

Παναγιώτα ΝΕΟΚΟΣΜΙΔΟΥ

Σχέση προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας και τακτικών διαχείρισης του στρες σε παιδιά σχολικής ηλικίας

Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΙΣ απόψεις που έχει το άτομο σχετικά με την ικανότητά του να παράγει καθορισμένα επίπεδα επίδοσης, τα οποία επιδρούν στα γεγονότα που επηρεάζουν τη ζωή του (Bandura, 1977α). Η συγκεκριμένη ψυχολογική εννοιολογική δομή εξεταζόμενη σε συσχετισμό με την έννοια της αυτοεκτίμησης και της αυτοαντίληψης, συνιστά τη συγκρότηση της «αυτοεικόνας» του ατόμου. Σύμφωνα με τον Bandura (1977β), η γνώση των απόψεων ενός ατόμου για την αποτελεσματικότητά του μπορεί να καταστεί σημαντικός παράγοντας προκειμένου να γίνουν προβλέψεις για το βαθμό στον οποίο θα εμπλακεί σε μια κατάσταση καθώς και την επιμονή του να αντιμετωπίσει τυχόν δυσκολίες.

Η αντίληψη για την αυτοαποτελεσματικότητα τονίζει τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τους τρόπους παρωθήσεων του ατόμου (Bandura, 1977α), ενώ προάγει την επιτυχία και την προσωπική ικανοποίηση με πολλούς τρόπους. Τα άτομα που νιώθουν μεγάλη σιγουριά για τις ικανότητές τους αντιμετωπίζουν τις δύσκολες καταστάσεις ως προκλήσεις που πρέπει να ξεπεραστούν και όχι ως απειλές που πρέπει να αποφεύγονται (Bandura, 1994). Μια τέτοια δυναμική νοοτροπία καλλιεργεί το εγγενές ενδιαφέρον, ενισχύοντας το βαθμό αφοσίωσης στις όποιες προσπάθειες καταβάλλει το άτομο, προκειμένου να πραγματοποιήσει τους στόχους του. Προσεγγίζει απειλητικές ή δύσκολες καταστάσεις με διάθεση να ασκήσει έλεγχο επάνω τους (Bandura, 1994). Αντιθέτως, τα άτομα που αμφιβάλουν για τις ικανότητές τους, δειλιάζουν και φοβούνται εν όψει επικίνδυνων καταστάσεων, οι οποίες εκλαμβάνονται ως προσωπικές απειλές και αξεπέραστα εμπόδια (Bandura, 1994).

Μεταξύ των επιμέρους διαστάσεων της αυτοαποτελεσματικότητας

αναφέρονται οι εξής: (α) η «ακαδημαϊκή αυτοαποτελεσματικότητα», η οποία αφορά την αντιλαμβανόμενη ικανότητα να χειρίζεται κάποιος τη δική του συμπεριφορά κατά τη μαθησιακή διαδικασία, να έχει τον έλεγχο των ακαδημαϊκών αντικειμένων και να εκπληρώνει τις προσδοκίες που σχετίζονται με το σχολείο. Με άλλα λόγια, του πώς αντιλαμβάνονται τα παιδιά την δυνατότητά τους να εκπληρώσουν τους ακαδημαϊκούς στόχους, (β) η «κοινωνική αυτοαποτελεσματικότητα», η οποία αφορά στο τρόπο με τον οποίο τα παιδιά αντιλαμβάνονται την ικανότητα τους να δημιουργούν ικανοποιητικές σχέσεις με τους συνομηλίκους τους, και (γ) η «συναισθηματική αυτοαποτελεσματικότητα», η οποία αναφέρεται στην ικανότητα χειρισμού των αρνητικών συναισθημάτων.

Η αντίληψη για την αυτοαποτελεσματικότητα στο πλαίσιο της σχολικής πραγματικότητας, η οποία αποτελεί τον κεντρικό άξονα της παρούσας έρευνας, είναι εξίσου σημαντική για τα παιδιά σχολικής ηλικίας. Οι προσωπικές απόψεις για την αυτεπάρκειά τους σε συνδυασμό με τη γνωστική τους ωριμότητα συμβάλλουν στην ικανότητα των παιδιών να μεταφράζουν τις πολλαπλές πηγές πληροφόρησης που το σχολικό περιβάλλον τους παρέχει σχετικά με το σύνολο των δεξιοτήτων τους (Eccles, 1998).

Οι κρίσεις που κάνουν τα παιδιά-μαθητές για το πόσο ικανοποιητικά μπορεί να ενεργήσουν προκειμένου να αντιμετωπίσουν διάφορες καταστάσεις και να πετύχουν τα επιθυμητά κάθε φορά γι' αυτούς αποτελέσματα συνιστούν τις *προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητάς τους* (self-efficacy expectancies). Οι προσδοκίες αυτές αναφέρονται σε ζητήματα που αφορούν άμεσα τους μαθητές, όπως η ακαδημαϊκή επίδοση, οι σχέσεις με τους συνομηλίκους κτλ., και καθορίζουν τον βαθμό και την ένταση των προσπαθειών τους για την επίτευξη των στόχων, τους οποίους θέτουν σε σχέση με τα ζητήματα αυτά (Bandura, 1977β). Όπως έχει επισημανθεί και αλλού (π.χ., Bandura, 1977β, 1982. Pajares, 2005, καθώς και Γαλανάκη & Καλαντζή-Azizi, 1998. Καλαντζή-Azizi κ. συν., 1998), η προσδοκία αυτοαποτελεσματικότητας αποτελεί σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα για την κατάσταση της ψυχικής υγείας του παιδιού, καθώς αυτή καθορίζει σε σημαντικό βαθμό την ευρύτερη προσαρμογή του και τη μελλοντική του εξέλιξη σε προσωπικό, κοινωνικό και επαγγελματικό επίπεδο (Saarni, 1999).

Υποστηρίζεται ότι, οι μαθητές με υψηλή προσδοκία αυτοαποτελεσματικότητας εργάζονται πιο σκληρά, επιμένουν περισσότερο, υπομένουν τις δυσκολίες, είναι λιγότερο αγχώδεις, και επιτυγχάνουν περισσότερα. Οι μαθητές που πιστεύουν ότι είναι ικανοί να ανταπεξέλθουν στις σχολικές

τους υποχρεώσεις χρησιμοποιούν σε μεγαλύτερη συχνότητα γνωστικές και μεταγνωστικές στρατηγικές από αυτούς που δεν το πιστεύουν. Καθίσταται έτσι πρόδηλο ότι σημασία δεν έχει μόνο το πόσο ικανός είσαι αλλά και το πόσο ικανός πιστεύεις ότι είσαι (Bandura, 1994).

Διάφοροι παράγοντες συνδέονται με τη δόμηση των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας. Για παράδειγμα, ένας αριθμός ερευνών έχει διαπιστώσει τον διαφοροποιητικό ρόλο του φύλου και της ηλικίας των παιδιών. Πιο συγκεκριμένα, φαίνεται ότι αγόρια και κορίτσια εμφανίζουν διαφορετικά επίπεδα προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας στο σχολείο σε γνωστικά αντικείμενα όπως είναι τα μαθηματικά και η τεχνολογία (Meece, 1991. Pajares & Miller, 1994. Wigfield κ. συν., 1996), παρά το γεγονός ότι οι διαφυλικές διαφορές σε αυτά τα αντικείμενα εμφανίζουν μια σταδιακή τάση ελάττωσης (Eisenberg κ. συν., 1996).

