλαμβάνει και οι σχέσεις μεταξύ τους. Για να περιγραφεί ο τρόπος με τον οποίο μια οικογένεια οργανώνεται κοινωνικά χρησιμοποιείται ο όρος της «δομής» της. Ωστόσο ως αποτέλεσμα κοινωνικών αλλαγών η δομή αυτή, με την πάροδο των χρόνων, μπορεί να μεταβληθεί, όπως συμβαίνει ιδίως στον σημερινό δυτικό κόσμο. (Τάνταρος, 2004)

Δύο μείζονες μορφές οικογενειακής δομής καταγράφονται. Η πρώτη αναφέρεται στην «πυρηνική οικογένεια» που αποτελείται στην τυπική της μορφή από τους δύο γονείς και τα παιδιά τους. Στην οικογένεια αυτή αρκετές φορές μπορεί να παρατηρηθεί η απουσία του ενός γονέα π.χ. λόγω θανάτου ή διαζυγίου, η παρουσία νέου συντρόφου του εναπομείναντα γονέα ή η παρουσία ετεροθαλών αδελφών, γεγονότα που θα προκαλέσουν την ανάγκη για επαναπροσδιορισμό των ρόλων και σχέσεων. Η δεύτερη μορφή οικογένειας είναι αυτή που επικρατούσε παραδοσιακά και συνεχίζει να υφίσταται ακόμη σε κάποιες περιπτώσεις και μορφές της και ονομάζεται «διευρυμένη». Στην οικογένεια αυτή περιλαμβάνονται τόσο οι γονείς και τα παιδιά όσο και οι λοιποί συγγενείς όπως παππούδες, γιαγιάδες, ξαδέρφια, θείες, θείοι και άλλοι, παράγοντες οι οποίοι συμβάλλουν ο καθένας από την πλευρά του στην ανάπτυξη και διαμόρφωση του παιδιού και γενικότερα στη λειτουργία της οικογένειας. (Lightfoot et al., 2014 ; Τάνταρος, 2004)

2.3 Η σημασία της λειτουργίας της οικογένειας

Η οικογένεια ως υποσύστημα του πολιτισμού και ως θεσμός δημιουργήθηκε για να καλύπτει με τις λειτουργίες της τις ανθρώπινες ανάγκες καθώς και για να επιτελεί ορισμένες ανάγκες της κοινωνίας. Η αδυναμία κάλυψης αυτών των αναγκών είναι η αιτία πολλών ψυχολογικών και κοινωνικών προβλημάτων. (Κυριακίδης, 2000)

Ο πρώτος στόχος που καλείται να εκπληρώσει η οικογένεια είναι αυτός της επιβίωσης και συγκεκριμένα της υλικής- βιολογικής. Έτσι φροντίζει για τη διατροφή και την περίθαλψη του παιδιού μέχρις ότου το τελευταίο αυτονομηθεί οικονομικά. Ένας ακόμη στόχος της οικογένειας στο πλαίσιο αυτό είναι και η ικανοποίηση του γενετήσιου ενστίκτου του ανθρώπου που οδηγεί στην αναπαραγωγή νέων μελών και στην ικανοποίησή του συμβάλλουν συναισθηματικοί, ψυχολογικοί κοινωνικοί και ηθικοί παράγοντες που συνδέονται με την οικογένεια. (Κυριακίδης, 2000)

Ο δεύτερος στόχος που καλείται να εκπληρώσει η οικογένεια είναι η κάλυψη των ψυχολογικών και συναισθηματικών αναγκών του ατόμου. Η οικογένεια λειτουργεί ως σημείο αναφοράς για τα μέλη που την αποτελούν αφού μέσα σε αυτή το άτομο μπορεί και θα πρέπει

να πάρει, εάν οι συνθήκες το ευνοούν, στήριξη και ενίσχυση ηθικά και υλικά. Με τον τρόπο αυτό καλύπτεται η συναισθηματική- ψυχολογική ανάγκη του «ανήκειν» μέσα στην οικογένεια. Επιπλέον η ανάγκη του ανθρώπου για κοινωνικότητα καλύπτεται ως ένα βαθμό από αυτή. (Κυριακίδης, 2000)

Η ανάγκη ενός καλού κλίματος μέσα στο οποίο το παιδί θα αναπτυχθεί και θα ωριμάσει ψυχολογικά, είναι αδιαμφισβήτητη και για αυτό απαιτείται η ύπαρξη μιας καλής οικογενειακής ατμόσφαιρας την οποία θα χαρίζει η άμεση και ενεργητική αλληλεπίδραση και επικοινωνία. Η οικογένεια πρέπει να αποτελεί χώρο ψυχικής ανάτασης για τα μέλη της και όχι πλαίσιο που δημιουργεί επιπρόσθετο άγχος σε αυτά. (Κυριακίδης, 2000)

Ένας ακόμη στόχος της οικογένειας είναι η επιτέλεση της κοινωνικής της λειτουργίας. Στο πλαίσιο αυτής, μέσω της δημιουργίας απογόνων συμβάλλει στη διατήρηση της υπόστασης της κοινωνίας, της πληθυσμιακής της συνέχειας και της εξασφάλισης της συνέχειας του πολιτισμού. (Κυριακίδης, 2000)

Η οικογένεια, τέλος, είναι αυτή που αναλαμβάνει πρώτη την κοινωνικοποίηση των παιδιών ώστε να μπορούν να δράσουν ως ανεξάρτητοι ενήλικες στην κοινωνία. Μέσω της διαρκούς αλληλεπίδρασης του παιδιού με τα άτομα του οικογενειακού του περιβάλλοντος, το παιδί θα διαμορφώσει την αντίληψη του τι επιτρέπεται και τι όχι, θα αφομοιώσει αξίες και πρότυπα συμπεριφοράς, θα ταυτιστεί με τα πρόσωπα των γονέων του και θα αποκτήσει την ικανότητα σύναψης διαπροσωπικών σχέσεων. Έτσι θα συγκροτήσει τελικά την προσωπικότητά του. (Κυριακίδης, 2000)

2.4 Η ποιότητα των σχέσεων μέσα στην οικογένεια

Η οικογένεια αποτελεί ένα φυσικό κοινωνικό σύστημα (Goldenberg & Goldenberg, 2005) που χαρακτηρίζεται από την ύπαρξη σχέσεων μεταξύ των μελών που το αποτελούν και οι οποίες είναι βαθιές και πολυεπίπεδες. Τα μέλη της οικογένειας αλληλεπιδρούν διαρκώς και αλληλοεξαρτώνται (Γεωργίου, 2012) τόσο που να αναπτύσσονται μεταξύ τους ισχυρές, ανθεκτικές και αμοιβαίες συναισθηματικές προσκολλησεις που παρά τις διακυμάνσεις που μπορούν να εμφανίζουν μέσα στο χρόνο, διατηρούνται για ολόκληρη τη ζωή της οικογένειας αλλά και συμβάλλουν στην ανάπτυξη και διαμόρφωση των μελών. (Goldenberg & Goldenberg, 2005)

Όπως τονίζεται στη βιβλιογραφία, σημαντική για την πνευματική και ψυχική ανάπτυξη του παιδιού είναι η ποιότητα της εμπειρίας που θα λάβει από μικρή ηλικία και το ενδόμυχο συναίσθημα ασφάλειας ή ανασφάλειας που θα αναπτύξει εξαιτίας της καθοριστικής σχέσης του με τους παρόχους φροντίδας του. Τα παραπάνω καθορίζουν την αποτελεσματικότητά του

ως ενήλικας σε διάφορους τομείς, τόσο ψυχολογικούς όσο και κοινωνικούς. (Κυριακίδης, 2000)

Σύμφωνα με τη θεωρία της συναισθηματικής ασφάλειας, οι διαπροσωπικές σχέσεις εντός της οικογένειας διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη συναισθηματική ασφάλεια των παιδιών, τα οποία σε ένα συναισθηματικά ασφαλές περιβάλλον, νιώθουν συναισθηματική σταθερότητα και προστατεύονται από συναισθηματικές διαταραχές. (Gong & Paulson, 2017)

Η ποιότητα των αλληλεπιδράσεων των παιδιών με τους γονείς, καθορίζει τον τύπο της προσκόλλησής τους. Έτσι γίνεται αναφορά στην ασφαλή και την ανασφαλή προσκόλληση. Μια έμπιστη, επικοινωνιακή και στοργική σχέση μεταξύ γονέα και παιδιού μπορεί να προωθήσει την ασφαλή προσκόλληση. Σε μια τέτοια σχέση τα παιδιά και μετέπειτα ως έφηβοι, αισθάνονται συναισθηματικά ασφαλείς όταν υπάρχουν υγιείς συναισθηματικές ανταλλαγές μεταξύ αυτών και των γονέων τους και οι γονείς θεωρούνται ως φορείς φροντίδας, κατανόησης και σεβασμού ενώ συχνά αποτελούν στήριγμα σε περιόδους πίεσης. Στην αντίθετη περίπτωση, αυτή της ανασφαλούς προσκόλλησης, οι έφηβοι επιλέγουν να μη μοιραστούν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους με τους αναξιόπιστους και μη υποστηρικτικούς γονείς τους. (Gong & Paulson, 2017)

Σύμφωνα με τη μελέτη των Gong & Paulson (2017), βρέθηκε να υπάρχει ανασφαλής τύπος προσκόλλησης μεταξύ εφήβων και γονέων όταν οι γονείς έτειναν να ενεργούν βίαια κατά τη διάρκεια συγκρούσεων καθώς και σε αδυναμία των γονέων να επιλύουν τις διαφορές τους μετά από σύγκρουση.

Ακόμη, μνεία στη βιβλιογραφία γίνεται στους τύπους γονικής φροντίδας που παρατηρούνται και των πρακτικών που οι γονείς χρησιμοποιούν. Έτσι ανευρίσκουμε το πρότυπο «αυταρχικής γονικής πρακτικής» κατά το οποίο τονίζεται η σημασία της υπακοής στην αυθεντία και δεν δίνεται ο χώρος στα παιδιά να εκφράσουν τις σκέψεις κι ακόμη τα συναισθήματά τους. Η συμπεριφορά των παιδιών και η στάση τους υπόκειται στον αυστηρό έλεγχο των γονέων ενώ από τους τελευταίους απουσιάζει η στοργή και η διαλλακτικότητα. (Lightfoot et al., 2014)

Στο πρότυπο «επιτρεπτικής γονικής πρακτικής» από την άλλη, οι γονείς ασκούν τον ελάχιστο έκδηλο έλεγχο στη συμπεριφορά των παιδιών, είτε υποστηρίζοντας πως η συμπεριφορά διαμορφώνεται μέσω της προσωπικής εμπειρίας του καθενός είτε λόγω αμέλειας των γονέων προς τα παιδιά. (Lightfoot et al., 2014)

Τέλος, στο πρότυπο «διαλεκτικής (αυθεντικής) γονικής πρακτικής» που θεωρείται και το πιο υγιές, οι γονείς θέτουν ένα όριο μεταξύ υποχρεώσεων και δικαιωμάτων των παιδιών, είναι

πρόθυμοι να σεβαστούν τη γνώμη τους και να παρέχουν φροντίδα και επιχειρηματολογούν με λογικό τρόπο για τις σκέψεις, τους κανόνες και τις αποφάσεις τους απέναντι στα παιδιά.

Κάθε ένα από αυτά τα πρότυπα φαίνεται να έχει διαφορετική επίδραση στη συμπεριφορά των παιδιών. (Lightfoot et al., 2014)

2.5 Διαστάσεις της οικογενειακής ατμόσφαιρας

Η οικογενειακή ατμόσφαιρα είναι μια κατευθυντήρα δύναμη ή τάση που προκύπτει από τις αλληλεπιδράσεις των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ των μελών της οικογένειας, την κατεύθυνση της προσωπικής ανάπτυξης και τη βασική οργανωτική δομή της οικογένειας. Πιο πρακτικά, μέτρο κοινωνικής αντίληψης του κλίματος της οικογένειας αποτελεί το μέτρο κατά το οποίο συναινούν τα άτομα στην παραπάνω κατευθυντήρα δύναμη ή τάση. Το οικογενειακό κλίμα εκδηλώνεται στην οικογένεια από την άποψη της συνοχής, της εκφραστικότητας, της σύγκρουσης, της ανεξαρτησίας κτλ. (Akram-Uzzaman, 2018)

Κάποιες από τις διαστάσεις που περιλαμβάνει το οικογενειακό περιβάλλον, σύμφωνα με τους Sahu & Singh (2014) και η ερμηνεία τους είναι:

- Η συνοχή του. Βάση της συνοχής αποτελεί η συναισθηματική δέσμευση και η συνεργασία, βοήθεια και υποστήριξη μεταξύ των μελών της οικογένειας που δημιουργεί ρουτίνα και αμοιβαίες προσδοκίες που ενισχύουν την ένωση. (Pi Osofia et al., 2016)
- Η σύγκρουση. Η οποία χαρακτηρίζεται από τον βαθμό στον οποίο εκφράζεται ανοιχτά η επιθετικότητα και η σύγκρουση στα πλαίσια της οικογένειας.
- Αποδοχή και φροντίδα. Αναφέρεται στην άνευ όρων αποδοχή που απολαμβάνουν τα μέλη μιας οικογένειας και στο βαθμό στον οποίο εκφράζεται η φροντίδα στην οικογένεια.
- Ανεξαρτησία. Αναφέρεται στο μέγεθος της δυναμικότητας και ανεξαρτησίας των μελών της οικογένειας να λαμβάνουν τις προσωπικές τους αποφάσεις.
- Ενεργός και ψυχαγωγικός προσανατολισμός. Χαρακτηρίζεται από το μέγεθος της συμμετοχής των μελών της οικογένειας στην κοινωνική και ψυχαγωγική δραστηριότητα.
- Οργάνωση. Χαρακτηρίζεται από το βαθμό της σαφούς οργανωτικής δομής κατά το σχεδιασμό οικογενειακών δραστηριοτήτων και ευθυνών.
- Έλεγχος. Χαρακτηρίζεται από τη ρύθμιση των ορίων εντός της οικογένειας. (Sahu & Singh, 2014)

Η συναισθηματική κάλυψη που οφείλει να παρέχει η οικογένεια στα μέλη της είναι πολύ σημαντική για την ομαλή εξέλιξη και ψυχική τους υγεία και ιδιαίτερα των παιδιών. Οικογένειες στις οποίες η συναισθηματική επαφή είναι περιορισμένη ή και απύσχα, καλλιεργούν στα παιδιά ένα αίσθημα ανασφάλειας το οποίο στη συνέχεια τα οδηγεί σε γενική απραξία και αδιαφορία. (Κυριακίδης, 2000)

Τα συναισθήματα μεταξύ των μελών μιας οικογένειας αλλά και γενικότερα των ανθρώπων δεν δύναται να μην εκφράζονται. (Κυριακίδης, 2000) Η ικανότητα συναισθηματικής έκφρασης των γονέων είναι αυτή στην οποία, ως ένα βαθμό, οφείλεται το συναισθηματικό κλίμα της οικογένειας. (Eisenberg et al., 2003)

Υπάρχει τεράστια ποικιλία στη συνολική εκφραστικότητα στα πλαίσια διαφορετικών οικογενειών. Αρχικά, τα άτομα διαφέρουν τόσο στη συχνότητα όσο και στην ένταση με την οποία αντιμετωπίζουν τα διαφορετικά συναισθήματα. Κατόπιν, τα άτομα που ζουν σε οικογένειες βιώνουν τα συναισθήματά τους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο και έτσι τα μέλη της οικογένειας ίσως ενεργούν με σκοπό να καταστείλουν, να τροποποιήσουν ή να εντατικοποιήσουν τα συναισθήματα των άλλων μελών. Για παράδειγμα, ορισμένες οικογένειες μπορεί να ενθαρρύνουν τα μέλη τους να καταπνίξουν ένα συναίσθημα είτε εξαιτίας του ότι δεν εκτιμούν τη σημασία του συναισθήματος είτε επειδή το θεωρούν επικίνδυνο. Τέλος, η συγκίνηση μπορεί να είναι μεταδοτική είτε τα μέλη προσπαθούν να επηρεάσουν τις συναισθηματικές καταστάσεις των άλλων είτε όχι. (Halberstadt & Eaton, 2002)

Για τη μέτρηση της γονικής συναισθηματικής έκφρασης θα πρέπει να αναλογιστούμε τη γονική έκφραση θετικών ή αρνητικών συναισθημάτων κατά την αλληλεπίδραση με το παιδί και συνάμα τις γενικότερες τάσεις των γονέων να εκφράζουν συναισθήματα σε αλληλεπίδραση με την οικογένεια. Το τελευταίο μπορεί να αποτελέσει δείκτη της οικογενειακής (ή γονικής) εκφραστικότητας ή το «κυρίαρχο ύφος έκθεσης» που περιλαμβάνει λεκτικές και μη λεκτικές εκφράσεις στα πλαίσια μιας οικογένειας. (Eisenberg et al., 2003)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

3.1 Η επίδραση του οικογενειακού περιβάλλοντος στις διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνη των παιδιών

Η έρευνα δείχνει ότι οικογενειακοί παράγοντες σχετίζονται ευρύτερα με τη ικανότητα συναισθηματικής ρύθμισης των νέων. (Freed et al., 2016)

Σύμφωνα με την έρευνα των Gao & Han (2016), υψηλότερες βαθμολογίες στον δείκτη οικογενειακού κινδύνου (που αναφέρεται στο ετήσιο εισόδημα των νοικοκυριών, τη γονική ψυχολογική και οικογενειακή δυσχέρεια, το επίπεδο εκπαίδευσης των γονέων και την οικογενειακή κατάσταση κατοικίας), σχετίζονται με αυξημένη δυσλειτουργία συναισθημάτων και μειωμένη προσαρμοστική συναισθηματική διαχείριση εξαιτίας του επιπέδου της οικογενειακής εκφραστικότητας που μεσολαβεί.

