

ΠΑΝΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΙΒΗ

ΕΡΜΗΝΕΙΕΣ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΕΡΩΤΙΚΩΝ
ΣΥΝΤΡΟΦΩΝ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΕΝΗΛΙΚΗΣ
ΠΡΟΣΚΟΛΛΗΣΗΣ

ΜΙΧΑΗΛ ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗΣ

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:
ΣΤΑΛΙΚΑΣ ΑΝ., Αν. Καθηγητής
ΤΡΙΛΙΒΑ Σ., Επ. Καθηγήτρια
ΣΥΝΟΔΙΝΟΥ Κ., Αν. Καθηγήτρια

ΑΘΗΝΑ 2007

Εγκρίθηκε από την επταμελή εξεταστική επιτροπή
στις 17 Δεκεμβρίου 2007

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΣΤΑΛΙΚΑΣ ΑΝ., Αναπληρωτής Καθηγητής (επόπτης)

ΤΡΙΛΙΒΑ Σ., Επίκουρη Καθηγήτρια

ΣΥΝΟΔΙΝΟΥ Κ., Αναπληρώτρια Καθηγήτρια

ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΣΤΑΛΙΚΑΣ ΑΝ., Αναπληρωτής Καθηγητής (επόπτης)

ΤΡΙΛΙΒΑ Σ., Επίκουρη Καθηγήτρια

ΣΥΝΟΔΙΝΟΥ Κ., Αναπληρώτρια Καθηγήτρια

ΤΣΑΛΙΚΟΓΛΟΥ, Φ., Καθηγήτρια

ΣΑΚΑΛΑΚΗ, Μ., Καθηγήτρια

ΠΑΠΑΜΙΧΑΗΛ, Ι., Καθηγητής

ΑΝΑΓΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ, Φ., Επίκουρος Καθηγητής

*Αφιερώνεται
στους γονείς μου*

Ευχαριστίες

Αρχικά, θα ήθελα να ευχαριστήσω τα μέλη της τριμελούς συμβουλευτικής επιτροπής: τον κ. Αναστάσιο Σταλικά, Αναπληρωτή Καθηγητή του Τμήματος Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου, την κα. Σοφία Τριλίβα, Επίκουρη Καθηγήτρια του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης και την κα. Κλαίρη Συνοδινού, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια του Τμήματος Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου, οι οποίοι με τις ουσιαστικές επιστημονικές παρατηρήσεις τους συνέβαλαν καθοριστικά στην εκπόνηση της παρούσας διατριβής. Επίσης, θέλω να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στα μέλη της επταμελούς επιτροπής για το έργο της αξιολόγησης της διατριβής μου.

Οφείλω, ωστόσο, να τονίσω την ανεκτίμητη συμβολή του επιβλέποντα Καθηγητή μου, Προέδρου της τριμελούς συμβουλευτικής επιτροπής, Αναπληρωτή Καθηγητή κ. Αναστάσιο Σταλικά, στην πραγματοποίηση αυτής της διατριβής. Τον ευχαριστώ για την εμπιστοσύνη με την οποία με περιέβαλε από την πρώτη στιγμή, για όλα όσα με δίδαξε, καθώς και για την υποστήριξη, τη συμπαράσταση και την ενθάρρυνση που μου παρείχε. Η συνεργασία μαζί του ήταν από τα πιο σημαντικά πράγματα που κέρδισα αυτά τα χρόνια.

Θέλω να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στα μέλη της Ερευνητικής Ομάδας για τα Θετικά Συναισθήματα για την υποστήριξη και την αλληλεγγύη τους. Επίσης, ευχαριστώ τον κ. Κωνσταντίνο Καφέτσιο, Επίκουρο Καθηγητή του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης και τον κ. Γιώργο Σιδερίδη, Αναπληρωτή Καθηγητή του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης για τη βοήθεια που μου προσέφεραν. Επιπροσθέτως, θέλω να ευχαριστώ θερμά και από καρδιάς τους συμμετέχοντες σε όλα τα στάδια της έρευνας, χωρίς τους οποίους η πραγματοποίηση αυτής της μελέτης δε θα ήταν δυνατή.

Υπήρξαν ορισμένα άτομα των οποίων η υποστήριξη, ενίσχυση και βοήθεια ήταν πραγματικά πολύτιμη για μένα. Για το λόγο αυτό, εκφράζω τις θερμές ευχαριστίες μου στον κ. Στέλιο Βογιατζάκη, στην κα. Εύα Αγγελοπούλου, στον κ. Βασίλη Λεμονίδη, στους εργαζόμενους και στο Δ.Σ. του Κέντρου Πρόληψης κατά των Ναρκωτικών Νομού Ρεθύμνου, και στην κα. Χριστίνα Γραμανδάνη. Ιδιαίτερα ευχαριστώ την Ανδρομάχη Ματσουλιάδη για την αμέριστη και πολύτιμη συμπαράσταση, υποστήριξη και εμπιστοσύνη της.

Κλείνοντας, οφείλω τις σημαντικότερες ευχαριστίες προς την οικογένειά μου. Ευχαριστώ τους γονείς μου, Οδυσσέα και Αγγελική Τσαγκαράκη, για την πολύπλευρη υποστήριξη που τόσα χρόνια μου προσφέρουν και επειδή με βοήθησαν να πιστέψω στη δυνατότητα πραγματοποίησης αυτής της διατριβής. Ευχαριστώ την αδελφή μου, Κατερίνα Τσαγκαράκη, η οποία αποτέλεσε το πρότυπό μου για να γίνω ψυχολόγος, επειδή μου συμπαραστάθηκε επιστημονικά και προσωπικά σε κάθε βήμα της εκπόνησης αυτής της διατριβής.

Περίληψη

Η παρούσα διατριβή έχει στόχο τη μελέτη της συμπεριφοράς των ατόμων στις ερωτικές τους σχέσεις. Συγκεκριμένα, εξετάζει τις ατομικές διαφορές αναφορικά με τις ερμηνείες των ατόμων για τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους και τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν απέναντι σε τέτοιες συμπεριφορές. Στην έρευνα χρησιμοποιείται η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης ως το πλαίσιο ένταξης αυτών των ατομικών διαφορών. Τελικό στόχο της παρούσας διατριβής αποτελεί η διατύπωση ενός μοντέλου αναφορικά με την ικανοποίηση από τη σχέση, το οποίο βασίζεται στην ενήλικη προσκόλληση, τις αποδόσεις και τις στρατηγικές διαχείρισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων.

Η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης προτάθηκε από τους Hazan & Shaver (1987) και αποτελεί προέκταση της θεωρίας του Bowlby (1969, 1973) για την προσκόλληση ανάμεσα στο βρέφος και τη μητέρα. Σύμφωνα με τον Bowlby (1969), οι αρχικές εμπειρίες του βρέφους αναφορικά με την παροχή φροντίδας από τη μητέρα οργανώνονται σε εσωτερικά μοντέλα εργασίας. Η έννοια των εσωτερικών μοντέλων εργασίας αποτελεί κεντρικό σημείο της θεωρίας του Bowlby (1969, 1988) και αναφέρεται σε δύο διακριτά, αλλά αλληλοεξαρτώμενα, γνωστικά σχήματα: το μοντέλο του εαυτού και το μοντέλο των άλλων. Το μοντέλο του εαυτού περιλαμβάνει πεποιθήσεις για το αν το βρέφος είναι άξιο αγάπης και φροντίδας, ενώ το μοντέλο των άλλων περιλαμβάνει πεποιθήσεις και προσδοκίες για το αν το πρόσωπο προσκόλλησης είναι συναισθηματικά διαθέσιμο και ανταποκρίνεται στις ανάγκες του βρέφους. Στη συνέχεια της ζωής, αυτά τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας μεταφέρονται σε μετέπειτα σχέσεις, όπου καθοδηγούν τις πεποιθήσεις, αντιλήψεις και συμπεριφορές του ατόμου (Bowlby, 1973). Διατυπώνοντας τη θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης, οι Hazan & Shaver (1987) ανέφεραν ότι οι ερωτικές σχέσεις των ενηλίκων ουσιαστικά αποτελούν σχέσεις προσκόλλησης με χαρακτηριστικά παρόμοια με τη σχέση βρέφους – μητέρας. Στη συνέχεια, έρευνες κατέδειξαν την ύπαρξη δύο διαστάσεων της ενήλικης προσκόλλησης, του άγχους για τις σχέσεις και της αποφυγής της εγγύτητας, οι οποίες αντικατοπτρίζουν το εσωτερικό μοντέλο εαυτού και το εσωτερικό μοντέλο των άλλων (Brennan, Clark, & Shaver, 1998). Με βάση αυτές τις δύο διαστάσεις περιγράφονται και τέσσερις τύποι προσκόλλησης: ο ασφαλής, ο έμμονος, ο απορριπτικός, και ο φοβικός τύπος (Bartholomew, 1990; Brennan, Clark, & Shaver, 1998).

Έχει φανεί ότι ατομικές διαφορές στην οργάνωση της ενήλικης προσκόλλησης επηρεάζουν τον τρόπο που τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται μέσα στις ερωτικές τους σχέσεις, χρησιμοποιώντας μεταβλητές όπως η ικανοποίηση από τη σχέση (Fraley & Shaver, 2000). Προκείμενου να κατανοηθεί καλύτερα ο τρόπος με τον οποίο η προσκόλληση επιδρά στη βίωση της σχέσης, στη διατριβή αυτή εξετάστηκαν συγκεκριμένες διεργασίες που ενδεχομένως να διαμεσολαβούν ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Με βάση και τις θεωρητικές αναφορές του Bowlby (1973), δύο τέτοιες διεργασίες είναι οι αποδόσεις αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων και οι στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας που προέρχεται από τέτοιες συμπεριφορές.

