

# Η ΑΛΕΞΙΘΥΜΙΑ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΜΕ ΤΗ ΔΥΣΛΕΞΙΑ: ΜΙΑ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΑΠΑΝΤΗΣΗΣ

## ALEXITHYMIA AND ITS RELATION TO DYSLEXIA: AN ATTEMPT TO RESPOND

Ελένη Κυριακούλη  
Πτυχιούχος Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης  
elenikyriakouli@gmail.com

### **Abstract**

The present study aims to investigate the relationship between alexithymia and dyslexia in people between 9-16 years. According to the relevant literature on these two concepts is observed that factors important to the etiology of alexithymia are related to the symptoms of dyslexia.

The data collection was made through a questionnaire in two parties. The first part concerns the demographics of participants and the second consists the 20-items alexithymia scale of Toronto (TAS-20). The sample consists of 68 individuals (41 boys and 27 girls), where 30 of them have dyslexia.

The research revealed that alexithymia shows a strong relationship with dyslexia and its three-factorial structure. Finally, a rare frequency of meeting with friends increases the likelihood of developing alexithymia.

### *Key words*

*Alexithymia, dyslexia, school age, friendships.*

### *Λέξεις κλειδιά*

*Αλεξιθυμία, δυσλεξία, σχολική ηλικία, φίλιες.*

## **1. Θεωρητικό πλαίσιο της μελέτης και προβληματική της έρευνας**

### *1.1. Αλεξιθυμία*

Οι Nemiah και Sifneos (1970) παρατήρησαν ότι κατά τη διάρκεια ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων υπήρξαν άτομα που εμφάνιζαν άγνοια των συναισθημάτων τους

ή μια σχεδόν καθολική αδυναμία να μεταφράσουν τα συναισθήματα τους σε λέξεις, ενώ προτιμούσαν να αναφέρονται περισσότερο στο εξωτερικό περιβάλλον παρά στις εσωτερικές τους σκέψεις και φαντασιώσεις. Οι πελάτες ελαχιστοποιούσαν τη συναισθηματική εμπλοκή τους στα συμβάντα και δεν κοινοποιούσαν τις σκέψεις τους αναφορικά με θέματα που τους απασχολούσαν. Παρατηρήθηκε, επίσης, ότι πολλοί πελάτες αδυνατούσαν να αντιληφθούν τη σημασία της λέξης «αισθάνομαι» (Nemiah, Sifneos, 1970) και τη διαφοροποίηση μεταξύ των λέξεων σύμπτωμα, σκέψη, συναίσθημα και συμπεριφορά (Sifneos, 1975). Η αλεξιθυμία ( $\alpha =$  έλλειψη - λέξη - θυμός = συναίσθημα), εισήχθη το 1973 από τον Πέτρο Σιφναίο και είναι ένας συνδυασμός νευρολογικών και ψυχολογικών ελλειμμάτων. Τα άτομα με αλεξιθυμία δεν δείχνουν να έχουν νευρωτικά χαρακτηριστικά και δίνουν την εντύπωση ότι δεν χρειάζονται ψυχιατρική βοήθεια (Sifneos, 1973).

Η αλεξιθυμία έχει οριστεί ως ένας συνδυασμός χαρακτηριστικών που αφορούν: (1) τη δυσκολία περιγραφής και έκφρασης των συναισθημάτων, (2) τη δυσκολία αναγνώρισης και προσδιορισμού των διαφορών μεταξύ συναισθημάτων, (3) τη φτωχή ικανότητα φαντασίας ή ονειροπόλησης, (4) έναν εξωτερικό προσανατολισμό, δηλαδή αδυναμία σκέψης, ερμηνείας και ανάλυσης των συναισθημάτων (Sifneos, 1973, Sifneos, 1975, Apfel, Sifneos, 1979), και (5) τη μειωμένη συναισθηματοποίηση (emotionalizing), δηλαδή την ικανότητα βίωσης των συναισθημάτων (Bermond, 2007, Messina, Beadle, Paradiso, 2014). Επιπλέον, ένα άτομο με αλεξιθυμία έχει τάση για υπερανάλυση ασήμαντων πληροφοριών για διάφορα γεγονότα (Sifneos, 1975) καθώς και για ατέρμονες περιγραφές των σωματικών του συμπτωμάτων αντί για τα ίδια τα συναισθήματά του (Apfel, Sifneos, 1979). Τέλος, χαρακτηρίζεται από ένταση, εκνευρισμό, ματαιώση, ναρκισσισμό, παθητικότητα, άκαμπτη στάση και μοναχικότητα (Sifneos, 1979).