Ο Pajares και συνεργάτες (Pajares κ. συν., 1999. Pajares, & Valiante, 1999) διεξήγαγαν έρευνα με μαθητές δημοτικού και γυμνασίου προκειμένου να εκτιμήσουν τα επίπεδα προσδοκιών της αυτοαποτελεσματικότητά τους, σχετικά με την κτήση δεξιοτήτων γραπτού λόγου συγκρίνοντας την ικανότητά τους με αυτής τόσο των άλλων αγοριών όσο και των κοριτσιών της τάξης και του σχολείου τους. Στη συγκεκριμένη έρευνα, αν και τα κορίτσια υπερτερούσαν ποσοτικά των αγοριών, τόσο οι μαθητές όσο και οι μαθήτριες δεν παρουσίασαν διαφορές στο επίπεδο προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας όσον αφορά τις επιδόσεις τους στις δεξιότητες γραφής. Όταν όμως οι μαθητές ρωτήθηκαν κατά πόσο πιστεύουν ότι είναι καλύτεροι στην ανάγνωση συγκριτικά με τους συμμαθητές τους, τα κορίτσια έκριναν πως είναι καλύτερα από τα αγόρια.

Σχέση τακτικών διαχείρισης του στρες και προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας

Σύμφωνα με τους Lazarus και Folkman (1984), η έννοια του “στρες” εμπλέκει μια συγκεκριμένη σχέση ανάμεσα στο πρόσωπο και το περιβάλλον, η οποία αποτιμάται από αυτό ως υπέρβαση των ψυχικών αποθεμάτων που διακυβεύουν την υγεία του. Το σύνολο εκείνο των γνωστικών διεργασιών που επικαλείται ένα παιδί, προκειμένου να αντιμετωπίσει μια στρεσογόνο συνθήκη ονομάζονται *στρατηγικές ή τακτικές αντιμετώπισης του στρες* (Βασιλάκη κ. συν., 2001).

Οι Lazarus και Folkman (1984) τις διακρίνουν σε αυτές που είναι «εστιασμένες στο πρόβλημα» (όπως, για παράδειγμα, η αναζήτηση στήρι-

ξης από την οικογένεια ή φίλους, η αλλαγή συμπεριφοράς κτλ.) και αυτές που είναι «εστιασμένες στο συναίσθημα» (όπως η αποφυγή του προβλήματος, η αδυναμία ή η παραίτηση κτλ.). Οι τακτικές αυτές προσεγγίζονται ως δύο διαφορετικές μορφές διαχείρισης των στρεσογόνων καταστάσεων. Οι εστιασμένες στο πρόβλημα τακτικές στοχεύουν στη μεταβολή της αντικειμενικής πραγματικότητας στη σχέση ατόμου-περιβάλλοντος, ενώ οι εστιασμένες στο συναίσθημα αλλάζουν την υποκειμενική εμπειρία με τρόπο που αυτή καταλήγει και στη μεταβολή της αντικειμενικής εμπειρίας του ατόμου. Στην πράξη οποιαδήποτε στρατηγική που επιχειρεί να αλλάξει την αντικειμενική πραγματικότητα καταλήγει στην αλλαγή και της υποκειμενικής εμπειρίας του ατόμου και το αντίστροφο.

Και σ' αυτό τον τομέα έχουν παρατηρηθεί διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών αλλά και διαφορετικών ηλικιακών ομάδων. Για παράδειγμα, οι Band και Weisz (1988) με τις έρευνες τους ανέδειξαν ότι καθώς η ηλικία των παιδιών μεγαλώνει, οι αυτοαναφορές των επικεντρωμένων στο συναίσθημα τακτικών εμφανίζονται πιο αυξημένες. Η κύρια ερμηνεία αυτών των δεδομένων ήταν ότι οι εστιασμένες στο συναίσθημα τακτικές διαχείρισης στρες αναπτύσσονται πιο αργά από τις τακτικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα, υποδεικνύοντας ότι τα μικρότερης ηλικίας παιδιά πιθανώς δεν είναι γνωστικώς ικανά να αναπαράγουν πολλαπλές επιλογές δευτερογενούς εκτίμησης του προβλήματος συγκριτικά με τα μεγαλύτερης ηλικίας παιδιά.

Στο χώρο του σχολείου είναι αναμφισβήτητο το γεγονός ότι οι απαιτήσεις με τις οποίες έρχεται αντιμέτωπο ένα παιδί-μαθητής σε καθημερινή βάση συχνά συνιστούν μείζονα πηγή στρες. Οι τρόποι που θα επιλέξει να διαχειριστεί τις στρεσογόνες συνθήκες της ζωής του αφενός σχετίζονται με έναν μεγάλο αριθμό παραγόντων αφετέρου θα συμβάλουν στην δόμηση της ακαδημαϊκής αλλά και κοινωνικής-συναισθηματικής του πορείας.

Από συναφείς με το θέμα έρευνες συνάγεται ότι η αυτοαποτελεσματικότητα και το στρες έχουν μια διαρκή και στενή σχέση μεταξύ τους (Hammil, 2002). Ο βαθμός εκτίμησης της αυτοαποτελεσματικότητας ασκεί άμεση επιρροή στον τρόπο που τα παιδιά θα διαχειριστούν τη ματαίωση και τα υψηλά επίπεδα στρες κατά τη διαδικασία επιδιώξεων βασικών στόχων της ζωής τους (Pervin & John, 2001). Τα παιδιά με υψηλή αντίληψη αυτοαποτελεσματικότητας επιλέγουν να κάνουν χρήση τακτικών προσέγγισης όσον αφορά την αντιμετώπιση της στρεσογόνου συνθήκης, στοιχείο το οποίο συσχετίζεται στενά με την ικανότητά τους να

επιδείξουν μεγαλύτερο βαθμό κοινωνικής προσαρμογής (Ebata & Moos, 1991). Αντίθετα, όπως ανέδειξαν οι Richard και Dodge (1982), παιδιά τα οποία έχουν απορριφθεί από την ομάδα των συνομηλίκων και εκδηλώνουν επιθετική συμπεριφορά διαθέτουν ένα περιορισμένο πεδίο τακτικών διαχείρισης στρες συγκριτικά με τους συνομηλίκους τους.

Όπως αναφέρει ο Sandler κ. συν. (2000) οι επιτυχημένες επιλογές στην τακτική διαχείρισης στρες συμβάλλουν στην αύξηση της αίσθησης για την αυτοαποτελεσματικότητα ενώ οδηγούν στη χρήση της συγκεκριμένης τακτικής και στο μέλλον. Αντίθετα, αποθαρρυντικά αποτελέσματα από τη χρήση μιας συγκεκριμένης τακτικής θα προκαλέσουν στο παιδί αισθήματα απογοήτευσης και απελπισίας, τα οποία ενδεχομένως να συνδεθούν με την εμφάνιση προσωπικών προβλημάτων (Harter, 1999). Ο βαθμός επιτυχίας στην αντιμετώπιση μιας στρεσογόνου συνθήκης συνδέεται με τα προσωπικά αποθέματα του παιδιού καθώς και την ανθεκτικότητα, η οποία συνιστά τη θετική έκβαση μια πετυχημένης διαχείρισης (Compass, 1987).