Το θεωρητικό πλαίσιο της έρευνας συνοψίζεται στα ακόλουθα σημεία: (α) Τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας του ατόμου, όπως αντικατοπτρίζονται από το άγχος για τις σχέσεις και την αποφυγή της εγγύτητας, διαμορφώνουν γνωστικές και συναισθηματικές αντιδράσεις που εκφράζονται στις σχέσεις και επιδρούν στην ικανοποίηση από τη σχέση (Collins, 1996), (β) σύμφωνα με τη γνωσιακή θεώρηση και με αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα, οι αποδόσεις επηρεάζουν την ικανοποίηση από τη σχέση (Fincham, 1987), (γ) ερευνητικά δεδομένα συνδέουν τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις με την ικανοποίηση από τη σχέση (Menaghan, 1982; Karney & Bradbury, 1995; Bouchard et al., 1998) και (δ) σύμφωνα με το μοντέλο των Lazarus & Folkman (1984), ο τρόπος που ερμηνεύουν και αξιολογούν τα άτομα μια κατάσταση επηρεάζει την επιλογή των στρατηγικών που θα χρησιμοποιήσουν για την αντιμετώπιση της ψυχολογικής δυσφορίας που προκαλεί.

Οι βασικές ερευνητικές υποθέσεις συνοψίζονται ως εξής: (α) το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών αποδόσεων και δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης αναφορικά με την αρνητική συμπεριφορά του ερωτικού συντρόφου, (β) η υιοθέτηση δυσλειτουργικών αποδόσεων σχετίζεται με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων, (γ) το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, (δ) οι δυσλειτουργικές αποδόσεις σχετίζονται με τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, (ε) οι δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών σχετίζονται με τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, και (στ) στη

σχέση μεταξύ των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, υπάρχει διαμεσολάβηση από τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Συγκεκριμένα, οι διαστάσεις της αποφυγής και του άγχους έχουν μια μη-απευθείας επίδραση, μέσω των αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης, πάνω στην ικανοποίηση από τη σχέση. Επίσης, οι αποδόσεις έχουν και μια μη-απευθείας επίδραση πάνω στην ικανοποίηση μέσω των στρατηγικών αντιμετώπισης.

Στην έρευνα έλαβαν μέρος 252 συμμετέχοντες, εκ των οποίων το 81% ήταν γυναίκες. Ο μέσος όρος ηλικίας των συμμετεχόντων της βασικής έρευνας ήταν τα 29.1 έτη και η μέση χρονική διάρκεια σχέσης ήταν οι 70 μήνες. Σε ότι αφορά τον τύπο της σχέσης, οι $n = 121$ συμμετέχοντες ήταν σε γάμο, εκ των οποίων το 82% ήταν γυναίκες. Ο μέσος όρος ηλικίας των παντρεμένων ήταν τα 34 έτη. Η μέση χρονική διάρκεια γάμου ήταν οι 101 μήνες. Τέλος, οι $n = 131$ (84% γυναίκες) συμμετέχοντες ήταν σε ερωτική σχέση. Η μέση ηλικία των συμμετεχόντων αυτών ήταν τα 24 έτη και η μέση χρονική διάρκεια σχέσης ήταν οι 31 μήνες.

Χρησιμοποιήθηκαν πέντε ερωτηματολόγια για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας. Για την καταγραφή της ενήλικης προσκόλλησης χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο G-ECR-R (Tsagarakis, Kafetsios & Stalikas, 2007), το οποίο αποτελεί την ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου ECR-R (Fraley, Brennan & Waller, 2000). Για τη μέτρηση της ικανοποίησης των συμμετεχόντων από τη σχέση τους, χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου Quality of Marriage Index (QMI; Norton, 1983). Για την αποτύπωση των στρατηγικών αντιμετώπισης των δυσκολιών στα πλαίσια της σχέσης χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου Marital Coping Inventory (MCI; Bowman, 1990). Για την καταγραφή των ερμηνειών/αποδόσεων για τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του Relationship Attribution Measure (RAM; Fincham & Bradbury, 1992). Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια της έρευνας είτε ατομικά είτε σε ομάδες και έλαβαν έγγραφη διαβεβαίωση ότι η συμμετοχή τους στην έρευνα ήταν απολύτως ανώνυμη και εθελοντική και ότι μπορούσαν να διακόψουν ανά πάσα στιγμή.

Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν τις ερευνητικές υποθέσεις. Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την τάση των ατόμων να υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες αναφορικά με αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους. Επίσης, φάνηκε ότι το άγχος για τις

σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται με την υιοθέτηση περισσότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Επιπλέον, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η υιοθέτηση δυσλειτουργικών αποδόσεων σε σχέση με αρνητικές συμπεριφορές του συντρόφου σχετίζεται με τη χρήση περισσότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης τέτοιων συμπεριφορών.

Αναφορικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση, φάνηκε ότι οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης, οι δυσλειτουργικές αποδόσεις και οι δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών προβλέπουν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Τέλος, επιβεβαιώθηκε και το προτεινόμενο μοντέλο διαμεσολάβησης, το οποίο προέβλεπε ότι στη σχέση μεταξύ των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, υπάρχει διαμεσολάβηση από τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών.

Με άλλα λόγια, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι άτομα που βιώνουν άγχος για τις σχέσεις και αποφυγή της εγγύτητας υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες και στρατηγικές αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων τους, το οποίο σχετίστηκε με δυσμενή επίδραση στην ποιότητα της σχέσης των ατόμων αυτών. Επίσης, φάνηκε ότι ο τρόπος με τον οποίο τα άτομα ερμηνεύουν και διαχειρίζονται τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων σχετίζεται με την ικανοποίηση που βιώνουν από τη σχέση τους. Τέλος, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη σχέση και ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας μπορεί να προδιαθέτουν τα άτομα να υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με την αρνητική συμπεριφορά ερωτικών συντρόφων.

Η παρούσα διατριβή στοχεύει να συνεισφέρει στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται στις ερωτικές τους σχέσεις και να προτείνει μηχανισμούς που ερμηνεύουν τη μειωμένη ικανοποίηση που συχνά βιώνουν τα άτομα στις σχέσεις. Τα αποτελέσματα τονίζουν τον κρίσιμο ρόλο που έχουν οι αποδόσεις που υιοθετούνται για αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων και οι στρατηγικές αντιμετώπισης αυτών των συμπεριφορών για την ποιότητα της σχέσης. Επίσης, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι διαδικασίες αυτές αποτελούν τρόπους με τους οποίους το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας μεταφράζονται σε μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Καταδεικνύοντας

συγκεκριμένους μηχανισμούς που οδηγούν στη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, αυτή η διατριβή προσφέρει πληροφορίες που συνεισφέρουν στην αποτελεσματικότητα των συμβουλευτικών και ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων για άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στις σχέσεις τους.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελίδα
ΑΦΙΕΡΩΣΗ.....	i
ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ.....	ii
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	iv
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ix
ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΣΧΗΜΑΤΩΝ	xiii
ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΠΙΝΑΚΩΝ	xiv
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
ΚΕΦΑΛΑΙΟ	
1. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ	3
Η θεωρία της προσκόλλησης.....	3
Τα βασικά σημεία της θεωρίας του Bowlby	3
Η εμπειρική θεμελίωση της θεωρίας της προσκόλλησης:	
οι τρεις τύποι βρεφικής προσκόλλησης της Mary Ainsworth	6
Ο αποδιοργανωμένος τύπος προσκόλλησης.....	7
Προσκόλληση και διαπροσωπικές σχέσεις στους ενήλικες	8
Η θεωρία των Hazan & Shaver (1987)	9
Εγκυρότητα της θεωρίας της ενήλικης προσκόλλησης	10
Η αναθεώρηση της τυπολογίας της ενήλικης προσκόλλησης	12
Διερεύνηση του καταλληλότερου τρόπου μέτρησης	14
Νεότερες ερευνητικές κατευθύνσεις	17
Ενήλικη προσκόλληση και γνωστική επεξεργασία πληροφοριών	18
Αποδόσεις στις ερωτικές σχέσεις	19
Αιτιώδης σχέση μεταξύ αποδόσεων και ικανοποίησης	
από τη σχέση;	20
Η μελέτη των ατομικών διαφορών στα πρότυπα αποδόσεων:	
ενήλικης προσκόλλησης και ερμηνείες σε ερωτικές σχέσεις.....	21
Συμπεράσματα και κριτική των ερευνών	23
Ενήλικη προσκόλληση και διαχείριση συναισθήματος	
στις κοντινές σχέσεις	25
Στρατηγικές διαχείρισης ψυχολογικής δυσφορίας	
σε ερωτικές σχέσεις	25
Ατομικές διαφορές στην υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης	
της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις: ο ρόλος της	
ενήλικης προσκόλλησης.....	27
Συμπεράσματα και κριτική των ερευνών	29
Σκεπτικό της παρούσας έρευνας	30
Υποθέσεις	34
ΚΕΦΑΛΑΙΟ	
2. ΜΕΘΟΔΟΣ	36
Δείγμα	36
Εργαλεία συλλογής δεδομένων	37
Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων	37
Αναθεωρημένη Κλίμακα για τις Εμπειρίες στις	
Κοντινές Σχέσεις	37
Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης	38
Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών	
στις Σχέσεις	38
Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις	39