Τα παιδιά τα οποία δυσκολεύονται να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους ως απάντηση στις περιβαλλοντικές απαιτήσεις, είναι πιθανό να εμφανίσουν αυξημένο κίνδυνο ανάπτυξης εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων προβλημάτων.

Η ικανότητα διαχείριση των συναισθημάτων και οι κοινωνικές δεξιότητες βοηθούν το άτομο να κατανοήσει και να εκφράσει τον εαυτό του, τους άλλους κι επίσης να αντιμετωπίσει καθημερινές δυσκολίες της διαβίωσης.

Η οικογένεια και οι συναφείς πτυχές της θεωρείται ότι έχουν ισχυρή σχέση με το κοινωνικό, ψυχολογικό και συναισθηματικό περιβάλλον του παιδιού. (Saleem & Gul, 2016)

Η συναισθηματική ανάπτυξη και δη η συναισθηματική ρύθμιση των παιδιών, επηρεάζεται από το συναισθηματικό κλίμα που επικρατεί στην οικογένεια, μέσω του στυλ γονικής μέριμνας, της σχέσης προσκόλλησης που αναπτύσσει το παιδί με τους γονείς του, της συζυγικής σχέσης καθώς και της κυρίαρχης οικογενειακής εκφραστικότητας. (Chandran & Nair, 2015 ; Morris et al., 2007)

Το οικογενειακό κλίμα βρέθηκε να σχετίζεται με τις διάφορες διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης στην έρευνα των Chandran & Nair (2015). Ακόμη, μελέτες έχουν δείξει ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, η μελλοντική φιλοδοξία των φοιτητών, η απελπισία και η εχθρότητα, επηρεάζονται από την οικογενειακή ατμόσφαιρα. (Akram-Uzzaman, 2018)

Παρομοίως, από μελέτες διαπιστώθηκε ότι οι γονείς, το οικογενειακό περιβάλλον και τα ακαδημαϊκά επιτεύγματα επηρεάζουν τη συναισθηματική νοημοσύνη, ενώ η νοητική ρύθμιση των συναισθημάτων είναι επηρεασμένη από το γονικό στυλ ανατροφής των παιδιών (Baumrind, 1967 ; Karim et al., 2013), τον οικογενειακό τύπο (Amato, 2001) και την οικογενειακή συνοχή (Akram-Uzzaman, 2018).

3.2 Τρόποι συμβολής του οικογενειακού πλαισίου στη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών

Η επιρροή που ασκεί το οικογενειακό πλαίσιο στη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών προέρχεται από το τί διδάσκουν οι γονείς σ' αυτά ή από την ίδια τη συμπεριφορά των γονέων. Οι αλληλεπιδράσεις των μελών που λαμβάνουν χώρα μέσα στο πλαίσιο της οικογένειας, σημαίνουν την αρχή της απόκτησης συναισθηματικών δεξιοτήτων με τη διδασκαλία των παιδιών από τους γονείς του να συνδέουν τα συναισθήματά τους με εμπειρίες κοινωνικών καταστάσεων. (Linares et al., 2018)

Οι γονείς κοινωνικοποιούν τη ρύθμιση των συναισθημάτων στα παιδιά άμεσα και έμμεσα. Οι άμεσες προσεγγίσεις περιλαμβάνουν την καθοδήγηση της αυτορρύθμισης, ενώ οι έμμεσες προσπάθειες τη διαχείριση των συναισθηματικών απαιτήσεων της οικογενειακής ζωής. (Meyer et al., 2014)

Σύμφωνα με τον Morris et al. (2007), τα παιδιά επηρεάζονται και μαθαίνουν από την οικογένεια με τρεις τρόπους. Πρώτον μέσω της παρατήρησης, δεύτερον μέσω της μοντελοποίησης (δηλαδή αφού μάθουν για την ύπαρξη κάποιων καταστάσεων που προκαλούν συναισθήματα, παρατηρούν τις αντιδράσεις των άλλων για να ξέρουν πώς «πρέπει» να αντιδρούν σε παρόμοιες καταστάσεις) και τρίτον μέσω των κοινωνικών αναφορών (δηλαδή τη διαδικασία αναζήτησης σε ένα άλλο άτομο πληροφοριών σχετικά με τον τρόπο ανταπόκρισης, σκέψης ή εξωτερίκευσης αισθημάτων για ένα περιβαλλοντικό ερέθισμα ή συμβάν).

3.3 Η επίδραση της οικογενειακής εκφραστικότητας

Η συνολική εκφραστικότητα των γονέων μπορεί να επηρεάσει την παραπάνω μοντελοποίηση της συναισθηματικής ρύθμισης των παιδιών και των εφήβων. Αν οι γονείς εκφράζουν ελεύθερα ένα ευρύ φάσμα συναισθημάτων, τα παιδιά μαθαίνουν για την καταλληλότητα διαφορετικών συναισθημάτων σε διαφορετικές καταστάσεις καθώς και για μια ποικιλία από συναισθηματικές αποκρίσεις. (Morris et al., 2007)

Ενδείξεις δείχνουν ότι τα παιδιά στηρίζουν πραγματικά τις στρατηγικές ρύθμισης του συναισθήματος που προκύπτουν από τους γονείς τους. Έτσι για παράδειγμα τα παιδιά που εκτίθενται στην κατάθλιψη της μητέρας τους παρουσιάζουν περιορισμένες στρατηγικές συναισθηματικής ρύθμισης και τείνουν να χρησιμοποιούν λιγότερο αποτελεσματικές στρατηγικές. (Morris et al., 2007)

Σύμφωνα με την έρευνα της Morelen et al. (2016), βρέθηκε ότι όταν η μητέρα είχε την ικανότητα να ρυθμίζει τα συναισθήματά της, αυτό συνεπαγόταν ένα υποστηρικτικό γονικό

συναισθηματικό κλίμα, ενώ όταν η πρώτη ανέφερε συναισθηματική δυσλειτουργία, αυτό συνδεόταν θετικά με τη μη υποστηρικτική γονική μέριμνα και τη συναισθηματική δυσλειτουργία των παιδιών καθώς και αρνητικά με την υιοθέτηση προσαρμοστικών στρατηγικών συναισθηματικής ρύθμισης από αυτά.

Η αρνητική γονική συναισθηματική εκφραστικότητα ή εχθρότητα που απευθύνεται στο παιδί έχει συνδεθεί αρνητικά με την κοινωνικο-συναισθηματική εμπειρία των νηπίων και των παιδιών ενώ σχετίζεται θετικά με προβλήματα προσαρμογής. (Eisenberg et al., 2003)

Οι ερευνητές έχουν συσχετίσει συμπεριφορές παιδιών με χαμηλά αυτό-συγκρασιακά επίπεδα, με λιγότερη θετική εκφραστικότητα στις οικογένειές τους καθώς και περισσότερη αρνητική εκφραστικότητα σε αυτές. (Gao & Han, 2016)

Επιπλέον φοιτητές και ενήλικες που ανατρέφονται σε αρνητικά εκφραστικές οικογένειες, αναφέρουν ότι έχουν λιγότερο έλεγχο πάνω στην οργή τους από τους συνομηλίκους τους (Gao & Han, 2016) και γενικότερα πτωχότερο έλεγχο των συγκινήσεων (Suveg et al., 2014).

Έχει υποστηριχθεί ότι η μέτρια έκθεση σε αρνητικά συναισθήματα, ειδικά όταν έχουν εκφραστεί κατάλληλα και όχι σε συνεχή βάση, διδάσκει στα παιδιά τη συναισθηματική κατανόηση και ρύθμιση. (Eisenberg et al., 2003)

Η μελέτη του Freed et al. (2016), δείχνει ότι τα παιδιά που μεγαλώνουν σε περιβάλλοντα με χαμηλή συναισθηματική έκφραση και επικοινωνία, δεν διαθέτουν μοντέλα για να ερμηνεύσουν με ακρίβεια και να απαντήσουν στα συναισθήματα και ίσως αποθαρρύνονται από το να τα δείξουν και/ή να συζητήσουν τις συναισθηματικές τους εμπειρίες.

Ακόμη αξιολογήσεις των οικογενειών με χαμηλότερη εκφραστικότητα και επικοινωνία (Freed et al., 2016) καθώς και με την καθολική χρήση της έκφρασης αρνητικών-υποτακτικών συναισθημάτων (Halbertstadt & Eaton, 2002) σχετίστηκαν με δυσκολίες των ενήλικων πλέον παιδιών τους στη συναισθηματική κατανόηση και επικοινωνία.

Παρομοίως, οι Yelsma et al. (2003) ανέφεραν ότι φοιτητές που αντιλαμβάνονταν τις οικογένειες προέλευσής τους ως χαμηλότερης συναισθηματικής εκφραστικότητας, παρουσίασαν μεγαλύτερες δυσκολίες στο να αναγνωρίσουν και να περιγράψουν τα συναισθήματά τους, στο όριο της αλεξιθυμίας.

Άλλη μελέτη που εξέτασε τη συμβολή των διαφόρων διαστάσεων του οικογενειακού περιβάλλοντος όπως συνοχή, σύγκρουση, εμπλοκή, απεμπλοκή, κοινωνικότητα, οργάνωση και στυλ γονικής μέριμνας στην αλεξιθυμία, έδειξε ότι η πτωχότερη οικογενειακή εκφραστικότητα ήταν ο μόνος ανεξάρτητος προγνωστικός δείκτης. (Kench & Iriwin, 2000)

Όπως επισημαίνεται και παραπάνω, η κοινωνικο-συναισθηματική ικανότητα των παιδιών σχετίζεται με τη συναισθηματική έκφραση των γονέων. (Eisenberg et al., 2003)

Γονείς που εκφράζουν θετικά και θερμά συναισθήματα και επιτρέπουν την έκφραση της αποδοκimasίας, της εχθρότητας και άλλων αρνητικών συναισθημάτων κατευθύνουν τα παιδιά τους στο να τείνουν να είναι κοινωνικά ικανά, προσαρμοσμένα και έμπειρα στην κοινωνική και συναισθηματική κατανόηση. Ακόμη, ενισχύουν τη θετική τους συναισθηματικότητα, την κοινωνική τους συμπεριφορά και την αυτοεκτίμησή τους. (Eisenberg et al., 2003)

Οι νέοι των οποίων οι οικογένειες εκφράζουν θετικά συναισθήματα πιθανόν να έχουν περισσότερες ευκαιρίες για να μάθουν στρατηγικές συναισθηματικής ρύθμισης. (Sunveg et al., 2014)

Από την έρευνα του Sunveg et al. (2014) προκύπτει ότι η έκφραση του θετικού συναισθήματος σχετίζεται τόσο με την έντονη συναισθηματική ρύθμιση των νέων όσο και αρνητικά με το ανεξέλεγκτο συναίσθημα στα παιδιά. Παράλληλα η μετα-ανάλυση των Halbertstadt & Eaton (2002), δείχνει ότι η θετική οικογενειακή εκφραστικότητα συνδέεται ισχυρά με τη θετική εκφραστικότητα των παιδιών.

Ίσως, όταν το οικογενειακό περιβάλλον είναι θετικό και υπερέχουν οι στρατηγικές συναισθηματικής διαχείρισης, να είναι απλά λιγότερες οι ευκαιρίες για έκφραση δυσλειτουργικών συναισθημάτων. Πιθανότατα επίσης και το οικογενειακό περιβάλλον να διαμορφώνεται από τους νέους. Έτσι, θερμή και σε καλό επίπεδο συναισθηματικής διαχείρισης νεολαία, ίσως να προκαλεί αύξηση του θετικού συναισθήματος στο σπίτι. (Sunveg et al., 2014)

3.4 Η συμβολή της οικογένειας στη ανάπτυξη της συναισθηματικής κατανόησης των παιδιών

Όσον αφορά την ανάπτυξη της ικανότητας συναισθηματικής αναγνώρισης και κατανόησης, η βιβλιογραφία αναφέρει ότι τα παιδιά που μεγαλώνουν με λιγότερο εκφραστικούς γονείς γίνονται πιο εξειδικευμένα στην αναγνώριση των συναισθηματικών εκφράσεων των άλλων σε σύγκριση με τα παιδιά που μεγαλώνουν σε πιο εκφραστικά περιβάλλοντα. (Castro et al., 2015)

Έτσι και στην περίπτωση των πεποιθήσεων των γονέων, όταν οι γονείς πιστεύουν ότι τα συναισθήματα είναι προβληματικά ή επικίνδυνα, ίσως να μπορέσουν να καλύψουν τις συγκινήσεις τους και τα παιδιά τους ίσως να πρέπει να εργαστούν ιδιαίτερα σκληρά για να αναγνωρίσουν αυτό που οι γονείς τους αισθάνονται και σκέφτονται λόγω της λεπτότητας με την οποία εκφράζονται τα συναισθήματά τους. (Castro et al., 2015)

Αυτό το συναισθηματικό κλίμα μπορεί να προωθήσει μια πιο ακριβή δεξιότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων για τα μεγαλύτερα παιδιά καθώς αυτά γίνονται πιο συντονισμένα στις μοναδικές πεποιθήσεις των γονιών τους και τους τρόπους έκφρασης του συναισθήματος με την πάροδο του χρόνου. (Castro et al., 2015 ; Halberstadt & Eaton, 2002)

Ακόμη, ευρήματα φανερώνουν ότι παιδιά στη μέση παιδική ηλικία που μεγαλώνουν σε μη κανονικά- δύσκολα περιβάλλοντα όπως δυνητικά καταχρηστικά σπίτια, εργάζονται σκληρότερα για να αναγνωρίσουν τις εκφράσεις του θυμού και επομένως, τελικά, γίνονται πιο εξειδικευμένα από τα παιδιά που μεγαλώνουν σε λιγότερο προκλητικό περιβάλλον. (Castro et al., 2015)

3.5 Η γονική συμβολή στη συναισθηματική κοινωνικοποίηση

Η έρευνα του Meyer et al. (2014) έδειξε ότι οι συναισθηματικές αναπαραστάσεις των γονέων ήταν προβλέψιμα συνδεδεμένες με τις αντιδράσεις τους στα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού. Οι συναισθηματικά υποστηρικτικές αναπαραστάσεις των γονέων σχετίζονται με την εποικοδομητική συναισθηματική ρύθμιση των παιδιών, μέσω της μεσολάβησης των γονικών πρακτικών συναισθηματικής κοινωνικοποίησης.

Ακόμη η έκφραση θετικών συναισθημάτων στην οικογένεια σχετίστηκε με ρυθμιστικές στρατηγικές εστιασμένες στην προσοχή, ενώ η έκφραση αρνητικών- υποτακτικών συναισθημάτων σχετίστηκε με προβλήματα των παιδιών και ρυθμιστικές στρατηγικές εστιασμένες στο συναίσθημα. (Meyer et al., 2014)

Συνεπώς και σύμφωνα με τα αποτελέσματα και της έρευνας των παραπάνω, η γονική κοινωνικοποίηση της συναισθηματικής διαχείρισης και της θετικής εκφραστικότητας της οικογένειας, μεσολαβεί σημαντικά στη σχέση μεταξύ της γονικής διαχείρισης και στη χρήση της προσοχής από τα παιδιά ως στρατηγικής αυτορρύθμισης.

Αν κι έχει υποστηριχθεί ότι η μέτρια έκθεση σε αρνητικά συναισθήματα, ειδικά όταν έχουν εκφραστεί κατάλληλα και όχι σε συνεχή βάση, διδάσκει στα παιδιά τη συναισθηματική κατανόηση και ρύθμιση. (Eisenberg et al., 2003), ορισμένες συναισθηματικές αλληλεπιδράσεις γονέα- παιδιού είναι ιδιαίτερα καθοριστικές.

