

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΕΛΕΥΘΕΡΝΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΕΤΗΡΙΔΑ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ



ΤΟΜΟΣ ΠΡΩΤΟΣ
ΡΕΘΥΜΝΟ 2004

Τύποι δεσμού και ψυχική υγεία στην καθημερινή αλληλεπίδραση: Ο ρόλος των συναισθημάτων στο διαπροσωπικό πλαίσιοⁱ

Κωνσταντίνος Καφέτσιος¹ και Παρασκευή Λυδάκη

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Τις τελευταίες δύο δεκαετίες πολλές έρευνες στις κοινωνικές επιστήμες έχουν αναδείξει τον κεντρικό ρόλο των συναισθηματικών και κοινωνικών πτυχών των τύπων δεσμού ενηλίκων (*adult attachment styles*) στην ψυχική υγεία. Από αυτή την οπτική, η θεωρία δεσμού αποτελεί ένα σημαντικό θεωρητικό πλαίσιο που συνδέει τα συναισθήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις με την ψυχική υγεία του ατόμου. Η παρούσα έρευνα επέκτεινε την υπάρχουσα βιβλιογραφία εξετάζοντας τα συναισθήματα στις κοινωνικές συνδιαλλαγές ως μία μεσολαβούσα μεταβλητή στη σχέση των τύπων δεσμού και της ψυχικής υγείας. Για 7 μέρες συλλέχθηκαν δεδομένα από 52 φοιτητές με την μέθοδο Δειγματοληψίας Καθημερινών Περιστατικών (*Rochester Interaction Record*) για τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα που βίωναν στις αλληλεπιδράσεις με γνωστούς και φίλους. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν επίσης κλίμακες ψυχικής υγείας (Περιοτασιακό Άγχος και Γενική Ψυχική Υγεία) και δεσμού Κλίμακα Βιωμάτων στις Διαπροσωπικές Σχέσεις) στο τέλος της εβδομάδας. Τα συναισθήματα στις καθημερινές συναναστροφές βρέθηκαν να συνδέονται τόσο με τις διαστάσεις δεσμού, όσο και με την ψυχική υγεία. Ωστόσο, ο ρόλος του πλαισίου των σχέσεων ήταν καθοριστικός, αφού οι διαστάσεις δεσμού βρέθηκαν να σχετίζονται με τα συναισθήματα κυρίως στις επαφές με καλούς φίλους και επιπλέον τα θετικά συναισθήματα με καλούς φίλους βρέθηκαν να έχουν μία θετική επίδραση στην ψυχική υγεία των συμμετεχόντων. Τα αποτελέσματα συζητούνται από την οπτική της θεωρίας των συναισθημάτων στο διαπροσωπικό πλαίσιο.

i. Μέρος αυτού του άρθρου παρουσιάστηκε στο Lidaki, P. & Kafetsios, K. (2004, Dec.). Everyday emotions and supportive interactions as mediators of individual differences effects on well being. In Kafetsios, K. & Sideridis, G. Symposium on Multi-level models of wellbeing. 1st International Conference: Quality of life and Psychology, Aristotle University, Thessaloniki, 3-5 December.

1. Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης
k.kafetsios@psy.soc.uoc.gr

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ: Συναισθήματα, Διαπροσωπικές σχέσεις, ψυχική υγεία, Τύποι δεσμού

Τύποι δεσμού και ψυχική υγεία στην καθημερινή αλληλεπίδραση: Ο ρόλος των συναισθημάτων στο διαπροσωπικό πλαίσιο

Τις τελευταίες δύο δεκαετίες παρατηρείται μια έντονη ερευνητική δραστηριότητα στην περιοχή εκείνη της κοινωνικής ψυχολογίας που μελετά την επίδραση των διαπροσωπικών σχέσεων στην ψυχική υγεία του ατόμου. Για παράδειγμα, έχει βρεθεί ότι η ποιότητα σχέσεων συνδέεται με την ψυχοπαθολογία (Bloom, Asher, & White, 1978), τις ασθένειες γενικότερα (Burman & Margolin, 1992), την καταπίεση του ανοσοποιητικού συστήματος (e.g. Kiecolt-Glaser, 1986), κ.α.. Πρόσφατες μελέτες έχουν επικεντρώσει στις γνωστικές και συγκινησιακές συνιστώσες των τύπων δεσμού ενηλίκων (adult attachment styles², Cassidy & Shaver, 1999) και την σχέση τους με την ψυχική υγεία του ατόμου (π.χ. Hammen, Burge, Daley, Davila, Paley, & Rudolph, 1995). Οι μελέτες συμφωνούν ότι άτομα με ανασφαλή τύπο δεσμού (έμμονο, αποφυγής-φοβικό, απωφυγής-απορριπτικό) έχουν χαμηλά επίπεδα ψυχικής υγείας (κατάθλιψη, άγχος, δυσθυμία κα). Παρόλο όμως το έντονο ερευνητικό ενδιαφέρον, στην πλειοψηφία τους οι μελέτες εξέτασαν την επίδραση του δεσμού με μεθόδους αυτό-αναφοράς της μιας χρονικής στιγμής, μία μέθοδος που έχει αποδειχθεί ανεπαρκής για την μέτρηση κάποιων τύπων ανασφαλούς δεσμού. Επιπλέον είναι λιγότερες εκείνες οι μελέτες που έχουν επικεντρώσει στην σχέση των τύπων δεσμού με τα συναισθήματα και την σχέση των δύο με την ψυχική υγεία.

Πρόσφατες μελέτες έχουν δείξει ότι η μέθοδος μέτρησης των τύπων δεσμού επηρεάζει σημαντικά τα αποτελέσματα και τις μετρήσεις των συναφών γνωστικών, συναισθηματικών και συμπεριφορικών διαδικασιών. Για παράδειγμα, πρόσφατες έρευνες που χρησιμοποίησαν την μέθοδο δειγματοληψίας περιστατικών (event sampling) βρήκαν ότι ο ανασφαλής-φοβικός τύ-

2. Ο όρος 'τύπος δεσμού' (attachment style) χρησιμοποιείται για τον όρο 'τύπος προσκόλλησης' για τους εξής λόγους: α) ο όρος 'προσκόλληση' υποδηλώνει χωρική εγγύτητα και ως εκ τούτου αφορά περισσότερο την έρευνα και θεωρία των αρχικών σταδίων ανάπτυξης όπου η επικοινωνία είναι περισσότερο μη-λεκτική. Σε μετέπειτα στάδια εξέλιξης οι συγγενείς γνωστικές και συναισθηματικές διαδικασίες επιτρέπουν την 'σύνδεση με κάποιο άτομο που θεωρείται πιο δυνατό και που παρέχει ασφάλεια' (Bowlby, 1969) ακόμη και αν το άτομο δεν είναι παρόν. Η παρούσα μελέτη έγινε στα πλαίσια της Κοινωνικής Ψυχολογίας των διαπροσωπικών σχέσεων, β) η λέξη προσκόλληση έχει αρνητική υποδήλωση και υπονοεί εξάρτηση (dependency). Πάντως, ο όρος 'δεσμός' (ουσιαστικό) θα πρέπει να διακριθεί από το δέσιμο (bonding). Βλ. και Καφέτσιος, 2003. Καφέτσιος, 2005.

