



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ

Τμήμα Εκπαιδευτικής και Κοινωνικής Πολιτικής
Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών
«Ειδική Αγωγή, Εκπαίδευση και Αποκατάσταση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Αυτοεκτίμηση, αίσθημα μοναξιάς και ποιότητα των φιλικών σχέσεων
ενηλίκων με νοητική αναπηρία: μια διερευνητική μελέτη**

Πεταλίδου Κυριακή

Θεσσαλονίκη (2019)

Τμήμα Εκπαιδευτικής και Κοινωνικής Πολιτικής
Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών
«Ειδική Αγωγή, Εκπαίδευση και Αποκατάσταση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Αυτοεκτίμηση, αίσθημα μοναξιάς και ποιότητα των φιλικών σχέσεων
ενηλίκων με νοητική αναπηρία: μια διερευνητική μελέτη

Self-esteem, loneliness and the quality of friendship among adults with
intellectual disability; a research study

Πεταλίδου Κυριακή

Εξεταστική επιτροπή

Καρτασίδου Λευκοθέα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Επόπτης

Πλατσίδου Μαρία, Καθηγήτρια

Γιαννούλη Βασιλική, Επίκουρη Καθηγήτρια

«Ο/ Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι
αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά
στην εργασία τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους
κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας»

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη	5
Abstract	7
Πρόλογος	8
Εισαγωγή	9
Κεφάλαιο 1 ^ο	12
Φιλικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία	12
1.1. Νοητική Αναπηρία: όροι, ορισμοί και χαρακτηριστικά	12
1.2. Φιλικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία.....	16
1.2.1. Φιλικές σχέσεις: ορισμοί και χαρακτηριστικά.....	16
1.2.2. Φιλικές σχέσεις και άτομα με νοητική αναπηρία	23
1.3. Το αίσθημα μοναξιάς στα άτομα με νοητική αναπηρία	28
1.3.1. Μοναξιά: ορισμοί και χαρακτηριστικά	28
1.3.2. Μοναξιά και άτομα με νοητική αναπηρία	32
1.4. Αυτοεκτίμηση και άτομα με νοητική αναπηρία	33
1.4.1. Αυτοεκτίμηση: ορισμοί και χαρακτηριστικά	33
1.4.2. Αυτοεκτίμηση και νοητική αναπηρία.....	35
1.4.3. Αυτοεκτίμηση, αίσθημα μοναξιάς και φιλικές σχέσεις.....	37
1.5. Σκοπός της έρευνας, ερευνητικά ερωτήματα.....	39
Κεφάλαιο 2 ^ο	40
Μεθοδολογία της έρευνας	40
2.1. Ερευνητική στρατηγική.....	40
2.2. Συμμετέχοντες.....	41
2.3. Εργαλεία της έρευνας.....	43
2.3.1. Διαδικασία της έρευνας.....	48
2.4. Ανάλυση των δεδομένων.....	50
2.5. Προβλήματα στη διεξαγωγή της έρευνας.....	51
Κεφάλαιο 3 ^ο	52
Αποτελέσματα της έρευνας.....	52

3.1. Περιγραφικά αποτελέσματα για την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση.....	52
3.2. Σύγκριση ποιότητας των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς το φύλο.....	55
3.3. Συσχέτιση της ηλικίας με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, του αισθήματος μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης.....	56
3.4. Συσχέτιση ποιότητας φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς τον τόπο διαμονής.....	59
3.5. Σύγκριση ποιότητας των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς τις φίλες εντός και εκτός του φορέα.....	61
3.6. Συσχέτιση ποιότητας φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης.....	63
Κεφάλαιο 4ο:	66
Συμπεράσματα - συζήτηση – προτάσεις.....	66
4.1. Συμπεράσματα.....	66
4.2. Συζήτηση.....	69
4.2.1. Εκπαιδευτικές και κοινωνικές εφαρμογές.....	73
4.3. Περιορισμοί της έρευνας.....	76
4.4. Προτάσεις μελλοντικής έρευνας.....	77
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	78
Ελληνόγλωσση.....	78
Ξενόγλωσση.....	79
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	86
Ερωτηματολόγιο	86

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασία σχετίζεται με τις φιλικές σχέσεις των ενηλίκων με νοητική αναπηρία, την αυτοεκτίμησή τους και το αίσθημα μοναξιάς, που βιώνουν. Γενικότερα, έχει αποδειχθεί σε αρκετές έρευνες ότι οι τρεις αυτές έννοιες σχετίζονται άμεσα μεταξύ τους. Μολονότι τα τελευταία χρόνια επιδιώκεται η κοινωνική συμπερίληψη των ατόμων με αναπηρία, το κοινωνικό στίγμα παραμένει. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να εμφανίζονται ελάχιστες κοινωνικές εμπειρίες, γεγονός που τους ωθεί στην απομόνωση και επομένως σε αυξημένα επίπεδα μοναξιάς. Παράλληλα, η αυτοεκτίμηση διακρίνεται για το διττό της ρόλο, αφού μπορεί να λειτουργήσει είτε ως παράγοντας είτε ως αποτέλεσμα αυτών των αρνητικών κοινωνικών και συναισθηματικών καταστάσεων. Στην παρούσα έρευνα σκοπός ήταν να μελετηθούν αυτές οι μεταβλητές και η μεταξύ τους συσχέτιση σε πληθυσμό 104 ενηλίκων με ήπια και μέτρια νοητική αναπηρία, χρησιμοποιώντας εργαλεία αυτοαναφοράς. Η στατιστική ανάλυση έδειξε πως οι ερωτώμενοι κάνουν φίλους κυρίως εντός των δομών ειδικής αγωγής. Επιπλέον, φαίνεται πως διατηρούν την ποιότητα φιλικών σχέσεων και την αυτοεκτίμησή τους σε ικανοποιητικά επίπεδα, ενώ το αίσθημα μοναξιάς κυμαίνεται σε ένα μέτριο επίπεδο. Έτσι, διακρίνεται μια σημαντική αντίθεση στα αποτελέσματα αυτά με τα περισσότερα ευρήματα παλαιότερων ερευνών. Το γεγονός αυτό μπορεί να οφείλεται μεταξύ άλλων στις δυσκολίες που εμφάνισαν οι συμμετέχοντες στα μέτρα αυτοαναφοράς, αλλά και στην προσπάθεια δημιουργίας καλής εντύπωσης στην ερευνήτρια. Ωστόσο, τα δεδομένα αυτά αξίζουν να ληφθούν υπόψη, καθώς στην έρευνα αυτή καταγράφηκε η υποκειμενική κρίση των ατόμων με νοητική αναπηρία αναφορικά με τις φιλικές τους σχέσεις, την αξία που δίνουν στους εαυτούς τους και το αίσθημα μοναξιάς. Τέλος, οι ερευνητές και οι επαγγελματίες της ειδικής αγωγής χρειάζεται να κατανοήσουν καλύτερα της κοινωνική πραγματικότητα των ατόμων

με νοητική αναπηρία για τη δημιουργία επιτυχημένων εξατομικευμένων προγραμμάτων με στόχο την κοινωνική και ψυχολογική υποστήριξή τους.

Λέξεις κλειδιά: φιλικές σχέσεις, μοναξιά, αυτοεκτίμηση, νοητική αναπηρία.

ABSTRACT

The present study relates to friendship, feeling of loneliness and self-esteem among adults with intellectual disability. Generally, several researches have shown that these three notions are directly related to each other. Despite the social inclusion that has been pursued in recent years, the social stigma remains. As a result, these people experience fewer social interactions, which in turn lead them to isolation and increasing levels of loneliness. At the same time, self-esteem is distinguished by its dual role, since it can function either as a factor or as an outcome of these unfortunate social and emotional circumstances. What is more, the purpose of this study is to investigate these three variables and their correlations thoroughly among 104 adults with mild and moderate intellectual disability, using self-reported questionnaires. The statistical analysis showed that the respondents have friends mainly within the organizations of special education. In addition, they maintain quite a high quality of friendship and satisfactory levels of self-esteem, but moderate levels of loneliness. In conclusion, the aforementioned results notify a significant difference in comparison to findings from earlier surveys. This may be affiliated by the difficulties that participants faced while filling the questionnaires out. Also, the latest craved after making a good impression to the researcher. However, these data should be delved into as they consist of the individuals' perception. Namely, the sample answered if they truly feel lonely and if they have confidence in their own abilities at that moment. Ultimately, researchers and professionals in special education need to acknowledge the social activity of people with intellectual disability, in order to successfully create individual programmes in relation to social and psychological support.

Key words: friendship, loneliness, self-esteem, intellectual disability

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Αντικείμενο μελέτης της διπλωματικής μου εργασίας αποτέλεσαν οι φιλικές σχέσεις των ενηλίκων με νοητική αναπηρία, το επίπεδο αυτοεκτίμησής τους και το αίσθημα μοναξιάς, που βιώνουν. Το κίνητρο της επιλογής του συγκεκριμένου θέματος αποτέλεσε το γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια στα αναλυτικά προγράμματα ειδικής αγωγής δίνεται έμφαση στην εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων με σκοπό τις επιτυχημένες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και την ενίσχυση των φιλικών σχέσεων.

Επιπλέον, η ενασχόληση με την έννοια της μοναξιάς, προέκυψε από το γεγονός ότι κατά την περίοδο της πρακτικής μου άσκησης, συνομιλώντας με μέλη ειδικών δομών, παραδεχόταν το υψηλό αίσθημα μοναξιάς που τους διακατέχει. Αναφορικά με την αυτοεκτίμηση, έχει αποδειχθεί πως αποτελεί σημαντικός παράγοντας για τη σύναψη και διατήρηση φιλικών σχέσεων, ενώ ταυτόχρονα αποτελεί μηχανισμός διαχείρισης του αισθήματος της μοναξιάς.

Με την ολοκλήρωση της εργασίας αυτής, αισθάνομαι την ανάγκη να ευχαριστήσω θερμά την επιβλέπουσα καθηγήτριά μου, κυρία Καρτασίδου Λευκοθέα, για τη στήριξη και τη καθοδήγηση που μου παρείχε για την εκπόνηση της έρευνας. Επιπρόσθετα, ευχαριστώ αφενός όλους τους φορείς που μου επέτρεψαν να διεξάγω την έρευνά μου και αφετέρου όλους τους συμμετέχοντες που δέχτηκαν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιό μου.

Επιπλέον, ευχαριστώ από καρδιάς την οικογένειά μου, το σύντροφό μου Γιάννη, τις φίλες μου Μαρία-Αλεξάνδρα, Νατάσα και Μαρία, καθώς επίσης και τις συμφοιτήτριες μου Άννα και Τατιάνα, για την υποστήριξη και συμπαράσταση τους αυτά τα δύο χρόνια και κυρίως για την πλήρη κατανόησή τους.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι ψυχολόγοι και οι κοινωνιολόγοι, όταν αναφέρονται στις κοινωνικές σχέσεις του ατόμου, εστιάζουν κυρίως στη φιλία. Οι ιδιότητες των φιλικών σχέσεων και οι επιπτώσεις τους στην ανθρώπινη ζωή, όπως έχουν διαπιστωθεί μέχρι σήμερα, είναι η αιτία που διαχωρίζονται αυτού του είδους σχέσεων από άλλες (Dunverany & Arar, 2004). Οι ενήλικες με νοητική αναπηρία φαίνεται να μη συνάπτουν εύκολα φιλικές σχέσεις, ενώ όταν αυτό συμβαίνει, συνηθώς πρόκειται για άλλα άτομα με κάποια αναπηρία, που προέρχονται κυρίως από φορείς ειδικής αγωγής (Παυλίδου, 2015). Οι περιορισμοί στις κοινωνικές εμπειρίες (Verdonschot, Witte, Reichrath, Buntlnx & Curfs, 2009 ·Buttimer & Tierney, 2005), η δυσκολία έκφρασης των συναισθηματικών τους αναγκών και το κοινωνικό στίγμα είναι μερικούς από τους παράγοντες που καθορίζουν τα ελλείμματα στις φιλικές σχέσεις (Kamstra, Putten & Vlaskamp, 2014). Ωστόσο, για την ψυχική ευημερία του ατόμου αξίζει να μελετηθεί και η ποιότητα της εκάστοτε φιλίας, η οποία καθορίζεται από πολλούς παράγοντες, από ευκαιρίες για συμμετοχή σε κοινές δραστηριότητες ως την απόκτηση οικείας εχεμύθειας μέσω της συζήτησης (Nangle, Erdley, Newman, Mason & Corpenier, 2003). Εξάλλου, οι φιλικές σχέσεις αποτελούν πηγή ικανοποίησης κοινωνικών και ψυχολογικών αναγκών, όπως η υποστήριξη (Parker & Asher, 1993). Για το λόγο αυτό, οι ερευνητές εστιάζουν στα προβλήματα που μπορεί να επιφέρουν οι φτωχές φιλικές σχέσεις, όπως την εμφάνιση του αισθήματος μοναξιάς (Laws & Kelly, 2005· Nagle et al., 2003). Βασικά στοιχεία των στενών φιλικών σχέσεων, όπως είναι η αγάπη, η οικειότητα, η αμοιβαιότητα και η συνεργασία, είναι τα κριτήρια που μελετώνται για τον προσδιορισμό της μοναξιάς (Nagle et al., 2003). Επιπλέον, υπάρχει σύνδεση της μοναξιάς με τις φτωχές κοινωνικές δεξιότητες, τις μη ρεαλιστικές κοινωνικές προσδοκίες καθώς επίσης και με τη

φτωχή ιδέα του εαυτού (Nyre, Iverson & Eicher, 1994). Αναφορικά με το τελευταίο, το συναίσθημα της μοναξιάς επιδρά αρνητικά στην αυτοεκτίμηση του ατόμου, καθώς αποτελεί ένας από τους ισχυρότερους παράγοντες πρόβλεψής της και σχετίζεται άμεσα με αυτήν (Χατζηγεωργιάδου, 2007). Πιο συγκεκριμένα, οι φιλικές σχέσεις σχετίζονται άμεσα με την αυτοεκτίμηση του ατόμου καθώς οι φίλοι επικυρώνουν αμοιβαία την αυτο-αξία (self-worth) του άλλου, ενώ οι εμπειρίες στιγματοποίησης ή μοναξιάς φαίνεται να επηρεάζουν δυσμενώς τις αντιλήψεις του καθενός (Bosacki, Dane, Marini & YLC-CURA, 2007). Έτσι, η αυτοεκτίμηση σχετίζεται και με τη διατήρηση μιας ποιοτικής φιλικής σχέσης και τα επίπεδα μοναξιάς, ενώ ταυτόχρονα τα ελλείμματα στις ποιοτικές φιλικές σχέσεις μπορούν να οδηγήσουν σε χαμηλή αυτοεκτίμηση, δημιουργώντας έτσι έναν φαύλο κύκλο.

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να ερευνηθεί η ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το επίπεδο της μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης των ατόμων με ήπια και μέτρια νοητική αναπηρία. Επιπλέον, τα παραπάνω στοιχεία μελετώνται συγκριτικά με τα δημογραφικά στοιχεία, ενώ ταυτόχρονα αναζητούνται και οι μεταξύ τους συσχετίσεις.

Στην έρευνα συμμετέχουν 104 ενήλικες με ήπια και μέτρια νοητική αναπηρία, κατέχοντας ένα ικανοποιητικό επίπεδο γλωσσικής κατανόησης και δυνατότητα επικοινωνίας, ενώ κρίθηκε απαραίτητη και η συγκέντρωση της προσοχής. Για τη μέτρηση των μεταβλητών χρησιμοποιούνται ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς. Συγκεκριμένα, αξιοποιούνται το Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο Ποιότητας Φιλικών Σχέσεων (Shorten Version of Friendship Qualities Questionnaire-Revised, SV-FQQ-R) των Nangle et al. (2003), η κλίμακα ικανοποίησης από τη φιλία (Friendship Satisfaction Scale) των Parker και Asher (1993), η κλίμακα του De Jong Gierveld (Gierveld & Tilburg, 2006) για τη μοναξιά και η κλίμακα της Αυτοεκτίμησης του Rosenberg, Schooler & Schoenbach (1989).

Μέσω του προγράμματος στατιστικής ανάλυσης SPSS, φαίνεται πως οι συμμετέχοντες διασφαλίζουν υψηλή ποιότητα στις φιλικές τους σχέσεις, ενώ δηλώνουν ικανοποιημένοι από αυτές. Ταυτόχρονα, έχουν υψηλή αυτοεκτίμηση, όμως διατηρούν σε μέτρια επίπεδα το αίσθημα μοναξιάς. Γενικότερα, δεν υπάρχουν στατιστικά μεγάλες διαφορές ανάμεσα στις μεταβλητές και στα δημογραφικά στοιχεία. Αυτές εκδηλώνονται κυρίως στον παράγοντα του τόπου διαμονής. Ωστόσο, οι συσχετίσεις ανάμεσα στις φιλικές σχέσεις, στη μοναξιά και στην αυτοεκτίμηση, είναι έκδηλη και στην παρούσα εργασία, επιβεβαιώνοντας τα ευρήματα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης.

Αναφορικά με τα μη αναμενόμενα υψηλά επίπεδα της ποιότητας φιλικών σχέσεων και αυτοεκτίμησης, αυτά μπορεί να οφείλονται σε δυσκολίες που μπορεί να αντιμετώπισαν οι συμμετέχοντες στα εργαλεία αυτοαναφοράς, λόγω των γνωστικών ελλειμμάτων (Fujiura & RRTC Expert Panel on Health Measurement, 2012· Zig & Igric, 2001). Παράλληλα, παράγοντες, όπως η εμφάνιση της ερευνήτριας ως ένα μη οικείο πρόσωπο συντελεί στην προσπάθεια δημιουργίας καλής εντύπωσης (Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, 2003). Παρόλα αυτά, τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας θα πρέπει να μελετηθούν εκτενώς, καθώς παρόμοια ευρήματα έχουν διαπιστωθεί σε κάποιες προηγούμενες μελέτες. Το γεγονός αυτό μπορεί να αποτελέσει την απαρχή μιας θεωρίας που αποδεικνύει ότι τα άτομα με νοητική αναπηρία ίσως έχουν μια διαφορετική άποψη περί φιλίας και ότι διατηρούν διαρκείς και αμοιβαίες φιλικές σχέσεις (McVilly, Stancliffe, Parmenter, & Burton-Smith, 2006· Salmon, 2013· Sigstad, 2017· Webster & Carter, 2012).

Αξίζει να σημειωθεί ότι χρειάζονται να γίνουν περαιτέρω ποσοτικές και ποιοτικές έρευνες, ώστε να τεκμηριωθούν τα παραπάνω αποτελέσματα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

ΦΙΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

1.1. Νοητική Αναπηρία: όροι, ορισμοί και χαρακτηριστικά

Η Νοητική Αναπηρία από τα παλαιότερα χρόνια έως και σήμερα, είναι ένα φαινόμενο που απασχολεί την επιστημονική κοινότητα και την κοινωνία. Στο πεδίο της ειδικής αγωγής και εκπαίδευσης το ζήτημα της νοητικής αναπηρίας μελετήθηκε ιδιαίτερα, καθώς πολλά μοντέλα έχουν επηρεάσει την ορολογία που χρησιμοποιήθηκε, την εξήγηση και τον ορισμό του φαινομένου αλλά και τις εφαρμοζόμενες πολιτικές και πρακτικές (Schalock, 2011). Επιπλέον, η έννοιά της σημασιοδοτείται κάθε φορά από την οπτική πλευρά της επιστημονικής ειδικότητας, όπως του ψυχολόγου, του εκπαιδευτικού, του κοινωνιολόγου και άλλων. Έτσι, διαμορφώνεται μια σειρά από θεωρητικά πλαίσια, με όρους και περιγραφές, ανάλογους της επιστημονικής ομάδας και του προσανατολισμού που αυτές επιδέχονται, ως προς την Αναπηρία. Τα παλαιότερα μοντέλα επικεντρώνονταν στην ασθένεια, στα ελλείμματα και στην κατηγοριοποίηση, πράγμα το οποίο στιγματίσει τα άτομα με Νοητική Αναπηρία. Οι συνέπειες αυτής της οπτικής εξακολουθούν ακόμα να ταλανίζουν τον πληθυσμό αυτόν. Ταυτόχρονα, η ένταξή τους στην κοινωνία σχετίζεται άμεσα με τις εκάστοτε πολιτικές σκοπιμότητες και πολιτισμικές αξίες.

Όπως αναφέρει Putnam (2005), ήδη από το 1994, ο Hahn διευκρίνισε πως η Αναπηρία είναι αποτέλεσμα ακατάλληλης προσαρμογής του ατόμου στο περιβάλλον. Αν όμως το περιβάλλον προσέφερε όλους τους πόρους και τα απαιτούμενα στηρίγματα για την εκτέλεση μιας εργασίας ή δραστηριότητας, τότε δεν θα υπήρχε καμία «αναπηρία» ως προς την κοινωνική ιδέα που διαμορφώνεται έως και σήμερα (Putnam, 2005· Schneidert, Hurst, Miller

& Üstün, 2003). Ειδικότερα, τα τελευταία χρόνια οι επιστήμονες εστιάζουν σ' αυτή την ιδεολογία, πως η αναπηρία δηλαδή είναι μια κοινωνική και πολιτιστική κατασκευή. Αυτή η αντίληψη επικεντρώνεται στο ρόλο που διαδραματίζουν οι μορφές υποστήριξης του ατόμου για την ενίσχυση της λειτουργικότητάς του. Παράλληλα, επιτυγχάνεται και η κατανόηση της ταυτότητας της Αναπηρίας (disability identity), οι αρχές της οποίας στηρίζονται στην αυτοεκτίμηση, την υποκειμενική ευημερία, την υπερηφάνεια (pride), την πολιτική και τη συμμετοχή στα κοινά (Putnam, 2005· Schalock, 2011· Schalock & Luckasson, 2004· Schneidert et al., 2009). Για το λόγο αυτό, τα σύγχρονα μοντέλα εστιάζουν στο ανθρώπινο δυναμικό, την κοινωνική ένταξη και την παροχή υποστήριξης (Schalock, 2011· Schalock & Luckasson, 2004). Αυτός ο τρόπος προσέγγισης δίνει τη δυνατότητα σύνθεσης ενός ορισμού, ο οποίος λαμβάνει υπόψη όχι μόνο τη φύση της αναπηρίας αλλά και τον ρόλο της κοινωνίας.

Σύμφωνα με τη 10η έκδοση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (World Health Organization - WHO), η Νοητική Αναπηρία είναι «μια διαταραχή που προσδιορίζεται από την παρουσία ατελούς ή αργής πνευματικής ανάπτυξης, που χαρακτηρίζεται κυρίως από την υποβάθμιση συγκεκριμένων λειτουργιών σε κάθε στάδιο ανάπτυξης και συμβάλλει στο γενικό επίπεδο της νοημοσύνης, όπως είναι η γνωστική αντίληψη, η λειτουργικότητα, η κοινωνικοποίηση και η επικοινωνία» (Katz & Lazcano-Ponce, 2008, σελ. 133). Η Διεθνής Ταξινόμηση Νόσων (International Classification of Diseases) αναφέρει ότι η Νοητική Αναπηρία περιλαμβάνει μια ομάδα αναπτυξιακών συνθηκών που χαρακτηρίζονται από σημαντική εξασθένηση γνωστικών λειτουργιών. Αυτές συνδέονται με τους περιορισμούς της μάθησης, των δεξιοτήτων και της προσαρμοστικής συμπεριφοράς (Carulla et al., 2011· Schneidert et al., 2009), η οποία σχετίζεται με τη συλλογή εννοιολογικών, κοινωνικών και πρακτικών δεξιοτήτων που μαθαίνονται και εκτελούνται από τους ανθρώπους στην καθημερινότητά τους. Στην 11η έκδοση της Αμερικάνικης Ένωσης για τις Νοητικές και

Αναπτυξιακές Αναπηρίες (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) δίνεται ένας πιο επαρκής ορισμός για τη Νοητική Αναπηρία. Συγκεκριμένα, η Νοητική Αναπηρία περιγράφεται ως «μια αναπηρία που χαρακτηρίζεται από σημαντικούς περιορισμούς τόσο στη νοητική λειτουργία, όσο και στην προσαρμοστική συμπεριφορά, όπως εμφανίζεται σε πολλές καθημερινές, κοινωνικές και πρακτικές δεξιότητες» (Salvador – Carulla, Bertelli, Martinez – Leal, 2018, σελ. 85).

Για να ισχύει ο παραπάνω ορισμός, πρέπει να ισχύουν και οι πέντε παρακάτω αρχές (Schalock & Luckasson, 2004, σελ. 139):

α) «Οι περιορισμοί της παρούσας λειτουργικότητας πρέπει να αξιολογούνται μέσα στα πλαίσια του κοινωνικού περιβάλλοντος, το οποίο είναι τυπικό για τους συνομηλικούς και την κουλτούρα του ατόμου.