Ερευνητική διαδικασία και συλλογή δεδομένων	40
ΚΕΦΑΛΑΙΟ	
3. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	42
Ενήλικη προσκόλληση και ερμηνείες αρνητικών συμπεριφορών (υποθέσεις 1 και 2)	42
Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων	42
Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές.....	43
Υπόθεση 1 ^η	44
Στατιστικές αναλύσεις	44
Υπόθεση 2 ^η	45
Μεθοδολογικό πλαίσιο	45
Στατιστικές αναλύσεις	47
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	49
Ενήλικη προσκόλληση και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών (υποθέσεις 3 και 4)	50
Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων	50
Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές.....	51
Υπόθεση 3 ^η	53
Στατιστικές αναλύσεις	53
Υπόθεση 4 ^η	54
Μεθοδολογικό πλαίσιο	54
Στατιστικές αναλύσεις	54
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	56
Ερμηνείες και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών (υπόθεση 5η)	58
Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων	58
Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές.....	59
Υπόθεση 5 ^η	60
Στατιστικές αναλύσεις	60
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	62
Ενήλικη προσκόλληση, ερμηνείες, στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων και η ικανοποίηση από τη σχέση (υποθέσεις 6,7,8,9 και 10)	63
Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων	63
Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές.....	64
Υπόθεση 6 ^η	66
Στατιστικές αναλύσεις	66
Υπόθεση 7 ^η	67
Μεθοδολογικό πλαίσιο	67
Στατιστικές αναλύσεις	67
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	68
Υπόθεση 8 ^η	69
Στατιστικές αναλύσεις	69
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	70
Υπόθεση 9 ^η	70
Στατιστικές αναλύσεις	71
Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης.....	71
Υπόθεση 10 ^η	72
Στατιστικές αναλύσεις	73
Έλεγχος συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης.....	75

ΚΕΦΑΛΑΙΟ

4. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	79
Ενήλικη προσκόλληση και αποδόσεις.....	79
Διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και αποδόσεις.....	80
Τύποι προσκόλλησης και αποδόσεις.....	81
Ενήλικη προσκόλληση και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών.....	83
Διαστάσεις την ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικές αντιμετώπισης.....	84
Τύποι προσκόλλησης και στρατηγικές αντιμετώπισης.....	86
Αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών.....	88
Ενήλικη προσκόλληση και ικανοποίηση από τη σχέση.....	89
Διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και ικανοποίηση από τη σχέση.....	90
Τύποι προσκόλλησης και ικανοποίηση από τη σχέση.....	92
Αποδόσεις και ικανοποίηση από τη σχέση.....	93
Στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών και ικανοποίηση από τη σχέση.....	95
Το συνολικό μοντέλο διαμεσολάβησης.....	97
Επιπτώσεις της έρευνας.....	99
Θεωρητικές και ερευνητικές επιπτώσεις	99
Κλινικές επιπτώσεις	101
Επιπτώσεις για την εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας.....	103
Περιορισμοί της έρευνας.....	104
Συνεισφορά της παρούσας διατριβής.....	105
Συμπεράσματα.....	106
BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	108
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α	
Ανακοίνωση, συγκατάθεση συμμετοχής και ψυχομετρικά εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα	119
Συγκατάθεση συμμετοχής στην έρευνα.....	119
Ανακοίνωση για συμμετοχή στην έρευνα.....	120
Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης.....	121
Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις.....	122
Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις.....	124
Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.....	127
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β	
Διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας των ψυχομετρικών εργαλείων που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα.....	132
Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις.....	132
Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας.....	132
Διαδικασία μετάφρασης.....	132
Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας.....	133
Παραγοντική δομή.....	133
Εσωτερική σταθερότητα.....	134
Εξωτερική αξιοπιστία.....	134
Εγκυρότητα κριτηρίου.....	134

Συμπεράσματα	135
Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης.....	136
Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας.....	136
Διαδικασία μετάφρασης.....	136
Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας.....	136
Παραγοντική δομή.....	137
Εσωτερική σταθερότητα.....	137
Εγκυρότητα κριτηρίου.....	137
Συμπεράσματα	137
Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις.....	138
Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας.....	138
Διαδικασία μετάφρασης.....	138
Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας.....	139
Παραγοντική δομή.....	139
Εσωτερική σταθερότητα.....	141
Εγκυρότητα κριτηρίου.....	141
Συμπεράσματα	141
Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις.....	142
Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας.....	142
Διαδικασία μετάφρασης.....	142
Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας.....	143
Παραγοντική δομή.....	143
Εσωτερική σταθερότητα.....	143
Εγκυρότητα κριτηρίου.....	144
Συμπεράσματα	144

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

	Σελίδα
Σχήμα 1. Το μοντέλο των τεσσάρων τύπων της Bartholomew (1990)	13
Σχήμα 2. Οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης κατά Brennan, Clark & Shaver (1998)	15
Σχήμα 3. Οι τέσσερις τύποι της βρεφικής προσκόλλησης με βάση τις διαστάσεις άγχους και αποφυγής κατά Brennan, Clark & Shaver (1998).....	16
Σχήμα 4. Μοντέλο διαμεσολάβησης γνωστικών και συναισθηματικών διεργασιών ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και τη βίωση της σχέσης	18
Σχήμα 5. Απεικόνιση του θεωρητικού πλαισίου της έρευνας	34
Σχήμα 6. Χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης για αναγωγή των δύο διαστάσεων της προσκόλλησης σε τέσσερις τύπους.....	46
Σχήμα 7. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των αρνητικών ερμηνειών ανάμεσα στην αποφυγή της εγγύτητας και την ικανοποίηση από τη σχέση.....	74
Σχήμα 8. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των αρνητικών ερμηνειών ανάμεσα στο άγχος για τις σχέσεις και την ικανοποίηση από τη σχέση.....	74
Σχήμα 9. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στην αποφυγή της εγγύτητας και την ικανοποίηση από τη σχέση.....	75
Σχήμα 10. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στο άγχος για τις σχέσεις και την ικανοποίηση από τη σχέση.....	75
Σχήμα 11. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στις αρνητικές ερμηνείες και την ικανοποίηση από τη σχέση.....	76
Σχήμα 12. Απεικόνιση του προτεινόμενου συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης.....	77
Σχήμα 13. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης.....	77
Σχήμα 14. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης για την ομάδα των μη-έγγαμων.....	78
Σχήμα 15. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης για την ομάδα των έγγαμων.....	78

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΠΙΝΑΚΩΝ

	Σελίδα
Πίνακας 1. Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και των αποδόσεων.....	43
Πίνακας 2. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της προσκόλλησης και των αποδόσεων.....	45
Πίνακας 3. Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης.....	49
Πίνακας 4. Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των έγγαμων.....	49
Πίνακας 5. Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των μη- έγγαμων.....	50
Πίνακας 6. Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγιών αντιμετώπισης.....	52
Πίνακας 7. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης.....	53
Πίνακας 8. Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης.....	54
Πίνακας 9. Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των έγγαμων.....	57
Πίνακας 10. Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των μη-έγγαμων.....	57
Πίνακας 11. Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης.....	59
Πίνακας 12. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης.....	61
Πίνακας 13. Συσχετίσεις ανάμεσα στο συνολικό δείκτη χρήσης αρνητικών αποδόσεων και το συνολικό δείκτη υιοθέτησης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης.....	62
Πίνακας 14. Παλινδρόμηση του συνολικού δείκτη δυσλειτουργικών στρατηγικών στις αποδόσεις αιτίας και ευθύνης για έγγαμους και μη-έγγαμους...	63
Πίνακας 15. Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση, της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης.....	65
Πίνακας 16. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση.....	66
Πίνακας 17. Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης.....	67
Πίνακας 18. Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για τους έγγαμους.....	68
Πίνακας 19. Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για τους μη – έγγαμους.....	68

Πίνακας 20. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση και των αποδόσεων.....	69
Πίνακας 21. Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις αποδόσεις αιτίας και ευθύνης για έγγαμους και μη-έγγαμους.....	70
Πίνακας 22. Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση και των στρατηγικών αντιμετώπισης.....	71
Πίνακας 23. Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών για έγγαμους και μη-έγγαμους.....	72

Εισαγωγή

Ο Νίκος μόλις έχει περάσει μια πολύ κουραστική και δύσκολη ημέρα στη δουλειά. Φεύγοντας από το γραφείο, κανονίζει να συναντηθεί για καφέ με την Ειρήνη, με την οποία διατηρεί σχέση εδώ και 10 μήνες. Ο Νίκος πηγαίνει προς το ραντεβού με ανυπομονησία. Πάντα τον ανακουφίζει να συζητάει τα πράγματα που τον απασχολούν με την Ειρήνη, η οποία είναι τρυφερή και υποστηρικτική. Συναντιούνται, κάθονται σε ένα ήσυχο σημείο του μαγαζιού και ο Νίκος αρχίζει να της μιλάει για τη μέρα του. Όμως, μετά από λίγο αισθάνεται ότι κάτι δεν πάει καλά. Αντιλαμβάνεται ότι δεν παίρνει την υποστήριξη που θα ήθελε και ότι η Ειρήνη δεν τον προσέχει ιδιαίτερα. Φαίνεται απόμακρη, ίσως ψυχρή. Συνεχίζει να της μιλάει, αλλά ταυτόχρονα σκέφτεται «Τι συμβαίνει εδώ; Γιατί είναι έτσι μαζί μου;» Το συμπέρασμα στο οποίο θα καταλήξει ο Νίκος και ο τρόπος με τον οποίο θα διαχειριστεί το συμβάν εξαρτάται από το πώς θα ερμηνεύσει και ποια σημασία θα προσδώσει στη συμπεριφορά της Ειρήνης. Για παράδειγμα, μπορεί να σκεφτεί ότι και εκείνη ίσως να είχε μια δύσκολη μέρα και να μη δώσει ιδιαίτερη σημασία. Αντίθετα, μπορεί να ερμηνεύσει τη συμπεριφορά της ως αδιαφορία και να νιώσει ματαίωση και θυμό.