πος δεσμού βιώνει πιο θετικά τα συναισθήματα στην αλληλεπίδραση με τους άλλους σε συγκρουσιακά (Pietromonaco & Feidman-Barrett, 1997) και καθημερινά (Kafetsios & Nezlek, 2002) πλαίσια. Αυτά τα ευρήματα έρχονται σε μερική αντίθεση με τα ευρήματα της κλασικής μελέτης ερωτηματολογίου μιας χρονικής στιγμής των Bartholomew και Hogowitz (1991) για τα χαρακτηριστικά του ασφαλούς και των ανασφαλών τύπων δεσμού. Η έρευνα που παρουσιάζεται σε αυτό το άρθρο είχε στόχο να εισαγάγει την μεθοδολογική καινοτομία της δειγματοληψίας περιστατικών στην μελέτη της επίδρασης των τύπων δεσμού στην ψυχική υγεία για να εξετάσουμε: α) πώς τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση με φίλους και γνωστούς διαμεσολαβούν στην σχέση των τύπων δεσμού με την ψυχική υγεία, και β) αν αυτή η πιθανή σχέση τύπων δεσμού, συναισθημάτων και ψυχικής υγείας είναι συνάρτηση τις συναισθηματικής εγγύτητας με την οποία αντιλαμβάνεται κανείς την σχέση του με τους άλλους (βλ. Berscheid & Ammazzagolso, 2001). Για παράδειγμα, η έρευνα των Kafetsios και Nezlek έδειξε ότι τα αποτελέσματα των τύπων δεσμού στις γνωστικές και συναισθηματικές διαδικασίες των ατόμων είναι συνάρτηση της εγγύτητας με την οποία αντιλαμβάνονται την σχέση τους με τους άλλους. Τέλος, από ότι γνωρίζουμε αυτή είναι μια από τις πρώτες μελέτες στην Ελλάδα που χρησιμοποιεί την μέθοδο της δειγματοληψίας περιστατικών.

Τύποι δεσμού και ψυχική υγεία: ο ρόλος της ρύθμισης των συναισθημάτων

Οι βασικές αρχές της θεωρίας δεσμού εξηγούνται αλλού (βλ. Cassidy & Shaver, 1999. Καφέτσιος, 2003. Καφέτσιος, 2005) και δεν θα επεκταθούμε εδώ. Θα παρουσιάσουμε όμως συνοπτικά αποτελέσματα ερευνών που συσχετίζουν τους τύπους δεσμού με την ψυχική υγεία. Πλήθος ερευνών (Bartholomew, 1993; Collins & Read, 1994; Shaver, Collins & Clark, 1996), έχουν αποδείξει ότι οι τύποι δεσμού που παρατηρούνται στην παιδική ηλικία εσωτερικεύονται σε γνωστικά-συναισθηματικά σχήματα (Ενεργά Μοντέλα Δεσμού –EMΔ– Attachment Working Models) και επηρεάζουν το άτομο σε όλο το φάσμα της ζωής. Τα EMΔ αφορούν εσωτερικές αναπαραστάσεις για το ίδιο το άτομο και τους άλλους γύρω του που εκπορεύονται από τις εμπειρίες στις σχέσεις του στην παιδική ηλικία και την εφηβεία και μεταφέρονται στις περαιτέρω σχέσεις του ατόμου σε όλο το φάσμα της ζωής.

Τα EMΔ ενέχουν γνωστικές, συναισθηματικές και συμπεριφορικές συνιστώσες και στρατηγικές που περιγράφονται επαρκώς στο μοντέλο της Bartholomew (1990). Ο ασφαλής τύπος δεσμού ενέχει γνωστικά-συναισθηματικά σχήματα θετικά για τον εαυτό του και τους άλλους και έχει μια λειτουργική ρύθμιση των συναισθημάτων. Ο τύπος αποφυγής σχετίζεται με αρ-

νητικά μοντέλα για τον εαυτό ή τους άλλους και διακρίνεται σε δύο περαιτέρω τύπους: τον απορριπτικό (avoidant-dismissing) και τον φοβικό (avoidant-fearful). Ο απορριπτικός τύπος έχει γενικά μια εξιδανικευμένα θετική εικόνα για τον εαυτό (ιδεατό εγώ) και μια αρνητική εικόνα για τους άλλους και ακολουθεί στρατηγικές απώθησης των αρνητικών συναισθημάτων. Ο φοβικός τύπος έχει μια αρνητική εικόνα και για τον εαυτό και για τους άλλους και ακολουθεί στρατηγικές υπερ-δραστηριοποίησης των αρνητικών συναισθημάτων όπως και ο έμμονος τύπος (preoccupied) που στο γνωστικό επίπεδο χαρακτηρίζεται από αρνητική εικόνα για τον εαυτό και μια θετική εικόνα για τους άλλους.

Οι τέσσερις αυτοί τύποι μπορούν να εκφραστούν ως συνάρτηση δύο διαστάσεων (Άγχος-μη άγχος και Αποφυγή-ασφάλεια). Για παράδειγμα, οι Brennan, Clark και Shaver (1998) έλεγξαν την σχέση ανάμεσα στα μοντέλα των τριών και τεσσάρων τύπων δεσμού και υποστηρίζουν ότι και τα δύο μοντέλα τύπων ακολουθούν μια δομή που χαρακτηρίζεται από δύο διαστάσεις. Αυτή την προσέγγιση ακολουθούμε και σε αυτή την εργασία καθώς έχει αποδειχθεί η πιο αποδεκτή στην βιβλιογραφία.