Οι Chen et al. (2011) όρισαν τέσσερις υπο-τύπους της αλεξιθυμίας: α) τη γενική-υψηλή αλεξιθυμία (General High Alexithymia), η οποία συσχετίστηκε με μεγαλύτερες δυσκολίες αναγνώρισης και περιγραφής των συναισθημάτων και έναν εξωτερικό προσανατολισμό, β) την εσωστρεφή-υψηλή αλεξιθυμία (Introversive High Alexithymia), η οποία συσχετίστηκε μόνο με αυξημένη δυσκολία στην αναγνώριση και την περιγραφή των συναισθημάτων, με τα δύο αυτά είδη: εμφανίζουν θετική συσχέτιση με το άγχος και την κακή ρύθμιση και έκφραση των συναισθημάτων, γ) την εξωστρεφή-υψηλή αλεξιθυμία (Extroverted High Alexithymia) η οποία χαρακτηρίζεται από ένα «φυσιολογικό» επίπεδο στην αναγνώριση και περιγραφή των συναισθημάτων αλλά υψηλά επίπεδα στον εξωτερικό προσανατολισμό, συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα κατάθλιψης και άγχους από ό,τι η γενική-υψηλή αλεξιθυμία ή η εσωστρεφής-υψηλή αλεξιθυμία, καθώς και με καλύτερη ρύθμιση των συναισθημάτων, ενώ, τέλος, υπάρχει και δ) η μη-αλεξιθυμία (Non Alexithymia) που εκφράζει ουσιαστικά την έλλειψη της.

Η αλεξιθυμία μπορεί, επίσης, να διαχωριστεί σε τρία διαφορετικά επίπεδα: πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και οργανική αλεξιθυμία (Messina, 2014). Η πρωτοβάθμια (primary) αλεξιθυμία αποτελεί χαρακτηριστικό προδιάθεσης με μια πιθανή γενετική κληρονομικότητα ή μπορεί να εμφανιστεί λόγω κάποιου ψυχολογικού τραύματος σε κάποιο πρώιμο στάδιο της παιδικής ηλικίας και θεωρείται ως ένα σταθερό γνώρισμα της προσωπικότητας (Freyberger, 1977, Messina, 2014). Η δευτεροβάθμια αλεξιθυμία αποτελεί έναν τρόπο ανακούφισης από συναισθηματικό ή σωματικό πόνο (Freyberger, 1977, Messina, 2014) ιδιαίτερα σε ασθενείς με χρόνιες ασθένειες όπως καρκίνο, διαβήτη ή Parkinson (Messina, 2014). Είναι ένας μηχανισμός άμυνας παρόμοιος με την άρνηση (Freyberger, 1977). Η δευτεροβάθμια αλεξιθυμία εμφανίζεται προσωρινά και αντιμετωπίζεται με ψυχοθεραπεία ή φαρμακευτική αγωγή (Freyberger, 1977, Messina, Beadle, Paradiso, 2014). Η οργανική αλεξιθυμία είναι αποτέλεσμα εγκεφαλικού τραύματος στις περιοχές του εγκεφάλου που συνδέονται με την επεξεργασία των συναισθημάτων και μπορεί να γίνει διαχειρίσιμη με την κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή (Messina, Beadle, Paradiso, 2014).

Γενικότερα, κύριο χαρακτηριστικό της αλεξιθυμίας είναι η αδυναμία αποτελεσματικής διαχείρισης του «κοινωνικά συναναστρέφεισθαι», χαρακτηριστικό όμως που συναντάται συχνά και σε άτομα που παρουσιάζουν δυσλεξία.

## 1.2. Δυσλεξία

Η δυσλεξία είναι η πλέον συνήθης μορφή μαθησιακών δυσκολιών. Ο όρος χρησιμοποιείται συχνά για να αποτυπώσει σοβαρές δυσκολίες σε όλες τις πτυχές του γραμματισμού. Ο επίσημος ορισμός της από την International Dyslexia Association (2002) είναι:

*«(Η) Δυσλεξία είναι μια ειδική μαθησιακή δυσκολία που έχει νευροβιολογική προέλευση. Χαρακτηρίζεται από δυσκολίες με την ακριβή ή/και άπταιστη αναγνώριση των λέξεων, με την κακή ορθογραφία και με τις ικανότητες αποκωδικοποίησης. Οι δυσκολίες αυτές συνήθως προκύπτουν από ένα έλλειμμα στην φωνολογική συνιστώσα της γλώσσας που είναι συχνά απροσδόκητο σε σχέση με άλλες γνωστικές ικανότητες και με την παροχή αποτελεσματικής διδασκαλίας στην τάξη. Δευτερεύουσες συνέπειες μπορεί να περιλαμβάνουν προβλήματα στην κατανόηση γραπτού λόγου και μειωμένη εμπειρία που μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη του λεξιλογίου και γνώσεις ανάγνωσης».*

Ειδικότερα, τα άτομα με δυσλεξία αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην αντίληψη, την προσοχή, τη γλώσσα, τη μνήμη και τις μεταγνωστικές δεξιότητες (Farrel, 2006). Επιπλέον, παρουσιάζουν περιορισμένα κίνητρα και δυσκολίες στην κοινωνική και συναισθηματική τους εξέλιξη (Grigorenko, 2001) καθώς και στις κοινωνικές τους σχέσεις (Westwood, 2004, Riddick, 2010).

Η δυσλεξία δεν είναι αποτέλεσμα μιας γενικευμένης αναπτυξιακής αναπηρίας ή κάποιας αισθητηριακής διαταραχής. Η αιτιολογία της μπορεί να είναι κληρονομική ή νευρολογική. Η δυσλεξία αφορά βασικές φωνολογικές διεργασίες όπως η φωνολογική επίγνωση. Η σημαντική ανεπάρκεια της φωνολογικής επίγνωσης και επεξεργασίας καθώς και της ταχείας κατονομασίας των λέξεων με ακρίβεια, συνιστούν βασικούς παράγοντες της δυσλεξίας (Lyon, 2003). Η αδυναμία να κατανοηθεί το πως αποσυντίθεται η λέξη σε ήχους ή η μεγάλη δυσκολία για τη διεξαγωγή της διαδικασίας και της ανάκτησης ήχων από τη μνήμη (Lyon, 1995), πιθανόν να ευθύνονται για τις αναγνωστικές και ορθογραφικές δυσκολίες που χαρακτηρίζουν τα άτομα με δυσλεξία (Vellutino, Fletcher, et al., 2004, Farrell, 2006).