Μια τέτοια κατάσταση είναι όταν οι γονείς εκφράζουν υψηλά επίπεδα θυμού απέναντι στα παιδιά τους σε απογοητευτικές καταστάσεις. Τότε τα παιδιά είναι λιγότερο πιθανό να παρατηρήσουν και να μάθουν αποτελεσματικές απαντήσεις συναισθηματικής ρύθμισης. (Morris et al., 2007)

Μελέτες έχουν δείξει ότι όταν το συναισθηματικό κλίμα της οικογένειας είναι καταναγκαστικό, απρόβλεπτο και γενικά αρνητικό, ενέχει ο κίνδυνος οι απόγονοι να αναπτύξουν δυσλειτουργία στα συναισθήματά τους και να αισθάνονται συναισθηματική ανασφάλεια. (Takimoto, 2017 ; Eisenberg et al., 2003)

Σε εφήβους οι οποίοι εμφάνισαν εσωτερικευμένα ψυχιατρικά συμπτώματα καθώς και υψηλά επίπεδα αλεξιθυμίας, βρέθηκε από τη μελέτη της Mannarini et al. (2018) ότι μεγάλωναν σε οικογενειακά περιβάλλοντα στα οποία η γονική φροντίδα χαρακτηριζόταν από αμέλεια.

Από την άλλη, ένα συνεχές και συναισθηματικά ασφαλές περιβάλλον θα καλλιεργήσει τη συναισθηματική ασφάλεια και θα είναι «τροφοδοτικό» στις ανάγκες των μελών της οικογένειας. (Takimoto, 2017)

3.6 Η επίδραση της οικογενειακής συνοχής και σύγκρουσης

Όπως αναφέρθηκε και στο κεφάλαιο 2, η οικογενειακή συνοχή αναφέρεται στο επίπεδο της συναισθηματικής σύνδεσης και της συνάφειας μεταξύ των μελών του οικογενειακού συστήματος το οποίο μπορεί να εκφραστεί μέσα από τα αισθήματα της αποδοχής και της υποστήριξης. (Takimoto, 2017)

Η οικογενειακή συνοχή μπορεί να αποκαταστήσει την ψυχολογική δυσπραγία που εκφράζεται π.χ. μέσω κατάθλιψης ή άγχους και να προωθήσει την καλύτερη ψυχολογική ευεξία στο μέλλον. Η ισχυρή οικογενειακή συνοχή επίσης μπορεί να επιτρέψει στα μέλη της οικογένειας να αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά τις μεταξύ τους συγκρούσεις και τα προβλήματα. (Takimoto, 2017)

Σύμφωνα με την έρευνα του Berryhill et al. (2018), η συνεκτική και ευέλικτη οικογενειακή λειτουργία συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα θετικής επικοινωνίας και αυτή με τη σειρά της με υψηλότερα επίπεδα αυτοσυγκέντρωσης και συνεπώς χαμηλότερα επίπεδα κατάθλιψης και άγχους.

Είναι φυσιολογικό για κάθε οικογένεια να έχει διαφωνίες και συγκρούσεις, αλλά αυτό που διακρίνει τις οικογένειες είναι το κατά πόσο οι γονείς είναι σε θέση να χειριστούν τα ζητήματα ήρεμα και στη συνέχεια να διευθετήσουν τις διαφωνίες. Ο τελευταίος τρόπος δράσης παρέχει περισσότερες ευκαιρίες στα παιδιά να μάθουν αποτελεσματικούς τρόπους διαχείρισης των συναισθημάτων τους. (Gong & Paulson, 2017)

Η επίλυση των διαγονεϊκών συγκρούσεων δημιουργεί πιο συναισθηματικά υγιείς απογόνους που αναπτύσσουν ασφαλέστερο τύπο προσκόλλησης στην ενηλικίωσή τους. Έτσι η συναισθηματική ασφάλεια που κυριαρχεί σε μια οικογένεια επηρεάζει τη συναισθηματική ρύθμιση των απογόνων της και τις μελλοντικές τους σχέσεις. (Takimoto, 2017)

Η διαγονεϊκή σύγκρουση θέτει σε κίνδυνο την προσαρμογή των παιδιών, επικαλούμενη τα αισθήματα ανασφάλειάς τους, γεγονός που γίνεται αντιληπτό μέσω της υψηλής αντιδραστικότητας των παιδιών, της ανάπτυξης στρατηγικών για να μειώσουν την έκθεσή τους στη σύγκρουση και αρνητικών προσωπικών αυτό-αναπαραστάσεων σχετικά με το νόημα της διαμάχης. Τέτοιες στρατηγικές θα μπορούσαν να εκληφθούν ως κακή συναισθηματική ρύθμιση. (Gong & Paulson, 2017)

Έχει τεκμηριωθεί μέσω εμπειρικών μελετών η αρνητική επίδραση της ενδοοικογενειακής σύγκρουσης στη σχέση γονέα-παιδιού. (Brock & Kochanska, 2016)

Με τα παραπάνω συμφωνεί και η μελέτη των Gong & Paulson (2017), κατά την οποία βρέθηκε ότι η ένταση και η ανάλυση της ενδοοικογενειακής διαμάχης είχε τόσο άμεσες όσο και έμμεσες επιπτώσεις στην ικανότητα συναισθηματικής ρύθμισης των ύστερων εφήβων μέσω της επίδρασης του τύπου προσκόλλησης γονέα-παιδιού που είχε αναπτυχθεί.

Ο θετικός ρόλος της γονικής προσκόλλησης γονέα-παιδιού στη συναισθηματική διαχείριση των παιδιών και των εφήβων τονίζεται και στις εργασίες των Brenning et al. (2012) και Galiaring & Alonso-Arbiol (2012). Μια ασφαλής προσκόλληση, βρέθηκε να σχετίζεται με καλύτερη συναισθηματική ρύθμιση καθώς επίσης η συναισθηματική ρύθμιση βρέθηκε να μεσολαβεί στις σχέσεις μεταξύ προσκόλλησης και κατάθλιψης. (Gong & Paulson, 2017)

Επιπλέον, σύμφωνα με τους Gong & Paulson (2017) και Kim (2017), μελέτες σημειώνουν τον αρνητικό συσχετισμό της σύγκρουσης μεταξύ των γονέων και της συναισθηματικής ρύθμισης των παιδιών, ενώ ακόμη επισημαίνουν ότι η έκθεση των παιδιών σε γονικές συγκρούσεις τα οδηγεί σε προβλήματα προσαρμογής και διαταραχές άγχους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

4.1 Ερευνητικά εργαλεία της μελέτης και εφαρμογή τους σε άλλες έρευνες

Τα ερευνητικά εργαλεία που θα χρησιμοποιηθούν παρακάτω στην παρούσα μελέτη συσχέτισης του οικογενειακού περιβάλλοντος προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και της ικανότητάς τους να εκτιμούν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους είναι α) η Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος (FES – Form R) των Moos & Moos (1987) που αξιολογεί την οικογενειακή ατμόσφαιρα και β) η Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης (WLEIS) των Wong & Law (2002) η οποία μετρά την αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη των ατόμων.

Οι παραπάνω κλίμακες έχουν βρει εφαρμογή σε ποικιλία μελετών κατά τη διάρκεια των ετών ενώ η χρήση τους σε ορισμένες περιγράφεται παρακάτω.

- Η Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης (WLEIS) (Wong Law Emotional Intelligence Scale) χρησιμοποιήθηκε στη μελέτη του Zou (2014) η οποία αξιολόγησε εάν τόσο η αυτοεκτίμηση όσο και η κοινωνική υποστήριξη διαμεσολαβούν στις συσχετίσεις μεταξύ των χαρακτηριστικών της συναισθηματικής νοημοσύνης και της μοναξιάς. Συγκεκριμένα στη μελέτη αυτή, η τελευταία κλίμακα χρησιμοποιήθηκε για να εκτιμηθεί η αντιληπτή συναισθηματική ικανότητα του ατόμου. Το δείγμα αποτέλεσαν 469 Κινέζοι φοιτητές ηλικίας 18-23 ετών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η κοινωνική υποστήριξη είναι πιο καθοριστική από την αυτοεκτίμηση στον συσχετισμό μεταξύ των χαρακτηριστικών της συναισθηματικής νοημοσύνης και της μοναξιάς και επιπλέον ότι τα δύο φύλα λειτουργούν με τον ίδιο μηχανισμό σχετικά με το παραπάνω.
- Μια άλλη μελέτη που χρησιμοποίησε το εργαλείο WLEIS είναι αυτή του Cejudo et al. (2018), η οποία εξετάζει τη σχέση της συναισθηματικής νοημοσύνης και των επιπέδων άγχους και στρες στους εφήβους. Στην έρευνα συμμετέχουν 505 Ισπανοί έφηβοι ηλικίας 12-18 ετών και τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την ύπαρξη θετικής σχέσης μεταξύ των χαρακτηριστικών της συναισθηματικής νοημοσύνης και της υποκειμενικής ευημερίας. Συνάμα υποδεικνύεται η αρνητική σχέση μεταξύ της συναισθηματικής νοημοσύνης και του δείκτη του άγχους.
- Σε μια άλλη μελέτη, αυτή του Chen (2016), που εξετάζει τη διαμεσολάβηση της συναισθηματικής νοημοσύνης στην ηλικία και την υποκειμενική ευεξία και χρησιμοποιεί στο δείγμα της 360 ενήλικες Κινέζους ηλικίας 20-79 ετών, χρησιμοποιείται προς συμπλήρωση μεταξύ των άλλων, το ερωτηματολόγιο WLEIS και βρίσκει ότι η συναισθηματική νοημοσύνη μεσολαβεί εν μέρει στη σχέση μεταξύ

ηλικίας και ικανοποίησης από τη ζωή, ενώ ακόμη βρίσκει τη συναισθηματική νοημοσύνη να διαμεσολαβεί πλήρως στη σχέση μεταξύ της ηλικίας και της συναισθηματικής ευεξίας.

- Η Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος (FES – Form R) των Moos & Moos, η οποία αξιολογεί τα αντιληπτά περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά και τη λειτουργικότητα της οικογένειας, χρησιμοποιήθηκε στη μελέτη της Gardner et al. (2011) η οποία εξέταζε την ιδιοσυγκρασία, τους περιβαλλοντικούς παράγοντες όπως το οικογενειακό περιβάλλον και το παιδικό συναισθηματικό τραύμα και τη συσχέτισή του με την ανάπτυξη των χαρακτηριστικών και των ικανοτήτων της συναισθηματικής νοημοσύνης. Το δείγμα αποτέλεσαν 97 φοιτητές και η έρευνα τόνισε τη σημασία της ιδιοσυγκρασίας στην ανάπτυξη των χαρακτηριστικών της συναισθηματικής νοημοσύνης.
- Στην έρευνα της Johnson et al. (2010), για τη διεξαγωγή της οποίας χρησιμοποιήθηκαν ως δείγμα 320 προπτυχιακοί φοιτητές πανεπιστημίου και στην οποία χρειάστηκε για τη συλλογή των δεδομένων η κλίμακα FES, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η συνεκτικότητα της οικογένειας, η οικογενειακή εκφραστικότητα και οι οικογενειακές συγκρούσεις καθώς και η τάση τους να διαχειρίζονται ενεργά τα συναισθήματά τους, σχετίζονται με την προσαρμοστικότητα των παιδιών στο πανεπιστήμιο και την ψυχολογική τους δυσφορία.
- Τέλος, η κλίμακα FES χρησιμοποιήθηκε ακόμη για τη μέτρηση των διαστάσεων της οικογενειακής συνοχής και σύγκρουσης που εμφανίζεται στο οικογενειακό περιβάλλον 823 παιδιών ηλικίας 6-11 ετών, σε μια μελέτη των Lucia & Breslaw (2006). Τα αποτελέσματα συγκλίνουν στο ότι η οικογενειακή συνοχή αποτελεί σημαντικό παράγοντα της ψυχικής υγείας των παιδιών και επηρεάζει ευεργετικά τα εσωτερικευμένα προβλήματα και τα προβλήματα προσοχής των παιδιών.

ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

1. ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

Σκοπός

Το αντικείμενο της παρούσας μελέτης ήταν η διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στο οικογενειακό περιβάλλον προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής και της ικανότητας εκτίμησης και διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Ερευνητικά Ερωτήματα

Ειδικότερα τα βασικά ερευνητικά ερωτήματα της μελέτης ήταν τα εξής:

1. Ποια είναι τα επίπεδα ποιότητας του οικογενειακού περιβάλλοντος των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής;
2. Ποια είναι τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής;
3. Υπάρχει σχέση μεταξύ της ποιότητας του οικογενειακού περιβάλλοντος και των κοινωνικοδημογραφικών και ακαδημαϊκών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής;
4. Υπάρχει σχέση μεταξύ της συναισθηματικής νοημοσύνης και των κοινωνικοδημογραφικών και ακαδημαϊκών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής;
5. Υπάρχει σχέση μεταξύ της ποιότητας του οικογενειακού περιβάλλοντος και της συναισθηματικής νοημοσύνης των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής και ποια είναι αυτή;

2. ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΣ

Σχέδιο μελέτης

Διενεργήθηκε περιγραφική μελέτη συσχέτισης και το σχέδιο της ήταν συγχρονικού τύπου ή χρονικής στιγμής.

Πληθυσμός και δείγμα

Τον μελετώμενο πληθυσμό αποτέλεσαν οι προπτυχιακοί φοιτητές Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, ηλικίας από 20 έως 25 ετών. Το δείγμα της έρευνας ανέρχονταν συνολικά σε 86 φοιτητές Νοσηλευτικής. Η μέθοδος της δειγματοληψίας που εφαρμόστηκε ήταν αυτή της δειγματοληψίας μη πιθανότητας και ειδικότερα χρησιμοποιήθηκε η τεχνική της δειγματοληψίας ευκολίας. Κριτήρια αποκλεισμού κατά την επιλογή των φοιτητών δεν τέθηκαν πέραν της ηλικίας και της συγκατάθεσης συμμετοχής στην έρευνα.

Διανεμήθηκαν συνολικά 106 ερωτηματολόγια και επεστράφησαν πλήρως συμπληρωμένα τα 86 ερωτηματολόγια (ποσοστό απόκρισης 81,13%). Το ποσοστό απόκρισης του δείγματος στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου ήταν ικανοποιητικό και κατάλληλο για την ποιότητα των ερευνητικών δεδομένων και των εκτιμήσεων της έρευνας.

Ερευνητικά εργαλεία και συλλογή δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων της έρευνας έγινε στο Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (πρώην ΤΕΙ Θεσσαλίας) την περίοδο Ιανουάριος έως Φεβρουάριος του 2019 με ένα ειδικό, πλήρως δομημένο και αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο. Ο χρόνος συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου ήταν περίπου 15 λεπτά. Οι φοιτητές ενημερώθηκαν για το σκοπό της έρευνας και τηρήθηκαν οι κανόνες δεοντολογίας σχετικά με την ανωνυμία, την συγκατάθεση και την εμπιστευτικότητα. Το ερωτηματολόγιο απαρτιζόταν από τα κάτωθι τρία μέρη.

Α. Ατομικά χαρακτηριστικά. Το πρώτο μέρος περιελάμβανε 8 ερωτήσεις σχετικά με τα κοινωνικοδημογραφικά και ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά των φοιτητών (φύλο, ηλικία, αριθμός αδελφών, τόπος μόνιμης κατοικίας, διαμονή, σχέσεις, έτος σπουδών, αριθμός οφειλόμενων μαθημάτων).

Β. Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος (FES - Form R). Το δεύτερο μέρος περιελάμβανε την Κλίμακα αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος, «Family Environment Scale - Form R» (*Moos and Moos, 1987*). Η Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος αξιολογεί την οικογενειακή ατμόσφαιρα μέσα από τρεις διαστάσεις: (α) των διαπροσωπικών σχέσεων, (β) το βαθμό ενθάρρυνσης της προσωπικής ανάπτυξης και (γ) τη βασική οργανωτική δομή της οικογένειας. Η Κλίμακα έχει χρησιμοποιηθεί διεθνώς σε πολλές μελέτες που αφορούσαν ασθενείς και τις οικογένειές τους. Η Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος έχει μεταφραστεί και σταθμιστεί στην Ελληνική γλώσσα από την *Κ. Μάτσα* και χρησιμοποιήθηκε στον γενικό πληθυσμό, σε τοξικομανείς κ.α.

Η Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος αποτελείται από συνολικά 90 ερωτήσεις και είναι οργανωμένη σε τρεις διαστάσεις, οι οποίες περιλαμβάνουν συνολικά 10 υποκλίμακες (9 ερωτήσεις η καθεμία) τις εξής:

(α) Σχέσεις (relationship dimensions): Συνοχή (cohesion), Εκφραστικότητα (expressiveness), Σύγκρουση (conflict).

(β) Προσωπική Ανάπτυξη και Ωρίμανση (personal growth dimensions): Ανεξαρτησία (independence), Προσανατολισμός για επιτεύγματα (achievement orientation), Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός (intellectual - cultural orientation), Προσανατολισμός προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα (active-recreational orientation), Ηθική και θρησκευτική έμφαση (moral - religious emphasis).