Υπάρχουν αρκετές δημοσιευμένες μελέτες που καταδεικνύουν την επίδραση των ατομικών διαφορών στην οργάνωση των συναισθημάτων των τύπων δεσμού στην ψυχική υγεία. Ανασφαλή άτομα χαρακτηρίζονται από υψηλά επίπεδα άγχους και ψυχολογικής καταπόνησης (Feeney, 1995, Kobak, Shaver, & Gamble, 1992). Επίσης ο τύπος αποφυγής συνδέεται με την καταπίεση των αρνητικών συναισθημάτων (Feeney, 1995), μια ψυχολογική στρατηγική που σχετίζεται με την εμφάνιση καρκινωμάτων (Kotler et al., 1994). Πρόσφατη έρευνα στη Μεγάλη Βρετανία και την Ελλάδα έδειξε ότι ο ανασφαλής τύπος εμμονής συνδέεται με υψηλά επίπεδα άγχους (Kafetsios, 2000, Καφέτσιος & Ιωαννίδου, 2004).

Το συναίσθημα ως μεσολαβούσα μεταβλητή

Η ρύθμιση των συναισθημάτων (emotion regulation) αποτελεί ένα σταθερό χαρακτηριστικό της οργάνωσης των τύπων δεσμού στους ενήλικες (Fueendelig, 1998). Έτσι, άτομα με ασφαλή τύπο δεσμού διακρίνονται από τα ανασφαλή άτομα στην βάση του αν η οργάνωση των συναισθημάτων είναι λειτουργική ή μη (Cassidy και Kobak, 1988, Kobak et al., 1992, Kobak & Seeery, 1988). Άτομα με ανασφαλή τύπο δεσμού (έμμονο, αποφυγής-φοβικό, αποφυγής-απορριπτικό) χαρακτηρίζονται από αδύναμη δομή του 'εγώ', περισσότερο άγχος και επιθετικότητα σε σχέση με τα ασφαλή άτομα. Ο έμμονος τύπος δίνει μεγαλύτερη έμφαση στα αρνητικά συναισθήματα (Dozier & Kobak, 1992) ενώ τα άτομα με τύπο αποφυγής καταπιέζουν πολύ τα συναισθήματά τους. Τα ασφαλή άτομα αναφέρουν περισσότερο θετικά παρά αρ-

νητικά συναισθήματα τόσο στις σχέσεις τους όσο και ατομικά (Kafetsios, 1996. Simpson, 1990).

Εντούτοις, οι παράγοντες που επεμβαίνουν στην σύνδεση ανάμεσα στους τύπους δεσμού, τα συναισθήματα και την ψυχική υγεία μόλις πρόσφατα έχουν γίνει αντικείμενο έρευνας. Το συναισθήματα κατέχει μια κεντρική θέση σε αυτή την σύνδεση, καθώς μεταβάλλει την διάθεση του ατόμου και αποτελεί ρυθμιστικό παράγοντα των διαπροσωπικών σχέσεων (Ryff & Singer, 2001). Η δυνατότητα ελέγχου του συναισθήματος είναι καίριας σημασίας για τον καθένα. Αρκεί να αναλογιστεί κανείς πόσο πρόσφορο είναι για την ψυχική υγεία κάθε ατόμου να δύναται να μειώνει τα αρνητικά συναισθήματα που προκαλούνται σε καθημερινό πλαίσιο από τις εκάστοτε αναιξοότητες και να επικεντρώνεται στα θετικά συναισθήματα που οδηγούν σε θετική διάθεση και την ψυχική ηρεμία. Οι στρατηγικές ρύθμισης του συναισθήματος, όπως αυτές που προαναφέραμε, πηγάζουν από τον τύπο δεσμού του ατόμου.

Σχετική με την θεώρηση αυτής της εργασίας είναι η θεωρία της Margaret Clark για τα συναισθήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις. Η Clark συνεχίζει μια σχολή στην θεωρία των συναισθημάτων που αντιμετωπίζει τα συναισθήματα σε άμεση σχέση με το κοινωνικό πλαίσιο (Clark, Pataki, & Carver, 1996). Τα συναισθήματα είναι δυναμικά γιατί συνδέουν ενδο-ατομικές διαδικασίες με το κοινωνικό περιβάλλον. Στο υπόβαθρο αυτού του σκεπτικού βρίσκεται η θεωρητική προσέγγιση του Hindle (1995) σχετικά με τα επίπεδα ανάλυσης ενδο-ατομικών και σχεσιακών ψυχολογικών μεταβλητών και το μοντέλο συναισθημάτων ως απόρροια του πλαισίου σχέσης (Berscheid, & Ammazzagolso, 2001).

Στόχοι της έρευνας και υποθέσεις

Ο πρώτος στόχος της έρευνας ήταν να εξετάσει την επίδραση των τύπων δεσμού στην ψυχική υγεία. Με βάση τις υπάρχουσες έρευνες για τις ατομικές διαφορές στην ρύθμιση των συναισθημάτων (και στον ελληνικό πληθυσμό βλ. Καφέτσιος και Ιωαννίδου, 2004), υποθέσαμε ότι άτομα με υψηλά επίπεδα αποφυγής και εμμονής θα έχουν χαμηλότερα επίπεδα ψυχικής υγείας. Η διάσταση εμμονής θα σχετίζεται περισσότερο με το άγχος και την αντίληψη του στρες.

Ο δεύτερος στόχος της έρευνας ήταν να συνδέσει τα συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση με τους τύπους δεσμού και την ψυχική υγεία. Ο στόχος αυτός έχει και μεθοδολογική αξία καθώς είναι πολύ λίγες οι έρευνες που εξετάζουν αυτούς τους παράγοντες τόσο στο γενικό επίπεδο όσο και στο επίπεδο της καθημερινής αλληλεπίδρασης. Με βάση τα αποτελέσματα από προηγούμενες έρευνες είχαμε δύο κύριες υποθέσεις:

α) Ότι ανασφαλείς τύποι δεσμού θα χαρακτηρίζονταν από περισσότερο αρ-

νη ανά και λιγότερα θετικά συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση β) Ότι η σχέση τύπων δεσμού με τα συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση θα ήταν συνάρτηση της αντιληπτής εγγύτητας με το/τα άτομα που συναναστρέφονταν. Με άλλα λόγια, το πλαίσιο της σχέσης θα επηρέαζε την σχέση ανάμεσα στους τύπους δεσμού και τα συναισθήματα.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Δείγμα