Στόχος της μελέτης ήταν η ανάδειξη της πιθανής σχέσης μεταξύ προσδοκιών για την αυτοαποτελεσματικότητα και τακτικών διαχείρισης στρες από τα παιδιά με τη χρήση ειδικά σχεδιασμένων κλιμάκων, οι οποίες έχουν αποτελέσει μεθοδολογικό εργαλείο μέτρησης σε συναφείς έρευνες ελληνικές και ξένες. Τα κεντρικά ερωτήματα που απασχόλησαν την έρευνα αφορούσαν το εάν η ηλικία και το φύλο των παιδιών συνδέονται με τις τακτικές διαχείρισης άγχους που υιοθετούνται από τα παιδιά καθώς και τις προσδοκίες αυτο-αποτελεσματικότητας. Με άλλα λόγια, στον πυρήνα της ερευνητικής αυτής προσπάθειας τέθηκε το ερώτημα εάν η αυτοαποτελεσματικότητα, ως βασική δομή της συναισθηματικής ανάπτυξης, συσχετίζεται και πώς με τις τακτικές διαχείρισης των στρεσογόνων συνθηκών από τα παιδιά. Ειδικότερα, για την διακρίβωση των ερωτημάτων διερευνήθηκαν οι επιμέρους διαστάσεις της αυτοαποτελεσματικότητας όπως (α) η «ακαδημαϊκή αυτοαποτελεσματικότητα», (β) η «κοινωνική αυτοαποτελεσματικότητα», και (γ) η «συναισθηματική αυτοαποτελεσματικότητα». Οι συγκεκριμένοι παράμετροι, αποτιμώνται μέσα από την χρήση κατάλληλων μεθοδολογικών εργαλείων και η αποτίμησή τους πραγματοποιείται με το βαθμό συμφωνίας των παιδιών σε συγκεκριμένες προτάσεις οι οποίες διερευνούν τις παραπάνω διαστάσεις.

Μεθοδολογία

Συμμετέχοντες

Στην έρευνα συμμετείχαν 166 παιδιά με τις μητέρες τους, εκ των οποίων 86 (50,9%) ήταν αγόρια και 80 (47,3%) κορίτσια. Το σύνολο των παιδιών φοιτούσαν στην Ε' και Στ' τάξη τεσσάρων δημοτικών σχολείων του Ν. Καβάλας. Η ηλικία των παιδιών κυμαινόταν μεταξύ 9,7 και 12,8 ετών.

Εργαλεία

Στρατηγικές Αντιμετώπισης Καταστάσεων Άγχους (ΣΑΚΑ) για παιδιά και εφήβους (Βασιλάκη κ. συν., 2001): Κεντρικός σκοπός του εργαλείου, το οποίο συμπληρώθηκε από τους μαθητές, ήταν η διερεύνηση των τακτικών που επιλέγουν τα παιδιά προκειμένου να αντιμετωπίσουν το άγχος τους. Οι δηλώσεις του συγκεκριμένου εργαλείου εκτιμούν επτά παράγοντες (οικογενειακή στήριξη, αποφυγή-λήθη, αδυναμία-παραίτηση, λύση προβλήματος, απομόνωση, αναζήτηση βοήθειας, αναθεώρηση-ανασύνταξη) όπου η υψηλότερη βαθμολογία δηλώνει χρήση της συγκεκριμένης στρατηγικής.

Στρατηγικές διαχείρισης στρες από τα παιδιά (Child Coping Strategies Measure Items) (Coodvin, 2006): Αποτέλεσε μια δεύτερη κλίμακα εκτίμησης των τακτικών αντιμετώπισης του στρες από τα παιδιά αλλά από διαφορετική πηγή πληροφόρησης, αφού συμπληρώθηκε από τους δασκάλους και τις μητέρες. Η κλίμακα εκτιμά τη συχνότητα με την οποία ένα παιδί κάνει χρήση μιας στρατηγικής, όταν αντιμετωπίζει μια δύσκολη κατάσταση. Υποδιαιρείται σε τρεις υποκλίμακες: αποφυγής του προβλήματος, αναζήτηση στήριξης, και επιθετικών πράξεων.

Κλίμακα Αυτοαποτελεσματικότητας (Self-Efficacy Scale - SES) (Sherer κ. συν., 1982): Συμπληρώθηκε από τους μαθητές. Περιλαμβάνει τριάντα προτάσεις με δύο υποκλίμακες οι οποίες αναφέρονται στη “γενική” και την “κοινωνική αυτο-αποτελεσματικότητα”. Οι απαντήσεις δίνονται σε μια 5βαθμη κλίμακα (1=διαφωνώ πολύ έως 5=συμφωνώ πολύ) όπου οι μαθητές διατυπώνουν κατά πόσο συμφωνούν ή διαφωνούν με το περιεχόμενο της πρότασης. Οι προτάσεις που υπάρχουν στο ερωτηματολόγιο διερευνούν την αποφασιστικότητα του ατόμου να επιμείνει στην αντιμετώπιση της δυσκολίας.

Σύντομο Ερωτηματολόγιο Αυτοαποτελεσματικότητας για Παιδιά (Brief

Questionnaire for Measuring Self-Efficacy in Younths - SEQ-C) (Muris, 2001): Συμπληρώθηκε από τους μαθητές και χρησιμοποιήθηκε ως ένα δεύτερο εργαλείο αποτίμησης της προσδοκίας αυτοαποτελεσματικότητας από τα παιδιά. Περιλαμβάνει 24 προτάσεις που αντιπροσωπεύουν τους τρεις τομείς αυτοαποτελεσματικότητας: κοινωνική ακαδημαϊκή, συναισθηματική. Οι μαθητές κλήθηκαν διατυπώσουν τη συχνότητα με την οποία κάνουν χρήση αυτών που αναφέρονται σε κάθε πρόταση.

Για το σύνολο των ξενόγλωσσων εργαλείων ακολουθήσαμε τις συνήθειες διαδικασίες προσαρμογής τους στην ελληνική πραγματικότητα, δηλαδή οι κλίμακες μεταφράστηκαν αρχικά από την πρώτη ερευνήτρια, ενώ στη συνέχεια δόθηκε σε ανεξάρτητο μεταφραστή, ο οποίος εξασφάλισε τη μετάφραση από τα ελληνικά στα αγγλικά και αντιστρόφως, έτσι ώστε η κλίμακα να καταστεί νοηματικά ορθή στην ελληνική γλώσσα υπηρετώντας πιστά το αγγλόφωνο κείμενο.

Τα παραπάνω εργαλεία ελέγχθηκαν όσον αφορά τις ψυχομετρικές ιδιότητές τους και παρουσίασαν ικανοποιητικά επίπεδα εσωτερικής συνέπειας αφού αυτά κυμάνθηκαν σε μέτρια προς υψηλά επίπεδα για το σύνολο των κλιμάκων (από 0.52 έως 0.82).

Διαδικασία

Οι μαθητές, οι μητέρες και οι εκπαιδευτικοί των σχολείων που επιλέχθηκαν, κατόπιν συνεννοήσεως με τους διευθυντές, συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια της έρευνας. Οι κλίμακες που απευθύνονταν στις μητέρες δόθηκαν στους μαθητές σε φάκελο, ο οποίος περιείχε διευκρινιστική επιστολή σχετικά με τον στόχο της έρευνας και τον τρόπο συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων. Την ίδια κλίμακα σχετικά με τους τρόπους που επιλέγουν οι μαθητές τους προκειμένου να αντιμετωπίσουν μια δύσκολη κατάσταση συμπλήρωσαν και οι εκπαιδευτικοί των μαθητών.

