

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΩΝ ΣΕ ΜΑΘΗΤΕΣ ΛΥΚΕΙΟΥ

Βασιλική Μπελογιάννη
Φιλόλογος, Μεταπτυχιακή φοιτήτρια
Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Abstract

This study examines the correlation between emotional self-expressiveness in family and peer relations. To assess the possible relationship between self-expressiveness and peer relations a random sample of 45 high school students filled out two self-report instruments, (a) the Self-Expressiveness in the Family for Children Questionnaire (SFEQ-Hel) (Halberstadt et al., 1995) and (b) the Inventory for Parents and Peers Attachment Questionnaire (IPPA- Peer version) (Armsden & Greenberg, 1987). In conclusion, it has been observed that there's a high positive correlation between positive self-emotional expressiveness, trust and communication. On the contrary, negative self-expressiveness tends to correlate with higher scores of anger and alienation.

Λέξεις κλειδιά

Συναισθηματική εκφραστικότητα, σχέσεις συνομηλίκων, διαπροσωπικές σχέσεις, αυτοέκφραση.

0. Εισαγωγή

Στη διάρκεια των τελευταίων ετών, και στο πλαίσιο του γενικευμένου ενδιαφέροντος για τη συναισθηματική νοημοσύνη και τους πυλώνες της, το ερευνητικό ενδιαφέρον έχει στραφεί συστηματικά στη μελέτη των συστατικών και των επιδράσεων της συναισθηματικής εκφραστικότητας σε παιδιά κι εφήβους στα διάφορα πεδία της δραστηριότητάς τους. Πράγματι, ήδη από τα τέλη του 20^{ου} αιώνα ολοένα και περισσότερες έρευνες καταδεικνύουν σαφώς την σχέση της συναισθηματικής εκφραστικότητας με τους διάφορους τομείς της ψυχολογικής ανάπτυξης του ατόμου (Αντωνοπούλου & Μιλτσακάκη, 2011, Halberstadt et al., 2011).

Ειδικότερα, η συναισθηματική εκφραστικότητα αναφέρεται στην ικανότητα ενός ατόμου να εκφράζει τα διάφορα συναισθήματά του, θετικά ή αρνητικά, τόσο με λεκτικούς όσο και με μη λεκτικούς τρόπους. Πρόκειται επί της ουσίας για μια μαθημένη συμπεριφορά, η οποία αναπτύσσεται κατά τη διαδικασία του συναισθηματικού αλφαριθμητισμού του νηπίου και καλλιεργείται σε όλη την παιδική κι εφηβική ηλικία μέσα σε ποικίλα περιβάλλοντα με βασικότερο το οικογενειακό πλαίσιο.

Πράγματι, η οικογένεια φαίνεται να διαδραματίζει καίριο ρόλο στη διαμόρφωση της συναισθηματικής αντίληψης, επάρκειας και συμπεριφοράς του ατόμου, καθώς και στην έκφραση των συναισθημάτων για την επίτευξη επικοινωνιακών σκοπών. Αξίζει, μάλιστα, να σημειωθεί ότι ο βαθμός συναισθηματικής αυτοέκφρασης των γονέων, καθώς επίσης το εύρος και τα ποιοτικά χαρακτηριστικά της κοινωνικοποίησης του συναισθήματος εντός του οικογενειακού πλαισίου αποτελούν παράγοντες καθοριστικής σημασίας για την ανάπτυξη της συναισθηματικής εκφραστικότητας ως ικανότητας στο παιδί. Ως εκ τούτου, έχει διαπιστωθεί ότι τα παιδιά, τα οποία μεγαλώνουν σε οικογένειες όπου οι γονείς σπανίως εκφράζουν τα συναισθήματά τους ή ενθαρρύνουν την αυτοέκφραση, τείνουν να παρουσιάζουν συχνότερα συναισθηματικές και κοινωνικές δυσκολίες στην εφηβική και ενήλικη ζωή τους (Cooper, 1997, Dunshmore & Smallen, 2001, Guarnieri et al., 2010, Halberstadt et al., 2011).

Σε κάθε περίπτωση, μολοντί οι γονείς αποτελούν τον κύριο φορέα συναισθηματικού εγγραμματισμού για το άτομο και παρόλο που πολλές μελέτες φανερώνουν ότι το παιδί αντλεί τα πρότυπα της συναισθηματικής του συμπεριφοράς κυρίως από την οικογένεια, η επέκταση του βαθμού και του τύπου της συναισθηματικής αυτοέκφρασης από τα παιδιά και τους εφήβους σε περιβάλλοντα εκτός της οικογένειας έχει ελάχιστα διερευνηθεί. Με άλλα λόγια, αν και το παιδί ενθαρρύνεται να εκδηλώνει τα συναισθήματά του και διδάσκεται τους τρόπους συναισθηματικής εκφραστικότητας κατά κανόνα από την οικογένεια, δεν είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε κατά πόσο υιοθετούν τους ίδιους τρόπους και τον ίδιο βαθμό αυτοέκφρασης στην μικρο-κοινωνία των φίλων και των συνομηλίκων (Burges-Sbicigo & Dalbosco-Del'Aglio, 2012, Halberstadt et al., 1995).