(γ) Συντήρηση του Συστήματος (system maintenance dimensions): Οργάνωση (organization), Έλεγχος (control).

Οι απαντήσεις κάθε ερώτησης της Κλίμακας Οικογενειακού Περιβάλλοντος δίνονται ως επιλογή «σωστό» ή «λάθος» και κατόπιν υπολογίζονται οι επιθυμητές απαντήσεις (επιθυμητή απάντηση = 1, μη επιθυμητή απάντηση = 0). Το συνολικό σκορ (total score) της Κλίμακας κυμαίνεται από 0 έως 90 και των Υποκλιμάκων από 0 έως 9. Το υψηλότερο σκορ δηλώνει και μεγαλύτερο αριθμό επιθυμητών απαντήσεων.

Γ. Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης (WLEIS). Το τρίτο μέρος περιελάμβανε την Κλίμακα αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης, «Wong Law Emotional Intelligence Scale» (*Wong & Law, 2002*). Η Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης χρησιμοποιείται για να μετρήσει την αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη και βασίζεται στο μοντέλο των *Mayer, Salovey & Caruso (1997)*. Η Κλίμακα έχει μεταφραστεί και σταθμιστεί στην Ελληνική γλώσσα από τους *Kafetsios & Zampetakis (2008)*.

Η Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης αποτελείται συνολικά από 16 ερωτήσεις, οι οποίες ομαδοποιούνται σε τέσσερις διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης (4 ερωτήσεις η καθεμία) τις εξής:

- (α) Η εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού (Self-Emotion Appraisal).
- (β) Η ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων (Others' Emotion Appraisal).
- (γ) Η ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων (Use of Emotion).
- (δ) Η διαχείριση των συναισθημάτων (Regulation of Emotion).

Οι απαντήσεις των ερωτήσεων της Κλίμακας WLEIS δίνονται σε 7-βάθμη κλίμακα τύπου Likert με διαβάθμιση από «διαφωνώ απόλυτα = 1» έως «συμφωνώ απόλυτα = 7». Το σκορ της συνολικής κλίμακας και των υποκλιμάκων υπολογίζεται ως μέσο αθροιστικό σκορ από τις απαντήσεις των επιμέρους ερωτήσεων και κυμαίνεται από 1 έως 7. Οι υψηλότερες τιμές σκορ εκφράζουν και υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης.

Στατιστική ανάλυση δεδομένων

Η επεξεργασία και η στατιστική ανάλυση του εμπειρικού υλικού της έρευνας έγινε με τη χρήση του λογισμικού πακέτου “SPSS (Statistical Package for the Social Science) version 22.0 for Windows”, με τις μεθόδους της Περιγραφικής και της Επαγωγικής Στατιστικής.

Ειδικότερα η Περιγραφική ανάλυση περιελάμβανε την κατανομή συχνοτήτων των ποιοτικών μεταβλητών (απόλυτη και σχετική % συχνότητα) καθώς και εκτιμήσεις των παραμέτρων θέσης και διασποράς των ποσοτικών μεταβλητών (μέση τιμή, σταθερή απόκλιση, ελάχιστη και μέγιστη τιμή). Η Επαγωγική ανάλυση για τη διερεύνηση πιθανών συσχετίσεων περιελάμβανε τον έλεγχο t-test για ανεξάρτητα δείγματα, την ανάλυση διακύμανσης κατά ένα παράγοντα (one-way ANOVA) και τον συντελεστή συσχέτισης του Pearson (r). Για την πολυμεταβλητή ανάλυση χρησιμοποιήθηκε το υπόδειγμα της πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης (multiple linear regression). Ο στατιστικός έλεγχος ήταν αμφίπλευρος και τιμές $p < 0,050$ ορίστηκαν ότι εκφράζουν το επίπεδο αποδεκτής στατιστικής σημαντικότητας.

3. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

3.1 ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Στον Πίνακα 1 παρουσιάζονται τα περιγραφικά στατιστικά μέτρα των κοινωνικοδημογραφικών και ακαδημαϊκών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος ($n=86$).

Πίνακας 1: Κοινωνικοδημογραφικά και ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Χαρακτηριστικά	n	%
Φύλο		
Ανδρας	22	25,6
Γυναίκα	64	74,4
Ηλικία (έτη)		
20 – 21	65	75,5
22 – 23	14	16,3
24 – 25	7	8,2
Mean ± SD	21,12 ± 1,27	
Min – Max	20 – 25	
Αριθμός αδελφών		
0	12	14,0
1 – 2	70	81,4
3	4	4,7
Τόπος μόνιμης κατοικίας		
Αστική περιοχή	52	60,5
Ημιαστική περιοχή	20	23,3
Αγροτική περιοχή	14	16,3
Σχέσεις		
Χωρίς σχέση	37	43,0
Σε σχέση	44	51,2
Παντρεμένος	5	5,8
		38

Διαβίωση		
Μόνος	64	74,4
Γονείς	17	19,8
Σύζυγο	5	5,8
Έτος σπουδών		
Τρίτο έτος	75	87,2
Τέταρτο έτος	7	8,1
Επί πτυχίο	4	4,7
Οφειλόμενα μαθήματα		
0 – 2	54	62,8
3 – 6	22	25,6
≥ 7	10	11,6

Από τον Πίνακα 1 προκύπτει ότι το 74,4% των φοιτητών ήταν γυναίκες και το 25,6% άνδρες. Η ηλικία τους κυμαίνονταν από 20 έως 25 ετών με μέση τιμή τα 21,12 έτη (SD=1,27). Η πλειονότητα των φοιτητών 81,4% είχε 1 έως 2 αδέρφια. Σχετικά με τον τόπο μόνιμης διαμονής το 60,5% κατοικούσε σε αστική περιοχή, το 23,3% σε ημιαστική και το 16,3% σε αγροτική. Σε σχέση ήταν το 51,2% και παντρεμένοι το 5,8%. Περίπου τα ¼ των φοιτητών (74,4%) διαβιούσαν μόνοι τους, δηλαδή χωρίς τους γονείς ή σύζυγο. Η πλειονότητα 87,2% ήταν στο τρίτο έτος σπουδών και το 62,8% όφειλε έως δύο μαθήματα.

Στον Πίνακα 2 παρουσιάζεται η αξιοπιστία και τα περιγραφικά στατιστικά μέτρα της Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος (n=86).

Πίνακας 2: Αξιοπιστία και περιγραφικά στατιστικά μέτρα της Κλίμακας Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES.

Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES	Cronbach's Alpha	Mean ± SD	Min – Max
---	------------------	-----------	-----------

Συνοχή	0,59	5,69 ± 2,01	0 – 9
Εκφραστικότητα	0,38	5,57 ± 1,68	1 – 9
Σύγκρουση	0,55	3,52 ± 2,00	0 – 8
Ανεξαρτησία	0,31	6,14 ± 1,60	2 – 9
Προσανατολισμός για επιτεύγματα	0,29	5,74 ± 1,59	2 – 9
Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός	0,28	4,78 ± 1,67	1 – 8
Προσανατολισμός προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα	0,57	4,34 ± 2,08	0 – 9
Ηθική και θρησκευτική έμφαση	0,47	4,33 ± 1,89	0 – 8
Οργάνωση	0,38	5,26 ± 1,72	1 – 8
Έλεγχος	0,27	4,52 ± 1,66	0 – 8
Σύνολο Κλίμακας	0,68	49,88 ± 7,82	27 – 64

Σύμφωνα με τον Πίνακα 2, το σκορ της Συνολικής Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES κυμαίνονταν από 27 έως 64 με μέση τιμή 49,88 (SD=7,82), η οποία ήταν μεγαλύτερη του σημείου 45 (μεσαίο σημείο μέτρησης των απαντήσεων) γεγονός που σημαίνει ότι η πλειονότητα των φοιτητών παρουσίαζε σχετικά υψηλό αριθμό επιθυμητών απαντήσεων. Η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής, προσδιοριζόμενη με το συντελεστή Cronbach's Alpha, ήταν $\alpha=0,68$ γεγονός που δείχνει ικανοποιητική αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής των ερωτήσεων που απαρτίζουν την Κλίμακα FES. Για τις υποκλίμακες - διαστάσεις τις υψηλότερες μέσες τιμές παρουσίαζαν η «Ανεξαρτησία» (6,14), ο «Προσανατολισμός για επιτεύγματα» (5,74), η «Συνοχή» (5,69), η «Εκφραστικότητα» (5,57) και η «Οργάνωση» (5,26). Τις χαμηλότερες μέσες τιμές εμφάνιζαν η «Σύγκρουση» (3,52), η «Ηθική και θρησκευτική έμφαση» (4,33), ο «Προσανατολισμός προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα» (4,34), ο «Έλεγχος» (4,52) και ο «Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός» (4,78). Ο συντελεστής Cronbach's Alpha των υποκλιμάκων κυμαίνονταν από $\alpha=0,27$ για τον «Έλεγχος» έως $\alpha=0,59$ για την «Συνοχή». Σε επτά υποκλίμακες η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής των ερωτήσεων βρέθηκε χαμηλή ($\alpha<0,50$).

Στον Πίνακα 3 παρουσιάζεται η αξιοπιστία και τα περιγραφικά στατιστικά μέτρα της Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος ($n=86$).

Πίνακας 3: Αξιοπιστία και περιγραφικά στατιστικά μέτρα της Κλίμακας Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS.

Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS	Cronbach's Alpha	Mean \pm SD	Min – Max
Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού	0,86	4,65 \pm 1,42	1,25 – 7,00
Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων	0,85	4,73 \pm 1,37	1,00 – 7,00
Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων	0,86	4,70 \pm 1,29	2,00 – 7,00
Διαχείριση των συναισθημάτων	0,81	4,24 \pm 1,31	1,00 – 7,00
Σύνολο Κλίμακας	0,93	4,58 \pm 1,13	1,56 – 6,75

Σύμφωνα με τον Πίνακα 3, το σκορ της Συνολικής Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS κυμαίνονταν από 1,56 έως 6,75 με μέση τιμή 4,58 (SD=1,13). Η μέση τιμή ήταν μεγαλύτερη του σημείου 4 (μεσαίο σημείο μέτρησης των απαντήσεων) γεγονός που σημαίνει ότι η πλειονότητα των φοιτητών παρουσίαζε σχετικά υψηλές τιμές συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης. Η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής, προσδιοριζόμενη με το συντελεστή Cronbach's Alpha, ήταν $\alpha=0,93$ τιμή η οποία δείχνει πολύ καλή αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής των ερωτήσεων που απαρτίζουν την Κλίμακα WLEIS. Στις επιμέρους υποκλίμακες – διαστάσεις την υψηλότερη μέση τιμή εμφάνιζε η «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» (4,73) και η «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» (4,70), έπεται η «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» (4,65) και τέλος η «Διαχείριση των συναισθημάτων» (4,24). Η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής όλων των υποκλιμάκων ήταν πολύ καλή καθώς ο συντελεστής Cronbach's Alpha εμφάνιζε τιμές άνω του 0,70.

3.2 ΕΠΑΓΩΓΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Στον Πίνακα 4 παρουσιάζεται η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES και των ατομικών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος (n=86).

Πίνακας 4: Συσχέτιση της Κλίμακας Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES με τα κοινωνικοδημογραφικά και ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Χαρακτηριστικά	Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES			
	Συνοχή	Εκφραστικότητα	Σύγκρουση	Ανεξαρτησία
Φύλο				
Ανδρας	5,09 ± 1,77	5,41 ± 2,04	4,27 ± 1,75	5,95 ± 1,62
Γυναίκα	5,89 ± 2,06	5,63 ± 1,56	3,27 ± 2,03	6,20 ± 1,61
t	1,628	0,516	2,079	0,625
P value	0,107	0,607	0,041	0,533
Ηλικία (έτη)				
r	0,056	0,106	-0,112	-0,049
P value	0,608	0,330	0,303	0,657
Αριθμός αδελφών				
0	6,00 ± 1,60	5,08 ± 2,02	3,75 ± 1,55	6,50 ± 2,11
≥ 1	5,64 ± 2,07	5,65 ± 1,63	3,49 ± 2,07	6,08 ± 1,52
t	0,582	1,080	0,422	0,838
P value	0,562	0,283	0,674	0,404
Τόπος μόνιμης κατοικίας				
Αστική περιοχή	5,62 ± 1,92	5,56 ± 1,51	3,42 ± 1,88	6,17 ± 1,67
Μη αστική περιοχή	5,79 ± 2,16	5,59 ± 1,94	3,68 ± 2,18	6,09 ± 1,53
t	0,402	0,078	0,573	0,239
P value	0,689	0,938	0,568	0,812
Σχέσεις				
Χωρίς σχέση	5,08 ± 2,11	5,43 ± 1,73	4,19 ± 1,98	6,30 ± 1,53
Σε σχέση / Παντρεμένος	6,14 ± 1,81	5,67 ± 1,66	3,02 ± 1,88	6,02 ± 1,66

t	2,503	0,655	2,791	0,792
P value	0,014	0,514	0,007	0,431
Διαβίωση				
Μόνος	5,50 ± 2,00	5,33 ± 1,69	3,72 ± 2,07	6,06 ± 1,66
Γονείς / Σύζυγο	6,23 ± 1,97	6,27 ± 1,49	2,95 ± 1,68	6,36 ± 1,43
t	1,476	2,328	1,560	0,758
P value	0,144	0,022	0,122	0,450
Έτος σπουδών				
Τρίτο έτος	5,61 ± 2,02	5,49 ± 1,68	3,61 ± 1,94	6,11 ± 1,62
Τέταρτο έτος / Επί πτυχίο	6,18 ± 1,94	6,09 ± 1,70	2,91 ± 2,34	6,36 ± 1,50
t	0,876	1,100	1,093	0,494
P value	0,384	0,274	0,278	0,622
Οφειλόμενα μαθήματα				
0 – 2	6,02 ± 1,87	5,65 ± 1,63	3,26 ± 1,97	6,00 ± 1,75
≥ 3	5,13 ± 2,14	5,44 ± 1,79	3,97 ± 1,99	6,38 ± 1,31
t	2,032	0,558	1,606	1,049
P value	0,045	0,578	0,112	0,297

Πίνακας 4: ... συνέχεια ...

Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES				
Χαρακτηριστικά	Προσανατολισμός για επιτεύγματα	Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός	Προσανατολισμός	Ηθική και θρησκευτική έμφαση
			προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα	
Φύλο				

Ανδρας	5,32 ± 1,56	4,59 ± 1,74	5,05 ± 1,94	4,23 ± 2,05
Γυναίκα	5,89 ± 1,59	4,84 ± 1,65	4,09 ± 2,09	4,36 ± 1,86
t	1,468	0,611	1,875	0,281
P value	0,146	0,543	0,064	0,780
Ηλικία (έτη)				
r	0,108	0,073	0,056	0,057
P value	0,321	0,502	0,607	0,599
Αριθμός αδελφών				
0	5,33 ± 2,02	5,08 ± 1,31	4,42 ± 2,64	4,08 ± 1,93
≥ 1	5,81 ± 1,51	4,73 ± 1,72	4,32 ± 2,00	4,36 ± 1,90
t	0,966	0,679	0,142	0,475
P value	0,337	0,499	0,888	0,636
Τόπος μόνιμης κατοικίας				
Αστική περιοχή	5,60 ± 1,51	4,88 ± 1,72	4,29 ± 2,14	4,52 ± 1,95
Μη αστική περιοχή	5,97 ± 1,70	4,62 ± 1,60	4,41 ± 2,03	4,03 ± 1,80
T	1,070	0,723	0,267	1,175
P value	0,288	0,472	0,790	0,243
Σχέσεις				
Χωρίς σχέση	5,95 ± 1,75	4,95 ± 1,63	4,30 ± 1,81	4,14 ± 2,04
Σε σχέση / Παντρεμένος	5,59 ± 1,46	4,65 ± 1,70	4,37 ± 2,29	4,47 ± 1,78
T	1,024	0,804	0,153	0,809
P value	0,309	0,424	0,878	0,421
Διαβίωση				
Μόνος	5,70 ± 1,69	4,89 ± 1,67	4,45 ± 1,99	4,20 ± 1,93
Γονείς / Σύζυγο	5,86 ± 1,28	4,45 ± 1,65	4,00 ± 2,35	4,68 ± 1,78

T	0,407	1,058	0,879	1,023
P value	0,685	0,293	0,382	0,309
Έτος σπουδών				
Τρίτο έτος	5,76 ± 1,61	4,72 ± 1,65	4,32 ± 2,09	4,21 ± 1,94
Τέταρτο έτος / Επί πτυχίο	5,64 ± 1,50	5,18 ± 1,83	4,45 ± 2,12	5,09 ± 1,38
T	0,240	0,856	0,199	1,444
P value	0,811	0,395	0,843	0,152
Οφειλόμενα μαθήματα				
0 – 2	5,74 ± 1,40	4,76 ± 1,66	4,39 ± 2,03	4,56 ± 1,63
≥ 3	5,75 ± 1,88	4,81 ± 1,71	4,25 ± 2,20	3,94 ± 2,24
T	0,026	0,142	0,297	1,473
P value	0,979	0,887	0,767	0,145

Πίνακας 4: ... συνέχεια ...