Τέλος, οι μαθητές/τριες συμπλήρωσαν τις δυο κλίμακες που διερευνούσαν τις προσδοκίες για την αυτοαποτελεσματικότητα ενώ η τρίτη διερευνούσε τις στρατηγικές που επιλέγουν τα παιδιά προκειμένου να αντιμετωπίσουν μια στρεσογόνο συνθήκη.

Υποθέσεις της έρευνας

Αυτο-αποτελεσματικότητα

Ως μια από τις βασικές υποθέσεις της έρευνας ήταν η ανάδειξη διαφορών ως προς την ηλικία και το φύλο των παιδιών, όσον αφορά τις α-

ντιλήψεις αυτο-αποτελεσματικότητας και τις επιμέρους διαστάσεις της.

Όσον αφορά τις επιμέρους μετρήσεις σχετικά με τις προσδοκίες αυτο-αποτελεσματικότητας φάνηκε ότι τα παιδιά μικρότερης ηλικίας εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής και συναισθηματικής αυτοαποτελεσματικότητας συγκριτικά με τα μεγαλύτερα παιδιά, τα οποία εμφανίζονται λιγότερο σίγουρα για τις ικανότητές τους. Η διαπίστωση ότι οι απόψεις για την αυτοαποτελεσματικότητα εξασθενούν όσο οι μαθητές προάγονται στις επόμενες τάξεις του σχολείου (Pintrich και Schunk, 1996) έχει αποδοθεί σε διάφορους παράγοντες, συμπεριλαμβανομένου και του μεγαλύτερου ανταγωνισμού, της πιο τυπικής βαθμολόγησης, της μειωμένης προσοχής του δασκάλου στην πρόοδο του κάθε μαθητή και του στρες που σχετίζεται με τις μεταβάσεις σε άλλες σχολικές βαθμίδες. Αυτές όπως και άλλες σχολικές πρακτικές μπορούν να μειώσουν την ακαδημαϊκή αυτοαποτελεσματικότητα, ειδικά στους μαθητές που δεν είναι πλήρως προετοιμασμένοι για πιο απαιτητικού τύπου ακαδημαϊκές εργασίες. Η ομαδοποίηση με κριτήριο την επίδοση μπορεί να μειώσει την αυτοαποτελεσματικότητα των μαθητών που ανήκουν σε ομάδες χαμηλής επίδοσης. Κατά συνέπεια οι τάξεις που επιτρέπουν την κοινωνική σύγκριση τείνουν να επιβεβαιώνουν τα ήδη χαμηλά επίπεδα προσδοκιών για την αυτοαποτελεσματικότητα των μαθητών που θεωρούν έτσι και αλλιώς, την απόδοσή τους κατώτερη από αυτή των συμμαθητών τους.

Ως προς το φύλο, τα αγόρια φαίνεται να παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής και συναισθηματικής αυτοαποτελεσματικότητας, στοιχεία που ενδεχομένως συνδέονται με την ύπαρξη στερεοτυπικών διαφορών σχετικά με το φύλο των παιδιών, σε βαθμό που αυτές, λειτουργούν ως «αυτοεκπληρούμενη προφητεία». Αντίθετα τα κορίτσια σημειώνουν υψηλότερα επίπεδα κοινωνικής και συνολικής αυτοαποτελεσματικότητας. Σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τους Χατζηχρήστου και Hopf (1991) (οπ. αναφ. στο Ελληνική Κοινωνική έρευνα, 2009). βρέθηκε ότι τα αγόρια θεωρούν ότι είναι περισσότερο ικανά από τα κορίτσια στα μαθηματικά στο Δημοτικό σχολείο και στο Γυμνάσιο, ενώ εμφανίζονταν λιγότερο ικανά στα φιλολογικά μαθήματα. Πολλοί ερευνητές αποδίδουν τις συγκεκριμένες διαφορές στην διαμόρφωση των επιμέρους διαστάσεων της αυτοαποτελεσματικότητας στα γονικά σχήματα συμπεριφοράς καθώς και στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον.

Τακτικές διαχείρισης στρες

Στα πλαίσια διερεύνησης αυτής της υπόθεσης αυτό οποίο επιχειρήθηκε να αναδειχθεί, ήταν σε ποιο βαθμό η ηλικία και το φύλο των παιδιών

συνδέονται με την υιοθέτηση συγκεκριμένων τακτικών διαχείρισης στρες.

Σύμφωνα με τους Band, & Weisz 1988, συγκριτικά με την ηλικία οι αυτο-αναφορές των επικεντρωμένων στο συναίσθημα τακτικών εμφανίστηκαν πιο αυξημένες. Η κύρια ερμηνεία αυτών των δεδομένων ήταν ότι οι τακτικές διαχείρισης στρες εστιασμένες στο συναίσθημα αναπτύσσονται πιο αργά από τις τακτικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα. Ανάλογα συμπεράσματα έχουν διατυπωθεί και από τους Altshuler και Rule (1989), οι οποίοι υποστήριζαν ότι τα μικρότερης ηλικίας παιδιά πιθανώς δεν είναι γνωστικώς ικανά να αναπαράγουν πολλαπλές επιλογές δευτερογενούς εκτίμησης του προβλήματος, όπως ενδεχομένως είναι σε θέση τα μεγαλύτερης ηλικίας παιδιά. Τα μικρότερης ηλικίας παιδιά δεν είναι ακόμη έτοιμα συναισθηματικά να διαχειριστούν «λογικοποιημένα» το πρόβλημα. Κατά συνέπεια είναι λιγότερο αυτόνομα.

Άλλες σημαντικού τύπου διαφορές αναφορικά με την ηλικία, εντοπίστηκαν στο βαθμό χρήσης κοινωνικής υποστήριξης ως τακτική διαχείρισης του στρες. Έτσι, τα παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας έχουν την τάση να αναζητούν σε μεγαλύτερο βαθμό κοινωνική υποστήριξη σε έξω-οικογενειακά περιβάλλοντα συγκριτικά με τα παιδιά μικρότερης ηλικίας (Band & Weisz, 1988). Ενδιαφέρον αποτελεί το γεγονός ότι η συγκεκριμένη διαφορά αναφέρεται και στις διαφορές μεταξύ των φύλων με τα κορίτσια να αναζητούν σε μεγαλύτερο βαθμό κοινωνική υποστήριξη από ό,τι τα αγόρια. Στοιχείο το οποίο αναδεικνύεται και μέσα από τις έρευνες, καθώς τα κορίτσια κάνουν χρήση του συγκεκριμένου τύπου υποστήριξης σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι τα αγόρια σε όλη τη διάρκεια της μέσης σχολικής ηλικίας. Wertlieb, Weigel και Feldstein, 1987. Frydenberg και Lewis, 1990 (όπ. αναφ. στο Matthew, R. F. 2006).

Αυτο-αποτελεσματικότητα και τακτικές διαχείρισης στρες

Ως κεντρική υπόθεση της έρευνας η οποία συνιστά και το βασικό σκοπό της, ήταν η ανάδειξη συνάφειας μεταξύ προσδοκιών για την αυτο-αποτελεσματικότητα και τακτικών διαχείρισης στρες από τα παιδιά.