Παρά το γεγονός ότι η συναισθηματική εκφραστικότητα περιγράφεται συχνά ως «ικανότητα», έχει ενδιαφέρον να αναφερθεί ότι κάθε άνθρωπος τείνει να εκφράζει τα συναισθήματά του με διαφορετικό τρόπο και σε διαφορετική συχνότητα. Επιπλέον, φαίνεται ότι η έκφραση των συναισθημάτων δεν είναι σε κάθε περίπτωση επωφελής για το άτομο ή κοινωνικά αποδεκτή (Carlson-Jones et al., 1998, Halberstadt et al., 1995). Κατά συνέπεια, η συναισθηματική εκφραστικότητα δεν αποτελεί πάντα μια ωφέλιμη δεξιότητα για το άτομο. Ιδιαίτερα στην καθημερινή ζωή, η άποψη ότι η έκφραση των θετικών συναισθημάτων μπορεί να έχει πολλαπλά οφέλη στην αυτοαντίληψη ενός ατόμου και την ποιότητα των κοινωνικών του σχέσεων είναι ευρέως διαδεδομένη. Αντιθέτως, η αυθόρμητη έκφραση των αρνητικών συναισθημάτων, όπως είναι η ντροπή, η αντιπάθεια και η δυσαρέσκεια, θεωρείται συχνά ότι έχει αρνητικό αντίκτυπο στην συναισθηματική αυτορρύθμιση και τις διαπροσωπικές σχέσεις τόσο των παιδιών όσο και των ενηλίκων (Halberstadt et al., 1995, Wong et al., 2013).

Πράγματι, αν η επιστημονική κοινότητα αποδίδει τα τελευταία χρόνια μεγάλο μέρος της προσοχής της στην ενδελεχή μελέτη της ικανότητας αυτής, αυτό οφείλεται μάλλον στον κρίσιμο ρόλο που εκείνη φαίνεται να διαδραματίζει στην οργάνωση

και την ποιότητα των διανθρώπινων σχέσεων που τα παιδιά και οι έφηβοι αναπτύσσουν με τους συνομηλίκους τους. Αναλυτικότερα, έχει συχνά παρατηρηθεί ότι παιδιά και έφηβοι με υψηλές επιδόσεις στον τομέα της θετικής συναισθηματικής εκφραστικότητας τείνουν να αναπτύσσουν σε μεγαλύτερο βαθμό τις συναισθηματικές, κοινωνικές και επικοινωνιακές τους ικανότητες, όπως είναι η ικανότητα αποκωδικοποίησης των μη λεκτικών σημείων επικοινωνίας, η ενσυναίσθηση και η συναισθηματική αυτορρύθμιση, στοιχεία τα οποία αποτελούν βασικά συστατικά της συναισθηματικής νοημοσύνης (Haskett et al., 2012, Meeus et al., 2002, Laible, 2007, Roberts & Strayer, 1996, Πλατσίδου, 2004).

Με τη σειρά τους, οι διαπροσωπικές σχέσεις μεταξύ συνομηλίκων φαίνεται να αποτελούν ένα πεδίο πρόσφορο για την ανάπτυξη των συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων τους. Πολύ περισσότερο, η σύναψη φιλικών δεσμών δημιουργεί ένα πλαίσιο εντός του οποίου το άτομο έχει την ευκαιρία να εκφραστεί με τρόπο και συχνότητα της επιλογής του μέσα από ιδιαίζουσες επικοινωνιακές συμπεριφορές και κώδικες που αποφασίζει συμβατικά κι ως έναν βαθμό αυθόρμητα με τους συνομηλίκους του. Υπό αυτό το πρίσμα, φαίνεται ότι η συναισθηματική εκφραστικότητα του ατόμου και τα χαρακτηριστικά της σχέσης του με τους συνομηλίκους του βρίσκονται ενδεχομένως σε σχέση αλληλεπίδρασης (Meeus et al., 2002, Rubin et al., 2006).

Η παρούσα εργασία διερευνά τη σχέση ανάμεσα στη συναισθηματική εκφραστικότητα των εφήβων στην οικογένεια και τις σχέσεις μεταξύ συνομηλίκων. Συγκεκριμένα, εξετάζονται οι πιθανές αλληλεπιδράσεις ανάμεσα στην έκφραση θετικών και αρνητικών συναισθημάτων και τρεις βασικές διαστάσεις των διαπροσωπικών σχέσεων ανάμεσα σε ομηλίκους, την εμπιστοσύνη, την επικοινωνία και την αποξένωση. Στόχος του εγχειρήματος είναι να εκτιμηθεί η επίδραση της συναισθηματικής εκφραστικότητας στις διαπροσωπικές σχέσεις των εφήβων καθώς και η πιθανή ικανότητά της να προβλέπει και να εξηγεί ορισμένες πτυχές της κοινωνικής συμπεριφοράς τους.

1. Μεθοδολογία

1.1. Ερευνητικά εργαλεία

Για τη διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στη συναισθηματική εκφραστικότητα και τις σχέσεις συνομηλίκων οι συμμετέχοντες του δείγματος κλήθηκαν να συμπληρώσουν δύο δομημένα ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς κλειστού τύπου.