Με βάση τη συναφή με τη δυσλεξία βιβλιογραφία έχουν αναφερθεί διάφορα κοινωνικοσυναισθηματικά ελλείματα. Είναι πολύ πιθανό ένα παιδί με δυσλεξία να έχει παρορμητική συμπεριφορά, ακατάλληλη ανταπόκριση σε κοινωνικές ή σχολικές περιστάσεις, αδυναμία εύρεσης του κατάλληλου τρόπου για να εκφράσει ένα συναίσθημα, ανώριμο τρόπο ομιλίας και προβλήματα στην αντιμετώπιση νέων καταστάσεων στη ζωή (Westwood, 2004). Ένα σοβαρό εμπόδιο των ατόμων με δυσλεξία αφορά στην αδυναμία τους να αντιληφθούν και να ερμηνεύσουν ορθά τις κοινωνικές συμπεριφορές των άλλων και συχνά μένουν μόνοι χωρίς φίλους (Westwood, 2004, Farrell, 2006, Riddick, 2010). Τέλος, τα άτομα με δυσλεξία αντιλαμβάνονται ως φίλους ακόμα και συνομηλικούς τους που απλώς γνωρίζουν και έχουν προφανώς λιγότερες αμοιβαίες φιλίες, οπότε συχνά απογοητεύονται και θυμώνουν όταν εκείνοι δεν ανταποκρίνονται στις προσδοκίες τους.

### *1.3. Αλεξιθυμία και δυσλεξία*

Με βάση τη σύγχρονη βιβλιογραφία αναφορικά με τη σχέση αλεξιθυμίας και δυσλεξίας, παρατηρούνται διάφορες κοινές διαπιστώσεις για τις δύο έννοιες. Χαρακτηριστικά της δυσλεξίας, όπως: η ελλιπής ικανότητα ορθής ερμηνείας των ερεθισμάτων και των νύξεων που εμφανίζονται σε διάφορες κοινωνικές περιστάσεις, η δυσκολία κατανόησης αιτίου – αποτελέσματος στις κοινωνικές σχέσεις, τα χαμηλά επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας, η μειωμένη αυτοαντίληψη - αυτοεκτίμηση και το άγχος (Westwood, 2004), καθώς και χαρακτηριστικά της αλεξιθυμίας όπως η μειωμένη ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων, η μειωμένη ικανότητα περιγραφής των συναισθημάτων και η εξωτερικά προσανατολισμένη σκέψη, εγείρουν ερωτήματα σχετικά με την ύπαρξη κάποιου είδους σχέσης μεταξύ των δύο εννοιών. Πολλοί παράγοντες που θεωρούνται σημαντικοί στην αιτιολογία της αλεξιθυμίας άπτονται συχνά της συμπτωματολογίας της δυσλεξίας. Καταγράφονται, δηλαδή, ισχυροί λόγοι που οδηγούν στην ανάγκη επικέντρωσης στην έρευνα της αλεξιθυμίας στα άτομα με δυσλεξία.

## 2. Μεθοδολογία της έρευνας

### 2.1. Διερευνητικά ερωτήματα

Κεντρικό διερευνητικό ερώτημα της παρούσας έρευνας είναι η εξέταση της σχέσης μεταξύ της ύπαρξης δυσλεξίας και της εμφάνισης αλεξιθυμίας. Στην περίπτωση εμφάνισης στατιστικά σημαντικής σχέσης μεταξύ δυσλεξίας και αλεξιθυμίας, εξετάζεται εάν υπάρχει εντονότερη σχέση με έναν από τους τρεις παράγοντες της αλεξιθυμίας (ικανότητα αναγνώρισης συναισθημάτων, ικανότητα περιγραφής συναισθημάτων, εξωτερικός προσανατολισμός). Δεδομένου λοιπόν, των κοινωνικοσυναισθηματικών χαρακτηριστικών της δυσλεξίας, προκύπτουν διάφορα επιμέρους διερευνητικά ερωτήματα, προκειμένου να διαπιστωθεί αν υπάρχουν συγκεκριμένοι παράγοντες, όπως π.χ. είναι η συχνότητα συνάντησης με φίλους/ες, που μπορεί να ενισχύουν ή να αποδυναμώνουν την εμφάνιση αλεξιθυμίας. Συγκεκριμένα, ανακύπτει ο προβληματισμός αναφορικά με το αν η συχνότητα συνάντησης με φίλους/ες λειτουργεί ως ανασταλτικός παράγοντας της αλεξιθυμίας.