Σύμφωνα με τον Bandura κανένας μηχανισμός διαμόρφωσης της ανθρώπινης συμπεριφοράς δεν είναι τόσο σημαντικός όσο οι πεποιθήσεις των ατόμων για τις ικανότητές τους να ασκούν έλεγχο στα γεγονότα που επηρεάζουν την ζωή τους (Bandura, 1986). Πλήθος ευρημάτων υπογραμμίζουν ότι οι προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας είναι μια επιμέρους

συνιστώσα στα πλαίσια της οποίας πραγματώνεται η συνδιαλλαγή του ατόμου με το περιβάλλον. Τόσο τα ευρήματα άλλων ερευνών όσο και τα ευρήματα της δικής μας έρευνας φανερώνουν ότι οι υψηλές προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας καθιστούν το νέο άτομο ισχυρό, ικανό να ενεργοποιήσει ένα σύνολο εστιασμένων στο πρόβλημα στρατηγικών στην αντιμετώπιση του προβλήματος. Οι συγκεκριμένες στρατηγικές συνιστούν μεθόδους ενεργούς επίλυσης προβλημάτων, στοιχείο που μαρτυρά ότι το άτομο που τις υιοθετεί έχει τον έλεγχο της κατάστασης ανταποκρινόμενο στις δυσκολίες που αυτή έχει. (Compas, et.al., 1991). Αντίθετα παιδιά με χαμηλή αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας αναπτύσσουν συμπεριφορές αποφυγής ή επιθετικής τακτικής απέναντι στην στρεσογόνο συνθήκη, μαρτυρώντας την ύπαρξη μιας απειλητικής και επώδυνης σχέσης με το περιβάλλον.

Αποτελέσματα

Τακτικές διαχείρισης στρες

Προκειμένου να ελεγχθούν οι διαφορές των μέσων όρων ως προς το φύλο σχετικά με τις τρεις υποκλίμακες των τακτικών διαχείρισης στρες από τα παιδιά χρησιμοποιήθηκε το t-test κριτήριο για ανεξάρτητα δείγματα. Στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των μαθητών και μαθητριών εντοπίστηκαν στην υποκλίμακα της «εκδραμάτισης»/επιθετικότητας και την τακτική κοινωνικής υποστήριξης σύμφωνα με τις αναφορές του δασκάλου και της μητέρας, με τα αγόρια να υιοθετούν πιο εύκολα την τακτική εκδραμάτισης»/επιθετικότητας συγκριτικά με τα κορίτσια. Αντιστρόφως, τα κορίτσια σημειώνουν υψηλότερους μέσους όρους στη τακτική της κοινωνικής υποστήριξης. Ανάλογος έλεγχος έγινε και ως προς την τάξη φοίτησης, που αντανακλά ηλικιακές διαφορές μεταξύ των παιδιών. Τα αποτελέσματα έδειξαν υψηλότερους όρους για τα παιδιά της Ε΄ δημοτικού όσον αφορά την υιοθέτηση τακτικών αποφυγής του προβλήματος συγκριτικά με τα παιδιά της Στ΄ τάξης.

Αυτοαποτελεσματικότητα και τακτικές διαχείρισης στρες

Η διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στους παράγοντες των κλιμάκων εκτίμησης των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας με τους παράγοντες της κλίμακας αξιολόγησης των “Στρατηγικών Αντιμετώπισης Κατα-

στάσεων Άγχους” και “Στρατηγικών διαχείρισης άγχους από τα παιδιά”, υπολογίστηκε με το δείκτη συσχέτισης Pearson r (βλ. Πίνακα 1).

Πίνακας 1: Συντελεστές συσχέτισης των κλιμάκων αυτοαποτελεσματικότητας με τα ερωτηματολόγια στρατηγικών αντιμετώπισης προβλημάτων και τακτικών διαχείρισης άγχους

	SES Συνολική αυτοαποτ/τα	SES Γενική αυτοαποτ/τα	SES Κοινωνική αυτοαποτ/τα	SEQ Συνολική αυτοαποτ/τα	SEQ Ακαδημαϊκή αυτοαποτ/τα	SEQ Κοινωνική αυτοαποτ/τα	SEQ Συναισθηματική αυτοαποτ/τα
Αποφυγή (αναφορά μη- τέρας)	.01	.03	-.01	.13	.17 (*)	.09	.02
Αναζήτηση υποστήριξης (αναφορά μη- τέρας))	-.15	-.09	-.17*	.02	.04	-.01	.01
Επιθετικότητα (αναφορά μη- τέρας)	-.07	-.11	.01	-.19*	-.10	-.05	-.17*
Αποφυγή (αναφορά δα- σκάλου)	-.03	-.05	.00	.19*	.28***	.04	.08
Αναζήτηση υποστήριξης (αναφορά δα- σκάλου)	.05	.05	.03	.27**	.41***	.15	.04
Επιθετικότητα (αναφορά δα- σκάλου)	-.03	-.06	.01	.01	-.08	-.02	.16*
ΣΑΚΑ →Πρόβλημα	.28**	.09	.34***	.26**	.19*	.30***	.08
ΣΑΚΑ →Συναισθημα	.29**	.15	.28**	.26**	.16*	.27**	.13

Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων φαίνεται να επιβεβαιώνεται η αρχική υπόθεση για την υφιστάμενη σχέση μεταξύ των δυο αυτών εν-

νοιολογικών δομών, δηλαδή τις τακτικές διαχείρισης του στρες από τα παιδιά και της αυτοαποτελεσματικότητας. Πιο συγκεκριμένα, από τον Πίνακα 1 αναδεικνύεται ότι οι τακτικές αποφυγής στη διαχείριση του άγχους (αναφορά μητέρας), συσχετίζονται θετικά με την προσδοκία ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας. Το στοιχείο αυτό σε γενικές γραμμές σημαίνει ότι όσο περισσότερο υιοθετεί ένα παιδί την αποφυγή ως τακτική διαχείρισης του στρες, τόσο πιο πιθανό είναι να δηλώνει υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας. Ωστόσο, το εύρημα αυτό αξίζει να επισημανθεί μόνο όσον αφορά τη στατιστική σημαντικότητα του και όχι όσον αφορά το βαθμό του συντελεστή συσχέτισης αφού αυτός κυμάνθηκε σε χαμηλά επίπεδα.

Η χρήση τακτικών κοινωνικής υποστήριξης στη διαχείριση του στρες (αναφορά μητέρας) συσχετίζονται με αρνητική αλλά χαμηλού βαθμού συνάφεια με την προσδοκία κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας. Όσον αφορά τις τακτικές «εκδραμάτισης»/επιθετικότητας (αναφορά μητέρας) διαπιστώθηκε ότι όσο περισσότερο υιοθετούνται οι συγκεκριμένες τύπου τακτικές σε τόσο χαμηλότερα επίπεδα φαίνεται να κυμαίνεται ο συνολικός δείκτης της κλίμακας αυτοαποτελεσματικότητας.