Τα τελευταία χρόνια έχουν πραγματοποιηθεί πολλές έρευνες με σκοπό την καλύτερη κατανόηση διεργασιών που αφορούν στη γνωστική επεξεργασία και τη ρύθμιση του συναισθήματος στις ερωτικές σχέσεις. Από τις έρευνες αυτές έχει φανεί ότι ο τρόπος ερμηνείας των αρνητικών συμπεριφορών του/της συντρόφου επηρεάζει την ποιότητα της σχέσης (για επισκόπηση βλ. Bradbury & Fincham, 1990). Επίσης, έχει φανεί ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιεί το άτομο για να διαχειριστεί την ψυχολογική δυσφορία που του προκαλεί η αρνητική συμπεριφορά του συντρόφου του, διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ποιότητα της σχέσης (Bowman, 1990). Όμως, μολονότι η σχέση ερμηνειών και στρατηγικών αντιμετώπισης με την ποιότητα και την ικανοποίηση από τη σχέση έχει τεκμηριωθεί, υπάρχουν ελάχιστες έρευνες αναφορικά με ενδοατομικά χαρακτηριστικά που ενδεχομένως να επιδρούν σε αυτές τις διεργασίες.

Η θεωρία της προσκόλλησης (Bowlby, 1969, 1973, 1980) προσφέρει ένα πλαίσιο κατανόησης και ένταξης των ατομικών διαφορών στον τρόπο που τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται στις ερωτικές σχέσεις τους (Hazan & Shaver, 1987). Πολλές έρευνες έχουν δείξει μια σχέση μεταξύ του τύπου προσκόλλησης και της ποιότητας της σχέσης (για επισκόπηση βλ. Rothbard &

Shaver, 1994). Επιστρέφοντας στο αρχικό παράδειγμα, σύμφωνα με τη θεωρία της προσκόλλησης, το τι θα σκεφτεί και θα αισθανθεί, αλλά και το πως θα αντιδράσει ο Νίκος σε σχέση με τη συμπεριφορά της Ειρήνης, θα εξαρτηθεί από τις πεποιθήσεις και προσδοκίες που έχει για τον εαυτό του, τη σύντροφό του και τις σχέσεις γενικά, καθώς και από τις αναμνήσεις και προηγούμενα βιώματα που έχει αναφορικά με την παροχή φροντίδας από σημαντικά γι' αυτόν πρόσωπα.

Η παρούσα έρευνα έχει ως στόχο τη διερεύνηση της επίδρασης της προσκόλλησης των ενηλίκων στις ερμηνείες και τις στρατηγικές αντιμετώπισης των ατόμων απέναντι στις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων. Η βιβλιογραφική επισκόπηση που ακολουθεί περιγράφει στο πρώτο της μέρος τις βασικές αρχές της θεωρίας της προσκόλλησης και την εφαρμογή της στη μελέτη των ερωτικών σχέσεων των ενηλίκων. Δίνεται έμφαση στον τρόπο με τον οποίο η θεωρία βοηθάει στην κατανόηση των ατομικών διαφορών αναφορικά με τον τρόπο που τα άτομα βιώνουν και συμπεριφέρονται σε αυτές τις σχέσεις. Το δεύτερο μέρος της επισκόπησης αναφέρεται στις διαδικασίες ερμηνείας / απόδοσης της συμπεριφοράς και τις στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας στο πλαίσιο των ερωτικών σχέσεων, όπου παρουσιάζονται και αξιολογούνται κριτικά τα σχετικά ερευνητικά δεδομένα και συνδέονται οι διεργασίες αυτές με τη θεωρία της προσκόλλησης. Τέλος, στο τρίτο μέρος της επισκόπησης παρουσιάζεται και αναλύεται το σκεπτικό και οι υποθέσεις της παρούσας έρευνας.

Κεφάλαιο 1^ο: Βιβλιογραφική Επισκόπηση

Η θεωρία της προσκόλλησης

Η θεωρία της προσκόλλησης του John Bowlby εξετάζει το ρόλο των σημαντικών συναισθηματικών δεσμών (όπως αυτόν ανάμεσα στο βρέφος και στο κύριο πρόσωπο που το φροντίζει) στην ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου. Παρατηρώντας ότι ο αποχωρισμός από τη μητέρα αποτελεί σημαντική πηγή δυσφορίας για το βρέφος και επηρεασμένος από την ψυχανάλυση και την ηθολογία, ο Bowlby (1969, 1973, 1980) παρουσίασε ένα μοντέλο που σκοπό είχε να περιγράψει τη σημασία του δεσμού μεταξύ μητέρας και βρέφους για την υγιή ανάπτυξη του βρέφους.

Τα βασικά σημεία της θεωρίας του Bowlby: το σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης και τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας

Ο Bowlby (1969) προτείνει ότι από τη στιγμή της γέννησής τους τα βρέφη διαθέτουν ένα σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης, που τα οδηγεί να ελέγχουν αν το πρόσωπο προσκόλλησης (κατά κανόνα το άτομο που ασκεί την κύρια φροντίδα του βρέφους) είναι κοντά. Σύμφωνα με τη θεωρία, ο στόχος του συστήματος αυτού είναι η διατήρηση της εγγύτητας με το πρόσωπο προσκόλλησης, ώστε να εξασφαλίζεται η επιβίωση του βρέφους (Bowlby, 1973; Sroufe & Waters, 1977). Το σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης εξασφαλίζει ότι το πρόσωπο προσκόλλησης παραμένει κοντά καθώς το βρέφος εξερευνά, αλληλεπιδρά και γνωρίζει το περιβάλλον του. Όμως, ο αποχωρισμός -πραγματικός ή όχι- από το πρόσωπο προσκόλλησης βιώνεται ως απειλή από το βρέφος και οδηγεί στην ενεργοποίηση των συμπεριφορών προσκόλλησης (κλάμα, δυσφορία, άγγιγμα, κτλ) με σκοπό να υπάρξει εκ νέου προσέγγιση με το πρόσωπο αυτό. Οι συμπεριφορές προσκόλλησης αποκτούν προτεραιότητα έναντι άλλων συμπεριφορών (εξερεύνηση, παιχνίδι, κτλ.) σε στιγμές αποχωρισμού, ή όταν το βρέφος βιώσει κάποια δυσφορία ή απειλή από το περιβάλλον (Weiss, 1982).

Βασισμένος στις παρατηρήσεις του αναφορικά με την αντίδραση των βρεφών στον αποχωρισμό από τις μητέρες τους, ο Bowlby (1969) περιγράφει τρία στάδια αντιμετώπισης του αποχωρισμού από ένα σημαντικό πρόσωπο: (α) έντονη διαμαρτυρία, (β) απόγνωση και τελικά (γ) συναισθηματική αποδέσμευση. Αρχικά τα βρέφη διαμαρτύρονται στον αποχωρισμό με έντονο κλάμα και θυμό ώσπου να

υπάρξει και πάλι εγγύτητα με το πρόσωπο προσκόλλησης. Αν αυτές οι συμπεριφορές δε φέρουν αποτέλεσμα, τότε το βρέφος εκδηλώνει σημάδια απόγνωσης, όπως κλαψούρισμα, παραίτηση και απόσυρση από το περιβάλλον του. Εάν ο αποχωρισμός συνεχιστεί, το βρέφος σταδιακά αποδεσμεύεται συναισθηματικά από το πρόσωπο προσκόλλησης και εκδηλώνει νέο ενδιαφέρον για το περιβάλλον του. Εάν κατά το στάδιο αυτό υπάρξει εκ νέου εγγύτητα με το πρόσωπο προσκόλλησης, το βρέφος αντιδράει με φαινομενική αδιαφορία. Ο Bowlby παρατήρησε ότι τα τρία στάδια αυτά, αν και μπορεί να διαφέρουν σε ένταση και διάρκεια ανά βρέφος, τυπικά συμβαίνουν σε όλες τις περιπτώσεις αποχωρισμού.

Σύμφωνα, λοιπόν, με τον Bowlby (1969, 1973, 1980), όλα τα βρέφη διαθέτουν ένα σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης, που στόχο έχει τη διατήρηση της εγγύτητας με το πρόσωπο προσκόλλησης. Το σύστημα αυτό ενεργοποιείται σε στιγμές αποχωρισμού και όλα τα βρέφη ακολουθούν τα στάδια της διαμαρτυρίας, της απόγνωσης και της συναισθηματικής αποδέσμευσης. Επιπλέον, το πρόσωπο προσκόλλησης προσφέρει μια ασφαλή βάση απ' όπου το βρέφος μπορεί να εξερευνήσει το περιβάλλον και στην οποία μπορεί να επιστρέψει αν αντιμετωπίσει κάποια άγνωστη ή απειλητική κατάσταση. Κατά συνέπεια, το σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης και το πρόσωπο προσκόλλησης επιτελούν δύο αλληλοεξαρτώμενες λειτουργίες για το βρέφος: (α) τη λειτουργία της διατήρησης της εγγύτητας με το πρόσωπο που ασκεί τη φροντίδα, (β) τη λειτουργία της ασφαλούς βάσης απ' όπου μπορεί να γίνει εξερεύνηση του περιβάλλοντος, και στο οποίο μπορεί να καταφύγει το βρέφος σε στιγμές κινδύνου.