Συγκεκριμένα, για την εκτίμηση της συναισθηματικής τους εκφραστικότητας, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την ελληνική έκδοχή του ερωτηματολογίου της *Συναισθηματικής Εκφραστικότητας στην Οικογένεια για παιδιά (Self-Expressiveness in the Family for Children Questionnaire- SFEQ-Hel)* (Halberstadt et al., 1997). Πρόκειται, ουσιαστικά, για ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που περιλαμβάνει 40 σενάρια

λεκτικής και μη λεκτικής συναισθηματικής έκφρασης σε 5βαθμη κλίμακα τύπου Likert (1= «ποτέ» έως 5= «πάντα»). Το εργαλείο αυτό αποτελείται από δύο κλίμακες, (α) την κλίμακα έκφρασης θετικών συναισθημάτων και (β) την κλίμακα έκφρασης αρνητικών συναισθημάτων. Στη συγκεκριμένη έρευνα ο δείκτης αξιοπιστίας του εργαλείου είναι $\alpha = .83$.

Για την εκτίμηση των βασικών ποιοτικών χαρακτηριστικών των σχέσεων μεταξύ εφήβων συνομηλίκων χρησιμοποιήθηκε η ελληνική εκδοχή του ερωτηματολογίου *Καταγραφής της Προσκόλλησης για Παιδιά και Συνομηλίκους* και συγκεκριμένα η κλίμακα που αφορά στις σχέσεις των συνομηλίκων (*Inventory for Parents and Peers Attachment Questionnaire- IPPA- Peer version*) (Armsden & Greenberg, 1987). Πρόκειται για ένα δομημένο ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που περιλαμβάνει 25 σενάρια σε 5βαθμη κλίμακα τύπου Likert (1= «ποτέ/σχεδόν ποτέ» έως 5= «πάντα/σχεδόν πάντα»). Συνολικά το εργαλείο αυτό εξετάζει τρεις κλίμακες, (α) το βαθμό αμοιβαίας εμπιστοσύνης, (β) την ποιότητα της επικοινωνίας και (γ) το βαθμό θυμού και αποξένωσης. Ο δείκτης εσωτερικής συνάφειας του εργαλείου για το συγκεκριμένο δείγμα είναι $\alpha = .81$.

1.2. Συμμετέχοντες

Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν συνολικά 45 μαθητές και μαθήτριες Λυκείου, οι οποίοι επιλέχθηκαν με τυχαία δειγματοληψία, από την ευρύτερη περιοχή των Αθηνών και την Καλαμάτα με μέση ηλικία τα 17,1 έτη (τυπική απόκλιση=1,06) κι ελληνικής καταγωγής στο σύνολό τους. Από τους συμμετέχοντες του δείγματος, 16 ήταν αγόρια (35,6%) και 29 ήταν κορίτσια (64,4%). Ειδικότερα, 8 ήταν μαθητές της Α' Λυκείου (17,8%), 12 προέρχονταν από τη Β' Λυκείου (26,7%) και 25 φοιτούσαν στη Γ' Λυκείου (55,6%).

2. Ερευνητική διαδικασία

Αρχικά, οι γονείς των εφήβων ενημερώθηκαν μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου για το θέμα, το σκοπό και τη διαδικασία της έρευνας, ενώ έλαβαν διαβεβαιώσεις για τη διασφάλιση του απορρήτου των προσωπικών στοιχείων των μαθητών. Επιπρόσθετα, για την ευκολότερη και ταχύτερη προσέγγιση των γονέων και των μαθητών χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της χιονοσιβάδας κατά την οποία οι συμμετέχοντες του δείγματος τείνουν να συστήνουν κι άλλους υποψήφιους συμμετέχοντες με τα ίδια χαρακτηριστικά. Από τους γονείς των 50 μαθητών του αρχικού δείγματος, οι 47 ήταν εκείνοι που έδωσαν τη συγκατάθεσή τους, ώστε να συμμετάσχουν τα παιδιά τους στην έρευνα.

Προκειμένου να ελαχιστοποιηθεί η διάρκεια και το κόστος της έρευνας, τα ερωτηματολόγια διανεμήθηκαν στους συμμετέχοντες σε ηλεκτρονική μορφή. Κάθε μαθητής/τρια μπορούσε να συμπληρώσει και να επιστρέψει μόνο ένα ερωτηματολόγιο.

Ωστόσο, δύο από τα ερωτηματολόγια που συλλέχθηκαν, αποσύρθηκαν, αφού δεν είχαν συμπληρωθεί πλήρως και ορθά σύμφωνα με τις οδηγίες που είχαν δοθεί στους εφήβους. Όλοι οι συμμετέχοντες έφηβοι πληροφορήθηκαν για το περιεχόμενο, τους σκοπούς και την ανωνυμία της έρευνας προφορικά, αλλά και μέσω ενός σύντομου ενημερωτικού προλόγου στο ίδιο το ερευνητικό εργαλείο.