Αναφορικά με τις τακτικές αποφυγής στη διαχείριση του στρες (αναφορά δασκάλου), αυτό το οποίο διαπιστώνεται είναι ότι η χρήση της συγκεκριμένης στρατηγικής συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα συνολικού δείκτη αυτοαποτελεσματικότητας. Θετική συσχέτιση σχέση, παρατηρείται ανάμεσα στις τακτικές αποφυγής του προβλήματος στη διαχείριση του στρες (αναφορά δασκάλου) με την υποκλίμακα προσδοκιών ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας, υποδηλώνοντας ότι όσο πιο συχνή είναι η υιοθέτηση των τακτικών αποφυγής του προβλήματος τόσο υψηλότερα τα επίπεδα ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας.

Αξιοσημείωτη στατιστικά σχέση παρατηρήθηκε επίσης μεταξύ των τακτικών κοινωνικής υποστήριξης (αναφορά δασκάλου) με τα επίπεδα προσδοκιών ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας, εύρημα που υποδεικνύει ότι όσο πιο πολύ υιοθετούνται οι παραπάνω τακτικές τόσο υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας καταγράφονται. Θετική συσχέτιση εμφανίζεται και μεταξύ των τακτικών κοινωνικής υποστήριξης (αναφορά δασκάλου) με το συνολικό δείκτη αυτοαποτελεσματικότητας, καθορίζοντας μια αναλογική στατιστικά σχέση μεταξύ των τακτικών κοινωνικής υποστήριξης, και του συνολικού δείκτη αυτοαποτελεσματικότητας.

Σε σχέση με την κλίμακα ΣΑΚΑ, αναδείχθηκε μια θετική συσχέτιση των στρατηγικών εστιασμένων στο πρόβλημα με το συνολικό δείκτη ε-

κτίμησης προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας, υποδεικνύοντας ότι όσο μεγαλύτερη είναι η συχνότητα χρήσης της εστιασμένης στο πρόβλημα στρατηγικής τόσο υψηλότερος εμφανίζεται ο συνολικός δείκτης της μέτρησης εκτίμησης προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας, ενώ ισχυρά θετική συσχέτιση σημειώνεται και μεταξύ των εστιασμένων στο πρόβλημα στρατηγικών και του δείκτη κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας, στοιχείο το οποίο δηλώνει ότι η υιοθέτηση στρατηγικών εστιασμένων στο πρόβλημα συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα προσδοκιών κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας.

Τέλος, όσον αφορά τις στρατηγικές εστιασμένες στο συναίσθημα, εμφανίζονται θετικές συσχετίσεις με το συνολικό δείκτη αυτοαποτελεσματικότητας ενώ αντίστοιχου τύπου συσχετίσεις με το συγκεκριμένο τύπο στρατηγικής παρατηρήθηκαν και με το δείκτη κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας.

Συζήτηση

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των προσδοκιών για την αυτοαποτελεσματικότητα και τις επιμέρους διαστάσεις της (ακαδημαϊκή, κοινωνική, συναισθηματική) ή συνολικά (γενική/συνολική) με τις τακτικές διαχείρισης στρες σε παιδιά σχολικής ηλικίας. Η ανάλυση των δεδομένων ανέδειξε ότι ως προς την ηλικία, τα μικρότερης ηλικίας παιδιά σημειώνουν υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής και συναισθηματικής αυτοαποτελεσματικότητας συγκριτικά με τα μεγαλύτερης ηλικίας παιδιά.

Το εύρημα αυτό συνάδει με αυτά άλλων ερευνών καθώς η ηλικία των παιδιών φαίνεται να λειτουργεί ως διαφοροποιητικός παράγοντας στη δόμηση της αντίληψης για την αυτοαποτελεσματικότητα (Bandura, 1994). Το σχολείο, για τα παιδιά μικρότερης ηλικίας αποτελεί χώρο συστηματικής αξιολόγησης των γνωστικών τους δεξιοτήτων, ενώ τα παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας, καθώς προχωρούν στις ανώτερες βαθμίδες εκπαίδευσης, εμφανίζουν λιγότερο πίστη στις ικανότητες και στον εαυτό τους (Bandura, 1991). Οι μεταβατικές περίοδοι στη σχολική ζωή θέτουν σε ενέργεια καινούριους παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν την αυτοαποτελεσματικότητα. Η Eccles και οι συνάδελφοί της (Eccles και Migley, 1989; Eccles, Migley και Adler, 1984) έχουν αναφέρει ότι η μετάβαση στο γυμνάσιο φέρνει αρκετές αλλαγές. Στο Δημοτικό σχολείο οι μαθητές παραμένουν με τον δάσκαλο και τους ίδιους συμμαθητές τους σε

όλη σχεδόν την διάρκεια της σχολικής τους ζωής, έχοντας την αποκλειστική προσοχή του δασκάλου. Η μετάβαση στο γυμνάσιο συχνά σημαίνει εκτός από αλλαγή τάξης και συνδιαλλαγή με συμμαθητές που δεν γνωρίζουν. Η ευρέως διαδεδομένη κοινωνική ομαδοποίηση, σε συνδυασμό με την αλλαγή στα κριτήρια της αξιολόγησης, σημασιοδοτεί επανεκτίμηση των ακαδημαϊκών ικανοτήτων των μαθητών. Κατά συνέπεια, οι αντιλήψεις για την ακαδημαϊκή επάρκεια αρχίζουν να εξασθενούν αισθητά κατά τη διάρκεια του γυμνασίου καθώς απαιτείται ένα σύνολο προσαρμοστικών ρυθμίσεων στα νέα δεδομένα (Harter, 1996, Migley, Feldlaufer και Eccles, 1989).

Ως προς το φύλο, τα μικρότερης ηλικίας κορίτσια εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα προσδοκιών για την συνολική, κοινωνική και γενική αυτοαποτελεσματικότητα συγκριτικά με τα κορίτσια μεγαλύτερης ηλικίας, ενώ τα αγόρια σημειώνουν υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής και συναισθηματικής αυτοαποτελεσματικότητας. Όπως φαίνεται και στη σχετική βιβλιογραφία, τα αγόρια εμφανίζονται με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση συγκριτικά με τα κορίτσια σε εκπαιδευτικά πεδία όπως είναι τα μαθηματικά και η τεχνολογία (Meese, 1991), παρά το γεγονός ότι υπάρχει η τάση ελάττωσης των διαφορών μεταξύ αγοριών και κοριτσιών. Έχει υποστηριχθεί ότι οι διαφορές των φύλων, οι οποίες στηρίζονται σε κοινωνικές, ακαδημαϊκές και ατομικές μεταβλητές (π.χ., προσωπικότητα), μπορεί ουσιαστικά να προσδιορίζονται από τα υπάρχοντα στερεότυπα για τα δύο φύλα όσον αφορά στο ρόλο και στη λειτουργία τους στο εκάστοτε κοινωνικό σύνολο και με τις οποίες έχουν μεγαλώσει αγόρια και κορίτσια (Bandura, 1994). Το στοιχείο αυτό επιβεβαιώνεται και σε άλλες μελέτες (π.χ. Pajares & Valiante, 1999) όπου διαπιστώθηκε ότι οι διαφορές των φύλων που αναδεικνύουν την υπεροχή των μαθητριών σχετικά με το βαθμό εκτίμησης της αυτοαποτελεσματικότητάς τους στο γραπτό λόγο τροποποιήθηκαν ύστερα από την διερεύνηση των απόψεων σχετικά με τον προσανατολισμό των φύλων που, όπως φάνηκε, καθόριζε τις αρχικές διαφορές τους.