Η έρευνα έλαβε χώρα στο Ρέθυμνο και την Θεσσαλονίκη (σε 30 φοιτητές και φοιτήτριες του Πανεπιστημίου Κρήτης και 22 φοιτητές και φοιτήτριες του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου και του Πανεπιστημίου Μακεδονίας, αντίστοιχα). Λόγω ελλειπών στοιχείων στην συμπλήρωση των ερωτηματολογίων το τελικό δείγμα αποτέλεσαν 50 φοιτητές. Οι φοιτητές που συμμετείχαν στην έρευνα ανταποκρίθηκαν σε ανακοινώσεις σε διαλέξεις. Ο μέσος όρος ηλικίας ήταν τα 22 έτη περίπου, με ελάχιστο τα 20 έτη και μέγιστο τα 28. Οι γυναίκες αποτελούσαν το 60% του δείγματος, ενώ οι άντρες το 40%. Επιπλέον, η φοίτηση σε σχολή θετικής κατεύθυνσης αφορούσε το 36,7% και σε σχολή θεωρητικής κατεύθυνσης το 63,3%. Οι περισσότεροι δεν διατηρούσαν σχέση (σε ποσοστό 43,3%), εν αντιθέσει με ένα ποσοστό 36,7% που διατηρούσε μόνιμη σχέση και ένα ποσοστό 20% που βρισκόταν σε ευκαιριακή σχέση την χρονική περίοδο που έλαβε χώρα η έρευνα.

Διαδικασία

Η έρευνα παρουσιάστηκε ότι αφορά: «Πώς αισθάνεσαι και πώς σκέφτεσαι όταν βρίσκεσαι με κάποιο φίλο/η ή γνωστό/η» και αφού ενημερώθηκαν για τη διαδικασία, οι φοιτητές αποφάσισαν αν θα συμμετάσχουν ή όχι. Καθένας δεν εξέφρασε την επιθυμία να αποσυρθεί. Η σύνδεση με την ψυχική υγεία δεν γνωστοποιήθηκε στην παρουσίαση της έρευνας.

Η ερευνητική διαδικασία περιλάμβανε 2 μέρη. Αρχικά, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο περιστατικών RIR (Rochester Interaction Record, Wheeler & Nezlek, 1977) για τα αρνητικά και θετικά συναισθήματα στις καθημερινές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις του ατόμου. Συγκεκριμένα ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώνουν σε καθημερινή βάση για 7 έως 10 μέρες την εν λόγω κλίμακα, μετά από κάθε συνάντησή τους με κάποιο φίλο ή γνωστό, η οποία είχε διάρκεια μεγαλύτερη των 10 λεπτών. Στο δεύτερο μέρος οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την Γενική Κλίμακα Ψυχικής Υγείας και την Κλίμακα Περιστασιακού άγχους.

Στο ερωτηματολόγιο περιστατικών RIR περιλαμβάνονταν στοιχεία για την ημερομηνία της συνάντησης, την ακριβή διάρκεια της, τα αρχικά του ονόματος κάθε ατόμου με το οποίο συναντήθηκαν και το φύλο του. Επιπλέον, οι

συμμετέχοντες έπρεπε να αναφέρουν το είδος της σχέσης τους με τον άλλο (δηλαδή αν επρόκειτο για κάποιο μέλος της οικογένειας τους, κάποιο γνωστό, φίλο ή πολύ καλό φίλο). Έπειτα, ακολουθούσε μία λίστα με θετικά και αρνητικά συναισθήματα, 10 στο σύνολο τους (χαρά, λύπη, θυμό, ενθουσιασμό, άγχος, πίεση, ηρεμία, προσήλωση, απόρριψη, εγρήγορση) τα οποία συμπλήρωναν με επτάβαθμη διαβάθμιση (1 = “καθόλου”, 7 = “πάρα πολύ”). Οι 50 συμμετέχοντες συμπλήρωσαν 1264 ερωτηματολόγια περιστατικών με μέσο όρο 25 περιστατικά αλληλεπίδρασης κατά άτομο την εβδομάδα (είναι ενδιαφέρον να συγκριθεί αυτό με τον μέσο όρο 39 περιστατικών σε προηγούμενη έρευνα στην Αγγλία, Kafetsios, 2004).

Τα συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση ομαδοποιήθηκαν σε δύο κατηγορίες: θετικά και αρνητικά συναισθήματα. Η απόφαση αυτή βασίστηκε ακολουθώντας θεωρητικό σκεπτικό και τις υποθέσεις της έρευνας και τα αποτελέσματα παραγοντικής ανάλυσης.

Κλίμακες

Κλίμακα Βιωμάτων στις Διαπροσωπικές Σχέσεις (Experiences in Close Relationships Inventory. Brennan, Clark & Shaver, 1998, Kafetsios, 2002). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 36 ερωτήσεις αναφορικά με τις διαπροσωπικές σχέσεις γενικά. Οι απαντήσεις δίδονται με πεντάβαθμη κλίμακα από το “ποτέ” έως το “πολύ συχνά”. Η κωδικοποίηση των απαντήσεων γίνεται σε δύο διαστάσεις τύπων δεσμού: αποφυγής και εμμονής. Σε συνδυασμό οι δύο αυτές διαστάσεις μπορούν να δώσουν κατηγοριοποίηση σε τέσσερις τύπους (ασφαλή, έμμονο, αποφυγής -φοβικό, αποφυγής -απορριπτικό). Οι δύο κλίμακες είχαν καλό βαθμό εσωτερικής συνοχής (αποφυγής, $\alpha = .88$ και εμμονής, $\alpha = .89$).

Γενική κλίμακα ψυχικής υγείας – ΓΚΨΥγείας (General Health Questionnaire. Goldberg, 1978). Η κλίμακα περιλαμβάνει 20 ερωτήσεις με τετράβαθμη διαβάθμιση, αναφορικά με την φυσική και ψυχική υγεία του συμμετέχοντα. Οι ερωτήσεις αφορούν τρόπους αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων τις τελευταίες εβδομάδες. Προκειμένου να εξεταστεί η κατάσταση του συμμετέχοντα πριν και μετά την ερευνητική διαδικασία η κλίμακα χορηγήθηκε στην αρχή και στο τέλος της διαδικασίας. Η εσωτερική της συνοχή ήταν καλή ($\alpha = .83$). Υψηλότερη βαθμολογία στη κλίμακα υποδηλώνει χαμηλότερα επίπεδα ψυχικής υγείας.