### 2.2. Το ερευνητικό εργαλείο

Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε στη συγκεκριμένη μελέτη χωρίζεται σε δύο ενότητες. Στην πρώτη ενότητα περιλαμβάνονται 9 ερωτήσεις αναφορικά με δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων, όπως φύλο, ηλικία, επάγγελμα γονέων, διαζύγιο γονέων, ύπαρξη αδελφών και άλλα. Η δεύτερη ενότητα αποτελείται από 20 δηλώσεις, οι οποίες έχουν παρθεί αυτούσιες από την 20-αντικείμενων κλίμακα αλεξιθυμίας του Τορόντο. Πρόκειται για μια κλίμακα αυτοαναφοράς η οποία απαρτίζεται από 20 δηλώσεις και έχει τρεις υποκλίμακες. Η πρώτη υποκλίμακα αναφέρεται στη δυνατότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων και αποτελείται από 7 δηλώσεις, η δεύτερη στη δυνατότητα έκφρασης των συναισθημάτων με 5 δηλώσεις και η τρίτη στον εξωτερικό προσανατολισμό με 8 δηλώσεις (Taylor, Bagdy, Parker 2003).

Η βαθμολόγηση είναι βασισμένη σε πενταβάθμια κλίμακα Likert. Κάθε δήλωση της κλίμακας βαθμολογείται από 1 έως 5 μονάδες και η συνολική βαθμολογία της κλίμακας από 20 έως 100 μονάδες. Υψηλή βαθμολογία στην κλίμακα δείχνει ότι το άτομο δεν έχει επαφή με τον εσωτερικό του κόσμο και δυσκολεύεται στην αναγνώριση ή/και στην έκφραση των συναισθημάτων του. Βαθμολογίες μεγαλύτερες από 61, σηματοδοτούν ύπαρξη αλεξιθυμίας, μεταξύ 52 και 60 δηλώνουν πιθανή αλεξιθυμία και από 51 και κάτω τη μη ύπαρξή της (Bagby, Parker, Taylor, 1994).

Η TAS-20 έχει υιοθετηθεί ως το κύριο εργαλείο για την αξιολόγηση της αλεξιθυμίας σε πολυάριθμες μελέτες με ποικιλία δειγμάτων. Έχει διαπιστωθεί ότι αποτελεί γενικότερα έναν εμπειρικό τρόπο μέτρησης της αλεξιθυμίας σε άνδρες και γυναίκες, σε κλινικά και μη κλινικά δείγματα. Η TAS-20 έχει χρησιμοποιηθεί ως ένα αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης της αλεξιθυμίας σε μια ποικιλία ηλικιακών ομάδων, συμπεριλαμβανόμενων

νομένων των μαθητών (Taylor, Badgy, Parker, 2003). Τα αποτελέσματα αυτά έχουν αναπαραχθεί σε διάφορους πολιτισμούς και χώρες. Χρησιμοποιώντας επιβεβαιωτική παραγοντική ανάλυση, μελέτες έχουν αναδείξει και τη διαπολιτισμική εγκυρότητα της τριπαραγοντικής δομής της αλεξιθυμίας (Taylor, Badgy, Parker, 2003). Αν και υπάρχουν αρκετές μέθοδοι διαθέσιμες για την αξιολόγηση της αλεξιθυμίας, η 20-σημείων κλίμακα αλεξιθυμίας του Τορόντο είναι η πιο ευρέως χρησιμοποιούμενη. Από ένα μεγάλο όγκο σχετικών ερευνητικών δεδομένων διαπιστώνεται ότι η TAS-20 επιδεικνύει εσωτερική συνέπεια και μεγάλη αξιοπιστία και εγκυρότητα, τόσο σε μεγάλα δείγματα όσο και σε μικρά. Επιπλέον, αυτά τα ευρήματα έχουν επαναληφθεί σε δείγματα που ποικίλλουν σε ηλικία, φύλο, κοινωνικοοικονομική κατάσταση, γλώσσα και πολιτισμό (Badgy, Parker, Taylor, 1994, Badgy, Taylor, Parker, 1994, Parker, Taylor, Badgy, 2003, Taylor, Badgy, Parker, 2003).

Η προσαρμογή της κλίμακας στα ελληνικά δεδομένα προέκυψε από τους Αναγνωστοπούλου και Κιοδέογλου. Ο συνολικός δείκτης αξιοπιστίας Cronbach Alpha της κλίμακας βρέθηκε 0.80. Στην υπο-κλίμακα «Δυσκολία Αναγνώρισης Συναισθημάτων», η μέγιστη βαθμολογία που μπορεί να συγκεντρώσει κάποιος είναι 35 μονάδες. Ο δείκτης αξιοπιστίας Cronbach της συγκεκριμένης υποκλίμακας είναι 0.78. Στην κλίμακα «Δυσκολία Έκφρασης Συναισθημάτων», η μέγιστη βαθμολογία είναι 25 μονάδες, με δείκτη αξιοπιστίας Cronbach 0.68. Στην κλίμακα «Εξωτερικός προσανατολισμός», η μέγιστη βαθμολογία που μπορεί να συγκεντρώσει κάποιος είναι 40 μονάδες. Ο δείκτης αξιοπιστίας Cronbach της συγκεκριμένης υποκλίμακας είναι 0.60.