β) Η έγκυρη αξιολόγηση λαμβάνει υπόψη τις γλωσσικές και κοινωνικές διαφορές, καθώς επίσης και την επικοινωνία, τους αισθητηριακούς, κινητικούς και συμπεριφορικούς παράγοντες.

γ) Σε κάθε άτομο οι περιορισμοί, συχνά, συνυπάρχουν με δυνατότητες.

δ) Ένας σημαντικός λόγος για τον οποίο περιγράφονται οι περιορισμοί είναι για να αναπτυχθεί ένα προφίλ για τις επιπρόσθετες υπηρεσίες που είναι απαραίτητες.

ε) Με τις κατάλληλες ατομικές υποστηρικτικές υπηρεσίες για μια συγκεκριμένη περίοδο, η λειτουργικότητα του ατόμου με νοητική καθυστέρηση, γενικά, θα βελτιωθεί».

Εκτός από τις προσπάθειες για τη διατύπωση ενός ορισμού της Νοητικής Αναπηρίας, αυτό που ταλανίζει τους επιστήμονες, τα ίδια τα άτομα αλλά και τις οικογένειες τους είναι οι αιτίες της εμφάνισής της. Ο τομέας που ασχολείται με την έρευνα κυρίως των κληρονομικών και αναπτυξιακών παραγόντων είναι αυτός της ιατρικής, ωστόσο οι παράγοντες αυτοί διαφέρουν από άτομο σε άτομο (Katz & Lazcano-Ponce, 2008). Ακόμη, η

ιατρική προσέγγιση βασίζεται περισσότερο στην παθολογία και στην οργανικότητα (Schalock, Luckasson & Shogren, 2007).

Αναφορικά με την πνευματική προσέγγιση, χρησιμοποιείται η μέτρηση της νοημοσύνης για την κατηγοριοποίηση του πληθυσμού των ατόμων με νοητική αναπηρία (Schalock et al., 2007). Έχει αποδειχθεί πως η νοημοσύνη δεν είναι σταθερή και αμετάβλητη, καθώς αποτελεί μια σύνθετη λειτουργία, στην οποία υπεισέρχονται πολλοί παράγοντες, όπως οι εμπειρίες του ατόμου, η προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, η επίλυση προβλημάτων καθώς επίσης και η υποστήριξη του ατόμου (Hodapp, 2003).

Ωστόσο, απαιτούνται αξιολογήσεις και στις υπάρχουσες δεξιότητες των ατόμων. Συγκεκριμένα, στα άτομα με νοητική αναπηρία εμφανίζεται κυρίως εξασθένιση βασικών λειτουργιών που απαιτούνται για την απόκτηση της γνώσης. Αυτές αποτελούνται από τις δυσκολίες στη λεκτική κατανόηση, την περιορισμένη μνήμη εργασίας, τη γνωστική δυσλειτουργία, που σχετίζεται με τομείς της μάθησης, και τις δυσκολίες στη διαχείριση της συμπεριφοράς, των συναισθημάτων και των διαπροσωπικών σχέσεων (Carulla et al., 2011). Επιπλέον, σύμφωνα με την AAIDD άλλοι περιορισμοί που παρουσιάζονται σχετίζονται με την προσωπική φροντίδα, τη ζωή στο σπίτι (home life), τη συμμετοχή στην κοινότητα, την αυτονομία (self-governance), την υγεία και την ασφάλεια (Katz & Lazcano-Ponce 2008). Οι παραπάνω δεξιότητες, καθώς και άλλες που αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι των διαπροσωπικών σχέσεων, της υπευθυνότητας, της αυτοεκτίμησης και της επίλυσης κοινωνικών προβλημάτων σχετίζονται με την προσαρμοστική συμπεριφορά. Προκειμένου να γίνει περισσότερο αντιληπτός ο όρος της προσαρμοστικής συμπεριφοράς, αυτός αναφέρεται στο ρυθμό ανάπτυξης δεξιοτήτων που σχετίζονται με την αυτοεξυπηρέτηση, την απόκτηση γνώσεων και την κοινωνική προσαρμογή, όπως αυτή αντανακλάται από τις σχέσεις με το οικογενειακό περιβάλλον αλλά και με τους συνομήλικους (Φράγκου, 2017·

Gilmore & Cuskelly, 2014). Το κριτήριο σημαντικών περιορισμών στην προσαρμοστική συμπεριφορά είναι η χαμηλή απόδοση σε έναν από τους παραπάνω τρεις τύπους ή η συνολική βαθμολογία σε ένα τυποποιημένο μέτρο εννοιολογικών, κοινωνικών και πρακτικών δεξιοτήτων.

Είναι λοιπόν αντιληπτό, ότι οι περιορισμοί στη νοητική λειτουργία και την προσαρμοστική συμπεριφορά είναι τα κύρια χαρακτηριστικά των ορισμών που δίνονται για την Νοητική Αναπηρία (Schalock et al., 2007). Τέλος, ο όρος Νοητική Αναπηρία, όπως διευκρινίζει και ο Schalock (2011), ευθυγραμμίζεται καλύτερα με τις πρακτικές που σχετίζονται με τις λειτουργικές συμπεριφορές και τους σχετικούς παράγοντες, παρέχει μια λογική βάση σε ένα κοινωνικο-οικολογικό πλαίσιο και είναι συνεπής με διεθνή ορολογία.

1.2. Φιλικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία

1.2.1. Φιλικές σχέσεις: ορισμοί και χαρακτηριστικά

Μέσω της συμμετοχής του ατόμου στην κοινωνία, διαμορφώνονται τρεις τομείς κοινωνικής ζωής: η εγχώρια ζωή, η διαπροσωπική ζωή (συμπεριλαμβανομένων των επίσημων αλλά και των άτυπων κοινωνικών, οικογενειακών και στενών σχέσεων) και οι σημαντικές δραστηριότητες ζωής, όπως είναι η εκπαίδευση (Verdonschot et al., 2009). Αναφορικά με τις διαπροσωπικές σχέσεις, έχει διαπιστωθεί ότι οι πρώτες σχέσεις που αναπτύσσει το άτομο είναι αυτές με τη μητέρα του και τα υπόλοιπα μέλη της οικογενείας του (πρωτογενής φορέας κοινωνικοποίησης). Σταδιακά, διευρύνει τις κοινωνικές σχέσεις στο σχολείο (δευτερογενής φορέας) και μετά σε άλλα περιβάλλοντα, όπου το άτομο πλέον διαμορφώνει τη συμπεριφορά του (τριτογενής τομέας) (Παπαδοπούλου, 2017). Από αυτές, ορισμένες μόνο εξελίσσονται σε φιλικές σχέσεις.

Για τον όρο «φιλία», έχουν διατυπωθεί ορισμοί από πολλούς ερευνητές. Ο Αριστοτέλης όριζε τη «φιλία» ως «τη σχέση μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων του ίδιου ή και διαφορετικού φύλου με κύριο χαρακτηριστικό την αμοιβαία πλατωνική αγάπη, την αφοσίωση και κατανόηση, χωρίς κατ' ανάγκη να υπάρχει συμφέρον, κίνητρο ή ανώτερος στόχος» (Παπαδοπούλου, 2017, σελ. 12). Σύμφωνα με τους Nangle, Erdley, Newman, Mason και Carpenter (2003), η φιλία είναι μια αμφίπλευρη κατασκευή που αναφέρεται στη συμμετοχή του ατόμου σε μια στενή, αμοιβαία, δυαδική σχέση. Επιπλέον, σύμφωνα με τους Newcomb και Bagwell (1995), «η φιλία αποτελεί μια στενή και οικεία σχέση η οποία χαρακτηρίζεται από συντροφικότητα, ομοιομορφία ενδιαφερόντων, δραστηριοτήτων, αξιών και αντιλήψεων» (Παυλίδου, 2015, σελ. 68). Οι φιλικές σχέσεις των ατόμων περιλαμβάνουν ένα ευρύ φάσμα από τις απλές γνωριμίες μέχρι και τις πολύ στενές φιλίες. Πιο συγκεκριμένα, συμπεριλαμβάνονται οι δυαδικές σχέσεις έως και η συμμετοχή σε μεγαλύτερες ομάδες συνομηλίκων. Η δυαδική φιλία ορίζεται ως «μια κοινωνική σχέση μεταξύ δύο ατόμων που είναι αμοιβαία, προσφέρει ικανοποίηση και διασκέδαση και στα δύο πρόσωπα» (Shokoohi-Yekta και Hendrickson, 2010, σελ. 24). Είναι, δηλαδή, μια σχέση που χαρακτηρίζεται από πολλές εκούσιες επαφές και από κοινού εμπειρίες διαχρονικά. Η μορφή της είναι αποτέλεσμα του συνδυασμού της ιδιοσυγκρασίας των δύο ατόμων κατά την αλληλεπίδραση, δηλαδή των προσωπικών χαρακτηριστικών, καθώς και του ιστορικού της σχέσης, των συνθηκών της δημιουργίας της, αλλά και των προσδοκιών των μελών της (Dunn, 1999· Parker & Asher, 1993).

Γενικότερα, για τη σύναψη μιας φιλίας, υπάρχουν τέσσερα στάδια (Παπαδοπούλου, 2017):

- α) η εγγύτητα, όπου τα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αλληλεπιδρούν,
- β) τα κοινά ενδιαφέροντα ή οι ασχολίες,

γ) η σταθεροποίηση της φιλικής σχέσης, όπου τα άτομα μοιράζονται σκέψεις και συναισθήματα αποκαλύπτοντας τον εαυτό τους και επιλύοντας συγκρούσεις και

δ) η συναισθηματική δέσμευση.

Η διάκριση της φιλίας έχει διάφορες μορφές ανάλογα από το πλαίσιο που μελετάται. Συγκεκριμένα, οι Tipton, Christensen και Blacher (2013) αναφέρουν τρεις τομείς:

α) την ύπαρξη ή την έλλειψη φιλίας, β) τον αριθμό των φίλων και γ) την ποιότητα αυτής της φιλίας. Από την άλλη, η Παυλίδου (2015) συγκέντρωσε τις διακρίσεις που αφορούν το πόσο στενή μπορεί να είναι η φιλική σχέση και είναι οι εξής τρεις: α) ο «κολλητός» φίλος, β) ο «καλός» φίλος και γ) ο «ευκαιριακός» / γνωστός φίλος.

Παράλληλα, οι φιλικές σχέσεις του ατόμου μπορούν να μελετηθούν είτε ως προς τη δομή, είτε ως προς τη λειτουργία τους. Όσον αφορά τη δομή των φιλικών σχέσεων, αυτή αναφέρεται στο μέγεθος του κοινωνικού δικτύου και σε χαρακτηριστικά όπως η ομοιογένεια, η πυκνότητα, ο τρόπος και ο τόπος της αλληλεπίδρασης μεταξύ των μελών (Kamstra et al., 2014). Με την αναφορά στα κοινωνικά δίκτυα εννοούνται οι «ομότιμες ομάδες στις οποίες ανήκει ένα άτομο και συχνά υπολογίζεται ως η συχνότητα των προτάσεων για φιλία» (Locke, Ishijima, Kasary & London, 2010, σελ. 75). Από την άλλη, η λειτουργία της εκάστοτε φιλικής σχέσης αναφέρεται στο σκοπό της δημιουργίας τους, όπως είναι η βοήθεια ή η συναισθηματική στήριξη, η οποία μπορεί να καθοριστεί είτε από επίσημες είτε από ανεπίσημες πηγές (Kamstra et al., 2014· Lippold & Burns, 2009). Ο Buysse (1997), όπως αναφέρουν οι Kamstra και συνεργάτες (2014), διαχωρίζει τη λειτουργία των φιλικών σχέσεων σε κοινωνικο-συναισθηματική υποστήριξη (social-emotional support) και σε πρακτικο-οργανωτική υποστήριξη (practical-instrumental support). Η πρώτη εστιάζει στη συναισθηματική προσαρμογή, για παράδειγμα ακρόαση, συζήτηση, συμβουλευτική, ενώ η δεύτερη κυμαίνεται περισσότερο στον τομέα επίλυσης προβλήματος και περιλαμβάνει υλική

και απτή βοήθεια, σε επίπεδο υλικών αγαθών και υπηρεσιών. Αυτού του είδους η υποστήριξη μπορεί να μετριάσει τον αντίκτυπο των στρεσογόνων παραγόντων στη ψυχολογική ευημερία και να μειώσει τα αισθήματα μοναξιάς και κατάθλιψης (Greenberg, Seltzer, Krauss, & Kim, 1997). Οι Simplican, Leader, Kosciulek και Leahy (2014), εκτός από τον παραπάνω διαχωρισμό, υπογραμμίζει και ένα τρίτο είδος χαρακτηριστικών, την κατηγορία. Αυτή αναφέρεται στο είδος των ανθρώπων που επιλέγονται για τη σύναψη φιλίας, όπως για παράδειγμα εάν αποτελούν μέλη οικογένειας ή βοηθητικό προσωπικό.

Γενικότερα, η φιλία φαίνεται να είναι περισσότερο ένα συνεχές κατασκεύασμα που αποτελείται από πολλά διαφορετικά επίπεδα σχέσεων. Σε ένα εννοιολογικό επίπεδο, η έννοια της συνέχειας συμβαδίζει με τις προτάσεις του Sullivan (1953), που ισχυρίζεται ότι διαφορετικές λειτουργίες εξυπηρετούνται από διάφορους τύπους σχέσεων (Nangle et al., 2003). Για παράδειγμα, το άτομο μπορεί να διατηρεί μια καλή φιλία, η οποία χαρακτηρίζεται από λιγότερη οικειότητα αλλά λειτουργεί ως πηγή σημαντικής βοήθειας, φροντίδας, συντροφικότητας και ενίσχυσης των θετικών χαρακτηριστικών του ατόμου.

Τα πλεονεκτήματα σύναψης και διατήρησης μιας φιλικής σχέσης είναι εκείνα που την καθιστούν από τις σημαντικότερες διαπροσωπικές σχέσεις που μπορεί να δημιουργήσει το άτομο κατά την αλληλεπίδρασή του με άλλους. Ειδικότερα, οι φιλικές σχέσεις, ως αναζωογονητικό στήριγμα, βελτιώνουν πολλές πλευρές της ανθρώπινης ζωής (Dundevany & Agar, 2004). Εκτός από την ευχαρίστηση και τις ευκαιρίες που παρέχει η φιλία για την κοινωνική ανάπτυξη του ατόμου, η συχνή επαφή με φίλους αποτελεί σημαντική προϋπόθεση και για την ψυχολογική του ανάπτυξη αλλά και για την ευημερία του (Lippold & Burns, 2009· Whitehouse, Durkin, Jaquet & Ziatas, 2008· Emerson & McVilly, 2004). Επιπλέον, ενισχύεται η συναισθηματική ασφάλεια, η οικειότητα και η συντροφικότητα, χαρακτηριστικά που σχετίζονται με τα αισθήματα της αυτο-αξίας (Whitehouse et al., 2008·

Geisthardt, Brotherson & Cook, 2002). Όσον αφορά τα άτομα με αναπηρία, μέσω των διαπροσωπικών σχέσεων, σε συνδυασμό με την ενίσχυση του ατόμου από τα συστήματα υποστήριξης (Παυλίδου, 2015), εξασφαλίζεται η ομαλή συμπερίληψη στην κοινωνία (Emerson & McVilly, 2004· Laws & Kelly, 2005). Ακόμη, κατά τη διάρκεια των φιλικών σχέσεων, τα μέλη τους αναπτύσσονται κοινωνικά ολοένα και περισσότερο. Συγκεκριμένα, ενισχύεται το επίπεδο κοινωνικών και γνωστικών δεξιοτήτων του ατόμου λόγω της συνεχούς κοινωνικής αλληλεπίδρασης (Tipton et al., 2013· Diamond & Hong, 2010). Μέσω των εμπειριών, αναπτύσσονται δεξιότητες, όπως η συνεργασία, ο αλτρουισμός και η διαχείριση συγκρούσεων (Dunn, 1999· Whitehouse et al., 2008). Συμπερασματικά, η ύπαρξη αμοιβαίων φιλικών σχέσεων είναι αναμφισβήτητα ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που επηρεάζει τη ζωή του ατόμου.

Για τη σύναψη μιας φιλικής σχέσης, χρειάζεται να τηρούνται εκ των προτέρων ορισμένες βασικές προϋποθέσεις. Είναι κατανοητό, ότι οι κοινωνικές δεξιότητες διαδραματίζουν τον σημαντικότερο ρόλο για την αλληλεπίδραση και την δημιουργία οποιασδήποτε κοινωνικής σχέσης. Στην Αμερική, στις περισσότερες πολιτείες, ορίζεται από τα προγράμματα σπουδών να διδάσκονται οι μαθητές από μικρή ηλικία εκείνες τις δεξιότητες που αφορούν τη φιλία (Diamond & Hong, 2010). Επιπρόσθετα, οι Emerson και McVilly (2004) παραδέχτηκαν ότι οι καλές φιλίες δημιουργούνται υπό πολλές συνθήκες, όπως τη διάρκεια τους, την επιθυμία να περνούν χρόνο μαζί, τη γνωριμία τους σε μικρή ηλικία και την αίσθηση της ασφάλειας αλλά και της φιλοδοξίας ότι η φιλία θα συνεχίσει να υφίσταται σε βάθος χρόνου. Σε μία ποιοτική έρευνα που διεξήγαγαν οι Knox και Hickson (2001), οι συμμετέχοντες, που αποτελούνταν από τέσσερα ενήλικα άτομα με νοητική αναπηρία, έθεσαν τις προϋποθέσεις μιας καλής φιλίας, εστιάζοντας στην ανάγκη να μοιράζονται στιγμές της ζωής τους με τον φίλο τους. Άλλοι παράγοντες «καλής φιλίας»

αποτελούν η συντροφικότητα, η αξιόπιστη και αμοιβαία στήριξη και η δυναμικότητα (Dunverany & Arar, 2004· Knox & Hickson, 2001). Οι Knox και Hickson (2001), επικεντρώθηκαν αφενός στην οργάνωση της ζωής, η οποία αφορά την από κοινού θέσπιση στόχων, και αφετέρου στις δοθείσες ευκαιρίες για αυτονομία. Επιπρόσθετα, οι ψυχολόγοι και οι κοινωνιολόγοι έχουν διαπιστώσει κάποιες ιδιότητες, οι οποίες ξεχωρίζουν τη φιλία από άλλους τύπους κοινωνικών σχέσεων. Αυτές αποτελούν τη συχνότητα της αλληλεπίδρασης, τη σταθερότητα στην αλληλεπίδραση μέσα στο χρόνο, την ανταλλαγή θετικών συμπεριφορών, τις ολοκληρωμένες συζητήσεις και τις στρατηγικές επίλυσης συγκρούσεων (Dundevany & Arar, 2004).

Πριν τη σύναψη της φιλίας αλλά και κατά τη διάρκειά της σημαντικό ρόλο παίζει ο αυτοπροσδιορισμός. Συγκεκριμένα, τα προσωπικά νοήματα, οι τρόποι και τα μέσα που χρησιμοποιούν τα άτομα, ώστε να δημιουργήσουν ένα κατάλληλο περιβάλλον συμβάλλουν στη σύναψη μιας φιλικής σχέσης. Η θεωρία του αυτοπροσδιορισμού αποσαφηνίζει τον ρόλο των οργανικών αναγκών στις διαπροσωπικές σχέσεις. Σύμφωνα με αυτή, υπάρχουν τρεις έννοιες: η Αυτονομία (autonomy), η Ικανότητα (competence) και η Σχετικότητα (relatedness) (Costa, Ntoumanis & Bartholomew, 2014). Η Αυτονομία αφορά την επιθυμία για οργάνωση του εαυτού και το αίσθημα υπευθυνότητας που απορρέει από τη συμπεριφορά του. Η Ικανότητα είναι η επιθυμία να νιώθει αποτελεσματικός και ικανός σε δραστηριότητες και να αποκτά ακόμη μεγαλύτερη θέληση, ενώ η Σχετικότητα είναι η επιθυμία διασύνδεσης με τους άλλους. Καθοριστικό ρόλο παίζουν ακόμη και οι εμπειρίες του και οι ικανότητες του (Παπαδοπούλου, 2017· Tipton et al., 2013) οι οποίες σε συνδυασμό με τα παραπάνω σχετίζονται με την ψυχολογική ευημερία (Lippold & Burns, 2009). Στην περίπτωση των ατόμων με νοητική αναπηρία, όπου εντοπίζονται κυρίως γνωστικά ελλείμματα, έχει διαπιστωθεί ότι χαρακτηρίζονται ως αυτοπροσδιορισμένα υπό το πρίσμα ενός προγράμματος

παρέμβασης. Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της «ελεύθερης ώρας» τα άτομα μπορούν να διδαχθούν να κάνουν επιλογές (Dunverany & Arar, 2004), σχετικές είτε με τη δραστηριότητα στην οποία θέλουν να συμμετέχουν είτε ακόμα και με την επιλογή ενός φίλου όταν πρόκειται για ομάδα ατόμων. Οι παράγοντες επίτευξης ενός τέτοιου μακροπρόθεσμου στόχου είναι πολλοί, ωστόσο δεν θα πρέπει οι ευκαιρίες αυτοπροσδιορισμού να απουσιάζουν.

Η επιτυχία η μη μιας φιλικής σχέσης καθορίζεται από δύο στοιχεία της. Όπως προαναφέρθηκε, η ενεργή συμμετοχή του ατόμου σε αυτού του είδους τη διαπροσωπική σχέση κρίνεται και ως προϋπόθεση για την ύπαρξής της και καθορίζει το πότε ή όχι κάποιος έχει μια αναγνωρισμένη και αμοιβαία φιλία με κάποιον άλλον. Το δεύτερο στοιχείο αφορά την ποιότητα της σχέσης. Η ποιότητα της φιλίας έχει οριστεί ως χαρακτηριστικό της δυαδικής φιλίας και περιλαμβάνει το επίπεδο της υποστήριξης, της συντροφικότητας και της επίλυσης συγκρούσεων (Locke et al., 2010· Parker & Asher, 1993). Η Bowker (2004), προκειμένου να δώσει έναν ερευνητικό ορισμό για την ποιότητα της φιλίας, προτείνει περισσότερο παραδοσιακούς δείκτες, όπως είναι η οικειότητα, η εγγύτητα (closeness) και η συχνότητα διαμαχών. Οι φίλιες στην παιδική ηλικία, ως προς την ποιότητα τους, μελετώνται για την συντροφικότητα, την ομοιότητα, την εναλλαγή πλαισίου και το κατά πόσο στενές είναι οι σχέσεις αυτές, ενώ κατά την εφηβεία, δίνεται έμφαση στην υποστήριξη, τη διαχείριση συγκρούσεων, τη σταθερότητα, την εμπιστοσύνη, τα δικαιώματα και την οικειότητα (Tipton et al., 2013). Οι Parker και Asher (1993) διευκρίνισαν τρία στοιχεία που χρειάζεται να διερευνηθούν: ο βαθμός με τον οποίο η σχέση προσφέρει στο άτομο ευκαιρίες για διασκέδαση, ψυχαγωγία και συντροφικότητα, ο βαθμός της οικειότητας και της ενσυναίσθησης καθώς επίσης και εάν επικυρώνεται η αυξάνεται η αυτο-αξία του ατόμου. Όλα τα παραπάνω σχετίζονται με την ικανοποίηση ψυχολογικών αναγκών (Costa et al.,

2014). Με τη διασφάλιση μιας σταθερής και ποιοτικής φιλικής σχέσης επιτυγχάνεται η ευημερία του ατόμου, ενώ ταυτόχρονα ενισχύεται η αυτοεκτίμησή του και μειώνεται το αίσθημα της μοναξιάς (Tipton et al., 2013).

1.2.2. Φιλικές σχέσεις και άτομα με νοητική αναπηρία

Οι φιλίες και η εκούσια συμμετοχή στην κοινότητα, μπορεί να αποτελέσουν την αρχή της κοινωνικής συμπερίληψης των ατόμων με νοητική αναπηρία (Dundevany & Arar, 2004). Σύμφωνα με την άποψη αυτή, ο Newton (1994), όπως αναφέρουν οι Lippold και Burns (2009), περιγράφει την κοινωνική ζωή ενός ατόμου ως το κοινωνικό δίκτυο, μέσα στο οποίο ως μέλος, συμμετέχει σε κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και βιώνει σταθερότητα και στήριξη. Η Παυλίδου (2015) αναφέρει ότι η διαμόρφωση των φιλικών σχέσεων σχετίζεται με τη διαδικασία με την οποία αυτές συνάπτονται ανάμεσα στα άτομα αλλά και με τα κριτήρια επιλογής των υποψήφιων φίλων. Ωστόσο, τα άτομα με νοητική αναπηρία, ενώ έχουν θέληση να κάνουν περισσότερους φίλους, οι ευκαιρίες να το επιτύχουν αυτό είναι περιορισμένες (Emerson & McVilly, 2004). Συχνά φαίνεται να περιθωριοποιούνται κοινωνικά, ενώ η σύναψη οποιασδήποτε κοινωνικής σχέσης μοιάζει σχεδόν αδύνατη (Lippold & Burns, 2009· Zic & Igric, 2001).