Χαρακτηριστικά	Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES		
	Οργάνωση	Έλεγχος	Σύνολο Κλίμακας
Φύλο			
Άνδρας	4,77 ± 1,60	4,55 ± 1,41	49,23 ± 8,07
Γυναίκα	5,42 ± 1,74	4,52 ± 1,76	50,11 ± 7,79
T	1,537	0,072	0,454
P value	0,128	0,943	0,651

Ηλικία (έτη)

R	-0,025	0,082	0,077
P value	0,823	0,451	0,480

Αριθμός αδελφών

0	5,50 ± 1,45	3,67 ± 1,88	49,42 ± 7,61
≥ 1	5,22 ± 1,77	4,66 ± 1,60	49,96 ± 7,90
T	0,527	1,954	0,222
P value	0,600	0,054	0,825

Τόπος μόνιμης κατοικίας

Αστική περιοχή	5,35 ± 1,67	4,69 ± 1,80	50,10 ± 8,19
Μη αστική περιοχή	5,12 ± 1,82	4,26 ± 1,42	49,56 ± 7,32
T	0,599	1,167	0,310
P value	0,551	0,246	0,757

Σχέσεις

Χωρίς σχέση	5,03 ± 1,83	4,62 ± 1,66	49,97 ± 7,95
Σε σχέση / Παντρεμένος	5,43 ± 1,63	4,45 ± 1,68	49,82 ± 7,81
T	1,071	0,474	0,091
P value	0,287	0,637	0,927

Διαβίωση

Μόνος	5,25 ± 1,68	4,48 ± 1,62	49,59 ± 7,72
Γονείς / Σύζυγο	5,27 ± 1,88	4,64 ± 1,81	50,73 ± 8,23
T	0,053	0,368	0,584
P value	0,958	0,714	0,561

Έτος σπουδών

Τρίτο έτος	5,29 ± 1,76	4,55 ± 1,66	49,68 ± 7,86
------------	-------------	-------------	--------------

Τέταρτο έτος / Επί πτυχίο	5,00 ± 1,48	4,36 ± 1,75	51,27 ± 7,77
T	0,525	0,339	0,628
P value	0,601	0,736	0,531
Οφειλόμενα μαθήματα			
0 – 2	5,43 ± 1,61	4,78 ± 1,56	50,57 ± 7,62
≥ 3	4,97 ± 1,89	4,09 ± 1,77	48,72 ± 8,15
T	1,192	1,869	1,064
P value	0,237	0,065	0,290

Από τον Πίνακα 4 διαπιστώθηκαν τα εξής:

- Το **φύλο** σχετίζονταν με την «Σύγκρουση» ($p=0,041$) και οριακά με τον «Προσανατολισμό προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα» ($p=0,064$) της Κλίμακας FES. Ειδικότερα το οικογενειακό περιβάλλον των φοιτητών ανδρών παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Σύγκρουσης» και «Προσανατολισμού προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα» από των γυναικών.
- Ο **αριθμός αδελφών** σχετίζονταν οριακά με τον «Έλεγχο» ($p=0,054$) της Κλίμακας FES. Ειδικότερα το οικογενειακό περιβάλλον των φοιτητών με αδέρφια παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Ελέγχου» από των φοιτητών χωρίς αδέρφια.
- Η **σχέση** σχετίζονταν με την «Συνοχή» ($p=0,014$) και με την «Σύγκρουση» ($p=0,007$) της Κλίμακας FES. Ειδικότερα το οικογενειακό περιβάλλον των φοιτητών χωρίς σχέση παρουσίαζε χαμηλότερα επίπεδα «Συνοχής» και υψηλότερα επίπεδα «Σύγκρουσης» από των φοιτητών με σχέση (ή παντρεμένους).
- Η **διαβίωση** σχετίζονταν με την «Εκφραστικότητα» ($p=0,022$) της Κλίμακας FES. Ειδικότερα το οικογενειακό περιβάλλον των φοιτητών που διέμεναν με τους γονείς ή σύζυγο παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Εκφραστικότητας» από των φοιτητών που διέμεναν μόνοι τους.
- Ο **αριθμός οφειλόμενων μαθημάτων** σχετίζονταν με την «Συνοχή» ($p=0,045$) και οριακά με τον «Έλεγχο» ($p=0,065$) της Κλίμακας FES. Ειδικότερα το οικογενειακό περιβάλλον των φοιτητών που όφειλαν έως δύο μαθήματα παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Συνοχής» και «Ελέγχου» από των φοιτητών που όφειλαν μεγαλύτερο αριθμό μαθημάτων.

- Δεν διαπιστώθηκαν άλλες στατιστικά σημαντικές σχέσεις μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES και των ατομικών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Στον Πίνακα 5 παρουσιάζεται η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS και των ατομικών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος (n=86).

Πίνακας 5: Συσχέτιση της Κλίμακας Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS με τα κοινωνικοδημογραφικά και ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Χαρακτηριστικά	Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS				
	Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού	Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων	Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων	Διαχείριση των συναισθημάτων	Σύνολο Κλίμακας
Φύλο					
Άνδρας	4,50 ± 1,38	4,55 ± 1,37	4,48 ± 1,22	4,50 ± 1,29	4,51 ± 1,13
Γυναίκα	4,70 ± 1,44	4,79 ± 1,37	4,78 ± 1,31	4,15 ± 1,32	4,61 ± 1,14
T	0,566	0,718	0,956	1,071	0,354
P value	0,573	0,475	0,342	0,287	0,724
Ηλικία (έτη)					
R	0,118	0,129	0,039	0,108	0,118
P value	0,280	0,238	0,719	0,322	0,278
Αριθμός αδελφών					
0	4,67 ± 1,53	4,58 ± 1,14	4,52 ± 1,27	4,10 ± 1,07	4,47 ± 1,07

≥ 1	4,65 ± 1,41	4,75 ± 1,41	4,73 ± 1,29	4,26 ± 1,36	4,60 ± 1,15
T	0,048	0,389	0,528	0,387	0,364
P value	0,962	0,698	0,599	0,699	0,716
Τόπος μόνιμης κατοικίας					
Αστική περιοχή	4,45 ± 1,45	4,56 ± 1,46	4,54 ± 1,37	4,16 ± 1,35	4,43 ± 1,19
Μη αστική περιοχή	4,95 ± 1,34	4,98 ± 1,19	4,96 ± 1,12	4,37 ± 1,26	4,81 ± 1,01
T	1,602	1,384	1,481	0,719	1,551
P value	0,113	0,170	0,142	0,474	0,125
Σχέσεις					
Χωρίς σχέση	4,43 ± 1,56	4,53 ± 1,52	4,70 ± 1,33	4,12 ± 1,53	4,44 ± 1,25
Σε σχέση / Παντρεμένος	4,82 ± 1,29	4,87 ± 1,24	4,71 ± 1,27	4,33 ± 1,13	4,68 ± 1,04
T	1,269	1,138	0,047	0,731	0,964
P value	0,208	0,258	0,963	0,467	0,338
Διαβίωση					
Μόνος	4,50 ± 1,38	4,65 ± 1,38	4,66 ± 1,16	4,20 ± 1,41	4,50 ± 1,10
Γονείς / Σύζυγο	5,08 ± 1,47	4,95 ± 1,32	4,82 ± 1,62	4,35 ± 1,03	4,80 ± 1,22
T	1,671	0,904	0,483	0,457	1,062
P value	0,098	0,369	0,631	0,649	0,291
Έτος σπουδών					
Τρίτο έτος	4,64 ± 1,36	4,72 ± 1,30	4,74 ± 1,26	4,26 ± 1,29	4,59 ± 1,09
Τέταρτο έτος / Επί πτυχίο	4,73 ± 1,83	4,77 ± 1,82	4,45 ± 1,47	4,09 ± 1,51	4,51 ± 1,45
T	0,197	0,119	0,685	0,404	0,214
P value	0,844	0,906	0,495	0,687	0,831
Οφειλόμενα μαθήματα					
0 – 2	4,92 ± 1,36	4,82 ± 1,31	4,94 ± 1,37	4,43 ± 1,15	4,78 ± 1,11

≥ 3	4,20 ± 1,41	4,56 ± 1,47	4,30 ± 1,03	3,92 ± 1,52	4,24 ± 1,11
T	2,339	0,855	2,488	1,755	2,159
P value	0,022	0,395	0,015	0,083	0,034

Από τον Πίνακα 5 διαπιστώθηκαν τα εξής:

- Η **διαβίωση** σχετιζονταν οριακά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» ($p=0,098$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα η συναισθηματική νοημοσύνη των φοιτητών που διέμεναν με τους γονείς ή σύζυγο παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Εκτίμησης των συναισθημάτων του εαυτού» από των φοιτητών που διέμεναν μόνοι τους.
- Ο **αριθμός οφειλόμενων μαθημάτων** σχετιζονταν με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» ($p=0,022$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,015$), οριακά με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,083$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,034$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα η συναισθηματική νοημοσύνη των φοιτητών που όφειλαν έως δύο μαθήματα παρουσίαζε υψηλότερα επίπεδα «Εκτίμησης των συναισθημάτων του εαυτού», «Ικανότητας χρήσης των συναισθημάτων», «Διαχείρισης των συναισθημάτων» και «Συνολικής Συναισθηματικής Νοημοσύνης» από των φοιτητών που όφειλαν μεγαλύτερο αριθμό μαθημάτων.
- Δεν διαπιστώθηκαν άλλες στατιστικά σημαντικές σχέσεις μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS και των ατομικών χαρακτηριστικών των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Στον Πίνακα 6 παρουσιάζεται η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES και της Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος ($n=86$).

Πίνακας 6: Συσχέτιση της Κλίμακας Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES με την Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES	Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS							
	Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού				Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων		Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων	
	R	p value	r	p value	r	p value		
Συνοχή	0,134	0,218	0,200	0,065	0,245	0,023		
Εκφραστικότητα	0,027	0,805	0,056	0,611	0,170	0,118		
Σύγκρουση	-0,042	0,699	-0,111	0,311	-0,009	0,936		
Ανεξαρτησία	0,185	0,088	0,201	0,063	0,239	0,027		
Προσανατολισμός για επιτεύγματα	0,027	0,802	0,018	0,873	0,085	0,438		
Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατ.	0,184	0,089	0,309	0,004	0,335	0,002		
Προσανατ. προς ενεργό ψυχαγ. δραστ.	0,235	0,030	0,208	0,055	0,277	0,010		
Ηθική και θρησκευτική έμφαση	-0,078	0,473	-0,053	0,630	0,004	0,972		
Οργάνωση	0,140	0,200	0,150	0,169	0,338	0,001		
Έλεγχος	-0,113	0,300	-0,102	0,351	0,024	0,827		
Σύνολο Κλίμακας	0,163	0,135	0,200	0,065	0,389	<0,001		

Πίνακας 6: ... συνέχεια ...

Κλίμακα Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES	Κλίμακα Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS			
	Διαχείριση των συναισθημάτων		Σύνολο Κλίμακας	
	R	p value	r	p value
Συνοχή	0,214	0,048	0,234	0,030
Εκφραστικότητα	0,047	0,665	0,087	0,425

Σύγκρουση	-0,138	0,205	-0,089	0,415
Ανεξαρτησία	0,070	0,520	0,207	0,056
Προσανατολισμός για επιτεύγματα	0,037	0,736	0,049	0,656
Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατ.	0,201	0,063	0,304	0,004
Προσανατ. προς ενεργό ψυχαγ. δραστ.	0,200	0,065	0,273	0,011
Ηθική και θρησκευτική έμφαση	0,109	0,319	-0,008	0,943
Οργάνωση	0,246	0,022	0,256	0,017
Έλεγχος	0,042	0,698	-0,047	0,668
Σύνολο Κλίμακας	0,238	0,028	0,290	0,007

Από τον Πίνακα 6 διαπιστώθηκαν τα εξής:

- Η «Συνοχή» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά οριακά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» ($p=0,065$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,023$), με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,048$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,030$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα της «Συνοχής» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων», «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» και «Διαχείριση των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.
- Η «Ανεξαρτησία» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά οριακά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» ($p=0,088$), οριακά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» ($p=0,063$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,027$) και οριακά με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,056$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα της «Ανεξαρτησίας» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού», «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» και «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.

- Ο «Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά οριακά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» ($p=0,089$), με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» ($p=0,004$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,002$), οριακά με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,063$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,004$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα του «Πνευματικού - πολιτιστικού προσανατολισμού» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού», «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων», «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» και «Διαχείριση των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.
- Ο «Προσανατολισμός προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού» ($p=0,030$), οριακά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» ($p=0,055$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,010$), οριακά με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,065$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,011$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα του «Προσανατολισμού προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού», «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων», «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» και «Διαχείριση των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.
- Η «Οργάνωση» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p=0,001$), με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,022$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,017$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα της «Οργάνωσης» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» και «Διαχείριση των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.
- Το «Συνολικό Οικογενειακό Περιβάλλον» της Κλίμακας FES σχετίζονταν θετικά οριακά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων» ($p=0,065$), με την «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» ($p<0,001$), με την «Διαχείριση των συναισθημάτων» ($p=0,028$) και με την «Συνολική Συναισθηματική Νοημοσύνη» ($p=0,007$) της Κλίμακας WLEIS. Ειδικότερα όσο αυξάνονταν τα επίπεδα του συνολικού

οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών τόσο αυξάνονταν τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους σχετικά με την «Ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων», «Ικανότητα χρήσης των συναισθημάτων» και «Διαχείριση των συναισθημάτων» αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.

- Δεν διαπιστώθηκαν άλλες στατιστικά σημαντικές σχέσεις μεταξύ της Κλίμακας αξιολόγησης του Οικογενειακού Περιβάλλοντος FES και της Κλίμακας αξιολόγησης της Συναισθηματικής Νοημοσύνης WLEIS των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής.

Στον Πίνακα 7 παρουσιάζεται η πολυμεταβλητή διερεύνηση της σχέσης της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης (Συνολική Κλίμακα WLEIS) με τα κοινωνικοδημογραφικά, ακαδημαϊκά χαρακτηριστικά και τις διαστάσεις του οικογενειακού περιβάλλοντος (Κλίμακα FES) των προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του δείγματος (n=86).

Πίνακας 7: Πολλαπλή γραμμική παλινδρόμηση με εξαρτημένη μεταβλητή τη συνολική συναισθηματική νοημοσύνη και ανεξάρτητες μεταβλητές τα ατομικά χαρακτηριστικά των φοιτητών και τις διαστάσεις του οικογενειακού περιβάλλοντος.

Ανεξάρτητες μεταβλητές	β	S.E.	95% C.I.	p value
Σταθερά (α)	3,461	0,601	2,266 έως 4,656	<0,001
Οφειλόμενα μαθήματα				
0 – 2 (κατηγορία αναφοράς)				
≥ 3	-0,605	0,232	-1,067 έως -0,143	0,011
Ανεξαρτησία	0,159	0,071	0,019 έως 0,299	0,027
Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατ.	0,204	0,067	0,070 έως 0,337	0,003
Adjusted R ² = 16,8% (F=6,715 & p<0,001)				

Από την πολυμεταβλητή ανάλυση (Πίνακας 7) διαπιστώθηκαν τα εξής:

- Το υπόδειγμα είναι στατιστικά σημαντικό (F=6,715 & p<0,001) και περιλαμβάνει τρεις ανεξάρτητες μεταβλητές ως προβλεπτικούς ή προσδιοριστικούς παράγοντες της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης των φοιτητών.

- Ο αριθμός οφειλόμενων μαθημάτων ($p=0,011$). Ειδικότερα το επίπεδο της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης των φοιτητών που όφειλαν έως δύο μαθήματα ήταν κατά 0,605 μονάδες υψηλότερο από τους φοιτητές που όφειλαν μεγαλύτερο αριθμό μαθημάτων ($\beta=-0,605$ με 95% Δ.Ε. από -1,067 έως -0,143).
- Η «Ανεξαρτησία» της Κλίμακας FES ($p=0,027$). Ειδικότερα αύξηση του επιπέδου «Ανεξαρτησίας» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών κατά 1 μονάδα προκαλεί αύξηση του επιπέδου της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους κατά 0,159 μονάδες ($\beta=0,159$ με 95% Δ.Ε. από 0,019 έως 0,299).
- Ο «Πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός» της Κλίμακας FES ($p=0,003$). Ειδικότερα αύξηση του επιπέδου «Πνευματικού - πολιτιστικού προσανατολισμού» του οικογενειακού περιβάλλοντος των φοιτητών κατά 1 μονάδα προκαλεί αύξηση του επιπέδου της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους κατά 0,204 μονάδες ($\beta=0,204$ με 95% Δ.Ε. από 0,070 έως 0,337).
- Ο προσαρμοσμένος συντελεστής πολλαπλού προσδιορισμού ($\text{Adjusted } R^2$) του στατιστικού υποδείγματος ήταν 16,8%. Άρα οι αναφερόμενοι τρεις προβλεπτικοί ή προσδιοριστικοί παράγοντες των φοιτητών (αριθμός οφειλόμενων μαθημάτων, ανεξαρτησία και πνευματικός - πολιτιστικός προσανατολισμός του οικογενειακού περιβάλλοντος) μπορούν να ερμηνεύσουν το 16,8% της μεταβλητότητας της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης τους.