### ***2.3. Περιγραφή του δείγματος***

Το δείγμα αποτελείται από 68 άτομα που φοιτούν από την τέταρτη τάξη του δημοτικού έως και την πρώτη Λυκείου, διαμένουν στο νησί της Ρόδου και φοιτούν σε συγκεκριμένο ιδιωτικό σχολείο, εκ των οποίων το 60,3% (n= 41) είναι αγόρια και το 39,7% (n=27) είναι κορίτσια. Από όλους τους συμμετέχοντες, το 44,1% (n=30) έχει διαγνωστεί με δυσλεξία, ενώ το 55,9% (n=38) του δείγματος είχε τυπικό μαθησιακό προφίλ και επιλέχθηκε με τυχαίο τρόπο μέσα από τα τμήματα φοίτησης των ατόμων με δυσλεξία. Ο διαχωρισμός των ατόμων σε αυτά με δυσλεξία και σε αυτά χωρίς δεν προέκυψε από τον διαγνωστικό έλεγχο της ερευνήτριας, αλλά από όσα είχαν αποφανθεί οι ψυχολόγοι που συνεργάστηκαν για τη διεξαγωγή της έρευνας. Από τα αγόρια του δείγματος, το 41,5% (n=17) παρουσιάζουν δυσλεξία σε αντίθεση με το 58,5% (n=24) που δεν παρουσιάζουν. Για τα κορίτσια, η αναλογία είναι 48,1% (n=13), έναντι του 51,9% (n=14) αντίστοιχα. Αναφορικά με τη χρονολογική ηλικία των ατόμων, αυτή εκτείνεται από 9 ετών έως 16 ετών. Ο μέσος όρος ηλικίας και η διάμεσος του δείγματος είναι περίπου 12 ετών. Τέλος, στην πλειονότητά τους τα άτομα συναντιούνται εκτός σχολείου δύο έως τέσσερις φορές την εβδομάδα με ποσοστό 48,5% (n =33). Ακολουθούν τα άτομα που συναντιούνται το πολύ μία φορά

την εβδομάδα με ποσοστό 35,3% ( $n = 24$ ), και όσοι βρίσκονται εκτός σχολείου περισσότερες από 5 φορές την εβδομάδα με ποσοστό 16,2% ( $n = 11$ ).

#### **2.4. Διαδικασία διεξαγωγής της έρευνας**

Η διαδικασία συλλογής του εμπειρικού υλικού πραγματοποιήθηκε κατά το σχολικό έτος 2015-2016. Ειδικότερα, τον Νοέμβριο του 2015 διανεμήθηκε το ερωτηματολόγιο, μέσω ηλεκτρονικής αποστολής, στο κέντρο συμβουλευτικής των εκπαιδευτηρίων στη Ρόδο. Η συλλογή των δεδομένων ολοκληρώθηκε το Δεκέμβριο του 2015. Επίσης, από το συγκεκριμένο ιδιωτικό σχολείο συγκεντρώθηκαν και τα ερωτηματολόγια από τους τα άτομα χωρίς δυσλεξία.

#### **2.5. Μέθοδος στατιστικής ανάλυσης**

Μετά τη συγκέντρωση των ερωτηματολογίων, πραγματοποιήθηκε η επεξεργασία των ερευνητικών δεδομένων με το πρόγραμμα στατιστικής ανάλυσης SPSS. Για την ανάλυση των δεδομένων, σε επίπεδο περιγραφικής στατιστικής δίνονται διμεταβλητοί πίνακες κατανομής συχνοτήτων, ενώ στις περιπτώσεις ποιοτικών μεταβλητών για να σχηματιστεί μια συνοπτική εικόνα δίνεται ο μέσος όρος ως μέτρο κεντρικής τάσης και η τυπική απόκλιση ως μέτρο διασποράς των τιμών.

Σε επίπεδο επαγωγικής στατιστικής, ανάλογα με το είδος των εξεταζόμενων μεταβλητών, εφαρμόστηκαν το απαραμετρικό στατιστικό κριτήριο  $\chi^2$  και το παραμετρικό κριτήριο  $t$  test για ανεξάρτητα δείγματα. Σε όλες τις περιπτώσεις ελέγχου στατιστικής σημαντικότητας, ως ελάχιστο όριο ύπαρξης στατιστικά σημαντικής διαφοράς υιοθετήθηκε το  $p = .05$ .

### **3. Αποτελέσματα της έρευνας**

Από τα δεδομένα του πίνακα 1 προκύπτει ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά της συνολικής βαθμολογίας στην κλίμακα αλεξιθυμίας μεταξύ των ατόμων με διαγνωσμένη δυσλεξία και των ατόμων χωρίς δυσλεξία ( $p = .000$ ). Πράγματι, από τα αναλυτικά στοιχεία του πίνακα διαπιστώνεται ότι ο μέσος όρος της βαθμολογίας των ατόμων με δυσλεξία είναι 58,63 και τοποθετεί κατά μέσο όρο τα άτομα με δυσλεξία στην κατηγορία της πιθανής αλεξιθυμίας, ελαφρώς όμως κάτω από το όριο της ύπαρξης αλεξιθυμίας. Αντίθετα, ο αντίστοιχος μέσος όρος των ατόμων χωρίς δυσλεξία είναι μόλις 44,92, δηλαδή 14 περίπου μονάδες μικρότερος και τοποθετεί τα άτομα χωρίς δυσλεξία σαφώς στην κατηγορία των ατόμων χωρίς αλεξιθυμία.