Κλίμακα περιστασιακού άγχους (State Anxiety Inventory. Spielberger, Gorsuch & Lushene, 1970). Η κλίμακα αποτελείται από 20 ερωτήσεις (τετράβαθμη διαβάθμιση από το “καθόλου” έως το “πάρα πολύ”) που αναφέρονται σε θετικά ή αρνητικά συναισθήματα που σχετίζονται με το άγχος στις εφήμερες καταστάσεις. Η κλίμακα είχε υψηλή εσωτερική συνοχή ($\alpha = .93$).

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι αναλύσεις

Προκειμένου να εξετάσουμε την ισχύση των διαστάσεων δεσμού και της κοινωνικής στήριξης χρησιμοποιήθηκε το τεστ συνάφειας Pearson. Για την ανάλυση των αποτελεσμάτων από την δειγματοληψία περιστατικών (αρνητικό και θετικό συναίσθημα) χρησιμοποιήσαμε στατιστικές μεθόδους απλού ελάχιστου τετραγώνου (Ordinary Least Squares) όπως και σε έρευνες των Tidwell, Reis και Shaver (1996) και Pietromonaco και Feldman Barrett (1997). Αν και η μέθοδος αυτή δεν θεωρείται η πλέον ακριβής (Kafetsios & Nezlek, 2002), προτιμήθηκε για λόγους χρονικών περιορισμών στην ανάλυση. Τέλος, για την εξέταση της συγκριτικής επίδρασης των τύπων δεσμού και των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων στην ψυχική υγεία, χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση ιεραρχικής πολλαπλής παλινδρόμησης, η οποία δίνει την ευκαιρία στον ερευνητή να προσδιορίσει τη σειρά των μεταβλητών πρόβλεψης.

● Οι μεταβλητές της έρευνας – και των δύο επιπέδων – περιλαμβάνονται στο πίνακα που ακολουθεί, όπου συμπεριλαμβάνεται ο μέσος όρος και η τυπική απόκλιση καθεμίας εξ' αυτών.

Πίνακας 1: Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των μεταβλητών της ανάλυσης

	μ.ο.	τ.α.
Αποφυγής	2.38	.62
Εμμονής	2.67	.69
Αρνητικά Συναισθήματα	1.84	.63
Θετικά Συναισθήματα	3.77	.81
Γενική υγεία	2.14	.24
Περιστασιακό Άγχος	2.04	.51

Η πρώτη ανάλυση αφορούσε την συσχέτιση των τύπων δεσμού με τους δύο δείκτες ψυχικής υγείας (βλ. Πίνακα 2). Η διάσταση αποφυγής (αλλά όχι η διάσταση εμμονής) είχε ισχυρή θετική συσχέτιση με το περιστασιακό άγχος

Πίνακας 2: Διαστάσεις δεσμού και δείκτες ψυχικής υγείας

	Γενική Κλίμακα Ψυχικής Υγείας	Περιστασιακό άγχος
Αποφυγή	.02	.06
Εμμονής	.16	.53**

* $p < .05$ ** $p < .01$

αλλά όχι η διάσταση εμμονής. Για να ελέγξουμε διαφορές φύλου, επαναλάβουμε την ανάλυση αυτή ξεχωριστά για τους άνδρες και τις γυναίκες αλλά τα αποτελέσματα ήταν παρόμοια.

Στην συνέχεια εξετάσαμε την σχέση των τύπων δεσμού με τα αρνητικά συναισθήματα με φίλους και καλούς φίλους. Τα αποτελέσματα παρουσιάζονται κατά φύλο καθώς όπως φαίνεται από τον Πίνακα 3 υπήρχε διαφοροποίηση ανάλογα με το φύλο. Η διάσταση αποφυγής παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση με τα αρνητικά και τα θετικά συναισθήματα αλλά μόνο στις γυναίκες και στις αλληλεπιδράσεις με τους πολύ καλούς φίλους. Δηλαδή γυναίκες με υψηλή βαθμολογία στη διάσταση αποφυγής εμφανίζουν λιγότερα αρνητικά συναισθήματα όταν είναι με τους πολύ καλούς φίλους τους (αρνητικά συναισθήματα $r = -.58, p < .01$ και θετικά συναισθήματα $r = -.36, p < .05$). Στους άνδρες, ο τύπος δεσμού αποφυγής είχε θετική συσχέτιση με τα θετικά συναισθήματα με απλούς φίλους ($r = .51, p < .05$). ενώ στις γυναίκες είχε αρνητική συσχέτιση ($r = .39, p < .05$). Γενικά, πάντως, το γεγονός ότι η σύνδεση των τύπων δεσμού παρουσίασε μεγαλύτερη σχέση με τα συναισθήματα στις αλληλεπιδράσεις με καλούς φίλους επιβεβαίωσε το δεύτερο μέρος της δεύτερης υπόθεσης.

Πίνακας 3: Συσχετίσεις διαστάσεων δεσμού και συναισθήματος ανάλογα με το είδος της σχέσης

	Γνωστοί				Καλοί φίλοι			
	Αρνητικά συναισθήματα		Θετικά συναισθήματα		Αρνητικά συναισθήματα		Θετικά συναισθήματα	
	Άνδρες	Γυναίκες	Άνδρες	Γυναίκες	Άνδρες	Γυναίκες	Άνδρες	Γυναίκες
Αποφυγής	.21	-.07	.51*	-.01	-.10	-.58**	.26	-.36*
Εμμονής	-.10	-.04	.06	-.07	-.51*	.39*	-.16	.08*

$p < .05$ ** $p < .01$ Άνδρες = 18 Γυναίκες = 32

Οι συσχετίσεις ανάμεσα στους δύο δείκτες ψυχικής υγείας και τα αρνητικά συναισθήματα με γνωστούς και φίλους εξετάστηκαν ξεχωριστά σε άνδρες και γυναίκες. Αν και παρατηρήθηκαν κάποιες διαφορές στην ισχύ της συσχέτισης, σε όλες τις περιπτώσεις η κατεύθυνση της συσχέτισης ήταν η ίδια και στα δύο φύλα. Για αυτό τον λόγο παρουσιάζουμε τα αποτελέσματα αυτά και για τα δύο φύλα στους πίνακες 3 και 4. Όπως φαίνεται στον πίνακα 4 τα θετικά συναισθήματα με φίλους είχαν θετική επίδραση στην ψυχική υγεία των συμμετεχόντων στο τέλος της εβδομάδας.