Καθώς λοιπόν το βρέφος αλληλεπιδρά με το πρόσωπο προσκόλλησης, διαμορφώνει προσδοκίες για το βαθμό διαθεσιμότητας και τον τρόπο με τον οποίο ανταποκρίνεται στις ανάγκες του το πρόσωπο αυτό (Bowlby, 1973). Σύμφωνα με τον Bowlby (1973), αυτές οι προσδοκίες οργανώνονται σταδιακά σε εσωτερικά μοντέλα εργασίας (εφεξής ΕΜΕ), τα οποία ουσιαστικά αποτελούν το σύνολο των βιωμάτων προσκόλλησης που έχει το βρέφος με το πρόσωπο προσκόλλησης. Πιο συγκεκριμένα, ο Bowlby (1973) κάνει λόγο για το ΕΜΕ του εαυτού και το ΕΜΕ των άλλων. Αναφέρει ότι η εμπιστοσύνη του βρέφους ότι το πρόσωπο προσκόλλησης θα είναι διαθέσιμο και θα ανταποκριθεί στις ανάγκες του, βασίζεται σε δύο παράγοντες: (α) αν το πρόσωπο προσκόλλησης θεωρείται ότι ανταποκρίνεται στο κάλεσμα του βρέφους για υποστήριξη και προστασία, και (β) αν το βρέφος θεωρεί ότι αξίζει να λάβει βοήθεια από το πρόσωπο προσκόλλησης. Το ΕΜΕ του εαυτού περιλαμβάνει τις

πεποιθήσεις που έχει το παιδί για το αν είναι άξιο αγάπης και φροντίδας, ενώ το EME των άλλων περιλαμβάνει πεποιθήσεις και προσδοκίες του παιδιού για το αν το πρόσωπο προσκόλλησης είναι συναισθηματικά διαθέσιμο και ανταποκρίνεται στις ανάγκες του. Επιπλέον, ο Bowlby (1973) αναφέρει ότι τα EME εαυτού και άλλων διέπονται από μια σχέση αλληλεξάρτησης. Με την πάροδο του χρόνου, τα παιδιά διαμορφώνουν πεποιθήσεις για τον τρόπο με τον οποίο το πρόσωπο προσκόλλησης συμπεριφέρεται και ταυτόχρονα διαμορφώνουν μια συμπληρωματική αντίληψη του εαυτού τους. Αν το παιδί αισθάνεται ότι αγαπιέται και εκτιμάται, αποκτά μια εικόνα εαυτού ως αξιαγάπητο και με αξία. Αν αισθάνεται ότι απορρίπτεται ή δεν αγαπιέται, διαμορφώνει μια εικόνα εαυτού ως μη αγαπητού και ανάξιου.

Ο Bowlby (1973) πιστεύει ότι τα EME μεταφέρονται στην πορεία της ζωής και σε μετέπειτα σχέσεις, όπου καθοδηγούν τις πεποιθήσεις, αντιλήψεις και συμπεριφορές του ατόμου, καθώς και το πώς βιώνει, εκφράζει και αντιμετωπίζει συναισθήματα στις σχέσεις με σημαντικά πρόσωπα. Κατά συνέπεια, η θεωρία της προσκόλλησης ακολουθεί ένα μοντέλο στο οποίο η ποιότητα της σχέσης με τους γονείς στα πρώτα χρόνια της ζωής επηρεάζει την ψυχοσυναισθηματική εξέλιξη σε όλη την πορεία ζωής του ατόμου. Σύμφωνα με τον Bowlby (1973), οι πεποιθήσεις που έχει το άτομο αναφορικά με την αξία του και το αν μπορεί να βασίζεται στους άλλους για φροντίδα και στήριξη - πεποιθήσεις οι οποίες αναπτύσσονται με βάση τα πρώτα βιώματα με το κύριο πρόσωπο προσκόλλησης και αναπαρίστανται στα EME εαυτού και άλλων - οργανώνουν την εξέλιξη της προσωπικότητας, κατευθύνουν την κοινωνική συμπεριφορά και αποτελούν τη βάση για τη διαμόρφωση προσδοκιών, αντιλήψεων και συμπεριφορών σε νέες σχέσεις.

Η θεωρία του Bowlby (1969, 1973) αποτελεί σημαντική συνεισφορά στη μελέτη της σχέσης μεταξύ βρέφους και μητέρας. Καταρχήν, τονίζει το ρόλο των συμπεριφορών προσκόλλησης στην ανάπτυξη της ασφάλειας και της αυτονομίας. Με τον τρόπο αυτό, η έννοια της προσκόλλησης διαφοροποιείται από αυτή της εξάρτησης, καθώς το σύστημα προσκόλλησης είναι απαραίτητο για την υγιή ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του βρέφους. Επιπλέον, προσδίδει βιολογική διάσταση στην έννοια της προσκόλλησης, καθώς το σύστημα συμπεριφορών προσκόλλησης υπάρχει εκ γενετής και εξασφαλίζει την επιβίωση του ατόμου. Τέλος, περιγράφει ένα συγκεκριμένο μηχανισμό με τον οποίο τα αρχικά βιώματα με το πρόσωπο προσκόλλησης επηρεάζουν μετέπειτα ενήλικες σχέσεις. Αν και ο Bowlby εστίασε κυρίως στα κανονιστικά σημεία της θεωρίας του, η πεποίθηση του για την

επίδραση των βιωμάτων προσκόλλησης στην πορεία ζωής του ατόμου αποτέλεσε αφετηρία για τη μελέτη των ατομικών διαφορών σε σχέση με την προσκόλληση.

Η εμπειρική θεμελίωση της θεωρίας της προσκόλλησης: οι τρεις τύποι βρεφικής προσκόλλησης της Mary Ainsworth

Σημαντική συνεισφορά στην εμπειρική τεκμηρίωση της θεωρίας της προσκόλλησης αποτέλεσαν οι έρευνες των Ainsworth, Blehar, Waters και Wall (1978). Επηρεασμένοι από τις θέσεις του Bowlby, αυτοί οι ερευνητές πραγματοποίησαν συστηματικές παρατηρήσεις και εργαστηριακές μελέτες για την περιγραφή των διαφορών και της ποιότητας της προσκόλλησης μεταξύ βρέφους και μητέρας. Οι Ainsworth και συν. (1978) πρότειναν ότι η ποιότητα της προσκόλλησης μεταξύ του βρέφους και της μητέρας καθορίζεται από το ιστορικό των αλληλεπιδράσεών τους και το βαθμό που το βρέφος προσδοκά μια αίσθηση ασφάλειας όταν είναι κοντά στη μητέρα. Στη συνέχεια, οι ερευνητές σχεδίασαν μια εργαστηριακή διαδικασία με στόχο την αξιολόγηση των ατομικών διαφορών στην αλληλεπίδραση βρεφών και μητέρων. Η διαδικασία αυτή περιλάμβανε ορισμένα επεισόδια επαφής, αποχωρισμού και επανασύνδεσης του βρέφους με τη μητέρα και ένα άγνωστο στο βρέφος πρόσωπο και σχεδιάστηκε με στόχο την καταγραφή της συμπεριφοράς του βρέφους σε συνθήκες αυξανόμενου άγχους.

Μελετώντας τις αλληλεπιδράσεις βρεφών και μητέρων, η Ainsworth διέκρινε τρία γενικά πρότυπα προσκόλλησης: την **ασφαλή**, την **αγχώδη/αποφεύγουσα** και την **αγχώδη/αμφιθυμική προσκόλληση**. Η πλειοψηφία των βρεφών (65% περίπου) χαρακτηριζόταν από ασφαλή προσκόλληση. Κατά την απουσία της μητέρας εκδήλωναν σημάδια δυσφορίας (κλάμα και αναζήτηση), ενώ κατά την επανασύνδεση αναζητούσαν εγγύτητα και καθησυχασμό και χρησιμοποιούσαν τη μητέρα ως ασφαλή βάση. Επιπλέον, χρησιμοποιούσαν τη μητέρα ως ασφαλή βάση για εξερεύνηση και παιχνίδι κατά την παρουσία της. Σε συνακόλουθες επισκέψεις στο σπίτι, οι Ainsworth και συν. (1978) παρατήρησαν ότι οι μητέρες ήταν γενικά ευαίσθητες και ανταποκρινόμενες στις ανάγκες των βρεφών με ασφαλή προσκόλληση.

Στα βρέφη που ανήκαν στις άλλες δύο κατηγορίες προσκόλλησης (αποφεύγουσα και αμφιθυμική), οι αλληλεπιδράσεις μητέρας - βρέφους φάνηκαν να υστερούν ποιοτικά έναντι της κατηγορίας της ασφαλούς προσκόλλησης. Τα βρέφη που ανήκαν στην κατηγορία της αγχώδους/αμφιθυμικής προσκόλλησης (περίπου το 10%) εκδήλωναν συμπεριφορές διαμαρτυρίας και δυσφορίας στην απουσία της μητέρας.

Όμως, κατά την επανασύνδεση συνδύαζαν και την αναζήτηση της εγγύτητας με συμπεριφορές έντονου θυμού και διαμαρτυρίας προς τη μητέρα. Φάνηκε ότι δεν υπήρχε σταθερότητα στην ανταπόκριση των μητέρων αυτών στις ανάγκες προσκόλλησης των βρεφών. Μερικές φορές δεν έδειχναν ευαισθησία και ανταπόκριση στις ανάγκες των βρεφών, ενώ άλλες φορές ήταν υπερβολικά παρεμβατικές στις αλληλεπιδράσεις τους με τα βρέφη. Τέλος, τα βρέφη της κατηγορίας της αγχώδους/αποφεύγουσας προσκόλλησης (περίπου το 25%) δεν εκδήλωναν ιδιαίτερες συμπεριφορές διαμαρτυρίας κατά την απουσία της μητέρας αλλά και απέφευγαν να την προσεγγίσουν κατά την επανασύνδεση. Αντίθετα φάνηκαν να εκδηλώνουν συμπεριφορές αποδέσμευσης (π.χ. αποφυγή βλεμματικής επαφής). Από αυτές τις παρατηρήσεις, φάνηκε ότι οι μητέρες αυτές ανταποκρινόταν με ψυχρότητα και απόρριψη στις προσπάθειες των βρεφών αυτών για εγγύτητα.