Τα στοιχεία δείχνουν ότι οι φιλικές σχέσεις που αναπτύσσουν τα άτομα με νοητική αναπηρία συνήθως περιορίζονται σε άλλα άτομα με νοητική αναπηρία (Παυλίδου, 2015· Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014). Οι Robertson και συνεργάτες (2001), στην έρευνα που πραγματοποίησαν, βρήκαν ότι το 54% των ατόμων είχε σίγουρα σ' αυτό ένα άλλο άτομο με νοητική αναπηρία. Οι Tipton και συνεργάτες (2013) υποστηρίζουν ότι τα

άτομα με νοητική αναπηρία έχουν λίγους φίλους και λιγότερες ευκαιρίες να συμμετέχουν σε κοινωνικές δραστηριότητες, ενώ είναι πιθανό να αισθάνονται μοναξιά (Zic & Igric, 2001). Οι αμέσως επόμενες πιο συνηθισμένες φιλικές σχέσεις που αναπτύσσονται είναι αυτές με τους επαγγελματίες ειδικούς που ασχολούνται με τη φροντίδα τους (Gilmore & Cuskelly, 2014· Lippold & Burns, 2009· Robertson et al., 2001). Είναι γενικότερα αποδεδειγμένο ότι οι φίλοι τους προέρχονται κυρίως από το οικογενειακό περιβάλλον ή από μέλη συλλόγων και προγραμμάτων ειδικά σχεδιασμένων για αυτούς. (Παυλίδου, 2015· Tipton et al., 2013· Lippold & Burns, 2009· Geisthardt et al., 2002). Έχει διαπιστωθεί ότι οι γονείς ακόμα και κατά την ενηλικίωση το άτομο, καθορίζουν τις φιλικές του σχέσεις και συμμετέχουν ενεργά στη ζωή του (παιδιού τους), με αποτέλεσμα τη δυσκολία αύξησης των φιλικών σχέσεων κατ' επιλογήν (Tipton et al., 2013). Παράλληλα, έχει αποδειχτεί ότι και ο τύπος της αναπηρίας παίζει σημαντικό ρόλο στη σύναψη φιλικών σχέσεων. Για παράδειγμα άτομα με σύνδρομο Down επιλέγονται ευκολότερα ως φίλοι από άτομα με ημιπληγία (Laws & Kelly, 2005). Συμπερασματικά, οι φιλικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία διαφέρουν με αυτές των ατόμων χωρίς αναπηρία καθώς οι παράγοντες που οφείλονται ακόμα και στη διατήρησή τους επηρεάζονται αισθητά, αφενός λόγω της φύσης της αναπηρίας και αφετέρου λόγω των κοινωνικών ιδεών που επικρατούν γύρω από την αναπηρία.

Αξίζει να δώσουμε έμφαση και στην ποιότητα της φιλίας που δημιουργούν τα άτομα με νοητική αναπηρία. Σε προηγούμενες έρευνες, οι κοινωνικές τους σχέσεις εμφανίζουν περισσότερο λειτουργικά στοιχεία παρά δομικά, όπως είναι η στήριξη και η φροντίδα που τους παρέχεται από το κοινωνικό τους περιβάλλον (Gilmore & Cuskelly, 2014· Kamstra et al., 2014· Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014). Σε κάποιες περιπτώσεις είναι πιθανό να μην υπάρχει αντίληψη των ρόλων των σκοπών και των ωφελειών της φιλίας

(Gilmore & Cuskelly, 2014). Γενικά, είναι πολύ δύσκολο να εξάγουμε συμπεράσματα ακόμη και για τη σημασία που αποδίδουν στη φιλία (Knox & Hickson, 2001). Σύμφωνα με την έρευνα που πραγματοποίησαν οι Emerson και McVilly (2004) σε ενήλικες με νοητική αναπηρία στην Αγγλία, οι συμμετέχοντες περιέγραψαν αυτούς που αποτελούν στενούς φίλους με έναν ουδέτερο τρόπο ως απλώς «καλούς φίλους». Πολλά άτομα με νοητική αναπηρία, όταν ερωτώνται αν έχουν φίλιες, απαντούν θετικά, μολονότι στην πραγματικότητα οι φίλιες αυτές είναι επιφανειακές, ενώ δεν υπάρχει η γνώση της υπόστασης της αμοιβαιότητας (Lippold & Burns, 2009) της υποστήριξης, της αφοσίωσης και της εχεμύθειας (Tipton et al., 2013· Lippold & Burns, 2009). Αξίζει να σημειωθεί ότι τα προβλήματα συμπεριφοράς που αντιμετωπίζουν συνήθως τα άτομα με νοητική αναπηρία καθιστά το επίπεδο της ποιότητας χαμηλό (Tipton et al., 2013). Καθοριστικό ρόλο, όμως για την ποιότητα των φιλικών σχέσεων που αναπτύσσουν, παίζει και το περιβάλλον μέσα στο οποίο αλληλεπιδρούν (Dunverany & Arar, 2004· Simplican et al., 2014).

Στην έρευνα των Tipton και συνεργάτες (2013), που μελετούσε τις διαφορές αναφορικά με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων ανάμεσα σε δύο ομάδες παιδιών, με και χωρίς αναπηρία αντίστοιχα, διαπιστώθηκε ότι ανάμεσα στις σχέσεις των παιδιών με αναπηρία εμφανίζεται περισσότερο η αποφυγή διαμαχών (74%) και η οικειότητα (65%) και λιγότερο η συνεκτική – ενιαία φιλία (25%). Στην ίδια έρευνα αποδείχτηκε ότι οι πιο συνηθισμένοι λόγοι για τους οποίους οι έφηβοι με αναπηρία θέλουν να έχουν φίλο είναι να έχουν ένα σημαντικό πρόσωπο στη ζωή τους, με το οποίο να κάνουν πράγματα μαζί, να μεγαλώνουν μαζί, να τους αρέσουν όμοια πράγματα και να βοηθούν ο ένας τον άλλον. Σε μια έρευνα του Matheson, Olsen και Weisner (2007), όπου συμμετείχαν 27 έφηβοι με νοητική αναπηρία, διαπιστώθηκε ότι κύριο χαρακτηριστικό της φιλικής σχέσης αποτελούσε

η συντροφικότητα. Επιπλέον, άλλα χαρακτηριστικά για μια επιτυχημένη φιλική σχέση θεωρήθηκαν η υπέρβαση πλαισίου (transcending context), η ομοιότητα, η εγγύτητα (proximity) και η σταθερότητα. Σχετικά με τις διαφορές στη σύναψη φιλικών σχέσεων ως προς το φύλο έχουν βρεθεί μικρές διαφορές. Συγκεκριμένα, στην έρευνα των Baron-Cohen και Wheelwright (2003), όπου μελετήθηκαν η ποιότητα των φιλικών σχέσεων σε πληθυσμό ενηλίκων δύο ειδικών ομάδων, με Asperger ή Αυτισμό, βρέθηκε ότι οι γυναίκες, σε σχέση με τους άνδρες, τείνουν να συνάπτουν φιλίες χαρακτηριζόμενες από ενσυναίσθηση και συναισθηματική υποστήριξη, ενώ απολαμβάνουν την αλληλεπίδραση με τους άλλους και θεωρούν ότι η φιλία είναι πολύ σημαντική.

Γενικότερα, οι γονείς των ατόμων με αναπηρία πιστεύουν ότι είναι σημαντικό τα παιδιά τους να συνάπτουν φιλίες, ενώ ανησυχούν όταν υπάρχει έλλειψη φιλικών σχέσεων για τον αντίκτυπο στην ποιότητα της ζωής τους (Geisthardt et al., 2002· Guralnick, Connor & Hammond, 1995). Παράλληλα, θεωρούν ότι η έλλειψη φιλικών σχέσεων αποτελεί ένα αναπόφευκτο γεγονός στην κοινωνική ζωή των παιδιών τους. Σύμφωνα με την άποψή τους, σημαντικότεροι παράγοντες, που εμποδίζουν τη σύναψη φιλικών σχέσεων μεταξύ ατόμων με και χωρίς αναπηρίες, είναι το κοινωνικό στίγμα, η αδυναμία έκφρασης συναισθημάτων και η ίδια η αναπηρία (Παυλίδου, 2015· Buttimer & Tierney, 2005· Simplican et al., 2014). Οι γονείς εξέφρασαν επίσης, ως σημαντικό παράγοντα, και τις δυσκολίες προσβασιμότητας σε διάφορους χώρους, που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρίες (Buttimer & Tierney, 2005). Σε έρευνα των Guralnick και συνεργατών (1995), πάνω από το 40% των ερωτηθέντων μητέρων παιδιών προσχολικής ηλικίας με αναπηρίες, εξέφρασαν ανησυχίες για απόρριψη από συνομηλίκους. Στην ίδια έρευνα, πάνω από το 50% των μητέρων δεν θεώρησαν ότι τα

παιδιά τους είχαν αρκετό αριθμό φίλων. Οι γονείς έχουν προτείνει και στρατηγικές για τη σύναψη φιλικών σχέσεων (Παυλίδου, 2015, σελ. 111):

1. «Συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες με άτομα χωρίς αναπηρία,
2. Αποδοχή του ατόμου από την οικογένεια
3. Υποστήριξη και διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων»

Εκπαιδευτικοί, γονείς αλλά και τα ίδια τα άτομα παραδέχονται ότι τα παιδιά χωρίς αναπηρία είναι περισσότερο δεκτικά προς αυτά με αναπηρίες, όταν έχουν εμπειρίες αλληλεπίδρασης (Geisthardt et al., 2002). Στην έρευνα των Turnbull, Pereira και Blue-Banning (1999), οι γονείς έθεσαν κάποια στάδια για την επίτευξη αυτού του στόχου. Συγκεκριμένα, απαιτείται η αποδοχή της αναπηρίας από το οικογενειακό του περιβάλλον αλλά και από το ίδιο το άτομο. Έπειτα, κρίνεται αναγκαία η δημιουργία ευκαιριών, στην οποία περιλαμβάνεται η υποστήριξη της συμμετοχής του σε κοινοτικές δραστηριότητες, η δημιουργία ενός κύκλου φίλων και οι προσδοκίες που αποκτούνται μεταξύ τους. Στη συνέχεια, διαμορφώνεται εκ νέου η αντίληψη της αναπηρίας από τα άτομα χωρίς αναπηρία, και τελικά το ίδιο το άτομο βρίσκει ευκαιρίες για συμμετοχή σε δραστηριότητες είτε με μερική είτε χωρίς κάποιου είδους υποστήριξη. Συμπερασματικά, οι γονείς αντιλαμβάνονται τη σημασία της φιλίας καθώς επίσης και το ρόλο της κοινότητας για τη διαμόρφωση και τη διατήρηση των φιλικών σχέσεων. Η ανάγκη για συμμετοχή σε κοινές δραστηριότητες με φίλους, προάγει το αίσθημα της συντροφικότητας και της αμοιβαιότητας που αποτελούν κύρια χαρακτηριστικά των φιλικών σχέσεων. Η επιμονή σε δημιουργία και εύρεση ευκαιριών από άποψη των γονέων, αποτελεί θεμέλιο δημιουργίας μιας ποιοτικής φιλικής σχέσης.

1.3. Το αίσθημα μοναξιάς στα άτομα με νοητική αναπηρία

1.3.1. Μοναξιά: ορισμοί και χαρακτηριστικά

Ο άνθρωπος είναι κοινωνικό ον και επιζητεί την επαφή με τους άλλους ανθρώπους. Η επαφή αυτή μπορεί να πάρει τη μορφή διάφορων κοινωνικών εκδηλώσεων, στις οποίες το άτομο μπορεί είτε να συμμετέχει, είτε να αποχωρήσει. Όμως, σύμφωνα με τον Rook (1984), όταν το άτομο δεν διαθέτει κατάλληλους κοινωνικούς δεσμούς, ώστε να εξασφαλίζει τη συμμετοχή του σε επιθυμητές δραστηριότητες, οι οποίες παρέχουν αίσθηση κοινωνικής ένταξης και ευκαιρίες συναισθηματικής οικειότητας, ή όταν αισθάνεται αποξενωμένο ή απορριφθέν από άλλους, τότε προκύπτει η βίωση μιας κατάστασης με χαρακτηριστικό το αίσθημα δυσφορίας που ονομάζεται μοναξιά (McWhirter, 1997· McWhirter, Besett-Alesch, Horibata, & Gat, 2002· Valas, 1999). Σύμφωνα με την Morgalit (1994), όπως αναφέρουν οι Locke και συνεργάτες (2010, σελ. 74), ως Μοναξιά ορίζεται «ένα ανεπιθύμητο συναίσθημα που συνδέεται με αρνητική επίδραση και μπορεί να οφείλεται σε μια αόριστη επιθυμία να έχουμε φίλους, στην κατανόηση του χάσματος μεταξύ μιας πραγματικής και της επιθυμητής κοινωνικής θέσης και στην έλλειψη συναισθηματικής σύνδεσης». Παράλληλα, οι Γαλανάκη και Μπεζεβέγκης (1996), ορίζουν την έννοια αυτή ως μια δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση που απορρέει από την έλλειψη φίλων και την απόρριψη από συνομηλίκους (Χατζηγεωργιάδου, 2007). Επιπρόσθετα, σύμφωνα με τους Jones, Freeman και Goswick (1981), η μοναξιά είναι ένα οδυνηρό συναίσθημα κατά το οποίο το κοινωνικό δίκτυο είναι μικρότερο ή λιγότερο ικανοποιητικό από το επιθυμητό. Οι παραπάνω ορισμοί τείνουν να συσχετίζουν τη μοναξιά περισσότερο με την έλλειψη ικανοποίησης από τις υφιστάμενες σχέσεις παρά με αντικειμενικά διαπροσωπικά χαρακτηριστικά (McVilly et al., 2006). Πάντως, το έντονο αυτό συναίσθημα μπορεί να επιδράσει σε όλους τους ανθρώπους, από χρόνο σε χρόνο και σε ποικίλα επίπεδα (Nyre et al., 1994).

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, η μοναξιά διακρίνεται σε δύο τύπους: α) τη συναισθηματική και β) την κοινωνική. Η πρώτη παρουσιάζεται όταν εκλείπουν συγκεκριμένοι τύποι διαπροσωπικών σχέσεων, ενώ μειώνεται, όταν διαμορφώνεται κάποιος στενός δεσμός ή επανορθώνεται κάποια σχέση που είχε φθαρεί. Από την άλλη, η κοινωνική μοναξιά εντείνεται, όταν απουσιάζει δίκτυο κοινωνικών σχέσεων, γεγονός το οποίο συνδέει το άτομο με την κοινωνία και μειώνεται όταν το άτομο έχει πρόσβαση σε κάποιο δίκτυο (Γαλανάκη, 2006· Χατζηγεωργιάδου, 2007· Gilmore & Cuskelly, 2014· McVilly et al., 2006). Και στα δυο είδη μοναξιάς υπάρχει ο ίδιος πόθος για ικανοποίηση κοινωνικών και ψυχολογικών αναγκών (Γαλανάκη, 2006· Costa et al., 2014). Για παράδειγμα, κάποιος μπορεί να νιώθει ανίκανος να κάνει μια δραστηριότητα λόγω ελλειμμάτων σε δεξιότητες ή επειδή υποβαθμίζεται από τους άλλους. Παρομοίως, κάποιος μπορεί να αισθάνεται μοναξιά είτε επειδή έχει διαφορετικά ενδιαφέροντα είτε επειδή απομονώνεται από το κοινωνικό του περιβάλλον (Costa et al., 2014).

Όπως προαναφέρθηκε, το αίσθημα αυτό οφείλεται σε ελλείμματα στις κοινωνικές σχέσεις (Nyre et al., 1994). Ειδικότερα, το αίσθημα μοναξιάς είναι αντιστρόφως ανάλογο του αριθμού των φίλων. Έτσι, όσο περισσότερους φίλους έχει κανείς, τόσο λιγότερη μοναξιά αισθάνεται (Dunverany & Agar, 2004). Άλλος ένας παράγοντας που προσδιορίζει τα επίπεδα μοναξιάς είναι η δημοτικότητα. Η δημοτικότητα είναι μια «μονόπλευρη κατασκευή, η οποία αναφέρεται στο βαθμό κατά τον οποίο κάποιος γίνεται αποδεκτός από την ομάδα συνομηλίκων του» (Nagle et al., 2003, σελ. 546). Η αποδοχή από την ομάδα είναι παράγοντας ανάπτυξης της φιλίας και ο αριθμός των φιλικών σχέσεων μαζί με την ποιότητά τους καθορίζουν την πληρότητα των εμπειριών του ατόμου και επομένως τα επίπεδα μοναξιάς (Bukowski, Pizzamiglio & Newcomb, 1996· Valas, 1999). Επιπλέον, τα επίπεδα του αισθήματος της μοναξιάς δεν εξαρτάται μόνο από τον βαθμό απόρριψης αλλά και από

τη χρονική στιγμή που αυτή συντελείται, ενώ σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και η παροχή ή μη της κατάλληλης συναισθηματικής υποστήριξης που το άτομο χρειάζεται (Nangle et al., 2003). Παρόλα αυτά η μοναξιά σχετίζεται και με την έννοια του εαυτού και πιο συγκεκριμένα την αυτοαντίληψη και την αυτοεκτίμηση και γι' αυτόν τον λόγο είναι μια υποκειμενική εμπειρία (Χατζηγεωργιάδου, 2007).

Συμπερασματικά, είναι κοινώς αποδεκτό ότι άτομα που εμφανίζουν δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις, έχουν αυξημένο αίσθημα μοναξιάς (Χατζηγεωργιάδου, 2007· Geisthardt et al., 2002· McVilly et al., 2006). Οι συμπεριφοριστές υποστηρίζουν πως το αρνητικό αυτό αίσθημα απορρέει από ελλείψεις σε δεξιότητες, που αφορούν την ανάπτυξη κατάλληλων στενών και κοινωνικών σχέσεων, ενώ οι γνωστικοί θεωρητικοί υποδηλώνουν ότι εξελίσσεται από μια διαφορά μεταξύ επιθυμητών και επιτυχημένων φιλικών σχέσεων (McWhirter, 1997). Σε κάποιες περιπτώσεις, άνθρωποι ακόμα και σε μικρές ηλικίες, που έχουν μικρό κοινωνικό περίγυρο, δεν αντιλαμβάνονται το αίσθημα μοναξιάς που μπορεί να τους διακατέχει (Asher, Hymel & Renshaw, 1984). Αυτό συμβαίνει επειδή το αίσθημα αυτό πηγάζει κυρίως από την ανικανοποίητη ανάγκη να συνάψει κανείς κάποια διαπροσωπική, και κυρίως φιλική σχέση, από τη δυσκολία ένταξης σε ένα κοινωνικό σύνολο, και από τη μη ενασχόληση του με δραστηριότητες μοναχικού τύπου (Χατζηγεωργιάδου, 2007· Zic & Igric, 2001).

Ωστόσο, υπάρχει περίπτωση να νιώθει κανείς μοναξιά ακόμα και αν είναι αποδεκτός από το κοινωνικό σύνολο ή έχει πολλούς φίλους; Εκτός από την ποσότητα των φιλικών σχέσεων, έχει αποδειχθεί πως άτομα με χαμηλής ποιότητας φιλική σχέση, οδηγούνται συνήθως σε αισθήματα μοναξιάς και άγχους, ενώ είναι πολύ πιθανό να βρεθούν στο κατώφλι αρνητικών επιρροών και άλλων επακόλουθων αναπτυξιακών ψυχοπαθολογικών καταστάσεων (Laws & Kelly, 2005· Whitehouse et al., 2008· Locke et al., 2010). Η ποιότητα

των φιλικών σχέσεων είναι καθοριστικής σημασίας καθώς είναι αυτή που αποτρέπει τα συναισθήματα της μοναξιάς και της κοινωνικής δυσαρέσκειας.

Αξίζει να σημειωθεί, ότι σε κάποιους ανθρώπους η μοναξιά αποτελεί κινητήρια δύναμη για την έναρξη συμμετοχής τους σε κοινωνικές σχέσεις και αλληλεπιδράσεις (Locke et al., 2010). Σχετικά με την αυτοεκτίμηση, είναι μια σημαντική διάσταση για την κοινωνική και γνωστική ανάπτυξη του ατόμου (Ciarrochi, Heaven & Davies, 2007), καθώς λειτουργεί ως μηχανισμός αξιολόγησης τους στη δημιουργία και διατήρηση των κοινωνικών δεσμών (Λεονταρή, 1996· Brewer & Hewstone, 2004). Εξάλλου, οι πεποιθήσεις των ανθρώπων είναι αυτές που τους οδηγούν σε συγκεκριμένες ενέργειες, οι οποίες με τη σειρά τους διαμορφώνουν την κοινωνική πραγματικότητα των ίδιων και των υπολοίπων (Baumeister et al., 2003). Το θεμελιώδες αυτό κίνητρο αυτό για υψηλή αυτοεκτίμηση ονομάζεται επίσης «κίνητρο επιβίωσης (self-maintenance motive)» ή κίνητρο «αυτό-βελτίωσης (motive for self-enhancement)» μπορεί να αποτελέσει την αιτία μιας κοινωνικής συμπεριφοράς (Rosenberg et al., 1989). Η αυτοεκτίμηση αποτελεί βασικός παράγοντας για κοινωνική αλληλεπίδραση, αλλά και για τη διαμόρφωση της δομής και της λειτουργίας των σχέσεων αυτών (Baumeister et al., 2003· Brewer & Hewstone, 2004),

Όσον αφορά την αντιμετώπιση της μοναξιάς, αποτελεσματικές στρατηγικές (αντιμετώπισης) φαίνονται να είναι η προσπάθεια εξάλειψης της συναισθηματικής δυσφορίας και της υπερβολικής κοινωνικής επαγρύπνησης, οι συμπεριφορές, οι διαθέσεις και οι γνωστικές καταστάσεις. Διαφορετικά, το αίσθημα και οι επιπτώσεις του μπορούν να διατηρηθούν (Jones et al., 1981).

1.3.2. Αίσθημα μοναξιάς και άτομα με νοητική αναπηρία

Έρευνες καταλήγουν σε συμπέρασμα ότι τα άτομα με αναπηρία υποφέρουν σε μεγάλο βαθμό από μοναξιά (Geisthardt et al., 2002· Gilmore & Cuskelly, 2014· Simplican et al., 2014), πλήξη και άγχος, ως αποτέλεσμα ελλείψεων γνώσης για τη διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και ειδικότερα δεξιοτήτων για τον έλεγχο (δεξιοτήτων) των προσωπικών προτιμήσεων (Dunverany & Arar, 2004). Τρεις τομείς συμβάλλουν στην αυξημένη τάση τα άτομα με αναπηρία να είναι ευάλωτα (vulnerability) απέναντι στη μοναξιά: α) τα χαρακτηριστικά της κοινωνίας, β) οι εμπειρίες και γ) τα χαρακτηριστικά της νοητικής αναπηρίας (Gilmore & Cuskelly, 2014). Αναφορικά με τα χαρακτηριστικά της αναπηρίας, σε περιπτώσεις έλλειψης ή δυσκολιών επικοινωνίας, υπάρχει μειωμένη αποδοχή του ατόμου, καθώς οι ευκαιρίες για σύναψη φιλικών σχέσεων είναι περιορισμένες (Παπαδοπούλου, 2017). Διαφορές στα επίπεδα μοναξιάς διακρίνονται και μεταξύ των δύο φύλων. Οι Brage και Meredith (1994), όπως αναφέρεται στην έρευνα του Valas (1999), διαπίστωσαν ότι τα κορίτσια εμφανίζουν περισσότερο καταθλιπτικά συμπτώματα ενώ σημαντικό ρόλο φαίνεται να παίζει και η ηλικία. Επιπλέον, σε έρευνα που έγινε σε 51 άτομα με νοητική αναπηρία, ηλικίας 16-52 ετών, οι γυναίκες φάνηκε πως είναι πιο επιρρεπείς στη μοναξιά, αφού από τους έξι πιο μοναχικούς, οι πέντε ήταν γένους θηλυκού (McVilly et al, 2006). Στην ίδια έρευνα, ως προς την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, φάνηκε ότι η προδοσία, η έλλειψη εμπιστοσύνης και ειλικρίνειας ήταν τα βασικά χαρακτηριστικά των φιλικών σχέσεων που οδηγούσαν σε αυξημένο αίσθημα μοναξιάς. Οι πιο μοναχικοί χαρακτήρισαν μια φιλία καλή όταν βασίζεται στην εμπιστοσύνη (trust), κοινωνική και ηθική υποστήριξη (social and moral support), χωρίς μυστικά, με ειλικρίνεια αμοιβαιότητα και επίλυση προβλημάτων.