3. Αποτελέσματα

3.1. Συναισθηματική εκφραστικότητα και σχέσεις συνομηλίκων

Ο πίνακας 1 περιλαμβάνει τους μέσους όρους, τις ελάχιστες και μέγιστες τιμές καθώς και την τυπική απόκλιση των απαντήσεων που έδωσαν οι μαθητές στις δύο επιμέρους κλίμακες του ερωτηματολογίου *Συναισθηματικής Εκφραστικότητας στην Οικογένεια για παιδιά (SFEQ-Hel)* και τρεις υπο-κλίμακες του ερωτηματολογίου *Καταγραφής της Προσκόλλησης για Παιδιά και Συνομηλίκους (IPPA- Peer version)*. Ειδικότερα, οι απαντήσεις στο πρώτο εργαλείο, που αφορά στη συναισθηματική εκφραστικότητα, επιλέχθηκαν μέσα από μια 5βαθμη κλίμακα τύπου Likert, όπου 1 = «ποτέ» έως 5 = «πάντα». Αντίστοιχα, στο δεύτερο εργαλείο, που αναφέρεται στις σχέσεις συνομηλίκων, οι μαθητές επέλεξαν την απάντηση που τους ταιριάζει από μια 5βαθμη κλίμακα, όπου 1 = «ποτέ ή σχεδόν ποτέ» έως 5 = «πάντα ή σχεδόν πάντα».

Πίνακας 1: Απαντήσεις των μαθητών σε ερωτήσεις για τη συναισθηματική τους εκφραστικότητα και τις σχέσεις τους με τους συνομηλίκους

	Μέση τιμή	Τυπική απόκλιση	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή
Συναισθηματική εκφραστικότητα				
<i>Θετική συναισθηματική εκφραστικότητα</i>	3.48	0.53	2.17	4.39
<i>Αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα</i>	2.75	0.42	1.59	3.94
Σχέσεις με συνομηλίκους				
<i>Εμπιστοσύνη</i>	3.85	0.59	2.50	4.60
<i>Επικοινωνία</i>	3.75	0.65	2.38	5.00
<i>Θυμός και αποξένωση</i>	2.49	0.68	1.14	2.49

3.2. Συσχετίσεις

Για τη διερεύνηση μιας πιθανής σχέσης ανάμεσα στη συναισθηματική εκφραστικότητα και τις σχέσεις συνομηλίκων εφήβων πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις συσχέτισεων βασισμένες στον συντελεστή συσχέτισης Pearson (r). Από την ανάλυση συ-

σχετίσεων διαπιστώθηκε ότι υπάρχει θετική και στατιστικώς σημαντική συσχέτιση μεταξύ της έκφρασης θετικών συναισθημάτων και των βαθμών εμπιστοσύνης και επικοινωνίας αλλά και ανάμεσα στην έκφραση αρνητικών συναισθημάτων και τον βαθμό θυμού και αποξένωσης (πίν. 2).

Πίνακας 2: Συσχετίσεις με τον συντελεστή Pearson (r) ανάμεσα στις δύο εκφάνσεις της συναισθηματικής εκφραστικότητας των μαθητών και τα ποιοτικά χαρακτηριστικά της σχέσης τους με συνομηλίκους

	Εμπιστοσύνη		Επικοινωνία		Θυμός και αποξένωση	
	R	p-value	r	p-value	r	p-value
Θετική συναισθηματική εκφραστικότητα	.300*	.045	.465***	.001	.266	.077
Αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα	-.036	.816	-.016	.919	.304*	.042

Σημ. * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

3.3. Ανάλυση παλινδρόμησης

Από την ανάλυση απλής ευθύγραμμης παλινδρόμησης προέκυψε ότι ο βαθμός έκφρασης θετικών συναισθημάτων μπορεί να προβλέψει με επιτυχία το 7% ($p < 0.05$) της διακύμανσης του βαθμού εμπιστοσύνης, καθώς και το 20% ($p < 0.001$) του βαθμού επικοινωνίας. Αντίστοιχα, ο βαθμός έκφρασης αρνητικών συναισθημάτων μπορεί να εξηγήσει το 7,1% ($p < 0.05$) της διακύμανσης του βαθμού θυμού και αποξένωσης. Αντίστοιχα, ο βαθμός έκφρασης αρνητικών συναισθημάτων μπορεί να εξηγήσει το 9,3% της διακύμανσης του βαθμού θυμού και αποξένωσης.

Στον πίνακα 3 παρουσιάζεται μια σύνοψη του βαθμού προβλεπτικής ισχύος των προβλεπτικών μεταβλητών για την κάθε μεταβλητή-κριτήριο, καθώς και το τυπικό σφάλμα εκτίμησης για κάθε περίπτωση.

Πίνακας 3: Ανάλυση απλής ευθύγραμμης παλινδρόμησης

	Εμπιστοσύνη		Επικοινωνία		Θυμός και αποξένωση	
	Π-R ²	Τ.Σ.Ε	Π-R ²	Τ.Σ.Ε.	Π-R ²	Τ.Σ.Ε.
Θετική συναισθηματική εκφραστικότητα	.070*	.575	.200***	.584	.050	.670
Αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα	-.022	.602	-.023	.660	.071*	.662

Σημ.1. Ως προβλεπτικές μεταβλητές τέθηκαν (α) η θετική συναισθηματική εκφραστικότητα και (β) η αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα, ενώ ως μεταβλητές-κριτήρια (i) η εμπιστοσύνη, (ii) η επικοινωνία και (iii) ο βαθμός θυμού και αποξένωσης

Σημ. 2. * $p < 0.05$, *** $p < 0.001$

Σημ. 3. Π-R² = «Προσαρμοσμένος συντελεστής R²», Τ.Σ.Ε. = «Τυπικό σφάλμα εκτίμησης»

Αναλυτικότερα, στον πίνακα 4 παρατίθεται η σύνοψη των μοντέλων που προέκυψαν από τις διαδοχικές απλές αναλύσεις παλινδρόμησης για την διερεύνηση της ικανότητας του βαθμού συναισθηματικής εκφραστικότητας να εξηγεί και να προβλέπει ως έναν βαθμό ορισμένες διαστάσεις των διανθρώπινων σχέσεων μεταξύ συνομηλίκων.