4. Συζήτηση

Η παρούσα διπλωματική εργασία πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια του μεταπτυχιακού προγράμματος σπουδών «Ψυχική Υγεία». Το αντικείμενό της πραγματευόταν τη διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στο οικογενειακό περιβάλλον προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 86 φοιτητές Νοσηλευτικής. Η μέση ηλικία ήταν τα 21,12 έτη ενώ το 25,6% ήταν άνδρες και το 74,4% γυναίκες. Σχετικά με τον αριθμό των αδελφών, η πλειοψηφία με 81,4% δηλώνει ότι έχει 1 έως 2 αδέρφια. Ερωτώμενοι οι φοιτητές για τον τόπο μόνιμης κατοικίας τους, η πλειοψηφία με 60,5% δηλώνει ότι διαμένει σε αστική περιοχή ενώ η πλειοψηφία των φοιτητών με 51,2% δηλώνει ότι βρίσκεται «σε σχέση». Η πλειοψηφία του δείγματος των φοιτητών με 74,4% αναφέρει ότι διαβιώνει μόνοι καθώς, τέλος, ερωτώμενοι οι φοιτητές για το έτος σπουδών στο οποίο φοιτούν, η πλειοψηφία με 87,2% δηλώνει το 3^ο (τρίτο) έτος, ενώ σχετικά με τον αριθμό των οφειλόμενων μαθημάτων η πλειοψηφία, με 62,8%, δηλώνει ότι οφείλει από 0 έως 2 μαθήματα.

Σχετικά με τις συσχετίσεις, το φύλο βρέθηκε να σχετίζεται θετικά με τη Σύγκρουση ($p=0,041$) και θετικά οριακά με τον Προσανατολισμό προς ενεργό ψυχαγωγική δράση ($p=0,064$). Ο αριθμός των αδελφών βρέθηκε να σχετίζεται θετικά οριακά με τον Έλεγχο ($p=0,054$). Η σχέση (και ειδικότερα το να βρίσκεται κανείς «σε σχέση») σχετίστηκε θετικά με τα επίπεδα οικογενειακής Συνοχής ($p=0,014$) και θετικά με τη Σύγκρουση ($p=0,007$). Η διαβίωση συσχετίζεται θετικά με την Εκφραστικότητα της οικογένειας ($p=0,0022$) και τέλος ο αριθμός των οφειλόμενων μαθημάτων σχετίστηκε θετικά με τη Συνοχή ($p=0,045$) και θετικά οριακά με τον Έλεγχο ($p=0,065$).

Ακόμη, βρέθηκε κατά τη συσχέτιση των ατομικών χαρακτηριστικών και της κλίμακας Συναισθηματικής νοημοσύνης, η διαβίωση (με γονείς ή σύζυγο) να σχετίζεται θετικά οριακά με την εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού και ο αριθμός των οφειλόμενων μαθημάτων θετικά με τις διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης όπως την εκτίμηση των συναισθημάτων του εαυτού, την ικανότητα χρήσης συναισθημάτων, θετικά οριακά με τη διαχείριση συναισθημάτων ενώ τέλος σχετίστηκε θετικά με τη συνολική Συναισθηματική νοημοσύνη.

Τα ευρήματα της έρευνάς μας ενισχύονται και ερμηνεύονται και από άλλες έρευνες. Το εύρημα για τη Συνοχή της οικογένειας η οποία φαίνεται να σχετίζεται με την ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων (θετικά οριακά) ($p=0,065$), θετικά με την ικανότητα χρήσης συναισθημάτων ($p=0,023$), τη διαχείριση συναισθημάτων ($p=0,048$) και τη συνολική Συναισθηματική νοημοσύνη ($p=0,030$) των φοιτητών της μελέτης μας, θα

μπορούσε να ενισχυθεί από τη μετα-ανάλυση των Halberstadt & Eaton (2002) οι οποίοι αναφέρουν ότι η οικογενειακή ομοιογένεια επηρεάζει τόσο τη συναισθηματική έκφραση όσο και τη συναισθηματική κατανόηση των παιδιών.

Η έρευνα των Berryhill et al. (2018) δείχνει ότι μια συνεκτική και ευέλικτη οικογενειακή λειτουργία συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα θετικής επικοινωνίας και αυτή η θετική επικοινωνία με τη σειρά της σχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα αυτοσυγκέντρωσης και χαμηλότερα επίπεδα κατάθλιψης και άγχους. Από τα παραπάνω θα μπορούσαμε να συμπεράνουμε, συνεπώς, ότι τα άτομα που συμμετείχαν στην έρευνα παρουσιάζουν ένα καλό επίπεδο συναισθηματικής διαχείρισης και επομένως θα μπορούσε το εύρημα αυτό να ενισχύσει τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης που αναφέρουν ότι η οικογενειακή συνοχή σχετίζεται θετικά με τη συναισθηματική διαχείριση.

Το εύρημα της μελέτης μας που συσχετίζει θετικά την οικογενειακή Συνοχή με τη συνολική Συναισθηματική νοημοσύνη ($p=0,030$) ενισχύεται από τα αποτελέσματα της μελέτης των Cigala et al. (2014). Σε αυτά βρίσκουμε ότι τα παιδιά οικογενειών οι οποίες παρουσίαζαν υψηλό βαθμό συντονισμού, είχαν περισσότερες σχέσεις και ήταν πιο κοινωνικά ικανά από τους συνομηλίκους τους. Από αυτό, η συγγραφέας της παρούσας εργασίας, θα μπορούσε να συμπεράνει ότι τα παραπάνω παιδιά έχουν πιο ανεπτυγμένη συναισθηματική νοημοσύνη.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης των Shalchi & Esmaili-Shahna (2018), όταν η οικογένεια δεν λειτουργεί σωστά και δεν ικανοποιούνται οι βασικές ψυχολογικές ανάγκες είναι πολύ πιθανό τα άτομα να υιοθετήσουν μια ακατάλληλη στάση απέναντί της. Τείνουν να αδυνατούν να ελέγξουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να αντιμετωπίσουν τις δυσάρεστες καταστάσεις. Δεν εφαρμόζουν αποτελεσματική συναισθηματική ρύθμιση και συχνά εσωτερικοποιούν τα προβλήματα, πράγμα το οποίο οδηγεί τελικά σε κατάθλιψη.

Όταν το περιβάλλον υποστηρίζει την ικανοποίηση των αναγκών, οι άνθρωποι έχουν μια θετική εκτίμηση του περιβάλλοντος και της αντιμετώπισης των προβλημάτων, αισθάνονται ικανοί και έχουν την ικανότητα να μπορούν να ρυθμίζουν και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τα δημιουργούμενα συναισθήματα.

Τα παραπάνω ευρήματα για την ύπαρξη θετικής σημαντικής σχέσης μεταξύ της λειτουργίας της οικογένειας και των βασικών ψυχολογικών αναγκών καθώς και των απορροιών που προκύπτουν από τη σχέση αυτή, ταιριάζουν και με της δικής μας μελέτης όπου διαπιστώθηκε ότι το συνολικό οικογενειακό περιβάλλον σχετίζεται θετικά οριακά με την ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων ($p=0,065$) αλλά και ακόμη θετικά με την ικανότητα χρήσης συναισθημάτων ($p<0,001$), διαχείρισης συναισθημάτων ($p=0,028$) και τη συνολική Συναισθηματική νοημοσύνη ($p=0,007$). Ακόμη τα αποτελέσματά μας αυτά

ενισχύονται και από την έρευνα των Chandran & Nair (2015) στην οποία βρέθηκε ότι το οικογενειακό κλίμα σχετίζεται με τις διάφορες διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Από τα αποτελέσματα της έρευνάς μας διαπιστώνουμε ότι τα περισσότερα άτομα από το δείγμα μας ανήκουν στο γυναικείο φύλο, γεγονός που θα μπορούσε να αποδοθεί στην επιρροή της κοινωνίας μας ακόμη και σήμερα σχετικά με την επιλογή επαγγέλματος, καθώς το Νοσηλευτικό επάγγελμα από τις απαρχές του εμφανίζεται γυναικοκρατούμενο.

Ακόμη, οι άνδρες φαίνεται, παραδοσιακά, να εμπλέκονται σε περιβάλλοντα τα οποία χαρακτηρίζονται από περισσότερες συγκρούσεις και την τάση των δευτέρων να ωθούν εντονότερα τη συμμετοχή των πρώτων στην κοινωνική και ψυχαγωγική δραστηριότητα σε σχέση με τις γυναίκες. Αυτό επίσης, δείχνει ότι αποτελεί ένα χαρακτηριστικό της ελληνικής κοινωνίας το οποίο δεν έχει εξαλειφθεί ακόμη και στις μέρες μας.

Από τα αποτελέσματα παρατηρούμε επιπλέον ότι όταν το οικογενειακό περιβάλλον των ατόμων χαρακτηρίζεται οριακά από μεγαλύτερα επίπεδα Έλεγχου ($p=0,054$), ο αριθμός των αδελφών της οικογένειας είναι μεγαλύτερος. Όταν μια οικογένεια αποτελείται από περισσότερα μέλη, οι αλληλεπιδράσεις που συμβαίνουν σε αυτή είναι πολυπλοκότερες και πιθανότατα να δημιουργούνται περισσότερα προβλήματα που ζητούν αντιμετώπιση ή επίλυση. Θα μπορούσαμε στο σημείο αυτό να συμπεράνουμε συνεπώς, ότι για την ομαλότερη λειτουργία του συστήματος της οικογένειας είναι αναγκαία η ρύθμιση των ορίων εντός της, η οποία χαρακτηρίζει τον Έλεγχο, για να μπορεί αυτή να λειτουργεί προς όφελος των μελών της.

Από μια άλλη οπτική και προσπαθώντας να ερμηνεύσουμε το παραπάνω εύρημα, θα μπορούσαμε να σκεφτούμε, επιπλέον και την πιθανότητα, μια οικογένεια που αποτελείται από τους γονείς και μόνο ένα παιδί, να έχει αμελήσει τη θέσπιση ορίων (που χαρακτηρίζει τον Έλεγχο) δίνοντας απεριόριστη και ανεξέλεγκτη ελευθερία σε αυτό, με ανεπιθύμητες όμως και συχνά καταστροφικές συνέπειες στην προσωπική, κοινωνική και μετέπειτα επαγγελματική του ζωή.

Το εύρημα της μελέτης μας σχετικά με το ότι η διαβίωση των φοιτητών με κάποιο άλλο άτομο π.χ γονείς ή σύζυγο σχετίζεται θετικά με υψηλότερη εκφραστικότητα στην οικογένεια καταγωγής τους ($p=0,022$) ενισχύεται και από τα αποτελέσματα της μετα-ανάλυσης των Halberstadt & Eaton (2002), κατά την οποία αναφέρεται ότι το μέγεθος μιας οικογένειας επηρεάζει την εκφραστικότητα των μελών. Σύμφωνα με τους ίδιους, οικογένειες που έχουν περισσότερα μέλη μπορεί να έχουν ένα πιο εκφραστικό περιβάλλον απλά και μόνο επειδή ο όγκος των αλληλεπιδράσεων που θα συμβαίνουν θα αυξηθεί και συνεπώς θα λαμβάνουν χώρα περισσότερα συναισθηματικά γεγονότα μπροστά στα παιδιά. Τα παραπάνω όμως

παιδιά, σύμφωνα με την προσέγγισή μας, πιθανότατα γίνονται πιο εξοικειωμένα με τους διάφορους τύπους συναισθηματικών εκφράσεων που μπορούν να παρουσιαστούν στο πλαίσιο σχέσεων και πιο ικανά να εκφραστούν συναισθηματικά.

Η συναισθηματική έκφραση αποτελεί σημαντικό θεμέλιο λίθο για τη διατήρηση και τη δημιουργία ανθρώπινων σχέσεων, τόσο με συντρόφους όσο και με τον υπόλοιπο περίγυρο του ατόμου π.χ. γονείς, φίλους, συγγενείς. Θα μπορούσε λοιπόν, η ικανότητα αυτή των ατόμων για εκφραστικότητα, που έχουν αποκτήσει με τη συμβολή της οικογένειας καταγωγής τους, να αποτελεί την αιτία για τη γενικότερη ικανότητα σύναψης σχέσεων και συνεπώς τη διαβίωση με κάποιον σύντροφο στην παρούσα φάση της ζωής τους ή ακόμη τη συνέχιση της διαβίωσης και της διατήρησης καλής συναισθηματικής ατμόσφαιρας με τους γονείς.

Παρατηρούμε ακόμη ότι τα άτομα που το οικογενειακό τους περιβάλλον χαρακτηρίζεται από υψηλότερη εκφραστικότητα, έλεγχο, συνοχή και οργάνωση παρουσιάζουν πιο ανεπτυγμένες τις διαστάσεις της συναισθηματικής τους νοημοσύνης και γενικότερα εμφανίζουν αυξημένες επιτυχίες σε προσωπικό επίπεδο. Η συναισθηματική ασφάλεια και σταθερότητα στην οικογένεια, η επικοινωνία μεταξύ των μελών που χαρακτηρίζεται από εμπιστοσύνη και η κυριαρχία διάθεσης φροντίδας, κατανόησης και σεβασμού των μελών και ακόμη η έκφραση θετικών συναισθημάτων χωρίς τάση καταστολής τους, θα πρέπει να αποτελούν τον κατεξοχήν χώρο για μια ισορροπημένη ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών μιας οικογένειας αλλά και γενικότερα όλων των μελών της.

Ένα οικογενειακό περιβάλλον στο οποίο ανευρίσκονται σαφή και υγιή όρια μεταξύ των μελών καθώς και μια σαφής οργανωτική δομή, παρέχει στα μέλη του την ασφάλεια και καθοδήγηση που αποζητούν για να ανταπεξέλθουν τόσο στις ενδοπροσωπικές εσωτερικές τους συγκρούσεις όσο και στις συνδιαλλαγές τους με το εξωτερικό περιβάλλον.

Έτσι, διαπιστώνουμε από την έρευνά μας ότι οι φοιτητές που εμφανίζονται πιο συνεπείς στις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις και δεν οφείλουν μεγαλύτερο αριθμό μαθημάτων από δύο για το εξάμηνο σπουδών στο οποίο βρίσκονται, παρουσιάζουν και μεγαλύτερες ικανότητες συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης ($p=0,034$).

Από τα ευρήματά μας συμπεραίνουμε, επίσης, τη σημαντικότητα του πνευματικού και πολιτιστικού προσανατολισμού για την κοινωνικο-συναισθηματική ανάπτυξη των ατόμων, μέσω της αύξησης της συνολικής Συναισθηματικής νοημοσύνης τους που φαίνεται να προκαλεί ($p=0,004$). Ο άνθρωπος μέσα από την επαφή του με πνευματικές και πολιτιστικές δραστηριότητες, έχει την ευκαιρία να καλλιεργήσει και να διαμορφώσει τη διάνοιά του και το ήθος του και εν τέλει την προσωπικότητά του. Έτσι, μπορεί να αντιμετωπίζει ευκολότερα τις

δυσκολίες και να αξιολογεί τις καταστάσεις εξαιτίας της ώριμης σκέψης και κρίσης που έχει αναπτύξει.

Τέλος, διαπιστώνουμε ότι η Ανεξαρτησία στο οικογενειακό περιβάλλον προκαλεί θετικά οριακά την αύξηση της συνολικής Συναισθηματικής νοημοσύνης ($p=0,056$). Θα μπορούσαμε, λοιπόν, σε αυτό να δώσουμε την ερμηνεία του ότι όταν ένα άτομο αναπτύσσεται σε ένα περιβάλλον στο οποίο ενισχύεται η ανεξαρτησία του με την έννοια της επίτευξης της ψυχικής του αυτοτέλειας και ενηλικίωσης, γεγονός το οποίο θα μπορούσε να σχετιστεί και με τον Έλεγχο που εκτυλίσσεται στα πλαίσια μιας οικογένειας που αναφέρθηκε και παραπάνω, με τη μορφή σαφώς οριοθετημένων σχέσεων μέσα σε αυτή, τα παιδιά δύναται να αναπτύξουν ικανοποιητικότερο αίσθημα ασφάλειας και ενδοψυχικής ευρυθμίας και συνεπώς ικανοποιητικότερη εικόνα του εαυτού τους και των συναισθημάτων τους. Ακόμη θα είναι αποτελεσματικότερα στην ικανοποιητική διαχείριση και χρήση των συναισθημάτων τους όταν αυτά εκλύονται σε διάφορες καταστάσεις (τα παραπάνω φαίνονται και από τα ευρήματά της μελέτης μας κατά τη συσχέτιση των κλιμάκων τους Οικογενειακού περιβάλλοντος και της Συναισθηματικής νοημοσύνης όπου ανευρίσκουμε $p=0,088$ για την εκτίμηση συναισθημάτων του εαυτού, $p=0,063$ για την ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων και $p=0,027$ για την ικανότητα χρήσης συναισθημάτων).