Μεταξύ των σχέσεων ατόμων με και χωρίς αναπηρία, ακόμα και όταν διασφαλίζεται υψηλό επίπεδο ποιότητας φιλικών σχέσεων, τα άτομα με νοητική αναπηρία συχνά

απομονώνονται και περιορίζονται από τα ευρύτερα κοινωνικά δίκτυα (Lippold & Burns, 2009). Ενώ η κοινωνία έχει στραφεί προς την κοινωνική συμπερίληψη, η νοητική αναπηρία παραμένει στίγμα (Gilmore & Cuskelly, 2014). Το γεγονός αυτό οδηγεί τα άτομα με αναπηρία στην απομόνωση. Μολονότι, τα άτομα αυτά είναι πολύ θετικά στο να κάνουν καινούριες επαφές (Lippold & Burns, 2009), υπάρχουν αρκετά εμπόδια για την επίτευξη της κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Η μειωμένη ευκαιρία για κοινωνική δέσμευση, η οποία μπορεί να απορρέει από τους περιορισμένους χρηματικούς πόρους μέχρι και τη δυσκολία μετακίνησης τους σε φορείς και συλλόγους, όπου συνήθως συχνάζουν, οδηγεί στην έλλειψη κοινωνικών δικτύων και στο αυξημένο αίσθημα μοναξιάς (Gilmore & Cuskelly, 2014). Σε έρευνα που διεξήχθη σε 34 ΑμεΑ άνω των 16 ετών, για τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου, οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι δεν έχουν πρόσβαση σε αυτές καθώς και ότι υπάρχει η αίσθηση της απαγόρευσης (Buttimer & Tierney, 2005).

1.4. Αυτοεκτίμηση και άτομα με νοητική αναπηρία

1.4.1. Αυτοεκτίμηση: ορισμοί και χαρακτηριστικά

Η αυτοεκτίμηση αναφέρεται «στο πώς αισθάνονται οι άνθρωποι για τον εαυτό τους» (Παπάνης, 2004, σελ. 25). Ειδικότερα, η αυτοεκτίμηση ορίζεται ως η αξία που δίνει το άτομο στον εαυτό του (Baumeister et al., 2003), η οποία αφορά τις αξιολογήσεις του για την αυτό-αξία (self-worth) και την ικανότητα του (competence) (Ciarrochi et al., 2007). Η Meggert (1989), όπως αναφέρεται στην έρευνα των McWhirter και συνεργατών (2002, σελ.72), συμπληρώνει ότι η αυτοεκτίμηση αποτελεί πρότυπο πεποιθήσεων, που έχουν τα άτομα, σχετικά με την αυτό-αξία τους και συχνά βασίζεται σε αντιλήψεις για προσωπικές εμπειρίες και σχόλια από σημαντικούς άλλους. Είναι, δηλαδή, ο τρόπος με τον οποίο εκτιμάται η

αυτογνωσία (self-knowledge) (Baumeister et al., 2003). Πιο συγκεκριμένα, η έννοια αυτή σχετίζεται με το αν το άτομο έχει θετική ή αρνητική άποψη για τον εαυτό του (Rosenberg, 1965). Οι απόψεις αυτές δεν έχουν την ίδια σημασία, καθώς άλλες είναι πρωταρχικές για τον αυτοπροσδιορισμό και συνήθως είναι εύκολο να τις αντιληφθεί ο καθένας (πχ εξωτερική εμφάνιση) και άλλες είναι δευτερεύουσες. Οι πρωταρχικές, όμως, είναι αυτές που καθορίζουν και το επίπεδο της αυτοεκτίμησης του ανθρώπου (Παπάνης, 2004). Γενικότερα, η αυτοεκτίμηση αφορά τη συναισθηματική πλευρά του ατόμου και εξετάζει την άποψή του για την αξία που έχει ως ανθρώπινη οντότητα (Χατζηγεωργιάδου, 2007), τον βαθμό δηλαδή που αποδέχεται και επιδοκιμάζει τον εαυτό του (Λεονταρή, 1996).

Κατά την ενήλικη ζωή, η αυτοεκτίμηση γίνεται περισσότερο αντιληπτή, καθώς το άτομο βιώνει διάφορες καταστάσεις και σταδιακά μπορεί να προβλέψει τη λειτουργία των διαπροσωπικών σχέσεων ή την έλλειψη τους, να αντιλαμβάνεται τις επιλογές και τις ενέργειες στις οποίες προβαίνει και να αναλαμβάνει υπεύθυνα τις συνέπειες (Λεονταρή, 1996· Παπάνης, 2004). Πολλές φορές τα υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης ενδέχεται να αναφέρονται σε ευνοϊκή αξιολόγηση του εαυτού, ενώ το αντίθετο συμβαίνει με τη χαμηλή αυτοεκτίμηση (Baumeister et al., 2003). Σε έρευνα που έγινε σε 784 έφηβους μαθητές, τυπικής ανάπτυξης, στην Αυστραλία, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση είναι υπεύθυνη για συναισθήματα φόβου, επιθετική συμπεριφορά, λύπη και χαρά (Ciarrochi et al., 2007). Αντίθετα, τα άτομα με υψηλή αυτοεκτίμηση συνήθως εμφανίζουν αφενός υψηλή δημοτικότητα και συμπάθεια και αφετέρου λιγότερες αμφιβολίες για τις ικανότητες τους και μικρότερα επίπεδα ανασφάλειας (Baumeister et al., 2003) και επιθετικότητας (Rosenberg et al., 1989).

Αξίζει να γίνει αναφορά στην έννοια της χαμηλής αυτοεκτίμησης που συνεπάγεται την απογοήτευση ή τη χαμηλή αξία της κρίσης για τον εαυτό. Οι άνθρωποι με χαμηλή

αυτοεκτίμηση δεν είναι απλώς αρνητικοί με τον εαυτό τους. Αντιθέτως, εκφράζουν γενικά μια αρνητική στάση απέναντι σε πολλά γεγονότα, περιστάσεις, ανθρώπους και άλλες πραγματικότητες (Baumeister et al., 2003). Έχει αποδειχθεί ότι το επίπονο αυτό συναίσθημα σχετίζεται άμεσα με την αρνητική αυτό-αξιολόγηση, την εσωστρέφεια, την αυστηρή αυτοκριτική, ενώ συνοδεύεται και από άλλα αρνητικά συναισθήματα, όπως τη λύπη, αλλά και από ψυχικά νοσήματα (Nyre et al., 1994). Παρόλα αυτά είτε η χαμηλή, είτε η υψηλή αυτοεκτίμηση δεν είναι μια σταθερή κατάσταση. Αυξομειώσεις στην αυτοεκτίμηση του ατόμου παρατηρούνται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του, καθώς αυτές καθορίζονται κυρίως από οπτική του, σχετικά με τις επιτυχίες ή τις αποτυχίες που βιώνει (Παπάνης 2004· Baumeister et al., 2003).

1.4.2. Αυτοεκτίμηση και νοητική αναπηρία

Στα άτομα με νοητική αναπηρία, η αυτοεκτίμηση σχετίζεται με την αντίληψη του εαυτού τους σε σχέση με τους άλλους. Η αναπηρία γενικότερα αποτελεί αφορμή στιγματισμού και διαμορφώνει αρνητικές στάσεις απέναντι στα άτομα με νοητική αναπηρία.

Έτσι, όσοι γνωρίζουν ότι αντιμετωπίζονται αρνητικά εμφανίζουν χαρακτηριστικά χαμηλής αυτοεκτίμησης (Cummins & Lau, 2003· Paterson, McKenzie & Lindsay, 2012). Η θεωρία του Fertinger (1954), όπως αναφέρεται από τους Paterson και συνεργάτες (2012), αναφέρει ότι τα άτομα έχουν την τάση να αξιολογούν τους εαυτούς τους μέσω της σύγκρισης με άλλους. Η διαδικασία αυτή ονομάζεται κοινωνική σύγκριση (Dagnan & Sandhu, 1999). Έτσι, διακρίνονται τρία είδη σύγκρισης: α) οι πλευρικές, όταν οι συγκρίσεις γίνονται σε ίδιους τομείς, β) συγκρίσεις προς τα κάτω, όταν επιλέγεται σύγκριση με μια ομάδα που εμφανίζει κατώτερα επίπεδα επιτυχίας σε συγκεκριμένους τομείς και γ) συγκρίσεις προς τα

πάνω, όταν οι συγκρίσεις αφορούν ομάδες ευνοϊκότερης θέσης. Έχει αποδειχθεί ότι τα άτομα με νοητική αναπηρία κάνουν κυρίως πλευρικές συγκρίσεις με άτομα χωρίς αναπηρία και συγκρίσεις προς τα κάτω με άτομα με αναπηρία (Paterson et al., 2012). Τα επιτεύγματα, η κοινωνική ελκυστικότητα και οι διαστάσεις του κοινωνικού «ανήκειν» παίζουν σημαντικό ρόλο στη κοινωνική σύγκριση (Dagnan & Sandhu, 1999). Σε μια έρευνα με 43 συμμετέχοντες με νοητική αναπηρία, με μέσο όρο ηλικίας 40 ετών, βρέθηκε ότι οι αρνητικές κοινωνικές εμπειρίες επηρεάζουν την αντίληψη για τον εαυτό τους αναλογικά (Paterson et al., 2012). Επομένως, γίνεται αντιληπτό πως η χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορεί να είναι μια ακριβής και καλά τεκμηριωμένη άποψη για τυχόν ελλείψεις λόγω φύσης της αναπηρίας ή μιας αίσθησης ανασφάλειας και κατωτερότητας (Baumeister et al., 2003). Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοεκτίμηση στον κοινωνικό τους τομέα έρχονται αντιμέτωποι με αρνητικές αποθαρρυντικές αλληλεπιδράσεις, γεγονός που σημαίνει όχι μόνο στιγματισμού του ατόμου από το κοινωνικό του περιβάλλον αλλά και έλλειψη φιλικών ποιοτικών σχέσεων που χαρακτηρίζονται από αμοιβαιότητα.

Οι διακυμάνσεις στην αυτοεκτίμηση του ατόμου με νοητική αναπηρία μπορεί να οδηγήσουν σε έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις (Baumeister et al., 2003· Ciarrochi et al., 2007· Dagnan & Sandhu, 1999). Συγκεκριμένα, οι δυσκολίες που βρίσκουν τα άτομα στην κοινωνική ένταξη φαίνεται να οδηγούν σε εμφάνιση συμπτωμάτων κατάθλιψης, κυρίως όταν αυτές εσωτερικεύονται και επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση τους ως προς την θέση τους στον κοινωνικό περίγυρο (Nagle et al., 2003). Η έλλειψη φίλων συνδέεται άμεσα με αισθήματα μοναξιάς, μειωμένης αυτοεκτίμησης και συμπτωμάτων κατάθλιψης (Shokoohi - Yekta & Hendrickson, 2010). Από μια ψυχιατρική πλευρά αναφέρεται ότι η κατάθλιψη, η οποία συχνά είναι αποτέλεσμα υψηλού επιπέδου αισθήματος μοναξιάς, συνδέεται με τη χαμηλή αυτοεκτίμηση (Rosenberg, 1965· Ciarrochi et al., 2007). Το γεγονός αυτό

αποδεικνύεται και στην έρευνα των Jones και συνεργατών (1981), όπου τα άτομα με υψηλό αίσθημα μοναξιάς δήλωσαν ότι είναι πιο ντροπαλά, ενώ χαρακτηρίστηκαν και από χαμηλή αυτοεκτίμηση. Στην ίδια έρευνα η μοναξιά ήταν θετικά συνυφασμένη με την ντροπαλότητα, την αυτο-συνειδησία, το κοινωνικό άγχος και την αυτοεκτίμηση.

1.4.3. Αυτοεκτίμηση, αίσθημα μοναξιάς και φιλικές σχέσεις

Η κοινωνική συμπερίληψη των ατόμων με νοητική αναπηρία που εξαρτάται κυρίως από την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες προωθεί την ευτυχία, την αυτοεκτίμηση και την πνευματική υγεία (Simplican et al., 2014). Κύριο χαρακτηριστικό της κοινωνικής αλληλεπίδρασης είναι η δημιουργία φιλικών σχέσεων. Μια ζωή χωρίς φίλους μπορεί να οδηγήσει σε συναισθήματα μειωμένης αυτοεκτίμησης (Dunverany & Arar, 2004· Wiltz, 2005) και αισθήματος μοναξιάς (Cheng & Furnham, 2002).

Η αυτοεκτίμηση και οι κοινωνικές εμπειρίες παίζουν σπουδαίο ρόλο στη συναισθηματική κατάσταση του ατόμου (Cheng & Furnham, 2002), καθώς οι ποιοτικές φιλικές σχέσεων μαζί με την υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελούν σημαντικές προϋποθέσεις για την αποφυγή του αισθήματος μοναξιάς (Bosacki et al., 2007· Cheng & Furnham, 2002· McWhirter et al., 2002· Wiltz, 2005). Σε μια έρευνα που έγινε σε 75 έφηβους 16-19 ετών, βρέθηκε αντίστροφη σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και μοναξιάς (McWhirter et al., 2002). Στην ίδια έρευνα, εντοπίστηκε ότι όσοι είχαν φτωχότερα κοινωνικά δίκτυα βιώνουν περισσότερο το αίσθημα της μοναξιάς, ενώ τείνουν να εμφανίζουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση. Η Παυλίδου (2015), μελετώντας τις διαπροσωπικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία, στους κοινωνικούς και γνωστικούς περιορισμούς κατά τη σύναψη φιλικών σχέσεων συμπεριέλαβε και την έλλειψη αισθήματος αυτο-εικόνας (self-image) το

οποίο και συνεπάγεται απουσία αυτοεκτίμησης. Έτσι, το γεγονός αυτό οδηγεί τους μοναχικούς ανθρώπους στο να γίνονται περισσότερο επιρρεπείς στην κοινωνική απόρριψη, κυρίως λόγω της χαμηλής αυτοεκτίμησης (McWhirter, 1997).

Από την άλλη, η αυτοεκτίμηση μπορεί να λειτουργήσει και ως κινητήρια δύναμη που ωθεί το άτομο να συνάψει φιλικές σχέσεις και επομένως να αποτρέπει την εμφάνιση του αισθήματος μοναξιάς (McWhirter, 1997). Οι γονείς, εκπαιδευτικοί αλλά και το περιβάλλον, μέσα στο οποίο αναπτύσσεται το άτομο, καθορίζουν τα επίπεδα αυτοεκτίμησης του ατόμου. Έτσι, η αυτοεκτίμηση συμβάλλει στην δημοτικότητα του ατόμου μέσα στην κοινωνική ομάδα που απευθύνεται, με αποτέλεσμα την επιλογή φίλων (Bosacki et al., 2007).

Συμπεραίνουμε λοιπόν, ότι οι φιλικές σχέσεις συσχετίζονται με την αυτοεκτίμηση του ατόμου και το αίσθημα μοναξιάς. Έρευνες που μελετούν τις φιλικές σχέσεις μπορούν να οδηγηθούν στον τρόπο βίωσης της μοναξιάς ή/και στη συσχέτισή τους με την αυτοεκτίμηση (McWhirter, 1997). Παράλληλα, η ισχυρή εξάρτηση της αυτοεκτίμησης και του αισθήματος μοναξιάς μπορεί να υποδηλώνει ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί παράγοντα κινδύνου για τη μοναξιά και αντιστρόφως. Αυτό το μοντέλο συναλλαγής στο οποίο η αυτοεκτίμηση και η μοναξιά αλληλοενισχύονται μεταξύ τους οδηγεί σε έναν φαύλο κύκλο (Vanhalst, Luyckx, Scholte, Engels, & Goossens, 2013).

Αξίζει να σημειωθεί ότι ελάχιστες είναι οι έρευνες που μελετούν συγχρόνως αυτές τις μεταβλητές στα άτομα με νοητική αναπηρία. Η ξενόγλωσση και ελληνική βιβλιογραφία, συνήθως τις μελετά είτε δυαδικά είτε με την προσθήκη άλλων μεταβλητών. Κρίνεται, λοιπόν, απαραίτητο να μελετηθούν οι έννοιες αυτές και μεμονωμένα σε ενήλικες με νοητική αναπηρία αλλά και συλλογικά, ώστε να βρεθούν οι συσχετίσεις που προκύπτουν μεταξύ τους και να τεκμηριωθούν περαιτέρω τα παραπάνω ευρήματα.

1.5. Σκοπός της έρευνας, ερευνητικά ερωτήματα

Στόχος της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση του επιπέδου της ποιότητας των φιλικών σχέσεων των ατόμων με ήπια και μέτρια νοητική αναπηρία, με ηλικία άνω των 18. Πιο συγκεκριμένα, μελετάται η ποιότητα της «καλύτερης» φίλιας, λαμβάνοντας υπόψη τα χαρακτηριστικά που ορίζουν μια ποιοτική φιλική σχέση, καθώς επίσης και το βαθμό ικανοποίησης των ατόμων από τη σχέση αυτή. Παράλληλα, επιδιώκεται η μελέτη του αισθήματος μοναξιάς και του επιπέδου αυτοεκτίμησης και η αναζήτηση τυχόν συσχέτισης μεταξύ αυτών των τριών μεταβλητών.

Με βάση τον ανωτέρω σκοπό, τα διερευνητικά ερωτήματα που διαμορφώθηκαν είναι τα παρακάτω:

1. Υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στο φύλο, την ηλικία, το επίπεδο της νοητικής αναπηρίας και του τόπου διαμονής με τα επίπεδα αυτοεκτίμησης, ποιότητας των φιλικών σχέσεων και αισθήματος μοναξιάς;
2. Η ποιότητα φιλικών σχέσεων σχετίζεται με την αυτοεκτίμηση;
3. Η υψηλή ποιότητα φιλικών σχέσεων συνεπάγεται μειωμένο αίσθημα μοναξιάς;

Αξίζει να σημειωθεί ότι με τον όρο «τόπος διαμονής» αναφερόμαστε στο εάν οι συμμετέχοντες διαμένουν με την οικογένεια τους, μόνοι τους ή σε ιδρυματική δομή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ:

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

2.1. Ερευνητική στρατηγική

Το θέμα της παρούσας διπλωματικής εργασίας μελετήθηκε μέσω ποσοτικής δειγματοληπτικής έρευνας. Σε αυτού του είδους τις έρευνες ο ερευνητής συλλέγει τα δεδομένα που επιθυμεί, όπως εκφράζονται ποσοτικά, μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένα εργαλεία. Έτσι αποτρέπονται τυχόν προκαταλήψεις και ιδέες του ερευνητή καθώς το φαινόμενο που μελετάται, ερευνάται με αντικειμενικότητα (Park & Park, 2016· Queiros, Faria & Almeida, 2017). Σκοπός της ποσοτικής έρευνας είναι η μέτρηση και η αριθμητική ανάλυση συγκεκριμένων μεταβλητών. Ο ερευνητής μπορεί να αξιολογήσει τα ευρήματα και να ενθαρρύνει την περαιτέρω μελέτη τους στο ίδιο αλλά και σε διαφορετικό πλαίσιο. Παράλληλα, η μέθοδος αυτή χρησιμοποιείται όταν εξετάζουμε συσχετίσεις ή σχέσεις πρόβλεψης μεταξύ τους. Πιο συγκεκριμένα, δύναται η επίτευξη (Fallon, 2016):

1. Περιγραφής δεδομένων,
2. Διαπίστωσης εάν οι μεταβλητές σχετίζονται με τον πληθυσμό που μελετάται,
3. Καθορισμού εάν οι σχέσεις ή επιδράσεις μεταξύ των μεταβλητών είναι σημαντικές.

2.2. Συμμετέχοντες

Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 104 ενήλικες με ήπια και μέτρια νοητική αναπηρία ηλικίας 18 ετών και άνω. Η δειγματοληψία που επιλέχθηκε ήταν μη πιθανοτική – ευκολίας καθώς ο πληθυσμός που μελετήθηκε ήταν συγκεκριμένος. Οι συμμετέχοντες, έπρεπε να πληρούν ορισμένα κριτήρια προκειμένου να διασφαλιστεί όσο το δυνατόν μεγαλύτερη εγκυρότητα. Τα κριτήρια αυτά ήταν η κατοχή ικανοποιητικού επιπέδου γλωσσικής κατανόησης, η δυνατότητα επικοινωνίας και η συγκέντρωση της προσοχής.

Ειδικότερα, στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 57 (54,8%) άντρες και 47 (45,2%) γυναίκες. Από το σύνολο του δείγματος το 39,4% (n=41) των συμμετεχόντων είχαν ήπια νοητική αναπηρία και το 60,6% (n=63) είχαν μέτρια νοητική αναπηρία. Επιπρόσθετα, το 15,4% (n=16) των συμμετεχόντων εμφάνιζε συνοσηρότητα με σύνδρομο Down. Στη πλειοψηφία των ατόμων (86%), δεν καταγράφηκαν άλλες διαταραχές, ενώ όσες αναφέρθηκαν αφορούν συμπεριφορικές διαταραχές (6%), διαταραχή φάσματος αυτισμού (5%), ψύχωση (2%), σχιζοφρένεια και επιληπτική διαταραχή.

Επιπλέον, η πλειοψηφία του δείγματος έμενε μαζί με την οικογένεια του (n=80, 76,9%) ενώ το 3,8% (n=4) δήλωσε ότι ζούσε μόνο του και το 19,2% (n=20) ότι διέμενε αλλού. Όσον αφορά τη τελευταία δήλωση, με την έννοια αλλού στη συγκεκριμένη έρευνα εννοήθηκε η διαμονή του ατόμου σε ιδρυματικές δομές (βλ. Πίνακα 1).

Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά ατόμων με Νοητική Αναπηρία

		N	%
Φύλο	Άντρας	57	54.8%
	Γυναίκα	47	45.2%
Νοητική αναπηρία	Ήπια	41	39.4%
	Μέτρια	63	60.6%
Σύνδρομο	Down	16	15.4%
	Χωρίς σύνδρομο	88	84.6%
Διαμονή	Ζω με την οικογένεια μου	80	76.9%
	Ζω μόνος μου	4	3.8%
	Ίδρυμα	20	19.2%

Αναφορικά με την ηλικιακή κατανομή, η μέση ηλικία του δείγματος ήταν 34,85 έτη με τυπική απόκλιση σχεδόν 10 μονάδες (9,52) με εύρος ηλικίας μεταξύ 18 και 65 ετών. Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ήταν ηλικίας από 20 έως 40 ετών.

Στον Πίνακα 2 δίνονται τα αποτελέσματα σχετικά με το αν οι συμμετέχοντες έχουν φίλους ή/και κολλητό φίλο. Από την ανάλυση προέκυψε ότι το 91.3% (n=95) των συμμετεχόντων είχαν φίλους και το 93.3% (n=97) είχαν κολλητό φίλο.

Πίνακας 2: Φιλικές Σχέσεις

		N	%
Φίλοι	Ναι	95	91,3%
	Όχι	9	8,7%
Κολλητός φίλος	Ναι	97	93,3%
	Όχι	7	6,7%

2.3. Εργαλεία της έρευνας

Η συγκεκριμένη έρευνα στηρίζεται σε μετρήσεις που γίνονται μέσω εργαλείων αυτοαναφοράς (self-report). Τα εργαλεία αυτά επιτρέπουν στους ερευνητές να έχουν πρόσβαση σε συμπεριφορές, υποκειμενικές αντιλήψεις και ψυχικές εμπειρίες που αναγνωρίζονται στη βιβλιογραφία. Είναι αποδεδειγμένο ότι τέτοιου είδους μέσα, παίζουν σημαντικό ρόλο στα άτομα με αναπηρία, καθώς τους επιτρέπεται να έχουν ενεργή συμμετοχή στην έρευνα, ενώ ταυτόχρονα ενθαρρύνονται να εκφράζουν τις ανησυχίες και τις προοπτικές τους (Hartley & MacLean, 2006). Έτσι, προκειμένου να επιτευχθούν οι στόχοι της παρούσας έρευνας, ως προς τον εντοπισμό και την κατανόηση της ποιότητας των φιλικών σχέσεων, του αισθήματος της μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης αξιοποιήθηκαν εργαλεία αυτοαναφοράς, που βρέθηκαν σε επιστημονικά άρθρα, σχετιζόμενα με τον απευθυνόμενο ειδικό πληθυσμό.