Πίνακας 4: Σύνοψη των μοντέλων της απλής ανάλυσης παλινδρόμησης

	Θετική συναισθηματική εκφραστικότητα				Αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα			
	B	SE B	β	F change	B	SE B	B	F change
Εμπιστοσύνη	.334	.162	.300	4,245*	-.050	.215	-.036	.055
Επικοινωνία	.568	.165	.465	11,840***	-.024	.235	-.016	.010
Θυμός & αποξένωση	.342	.189	.266	3,274	.495	.236	.304	4,386*

Σημ.1. Ως προβλεπτικές μεταβλητές τέθηκαν (α) η θετική συναισθηματική εκφραστικότητα και (β) η αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα, ενώ ως μεταβλητές-κριτήρια (i) η εμπιστοσύνη, (ii) η επικοινωνία και (iii) ο βαθμός θυμού και αποξένωσης

Σημ. 2. * $p < 0.05$, *** $p < 0.001$

4. Σχολιασμός αποτελεσμάτων

Με την ολοκλήρωση του ερευνητικού εγχειρήματος παρατηρήθηκε πως υπάρχουν ενδείξεις ότι η συναισθηματική εκφραστικότητα τείνει να επιδρά στον τρόπο με τον οποίο οι έφηβοι σχετίζονται με τους συνομηλίκους τους. Συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε θετική και στατιστικώς σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στη θετική συναισθηματική εκφραστικότητα, την εμπιστοσύνη και την επικοινωνία μεταξύ συνομηλίκων. Πράγματι, βάσει των ευρημάτων της παρούσης έρευνας, υπάρχουν ενδείξεις ότι οι έφηβοι που εκφράζουν συχνότερα τα θετικά τους συναισθήματα, τείνουν να δηλώνουν πιο ικανοποιημένοι από την επικοινωνία με τους συνομηλίκους τους, αλλά και να δείχνουν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη προς αυτούς.

Αντιθέτως, παρατηρήθηκε ότι η αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα μπορεί να έχει αρνητικό αντίκτυπο στις σχέσεις ομηλίκων. Αναλυτικότερα, από τις αναλύσεις συσχετίσεων και παλινδρόμησης προέκυψε ότι η συχνή έκφραση αρνητικών συναισθημάτων από τους εφήβους δείχνει να σχετίζεται με μεγαλύτερους βαθμούς θυμού και αποξένωσης προς τους συνομηλίκους. Υπό αυτό το πρίσμα, θεωρείται ότι όσο συχνότερα οι έφηβοι εκφράζονται συναισθηματικά με αρνητικό τρόπο ή εκδηλώνοντας αρνητικά συναισθήματα, τόσο μικρότερη ικανοποίηση τείνουν να βιώνουν από τις σχέσεις με τους συνομηλίκους τους.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει, ωστόσο, το γεγονός ότι η αρνητική συναισθηματική εκφραστικότητα δεν βρέθηκε να σχετίζεται αρνητικά με την εμπιστοσύνη ή την επικοινωνία μεταξύ συνομηλίκων. Δεδομένου του γεγονότος ότι το εργαλείο αυτοαναφοράς που χρησιμοποιήθηκε για την μέτρηση της συναισθηματικής εκφραστικότητας στην παρούσα έρευνας εξέταζε κυρίως την αυτοέκφραση των εφήβων στο οικογενειακό πλαίσιο, αυτό θα μπορούσε να σημαίνει ότι οι μαθητές εκφράζουν σε διαφορετικό βαθμό και με διαφορετικό τρόπο τα συναισθήματά τους εντός του κύκλου των ομηλίκων.

Αντίστοιχα, ο βαθμός θετικής συναισθηματικής εκφραστικότητας δεν βρέθηκε να σχετίζεται αρνητικά ή θετικά με συμπεριφορές αποξένωσης ή αισθήματα θυμού στις σχέσεις των εφήβων με τους συνομηλίκους τους. Αυτό σημαίνει ότι οι νεαροί μαθητές που εκδηλώνουν συχνά τα θετικά τους συναισθήματα δεν βιώνουν μικρότερη ή μεγαλύτερη αποξένωση και θυμό σε σχέση με εκείνους που δεν εκφράζονται θετικά σε μεγάλο εύρος ή συχνότητα.