Στατιστικά σημαντικές διαφορές, όμως, μεταξύ των δυο ομάδων εντοπίζονται και στις τρεις υπό εξέταση υποκλίμακες. Στην υποκλίμακα «δυσκολία αναγνώρισης συναισθημάτων» ( $p = .000$ ), διαπιστώνεται ότι ο μέσος όρος της βαθμολογίας των ατόμων με δυσλεξία είναι 19,5, ενώ ο αντίστοιχος μέσος όρος των ατόμων χωρίς

δυσλεξία είναι 14,0. Στην υποκλίμακα «Δυσκολία έκφρασης συναισθημάτων» ( $p = .000$ ), διαπιστώνεται ότι ο μέσος όρος της βαθμολογίας των ατόμων με δυσλεξία είναι 16,4, ενώ ο αντίστοιχος μέσος όρος των ατόμων χωρίς δυσλεξία είναι 10,58. Τέλος, στατιστικά σημαντική διαφορά των μέσων όρων μεταξύ των δύο ομάδων εμφανίζεται και στην τρίτη υποκλίμακα «Εξωτερικός προσανατολισμός» ( $p = .013$ ), με το μέσο όρο της βαθμολογίας των ατόμων με δυσλεξία να είναι 22,73, ενώ ο αντίστοιχος μέσος όρος των ατόμων χωρίς δυσλεξία είναι 20,34.

**Πίνακας 1:** Βαθμολογία των ατόμων σε κάθε μια από τις υποκλίμακες αλλά και στο σύνολο της κλίμακας της αλεξιθυμίας με βάση την ύπαρξη (διάγνωση) δυσλεξίας ή μη. Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας των διαφορών των μέσων όρων

	Άτομα με δυσλεξία					Άτομα χωρίς δυσλεξία					Έλεγχος στατιστικών συμπερασμάτων	
	n	min	max	μ.ο.	τ.α.	n	min	max	μ.ο.	τ.α.	t	p
Δυσκολία αναγνώρισης συναισθημάτων	30	11	27	19,5	4,18	38	7	24	14,00	4,17	5,4	.000
Δυσκολία έκφρασης συναισθημάτων	30	11	22	16,4	3,02	38	5	18	10,58	3,21	7,61	.000
Εξωτερικός προσανατολισμός	30	14	30	22,73	3,85	38	12	30	20,34	3,84	2,54	.013
Συνολική Βαθμολογία	30	45	73	58,63	7,92	38	27	58	44,92	7,1	7,5	.000

Θέλοντας να διερευνήσουμε αν πράγματι διαφοροποιούνται τα άτομα με δυσλεξία σε σχέση με τα άτομα χωρίς δυσλεξία ως προς την πιθανότητα ύπαρξης αλεξιθυμίας, το δείγμα της έρευνας επιμερίστηκε σε τρεις ομάδες: άτομα με αλεξιθυμία, άτομα με πιθανή αλεξιθυμία και άτομα χωρίς αλεξιθυμία. Από τα δεδομένα του πίνακα 2 διαπιστώνεται ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση αναμεσα στη δυσλεξία και την αλεξιθυμία ( $p = .000$ ). Από τα αναλυτικά στοιχεία του πίνακα προκύπτει ότι από τα άτομα που έχουν δυσλεξία, το 40% έχει και αλεξιθυμία, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τα άτομα χωρίς δυσλεξία είναι 0,0%. Επίσης, από τα άτομα με δυσλεξία, το 40% εμφανίζει πιθανή αλεξιθυμία, ποσοστό που ανέρχεται στο 18,4% για τα άτομα χωρίς δυσλεξία. Αντίθετα, μόνο 20% των ατόμων με δυσλεξία δεν εμφανίζουν αλεξιθυμία. Το αντίστοιχο ποσοστό στα άτομα χωρίς δυσλεξία είναι 81,6%.



**Πίνακας 2:** Κατανομή συχνοτήτων της αλεξιθυμίας με βάση την ύπαρξη ή μη δυσλεξίας. Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας των διαφορών της κατανομής

Δυσλεξία	Αλεξιθυμία								Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας	
	Ύπαρξη (>60)		Πιθανή (52-60)		Μη ύπαρξη (<52)		Σύνολο		$\chi^2$	p
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ναι	12	40,0	12	40,0	6	20,0	30	100,0	29,677	.000
Όχι	0	0,0	7	18,4	31	81,6	38	100,0		
Σύνολο	12	17,6	19	27,9	37	54,4	68	100,0		

Παρά την αρχική πρόθεση για μελέτη της συνάφειας μεταξύ αλεξιθυμίας και συχνότητας συνάντησης με φίλους/ες, ξεχωριστά για τα άτομα με δυσλεξία και για τα άτομα χωρίς δυσλεξία, αυτό τελικά δεν κατέστη δυνατόν. Το μικρό μέγεθος του δείγματος είχε ως συνέπεια την αδυναμία έγκυρης εφαρμογής του στατιστικού κριτηρίου  $\chi^2$ . Έτσι, η έρευνα περιορίστηκε στην εξέταση της ύπαρξης ή μη αλεξιθυμίας με τη συχνότητα συνάντησης με φίλους/ες (πίνακας 3). Από τον έλεγχο στατιστικής σημαντικότητας του πίνακα προκύπτει ότι η αλεξιθυμία σχετίζεται με τη συχνότητα συνάντησης με φίλους/ες ( $p = .013$ ). Συγκεκριμένα, το 58,3% των ατόμων με αλεξιθυμία, συναντιόντουσαν το πολύ μία φορά την εβδομάδα με τους/τις φίλους/ες τους, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό των ατόμων χωρίς αλεξιθυμία ήταν μόλις 18,9%. Εντελώς αντίστροφη εμφανίζεται η εικόνα στην περίπτωση της συνάντησης με φίλους/ες δυο με τέσσερις φορές την εβδομάδα: το ποσοστό των ατόμων με αλεξιθυμία ήταν 67,7% ενώ το αντίστοιχο ποσοστό χωρίς αλεξιθυμία ήταν 25,0%.