Ειδικότερα, χρησιμοποιήθηκαν το Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο Ποιότητας Φιλικών Σχέσεων (Shorten Version of Friendship Qualities Questionnaire-Revised, SV-FQQ-R) των Nangle και συνεργατών (2003), η κλίμακα ικανοποίησης από τη φιλία (Friendship Satisfaction Scale) των Parker και Asher (1993), η κλίμακα του De Jong Gierveld (Gierveld & Tilburg, 2006) για τη μοναξιά και η κλίμακα της Αυτοεκτίμησης του Rosenberg και συνεργατών (1989).

Για τη μελέτη της ποιότητας των φιλικών σχέσεων, χρησιμοποιήθηκε, όπως προαναφέρθηκε το Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο Ποιότητας Φιλικών Σχέσεων (Shorten Version of Friendship Qualities Questionnaire-Revised, SV-FQQ-R) των Nangle και συνεργατών (2003) με 18 στοιχεία. Το αρχικό ερωτηματολόγιο περιλάμβανε 40 δηλώσεις και αφορούσε τις αντιλήψεις των παιδιών για την ποιότητα των φιλικών τους σχέσεων. Οι δηλώσεις αυτές χωρίζονται σε έξι κατηγορίες: α) Φροντίδα και Αναγνώριση (Validation &

Caring), β) Επίλυση Συγκρούσεων (Conflict Resolution), γ) Σύγκρουση και Προδοσία (Conflict & Betrayal), δ) Βοήθεια και Καθοδήγηση (Help & Guidance), ε) Παρέα και Διασκέδαση (Companionship & Recreation) και στ) Οικεία Ανταλλαγή (Intimate Exchange). Σχεδιάστηκε χρησιμοποιώντας τα τρία πρώτα στοιχεία που εμφάνιζαν υψηλότερο δείκτη Cronbach's α κάθε μίας κατηγορίας από το ερωτηματολόγιο FQQ-R των Parker και Asher (1993). Η παρούσα έρευνα απευθύνεται σε ενήλικες και για αυτό το λόγο κρίθηκε αναγκαία η αποφυγή δηλώσεων που αφορούν τη σχολική ζωή. Αυτές, λοιπόν, αντικαταστάθηκαν με τις προτάσεις «Ο/Η φίλος/ -η μου κι εγώ εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον ότι θα βρούμε καλές ιδέες για το πώς θα ανταποκριθούμε στις υποχρεώσεις μας» και «Ο/Η φίλος/ -η μου κι εγώ κάνουμε πολλά διασκεδαστικά πράγματα μαζί», που αποτελούν τις τέταρτες σε σειρά δηλώσεις των κατηγοριών «Βοήθεια και Καθοδήγηση» και «Παρέα και Διασκέδαση» αντίστοιχα από το αρχικό ερωτηματολόγιο των Parker και Asher (1993). Οι παραπάνω δηλώσεις, εκτός από τις τροποποιημένες που μεταφράστηκαν από την υποφαινόμενη, χρησιμοποιήθηκαν, όπως στην έρευνα της Βουλγαρίδου (2014). Όσον αφορά την κλίμακα των απαντήσεων, χρησιμοποιήθηκε 3-βάθμια τύπου Likert, με επιλογές «δεν ισχύει καθόλου», «ισχύει κάπως» και «ισχύει απόλυτα». Η κάθε μία από αυτές τις απαντήσεις βαθμολογείται από το ένα έως το τρία αντίστοιχα. Στη παρούσα έρευνα, ο δείκτης α του Cronbach κυμάνθηκε στο 0,94 διασφαλίζοντας υψηλή αξιοπιστία. Επιπλέον, παρατηρήθηκε υψηλή αξιοπιστία για τις τέσσερις από τις έξι διαστάσεις του εργαλείου ποιότητας φιλικών σχέσεων: Φροντίδα και Αναγνώριση ($\alpha=0,835$), Επίλυση Συγκρούσεων ($\alpha=0,863$), Βοήθεια και Καθοδήγηση ($\alpha=0,853$) και Οικεία Ανταλλαγή ($\alpha=0,838$). Παράλληλα, για τις διαστάσεις Σύγκρουση και Προδοσία και Παρέα και Διασκέδαση παρατηρήθηκε ικανοποιητική αξιοπιστία με το α του Cronbach να κυμαίνεται στο 0,639 και 0,775 αντίστοιχα.

Επιπρόσθετα, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα ικανοποίησης από τη φιλία (Friendship Satisfaction Scale) των Parker και Asher (1993), που χρησιμοποιείται μαζί με το FQQ-R και περιλαμβάνει δύο ερωτήσεις «Πώς τα πάει η φιλία σας» και «Πόσο ικανοποιημένος είσαι από τη φιλία σας». Και σε αυτές τις ερωτήσεις δόθηκαν τρεις απαντήσεις προς επιλογή «καθόλου καλά», «μέτρια» και «πολύ καλά» ή «πάρα πολύ». Τα δύο αυτά ερωτηματολόγια χρησιμοποιήθηκαν σε ενήλικες με νοητική αναπηρία σε έρευνα που διεξήχθη στην Ελλάδα (Τόμου, 2007) και σε έρευνα στην Αυστραλία, όπου συμμετείχαν εφήβοι με Asperger (Whitehouse et al., 2008). Όσον αφορά την αξιοπιστία του συγκεκριμένου ερωτηματολογίου στην παρούσα έρευνα, το α του Cronbach υπολογίστηκε 0,959, οπότε συμπεραίνουμε πως ο βαθμός εσωτερικής συνέπειας της κλίμακας είναι υψηλός.

Ακόμη, για τη μελέτη του αισθήματος της μοναξιάς, αξιοποιήθηκε η 6-βάθμια κλίμακα του De Jong Gierveld (Gierveld & Tilburg, 2006). Η συγκεκριμένη κλίμακα προέκυψε από την αυθεντική εκδοχή της, με την επιλογή τριών στοιχείων που αφορούν τη Συναισθηματική Μοναξιά και τριών στοιχείων που αφορούν την Κοινωνική Μοναξιά. Επιπλέον, είναι απαραίτητο να επισημανθούν τα στοιχεία από τα οποία αποτελείται το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο. Πιο συγκεκριμένα, η κλίμακα αυτή περιλαμβάνει 6 συνολικά δηλώσεις, στις οποίες ο ερωτώμενος καλείται να δηλώσει το βαθμό συμφωνίας του. Η απαντητική κλίμακα που χρησιμοποιείται είναι Likert και δίνεται η δυνατότητα να χρησιμοποιηθούν είτε πέντε είτε τρεις τιμές ανάλογα με την περίπτωση. Στη συγκεκριμένη έρευνα επιλέχθηκαν οι απαντήσεις: «συμφωνώ», «ούτε συμφωνώ/ ούτε διαφωνώ» και «διαφωνώ». Οι δηλώσεις «αισθάνομαι κενό γύρω μου», «συχνά νιώθω απόρριψη» και «μου έχει λείψει να έχω ανθρώπους γύρω μου» αφορούν τη συναισθηματική μοναξιά και αποτελούν θετικές προτάσεις καθώς ο υψηλός βαθμός συμφωνίας συνεπάγεται υψηλά επίπεδα μοναξιάς. Οι υπόλοιπες προτάσεις στη κλίμακα της κοινωνικής μοναξιάς και

χαρακτηρίζονται ως αρνητικές καθώς ο υψηλός βαθμός συμφωνίας συνδέεται με μειωμένο αίσθημα μοναξιάς. Είναι χρήσιμο να τονιστεί, ότι το ερωτηματολόγιο αυτό επίσης χρησιμοποιήθηκε σε ενήλικες με νοητική αναπηρία (Τόμου, 2007) και σε έφηβους με Asperger (Whitehouse et al., 2008). Ας σημειωθεί ακόμη, ότι στη παρούσα έρευνα ο συνολικός δείκτης α του Cronbach για την κλίμακα αυτή ήταν 0,75, διασφαλίζοντας ικανοποιητική αξιοπιστία.

Συγχρόνως, δόθηκε στους συμμετέχοντες και η κλίμακα της Αυτοεκτίμησης του Rosenberg και συνεργατών (1989). Το ερωτηματολόγιο αυτό χρησιμοποιήθηκε όπως στην έρευνα των Dagnan και Sandhu (1999), στην οποία συμμετείχαν ενήλικες με νοητική αναπηρία. Η μόνη τροποποίηση που κρίθηκε αναγκαία, για την παρούσα έρευνα, ήταν η χρήση 3-βάθμιας απαντητικής κλίμακας, με τις επιλογές «δεν ισχύει καθόλου», «ισχύει μερικές φορές» και «ισχύει πάντα». Σε αυτό το μέτρο εξετάζονται αισθήματα αποδοχής του εαυτού (self-acceptance), αυτοσεβασμού (self-respect) και γενικά θετικής αυτοαξιολόγησης (positive self-evaluation) (Rosenberg et al., 1989), στοιχεία που σχετίζονται άμεσα με την αυτοεκτίμηση. Αναλυτικότερα, περιλαμβάνονται τέσσερις θετικές δηλώσεις και 2 αρνητικές. Η διατύπωση των ερωτήσεων βασίστηκε στην ελληνική έκδοση του αρχικού ερωτηματολογίου του Rosenberg (1965) για τις δηλώσεις 3 και 6. Οι υπόλοιπες σύμφωνα με τους Dagnan και Sandhu (1999) μεταφράστηκαν ως εξής: «Αισθάνομαι ότι είμαι καλός άνθρωπος, τόσο καλός όσο οι άλλοι» (I feel that I am a good person, as good as others), «Αισθάνομαι ότι έχω πολλά καλά χαρακτηριστικά» (I feel that I have a lot of good qualities), «Αισθάνομαι ότι δεν έχω κάνει κάτι σημαντικό» (I feel I haven't done anything worthwhile) και «Μου αρέσει ο εαυτός μου» (I like myself). Η κλίμακα αυτή χρησιμοποιήθηκε και στην έρευνα των Paterson και συνεργατών (2012), στην οποία διερευνήθηκαν οι σχέσεις μεταξύ της αντίληψης του στιγματισμού, της αυτοεκτίμησης και των κοινωνικών συγκρίσεων σε

ενήλικες με νοητική αναπηρία. Αναφορικά με την αξιοπιστία της κλίμακας στη παρούσα έρευνα, διασφαλίστηκε ικανοποιητικό επίπεδο με το α του Cronbach να κυμαίνεται στο 0,721 (βλ. Παράρτημα)

Στον Πίνακα 3 παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της ανάλυσης αξιοπιστίας για όλες τις κλίμακες με χρήση του συντελεστή Cronbach.

Πίνακας 3: Δείκτης Cronbach

<i>Κλίμακα</i>	<i>Δείκτης Cronbach</i>
Αίσθημα ικανοποίησης από τη φιλία	0,959
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	0,940
Φροντίδα και Αναγνώριση	0,835
Επίλυση Συγκρούσεων	0,863
Σύγκρουση και Προδοσία	0,639
Βοήθεια και Καθοδήγηση	0,853
Παρέα και Διασκέδαση	0,775
Οικεία Ανταλλαγή	0,838
Αίσθημα μοναξιάς	0,750
Συναισθηματική Μοναξιά	0,664
Κοινωνική Μοναξιά	0,682
Αυτοεκτίμηση	0,721

2.3.1. Διαδικασία της έρευνας

Η υλοποίηση της έρευνας πραγματοποιήθηκε από τις 18 Φεβρουαρίου 2019 έως και τις 22 Μαρτίου του ίδιου έτους. Για την εύρεση του δείγματος χρειάστηκε η συνεργασία με φορείς, όπως σύλλογοι και Κέντρα Δημιουργικής Απασχόλησης, στην περιοχή της Κεντρικής Μακεδονίας. Αρχικά, όλοι οι φορείς ενημερώθηκαν τηλεφωνικά και ύστερα με επιστολή ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, όπου συμπεριλαμβανόταν το ερωτηματολόγιο και ένα ενημερωτικό φυλλάδιο, όπου περιγράφονταν το πλαίσιο της έρευνας, οι σκοποί, τα κριτήρια επιλογής των συμμετεχόντων και η διαβεβαίωση διασφάλισης απορρήτου των προσωπικών τους δεδομένων. Από τους φορείς που επιθυμούσαν συνεργασία, οι περισσότεροι ζήτησαν μία αίτηση προς συμπλήρωση από τους γονείς για την εξασφάλιση της συγκατάθεσής τους. Παράλληλα, σε κάποιους φορείς χρειάστηκε ειδική έγκριση του Δ.Σ. υλοποίησης της έρευνας καθώς και ενυπόγραφη υπεύθυνη δήλωση από την υποφαινόμενη για την προστασία προσωπικών δεδομένων. Αφού έγιναν οι απαραίτητες ενέργειες προκειμένου να βρεθούν οι υποψήφιοι ερωτώμενοι, καθορίστηκαν για κάθε φορέα ημερομηνία και ώρα διεξαγωγής της έρευνας.

Τελικά, οι επισκέψιμοι από την ερευνήτρια φορείς βρισκόταν σε περιοχές των νομών Θεσσαλονίκης, Πέλλας και Ημαθίας. Ειδικότερα, στη Θεσσαλονίκη επιτεύχθηκε συνεργασία με 2 παραρτήματα του Κέντρου Κοινωνικής Πρόνοιας, τον Άγιο Δημήτριο και τον Άγιο Παντελεήμονα. Ακόμη, ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν σε εξής 6 Κέντρα Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών με αναπηρίες: «Σωτήρ», ΚΕΑ Καλαμαριάς, «Ζωή», «Μαζί», «Κύκλος» και στο Δημοτικό Ειδικό Ψυχαγωγικό Κέντρο Θεσσαλονίκης. Επίσης, συμμετείχαν μέλη του ΚΔΑΠ ΑμεΑ Έδεσσας «Ορίζων», του Κέντρου Μέριμνας Ατόμων Ειδικών Δεξιοτήτων Βέροιας, του ΚΔΑΠ ΑμεΑ Γιαννιτσών και του ΚΔΗΦ ΑμεΑ Αλεξάνδρειας «Τα Παιδιά της Άνοιξης». Σε μερικές περιπτώσεις, οι επισκέψεις στον

εκάστοτε φορέα γινόταν πάνω από μία φορά, ώστε να συμπληρωθούν ερωτηματολόγια από όλα τα μέλη του φορέα που πληρούσαν τα κριτήρια.

Αναλυτικότερα, η ερευνήτρια επισκεπτόταν τον φορέα, όπου συνήθως παρέχόταν συγκεκριμένος χώρος για την υλοποίηση του ερωτηματολογίου. Το ερωτηματολόγιο παρέχόταν σε έναν συμμετέχοντα κάθε φορά με την παρουσία των ψυχολόγων ή κοινωνικών λειτουργών του φορέα. Στην αρχή, γινόταν η γνωριμία με τον εκάστοτε ερωτηθέντα, αναφέροντας και το σκοπό της επίσκεψης και για 2 – 3 λεπτά γινόταν μια μικρή συζήτηση, προκειμένου να νιώσει πιο άνετα. Έπειτα, υπογραμμίζονταν η αναγκαιότητα ειλικρινών απαντήσεων και η επιβεβαίωση ότι τίποτα από τα ειλημμένα δεν θα χρησιμοποιούνταν πέρα από της ανάγκες της εργασίας. Διευκρινιζόταν μάλιστα, ότι δεν επρόκειτο για τεστ και ότι σε καμία περίπτωση δεν θα σημειωνόταν το όνομά του πουθενά. Η ερευνήτρια απεύθυνε τις ερωτήσεις στους συμμετέχοντες και συμπλήρωνε τις απαντήσεις. Ο μέσος χρόνος της συμπλήρωσης τους ερωτηματολογίου κυμαινόταν από 15 – 20 λεπτά, ενώ στο τέλος, ο υπεύθυνος ψυχολόγος ή κοινωνικός λειτουργός συμπλήρωνε τα δημογραφικά στοιχεία του συμμετέχοντα.

Σε δύο φορείς, με τη βοήθεια της υπεύθυνης ψυχολόγου, η απαντητική κλίμακα που χρησιμοποιήθηκε ήταν αυτή του ερωτηματολογίου σε μορφή όμως γραφικής κλίμακας με τρεις εικονικές οπτικές αναπαραστάσεις προσώπου (χαρούμενο, σοβαρό, λυπημένο) για τις απαντήσεις κάθε κλίμακας αντίστοιχα. Παρόλο, που η διαμόρφωση αυτή έγινε προς διευκόλυνσή τους, οι περισσότεροι επέλεξαν να απαντάνε προφορικά σύμφωνα με τις επιλογές που δίνονταν.

2.4. Ανάλυση των δεδομένων

Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων που συλλέχθηκαν, έγινε χρήση του στατιστικού προγράμματος IBM SPSS Statistics 23. Για τον έλεγχο της αξιοπιστίας, χρησιμοποιείται ο δείκτης Alpha (α) του Cronbach που μετρά την εσωτερική συνέπεια της κλίμακας. Οι τιμές από 0,70 έως και 1 αποτελούν αποδεκτοί συντελεστές αξιοπιστίας (Norris Qureshi, Howitt & Cramer, 2012· Santos, 1999). Ακολουθήθηκαν οι διαδικασίες της περιγραφικής στατιστικής, αρχικά με εύρεση μέσης τιμής και τυπικής απόκλισης των στοιχείων του ερωτηματολογίου, όπως η ηλικία. Έπειτα, μελετήθηκαν οι συχνότητες των απαντήσεων, ώστε αρχικά να εξάγουμε αποτελέσματα και στη συνέχεια συμπεράσματα για τις συμπεριφορές του πληθυσμού.

Επόμενο βήμα, ήταν η εύρεση συντελεστή συσχέτισης r Pearson για όλες τις μεταβλητές, με σκοπό την ανακάλυψη στενής σχέσης μεταξύ των μεταβλητών. Το αριθμητικό μέγεθος του συντελεστή συσχέτισης μπορεί να κυμαίνεται από 0 έως 1, και μπορεί να είναι είτε θετικός εκφράζοντας μια αναλογική σχέση, είτε αρνητικός για αντιστρόφως αναλογική (Norris et al., 2012).

Παράλληλα, χρησιμοποιήθηκε και η επαγωγική στατιστική. Ο έλεγχος t-test χρησιμοποιείται για την αξιολόγηση της σημαντικότητας της διαφοράς των μέσων όρων δύο συνόλων τιμών. Η διαδικασία αυτή αποτελεί το έναυσμα για την απάντηση του πρώτου ερευνητικού ερωτήματος που αφορά τις σχέσεις των δημογραφικών στοιχείων με τις μεταβλητές (Norris et al., 2012). Τέλος, για τη μελέτη συσχετίσεων των μεταβλητών, ώστε να επιτύχουμε τυχόν προβλέψιμη συμπεριφορά, πράγμα το οποίο αποτελεί στόχο των ποσοτικών ερευνών, χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της γραμμικής παλινδρόμησης.

2.5. Προβλήματα στη διεξαγωγή της έρευνας

Κατά τη διεξαγωγή της έρευνας αντιμετωπίστηκαν προβλήματα αναφορικά με τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου. Συγκεκριμένα, η δήλωση «Ο/Η φίλος μου και εγώ πάντα εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον ότι θα βρούμε καλές ιδέες για το πώς θα ανταποκριθούμε στις υποχρεώσεις μας», δυσκόλευε τους περισσότερους ερωτώμενους ως προς τις λέξεις «εμπιστευόμαστε», «ανταποκριθούμε» και «υποχρεώσεις», οπότε η ερώτηση γινόταν ως εξής: «Ο/Η φίλος μου και εγώ πάντα πιστεύουμε ότι θα βρούμε καλές ιδέες για το πώς θα κάνουμε κάποια δουλειά». Σε ορισμένες περιπτώσεις, η ψυχολόγος ή η κοινωνική λειτουργός που επιτηρούσε τη διαδικασία έδινε κάποιο παράδειγμα που αντιπροσώπευε την καθημερινότητα του συμμετέχοντα.

Στην δεύτερη υποκλίμακα, που αφορά το αίσθημα της μοναξιάς, οι δηλώσεις «αισθάνομαι κενό γύρω μου» και «συχνά νοιώθω απόρριψη» δεν γινόταν κατανοητές. Εναλλακτικά, οι προτάσεις διατυπώνονταν «αισθάνομαι μόνος (ή μοναξιά)» και «συχνά νιώθω ότι δεν με δέχονται (ή θέλουν)» αντίστοιχα. Δυσκολία κατανόησης εντοπίστηκε και στη τρίτη δήλωση του ίδιου ερωτηματολογίου με την έννοια «εμπιστευτώ», οπότε δινόταν παράδειγμα «είμαι σίγουρος ότι θα ακούσει τα προβλήματά μου, θέλει το καλό μου, θα κρατήσει κρυφό το μυστικό μου». Επιπλέον, πολλές φορές οι συμμετέχοντες ζητούσαν διευκρίνιση της λέξης «οικειότητα», και για αυτό το λόγο δινόταν επεξήγηση αναφέροντας την άνεση – ελευθερία να μιλά κανείς για τον εαυτό του, για τα συναισθήματά του ή ακόμα και να συμπεριφέρεται χωρίς να ντρέπεται.

Τέλος, αναφορικά με το ερωτηματολόγιο της αυτοεκτίμησης, στη δήλωση «αισθάνομαι ότι έχω πολλά καλά χαρακτηριστικά», δινόταν παραδείγματα για την καλύτερη κατανόηση, όπως είμαι ευγενικός, βοηθάω τους άλλους και άλλα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ:

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

3.1. Περιγραφικά αποτελέσματα για την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση.

Σε αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζονται συνολικά τα αποτελέσματα που αφορούν τις τρεις διαστάσεις της ποιότητας των φιλικών σχέσεων, του αισθήματος της μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης, όπως αναλύθηκαν με βάση τις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Σχετικά με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, η μέση τιμή της βρέθηκε 2,40 με τυπική απόκλιση 0,55. Αναφορικά με τη κλίμακα Παρέα και Διασκέδαση, στη δήλωση «Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ πάντα καθόμαστε μαζί στο φαγητό» το 26% επέλεξε την απάντηση «δεν ισχύει καθόλου», ενώ στην πρόταση «Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ πάντα επιλέγουμε ο ένας τον άλλο για ζευγάρι για διάφορα πράγματα» σχεδόν το 36% δήλωσε πως «ισχύει κάπως». Επιπλέον, η διάσταση της Σύγκρουσης και Προδοσίας βρίσκεται κάτω από την ενδιάμεση επιλογή της αντίστοιχης κλίμακας με μέσο όρο 1,39 και τυπική απόκλιση 0,72, πράγμα που σημαίνει ότι τα υποκείμενα δηλώσαν ότι έρχονται συχνά σε σύγκρουση με τους φίλους τους. Αναλυτικότερα, στην ερώτηση «Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ τσακωνόμαστε πολύ» οι ερωτώμενοι απάντησαν κατά 63,5% «δεν ισχύει καθόλου» και κατά 23% «ισχύει κάπως». Ένα μεγάλο ποσοστό, επίσης, δήλωσε πως δεν καυγαδίζουν καθόλου (67,3%). Παρόλα αυτά, το 21,2% απάντησε ότι θυμώνουν κάπως αυτοί και οι φίλοι τους, ενώ το 17,3% το αίσθημα αυτό ισχύει απόλυτα.

Γενικότερα, η μέση τιμή της Ικανοποίησης από τη φιλική σχέση βρίσκεται πάνω από τη μέση τιμή της απαντητικής κλίμακας με μέσο όρο 2,68 και τυπική απόκλιση 0,79

αποδεικνύοντας ότι οι συμμετέχοντες είναι σε υψηλό βαθμό ικανοποιημένοι από τη φιλία τους. Χαρακτηριστικό αποτελεί το γεγονός, ότι το 80,8% του δείγματος στην ερώτηση «Πώς τα πάει η φιλία σας;» απάντησε «πολύ καλά», και το 84,6% στην ερώτηση «Πόσο ικανοποιημένος/ -η είσαι από τη φιλία σας;» έδωσε την ίδια απάντηση.

Επιπρόσθετα, από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες είχαν μετρίου βαθμού αίσθημα μοναξιάς καθώς η μέση τιμή των απαντήσεων ήταν ίση με 1,96 με τυπική απόκλιση 0,55. Ειδικότερα, στη δήλωση «Αισθάνομαι κενό γύρω μου» ένα σημαντικό ποσοστό της τάξης του 36,5% απάντησε πως συμφωνεί απόλυτα. Στην πρόταση «Συχνά νοιώθω απόρριψη» το 32,7% επέλεξε την απάντηση «ούτε συμφωνώ, ούτε διαφωνώ», ενώ λιγότερο από το ¼ των συμμετεχόντων επέλεξε «διαφωνώ απόλυτα». Οι δηλώσεις αυτές σχετίζονται άμεσα με την σοβαρή κοινωνική απομόνωση. Ακόμη, στην δήλωση «Μου έχει λείψει να έχω ανθρώπους γύρω μου» το 51% συμφώνησε απόλυτα. Αξίζει να σημειωθεί ότι τρεις αυτές δηλώσεις αφορούν τον τομέα της συναισθηματικής μοναξιάς. Στις υπόλοιπες ερωτήσεις, οι οποίες αφορούσαν την κοινωνική μοναξιά, οι απαντήσεις μοιράστηκαν ομοιόμορφα σ όλες τις επιλογές, εκτός από τη δήλωση «Μου έχει λείψει να έχω ανθρώπους γύρω μου», όπου το 52,9 του δείγματος απάντησε «συμφωνώ απόλυτα».