Λαμβάνοντας υπόψη, εντούτοις, τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών, που καταδεικνύουν την επίδραση της συναισθηματικής εκφραστικότητας στις κοινωνικές σχέσεις των παιδιών και των εφήβων, τα αποτελέσματα της παρούσης έρευνας ενδεχομένως να υπονοούν ότι η συναισθηματική συμπεριφορά των εφήβων εντός του οικογενειακού πλαισίου δεν επεκτείνεται πάντα στα διαφορετικά κοινωνικά συστήματα στα οποία εμπλέκονται και γι' αυτό δεν τα επηρεάζει σημαντικά (Halberstadt et al., 1995, Meeus et al., 2002, Rubin et al., 2006, Wong et al., 2013).

Βέβαια, δεν θα πρέπει να παραγνωριστεί το γεγονός ότι η παρούσα έρευνα αξιοποίησε ένα περιορισμένο δείγμα από τον πολυπληθή ερευνητικό πληθυσμό των μαθητών του Λυκείου, προερχόμενο αποκλειστικά από δύο αστικές περιοχές της Ελλάδας, ώστε η διεύρυνση του δείγματος θα μπορούσε να οδηγήσει σε διαφοροποιήσεις των ευρημάτων. Για τον λόγο αυτό συστήνεται η περαιτέρω διερεύνηση του ζητήματος σε μεγαλύτερο δείγμα μαθητών.

Παράλληλα, προτείνεται η εμπριθής διερεύνηση τυχόν διαφοροποιήσεων στη συναισθηματική εκφραστικότητα των μαθητών ανάλογα με το εκάστοτε κοινωνικό πλαίσιο, όπως είναι η οικογένεια, οι φίλοι και το σχολείο και κατόπιν η εκτίμηση του αντίκτυπου της στις σχέσεις συνομηλίκων. Εξάλλου, αποτελεί σήμερα κοινή πεποίθηση ότι οι έφηβοι τείνουν να εκδηλώνουν ευκολότερα και συχνότερα τα αρνητικά τους συναισθήματα στην οικογένεια, παρόλο που εκείνη αποτελεί την κύρια πηγή συναισθηματικού αλφαριθμητισμού για τις μικρότερες ηλικίες παιδιών. Έτσι, θα πρέπει να διερευνηθεί εμπριθώς ο βαθμός στον οποίο οι έφηβοι υιοθετούν παρόμοιες συμπεριφορές συναισθηματικής έκφρασης στην οικογένεια και στον κύκλο των συνομηλίκων.

Σε κάθε περίπτωση, τα ευρήματα της συγκεκριμένης έρευνας μπορούν να συμπεριληφθούν σε ένα γενικότερο πλαίσιο ερευνών που εξετάζουν την επίδραση της συναισθηματικής συμπεριφοράς και της συναισθηματικής νοημοσύνης στις διαπροσωπικές σχέσεις των παιδιών και των εφήβων.

Βιβλιογραφία

- Αντωνοπούλου, Α. & Μιλτσακάκη, Χ. (2011) Δυνατότητες και δυσκολίες στη συμπεριφορά του εφήβου, συναισθηματική νοημοσύνη και εκφραστικότητα: εξέταση της μεταξύ τους σχέσης. *Παιδαγωγικός Λόγος*, 1, 11-25.
- Allen, J.P., Hauser, S.T., Eickholt, C., Bell, K.L. & O'Connor, T.G. (1994) Autonomy and relatedness in family interactions as predictors of expressions of negative adolescent affect. *Journal of Research on Adolescence*, 4, 535-552.
- Armsden, G.C. & Greenberg, M.T. (1987) The Inventory of Parent and Peer Attachment: Relationships to well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16 (5), 427-454.
- Burges-Sbicigo, J. & Dalbosco-Dell'Aglio, D. (2012) Family environment and psychological adaptation in adolescents. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 25(3), 615-622.
- Carlson-Jones, D., Bowling-Abbey, B. & Cumberland, A. (1998) The Development of Display Rule Knowledge: Linkages with Family Expressiveness and Social Competence. *Child Development*, 69(4), 1209-1222.

- Cooper, R.K. (1997) *EQ Map*. San Francisco: AIT and Essi Systems.
- Dunsmore, J. C. & Smallen, L. S. (2001) Parents' expressiveness and young children's emotion decoding with parents and unknown adults. *Journal of Genetic Psychology*, 162, 478-494.
- Guarnieri, S., Ponti, L. & Tani, F. Adolescent parent and peer attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian Sample. *TPM*, 17(3), 103-130.
- Halberstadt, A.G., Dennis, P.A. & Hess, U. (2011) The Influence of Family Expressiveness, Individuals' Own Emotionality, and Self-Expressiveness on Perceptions of Others' Facial Expressions. *Journal of Nonverbal Behaviour*, 35, 35-50.
- Halberstadt, A.G., Cassidy, J., Stifter, C.A., Parke, R.D. & Fox, N.A. (1995) Self-Expressiveness within the family context: Psychometric support for a new measure. *Psychological Assessment*, 7, 93-103.
- Haskett, M., Stelter, R., Proffit, K. & Nice, R. (2012) Parent emotional expressiveness and children's self-regulation: Associations with abused children's school functioning. *Child Abuse Negl.*, 36(4), 296-307
- Laible, D. (2007) Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences*, 43(5), 1185-1197.
- Meeus, W., Oosterwegel, A. & Vollebergh, R. (2002) Parental and peer attachment and identity development in adolescence. *Journal of Adolescence*, 25, 93-106.
- Πλατσιδου, Μ. (2004) Συναισθηματική νοημοσύνη. Σύγχρονες προσεγγίσεις μιας παλιάς έννοιας. *Επιστήμες Αγωγής*, 1, 28-39.
- Roberts, W. & Strayer, J. (1996) Empathy, emotional expressiveness, and prosocial behavior. *Child Development*, 67, 449-470.
- Rubin, K.H., Bukowski, W.M. & Parker, J.G. (2006) Peer interactions, relationships, and groups. *Handbook of Child Psychology. III*: 10.
- Wong, E., Tschan, F., Messerli, L. & Semmer, N. (2013) Expressing and Amplifying Positive Emotions Facilitate Goal Attainment in Workplace Interactions. *Frontiers in Psychology*, 4, 188-189.