Ως προς την ηλικία των παιδιών και τις τακτικές διαχείρισης άγχους τα παιδιά μικρότερης ηλικίας φαίνεται να υιοθετούν τις στρατηγικές αποφυγής του προβλήματος σε μεγαλύτερη συχνότητα συγκριτικά με τα μεγαλύτερα παιδιά, καθώς σύμφωνα με συναφείς έρευνες τα μικρότερης ηλικίας παιδιά φαίνεται πως δεν έχουν αποκτήσει όλες εκείνες τις απαιτούμενες γνωστικές και κοινωνικές δεξιότητες, προκειμένου να αντιμετωπίσουν τα προβλήματά τους. Εύρημα το οποίο ενισχύεται από αντίστοιχες έρευνες (Altshuler & Ruble, 1989. Band & Weisz, 1988. Compas

κ. συν., 1991), οι οποίες υποστήριξαν ότι τα μικρότερης ηλικίας παιδιά πιθανώς να μην είναι γνωστικά ικανά, προκειμένου να προβούν σε διαδικασίες αποτίμησης και επαναξιολόγησης προβλημάτων.

Από τα ευρήματα δεν προέκυψε σημαντική διαφορά μεταξύ μικρότερων και μεγαλύτερων σε ηλικία παιδιών και υιοθέτησης τακτικών επιθετικότητας/εκδραμάτισης, στοιχείο το οποίο επιβεβαιώνει και η προγενέστερη βιβλιογραφική ανασκόπηση.

Ως προς το φύλο και τις τακτικές διαχείρισης άγχους, διαπιστώθηκε ότι τα αγόρια υιοθετούν την τακτική «εκδραμάτισης»/επιθετικότητας σε μεγαλύτερη συχνότητα από ό,τι τα κορίτσια, ενώ όσον αφορά στην τακτική κοινωνικής υποστήριξης, τα κορίτσια υιοθετούν τη συγκεκριμένη τακτική σε μεγαλύτερη συχνότητα συγκριτικά με τα αγόρια. Βιβλιογραφικά, τα κορίτσια αναζητούν κοινωνική στήριξη νωρίτερα από τα αγόρια, χρησιμοποιώντας αυτή τη στήριξη περισσότερο από τα αγόρια καθ' όλη τη μέση σχολική ηλικία (Wertlieb κ. συν., 1987. Frydenberg & Lewis, 1990 όπ. αναφ. στο Matthew, 2006).

Από τη σχετική ανάλυση διαπιστώθηκε ισχυρή συνάφεια μεταξύ των τακτικών διαχείρισης άγχους με το βαθμό ακαδημαϊκής αυτοαποτελεσματικότητας. Αξιοσημείωτο είναι το εύρημα το οποίο αναδεικνύει τη σχέση ανάμεσα στην υιοθέτηση τακτικών κοινωνικής υποστήριξης στη διαχείριση του στρες και ακαδημαϊκής αυτο-αποτελεσματικότητας. Στατιστικά σημαντική αναδεικνύεται και η σχέση που υπάρχει ανάμεσα στην υιοθέτηση στρατηγικών εστιασμένων στο πρόβλημα και στη συνολική διάσταση της έννοιας της αυτοαποτελεσματικότητας, στοιχείο το οποίο δηλώνει ότι τα παιδιά με υψηλή αντίληψη για την αυτοαποτελεσματικότητα είχαν την τάση να υιοθετούν τακτικές προσέγγισης για την επίλυση του προβλήματος, επιδεικνύοντας μια αίσθηση σιγουριάς για τις ικανότητές τους.

Ανάλογοι ενδιαφέροντος αποτέλεσαν τα ευρήματα μιας έρευνας που διεξήχθη, και η οποία απευθύνονταν σε σαράντα έφηβους σε ένα Γυμνάσιο της Ν. Υόρκης (Saarni, 1999). Αυτό το οποίο αναδείχθηκε ήταν ότι η ομάδα των εφήβων οι οποία σημείωσε υψηλά επίπεδα αυτοαποτελεσματικότητας μετά από τις σχετικές μετρήσεις, είχε την τάση να υιοθετεί στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων και αναζήτησης κοινωνικής στήριξης. Αντίθετα η ομάδα των εφήβων με χαμηλά επίπεδα αυτοαποτελεσματικότητας φάνηκε να υιοθετεί την χρήση τακτικών εκδραμάτισης και αποφυγής του προβλήματος.

Αντίστοιχου ενδιαφέροντος συσχετίσεις οι οποίες αναδείχθηκαν και από την παρούσα έρευνα αφορούν στο τρόπο σύνδεσης διαχείρισης του

στρες και κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας καθώς οι ημιτελείς και φτωχές σχέσεις με την ομάδα των συνομηλίκων μπορεί να οδηγήσουν στην απομόνωση και στην χαμηλή αίσθηση αυτο-αξίας (Bandura, 1994). Εύρημα το οποίο συνάδει με αυτό άλλων ερευνών, συνδέοντας τις φτωχές κοινωνικές σχέσεις με την υιοθέτηση τακτικών επιθετικότητας/ εκδραμάτισης στη διαχείριση δύσκολων καταστάσεων.

Τέλος η χρήση τακτικών εστιασμένων στο συναίσθημα συσχετίζεται άμεσα με υψηλά επίπεδα αυτοαποτελεσματικότητας, αναδεικνύοντας την σημασία της συναισθηματικής ρύθμισης και πληρότητας στη διαχείριση συναισθηματικά φορτισμένων καταστάσεων (Saarni, 1999).

Είναι φανερό ότι η αντίληψη αυτοαποτελεσματικότητας αφορά βασικές ατομικές και κοινωνικές δεξιότητες του παιδιού, οι οποίες δίνουν τη δυνατότητα να αξιολογηθούν οι εκάστοτε καταστάσεις της ζωής του, ρυθμίζοντας τη συμπεριφορά του απέναντι σε αυτές και επηρεάζοντας την επιλογή των στόχων, την προσπάθεια και την επιμονή για την επίτευξή τους.

Ενδεχομένως τόσο τα ευρήματα της παρούσας έρευνας όσο και τα ευρήματα άλλων ερευνών μας ωθούν να αντιμετωπίσουμε τις προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας ως μια ρυθμιστική μεταβλητή μεταξύ στρες και τακτικών υιοθέτησης απέναντι σε αυτό. Ωστόσο όλο και νεότερα δεδομένα επιτάσσουν την σταθερή απομάκρυνση από μια γραμμική ερμηνεία αίτιου –αιτιατού, τοποθετώντας την γενικότερη θεώρηση του φαινομένου σε ένα πλαίσιο διάδρασης και συνεχούς αλληλεπίδρασης (Lazarus, 1991).