Προχωρώντας τη στατιστική ανάλυση, υπάρχει η διαπίστωση ότι οι συμμετέχοντες επέδειξαν υψηλό επίπεδο αυτοεκτίμησης, καθώς η μέση τιμή της διάστασης της αυτοεκτίμησης ήταν ίση με 2,63, με τυπική απόκλιση 0,36. Υπογραμμίζεται το γεγονός ότι στην πρόταση «Αισθάνομαι ότι δεν έχω κάνει κάτι σημαντικό» το 19,2% δήλωσε πως «ισχύει πάντα», ενώ το 40,4% πως «ισχύει μερικές φορές». Παράλληλα, στην τελευταία δήλωση «Μερικές φορές νομίζω ότι δεν είμαι καθόλου καλός» το 39,4% θεωρεί πως γεγονός αυτό «ισχύει μερικές φορές» (βλ. Πίνακα 4)

Πίνακας 4: Περιγραφικά αποτελέσματα για το αίσθημα μοναξιάς, την αυτοεκτίμηση και την ποιότητα των φιλικών σχέσεων.

	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
Αίσθημα μοναξιάς	1,96	0,55
Συναισθηματική Μοναξιά	2,00	0,64
Κοινωνική Μοναξιά	1,92	0,68
Αυτοεκτίμηση	2,63	0,36
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	2,40	0,55
Φροντίδα και Αναγνώριση	2,48	0,76
Επίλυση Συγκρούσεων	2,46	0,80
Σύγκρουση και Προδοσία	1,39	0,72
Βοήθεια και Καθοδήγηση	2,47	0,76
Παρέα και Διασκέδαση	2,24	0,77
Οικεία Ανταλλαγή	2,11	0,84
Ικανοποίηση από τη φιλική σχέση	2,68	0,79

3.2. Σύγκριση ποιότητας των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς το φύλο.

Είναι απαραίτητο να επισημανθεί το κατά πόσο η ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και η αυτοεκτίμηση διαφοροποιούνται σε σημαντικό βαθμό ως προς το φύλο. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος στατιστικής ανάλυσης ελέγχου t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Από την ανάλυση παρατηρήθηκε ότι οι άντρες, με μέση τιμή 1,93 και τυπική απόκλιση 0,53, και οι γυναίκες, με μέση τιμή 2,01 και τυπική απόκλιση 0,58, είχαν ισοδύναμο αίσθημα μοναξιάς ($t = -0,771, p = 0,443 > 0,05$). Αναφορικά με τη συναισθηματική ($t = -0,620, p = 0,801 > 0,05$) και την κοινωνική μοναξιά ($t = -0,700, p = 0,303 > 0,05$), δεν βρέθηκε ούτε σε αυτές τις υποκλίμακες στατιστική διαφορά ως προς το φύλο.

Όσον αφορά την αυτοεκτίμηση, οι άντρες συγκέντρωσαν μέση τιμή 2,64 και τυπική απόκλιση 0,34 και οι γυναίκες μέση τιμή 2,61 και τυπική απόκλιση 0,38. Όπως προκύπτει, τα δύο φύλα δεν είχαν διαφορές, εξασφαλίζοντας ισοδύναμη αυτοεκτίμηση ($t = 0,483, p = 0,630 > 0,05$).

Παρόμοια, από την ανάλυση δεν προέκυψε σημαντική διαφοροποίηση και στις 6 διαστάσεις της ποιότητας των φιλικών σχέσεων ($p > 0,05$ σε όλες τις περιπτώσεις), ως προς το φύλο. Τόσο οι άντρες, όσο και οι γυναίκες είχαν ίδιου βαθμού ποιότητας φιλικών σχέσεων ($t = -0,773, p = 0,465 > 0,05$). Τέλος, δεν προέκυψε σημαντική διαφοροποίηση ούτε στην ικανοποίηση από τη φιλική σχέση ($t = -0,281, p = 0,779 > 0,05$). Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται αναλυτικά όλοι οι έλεγχοι για στατιστική σημαντική διαφορά μεταξύ των μεταβλητών και του φύλου.

Πίνακας 5: Αποτελέσματα ελέγχου t-test για τη διαφοροποίηση ποιότητας φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς το φύλο.

	Φύλο				t	P
	Άντρας		Γυναίκα			
	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση		
Αίσθημα μοναξιάς	1,93	0,53	2,01	0,58	-0,771	0,443
Συναισθηματική μοναξιά	1,97	0,63	2,04	0,65	-0,620	0,801
Κοινωνική μοναξιά	1,88	0,61	1,97	0,67	-0,700	0,303
Αυτοεκτίμηση	2,64	0,34	2,61	0,38	0,483	0,630
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	2,36	0,56	2,44	0,52	-0,733	0,465
Φροντίδα και Αναγνώριση	2,40	0,77	2,57	0,74	-1,183	0,240
Επίλυση Συγκρούσεων	2,42	0,82	2,50	0,77	-0,525	0,601
Σύγκρουση και Προδοσία	1,42	0,77	1,35	0,65	0,428	0,669
Βοήθεια και Καθοδήγηση	2,43	0,78	2,52	0,74	-0,604	0,547
Παρέα και Διασκέδαση	2,22	0,79	2,28	0,76	-0,394	0,694
Οικεία Ανταλλαγή	2,11	0,86	2,11	0,81	-0,014	0,989
Ικανοποίηση από τη φιλική σχέση	2,66	0,81	2,70	0,79	-0,281	0,779

3.3. Συσχέτιση της ηλικίας με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, του αισθήματος μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης

Αρχικά να σημειωθεί ότι δεν βρέθηκαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις ηλικιακές ομάδες που σχηματίστηκαν. Προκειμένου αυτές να είναι ισάριθμες με τέτοιο τρόπο, ώστε να επιτευχθεί η έγκυρη στατιστική ανάλυση, οι ομάδες αποτελούσαν από 18 έως 29 (n=34), από 30 έως 39 (n=30) και από 40 έως 65 ετών (n=30). Ανάμεσα στις ομάδες αυτές, δεν παρατηρήθηκε σημαντική διαφορά ως προς την ποιότητα φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης (βλ. πίνακα 6).

Πίνακας 6 Περιγραφικά αποτελέσματα της ποιότητας φιλικών σχέσεων, αίσθηματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς την ηλικία

	Ηλικία					
	18-29		30-39		40-65	
	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
Αίσθημα μοναξιάς	2,00	0,56	1,91	0,54	1,98	0,56
Συναισθηματική μοναξιά	1,99	0,70	2,00	0,62	2,02	0,62
Κοινωνική μοναξιά	2,01	0,68	1,82	0,56	1,93	0,89
Αυτοεκτίμηση	2,63	0,34	2,62	0,41	2,62	0,30
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	2,26	0,50	2,21	0,67	2,06	0,73
Φροντίδα και Αναγνώριση	2,52	0,49	2,60	0,55	2,48	0,61
Επίλυση Συγκρούσεων	2,48	0,48	2,49	0,80	2,38	0,90
Σύγκρουση και Προδοσία	1,51	0,65	1,37	0,65	1,15	0,61
Βοήθεια και Καθοδήγηση	2,55	0,62	2,46	0,77	2,37	0,88
Παρέα και Διασκέδαση	2,37	0,65	2,16	0,76	2,20	0,89
Οικεία Ανταλλαγή	2,12	0,73	2,26	0,80	1,90	0,95
Ικανοποίηση από τη φιλική σχέση	2,75	0,60	2,65	0,85	2,62	0,90

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζονται και τα αποτελέσματα σχετικά με το κατά πόσο η ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και η αυτοεκτίμηση σχετίζονται με την ηλικία. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε ο συντελεστής συσχέτισης r του Pearson και τα αποτελέσματα δίνονται αναλυτικά στον Πίνακα 7. Από την ανάλυση παρατηρήθηκε ότι η ηλικία δεν έχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση με το αίσθημα μοναξιάς ($r = -0,111$, $p = 0,262 > 0,05$). Το ίδιο φαινόμενο εντοπίστηκε και με τη συναισθηματική ($r = -0,076$, $p = 0,444 > 0,05$) και την κοινωνική μοναξιά ($r = -0,114$, $p = 0,248 > 0,05$), καθώς δεν παρουσιάστηκε σημαντική συσχέτιση με τον ηλικιακό παράγοντα.

Εκτός από αυτό, φαίνεται πως η ηλικία δεν αποτελεί καθοριστικός παράγοντας ούτε για την αυτοεκτίμηση ($r= 0,033, p=0,740>0,05$).

Επιπλέον, παρατηρήθηκε ότι το συγκεκριμένο δημογραφικό στοιχείο δεν εμφανίζει στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την συνολική ποιότητα των φιλικών σχέσεων ($r= -0,044, p=0,660>0,05$), καθώς επίσης και με τις 6 υποκλίμακες που αξιολογούν την ποιότητα των φιλικών σχέσεων ($p>0,05$). Το ίδιο φαινόμενο παρουσιάζεται και στον τομέα του αισθήματος ικανοποίησης από τις φιλικές σχέσεις ($r= -0,111, p= 0,262>0,05$).

Πίνακας 7: Αποτελέσματα ανάλυσης συσχέτισης μεταξύ της ηλικίας μ τις διαστάσεις της ποιότητας φιλικών σχέσεων, του αισθήματος μοναξιάς και της αυτοεκτίμησης.

		Ηλικία
Αίσθημα μοναξιάς	r	-0,111
	p	0,262
Συναισθηματική μοναξιά	r	-0,076
	p	0,444
Κοινωνική μοναξιά	r	-0,114
	p	0,248
Αυτοεκτίμηση	r	0,033
	p	0,740
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	r	-0,044
	p	0,660
Φροντίδα και Αναγνώριση	r	-0,039
	p	0,695
Επίλυση συγκρούσεων	r	-0,021
	p	0,836
Σύγκρουση και Προδοσία	r	-0,132
	p	0,181
Βοήθεια και Καθοδήγηση	r	-0,084
	p	0,396
Παρέα και διασκέδαση	r	-0,045
	p	0,653
Οικεία ανταλλαγή	r	-0,111
	p	0,262
Ικανοποίηση απο τη φιλική σχέση	r	-0,030
	p	0,760

3.4. Συσχέτιση ποιότητας φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς τον τόπο διαμονής.

Ως προς τα δημογραφικά στοιχεία, μία άλλη υπόθεση που διερευνήθηκε ήταν το κατά πόσο η ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και η αυτοεκτίμηση διαφοροποιούνται σε σημαντικό βαθμό, ως προς τον τόπο διαμονής. Εκ των προτέρων, υπογραμμίζεται το γεγονός, ότι ομάδες που δημιουργήθηκαν αποτελούνται από ανισομεγέθη δείγματα γεγονός που δεν καθιστά έγκυρη τον έλεγχο συσχέτισης μεταξύ τους. Συγκεκριμένα, όσοι μένουν με την οικογένειά τους αποτελούν την πλειοψηφία του πληθυσμού ($n=80$), ενώ οι υπόλοιποι κατανέμονται εξίσου άνισα σε αυτούς που μένουν σε ιδρυματική δομή ($n=20$) και σε αυτούς που μένουν μόνοι τους ($n=4$). Επομένως, τα παρακάτω αποτελέσματα θα πρέπει να μελετηθούν με ιδιαίτερη προσοχή. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε ο έλεγχος ANOVA για περισσότερα από 2 ανεξάρτητα δείγματα.

Από την ανάλυση παρατηρήθηκε σημαντική διαφορά της διαμονής με το αίσθημα μοναξιάς ($F=3,069$, $p<0,05$). Αναλυτικότερα παρατηρήθηκε ότι όσοι έμεναν με την οικογένεια τους συγκέντρωναν μέση τιμή 1,90 με τυπική απόκλιση 0,54 για το αίσθημα μοναξιάς σε σχέση με αυτούς που έμεναν μόνοι τους. Οι τελευταίοι είχαν μέσο όρο 2,38 με τυπική απόκλιση 0,60. Ακόμα και όσοι δήλωσαν, ότι μένουν αλλού, στον τομέα της μοναξιάς φάνηκε να έχουν μέσο όρο 2,16 με τυπική απόκλιση 0,53. Αξίζει να σημειωθεί, ότι και η συναισθηματική μοναξιά σχετίζεται με τον τόπο διαμονής του πληθυσμού ($F=3,476$, $p<0,05$), καθώς τα άτομα που ζουν με την οικογένειά τους συγκεντρώνουν μικρότερο μέσο όρο σε σχέση με τα άτομα που ζουν μόνα τους ή αλλού.

Όσον αφορά την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, καταγράφηκε ότι όσοι έμεναν με την οικογένεια τους με μέση τιμή 2,57 και τυπική απόκλιση 0,69, είχαν καλύτερη ποιότητα σχέσεων. Οι συμμετέχοντες που ζουν μόνοι τους, στην κλίμακα της ποιότητας των φιλικών

σχέσεων συγκέντρωσαν μέσο όρο 2,08 με τυπική απόκλιση 0,74, ενώ αυτοί που ζουν αλλού είχαν τον ίδιο μέσο όρο με τυπική απόκλιση 1,08. Το γεγονός αυτό σχετίζεται με την επίλυση συγκρούσεων, καθώς παρατηρήθηκε σημαντική διαφορά σε αυτή τη διάσταση που αφορά την ποιότητα των φιλικών σχέσεων ($F=3,646$, $p<0,05$). Αντίθετα, από την ανάλυση δεν προέκυψε σημαντική διαφοροποίηση ως προς τις υπόλοιπες διαστάσεις ($p>0,05$ σε όλες τις περιπτώσεις).

Δεν πρέπει να λησμονούμε ακόμη και την αυτοεκτίμηση, στην ανάλυση της οποίας δεν βρέθηκαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις ομάδες, όπως διαχωρίστηκαν με βάση τον τόπο διαμονής ($F=1,061$, $p>0,05$).

Στον παρακάτω πίνακα δίνονται αναλυτικά οι μέσες τιμές με τις τυπικές αποκλίσεις και οι συσχετίσεις, όπως αποτυπώθηκαν από τη στατιστική ανάλυση με τη μέθοδο ANOVA.

Πίνακας 8: Αποτελέσματα ελέγχου ANOVA για την διαφοροποίηση των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς το με τον τόπο διαμονής.

	Διαμονή						F	P
	Ζω με την οικογένεια μου		Ζω μόνος μου		Αλλού			
	ΜΤ	ΤΑ	ΜΤ	ΤΑ	ΜΤ	ΤΑ		
Αίσθημα μοναξιάς	1,90	0,54	2,38	0,60	2,16	0,53	3,096	0,049
Συναισθηματική μοναξιά	1,92	0,63	2,50	0,43	2,25	0,64	3,476	0,035
Κοινωνική μοναξιά	1,87	0,61	2,25	0,83	2,06	0,68	1,297	0,278

Αυτοεκτίμηση	2,64	0,32	2,38	0,55	2,62	0,45	1,061	0,350
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	2,45	0,49	2,11	0,40	2,24	0,72	1,776	0,175
Φροντίδα και Αναγνώριση	2,55	0,67	2,00	0,27	2,27	1,05	2,004	0,140
Επίλυση Συγκρούσεων	2,57	0,69	2,08	0,74	2,08	1,08	3,646	0,030
Σύγκρουση και Προδοσία	1,40	0,71	1,33	0,27	1,33	0,82	0,089	0,915
Βοήθεια και Καθοδήγηση	2,50	0,69	2,25	0,50	2,37	1,05	0,427	0,654
Παρέα και Διασκέδαση	2,28	0,71	1,92	0,50	2,15	1,02	0,607	0,547
Οικεία Ανταλλαγή	2,18	0,79	1,75	0,74	1,90	1,02	1,315	0,273
Ικανοποίηση απο τη φιλική σχέση	2,74	0,71	2,88	0,25	2,38	1,10	1,885	0,157

3.5. Σύγκριση ποιότητας των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς τις φίλιες εντός και εκτός του φορέα.

Στην συνέχεια διερευνήθηκε κατά πόσο η ποιότητα των φιλικών σχέσεων, το αίσθημα μοναξιάς και η αυτοεκτίμηση διαφοροποιούνται σε σημαντικό βαθμό ως προς τις φίλιες εντός και εκτός του φορέα. Αρχικά, από τα άτομα που δήλωσαν ότι έχουν κάποιο κολλητό φίλο (n=97), από αυτούς σχεδόν το 82% (n=85) ο φίλος τους ήταν μέλος της ίδιας ειδικής δομής, ενώ για τους υπόλοιπους (11,5%, n=12) ο κολλητός φίλος, ήταν κάποιο πρόσωπο εκτός της ειδικής δομής που ανήκε ο ερωτώμενος. Είναι εμφανές το γεγονός ότι και σε αυτή τη περίπτωση, τα δείγματα είναι ανισομεγέθη, επομένως θα πρέπει να μελετηθούν προσεκτικά τα παρακάτω αποτελέσματα

Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε ο έλεγχος t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Από την ανάλυση παρατηρήθηκε ότι κατείχαν χαμηλό αίσθημα μοναξιάς και όσοι είχαν φίλιες εντός του φορέα, συγκεντρώνοντας μέσο όρο 1,43 με τυπική απόκλιση 0,56, αλλά και όσοι

είχαν φιλίες εκτός του φορέα είχαν μέσο όρο 1,82 με τυπική απόκλιση 0,34, διασφαλίζοντας έτσι ισοδύναμο το αίσθημα αυτό ανάμεσα στις δύο ομάδες ($t=0,708$, $p=0,480>0,05$). υπογραμμίζεται το γεγονός ότι δεν υπήρχε διαφορά ανάμεσα στις δύο ομάδες ούτε στον τομέα της συναισθηματικής μοναξιάς ούτε της κοινωνικής μοναξιάς.

Το ίδιο φαινόμενο παρατηρήθηκε και στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, καθώς όσοι είχαν φιλίες εντός του φορέα, έδειχναν μέση τιμή 2,66 με τυπική απόκλιση 0,33 και επιπλέον, όσοι είχαν φιλίες εκτός του φορέα είχαν μέση τιμή 2,60 με τυπική απόκλιση 0,36. Έτσι, αποδείχθηκε ισοδύναμη η αυτοεκτίμηση ($t=0,587$, $p=0,559>0,05$).

Παρόμοια, από την ανάλυση δεν προέκυψε σημαντική διαφοροποίηση στις 6 διαστάσεις της ποιότητας των φιλικών σχέσεων ($p>0,05$ σε όλες τις περιπτώσεις), ως προς το αν είχαν φιλίες εντός και εκτός του φορέα. Ταυτόχρονα, τόσο τα άτομα, που δήλωσαν ότι ο καλύτερός τους φίλος προερχόταν από τον φορέα, αναφορικά με την ποιότητα της φιλικής τους σχέσης βρισκόταν γύρω από το 2,51 της μέσης τιμής με τυπική απόκλιση 0,30, όσο και όσοι είχαν φιλίες εκτός του φορέα με μέση τιμή 2,60 και τυπική απόκλιση 0,20 είχαν ίδιου βαθμού ποιότητας φιλικών σχέσεων ($t= -0,978$, $p=0,330>0,05$). Επιπλέον, δεν προέκυψε σημαντική διαφοροποίηση ως προς το αν είχαν φιλίες εντός και εκτός του φορέα στην ικανοποίηση από τη φιλική σχέση ($t= -0,493$, $p=0,623>0,05$).

Πίνακας 9: Αποτελέσματα ελέγχου t-test για την διαφοροποίηση των φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης ως προς τις φιλίες εντός και εκτός φορέα

	Φιλία				T	P
	Εντός		Εκτός			
	ΜΤ	ΤΑ	ΜΤ	ΤΑ		
Αίσθημα μοναξιάς	1,94	0,56	1,82	0,34	0,708	0,480
Συναισθηματική μοναξιά	1,96	0,63	1,94	0,69	0,122	0,573
Κοινωνική μοναξιά	1,90	0,63	1,69	0,55	1,087	0,290
Αυτοεκτίμηση	2,66	0,33	2,60	0,36	0,587	0,559
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	2,51	0,30	2,60	0,20	-0,978	0,330
Φροντίδα και Αναγνώριση	2,63	0,38	2,83	0,27	-1,770	0,080
Επίλυση Συγκρούσεων	2,62	0,47	2,72	0,34	-0,703	0,484
Σύγκρουση και Προδοσία	1,48	0,64	1,56	0,57	-0,395	0,694
Βοήθεια και Καθοδήγηση	2,64	0,39	2,69	0,30	-0,468	0,641
Παρέα και Διασκέδαση	2,42	0,47	2,31	0,64	0,755	0,459
Οικεία Ανταλλαγή	2,22	0,64	2,58	0,47	-1,883	0,063
Ικανοποίηση απο τη φιλική σχέση	2,86	0,35	2,92	0,29	-0,493	0,623

3.6. Συσχέτιση ποιότητας φιλικών σχέσεων, αισθήματος μοναξιάς και αυτοεκτίμησης

Στην τελευταία ενότητα παρουσιάζονται τα αποτελέσματα σχετικά με την συσχέτιση της ποιότητας των φιλικών σχέσεων με το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση (Πίνακας 10). Από την ανάλυση παρατηρήθηκε ότι η συνολική ποιότητα των φιλικών σχέσεων σχετίζεται αρνητικά με το αίσθημα μοναξιάς ($r = -0,409$, $p = 0,000 < 0,05$). Αντιθέτως, προέκυψε ότι η συνολική ποιότητα των φιλικών σχέσεων σχετίζεται θετικά με την αυτοεκτίμηση ($r = 0,304$, $p = 0,002 < 0,05$).

Επιπρόσθετα, από τις διαστάσεις της ποιότητας των φιλικών σχέσεων αυτές που σχετίζονται με το αίσθημα μοναξιάς είναι η Φροντίδα και Αναγνώριση ($r = -0,327$,

$p=0,001<0,05$), η Επίλυση Συγκρούσεων ($r= -0,310$, $p=0,001<0,05$, η Βοήθεια και Καθοδήγηση ($r= -0,341$, $p=0,000<0,05$), η Παρέα και Διασκέδαση ($r= -0,373$, $p=0,001<0,05$) και η Οικεία Ανταλλαγή ($r= -0,358$, $p=0,000<0,05$). Αξίζει να μελετηθεί η συναισθηματική και κοινωνική μοναξιά ξεχωριστά, σε συνάρτηση με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων. Παρόμοια, από τις διαστάσεις της ποιότητας των φιλικών σχέσεων αυτές που σχετίζονται με την αυτοεκτίμηση είναι η Επίλυση Συγκρούσεων ($r=0,215$, $p=0,028<0,05$, η Βοήθεια και Καθοδήγηση ($r=0,278$, $p=0,004<0,05$) και η Παρέα και Διασκέδαση ($r=0,314$, $p=0,001<0,05$). Στον παρακάτω πίνακα δίνονται οι σχέσεις των διαστάσεων της ποιότητας των φιλικών σχέσεων με το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση.

Πίνακας 10: Αποτελέσματα ανάλυσης συσχέτισης μεταξύ των διαστάσεων της ποιότητας φιλικών σχέσεων με το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση

		Αίσθημα μοναξιάς	Αυτοεκτίμηση
Ποιότητα φιλικών σχέσεων	r	-0,409	0,304
	P	0,000	0,002
Φροντίδα και Αναγνώριση	r	-0,327	0,290
	P	0,001	0,003
Επίλυση συγκρούσεων	r	-0,310	0,215
	P	0,001	0,028
Σύγκρουση και Προδοσία	r	-0,007	-0,006
	P	0,941	0,953
Βοήθεια και Καθοδήγηση	r	-0,341	0,278
	P	0,000	0,004
Παρέα και διασκέδαση	r	-0,373	0,314
	P	0,000	0,001
Οικεία ανταλλαγή	r	-0,358	0,173
	P	0,000	0,078

Παράλληλα, σε ανάλυση συντελεστή r του Pearson, αποδείχθηκε ότι η συναισθηματική μοναξιά σχετίζεται αρνητικά με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων ($r = -0,248, p=0,011<0,05$), ενώ το ίδιο συμβαίνει και με την κοινωνική μοναξιά ($r = -0,343, p=0,000<0,05$). Γενικότερα, και οι δυο αυτές κατηγορίες φαίνεται να είναι αντιστρόφως ανάλογες με την αυτοεκτίμηση διασφαλίζοντας μάλιστα στατιστικά σημαντική μεταξύ τους συσχέτιση.