Πίνακας 4: Συσχετίσεις των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων ανάλογα με το είδος της σχέσης με τους δύο δείκτες ψυχικής υγείας

	Γνωστοί		Καλοί φίλοι	
	Θετικά Συναισθήματα	Αρνητικά Συναισθήματα	Θετικά Συναισθήματα	Αρνητικά Συναισθήματα
Γενική Κλίμακα Ψυχικής Υγείας	-.16	-.08	-.51**	.09
Περιστασιακό Άγχος	-.20	-.35*	-.48**	.10

* $p < .05$ ** $p < .01$

Περνώντας στο δεύτερο επίπεδο της έρευνας, εξετάσαμε τον ρόλο των συναισθημάτων και της κοινωνικής στήριξης που βιώνεται από τις καθημερινές κοινωνικές συνδιαλλαγές, ως διαμεσολαβητικό παράγοντα στη σύνδεση των διαστάσεων δεσμού και της ψυχικής υγείας. Η συνδυασμένη επίδραση των τύπων δεσμού και των συναισθημάτων στην καθημερινή αλληλεπίδραση παρατηρήθηκε κυρίως σε σχέση με το περιστασιακό άγχος και όχι με την Γενική ψυχική υγεία. Έτσι στους πίνακες 5 και 6 παρουσιάζουμε δύο ιεραρχικά μοντέλα παλινδρόμησης όπου διαφαίνεται η σχετική συνεισφορά των τύπων δεσμού και των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων με γνωστούς και φίλους στο περιστασιακό άγχος. Και στα δύο μοντέλα ο τύπος δεσμού εμμονής ήταν σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας του περιστασιακού άγχους. Διαφοροποιείται όμως το μέγεθος της αρχικής συσχέτισης ($\beta = .51$ $p < .01$) με το περιστασιακό άγχος σε συνάρτηση με τα αρνητικά συναισθήματα με γνωστούς (αυξάνεται σε $\beta = .61$) ή τα θετικά συναισθήματα με καλούς φίλους (μειώνεται σε $\beta = .41$).

Από τους δύο πίνακες φαίνεται ξεκάθαρα ότι τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα έχουν μια διαφοροποιημένη επίδραση στο καθημερινό άγχος ανάλογα με την αντιληπτή εγγύτητα προς τον άλλο. Συγκεκριμένα, μεγαλύτερη εκδήλωση αρνητικών (και όχι τόσο θετικών) συναισθημάτων με γνωστούς συσχετίζεται με μικρότερα επίπεδα άγχους ($\beta = .32$) ενώ η μεγαλύτερη εκδήλωση θετικών συναισθημάτων με καλούς φίλους ($\beta = .40$) σχετίζεται με μικρότερα επίπεδα άγχους.

Πίνακας 5: Μοντέλο γραμμικής παλινδρόμησης του περιστασιακού άγχους με βάση τις διαστάσεις δεσμού και τα συναισθήματα με γνωστούς

	Περιστασιακό άγχος	R ²
1. Διάσταση αποφυγής	.08	.23*
Διάσταση εμμονής	.53***	
2. Διάσταση αποφυγής	.07	.41**
Διάσταση εμμονής	.62***	
●ετικά Συναισθ. με γνωστούς	-.25	
Αρνητ. Συναισθ. με γνωστούς	-.32*	
Τελικό μοντέλο	5.95 **	

* p < .05 **p < .01 ***p < .001

Πίνακας 6: Μοντέλο γραμμικής παλινδρόμησης του περιστασιακού άγχους με βάση τις διαστάσεις δεσμού και τα συναισθήματα με καλούς φίλους

	Περιστασιακό άγχος	R ²
1. Διάσταση αποφυγής	.08	.21*
Διάσταση εμμονής	.51***	
2. Διάσταση αποφυγής	.05 .31*	
Διάσταση εμμονής	.44**	
●ετικά συναισθ. με καλούς φίλους	-.40**	
Αρνητ. Συναισθ. με καλούς φίλους	-.01*	
Τελικό μοντέλο 4.17 **		

* p < .05 **p < .01 ***p < .001

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η επίδραση ατομικών παραγόντων, όπως ο τύπος δεσμού στην ψυχική υγεία είναι ένα θέμα που έχει εξεταστεί στην διεθνή βιβλιογραφία. Έρευνες επιβεβαιώνουν ότι οι τύποι δεσμού ασκούν μοναδική επίδραση στη ψυχική υγεία (West et al., 1986) και έχουν προβλεπτική αξία για μεταβλητές όπως το άγχος και η κατάθλιψη (Priel & Shamai, 1995). Η παρούσα έρευνα επέκτεινε την υπάρχουσα βιβλιογραφία για τους τύπους δεσμού, με την έμφαση που έδωσε στον ρόλο του συναισθήματος στις διπροσωπικές σχέσεις ως μεσολαβούσας μεταβλητής για την ψυχική υγεία. Επίσης η εξέταση των σχετικών ψυχολογικών φαινομένων σε δύο επίπεδα ανάλυσης ταυτόχρονα και

σε συνάρτηση διαφορετικών πλαισίων σχέσης από ότι γνωρίζουμε, πραγματοποιείται για πρώτη φορά σε δείγμα του ελληνικού πληθυσμού.

Τα ευρήματα σχετικά με του τύπους δεσμού και τους δείκτες ψυχικής υγείας (ότι δηλαδή η διάσταση εμμονής συνδέεται εμφανώς με το περιστασιακό άγχος) συμφωνούν με την γενική βιβλιογραφία. Σύμφωνα με τον Bowlby, τα υψηλά επίπεδα άγχους αποτελούν χαρακτηριστικό των ατόμων τύπου εμμονής, το οποίο οφείλεται στις δυσλειτουργικές στρατηγικές ρύθμισης του συναισθήματος που υιοθετούν, όπως είναι η υπερβολή του τελευταίου. Επιπλέον επιβεβαίωση προέρχεται και από τη διαχρονική έρευνα των Warren et al. (1997) από την οποία προέκυψε ότι βρέφη με τύπο δεσμού εμμονής (μέτρηση με τη μέθοδο του ξένου) είχαν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν διαταραχές άγχους ως έφηβοι, συγκριτικά με τους άλλους τύπους δεσμού (ασφαλή και αποφυγής). Παρόλα αυτά, τα αποτελέσματα δεν έδειξαν κάποια σχέση ανάμεσα στους τύπους δεσμού και τον γενικό δείκτη ψυχικής υγείας. Πρέπει να σημειωθεί ότι παρόμοιες έρευνες ερωτηματολογίου σε ελληνικά δείγματα έχουν παρουσιάσει ασθενή σχέση ανάμεσα στους τύπους δεσμού και την Γενική κλίμακα ψυχικής υγείας (Kafetsios & Sideridis, υπό κρίση). Η χρήση της κλίμακας στον ελληνικό γενικό πληθυσμό και με αυτή την μορφή ίσως θα πρέπει να επανεξεταστεί καθώς είναι μάλλον ανακόλουθη με τα ευρήματα από μελέτες σε άλλες χώρες.

Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν και τη δεύτερη υπόθεση σχετικά με τη σύνδεση των διαστάσεων δεσμού με τα συναισθήματα στις καθημερινές αλληλεπιδράσεις. Από ό,τι φάνηκε από τις αναλύσεις όμως, οι διαφορές στο φύλο σχετικά με τα συναισθήματα είναι προφανείς. Η υπόθεση σχετικά με την διάσταση αποφυγής και τα συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση φαίνεται να ισχύει κυρίως στις γυναίκες. Είναι πιθανόν οι συνδυαστές των ανδρών με καλούς φίλους να μην ενέχουν τον συναισθηματικό παράγοντα σε μεγάλο βαθμό, ή, ο ψυχισμός των Ελλήνων ανδρών τύπου αποφυγής να είναι διαφορετικός.

Είναι ενδιαφέρον πάντως, ότι από το χαρακτηριστικό τρόπο που ελέγχουν άτομα τύπου αποφυγής τα συναισθήματά τους επηρεάζονται τόσο τα αρνητικά όσο και τα θετικά συναισθήματα στις συναναστροφές με 'καλούς φίλους'. Η σχέση της διάστασης εμμονής με τα αρνητικά (κυρίως) συναισθήματα πάντως είχε ξεκάθαρη διαφοροποίηση ως προς το φύλο. Άνδρες με υψηλή βαθμολογία στην διάσταση εμμονής είχαν μικρότερη συχνότητα αρνητικών συναισθημάτων με καλούς φίλους ενώ οι γυναίκες μεγαλύτερη. Παρά επιμέρους διαφοροποιήσεις των δύο ανασφαλών διαστάσεων ως προς το φύλο, τα αποτελέσματα υποστηρίζουν το δεύτερο μέρος της δεύτερης υπόθεσης και τα αποτελέσματα προηγούμενης έρευνας στην Αγγλία (Kafetsios & Nezlek, 2002). Ότι δηλαδή, οι συναισθηματικές εκφάνσεις των τύπων δε-

σμού είναι εμφανής πιο πολύ στις πιο κοντινές σχέσεις, όταν και 'ενεργοποιούνται' τα σχετικά γνωστικο-συναισθηματικά σχήματα (Ενεργά Μοντέλα Δεσμού). Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν απόλυτα με το διαπροσωπικό μοντέλο των συναισθημάτων της Clark και της Berscheid (Clark, Palaki & Carver, 1995, Berscheid, & Ammazzaolo, 2001). Δηλαδή ότι το πώς το άτομο αντιλαμβάνεται την εγγύτητα στο διαπροσωπικό πλαίσιο καθορίζει σε μεγάλο βαθμό τα συναισθήματα του (γνωστική προσέγγιση για το συναίσθημα).

Τα αποτελέσματα από την συσχέτιση των δύο δεικτών ψυχικής υγείας με τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα στην καθημερινή αλληλεπίδραση δείχνουν ότι αυτό που έχει σημασία είναι το θετικό συναίσθημα στις αλληλεπιδράσεις. Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν με την θέση της Fredrickson (Fredrickson & Levenson, 1998) για την σημασία των θετικών συναισθημάτων και επιπροσθέτως, υπογραμμίζουν το ρόλο του πλαισίου. Είναι κυρίως τα θετικά συναισθήματα στις επαφές με καλούς φίλους που φαίνεται να βοηθούν την ψυχική υγεία των ατόμων.

Τέλος, ο έλεγχος της συγκριτικής συνεισφοράς των τύπων δεσμού και των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων στις διαπροσωπικές σχέσεις με γνωστούς και φίλους κατέδειξε την σημασία της διαφοροποίησης ανάλογα με την αντιληπτή εγγύτητα προς τον άλλο. Συγκεκριμένα, μεγαλύτερη εκδήλωση αρνητικών (και όχι τόσο θετικών) συναισθημάτων με γνωστούς συσχετίζεται με μικρότερα επίπεδα άγχους ενώ η μεγαλύτερη εκδήλωση θετικών συναισθημάτων με καλούς φίλους σχετίζεται με μικρότερα επίπεδα άγχους. Και στις δύο περιπτώσεις, η διάσταση εμμονής είχε θετική συσχέτιση με το καθημερινό άγχος αλλά το μέγεθος της συσχέτισης μετριάστηκε όταν συνυπολογίσαμε και τα θετικά συναισθήματα με τους καλούς φίλους και αυξήθηκε όταν συνυπολογίσαμε τα αρνητικά συναισθήματα από τους γνωστούς.

●α πρέπει τέλος να σημειώσουμε ότι τα αποτελέσματα αυτά είναι σημαντικά καθώς καταδεικνύουν την προβλεπτική ισχύ των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων στην αλληλεπίδραση για το περιστασιακό άγχος, καθώς η μέτρηση του ακολούθησε την δειγματοληψία περιστατικών στην διάρκεια της προηγούμενης (της μέτρησης άγχους) εβδομάδας.