Ανακεφαλαιώνοντας, οι μελέτες της Ainsworth (1978, 1989) παρείχαν εμπειρική στήριξη στη θεωρία του Bowlby (1969, 1973) ότι οι πρώιμες αλληλεπιδράσεις μεταξύ βρεφών και μητέρων οδηγούν στη ανάπτυξη εσωτερικών μοντέλων - αναπαραστάσεων για τον εαυτό και τους άλλους, οι οποίες χρησιμοποιούνται από το βρέφος σε στιγμές κινδύνου ή αποχωρισμού. Το βρέφος με ασφαλή προσκόλληση αναζητάει εγγύτητα και καθησυχασμό γιατί με βάση τις προηγούμενες εμπειρίες θεωρεί τη μητέρα ως ένα πρόσωπο διαθέσιμο και ανταποκρινόμενο στις ανάγκες του, μια πηγή ασφάλειας και δύναμης. Το βρέφος με αγχώδη/αμφιθυμική προσκόλληση συμπεριφέρεται με εναλλαγή προσέγγισης και θυμού απέναντι στη μητέρα καθώς από τα προηγούμενα βιώματα θεωρεί τη μητέρα ως ένα πρόσωπο που παρέχει μεν φροντίδα, αλλά όχι με σταθερότητα και κανονικότητα. Τέλος, το βρέφος με αγχώδη/αποφεύγουσα προσκόλληση δε διαμαρτύρεται έντονα για τον αποχωρισμό γιατί από τα προηγούμενα βιώματα έχει διαμορφώσει την προσδοκία ότι τέτοιες συμπεριφορές απορρίπτονται ή αγνοούνται, καθώς θεωρεί τη μητέρα ως ένα πρόσωπο στο οποίο δεν μπορεί να βασιστεί για φροντίδα (Feeney & Noller, 1996).

Ο αποδιοργανωμένος τύπος προσκόλλησης

Σε νεότερες αναλύσεις που έγιναν επί των αρχικών δεδομένων των μελετών των Ainsworth και συν. (1978), εντοπίστηκε και ένας τέταρτος τύπος προσκόλλησης, ο οποίος ονομάστηκε **αποδιοργανωμένος τύπος** (Main, & Hesse, 1990; Main & Solomon, 1990). Περιλάμβανε παιδιά που παρουσίαζαν εναλλάξ αμφιθυμική και αποφεύγουσα συμπεριφορά και που η συνολική τους εικόνα έδειχνε στοιχεία

κατάθλιψης, σύγχυσης και ανησυχίας. Πιο συγκεκριμένα, σε αντίθεση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης, οι οποίοι θεωρείται ότι αντιπροσωπεύουν οργανωμένους τρόπους αντίδρασης προς το περιβάλλον, ο αποδιοργανωμένος τύπος (Main & Solomon, 1990) αφορά τη μη-ύπαρξη κάποιου οργανωμένου προτύπου προσκόλλησης. Με άλλα λόγια, οι ανασφαλείς τύποι βρεφικής προσκόλλησης (αμφιθυμική και αποφεύγουσα προσκόλληση), παρόλο που περιλαμβάνουν ορισμένες δυσλειτουργικές συμπεριφορές, αποτελούν συστηματοποιημένοι τρόποι αντίδρασης που βασίζονται σε συγκεκριμένες προσδοκίες αναφορικά με τον τρόπο που η μητέρα ανταποκρίνεται στην ανάγκη τους βρέφους για φροντίδα. Αντίθετα, παιδιά με αποδιοργανωμένη προσκόλληση δεν είναι σε θέση να προβλέψουν τη συμπεριφορά των γονέων τους. Το γεγονός αυτό θεωρείται ότι οφείλεται σε ασταθείς και χαοτικές αλληλεπιδράσεις με τα πρόσωπα που ασκούν τη φροντίδα του βρέφους, καθώς υπάρχει συχνά ιστορικό κακοποίησης, απόρριψης και έλλειψης φροντίδας από το γονέα (Crittenden, 1988). Κατά συνέπεια, το βρέφος αδυνατεί να διαμορφώσει οργανωμένες προσδοκίες αναφορικά με τα τυπικά πρότυπα αλληλεπιδράσεων με τους άλλους. Έχει φανεί ότι η αποδιοργανωμένη βρεφική προσκόλληση προβλέπει μειωμένη ψυχοκοινωνική προσαρμογή στη συνέχεια της ζωής, καθώς και ποικίλα προβλήματα ψυχικής υγείας (Greenberg, 1999; Lyons-Ruth, Alpern, & Repacholi, 1993).

*Προσκόλληση και διαπροσωπικές σχέσεις στους ενήλικες:
η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης*

Αν και ο Bowlby (1973) και η Ainsworth (1978) μελέτησαν την προσκόλληση στα βρέφη, και οι δύο υποστήριξαν τη σπουδαιότητα των σχέσεων προσκόλλησης κατά τη διάρκεια της ζωής. Προτείνουν ότι τα εσωτερικά μοντέλα που αναπτύσσονται από την αλληλεπίδραση βρέφους-μητέρας γίνονται κεντρικά σημεία της προσωπικότητας και καθοδηγούν σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές σε επόμενες σχέσεις. Έτσι, τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας κατευθύνουν τη συμπεριφορά όχι μόνο στη βρεφική ηλικία, αλλά σε όλη τη διάρκεια της ζωής, 'από την κούνια ως τον τάφο' όπως αναφέρει χαρακτηριστικά ο Bowlby (1979). Η Ainsworth (1989) θεωρεί ότι υπάρχουν ενήλικες σχέσεις με στοιχεία προσκόλλησης, οι οποίες χαρακτηρίζονται από μακροχρόνιο δέσιμο με ένα πρόσωπο, από το οποίο

υπάρχει ανάγκη για εγγύτητα, στήριξη και ασφάλεια. Όπως και για τα βρέφη, ο στόχος αυτών των σχέσεων είναι η διατήρηση της εγγύτητας και η επίτευξη ενός αισθήματος ασφάλειας σε στιγμές δυσκολιών (Feeney & Noller, 1996). Σχέσεις προσκόλλησης στην ενήλικη ζωή αποτελούν οι ερωτικές σχέσεις, καθώς και ορισμένες μακροχρόνιες φιλίες (Ainsworth, 1989).

Η θεωρία των Hazan & Shaver (1987)

Βασιζόμενοι στη θεωρία του Bowlby και τις μελέτες της Ainsworth, οι Hazan & Shaver (1987) προτείνουν ότι οι ερωτικές σχέσεις μεταξύ ενηλίκων χαρακτηρίζονται από μια διαδικασία προσκόλλησης όπου ο ενήλικας δένεται συναισθηματικά με τον/την ερωτικό/ή του σύντροφο με τρόπο παρόμοιο με εκείνον που το βρέφος δένεται συναισθηματικά με το κύριο πρόσωπο που το φροντίζει. Αναφέρουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά που έχουν τα δύο αυτά είδη σχέσεων, όπως την ανάγκη για στήριξη, εμπιστοσύνη, αλληλεξάρτηση και σωματική επαφή, και προτείνουν ότι τα βιώματα στη σχέση βρέφους – μητέρας μπορεί να οδηγήσουν σε συγκεκριμένα πρότυπα προσκόλλησης στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις. Οι Hazan & Shaver (1987) θεωρούν ότι οι τρεις τύποι προσκόλλησης που εμφανίζονται στα βρέφη (ασφαλής, αγχώδης/αμφιθυμική και αγχώδης/αποφεύγουσα) εμφανίζονται και στην ενήλικη ζωή και επηρεάζουν τον τρόπο που οι ενήλικες βιώνουν τις ερωτικές τους σχέσεις και συμπεριφέρονται μέσα σ' αυτές.

Με αφετηρία αυτή τη θεώρηση οι Hazan & Shaver (1987) διατυπώνουν την υπόθεση ότι ο τύπος προσκόλλησης των ενηλίκων διαφοροποιεί τη βίωση των ερωτικών σχέσεων. Συγκεκριμένα, οι ερωτικές σχέσεις των ενηλίκων με ασφαλή προσκόλληση χαρακτηρίζονται από εμπιστοσύνη, φιλία και θετικά συναισθήματα. Οι ερωτικές σχέσεις των ενηλίκων με αγχώδη/αμφιθυμική προσκόλληση βιώνονται ως μια έμμονη προσπάθεια να γίνουν «ένα» με τον άλλο, ενώ τα άτομα με αγχώδη/αποφεύγουσα προσκόλλησης βιώνουν τις ερωτικές σχέσεις με τρόπο που χαρακτηρίζεται από φόβο της εγγύτητας και έλλειψη εμπιστοσύνης.

Προκειμένου να μετρήσουν τους τύπους προσκόλλησης, οι Hazan & Shaver (1987) κατασκεύασαν ένα απλό ερωτηματολόγιο με τρεις προτάσεις-περιγραφές της βρεφικής τυπολογίας των Ainsworth και συν. (1978) με όρους που να αρμόζουν σε ενήλικες σχέσεις. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα επέλεξαν την περιγραφή που τους ταίριαζε περισσότερο, με αποτέλεσμα την ένταξή τους σε μια από τις τρεις κατηγορίες προσκόλλησης.

Αγχώδης/αποφευκτικός τύπος: Νιώθω κάπως άβολα όταν βρίσκομαι συναισθηματικά κοντά με τους άλλους. Δυσκολεύομαι να τους εμπιστευθώ ολοκληρωτικά και να αφήσω τον εαυτό μου να εξαρτάται από αυτούς. Είμαι νευρικός/ή όταν οι άλλοι με πλησιάζουν συναισθηματικά και συχνά οι ερωτικοί σύντροφοι επιθυμούν μεγαλύτερη οικειότητα από όση νιώθω ότι μπορώ να τους δώσω με άνεση.