Με τη μέθοδο της ανάλυσης γραμμικής παλινδρόμησης, βρέθηκε ότι η αυτοεκτίμηση αποτελεί εξαρτημένη μεταβλητή του αισθήματος μοναξιάς ($R^2 = 0,208, t = -4,269, p=0,000<0,05$). Επιπλέον, το αίσθημα μοναξιάς εξαρτάται κυρίως από τις διαστάσεις της Σύγκρουσης και Προδοσίας ($R^2 = 0,288, t = 2,823, p = 0,006<0,05$) και της Παρέας και Διασκέδασης ($R^2 = -0,319, t = -2,232, p=0,023<0,05$).

Τα παραπάνω αποτελέσματα δείχνουν ότι η υψηλή ποιότητα φιλικών σχέσεων σχετίζεται με την υψηλή αυτοεκτίμηση και η υψηλή ποιότητα φιλικών σχέσεων είναι αντιστρόφως ανάλογης της μοναξιάς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ:

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΣΥΖΗΤΗΣΗ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

4.1. Συμπεράσματα

Η έρευνα αυτή μελετούσε τα χαρακτηριστικά των φιλικών σχέσεων των ενήλικων ατόμων με νοητική αναπηρία, το επίπεδο της αυτοεκτίμησης και του αισθήματος της μοναξιάς, που μπορεί να βιώνουν. Σκοπός της εργασίας αποτελούσε την μέτρηση των παραπάνω μεταβλητών, τη συσχέτισή τους με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά και την εξέταση των μεταξύ τους σχέσεων.

Γενικότερα, τα αποτελέσματα των ερωτηματολογίων που συλλέχθηκαν στη συγκεκριμένη έρευνα έδειξαν ότι τα άτομα με νοητική αναπηρία συνάπτουν ικανοποιητικές για αυτούς φιλικές σχέσεις με ποιοτικά χαρακτηριστικά. Συγκεκριμένα, τα στοιχεία που αφορούν τη φροντίδα και αναγνώριση, την επίλυση συγκρούσεων και τη βοήθεια και καθοδήγηση ήταν αυξημένα. Ωστόσο, στη βιβλιογραφική ανασκόπηση, ενώ αποδεικνύεται ότι τα κυριότερα χαρακτηριστικά των σχέσεων, που δημιουργούν τα άτομα με νοητική αναπηρία, αφορούν τη συντροφικότητα (Matheson et al., 2007), την αποφυγή διαμαχών (Tipton et al., 2013), την υποστήριξη, την αφοσίωση και την εχεμύθεια (Tipton et al., 2013· Lippold & Burns, 2009), καθώς επίσης και τη φροντίδα (Gilmore & Cuskelly, 2014· Kamstra et al., 2014· Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014), αυτά βρίσκονται σε χαμηλότερο βαθμό, συγκριτικά τουλάχιστον με άτομα χωρίς αναπηρία. Σε άλλες έρευνες εντοπίζονται είτε σημαντικά ελλείμματα, είτε μεμονωμένα αυτά τα χαρακτηριστικά. Με αυτόν τον τρόπο, η συνολική ποιότητα φιλικών σχέσεων εμφανίζεται μειωμένη (Παυλίδου, 2015· Emerson & McVilly, 2004· Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014· Tipton et al., 2013).

Επιπλέον, το 93% δήλωσε ότι έχει κάποιον «κολλητό» φίλο, ενώ σχεδόν το 82% από αυτούς σημείωσε ότι ο φίλος τους ήταν κάποιο άτομο – μέλος της ειδικής δομής, στην οποία ανήκουν. Έχει αποδειχθεί και σε άλλες έρευνες, ότι τα άτομα με νοητική αναπηρία επιλέγουν για φίλο τους κάποιο άτομο με αναπηρία (Παυλίδου, 2015· Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014). Αξίζει να σημειωθεί, ότι δεν εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με τα δημογραφικά στοιχεία, εκτός από τον παράγοντα του τόπου διαμονής όπου τα άτομα που διαμένουν με την οικογένεια τους εμφανίζουν ποιοτικά καλύτερες φιλικές σχέσεις σε σχέση με αυτούς που διαμένουν μόνοι τους. Ωστόσο, όμως αυτό το εύρημα θα πρέπει να μελετηθεί με προσοχή, καθώς τα δείγματα των ομάδων που μελετήθηκε όπως προέκυψε από τη δειγματοληψία, ήταν ανισομεγέθη. Παρόλα ταύτα, δεν μπορούμε να παραβλέψουμε το γεγονός ότι το περιβάλλον μέσα στο οποίο αλληλεπιδρούν τα άτομα παίζει σημαντικό ρόλο. Ένα ευνοϊκό περιβάλλον, όπου δίνονται ευκαιρίες δημιουργίας και διατήρησης ποιοτικών σχέσεων καθώς και τα επίπεδα κοινωνικής και συναισθηματικής υποστήριξης που παρέχονται, συμβάλλουν στην κοινωνική ανάπτυξη του ατόμου (Dunverany & Arar, 2004· Simplican et al., 2014). Η οικογένεια είναι ο πρώτος παράγοντας που συμβάλλει στην υποστήριξη της δημιουργίας φιλικών σχέσεων (Turnbull et al., 1999).

Όσον αφορά τα αποτελέσματα του αισθήματος της μοναξιάς, αυτά αφενός παρουσιάζονται, αφετέρου διατηρούνται σε μέτρια επίπεδα. Χαρακτηριστικό αποτελεί το γεγονός, ότι εντοπίστηκαν άτομα με σοβαρή κοινωνική απομόνωση και αυξημένα αισθήματα κοινωνικής στέρησης που συνδέονται με συγκεκριμένες προβληματικές καταστάσεις, όπως η εγκατάλειψη. Το τελευταίο αφορούσε τη δήλωση της ύπαρξης ελάχιστων ατόμων, που μπορούν τα άτομα με νοητική αναπηρία να εμπιστευτούν. Πολλές έρευνες έχουν οδηγηθεί στο συμπέρασμα, ότι τα υψηλά επίπεδα αισθήματος κοινωνικής

μοναξιάς κυριαρχούν στα άτομα με νοητική αναπηρία (Geisthardt et al., 2002· Gilmore & Cuskelly, 2014· Simplican et al., 2014). Παράλληλα έχουν διατυπωθεί διαφορές που σχετίζονται με το φύλο (Brage & Meredith 1994· McVilly et al, 2006) γεγονός που δεν τεκμηριώνεται στην παρούσα έρευνα. Επίσης, δεν εντοπίστηκαν σημαντικές διαφορές και ως προς την ηλικία. Αντίθετα, διαφορές βρέθηκαν στα επίπεδα μοναξιάς, ειδικότερα στη συναισθηματική μοναξιά, σχετικά με τον τόπο διαμονής. Συγκεκριμένα, τα άτομα που ζουν μαζί με την οικογένεια τους συγκέντρωσαν χαμηλότερα ποσοστά συναισθηματικής μοναξιάς. Και σε αυτή την περίπτωση όμως το θέμα της διαμονής θα πρέπει να μελετηθεί εκτενέστερα σε ισάριθμες ομάδες, προκειμένου τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα που θα εξαχθούν να είναι ασφαλέστερα. Η συναισθηματική μοναξιά είναι εκείνη που σχετίζεται περισσότερο με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, καθώς η εκπλήρωση συναισθηματικών αναγκών δεν αποτελεί αποτέλεσμα του εύρους του κοινωνικού δικτύου του ατόμου, αλλά ουσιαστικών σχέσεων (Γαλανάκη, 2006· Χατζηγεωργιάδου, 2007· Costa et al., 2014· Gilmore & Cuskelly, 2014· McVilly et al., 2006).

Αναφορικά με την αυτοεκτίμηση, αναδεικνύεται ο καθοριστικός ρόλος που διαδραματίζει στη ζωή των ατόμων με νοητική αναπηρία. Πιο αναλυτικά, αυτή φαίνεται να διατηρείται σε υψηλά επίπεδα, γεγονός που δεν συμβαδίζει με τα βιβλιογραφικά δεδομένα (Cummins & Lau, 2003· Paterson et al., 2012). Ωστόσο, αυτό σχετίζεται με τον κοινωνική σύγκριση. Οι συμμετέχοντες, μπορεί να κάνουν συγκρίσεις για τους εαυτούς τους, που να σχετίζονται με άλλα άτομα με αναπηρία. Οι συγκρίσεις αυτές μπορεί να είναι πλευρικές συγκρίσεις ή συγκρίσεις προς τα κάτω (Dagnan & Sandhu, 1999· Paterson et al., 2012). Τα σημεία που χρήζουν της προσοχής, είναι το φαινόμενο ότι το 19% των ερωτηθέντων δήλωσε πως δεν έχουν κάνει κάτι σημαντικό. Επιπλέον, το 39% νιώθει μερικές φορές ότι δεν είναι καθόλου καλοί. Αυτού του είδους οι προτάσεις θα μπορούσαν να προβληματίσουν για το αν

όντως η αυτοεκτίμηση των ατόμων με νοητική διατηρείται σταθερά σε αυτά τα επίπεδα, ή αν συχνά υπάρχει έντονη αυξομείωσή της, όπως υποστηρίζεται σε προηγούμενες έρευνες (Baumeister et al., 2003· Ciarrochi et al., 2007· Dagnan & Sandhu, 1999). Επιπλέον, το φύλο, η ηλικία, ο τόπος διαμονής, καθώς επίσης και οι φιλίες εντός και εκτός ειδικής δομής δεν φαίνονται να διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο για την αυτοεκτίμηση.

Παράλληλα, στην παρούσα έρευνα διαπιστώθηκε ότι η ποιότητα φιλικών σχέσεων σχετίζεται άμεσα με το αίσθημα μοναξιάς και την αυτοεκτίμηση. Πιο συγκεκριμένα, η ποιότητα φιλικών σχέσεων σχετίζεται αρνητικά με το αίσθημα μοναξιάς, πράγμα το οποίο ήταν αναμενόμενο με βάση τη βιβλιογραφία (Χατζηγεωργιάδου, 2007· Bukowski et al., 1996· Geisthardt et al., 2002· McVilly et al., 2006· Valas, 1999). Επιπλέον, η αυτοεκτίμηση σχετίζεται αρνητικά και με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων και με την μοναξιά. Γενικότερα, ο παράγοντας αυτός επηρεάζει την κοινωνικοποίηση του ατόμου (McWhirter, 1997) και επομένως προλαμβάνει την εμφάνιση του αισθήματος της μοναξιάς (Bosacki et al., 2007· Cheng & Furnham, 2002· McWhirter et al., 2002· Wiltz, 2005). Τέλος, θα μπορούσε κανείς να συμπεράνει ότι οι τρεις αυτοί παράγοντες είναι αλληλένδετοι μεταξύ τους (Vanhalst et al., 2013).

4.2. Συζήτηση

Στην παρούσα έρευνα τα αποτελέσματα για την ποιότητα των φιλικών σχέσεων, την αυτοεκτίμηση και εν μέρει για το αίσθημα μοναξιάς είναι αντίθετα από αυτά που έχουν βρεθεί στη βιβλιογραφία παγκοσμίως.

Αφενός, η έρευνα αυτή στηρίχτηκε σε ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς προκειμένου να ποσοτικοποιηθούν τα δεδομένα, να μετρηθούν και να διαπιστωθεί η συσχέτιση μεταξύ τους. Η διαμόρφωση τριών απαντήσεων στα ερωτηματολόγια, που χρησιμοποιήθηκαν, αποσκοπούσε στην αποφυγή δυσκολιών που εμφανίζουν οι κλίμακες τύπου Likert για τα άτομα με νοητική αναπηρία. Οι λεπτές διαφορές των απαντήσεων απαιτούν διάκριση και επομένως μπορεί να είναι ευάλωτες σε χαμηλά ποσοστά ανταπόκρισης (Hartley & MacLean, 2006).

Όσον αφορά την αυτοεκτίμηση, δεν υπάρχει στην ουσία αντικειμενικό κριτήριο εξαιτίας της φύσης της κατασκευής του. Η αυτοεκτίμηση δηλαδή αποτελείται από το πώς ένα άτομο σκέφτεται και αξιολογεί τον εαυτό του. Η κλίμακα που χρησιμοποιείται στην συγκεκριμένη έρευνα αποτελεί την πιο αξιόπιστη κλίμακα. Πολλά άτομα με νοητική αναπηρία παρουσιάζουν υψηλή αυτοεκτίμηση, εξαιτίας του χαμηλού γνωστικού επιπέδου ή των επιλεκτικών συγκρίσεων που κάνουν με τους άλλους (Zig & Igric, 2001). Ωστόσο, ενδέχεται να αποτυπώνεται και ένα μέρος της πραγματικότητας στα αποτελέσματα της έρευνας, καθώς η αυτοεκτίμηση εξαρτάται, όπως προαναφέρθηκε, σε πολλούς παράγοντες, μεταξύ άλλων και στη χρονική στιγμή που μελετάται. Επιπλέον, ορισμένες φορές, η εκπλήρωση ορισμένων καθηκόντων ή η συμμετοχή τους σε μερικές μόνο δραστηριότητες, που θεωρούνται όμως σημαντικές από αυτούς ή τους υπολοίπους, συμβάλλει στην υψηλή αυτοεκτίμηση (Putnam, 2005).

Από την άλλη, οι κλίμακες αυτοαναφοράς μας δίνουν την ευκαιρία να παρατηρήσουμε τις υποκειμενικές κρίσεις των ατόμων με αναπηρία (Fujinaga & RRTC Expert Panel on Health Measurement, 2012). Τα άτομα με νοητική αναπηρία φαίνεται πως συνάπτουν φιλίες, όμοιες με εκείνες μικρότερης ηλικίας που χαρακτηρίζονται από

συντροφικότητα, κοινές αλληλεπιδράσεις, ομοιότητα συμφερόντων, αμοιβαιότητα και εξοικείωση (Sigstad, 2017). Επιπλέον, στην έρευνα των Webster και Carter (2012), αποδεικνύεται ότι η δήλωση «καλύτερος φίλος» στον τομέα της συμπεριφοράς, φάνηκε ότι σχετιζόταν περισσότερο με συμπεριφορές ίσης μεταχείρισης και κοινωνικότητας, παρόμοιες δηλαδή με τις συμπεριφορές που συχνά περιγράφονται ως σχέση απλής γνωριμίας. Επιπρόσθετα, ο στιγματισμός των ατόμων αυτών εξακολουθεί να διαμορφώνει τις σχέσεις τους, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν συνάπτουν μακροχρόνιες φιλικές σχέσεις (Salmon, 2013). Στην έρευνα των McVilly και συνεργατών (2006), μερικοί από τους συμμετέχοντες, που είχαν διάγνωση νοητικής αναπηρίας, ανέφεραν ότι έχουν φίλους με αναπηρία, καθώς βρίσκουν ομοιότητες, κοινές δυσκολίες και κοινές συναισθηματικές εμπειρίες ως προς την αναπηρία τους. Μάλιστα, στην έρευνα της Παυλίδου (2015), οι συμμετέχοντες δήλωσαν πως οι φίλοι διαδραματίζουν σπουδαίο ρόλο στη ζωή τους, καθώς αποτελούν την πρώτη επιλογή για έκφραση κυρίως των αρνητικών συναισθημάτων τους. Ακόμη, οι ειδικές δομές αποτελούν βασικό στοιχείο για τη δημιουργία φιλικών σχέσεων, καθώς σε αυτόν τον χώρο μπορούν να παρουσιάσουν τις φιλίες τους και να συμμετέχουν στην αναψυχή και στον ακτιβισμό των ΑμεΑ (Salmon, 2013). Άλλωστε, έχει διαπιστωθεί ότι τα άτομα με νοητική αναπηρία νιώθουν καλά κοινωνικά, όταν τους προσφέρεται το αίσθημα του «ανήκειν», η φιλία και η ασφάλεια (Lippold & Burns, 2009· Simplican et al., 2014).

Γενικότερα, στην παρούσα εργασία παρουσιάζεται η γενική άποψη που έχουν τα άτομα με νοητική αναπηρία για τις φιλικές τους σχέσεις. Στη βάση των αποτελεσμάτων διακρίνεται η θέλησή τους για εμπλοκή σε κοινωνικές δραστηριότητες, ενώ ταυτόχρονα αναγνωρίζεται η προσπάθειά τους για την επιλογή του καλύτερου φίλου, αλλά και για διατήρηση βασικών χαρακτηριστικών στις φιλικές τους σχέσεις. Για τα άτομα με νοητική

αναπηρία, ο σχηματισμός φιλίας είναι πολύ στενά συνδεδεμένος με τα κοινωνικά του πλαίσια (Shokoohi – Yekta & Hendrickson, 2010). Για το λόγο αυτό φαίνεται να έχουν πιο απλή αντίληψη για το τι περιλαμβάνει μια ικανοποιητική φιλία και δεν έχουν σύνθετες προσδοκίες για αυτού του είδους τις σχέσεις (Tipton et al., 2013· Sigstad, 2017). Θεμελιώδη αρχή για να χτίσουν και να διατηρήσουν φιλίες αποτελούν οι ικανότητες και οι ευκαιρίες για ανταπόδοση. Σκοπός τους είναι να προάγουν την ασφάλεια και την προστασία στα πλαίσια της νοητικής αναπηρίας (Lippold & Burns, 2009). Επομένως, τα άτομα με νοητική αναπηρία χρησιμοποιούν κριτήρια για την επιλογή φίλων και διαμορφώνουν στόχους και προσδοκίες για τις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Διατυπώνεται, λοιπόν, το ερώτημα: μήπως πρέπει να σταματήσουμε να υποτιμούμε τις σχέσεις μεταξύ των ατόμων με νοητική αναπηρία και να βρούμε έναν τρόπο να αποβάλλουμε τη σιωπηρή πεποίθηση, ότι οι σχέσεις τους με άλλα άτομα χωρίς αναπηρία είναι κατά κάποιο τρόπο ανώτερα;

Επιπλέον, αν και στην παρούσα έρευνα η ποιότητα των φιλικών σχέσεων βρίσκεται σε υψηλά επίπεδα, φαίνεται ότι η μοναξιά διατηρείται. Ο στιγματισμός που βιώνουν αποτελεί τον κυριότερο παράγοντα εμφάνισης του οδυνηρού αυτού αισθήματος. Η δυσφορία αυτή πηγάζει κυρίως από την αντίληψη που έχει το άτομο για τις προσδοκίες, που μπαίνουν είτε από τον ίδιο είτε από άλλους σε κοινωνικό επίπεδο, οι οποίες δεν πραγματοποιούνται. Επιπλέον, η μοναξιά συσχετίζεται και με τη διάρκεια επαφής με φίλους, όπως υποστηρίζουν οι McVilly και συνεργάτες (2006). Έτσι, το υπάρχον συναίσθημα μοναξιάς που καταγράφηκε στην παρούσα έρευνα μπορεί να σχετίζεται ακόμα και με τον λιγοστό χρόνο που αλληλεπιδρούν τα άτομα με νοητική αναπηρία μεταξύ τους.

Παράλληλα, το κοινωνικό περιβάλλον αναφορικά με την αυτοεκτίμηση φαίνεται πως διαδραματίζει σημαντικό ρόλο. Πέρα από τα γνωστικά ελλείμματα που έχουν τα άτομα με

νοητική αναπηρία, οδηγώντας σε υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης, καθοριστικό ρόλο παίζουν και οι ειδικές δομές. Σε αυτές, ενισχύονται όσο περισσότεροι τύποι υποστήριξης γίνεται, εστιάζοντας στη ψυχολογική, με σκοπό να διατηρηθεί η αυτοεκτίμηση των ατόμων σε υψηλά επίπεδα (Lippold & Burns, 2009). Επίσης, όπως στην έρευνα των Baumeister και συνεργατών (2003), έτσι και στην παρούσα, φαίνεται πως, όσοι δηλώνουν υψηλή αυτοεκτίμηση, δηλώνουν και υψηλής ποιότητας φιλικές σχέσεις. Επομένως, τεκμηριώνεται πως η αυτοεκτίμηση σχετίζεται άμεσα με τις διαπροσωπικές επιτυχίες του ατόμου.

Ωστόσο, επειδή τα παραπάνω συμπεράσματα τεκμηριώνονται σε ελάχιστες μόνο έρευνες, θα πρέπει τα υποστηρικτικά πλαίσια να δίνουν συνεχή έμφαση στη προσαρμοστική συμπεριφορά του ατόμου και συγκεκριμένα στις διαπροσωπικές του σχέσεις, καθώς επίσης και στις επιπτώσεις που μπορεί να επιφέρουν τυχόν αρνητικές εμπειρίες.

4.2.1. Εκπαιδευτικές και κοινωνικές εφαρμογές.

Στο εκπαιδευτικό πλαίσιο, οι κοινωνικές δεξιότητες έχουν ιδιαίτερη σημασία για την ανάπτυξη των διαπροσωπικών σχέσεων και για τον λόγο αυτό κρίνεται απαραίτητη η διδασκαλία τους στη σχολική πράξη (Παυλίδου, 2015· Asher et al., 1984· Diamond & Hong, 2010· Tipton et al., 2013). Οι κοινωνικές δεξιότητες είναι εκείνες που επηρεάζονται από τα σχετιζόμενα με τη μοναξιά συναισθήματα και για αυτό το λόγο οφείλει το εκπαιδευτικό προσωπικό να τις ενισχύσει (Cheng & Furnham, 2002· Jones et al., 1981). Γενικότερα, οι ψυχολόγοι οι εκπαιδευτικοί και γενικότερα το ειδικό προσωπικό πρέπει να δώσει έμφαση στην αξία τους αυτών των δεξιοτήτων, ενημερώνοντας την ίδια την κοινωνία και πρωτίστως τους γονείς, υποστηρίζοντας τα άτομα και τις οικογένειές τους και λαμβάνοντας μέτρα για

τη μείωση των κοινωνικών συγκρίσεων (Valas, 1999). Επιπλέον, στρατηγικές αυτοελέγχου, αντιμετώπιση εσωτερικών συναισθημάτων, όπως το στρες και ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων, αποτελούν τα μέσα για τη διατήρηση πετυχημένων και ποιοτικών φιλικών σχέσεων (McWhirter, 1997). Μολαταύτα, το χαμηλό επίπεδο κοινωνικής στήριξης που δέχεται το άτομο αποτελεί σημαντικό παράγοντα για ψυχολογικά προβλήματα, όπως η μοναξιά, και αυτό σχετίζεται με την κοινωνική πίεση που δέχεται το άτομο και με την ψυχοπαθολογία του (Lippold & Burns, 2009). Έτσι, η κατάρτιση σε δεξιότητες για την οικοδόμηση δικτύων κοινωνικής στήριξης για την αντιμετώπιση της μοναξιάς αλλά και η εκπαίδευση έκφρασης και κατανόησης των συναισθημάτων των άλλων, αυξάνουν την αυτογνωσία και μειώνουν το αίσθημα της μοναξιάς (McWhirter et al., 2002). Γνωστικές τεχνικές μπορεί να είναι χρήσιμες για τη μείωση του αισθήματος της μοναξιάς. Τεχνικές δηλαδή που στοχεύουν στην αυτοεκτίμηση και την αξία που έχει το άτομο λαμβάνοντας συγκεκριμένους ρόλους κατά τη διάρκεια της ζωής του (Dagnan & Sandhu, 1999· McWhirter, 1997). Μερικά παραδείγματα αποτελούν, η αποσαφήνιση των προσωπικών τους στόχων, εικόνας του εαυτού τους και προσδοκιών των φιλικών σχέσεων (McWhirter, 1997). Μεταξύ των αρχών της αυτοεκτίμησης αντικατοπτρίζεται και ο αυτοπροσδιορισμός (Rosenberg et al., 1989). Για τον λόγο αυτό η οικογένεια και οι εκπαιδευτικοί, χρειάζεται να αξιοποιούν τις στρατηγικές του αυτοπροσδιορισμού σε οποιαδήποτε μορφή εκπαιδευτικής διαδικασίας. Έτσι, σταδιακά, θα μπορούν να καταλήγουν σε συμπεράσματα για το εαυτό τους παρατηρώντας την επιτυχία ή την αποτυχία ενός στόχου. Αυτό θα ενισχύσει τις διαπροσωπικές σχέσεις τους, προβάλλοντας την προσωπικότητά τους και ανακαλύπτοντας τον ρόλο τους μέσα σε αυτές. Επομένως, υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι με τους οποίους, καταρτισμένο ειδικό προσωπικό σε συνεργασία με την οικογένεια, μπορούν να

ενισχύσουν το άτομο στοχεύοντας σε υψηλή ποιότητα φιλικών σχέσεων και αυτοεκτίμηση, και άρα σε μειωμένο αίσθημα μοναξιάς.