**Πίνακας 3:** Κατανομή συχνοτήτων της συχνότητας συνάντησης με φίλους/ες με βάση την ύπαρξη ή μη αλεξιθυμίας. Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας των διαφορών της κατανομής

Συχνότητα συναντήσεων με φίλους/ες	Αλεξιθυμία								Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας	
	Υπαρξη (>60)		Πιθανή (52-60)		Μη ύπαρξη (<52)		Σύνολο		χ <sup>2</sup>	p
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Το πολύ μια φορά τη βδομάδα	7	58,3	10	52,6	7	18,9	24	35,3	12,742	.013
Δύο με τέσσερις φορές τη βδομάδα	3	25,0	5	26,3	25	67,6	33	48,5		
Πέντε με επτά φορές τη βδομάδα	2	16,7	4	21,1	5	13,5	11	16,2		
Σύνολο	12	100,0	19	100,0	37	100,0	68	100,0		

#### 4. Συμπεράσματα

Από την παρούσα έρευνα προέκυψαν ευρήματα που συσχετίζουν τη δυσλεξία με την αλεξιθυμία καθώς και την τριπαραγοντική δομή της. Έτσι, ένα άτομο με διαγνωσμένη δυσλεξία, φαίνεται να έχει υψηλή πιθανότητα να αναπτύξει αλεξιθυμία. Επιπρόσθετα, ένα άτομο με δυσλεξία παρουσιάζει σημαντικό έλλειμμα στην ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων του καθώς και στην έκφρασή τους σε σχέση με ένα άτομο χωρίς δυσλεξία. Αξιοσημείωτη διαφορά παρατηρείται και στον εξωτερικό προσανατολισμό των δύο ομάδων. Σχετικά με τα επιμέρους διερευνητικά ερωτήματα προέκυψε ότι μόνο η αλεξιθυμία σχετίζεται με τη συχνότητα συνάντησης με φίλους/ες.

Η βιβλιογραφία γύρω από την έρευνα της σύνδεσης της δυσλεξίας με την αλεξιθυμία είναι αρκετά περιορισμένη. Εξαίρεση αποτελεί η μετανάλυση των Mellor και Degen (2005), που υποστηρίζουν ότι τόσο τα άτομα με αλεξιθυμία όσο και τα άτομα με μαθησιακές δυσκολίες εμφανίζουν δυσκολία στην αναγνώριση εκφράσεων του

προσώπου και στην ικανότητα ενσυναίσθησης, προκειμένου να εκφράσουν συναισθήματα. Κατά παρόμοιο τρόπο, και οι δύο ομάδες τείνουν να λύνουν τα προβλήματα τους βασιζόμενες σε έναν εξωτερικά ελεγχόμενο τρόπο σκέψης (Mellor, Dagnan, 2005). Αυτή η παραλληλία, επιβεβαιώνεται στην παρούσα έρευνα, από τη διαπίστωση ισχυρής σχέσης της δυσλεξίας με την τριπαραγοντική δομή της αλεξιθυμίας.

Οι Mellor και Dagnan (2005) υποστηρίζουν ότι οι γονείς των ατόμων με μαθησιακές δυσκολίες στην προσπάθειά τους να προστατέψουν τα παιδιά τους από το να βιώσουν αρνητικά συναισθήματα, τους παρέχουν μια ελεγχόμενη και προστατευμένη ζώνη κοινωνικής αλληλεπίδρασης και τους αποτρέπουν από ευκαιρίες κοινωνικοποίησης. Η υπερπροστασία των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων μειώνει την αυθεντικότητα των διαπροσωπικών σχέσεων με τους συμμαθητές, οδηγώντας έτσι τα παιδιά στην αδυναμία αναγνώρισης των ειλικρινών προθέσεων των συμμαθητών τους και τους απομονώνει σε περιορισμένα κοινωνικά δίκτυα. Έτσι, οι παραπάνω συμπεριφορές είναι πιθανό να έχουν ως αποτέλεσμα την περιορισμένη επαφή με φίλους/ες.