Αγχώδης/αμφιθυμικός τύπος: Νιώθω ότι οι άλλοι είναι απρόθυμοι να έρθουν συναισθηματικά κοντά μου όσο εγώ θα επιθυμούσα. Συχνά με απασχολεί το γεγονός ότι ο/η σύντροφός μου δε με αγαπά πραγματικά ή ότι δε θέλει να μείνει μαζί μου. Επιθυμώ να έρθω κοντά συναισθηματικά με τον/την ερωτικό μου σύντροφο αλλά αυτό μερικές φορές το/τη φοβίζει.

Ασφαλής τύπος: Το βρίσκω σχετικά εύκολο να έρθω κοντά συναισθηματικά με τους άλλους και νιώθω άνετα να εξαρτώμαι από αυτούς. Δεν ανησυχώ συχνά ότι θα με εγκαταλείψουν ή ότι κανείς θέλει να έρθει πάρα πολύ κοντά μου.

Τα αποτελέσματα της έρευνας παρείχαν εμπειρική στήριξη στη θέση ότι οι ατομικές διαφορές στη βίωση των ερωτικών σχέσεων μπορούν να κατανοηθούν μέσα από το μοντέλο των Hazan & Shaver (1987). Τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση περιέγραφαν τις πιο σημαντικές ερωτικές τους σχέσεις ως ιδιαίτερα ευτυχισμένες, φιλικές και άξιες εμπιστοσύνης. Τόνισαν ότι μπορούσαν να αποδεχτούν και να στηρίζουν το/τη σύντρόφό τους, παρά τα όποια ελαττώματά του/της, ενώ και οι σχέσεις τους διαρκούσαν περισσότερο. Τα άτομα με αποφεύγουσα προσκόλληση χαρακτηρίζονταν από φόβο εγγύτητας, έλλειψη συναισθηματικής σταθερότητας και ζήλια. Τέλος, τα άτομα με αγχώδη/αμφιθυμική προσκόλληση βιώνουν τις ερωτικές σχέσεις ως μια διαρκή εμμονή, που χαρακτηρίζεται από έντονη επιθυμία για αμοιβαιότητα, ερωτική έλξη και ζήλια.

Έρευνες αναφορικά με την εγκυρότητα της θεωρίας της ενήλικης προσκόλλησης των Hazan & Shaver (1987)

Η θεωρία των Hazan και Shaver (1987) για την επίδραση της προσκόλλησης

στην ενήλικη ζωή προσέφερε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο ένταξης των ατομικών διαφορών στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα βιώνουν τις ερωτικές τους σχέσεις και δημιούργησε ένα από τα πιο γόνιμα πεδία για τη διερεύνηση των στενών διαπροσωπικών σχέσεων στους ενήλικες. Οι αρχικές έρευνες των Hazan και Shaver αποτέλεσαν τη βάση για πολλές μελέτες που επιβεβαίωσαν τα βασικά σημεία της θεωρίας και μελέτησαν τα χαρακτηριστικά των τριών τύπων προσκόλλησης και τον τρόπο με τον οποίο επιδρούν στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις. Σχετικές μελέτες έδειξαν ότι οι τύποι προσκόλλησης σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη σχέση (Hammond & Fletcher, 1989; Kirkpatrick & Davis, 1994; Pistole, 1989; Simpson, 1990), τις αναπαραστάσεις για τον εαυτό και τους άλλους (Baldwin, 1995; Collins & Read, 1990) και με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά προσωπικότητας (Shaver & Brennan, 1992; Williams & Schill, 1994).

Τα δεδομένα αυτών των ερευνών αποτύπωσαν τα βασικά χαρακτηριστικά των διαφορετικών τύπων προσκόλλησης και έδειξαν ότι άτομα με ασφαλή προσκόλληση έχουν μια γενικά αισιόδοξη στάση απέναντι στις σχέσεις τους και αναφέρουν μεγαλύτερη ικανοποίηση και προσαρμογή μέσα στις ερωτικές σχέσεις σε σύγκριση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης. Τα άτομα αυτά αισθάνονται άνετα με την εγγύτητα και την ανεξαρτησία και δημιουργούν σχετικά σταθερές, μακροχρόνιες και ικανοποιητικές σχέσεις. Επιπλέον, άτομα με ασφαλή προσκόλληση έχουν θετική εικόνα για τον εαυτό τους και τους άλλους. Θεωρούν τους εαυτούς τους συμπαθείς και άξιους αγάπης, διαθέτουν αυτοπεποίθηση και είναι κοινωνικά επιδέξιοι, ενώ μπορούν να χειριστούν αρνητικά συναισθήματα με εποικοδομητικό τρόπο (Shaver & Hazan, 1993). Τα άτομα με αγχώδη προσκόλληση έχουν έντονη επιθυμία για εγγύτητα και είναι λιγότερο ικανοποιημένοι από τις ερωτικές τους σχέσεις σε σύγκριση με τους ενήλικες με ασφαλή προσκόλληση. Αυτά τα άτομα διαθέτουν λιγότερη αυτοπεποίθηση, φοβούνται την απόρριψη και την εγκατάλειψη και είναι επιρρεπείς σε κρίσεις ζήλιας και θυμού απέναντι στο σύντροφό τους. Στις σχέσεις τους, τα άτομα αυτά είναι ιδιαίτερα εκφραστικά με τα συναισθήματά τους, αγχώδη και παρορμητικά. Ερωτεύονται συχνά και ίσως αδιάκριτα, ενώ βιώνουν συχνούς χωρισμούς και επανασυνδέσεις. Οι ενήλικες με αγχώδη προσκόλληση έχουν περισσότερο αρνητική εικόνα εαυτού, ενώ η εικόνα τους για τους άλλους είναι συγκεχυμένη. Αν και φαίνονται θετικοί προς τους άλλους, επειδή δείχνουν υψηλά επίπεδα κοινωνικότητας και ζεστασιάς, είναι λιγότερο πιθανό να πιστέψουν ότι οι άλλοι έχουν καλές προθέσεις απέναντί τους, ενώ έχουν μια πιο αρνητική εικόνα για

την ανθρώπινη φύση γενικότερα. Γενικά, τα άτομα αυτά αναζητούν υψηλά επίπεδα εγγύτητας και ανταπόκρισης από τους άλλους και αξιολογούν την εγγύτητα αυτή ως περισσότερο σημαντική από τη δική τους ανεξαρτησία (Rothbard & Shaver, 1994). Οι ενήλικες με αποφεύγουσα προσκόλληση είναι λιγότερο πιθανό να αναζητούν την εγγύτητα και να μοιράζονται προσωπικές τους πληροφορίες και είναι λιγότερο ικανοποιημένοι από τις ερωτικές σχέσεις τους. Τα άτομα αυτά δεν έχουν ανάγκη κοντινές συναισθηματικές σχέσεις, επιθυμούν μεγάλο επίπεδο ανεξαρτησίας, έχουν θετική εικόνα για τον εαυτό τους και αρνητική εικόνα για τους άλλους, αδιαφορώντας για το αν οι άλλοι τους αποδέχονται ή όχι. Έχουν μια γενικά αρνητική εικόνα για την ανθρώπινη φύση, θεωρώντας ότι δεν μπορεί κανείς να εμπιστευτεί τους άλλους (Pietromonaco & Barrett, 1997).

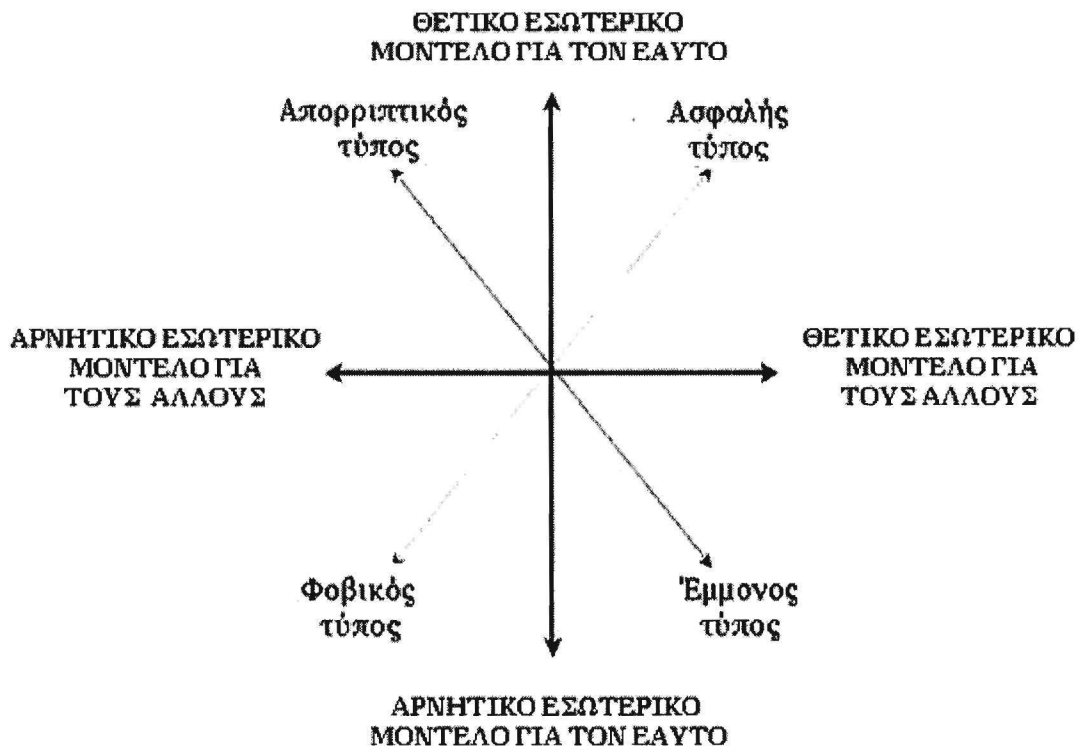
Οι πρώτες μελέτες γύρω από τη θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης είχαν ως κύριο στόχο να στηρίζουν εμπειρικά τη θεωρία και να διασαφηνίσουν τα χαρακτηριστικά των τριών τύπων προσκόλλησης, τα οποία όπως έχει προαναφερθεί βασίζονταν στη μεταφορά της βρεφικής τυπολογίας των Ainsworth και συν (1978) στις ενήλικες σχέσεις. Όμως, σύντομα τέθηκε από την Bartholomew (1990) το ερώτημα αν πράγματι η τυπολογία των Hazan & Shaver (1987) αποτελεί τον καταλληλότερο τρόπο θεώρησης και μέτρησης των ατομικών διαφορών στην ενήλικη προσκόλληση.