Εντούτοις, υπάρχει και ο παράγοντας της ένταξης στην κοινωνία που καθορίζει αυτές τις τρεις μεταβλητές. Η συμμετοχή στην κοινότητα αποτελεί μείζονα στόχο για όλα τα άτομα με αναπηρία, όμως αυτό φαίνεται να είναι ιδιαίτερα δύσκολο για τους ενήλικες με νοητική αναπηρία (Verdonschot et al., 2009). Έτσι, στην πραγματικότητα, εάν οι άνθρωποι παραμένουν με την οικογένειά τους ή εάν απολαμβάνουν τις υπηρεσίες διαχωρισμένων δομών που απευθύνεται αποκλειστικά σε αυτούς, δεν είναι κοινωνικά ενταγμένοι (Cummins & Lau, 2003). Στην περίπτωση που τα άτομα χωρίς αναπηρία είχαν περισσότερες ευκαιρίες να αλληλεπιδράσουν με άτομα με νοητική αναπηρία σε χώρους εργασιακούς αλλά και της ευρύτερης κοινότητας, θα μειωνόταν η αρνητική αντίληψη της αναπηρίας και επομένως θα αυξάνονταν οι φιλικές σχέσεις μεταξύ τους (Gilmore & Cuskelly, 2014). Η χαρά της ένταξης στην κοινότητα είναι το βασικό κατασκευάσμα του αισθήματος, ότι κάποιος ανήκει σε μια διαθέσιμη, υποστηρικτική και αξιόπιστη δομή, όντας ευθυγραμμισμένο με την έννοια του κοινωνικού κεφαλαίου και συνδεδεμένο αντιστρόφως με τη μοναξιά (Cummins & Lau, 2003). Για το λόγο αυτό, πρέπει να υπάρξει οργάνωση τόσο σε κοινωνικό, όσο σε κοινοτικό επίπεδο. Κρίνεται λοιπόν αναγκαίο, η πολιτεία να ξεκινήσει να αντιμετωπίζει το στίγμα και να επιδιώκει την ένταξη των ατόμων με νοητική αναπηρία στην κοινωνία, ώστε η κοινότητα να μην ερμηνεύεται μόνο ως κοινόχρηστος χώρος (Salmon, 2013). Παράλληλα, όπως φαίνεται οι περισσότεροι ζουν με τις οικογένειές τους, οι οποίες πρέπει να αποσύρουν τα εμπόδια για την κοινωνική συμπερίληψη. Οι εκπαιδευτικοί, οι επαγγελματίες υγείας και οι φροντιστές θα πρέπει επίσης να αναγνωρίσουν τον στιγματισμό, και να δράσουν καταλλήλως. Είναι λοιπόν σαφές, ότι η κοινωνία θα πρέπει να ευαισθητοποιηθεί επί του

θέματος, προκειμένου να γίνουν άλματα προόδου στην κοινωνική συμπερίληψη των ατόμων με νοητική αναπηρία. Με την προσπάθεια όλων, χρειάζεται να διασφαλιστεί η ευημερία και η καλύτερη ποιότητα ζωής των ατόμων με νοητική αναπηρία, δίνοντας ίσες ευκαιρίες συμμετοχής στην κοινότητα και αλληλεπίδρασης με τα μέλη της.

4.3. Περιορισμοί της έρευνας

Στην έρευνα αυτή χρησιμοποιήθηκε ένα σχετικά ικανοποιητικό μέγεθος δείγματος που καλούνταν να απαντήσει στο ερωτηματολόγιο. Ωστόσο, το δείγμα προήλθε από συγκεκριμένες περιοχές του πληθυσμού της Μακεδονίας, γεγονός που επηρεάζει την αντιπροσωπευτικότητα του δείγματος καθώς δεν συμμετείχαν άτομα από την ευρύτερη περιοχή της Ελλάδας. Ακόμη, δεν χρησιμοποιήθηκε μεθοδικότητα στον τρόπο επιλογής τους, καθώς η δειγματοληψία ήταν μη πιθανοτική - ευκολίας, και επομένως δεν υλοποιείται επαρκώς η γενίκευση των αποτελεσμάτων (Φαρμάκης, 2015).

Επιπλέον, ως μέθοδος στατιστικής ανάλυσης δεν χρησιμοποιήθηκε η τριγωνοποίηση, προκειμένου να τεκμηριωθούν τα αποτελέσματα που βρέθηκαν. Η ποσοτική έρευνα δίνει τη δυνατότητα εντοπισμού ενός φαινομένου και απάντησης συγκεκριμένων ερωτήσεων που τίθενται από τον ερευνητή, χωρίς όμως να αιτιολογούνται (Τζιώλης, 2011· Fallon, 2016· Park & Park, 2016· Queiros et al., 2017)

4.4. Προτάσεις μελλοντικής έρευνας

Με βάση τα συμπεράσματα και τους περιορισμούς της συγκεκριμένης έρευνας, θα πρέπει να σημειωθεί ότι κρίνεται αναγκαία η επανάληψή της, χρησιμοποιώντας εργαλεία ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας. Μία συνδυαστικού τύπου μεθοδολογία, με τη χρήση της τριγωνοποίησης, θα λάβει υπόψη περισσότερες πτυχές της ποιότητας των φιλικών σχέσεων, της αυτοεκτίμησης και του αισθήματος μοναξιάς των ατόμων με νοητική αναπηρία, ενώ ταυτόχρονα θα καταγραφούν και οι απόψεις των ίδιων των συμμετεχόντων.

Τέλος, άλλες σχετικές έρευνες που μπορούν να υλοποιηθούν είναι οι μελέτες περίπτωσης, οι οποίες θα περιλαμβάνουν προγράμματα παρέμβασης με στόχο την ποιοτική ενδυνάμωση φιλικών σχέσεων ενηλίκων με νοητική αναπηρία. Όπως προαναφέρθηκε, αυτού του είδους τα προγράμματα χρειάζεται να περιλαμβάνουν την εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων, καθώς επίσης τεχνικές για την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και τη μείωση της μοναξιάς.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ελληνόγλωσση:

- Βουλγαρίδου, Ι. (2015). *Επιθετικότητα σχέσεων, φιλίες και ατομικές διαφορές σε προέφηβους μαθητές*. (Διπλωματική Εργασία. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης. Ελλάδα). Ανακτήθηκε από: <http://repo.lib.duth.gr/jspui/bitstream/123456789/1080/1>.
- Γαλανάκη, Ε. (2006). *Μοναξιά: Αναπτυξιακή προσέγγιση*. Αθήνα: Ατραπός.
- Λεονταρή, Α. (1996). *Αυτοαντίληψη*. Αθήνα: ελληνικά γράμματα.
- Παυλίδου, Ε. (2015). *Οι διαπροσωπικές σχέσεις των ατόμων με νοητική αναπηρία ως διάσταση της ποιότητας ζωής: μελέτη των απόψεων των γονέων και των ατόμων με νοητική αναπηρία*. (Διδακτορική Διατριβή. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Ελλάδα). Ανακτήθηκε από: <http://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/18706>.
- Παπαδοπούλου, Α. (2017). *Φιλικές σχέσεις ατόμων με και χωρίς ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. Διαφοροποιήσεις κατά τη διαδικασία διαμόρφωσής τους*. (Διπλωματική Εργασία. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Ελλάδα). Ανακτήθηκε από: <http://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/20459>.
- Παπάνης, Ε. (2004). *Η αυτοεκτίμηση και η μέτρησή της. Εμπειρική έρευνα και ψυχοκοινωνικές προσεγγίσεις*. Αθήνα: Ατραπός
- Τσιώλης, Γ. (2011). Η σχέση ποιοτικής και ποσοτικής έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες: Από την πολεμική των «παραδειγμάτων» στις συνθετικές προσεγγίσεις. *Δαφέρμος, Μ. Σαματάς, Μ. Κουκουριτάκης, Σ. Χιωτάκης (επιμ.) Οι κοινωνικές επιστήμες στον 21ο αιώνα: Επίμαχα θέματα και προκλήσεις. Εκδόσεις Πεδίο, 56-84.*
- Τόμου, Φ. (2017). *Φιλικές σχέσεις και κοινωνική απομόνωση των ατόμων με νοητική*

αναπηρία και αυτισμό. (Διδακτορική Διατριβή. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Ελλάδα).

Ανακτήθηκε από: <http://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/20714>.

Φαρμάκης, Ν., 2015. *Δειγματοληψία και εφαρμογές*. [ηλεκτρ. βιβλ.] Αθήνα:Σύνδεσμος

Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών. Ανακτήθηκε από:

<http://hdl.handle.net/11419/4840>

Φράγκου, Κ. (2017). *Η σχέση του αυτοπροσδιορισμού και της ποιότητας ζωής εφήβων και*

νέων με νοητική αναπηρία. (Μεταπτυχιακή Διατριβή. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο

Θεσσαλονίκης. Ελλάδα). Ανακτήθηκε από:

<https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/20199>.

Χατζηγεωργιάδου, Σ. (2007). *Μοναξιά και αυτοεκτίμηση στα παιδιά του δημοτικού*

σχολείου. (Μεταπτυχιακή Διατριβή. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Ελλάδα). Ανακτήθηκε από: <http://ikee.lib.auth.gr/record/101165>.

Ξενόγλωσση:

Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in children. *Child development*, 1456-1464.

Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2003). The Friendship Questionnaire: An investigation of adults with Asperger syndrome or high-functioning autism, and normal sex differences. *Journal of autism and developmental disorders*, 33(5), 509-517.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44.

Bosacki, S., Dane, A., Marini, Z., & YLC-CURA. (2007). Peer relationships and

- internalizing problems in adolescents: mediating role of self-esteem. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12(4), 261-282.
- Bowker, A. (2004). Predicting friendship stability during early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 24(2), 85-112.
- Brewer, M. B., & Hewstone, M. E. (2004). *Self and social identity*. Blackwell publishing.
- Bukowski, W. M., Pizzamiglio, M. T., Newcomb, A. F., & Hoza, B. (1996). Popularity as an affordance for friendship: The link between group and dyadic experience. *Social development*, 5(2), 189-202.
- Buttimer, J., & Tierney, E. (2005). Patterns of leisure participation among adolescents with a mild intellectual disability. *Journal of intellectual disabilities*, 9(1), 25-42.
- Carulla, L. S., Reed, G. M., VAEZ-AZIZI, L. M., COOPER, S. A., LEAL, R. M., Bertelli, M., ... & Girimaji, S. C. (2011). Intellectual developmental disorders: towards a new name, definition and framework for “mental retardation/intellectual disability” in ICD-11. *World Psychiatry*, 10(3), 175-180.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25(3), 327-339.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C., & Davies, F. (2007). The impact of hope, self-esteem, and attributional style on adolescents’ school grades and emotional well-being: A longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 41(6), 1161-1178.
- Costa, S., Ntoumanis, N., & Bartholomew, K. J. (2014). Predicting the brighter and darker sides of interpersonal relationships: Does psychological need thwarting matter?. *Motivation and Emotion*, 39(1), 11-24.
- Cummins, R. A., & Lau, A. L. (2003). Community integration or community exposure? A

- review and discussion in relation to people with an intellectual disability. *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 16(2), 145-157.
- Dagnan, D., & Sandhu, S. (1999). Social comparison, self-esteem and depression in people with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 43(5), 372-379.
- Diamond, K. E., & Hong, S. Y. (2010). Young children's decisions to include peers with physical disabilities in play. *Journal of Early Intervention*, 32(3), 163-177.
- Dunn, J. (1999). Οι στενές προσωπικές σχέσεις των μικρών παιδιών. *Αθήνα: τυπωθήτω*.
- Duvdevany, I., & Arar, E. (2004). Leisure activities, friendships, and quality of life of persons with intellectual disability: Foster homes vs community residential settings. *International Journal of Rehabilitation Research*, 27(4), 289-296.
- Emerson, E., & McVilly, K. (2004). Friendship activities of adults with intellectual disabilities in supported accommodation in Northern England. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 17(3), 191-197.
- Fallon, M. (2016). *Writing up quantitative research in the social and behavioral sciences*. Brill Sense. Ανακτήθηκε από: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/ebookviewer/ebook/>.
- Fujiura, G. T., & RRTC Expert Panel on Health Measurement. (2012). Self-reported health of people with intellectual disability. *Intellectual and developmental disabilities*, 50(4), 352-369.
- Geisthardt, C. L., Brotherson, M. J., & Cook, C. C. (2002). Friendships of children with disabilities in the home environment. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 235-252.
- Gierveld, J. D. J., & Tilburg, T. V. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging*, 28(5), 582-598.

- Gilmore, L., & Cuskelly, M. (2014). Vulnerability to loneliness in people with intellectual disability: An explanatory model. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities, 11*(3), 192-199.
- Greenberg, J. S., Seltzer, M. M., Krauss, M. W., & Kim, H. W. (1997). The differential effects of social support on the psychological well-being of aging mothers of adults with mental illness or mental retardation. *Family Relations, 38*, 383-394.
- Guralnick, M. J., Connor, R. T., & Hammond, M. (1995). Parent perspectives of peer relationships and friendships in integrated and specialized programs. *AJMR- American Journal on Mental Retardation, 99*(5), 457-475.
- Hartley, S. L., & MacLean Jr, W. E. (2006). A review of the reliability and validity of Likert-type scales for people with intellectual disability. *Journal of intellectual disability research, 50*(11), 813-827.
- Hodapp, R. M., Ζώνιου-Σιδέρη, Α., & Σπανδάγου, Η. (2003). Αναπτυξιακές θεωρίες και αναπηρία: Νοητική καθυστέρηση, αισθητηριακές διαταραχές και κινητική αναπηρία. Αθήνα. Μεταίχμιο.
- Jones, W. H., Freemon, J. E., & Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of personality, 49*(1), 27-48.
- Kamstra, A., Van der Putten, A. A. J., & Vlaskamp, C. (2014). The structure of informal social networks of persons with profound intellectual and multiple disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 28*(3), 249-256.
- Katz, G., & Lazcano-Ponce, E. (2008). Intellectual disability: definition, etiological factors, classification, diagnosis, treatment and prognosis. *salud pública de méxico, 50*, 132-141.
- Knox, M., & Hickson, F. (2001). The meanings of close friendship: The views of four people

- with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 14(3), 276-291.
- Lippold, T., & Burns, J. (2009). Social support and intellectual disabilities: A comparison between social networks of adults with intellectual disability and those with physical disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(5), 463-473.
- Laws, G., & Kelly, E. (2005). The attitudes and friendship intentions of children in United Kingdom mainstream schools towards peers with physical or intellectual disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education*, 52(2), 79-99.
- Locke, J., Ishijima, E. H., Kasari, C., & London, N. (2010). Loneliness, friendship quality and the social networks of adolescents with high-functioning autism in an inclusive school setting. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 10(2), 74-81.
- Matheson, C., Olsen, R. J., & Weisner, T. (2007). A good friend is hard to find: Friendship among adolescents with disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 112(5), 319-329.
- McVilly, K. R., Stancliffe, R. J., Parmenter, T. R., & Burton-Smith, R. M. (2006). 'I Get by with a Little Help from my Friends': Adults with Intellectual Disability Discuss Loneliness. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 19(2), 191-203.
- McWhirter, B. T. (1997). Loneliness, learned resourcefulness, and self-esteem in college students. *Journal of counseling & development*, 75(6), 460-469.
- McWhirter, B. T., Besett-Alesch, T. M., Horibata, J., & Gat, I. (2002). Loneliness in high risk adolescents: The role of coping, self-esteem, and empathy. *Journal of Youth Studies*, 5(1), 69-84.
- Nangle, D. W., Erdley, C. A., Newman, J. E., Mason, C. A., & Carpenter, E. M. (2003).

- Popularity, friendship quantity, and friendship quality: Interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(4), 546-555.
- Norris, G., Qureshi, F., Howitt, D., & Cramer, D. (2012). *Εισαγωγή στη στατιστική με το SPSS για τις κοινωνικές επιστήμες*. Αθήνα: Εκδόσεις Κλειδάριθμος.
- Nyre, J. E. (1994). Reliability and Validity of the Children's Loneliness Questionnaire.
- Park, J., & Park, M. (2016). Qualitative versus quantitative research methods: Discovery or justification?. *Journal of Marketing Thought*, 3(1), 1-8.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental psychology*, 29(4), 611.
- Paterson, L., McKenzie, K., & Lindsay, B. (2012). Stigma, social comparison and self-esteem in adults with an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 25(2), 166-176..
- Queirós, A., Faria, D., & Almeida, F. (2017). Strengths and limitations of qualitative and quantitative research methods. *European Journal of Education Studies*.
- Robertson, J., Emerson, E., Gregory, N., Hatton, C., Kessissoglou, S., Hallam, A., & Linehan, C. (2001). Social networks of people with mental retardation in residential settings. *Mental retardation*, 39(3), 201-214.
- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American sociological review*, 1004-1018.
- Salmon, N. (2013). 'We just stick together': how disabled teens negotiate stigma to create lasting friendship. *Journal of Intellectual Disability Research*, 57(4), 347-358.
- Salvador-Carulla, L., Bertelli, M., & Martinez-Leal, R. (2018). The road to 11th edition of

- the International Classification of Diseases: trajectories of scientific consensus and contested science in the classification of intellectual disability/intellectual developmental disorders. *Current opinion in psychiatry*, 31(2), 79-87.
- Schalock, R. L. (2011). The evolving understanding of the construct of intellectual disability. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 36(4), 227-237.
- Schalock, R. L., & Luckasson, R. (2004). American association on mental retardation's definition, classification, and system of supports and its relation to international trends and issues in the field of intellectual disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 1(3-4), 136-146.
- Schalock, R. L., Luckasson, R. A., & Shogren, K. A. (2007). The renaming of mental retardation: Understanding the change to the term intellectual disability. *Intellectual and developmental disabilities*, 45(2), 116-124.
- Schneidert, M., Hurst, R., Miller, J., & Üstün, B. (2003). The role of environment in the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). *Disability and rehabilitation*, 25(11-12), 588-595.
- Shokoohi-Yekta, M., & Hendrickson, J. M. (2010). Friendships with peers with severe disabilities: American and Iranian secondary students' ideas about being a friend. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 23-37.
- Simplican, S. C., Leader, G., Kosciulek, J., & Leahy, M. (2014). Defining social inclusion of people with intellectual and developmental disabilities: An ecological model of social networks and community participation. *Research in developmental disabilities*, 38, 18-29.
- Sigstad, H. M. H. (2017). Qualities in friendship—Within an outside perspective—Definitions

- expressed by adolescents with mild intellectual disabilities. *Journal of intellectual disabilities*, 21(1), 20-39
- Santos, J. R. A. (1999). Cronbach's alpha: A tool for assessing the reliability of scales. *Journal of extension*, 37(2), 1-5.
- Tipton, L. A., Christensen, L., & Blacher, J. (2013). Friendship quality in adolescents with and without an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26(6), 522-532.
- Turnbull, A. P., Pereira, L., & Blue-Banning, M. J. (1999). Parents' facilitation of friendships between their children with a disability and friends without a disability. *Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps*, 24(2), 85-99.
- Valas, H. (1999). Students with learning disabilities and low-achieving students: Peer acceptance, loneliness, self-esteem, and depression. *Social psychology of education*, 3(3), 173-192.
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Scholte, R. H., Engels, R. C., & Goossens, L. (2013). Low self-esteem as a risk factor for loneliness in adolescence: Perceived-but not actual-social acceptance as an underlying mechanism. *Journal of abnormal child psychology*, 41(7), 1067-1081.
- Verdonschot, M. M., De Witte, L. P., Reichrath, E., Buntinx, W. H. E., & Curfs, L. M. (2009). Community participation of people with an intellectual disability: A review of empirical findings. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(4), 303-318.
- Webster, A. A., & Carter, M. (2013). A descriptive examination of the types of relationships formed between children with developmental disability and their closest peers in inclusive school settings. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 38(1), 1-11.
- Whitehouse, A. J., Durkin, K., Jaquet, E., & Ziatas, K. (2008). Friendship, loneliness and

depression in adolescents with Asperger's Syndrome. *Journal of adolescence*, 32(2), 309-322.

Wiltz, J. P. (2005). *Identifying factors associated with friendship in individuals with mental retardation* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).

Zic, A., & Igrić, L. (2001). Self-assessment of relationships with peers in children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 45(3), 202-211.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Ερωτηματολόγιο

1. Φύλο: Άνδρας
Γυναίκα

2. Ηλικία:

3. Νοητική Αναπηρία: Ήπια
Μέτρια

4. Σύνδρομο: Ναι
Όχι

Αν ναι, ποιο:.....

Άλλες διαταραχές:.....

5. Ζω με την οικογένεια μου:
Ζω μόνος μου:
Άλλού:

6. Έχεις φίλους; Ναι
Όχι

7. Έχεις κάποιον κολλητό φίλο; Ναι
Όχι

8. Ποιος είναι ο κολλητός σου;.....

9. Έχοντας στο μυαλό σου τον/ την καλύτερο/-η φίλο/-η σου σκέψου:

	Καθόλου καλά	Μέτρια	Πολύ καλά
Πώς τα πάει η φιλία σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πόσο ικανοποιημένος/ -η είσαι από τη φιλία σας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Υποκλίμακα 1

10. Διάβασε προσεκτικά τις παρακάτω προτάσεις και σημείωσε ένα X στο τετραγωνάκι της απάντησης που ισχύει περισσότερο για σένα. Δεν υπάρχουν λάθος και σωστές απαντήσεις.

	Δεν ισχύει καθόλου	Ισχύει κάπως	Ισχύει απόλυτα
Ο/Η φίλος/-η μου με κάνει να νιώθω καλά για τις ιδέες μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Εγώ και ο/η φίλος/-η μου τα ξαναβρίσκουμε μετά από έναν καυγά.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ τσακωνόμαστε πολύ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου με βοηθάει να τελειώνω πιο γρήγορα όταν κάνω κάτι και του/της ζητήσω βοήθεια.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ πάντα καθόμαστε μαζί στο φαγητό.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ πάντα λέμε ο ένας στον άλλον τα προβλήματά μας.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου, μου λέει ότι είμαι καλός/-ή σε διάφορα πράγματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ ξεπερνάμε τις διαφορές μας πολύ γρήγορα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ καυγαδίζουμε πολύ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον ότι θα βρούμε καλές ιδέες για το πώς θα ανταποκριθούμε στις υποχρεώσεις μας.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ πάντα επιλέγουμε ο ένας τον άλλο για ζευγάρι για διάφορα πράγματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ μιλάμε για τα πράγματα που μας στεναχωρούν.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ κάνουμε ο ένας τον άλλον να νιώθει σημαντικός και ξεχωριστός.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ συζητάμε για το πως να ξεπεράσουμε το θυμό μας ο ένας για τον άλλον.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο φίλος/-η μου κι εγώ θυμώνουμε πολύ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου, μου δίνει συμβουλές για να καταλάβω διάφορα πράγματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ο/Η φίλος/-η μου κι εγώ κάνουμε πολλά διασκεδαστικά πράγματα μαζί.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μιλώ στο/η φίλο/-η μου όταν είμαι θυμωμένος/η για κάτι.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Υποκλίμακα 2

11. Διάβασε τις παρακάτω προτάσεις και σημείωσε με ένα X αυτή που σε εκφράζει περισσότερο. Οι απαντήσεις αφορούν μόνο εσένα και δεν θα γνωρίζει πώς απάντησες σε αυτές.

	Συμφωνώ	Ούτε συμφωνώ, ούτε διαφωνώ	Διαφωνώ
Αισθάνομαι κενό γύρω μου.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Υπάρχουν αρκετοί άνθρωποι που με βοηθούν όταν έχω κάποιο πρόβλημα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που μπορώ να τους εμπιστευτώ απόλυτα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Υπάρχουν αρκετοί άνθρωποι με τους οποίους νιώθω οικειότητα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μου έχει λείψει να έχω ανθρώπους γύρω μου.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Συχνά νιώθω απόρριψη.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Υποκλίμακα 3

Παρακάτω υπάρχουν κάποιες προτάσεις που αφορούν εσένα. Σημείωσε με ένα X αυτό που θεωρείς ότι σου ταιριάζει περισσότερο. Θυμήσου ότι κανείς δεν θα ξέρει τις απαντήσεις σου.

	Δεν ισχύει καθόλου	Ισχύει μερικές φορές	Ισχύει πάντα
Αισθάνομαι ότι είμαι καλός άνθρωπος, τόσο καλός όσο οι άλλοι.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αισθάνομαι ότι έχω πολλά καλά χαρακτηριστικά.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Είμαι σε θέση να κάνω πράγματα, όπως και οι περισσότεροι άλλοι άνθρωποι.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Αισθάνομαι ότι δεν έχω κάνει κάτι σημαντικό.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μου αρέσει ο εαυτός μου.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μερικές φορές νομίζω ότι δεν είμαι καθόλου καλός.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>