Παρόλα αυτά στην παρούσα έρευνα, διαπιστώθηκε ότι η συχνότητα της επαφής με φιλικά πρόσωπα πιθανόν να συμβάλει ουσιαστικά στην ανάπτυξη αλεξιθυμίας. Πράγματι, οι Hesse και Floyd (2008) υποστηρίζουν ότι τα άτομα με αλεξιθυμία είναι λιγότερο στοργικά και κρατούν μεγαλύτερη απόσταση στις πολύ στενές τους σχέσεις. Αντίθετα, τα άτομα που περιέγραφαν τον εαυτό τους ως στοργικά είναι περισσότερο χαρούμενα, με μεγαλύτερες αντιστάσεις στο στρες και την κατάθλιψη και είχαν υψηλότερα επίπεδα ικανοποίησης από σχέσεις τους. Έτσι, ένα συναισθηματικά προβληματικό οικογενειακό περιβάλλον στην παιδική ηλικία, μια μη ασφαλής προσκόλληση στη μητέρα και ένα χαμηλό επίπεδο ενδοοικογενειακής επικοινωνίας, είναι πολύ πιθανό να οδηγήσει στην ανάπτυξη αλεξιθυμικών χαρακτηριστικών (Honkalampi, Koivumaa-Honkanen, et al., 2004).

## Βιβλιογραφία

- Apfel, R. & Sifneos, P. (1979) Alexithymia: Concept and Measurement. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 32(1-4), 180-190.
- Bagby, R., Parker, J. & Taylor, G. (1994) The twenty-item Toronto Alexithymia scale – I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal Of Psychosomatic Research*, 38(1), 23-32.
- Bagby, R., Taylor, G. & Parker, J. (1994) The twenty-item Toronto Alexithymia scale – II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal Of Psychosomatic Research*, 38(1), 33-40.

- Bermond, B., Clayton, K., Liberova, A., Luminet, O., Maruszewski, T. & Ricci Bitti, P. et al. (2007) A cognitive and an affective dimension of alexithymia in six languages and seven populations. *Cognition & Emotion*, 21(5), 1125-1136.
- Chen, J., Xu, T., Jing, J. & Chan, R. (2011) Alexithymia and emotional regulation: A cluster analytical approach. *BMC Psychiatry*, 11(1).
- Definition of Dyslexia – International Dyslexia Association* (2002) *Dyslexiaida.org*. Retrieved 25 November 2002, from <https://dyslexiaida.org/definition-of-dyslexia/>
- Farrell, M. (2006) *The effective teacher's guide to dyslexia and other specific learning difficulties* (1st ed.). London: Routledge.
- Freyberger, H. (1977) Supportive Psychotherapeutic Techniques in Primary and Secondary Alexithymia. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 28(1-4), 337-345.
- Grigorenko, E. (2001) Developmental Dyslexia: An Update on Genes, Brains, and Environments. *J. Child Psychol. Psychiat.*, 42(1), 91-125.
- Hesse, C. & Floyd, K. (2008) Affectionate experience mediates the effects of alexithymia on mental health and interpersonal relationships. *Journal Of Social And Personal Relationships*, 25(5), 793-810.
- Honkalampi, K., Koivumaa-Honkanen, H., Antikainen, R., Haatainen, K., Hintikka, J. & Viinamäki, H. (2004) Relationships Among Alexithymia, Adverse Childhood Experiences, Sociodemographic Variables, and Actual Mood Disorder: A 2-Year Clinical Follow-Up Study of Patients With Major Depressive Disorder. *Psychosomatics*, 45(3), 197-204.
- Lyon, G. (1995) Toward a definition of dyslexia. *Annals Of Dyslexia*, 45(1), 1-27.
- Lyon, G., Shaywitz, S. & Shaywitz, B. (2003) A definition of dyslexia. *Annals Of Dyslexia*, 53(1), 1-14.
- Mellor, K. & Dagnan, D. (2005) Exploring the concept of alexithymia in the lives of people with learning disabilities. *Journal Of Intellectual Disabilities*, 9(3), 229-239.
- Messina, A., Beadle, J. & Paradiso, S. (2014) Towards a classification of alexithymia: primary, secondary and organic. *Jornal Of Psychopathology*, (20), 38-49.
- Nemiah, J. & Sifneos, P. (1970) Psychosomatic Illness: A Problem in Communication. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 18(1-6), 154-160.
- Parker, J., Taylor, G. & Bagby, R. (2003) The 20-Item Toronto Alexithymia Scale: III. Reliability and factorial validity in a community population. *Journal Of Psychosomatic Research*, 55(3), 269-275.
- Riddick, B. (2010) Researching the social and emotional consequences of dyslexia. In B. Riddick, *Living with dyslexia* (2nd ed., pp. 34-54). London: Routledge.

- Sifneos, P. (1973) The Prevalence of 'Alexithymic' Characteristics in Psychosomatic Patients. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 22(2-6), 255-262.
- Sifneos, P. (1975) Problems of Psychotherapy of Patients with Alexithymic Characteristics and Physical Disease. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 26(2), 65-70.
- Taylor, G., Bagby, R. & Parker, J. (2003) The 20-Item Toronto Alexithymia Scale. *Journal Of Psychosomatic Research*, 55(3), 277-283.
- Taylor, G., Bagby, R. & Parker, J. (2003) The 20-Item Toronto Alexithymia Scale. *Journal Of Psychosomatic Research*, 55(3), 277-283.
- Vellutino, F., Fletcher, J., Snowling, M. & Scanlon, D. (2004) Specific reading disability (dyslexia): what have we learned in the past four decades?. *Journal Of Child Psychology And Psychiatry*, 45(1), 2-40.
- Westwood, P. (2004) *Learning and learning difficulties* (1st ed.). Camberwell, Vic.: ACER Press.