Συμπερασματικά, τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις σχετίζονται διαφορικά με την ψυχική υγεία και ατομικές διαφορές στην οργάνωση του δεσμού. Το πλαίσιο της διαπροσωπικής σχέσης επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την συσχέτιση των τριών. Συγκεκριμένα, θετικά συναισθήματα με καλούς φίλους φαίνεται να έχουν μια θετική επίδραση στην ψυχική υγεία του ατόμου και τόσο θετικά όσο και αρνητικά συναισθήματα με καλούς φίλους να ενεργοποιούνται ως αποτέλεσμα των τύπων δεσμού και των σχετικών στρατηγικών ρύθμισης του συναίσθηματος.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Καφέτσιος, Κ. (2003). Ενεργά μοντέλα δεσμού ενηλίκων και ψυχική υγεία: Επισκόπηση της περιοχής και προτάσεις για κλινική εφαρμογή και έρευνα. *Εγκέφαλος*, 40, 30-45.
- Καφέτσιος, Κ. (2005). *Δεσμός, συναίσθημα και διαπροσωπικές σχέσεις*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Καφέτσιος, Κ. & Ιωαννίδου, Μ. (2004). Με λίγη βοήθεια από τους φίλους; Διαπροσωπικές σχέσεις και ψυχική υγεία σε δείγμα ιατρών. *Το Βήμα των Κοινωνικών Επιστημών*. 38, 43-62
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K. (1993). From childhood to adult relationships: Attachment theory and research. In S. Duck (Ed.), *Understanding Relationship Processes: Learning About Relationships* (vol.2, pp 30-62). Newbury Park: Sage.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 2, 226-244.
- Berscheid, E. & Ammazzarolso, H. (2001). Emotional experiences in close relationships. In G.J.O. Fletcher & M.S.Clark (Eds.) *Interpersonal processes* (pp. 308-330). Malden: Blackwel.
- Bloom, B., Asher, S. & White, S. (1978). Marital disruption as a stressor: A review and analysis. *Psychological Bulletin*, 85, 867-894.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998) Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships*. New York: Guilford Press.
- Burman, B. & Margolin, G. (1992). Analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin*, 112, 39-63.
- Cassidy, J., and Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. In Belsky, J. and T. Nezworski (Eds.), *Clinical Implications of Attachment* (pp. 300- 323). London: Erlbaum.
- Cassidy, J., & Shaver, P.R. (Eds). (1999). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York: Guilford Press
- Clark, M.S., Pataki, S. P., & Carver, V. (1996). Some thoughts and findings on self-presentation of emotions in relationships. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.) *Knowledge structures in close relationships*. Mahwah, N.J.: Erlbaum.

- Collins, N. and Read, S. (1994). Representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew and D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships: Attachment process in adulthood* (Vol 5 pp. 53-90). London: Jessica Kingsley.
- Dozier, M. and Kobak, R. R. (1992). Psychophysiology and adolescent attachment interviews: Converging evidence for repressing strategies. *Child Development*, 63, 1473-1480.
- Feeney, J.A. (1995). Adult attachment, coping style and health locus of control as predictors of health behaviour. *Australian Journal of Psychology*, 47, 3, 171-177.
- Fredrickson, B. L. & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & Emotion*. Vol 12(2), pp. 191-220
- Fuendeling, J. M. (1998). Affect regulation as a stylistic process within attachment style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 3, 291-322
- Goldberg, D.P. (1978) *Manual of the General Health Questionnaire*. Windsor: NFER- NELSON.
- Hammen, C.L., Burge, D., Daley, S.E., Davila, J., Paley, B., & Rudolph, K.D. (1995). Interpersonal attachment cognitions and prediction of symptomatic responses to interpersonal stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 436-443.
- Kafetsios, K. (1996). *Attachment Working Models in Dyadic Interaction*. Abstracts of the Annual Conference of the International Family Therapy (IFTA). Athens, Greece, p.112.
- Kafetsios, K. (2000, July). *Adult attachment, coping with stress and social support as predictors of mental health: Comparative results from Greece and the UK*, Paper presented at the 10th International Conference in Personal Relationships. Brisbane, University of Queensland, Australia.
- Kafetsios, K. (2002, July). Attachment, social support and well-being across the life span: Independent and combined effects. *Paper presented at the 11th International Conference on Personal Relationships*, Halifax, Canada.
- Kafetsios, K. & Nezelek, J. B. (2002). Attachment in everyday social interaction. *European Journal of Social Psychology*, 32, 5, 719-735.
- Kafetsios, K. & Sideridis, G. (under review). Attachment, social support, and well being in a Greek community sample.
- Kiecolt-Glaser, J.K. & Glaser, R. (1986). Psychological influences on immunity. *Psychosomatics*, 27, 621-624.
- Kobak, R. R. and Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence. *Child Development*, 59, 135-146.

- Kobak, R. R., Sudler, N. and Gamble, W. (1992). Attachment and depressive symptoms during adolescence: A developmental pathways analysis. *Development and Psychopathology*, 3, 461-474.
- Kotler, T., Buzwell, S., Romeo, Y., & Bowland, J. (1994). Avoidant attachment as a risk factor for health. *British Journal of Medical Psychology*, 67, 237-245.
- Pietromonaco, P. R., & Feldman Barrett, L. (1997). Working models of attachment and daily social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1409-1423.
- Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: effects of affect regulation. *Personality and Individual Differences*, 19, 2235-241.
- Ryff, C. & Singer, B.H. (Eds.) (2001). *Emotion, social relationships and health*. Oxford: University Press
- Shaver, P. R., Collins, N., and Clark, C. L. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In G. J. O. Fletcher and J. Fitness (Eds.) *Knowledge Structures in Close Relationships: A Social Psychological Approach* (pp. 25-61). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Simpson, J. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E. (1970). *The State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Tidwell, M. O., Reis, H. T., & Shaver, P. R. (1996). Attachment, attractiveness, and social interaction: a diary study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 729-745.
- Warren, S. L., Huston, L., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1997). Child and adolescent anxiety disorders and early attachment. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 36, 637-644.
- West, M., Livesey, W. J., Reiffer, L., & Sheldon, A. (1986). The place of attachment in the life events model of stress and illness. *Canadian Journal of Psychiatry*, 31, 202-207.

Attachment, emotion and wellbeing in everyday interactions: The influence of relational context

Konstantinos Kafetsios¹ & Paraskevi Lidaki

ABSTRACT

In the last two decades, multidisciplinary research in the social sciences has highlighted the key role of emotional and social facets of relating for psychological wellbeing. In that respect, attachment theory has been a central framework that connects emotions in relationships with wellbeing outcomes. The present study extended this research by examining emotions in social interactions as a possible mediating variable in the attachment-wellbeing relation. For seven days 52 student participants evaluated the positive and negative emotions, affect and support in interpersonal interactions in their relationships using a variant of the Rochester Interaction Record. Participants also completed measures of well-being (State anxiety, and General Health Questionnaire), adult attachment orientations in the beginning and the end of the week. Emotion in everyday interactions with acquaintances and good friends was found to be related to both attachment dimensions and wellbeing. However, the role of relational context was prominent, since attachment dimensions were found to be related to emotions in interactions with close friends and also positive emotions with close friends only were found to have a beneficial effect for participants' well-being. The results are discussed from the emotions-in-relationships perspective.

KEY WORDS: *Attachment, Wellbeing, Emotions, Personal relationships*

1. Department of Psychology, University of Crete
k.kafetsios@psy.soc.uoc.gr