Βιβλιογραφία

- ALTSHULER, J., & RUBLE, D.N. (1989). Developmental changes in children's awareness of strategies for coping with uncontrollable stress. *Child Development*, 60, 1337-1349.
- BAND, E., & WEISZ, J. R. (1988). How to feel better when it feels bad: Gildern's perspectives on coping with everyday stress. *Developmental Psychology*, 24, 247-253.
- BANDURA, A. (1977A). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- BANDURA, A. (1977B). Self-efficacy: Towards a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

- BANDURA, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147.
- BANDURA, A. (1991). Self-regulation of motivation through anticipatory and self reactive mechanisms. In R.A. Dienstbier (Ed.), *Perspectives on motivation Nebraska symposium on motivation* (Vol. 38, pp. 69-164). Lincoln: University of Nebraska Press.
- BANDURA, A. (1994). Self-efficacy. In V.S. Pamachaudran (Ed.), *Encyclopaedia of human behaviour* (pp. 71-81). New York: Academic Press.
- ΒΑΣΙΛΑΚΗ, Ε., ΤΡΙΑΙΒΑ, Σ., & ΜΠΕΖΕΒΕΓΚΗΣ, Η. (2001). Το στρες, το άγχος και η αντιμετώπισή τους. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- BUSSEY, K., & BANDURA, A. (1999). Social cognitive theory of gender development and differentiation. *Psychological Review*, 106, 676-713.
- ΓΑΛΑΝΑΚΗ, Ε.Π., & ΚΑΛΑΝΤΖΗ-AZIZI, Α. (1998). Σχέση ανάμεσα στην προσδοκία κοινωνικής αυτοαποτελεσματικότητας και στο συναίσθημα της μοναξιάς του παιδιού: Ο ρόλος του εκπαιδευτικού. *Νέα Παιδεία*, 86, 54-72.
- ΓΙΑΒΡΙΜΗΣ, Π., & ΠΑΠΑΝΗΣ, Ε. (2007). Αυτοαντίληψη: Ελληνική Κοινωνική Έρευνα Ανακτήθηκε στις 16-04-2009, http://epapanis.blogspot.com/2007/09/blog-post_6657.html.
- COMPAS, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 101, 393-403.
- COMPAS, B. E., BANEZ, G. A., MALCANE, V. L., & WORSHAM, N. (1991). Perceived control and coping with stress. A developmental perspective. *Journal of social Issues*, 47, 23-34.
- EBATA, & MOOS, R. S. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12, 33-54.
- ECCLES, J.S. (1989). Bringing young women to math and science. In M. Crawford & M. Grerty (Eds.), *Gender and thought: Psychological perspectives* (pp.36-57). New York: Springer-Verlag.
- ECCLES, J., WIGFIELD, A., & SCHIEFELE, U. (1998). Motivation to succeed στο *Handbook of child Psychology*. In I. Sigel. & A. Renninger (Eds.), *Child Psychology in Practice* (Vol. 4, pp. 1017-1095). Toronto. John Wiley.
- EISENBERG, N., FABES, R. A., & MURPHY, B. C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67,

- 2227-2247.
- GOODVIN, R., & GUTTAVO, C., & TORQUATI, J. (2006). The role of child emotional responsiveness and Maternal Negative emotion expression in children's coping strategy use. *Social Development*, 15, 597-611.
- GRANDALL, D. (1982). Master report series of the study of dissemination efforts supporting school improvement. Andover, MA: The Network.
- HAMILL, S. K. (2002). Resilience and self-efficacy: the importance of efficacy beliefs and coping mechanisms in resilient adolescents. *Colgate University Journal of the Sciences*, 122-146. Ανακτήθηκε στις 10-3-2006, http://groups.colgate.edu/cjs/student_papers/2003/Hamill.pdf.
- HARTER, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- KALANTZI-AZIZI, A., KARADIMAS, E. C., SOTIROPOULOS, C., & MORAITOU, G. (1998, March). The enhancement of self-efficacy expectations as a means for the improvement of psychosomatic health: A group therapy intervention programme. Ανακοίνωση στο International Conference on Motivation, EARLI-SIG: Motivation and Emotion. Θεσσαλονίκη.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- LAZARUS, R. S., (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- MATTHEW, R. F. (2006). Relation of maternal stress and maternal support to children's behaviour problems in African American Families. Unpublished Master thesis. Department of Family Studies, University of Maryland.
- MEECE, J. L. (1991). The classroom context and children's motivational goals. In M. L. Maehr & P. R. Pintrich (Eds.), *Advances in achievement motivation research* (Vol.7, pp. 261-285). New York: Academic Press.
- MURIS, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youth. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145-149.
- PAJARES, F. (1996). Self-efficacy in academic settings. *Review of Educational Research*, 66, 543-578.
- PAJARES, F., MILLER, M. D., & JOHNSON, M. J. (1999). Gender differ-

- ences in writing self-beliefs of elementary school students. *Journal of Educational Psychology*, 91, 50-61.
- PAJARES, F., & VALIANTE, C. (1999). Crade level and gender differences in the writing self- beliefs of middle school students. *Contemporary Educational Psychology*, 24, 390-405.
- PAJARES, F. (2006). Self-efficacy during childhood and adolescence. In T. Urda & F. Pajares (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 339-367). New York: Information Age Publishing.
- PERVIN L., & JOHN, O. (2001). *Θεωρίες προσωπικότητας: έρευνα και εφαρμογές*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- PINTRICH, P.R., & SCHUNK D. H. (1996). *Motivation in education: Theory, research, and applications*. Englewood Cliffs, NJ: Merrill / Prentice Hall.
- RICHARD, B. A., & DODGE, K.A. (1982). Social maladjustment and problem solving in school-aged children. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 50, 226-233.
- ROLLINS, S. Z., GARRISON, B., & PIERCE, S. H. (2002). The Family Daily Hassles Inventory: A preliminary investigation of reliability and validity. *Family & Consumer Sciences Research Journal*, 31, 143-145.
- SAARNI, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: Guildford Press.
- SANDLER, I. N. (1994). Coping stress, and the psychological symptoms of children of divorce. A cross – sectional and longitudinal study. *Child Development*, 65, 1744-1763.
- SANDLER, I. N., TEIN, J-Y., MEHTA, P., WOLCHIK, S., & AYERS, T. (2000). Coping efficacy and prychological problems of children of divorce. *Child Development*, 71, 1099-1118.



Abstract

The present study investigated the relationship between school-aged children's self-efficacy beliefs and their coping strategies. It was also examined in which way children's age and gender relate to these basic con-

structs. The sample of the study was consisted of 166 children attending the 5th and 6th grade from four elementary schools in the city of Kavala as well as their mothers and class teachers. With regard to the data collection a number of scales were administered to the sample. More specifically, two scales measuring children's self-efficacy beliefs and a coping strategies scale were administered to each student in their class. Their mothers and teachers supplemented the information completing a coping strategies scale. The results revealed a significant correlation between the self-efficacy beliefs and the coping strategies used by children. More specifically, the coping strategies of avoidance and social support demonstrated a strong relationship to high levels of self-efficacy. Children with low self-efficacy beliefs tended to adopt acting-out coping strategies. As far as the variable of age is concerned, it was found that younger children were characterized by higher levels of academic and emotional self-efficacy expectations in relation to older children. The results also showed that younger children adopted more frequently the coping strategies of avoidance than older children. Concerning the variable of sex, the study revealed that girls tended to adopt social support coping strategies whereas boys coping strategies of avoidance and acting out. In addition those boys were characterized by higher levels of academic and emotional self-efficacy in relation to girls.

Η Παναγιώτα Νεοκοσμίδου είναι Εκπαιδευτικός –Κοινωνική Λειτουργός και Υποψήφια Διδάκτωρ του τμήματος Κοινωνιολογίας του Πανεπιστημίου Αιγαίου
(gneokosm@otenet.gr)