4.1 Περιορισμοί της έρευνας

Συγκεκριμένοι περιορισμοί θα πρέπει να επισημανθούν για την παρούσα μελέτη. Αρχικά το δείγμα της έρευνας δεν θα μπορούσε να θεωρηθεί απολύτως αντιπροσωπευτικό καθώς περιορίζεται σε φοιτητές ενός μόνο ιδρύματος της Ελλάδας.

Ακόμη, το μέγεθος του δείγματος θεωρείται μικρό. Ένα μεγαλύτερο δείγμα θα έδινε πιο αξιόπιστα αποτελέσματα.

Τέλος, δεν είναι εύκολο να δοθεί μια αιτιακή ερμηνεία που να συνδέει τα ατομικά χαρακτηριστικά με τη Συναισθηματική νοημοσύνη και το οικογενειακό περιβάλλον. Αυτό θα απαιτούσε ίσως μια διαχρονική μελέτη της εξέλιξης των διαστάσεων της συναισθηματικής νοημοσύνης μέσα στα πλαίσια μιας συγκεκριμένης οικογένειας.

4.2 Προτάσεις πολιτικής υγείας

Προς την κατεύθυνση του ενεργού πνευματικού και πολιτιστικού προσανατολισμού θα μπορούσε να συμβάλλει η πολιτεία, μέσω παρεμβάσεών της, ώστε να δώσει την ευκαιρία συμμετοχής όλων των πολιτών, είτε αυτοί διαβιούν σε αστικές είτε σε ημιαστικές και αγροτικές περιοχές, σε δραστηριότητες που προάγουν τον πολιτισμό και την πνευματική καλλιέργεια.

Ακόμη, ανάλογες παρεμβάσεις θα μπορούσαν να γίνουν και στα πλαίσια των οικογενειών ώστε να ενισχυθεί η εκφραστικότητα μεταξύ των μελών, να αναπτυχθούν δεξιότητες διαχείρισης συγκρούσεων και αποτελεσματικής επικοινωνίας, να έρθουν οι γονείς σε επαφή με έννοιες όπως της υιοθέτησης υγιών ορίων, της αποτελεσματικής οργάνωσης της οικογένειας και τη δημιουργία θετικής οικογενειακής ατμόσφαιρας, για να μπορέσουν στη συνέχεια να τα εφαρμόσουν στις οικογένειές τους, καθώς και με σκοπό να αναπτυχθεί η ικανότητα του «γνώσθι σαυτόν» τόσο στα μικρότερα όσο και στα μεγαλύτερα μέλη των οικογενειών.

Τα παραπάνω θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν μέσω της θέσπισης προγραμμάτων από την πλευρά της πολιτείας, στα οποία θα απασχοληθούν ειδικοί ψυχικής υγείας και θα απευθύνονται σε οικογένειες και τα μέλη τους. Ακόμη σημαντική κρίνεται η χρηματοδότηση της έρευνας προς το σκοπο αυτό.

4.3 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Περαιτέρω έρευνα, όπως την παρούσα, θα μπορούσε να διεξαχθεί σε πληθυσμό φοιτητών ιδρυμάτων τόσο της Ελλάδας όσο και του εξωτερικού και να συγκριθούν τα αποτελέσματα.

Ακόμη, ενδιαφέρον θα είχε εάν περαιτέρω έρευνες μελετούσαν το πώς εξελίσσεται η εκφραστικότητα ανάμεσα στα μέλη μιας οικογένειας με την πάροδο των ετών αλλά και μεταξύ διαφορετικών οικογενειών και το πώς επηρεάζονται οι διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης στην πορεία αυτή.

4.4 Συμπεράσματα

Η παρούσα εργασία διερεύνησε τη σχέση μεταξύ του οικογενειακού περιβάλλοντος και των διαστάσεων της Συναισθηματικής νοημοσύνης (ικανότητα εκτίμησης, κατανόησης, χρήσης και διαχείρισης συναισθημάτων) σε πληθυσμό φοιτητών του τμήματος Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Η εργασία ανέδειξε αρκετές συσχετίσεις του οικογενειακού περιβάλλοντος και της συναισθηματικής νοημοσύνης των φοιτητών καθώς και συσχετίσεις των παραπάνω με τα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά των τελευταίων.

Γενικότερα, θα μπορούσαμε να πούμε ότι το οικογενειακό περιβάλλον στο οποίο μεγαλώνουν τα άτομα, επηρεάζει άμεσα τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης τους και τη μετέπειτα προσωπική και κοινωνική τους ζωή καθώς και τα επιτεύγματα που θα επιφέρουν.

Τα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά αποτελούν παράγοντα επιρροής της ποιότητας του οικογενειακού περιβάλλοντος και της συναισθηματικής νοημοσύνης. Τα άτομα που διαβιών σε εκφραστικά και συνεκτικά περιβάλλοντα αναπτύσσουν διαφορετικά χαρακτηριστικά από εκείνα που μεγαλώνουν σε οικογένειες με υψηλότερα επίπεδα σύγκρουσης και χαμηλότερης οικογενειακής συνοχής. Στα τελευταία φαίνεται να επηρεάζονται αρνητικά οι ικανότητες συναισθηματικής νοημοσύνης τους.

Διαπιστώνουμε, επομένως, τη σημαντικότητα της διαβίωσης σε ένα εκφραστικό περιβάλλον που χαρακτηρίζεται από οργάνωση, συνοχή, με την έννοια της συναισθηματικής δέσμευσης και αλληλοϋποστήριξης μεταξύ των μελών και έλεγχο, με την έννοια της ρύθμισης σαφών και υγιών ορίων εντός της οικογένειας. Ακόμη, η ανεξαρτησία των μελών που διέπει την οικογενειακή ατμόσφαιρα, με την έννοια της ψυχικής αυτονομίας του ατόμου και ο προσανατολισμός προς ενεργό ψυχαγωγική δραστηριότητα, θεωρούνται σε μεγάλο βαθμό καθοριστικά για την ανάπτυξη των διαστάσεων αλλά και της συνολικής συναισθηματικής νοημοσύνης.

Στο σημείο αυτό σημαντικό είναι να τονίσουμε για άλλη μια φορά τον καίριο ρόλο της οικογένειας στη συνολική ανάπτυξη της προσωπικότητας των ανθρώπων. Τα παιδιά μαθαίνουν μέσω του οικογενειακού τους περιβάλλοντος σχετικά με την κατανόηση και τη διαχείριση των συναισθημάτων, την έκφραση αυτών και γενικότερα τον τρόπο αντιμετώπισης καταστάσεων που προκύπτουν κατά τη διάρκεια της ζωής τους.

Έτσι λοιπόν, η οικογένεια έχει τη δυνατότητα να καλλιεργήσει άτομα τα οποία θα κυμαίνονται σε ένα φάσμα, στου οποίου τη μια πλευρά θα μπορούσαν να υπάρχουν αυτά τα οποία εμφανίζουν ψυχιατρικά συμπτώματα (ψυχοπαθολογία), και στην άλλη, άτομα πλήρως εφοδιασμένα με στοιχεία που μπορούν να τα προάγουν προσωπικά και κοινωνικά, όπως αυτά της συναισθηματικής νοημοσύνης.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

1. Amato, P. (2001) Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 15(3), 355-370.
2. Akram- Uzzaman, M. (2018) *Adolescents' cognitive-emotional functioning as predicted by family atmosphere and school environment* (Doctoral dissertation, University of Dhaka).
3. Baumrind, D. (1967) Child care practice anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43-88.
4. Berryhill, M. B., Harless, C., & Kean, P. (2018) College student cohesive-flexible family functioning and mental health: Examining gender differences and the mediation effects of positive family communication and self-compassion. *The Family Journal*, 26(4), 422-432.
5. Brenning, K. M., Soenens, B., Braet, C., & Bosmans, G. (2012) Attachment and depressive symptoms in middle childhood and early adolescence: Testing the validity of the emotion regulation model of attachment. *Personal Relationships*, 19(3), 445–464.
6. Brock, R. L., & Kochanska, G. (2016) Interparental conflict, children's security with parents, and long-term risk of internalizing problems: A longitudinal study from ages 2–10. *Development and Psychopathology*, 28(01), 45–54.
7. Castro, V. L., Halberstadt, A. G., Lozada, F. T., & Craig, A. B. (2015) Parents' emotion-related beliefs, behaviours, and skills predict children's recognition of emotion. *Infant and Child Development*, 24(1), 1-22.
8. Cejudo, J., Rodrigo-Ruiz, D., López-Delgado, M., & Losada, L. (2018) Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1073.

9. Chandran, A., & Nair, B. P. (2015) Family climate as a predictor of emotional intelligence in adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 41*(1), 167.
10. Chen, Y., Peng, Y., & Fang, P. (2016) Emotional intelligence mediates the relationship between age and subjective well-being. *The International Journal of Aging and Human Development, 83*(2), 91-107.
11. Cigala, A., Venturelli, E., & Fruggeri, L. (2014). Family functioning in microtransition and socio-emotional competence in preschoolers. *Early Child Development and Care, 184*(4), 553-570.
12. Cole, M. & Cole, R.S. (2001) *Η Ανάπτυξη των Παιδιών*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
13. Craig, G. & Baucum, D. (2007) *Η Ανάπτυξη του Ανθρώπου*. Αθήνα: Παπαζήσης.
14. Eisenberg, N., Valiente, C., Morris, A. S., Fabes, R. A., Cumberland, A., Reiser, M. & Losoya, S. (2003) Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation, and quality of socioemotional functioning. *Developmental psychology, 39*(1), 3.
15. Freed, R. D., Rubenstein, L. M., Daryanani, I., Olino, T. M., & Alloy, L. B. (2016) The relationship between family functioning and adolescent depressive symptoms: The role of emotional clarity. *Journal of youth and adolescence, 45*(3), 505-519.
16. Gallarin, M., & Alonso-Arbiol, I. (2012) Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: A predictive model. *Journal of Adolescence, 35*(6), 1601–1610.
17. Gao, M., & Han, Z. R. (2016) Family expressiveness mediates the relation between cumulative family risks and children's emotion regulation in a Chinese sample. *Journal of Child and Family Studies, 25*(5), 1570-1580.
18. Gardner, K. J., Qualter, P., & Whiteley, H. (2011) Developmental correlates of emotional intelligence: Temperament, family environment and childhood trauma. *Australian Journal of Psychology, 63*(2), 75-82.
19. Goldenberg, I., Goldenberg, H. (2005) *Οικογενειακή θεραπεία: μια επισκόπηση*. Αθήνα: Έλλην

20. Goleman, D. (1997) *Η Συναισθηματική Νοημοσύνη: Γιατί το EQ Είναι Πιο Σημαντικό Από το IQ*; Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
21. Gong, X., & Paulson, S. E. (2017) Effect of family affective environment on individuals' emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 117, 144-149.
22. Gross, J. J., & John, O. P. (2003) Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
23. Halberstadt, A. G., & Eaton, K. L. (2002) A meta-analysis of family expressiveness and children's emotion expressiveness and understanding. *Marriage & Family Review*, 34(1-2), 35-62.
24. Johnson, V. K., Gans, S. E., Kerr, S., & LaValle, W. (2010) Managing the transition to college: Family functioning, emotion coping, and adjustment in emerging adulthood. *Journal of College Student Development*, 51(6), 607-621.
25. Karim, A. K. M. R., Sharafat, T., & Mahmud, A. Y. (2013) Cognitive emotion regulation in children is attributable to parenting style, not to family type and child's gender. *International Journal of Social, Education, Economics and Management Engineering*, 7(2), 1-8.
26. Keltner, D., & Gross, J. J. (1999) Functional accounts of emotions. *Cognition and Emotion*, 13(5), 467-480.
27. Kench, S., & Irwin, H. J. (2000) Alexithymia and childhood family environment. *Journal of Clinical Psychology*, 56(6), 737-745.
28. Kim, S. (2017) *The Effect of Parental Conflict on Social Anxiety and Self-Esteem among Korean Adults* (Doctoral dissertation, Saint Louis University).
29. Lightfoot, C., Cole, M., Cole, S.R. (2014) *Η ανάπτυξη των παιδιών*. Αθήνα: Gutenberg
30. Linares, M. C. G., Fernández, M. V. C., Rusillo, M. T. C., & Arias, P. F. C. (2018) Emotional Intelligence Profiles in College Students and Their Fathers' and Mothers' Parenting Practices. *Journal of adult development*, 25(4), 242-250.

32. Lucia, V. C., & Breslau, N. (2006) Family cohesion and children's behavior problems: A longitudinal investigation. *Psychiatry research*, 141(2), 141-149.
33. Mannarini, S., Balottin, L., Palmieri, A., & Carotenuto, F. (2018) Emotion regulation and parental bonding in families of adolescents with internalizing and externalizing symptoms. *Frontiers in psychology*, 9.
34. Meyer, S., Raikes, H. A., Virmani, E. A., Waters, S., & Thompson, R. A. (2014) Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 164-173.
35. Morelen, D., Shaffer, A., & Suveg, C. (2016) Maternal emotion regulation: Links to emotion parenting and child emotion regulation. *Journal of Family Issues*, 37(13), 1891-1916.
36. Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007) The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388.
37. Niedenthal, P., Krauth-Gruber, S., & Ric, F. (2006) *Ψυχολογία του Συναισθήματος: Διαπροσωπικές, Βιωματικές και Γνωστικές Προσεγγίσεις*. Αθήνα: Τόπος.
38. Nyklíček, I., (2011). Mindfulness, emotion regulation, and health. In: Nyklíček, I., Vingerhoets, A. & Zeelenberg, M. *Emotion regulation and well-being* (pp. 101-118). New York: Springer.
39. Oatley, K., & Jenkins, J. (2004) *Συγκίνηση: Ερμηνίες και Κατανόηση*. Αθήνα: Εκδόσεις Παπαζήση.
40. Pi Osoria, A. M., Mena, C., & Erconvaldo, A. (2016) Family atmosphere: a fresh look at its dimensions and relationships. *Multimed*, 20(2), 437-448.
41. Rahman, H. R. (2013) *Introduction to sociology*. Dhaka: Hasan Book House.
42. Sahu, K., & Singh, D. (2014) A study of family environment and adjustment of young adults. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 5(10).

43. Saleem, T., & Gul, S. (2016) Family dysfunctioning and social competence in adolescents: a comparative study of family struc. *Pakistan Journal of Physiology*, 12(3), 19-22.
44. Shalchi, B., & EsmaeiliShahna, M. (2018) Relationship of family functioning, satisfaction of basic psychological needs and depression considering the mediatory role of emotion regulation difficulty. *Hormozgan Medical Journal*, 22(1), 52-61.
45. Suveg, C., Raley, J. N., Morelen, D., Wang, W., Han, R. Z., & Champion, S. (2014) Child and family emotional functioning: A cross-national examination of families from China and the United States. *Journal of Child and Family Studies*, 23(8), 1444-1454.
46. Takimoto, A. (2017) *Family emotional climate, emotion regulation, and romantic attachment in emerging adults* (Doctoral dissertation, California State University, Northridge).
47. Yelsma, P., Hovestadt, A. J., Anderson, W. T., & Nilsson, J. E. (2000) Family-of origin expressiveness: Measurement, meaning, and relationship to alexithymia. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26(3), 353–363.
48. Zou, J. (2014) Associations between trait emotional intelligence and loneliness in Chinese undergraduate students: Mediating effects of self-esteem and social support. *Psychological reports*, 114(3), 880-890.

ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΗ

49. Γεωργίου, Σ. (2012) *Ψυχολογία των οικογενειακών συστημάτων*. Αθήνα: Διάδραση
50. Κυριακίδης, Α.Π. (2000) *Η οικογενειακή σχέση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
51. Τάνταρος, Σ. (2004) *Ανθρώπινη ανάπτυξη και οικογένεια*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
52. Χουντουμάδη, Α. (1998) *Παιδιά και γονείς: το ξεκίνημα μιας σχέσης*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ



Εγκριση Άδειας διανομής ερωτηματολογίου από
την Ε.Η.Δ.Ε. του ΤΕΙ Θεσσαλίας
με Αρ.Πρωτ. 191 της 11-1-2019

Το παρόν ερωτηματολόγιο αφορά το ερευνητικό σκέλος της διπλωματικής μου εργασίας, στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Ψυχική Υγεία» του Τ.Ε.Ι Θεσσαλίας. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να μελετηθεί η σχέση που υφίσταται ανάμεσα στο οικογενειακό περιβάλλον προπτυχιακών φοιτητών Νοσηλευτικής και της ικανότητας εκτίμησης και διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Θα σας ζητηθεί να συμπληρώσετε ορισμένα κοινωνικο- δημογραφικά στοιχεία και κατόπιν δύο ψυχομετρικές κλίμακες, αυτή του οικογενειακού περιβάλλοντος και αυτή της συναισθηματικής νοημοσύνης. Ο χρόνος συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου είναι περίπου 15 λεπτά.