Παράρτημα Α.

Το ερωτηματολόγιο SFEQ-Hel

Ερωτηματολόγιο Συναισθηματικής Αυτοέκφρασης στην οικογένεια (για τους μαθητές)

Αγαπητέ μαθητή / Αγαπητή μαθήτριά,

Αυτό το ερωτηματολόγιο εξετάζει τρόπο με τον οποίο εκφράζουμε τα συναισθήματά μας στην οικογένεια μας. Καθώς απαντάς τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου, σκέψου **πόσο συχνά** εκφράζεις τα συναισθήματά σου στα υπόλοιπα μέλη της οικογένειάς σου και κύκλωσε τον αριθμό που ταιριάζει καλύτερα σε σένα. Είναι σημαντικό να απαντάς με ειλικρίνεια σε όλες τις ερωτήσεις. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.

	Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Πολύ συχνά	Πάντα
1 Συγχωρώ αυτόν που καταστρέφει ένα αγαπημένο μου αντικείμενο.	1	2	3	4	5
2 Ευχαριστώ τους δικούς μου για κάτι καλό που μου έκαναν.	1	2	3	4	5
3 Ενθουσιάζομαι όταν ο καιρός είναι πολύ καλός.	1	2	3	4	5
4 Περιφρονώ τους δικούς μου όταν η συμπεριφορά τους δε μου αρέσει.	1	2	3	4	5
5 Δείχνω τη δυσαρέσκειά μου σε κάποιον που με δυσαρεστεί.	1	2	3	4	5
6 Επαινώ τους άλλους όταν εργάζονται πολύ και είναι συνεπείς με τη δουλεία τους.	1	2	3	4	5
7 Θυμώνω με αυτούς που είναι ανεύθυνοι και απρόσεχτοι.	1	2	3	4	5
8 Μουτρώω όταν με αδικούν οι δικοί μου.	1	2	3	4	5
9 Κατηγορώ τους άλλους όταν δημιουργούνται προβλήματα στην οικογένεια.	1	2	3	4	5
10 Βάζω τα κλάματα όταν διαφωνώ με κάποιον.	1	2	3	4	5
11 Υποτιμώ τα ενδιαφέροντα των άλλων.	1	2	3	4	5

	Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Πολύ συχνά	Πάντα
12 Δείχνω την αντιπάθειά μου προς τους ανθρώπους.	1	2	3	4	5
13 Ζητώ επιβεβαίωση για τις πράξεις μου.	1	2	3	4	5
14 Δείχνω την αμηχανία μου κάθε φορά που κάνω επιπόλαια λάθη.	1	2	3	4	5
15 Καταρρέω όταν βρίσκομαι σε διαρκή ένταση.	1	2	3	4	5
16 Δείχνω τη χαρά μου μετά από μια απρόσμενη επιτυχία.	1	2	3	4	5
17 Εκφράζω τον ενθουσιασμό μου όταν κάνω σχέδια για το μέλλον.	1	2	3	4	5
18 Όταν θαυμάζω κάποιον του δείχνω το θαυμασμό μου.	1	2	3	4	5
19 Εκδηλώνω τον πόνο μου και τη θλίψη μου όταν βλέπω ένα σκοτωμένο ζώο.	1	2	3	4	5
20 Απογοητεύομαι όταν κάτι δεν πηγαίνει όπως εγώ το σχεδίασα.	1	2	3	4	5
21 Κολακεύω τους άλλους για την εξωτερική τους εμφάνιση.	1	2	3	4	5
22 Εκφράζω τη συμπάθεια μου σε κάποιον που αντιμετωπίζει προβλήματα.	1	2	3	4	5
23 Δείχνω στοργή και αγάπη στους γύρω μου.	1	2	3	4	5
24 Καυγαδίζω με τα άτομα της οικογένειάς μου.	1	2	3	4	5
25 Κλαίω όταν κάποιος αγαπημένο μου πρόσωπο φεύγει μακριά μου.	1	2	3	4	5
26 Αγκαλιάζω αυθόρμητα πρόσωπα της οικογένειάς μου.	1	2	3	4	5
27 Ο θυμός μου περνάει γρήγορα όταν θυμώνω για κάτι που δεν είναι σημαντικό.	1	2	3	4	5
28 Δεν ενθουσιάζομαι με την επιτυχία άλλων προσώπων της οικογένειάς μου.	1	2	3	4	5
29 Απολογούμαι όταν καθυστερώ στα ραντεβού μου.	1	2	3	4	5
30 Μου αρέσει να εξυπηρετώ τους άλλους.	1	2	3	4	5

	Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Πολύ συχνά	Πάντα
31 Χώνομαι στην αγκαλιά των μελών της οικογένειάς μου.	1	2	3	4	5
32 Αναστατώνομαι μετά από μια δύσκολη μέρα.	1	2	3	4	5
33 Προσπαθώ να φτιάξω την διάθεση ανθρώπων που είναι λυπημένοι.	1	2	3	4	5
34 Όταν είμαι λυπημένη/λυπημένος το λέω στους δικούς μου.	1	2	3	4	5
35 Όταν είμαι ευτυχισμένη/ευτυχισμένος το λέω στους δικούς μου	1	2	3	4	5
36 Απειλώ τους άλλους.	1	2	3	4	5
37 Επικρίνω τους ανθρώπους που αργοπορούν στα ραντεβού τους.	1	2	3	4	5
38 Εκφράζω την ευγνωμοσύνη μου όταν κάποιος με βοηθάει.	1	2	3	4	5
39 Κάνω έκπληξη στους άλλους προσφέροντας τους κάποιο μικρό δώρο ή ικανοποιώντας κάποια επιθυμία τους.	1	2	3	4	5
40 Ζητώ συγγνώμη όταν κάνω λάθη.	1	2	3	4	5

Παράρτημα Β.

Το ερωτηματολόγιο IPPA-Hel (Peer version)

Ερωτηματολόγιο

Οδηγίες Συμπλήρωσης

Παρακάτω θα βρεις μία σειρά από προτάσεις που μιλούν για τους γονείς και για τους φίλους. Για καθεμιά από τις προτάσεις αυτές, κύκλωσε την απάντηση που περιγράφει καλύτερα αυτό που ταιριάζει **σε σένα**. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Απάντησε όσο πιο ειλικρινά και αυθόρμητα μπορείς.

Θα χρησιμοποιήσεις την παρακάτω κλίμακα για να δηλώσεις την απάντησή σου σε κάθε πρόταση.

Κύκλωσε τον αριθμό:

1

2

3

4

5

Αν η πρόταση σου ταιριάζει:

Σχεδόν ποτέ / Ποτέ

Σπάνια

Μερικές φορές

Συχνά

Σχεδόν πάντα / Πάντα

Μην ξεχάσεις να απαντήσεις σε όλες τις προτάσεις!

	Σχεδόν ποτέ/Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα/Πάντα
Μου αρέσει να παίρνω τη γνώμη των φίλων μου για πράγματα που με ενδιαφέρουν.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου καταλαβαίνουν πότε είμαι αναστατωμένος με κάτι.	1	2	3	4	5
Όταν συζητάω με τους φίλους μου, οι φίλοι μου λαμβάνουν υπόψη την άποψή μου.	1	2	3	4	5
Όταν μιλάω για τα προβλήματά μου με τους φίλους μου ντρέπομαι ή νιώθω ανόητος	1	2	3	4	5

	Σχεδόν ποτέ/Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα/Πάντα
Εύχομαι να είχα διαφορετικούς φίλους.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου με καταλαβαίνουν.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου με ενθαρρύνουν να μιλάω για τις δυσκολίες μου.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου με αποδέχονται όπως είμαι.	1	2	3	4	5
Αισθάνομαι την ανάγκη να επικοινωνώ με τους φίλους μου, πιο συχνά.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου δεν καταλαβαίνουν πόσο δύσκολά περνάω αυτό τον καιρό.	1	2	3	4	5
Νιώθω μόνος ακόμη κι όταν είμαι με τους φίλους μου.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου ακούνε αυτά που έχω να τους πω.	1	2	3	4	5
Πιστεύω ότι οι φίλοι μου είναι καλοί φίλοι.	1	2	3	4	5
Είναι εύκολο να συζητώ με τους φίλους μου.	1	2	3	4	5
Όταν είμαι θυμωμένος για κάτι, οι φίλοι μου προσπαθούν να δείχνουν κατανόηση.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου με βοηθούν να κατανοήσω καλύτερα τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου ενδιαφέρονται για το αν περνάω/νιώθω καλά.	1	2	3	4	5
Αισθάνομαι θυμωμένος με τους φίλους μου.	1	2	3	4	5
Μπορώ να βασιστώ στους φίλους μου όταν θέλω να μοιραστώ τα προβλήματά μου.	1	2	3	4	5
Εμπιστεύομαι τους φίλους μου.	1	2	3	4	5

	Σχεδόν ποτέ/Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα/Πάντα
Οι φίλοι μου σέβονται τα συναισθήματά μου.	1	2	3	4	5
Αναστατώνομαι πολύ περισσότερο από ό, τι πιστεύουν οι φίλοι μου.	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου φαίνονται σαν να είναι εκνευρισμένοι μαζί μου χωρίς λόγο.	1	2	3	4	5
Λέω στους φίλους μου για τα προβλήματα και τους μπελάδες μου.	1	2	3	4	5
Αν οι φίλοι μου ξέρουν ότι κάτι με ενοχλεί, δείχνουν ενδιαφέρον.	1	2	3	4	5