Όλα τα δεδομένα που θα συλλεγούν θα παραμείνουν ανώνυμα και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης. Υπάρχει ωστόσο η πιθανότητα να χρησιμοποιηθούν σε μελλοντικές μελέτες με παρόμοιο θέμα.

Η συμμετοχή σας στην έρευνα είναι εντελώς εθελοντική και δεν θα σας ζητηθεί να αποκαλύψετε κανένα προσωπικό σας στοιχείο.

Η συμμετοχή σας στην παραπάνω έρευνα συνεπάγεται ταυτόχρονα και τη συγκατάθεσή σας για χρήση των δεδομένων, με τον τρόπο που περιγράφηκε παραπάνω.

Για οποιαδήποτε περεταίρω πληροφορία είμαι στη διάθεσή σας.

Σας ευχαριστώ για την συμμετοχή!

Σαμαρά Ι. Μαρία

(email: msamara709@gmail.com)

A. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ – ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Παρακαλούμε σημειώστε με ένα κύκλο την απάντηση που σας αντιπροσωπεύει ή συμπληρώστε το κενό όπου χρειαστεί.

1. ΦΥΛΟ

- Άνδρας
- Γυναίκα

2. ΗΛΙΚΙΑ

.....

3. ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ

- 4^ο εξάμηνο
- 5^ο εξάμηνο
- 6^ο εξάμηνο
- 7^ο εξάμηνο
- 8^ο εξάμηνο
- Επί πτυχίω

4. ΧΡΩΣΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

- 0-2
- 3-6
- 7 και άνω

5. ΣΧΕΣΕΙΣ

- Μόνος/η
- Σε σχέση
- Παντρεμένος/η

6. ΔΙΑΜΕΝΕΤΕ

- Μόνος/η
- Με γονείς
- Με συγκάτοικο
- Στις εστίες
- Με σύζυγο
- Άλλο

7. ΤΟΠΟΣ ΜΟΝΙΜΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ

- Αστική περιοχή
- Ημιαστική περιοχή
- Αγροτική περιοχή

8. ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΔΕΛΦΩΝ

- Μηδέν
- Ένα
- Δύο
- Τρία
- Τέσσερα
- Πέντε και άνω

ΚΛΙΜΑΚΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ (FES – FORMR)

Ακολουθεί μια σειρά προτάσεων, οι οποίες χαρακτηρίζουν λιγότερο ή περισσότερο τη λειτουργία της οικογένειας. Παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά κάθε πρόταση. Αν κάποιες προτάσεις αντιπροσωπεύουν τη δική σας οικογένεια, παρακαλούμε σημειώσετε **X** κάτω από το κουτάκι με την ένδειξη «**Σωστό**». Αν κάποιες άλλες θεωρήσετε ότι είναι εσφαλμένες, παρακαλώ σημειώσετε **X** κάτω από το κουτάκι με την ένδειξη «**Λάθος**».

Παρακαλούμε έχετε υπόψη σας, ότι ενδιαφερόμαστε για τον τρόπο που εσείς οι ίδιοι βλέπετε την οικογένειά σας και όχι για τον τρόπο που τη βλέπουν τα άλλα μέλη.

	ΣΩΣΤΟ	ΛΑΘΟΣ
1. Τα μέλη της οικογένειάς μας πραγματικά αλληλοϋποστηρίζονται.		
2. Τα μέλη της οικογένειάς μας συχνά κρατούν τα συναισθήματά τους για τον εαυτό τους.		
3. Στην οικογένειά μας γίνονται πολλοί καυγάδες.		
4. Στην οικογένειά μας δεν παίρνουμε συχνά πρωτοβουλίες.		
5. Αισθανόμαστε ότι έχει σημασία να είσαι ο καλύτερος σε οτιδήποτε επιχειρείς.		
6. Συχνά συζητάμε για πολιτικά και κοινωνικά ζητήματα.		

7. Πολλά βράδια και πολλά Σαββατοκύριακα μένουμε στο σπίτι.		
8. Τα μέλη της οικογένειάς μας πηγαίνουν συχνά στην εκκλησία ή στο κατηχητικό.		
9. Στην οικογένειά μας οι δραστηριότητες σχεδιάζονται πολύ προσεχτικά.		
10. Τα μέλη της οικογένειάς μας σπάνια μπαίνουν σε τάξη.		
11. Φαίνεται πως συχνά σκοτώνουμε την ώρα μας στο σπίτι.		
12. Στο σπίτι μιλάμε ελεύθερα.		
13. Τα μέλη της οικογένειάς μας σπάνια θυμώνουν πολύ.		
14. Στην οικογένειά μας ενθαρρυνόμαστε πολύ να είμαστε ανεξάρτητοι.		
15. Για την οικογένειά μας είναι πολύ σημαντικό να προχωρείς μπροστά στη ζωή.		
16. Πηγαίνουμε σπάνια σε διαλέξεις, θεατρικά έργα ή συναυλίες.		
17. Έρχονται συχνά φίλοι για φαγητό ή για μια επίσκεψη.		
18. Στην οικογένειά μας δε λέμε προσευχές.		
19. Είμαστε γενικά πολύ καθαροί και τακτικοί.		
20. Στην οικογένειά μας υπάρχουν πολύ λίγοι κανόνες, τους οποίους ακολουθούμε.		
21. Καταναλώνουμε σημαντική ενέργεια σε αυτά που κάνουμε στο σπίτι.		
22. Είναι δύσκολο να ξεσπάσεις στο σπίτι, χωρίς να αναστατώσεις κάποιον.		
23. Τα μέλη της οικογένειάς μας μερικές φορές θυμώνουν τόσο πολύ που πετούν πράγματα.		
24. Στην οικογένειά μας ό,τι σκεφτόμαστε το εκφράζουμε με λόγια.		
25. Δεν έχει μεγάλη σημασία για μας πόσα χρήματα κερδίζεις.		
26. Έχει μεγάλη σημασία για την οικογένειά μας να μαθαίνεις καινούργια και διαφορετικά πράγματα.		
27. Κανείς στην οικογένειά μας δεν ασχολείται με τα σπορ, με ομάδες, με μπόουλινγκ κ.λ.π.		
28. Συζητάμε συχνά για το θρησκευτικό νόημα των Χριστουγέννων, του Πάσχα ή άλλων γιορτών.		
29. Στο σπιτικό μας είναι συχνά δύσκολο να βρούμε κάποια πράγματα τη στιγμή που τα χρειαζόμαστε.		

	ΣΩΣΤΟ	ΛΑΘΟΣ
30. Υπάρχει ένα μέλος της οικογένειάς μας που παίρνει τις περισσότερες αποφάσεις.		
31. Στην οικογένειά μας υπάρχει ένα αίσθημα συντροφικότητας.		
32. Συζητάμε μεταξύ μας για τα προσωπικά μας προβλήματα.		
33. Τα μέλη της οικογένειάς μας δύσκολα χάνουν την ψυχραιμία τους.		
34. Στην οικογένειά μας ερχόμαστε και φεύγουμε όποτε θέλουμε.		
35. Πιστεύουμε στο συναγωνισμό και στην αρχή «ο καλός ποτέ δεν χάνει».		
36. Δεν μας ενδιαφέρουν οι πολιτιστικές δραστηριότητες.		
37. Πηγαίνουμε συχνά στο σινεμά, σε αθλητικές δραστηριότητες, σε κατασκηνώσεις, κ.λ.π.		
38. Δεν πιστεύουμε ότι υπάρχει παράδεισος ή κόλαση.		
39. Στην οικογένειά μας έχει μεγάλη σημασία να είναι κανείς στην ώρα του.		
40. Υπάρχουν συγκεκριμένοι τρόποι για να κάνεις τα πράγματα στο σπίτι.		
41. Όταν κάτι πρέπει να γίνει στο σπίτι, σπάνια προσφέρεται κανείς.		
42. Όταν μας έρχεται να κάνουμε κάτι αυθόρμητα, το κάνουμε χωρίς δεύτερη κουβέντα.		
43. Τα μέλη της οικογένειάς μας κριτικάρουν συχνά το ένα το άλλο.		
44. Στην οικογένειά μας υπάρχει περιορισμένος ιδιωτικός βίος.		
45. Πάντα προσπαθούμε να κάνουμε τα πράγματα λίγο καλύτερα την επόμενη φορά.		
46. Σπάνια κάνουμε πνευματικές συζητήσεις.		
47. Ο καθένας στην οικογένειά μας έχει ένα ή δύο χόμπι.		
48. Τα μέλη της οικογένειάς μας έχουν αυστηρές απόψεις για το τι είναι σωστό και τι είναι λάθος.		
49. Αλλάζουμε συχνά γνώμη.		
50. Στην οικογένειά μας δίνουμε έμφαση στο να ακολουθούνται οι κανόνες.		
51. Τα μέλη της οικογένειάς μας αλληλοϋποστηρίζονται πραγματικά.		

52. Όταν κάποιος μέσα στην οικογένεια παραπονιέται, συνήθως δημιουργείται εκνευρισμός,.		
53. Μερικές φορές ένα μέλος της οικογένειας χτυπά κάποιο άλλο.		
54. Όταν παρουσιάζεται κάποιο πρόβλημα, τα μέλη της οικογένειας σχεδόν πάντα στηρίζονται στον εαυτό τους.		
55. Τα μέλη της οικογένειας σπάνια έχουν ανησυχίες για προαγωγή στη δουλειά, τους βαθμούς στο σχολείο κ.λ.π.		
56. Μέσα στην οικογένειά μας κάποιος παίζει μουσικό όργανο.		
57. Τα μέλη της οικογένειας δεν πολυανακατεύονται σε ψυχαγωγικές δραστηριότητες πέρα από τη δουλειά ή το σχολείο.		
58. Πιστεύουμε ότι υπάρχουν κάποια πράγματα, για τα οποία το μόνο που χρειάζεται είναι να τα αντιμετωπίσεις με πίστη.		
59. Τα μέλη της οικογένειάς μας βεβαιώνονται ότι τα δωμάτιά τους είναι καθαρά.		
60. Στις αποφάσεις που παίρνει η οικογένεια, μετρά εξίσου ο λόγος του καθενός.		
61. Στην οικογένειά μας, υπάρχει περιορισμένο πνεύμα ομαδικότητας.		
62. Στην οικογένειά μας, συζητάμε ανοιχτά για οικονομικά ζητήματα και λογαριασμούς.		
63. Αν υπάρχει κάποια διαφωνία στην οικογένειά μας, καταβάλουμε μεγάλες προσπάθειες για να μαλακώσουμε τα πράγματα και να διατηρήσουμε την ηρεμία στο σπίτι.		
	ΣΩΣΤΟ	ΛΑΘΟΣ
64. Το κάθε μέλος της οικογένειας ενθαρρύνει το άλλο να διεκδικήσει τα δικαιώματά του.		
65. Στην οικογένειά μας δεν μας ενδιαφέρει τόσο πολύ η επιτυχία.		
66. Τα μέλη της οικογένειάς μας πηγαίνουν συχνά στη βιβλιοθήκη.		

67. Μερικές φορές, τα μέλη της οικογένειας παρακολουθούν μαθήματα για κάποιο χόμπι ή κάποιο ενδιαφέρον που έχουν (έξω από το σχολείο).		
68. Στην οικογένειά μας, ο καθένας έχει διαφορετική άποψη για το τι είναι σωστό και τι είναι λάθος.		
69. Στην οικογένειά μας, είναι ξεκάθαρα προσδιορισμένα τα καθήκοντα του καθενός.		
70. Στην οικογένειά μας, ο καθένας κάνει ό,τι θέλει.		
71. Στ' αλήθεια, τα πάμε πολύ καλά μεταξύ μας.		
72. Συνήθως προσέχουμε πολύ τι λέμε ο ένας στον άλλο.		
73. Κάθε μέλος της οικογένειας προσπαθεί συχνά να υπερτερήσει έναντι του άλλου.		
74. Στο σπίτι μας είναι δύσκολο να απομονώνεσαι χωρίς να πληγώνεις κάποιον.		
75. Ο κανόνας στην οικογένειά μας είναι «πρώτα η δουλειά και μετά το παιχνίδι».		
76. Στην οικογένειά μας αξίζει περισσότερο το να παρακολουθείς τηλεόραση παρά το να διαβάζεις ένα βιβλίο.		
77. Τα μέλη της οικογένειάς μας βγαίνουν πολύ συχνά έξω.		
78. Στην οικογένειά μας, η Αγία Γραφή θεωρείται πολύ σημαντικό βιβλίο.		
79. Στην οικογένειά μας, είμαστε πολύ προσεχτικοί με τη διαχείριση των χρημάτων.		
80. Ακολουθούμε αυστηρούς κανόνες στο σπίτι μας.		
81. Στην οικογένειά μας, αφιερώνουμε πολύ χρόνο και προσοχή ο ένας στον άλλο.		
82. Γίνονται πολλές αυθόρμητες συζητήσεις στην οικογένειά μας.		

83. Στην οικογένειά μας, πιστεύουμε ότι δεν οδηγεί πουθενά να υψώνεις τον τόνο της φωνής σου.		
84. Στην οικογένειά μας δεν ενθαρρυνόμαστε πραγματικά να εκφράζουμε την άποψή μας.		
85. Τα μέλη της οικογένειας κάνουν συχνά συγκρίσεις με άλλους σχετικά με την απόδοσή μας στην δουλειά ή στο σχολείο.		
86. Τα μέλη της οικογένειας αγαπούν στα αλήθεια τη μουσική, την τέχνη, τη λογοτεχνία.		
87. Ο κύριος τρόπος της ψυχαγωγίας μας είναι να παρακολουθούμε τηλεόραση ή να ακούμε ραδιόφωνο.		
88. Τα μέλη της οικογένειας πιστεύουν ότι, αν αμαρτήσεις, πρέπει να τιμωρηθείς.		
89. Συνήθως τα πιάτα πλένονται αμέσως μετά το φαγητό.		
90. Δε μπορεί να σου δώσει πολλά πράγματα η οικογένειά μας.		

ΚΛΙΜΑΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ (WLEIS)

Οι παρακάτω ερωτήσεις αφορούν το πώς διαχειρίζεστε τα συναισθήματά σας γενικά. Σημειώστε με ένα κύκλο το βαθμό που κάθε πρόταση εκφράζει το πώς αισθάνεστε.

			Διαφωνώ Απόλυτα	Συμφωνώ Απόλυτα
1	SEA	Τις περισσότερες φορές καταλαβαίνω (έχω μια καλή αίσθηση) το γιατί αισθάνομαι τα συναισθήματα που νοιώθω (έτσι όπως αισθάνομαι).	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7	
2	OAE	Πάντα μπορώ να καταλάβω πως αισθάνονται οι φίλοι μου με βάση την συμπεριφορά τους	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7	

3	UOE	Πάντα θέτω στόχους για τον εαυτό μου και μετά βάζω τα δυνατά μου για να τους πετύχω	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
4	ROE	Μπορώ με την λογική να ελέγξω τον θυμό μου και να αντεπεξέλθω τις δυσκολίες.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
5	SEA	Έχω μια καλή κατανόηση των συναισθημάτων μου	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
6	OAE	Είμαι καλός παρατηρητής των συναισθημάτων των άλλων	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
7	UOE	Πάντα λέω στον εαυτό μου ότι είμαι ένα άξιο και ικανό άτομο.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
8	ROE	Είμαι απόλυτα ικανός να ελέγξω τα συναισθήματά μου	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
9	SEA	Πάντα καταλαβαίνω πώς αισθάνομαι πραγματικά	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
10	OAE	Είμαι ευαίσθητος στα συναισθήματα και την συγκινησιακή κατάσταση των άλλων ανθρώπων	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
11	UOE	Είμαι ένα άτομο με ισχυρά κίνητρα	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
12	ROE	Όταν θυμώνω, πάντα μπορώ να ηρεμήσω γρήγορα	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
13	SEA	Πάντα γνωρίζω αν είμαι χαρούμενος ή όχι	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
14	OAE	Έχω μια καλή κατανόηση των συναισθημάτων των ανθρώπων γύρω μου	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
15	UOE	Πάντα παρακινώ τον εαυτό μου να καταφέρει το καλύτερο	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
16	ROE	Έχω καλό έλεγχο των συναισθημάτων μου	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ΟΤΙ ΕΧΕΤΕ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