Η αναθεώρηση της τυπολογίας της ενήλικης προσκόλλησης: το μοντέλο των δύο διαστάσεων και τεσσάρων τύπων της Bartholomew

Το μοντέλο της Bartholomew (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) βασίζεται στη θεωρία του Bowlby (1973) ότι τα βρέφη δημιουργούν εσωτερικές αναπαραστάσεις/μοντέλα εργασίας για τον εαυτό και τους άλλους, τα οποία λειτουργούν ως πρότυπα σε μετέπειτα κοινωνικές σχέσεις καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Η Bartholomew (1990) προτείνει ότι οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση μπορούν να οργανωθούν και να κατανοηθούν με βάση τις διαφορές στις εσωτερικές αναπαραστάσεις για τον εαυτό και τους άλλους. Παρουσιάζει ένα μοντέλο που προτείνει την ύπαρξη τεσσάρων (αντί τριών) τύπων ενήλικης προσκόλλησης, οι οποίοι προκύπτουν από το συνδυασμό των δύο αυτών διαστάσεων: θετικό ή αρνητικό EME του εαυτού και θετικό ή αρνητικό EME των άλλων (βλ. Σχήμα 1).



Σχήμα 1. Το μοντέλο των τεσσάρων τύπων της Bartholomew (1990).



Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, ο **ασφαλής** τύπος ενήλικης προσκόλλησης χαρακτηρίζεται από ένα θετικό ΕΜΕ για τον εαυτό για τους άλλους. Τα άτομα αυτά έχουν εσωτερικεύσει ένα αίσθημα προσωπικής αξίας και αισθάνονται άνετα με το να εμπιστεύονται και να βασίζονται στους άλλους. Ο **έμμονος** τύπος προσκόλλησης έχει ένα αρνητικό ΕΜΕ εαυτού και ένα θετικό ΕΜΕ για τους άλλους. Τα άτομα αυτά αγωνιούν για την αποδοχή των άλλων, θεωρώντας ότι αποκτούν ένα αίσθημα ασφάλειας αν καταφέρουν να κάνουν τους άλλους να ανταποκρίνονται σ' αυτούς όπως εκείνοι θέλουν. Ο **φοβικός** τύπος προσκόλλησης χαρακτηρίζεται από αρνητικά ΕΜΕ εαυτού και άλλων. Τα άτομα αυτά είναι υπερβολικά εξαρτημένα από την αποδοχή των άλλων, αλλά, επειδή έχουν αρνητικές προσδοκίες, αποφεύγουν την εγγύτητα για να αποφύγουν την απόρριψη. Τέλος, ο **απορριπτικός** τύπος προσκόλλησης χαρακτηρίζεται από θετικό ΕΜΕ εαυτού και αρνητικό ΕΜΕ άλλων. Τα άτομα αυτά, λόγω αρνητικών προσδοκιών, αποφεύγουν την εγγύτητα και προτιμούν να βασίζονται στον εαυτό τους. Όμως, διατηρούν και ένα αίσθημα προσωπικής αξίας, αρνούμενοι την αξία των κοντινών σχέσεων.

Συγκρίνοντας την τυπολογία της Bartholomew με εκείνη των Hazan και Shaver (1987), φαίνεται ότι ο ασφαλής και ο έμμονος τύπος της Bartholomew ομοιάζουν εννοιολογικά με τον ασφαλή και αγχώδη/αμφιθυμικό τύπο των Hazan και Shaver.

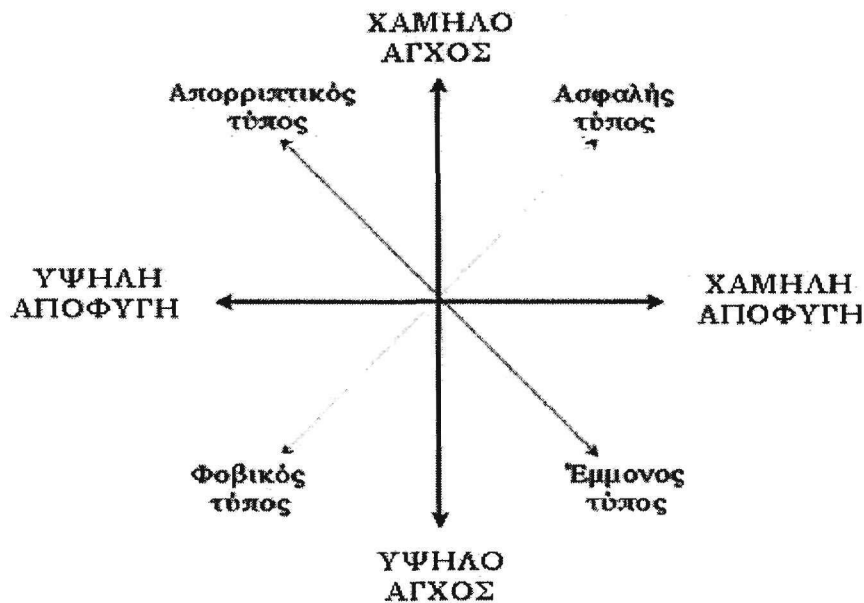
Όμως, η Bartholomew (1990) υποστηρίζει ότι η αγχώδης/αποφεύγουσα προσκόλληση των Hazan και Shaver (1987) στην πραγματικότητα αποτελείται από δύο διακριτούς τύπους αποφυγής, τη φοβική αποφυγή και την απορριπτική αποφυγή. Αν και οι δύο αυτοί τύποι αποφυγής έχουν αρνητικό ΕΜΕ των άλλων, διαφέρουν χαρακτηριστικά στο πως προσεγγίζουν τις σχέσεις. Ο φοβικός τύπος πασχίζει για αποδοχή, αλλά αποφεύγει την εγγύτητα από φόβο απόρριψης ή απώλειας του αλλού. Ο απορριπτικός τύπος επίσης αποφεύγει την εγγύτητα λόγω αρνητικών προσδοκιών, αλλά τα άτομα αυτά διατηρούν μια αίσθηση αξίας με το να απορρίπτουν τη σπουδαιότητα των στενών διαπροσωπικών σχέσεων και να δίνουν έμφαση στην ανεξαρτησία. Καθώς αποτελούσε άμεση προέκταση της θεωρίας του Bowlby (1969, 1973) το μοντέλο της Bartholomew έτυχε ευρείας αποδοχής στο χώρο της μελέτης της ενήλικης προσκόλλησης και πραγματοποιήθηκαν πολλές έρευνες που σκοπό είχαν να επιβεβαιώσουν την εγκυρότητα του νέου μοντέλου (Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994). Στις μελέτες αυτές, προκειμένου να μετρηθεί η ενήλικη προσκόλληση, χρησιμοποιήθηκαν ερωτηματολόγια που είχε παρουσιάσει η Bartholomew (1990), τα οποία όμως φάνηκαν στη συνέχεια να μην έχουν ικανοποιητικά ψυχομετρικά χαρακτηριστικά (Carver, 1997). Έτσι, δημιουργήθηκε η ανάγκη κατασκευής κατάλληλων ψυχομετρικών εργαλείων μέτρησης της ενήλικης προσκόλλησης.

Διερεύνηση του καταλληλότερου τρόπου μέτρησης της ενήλικης προσκόλλησης

Προκειμένου να κατασκευάσουν ένα εργαλείο μέτρησης της ενήλικης προσκόλλησης με ικανοποιητικά ψυχομετρικά χαρακτηριστικά, οι Brennan, Clark & Shaver (1998) πραγματοποίησαν μια εξαντλητική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, (συμπεριλαμβανομένων και ανακοινώσεων σε συνέδρια) καταλήγοντας με 60 υποκλίμακες που μετρούσαν έννοιες σχετικές με την ενήλικη προσκόλληση. Στη συνέχεια, χορήγησαν τις κλίμακες αυτές ταυτόχρονα (συνολικά 323 προτάσεις) σε ένα μεγάλο δείγμα ($n=1086$) φοιτητών. Από την παραγοντική ανάλυση προέκυψαν δύο κύριοι παράγοντες. Ο πρώτος παράγοντας, τον οποίο οι ερευνητές ονόμασαν **αποφυγή**, αντιστοιχούσε στη δυσφορία αναφορικά με τη συναισθηματική εγγύτητα και στο να βασίζεται κανείς στους άλλους. Ο δεύτερος παράγοντας, τον οποίο ονόμασαν **άγχος**, αντιστοιχούσε στο άγχος για τις σχέσεις και την επαγρύπνηση αναφορικά με την απόρριψη ή την εγκατάλειψη. Έτσι, οι Brennan, Clark & Shaver (1998) πρότειναν ότι οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση μπορούν να

κατανοηθούν και να οργανωθούν με βάση τις διαστάσεις της αποφυγής και του άγχους, διατηρώντας την τυπολογία της Bartholomew (βλ. Σχήμα 2).

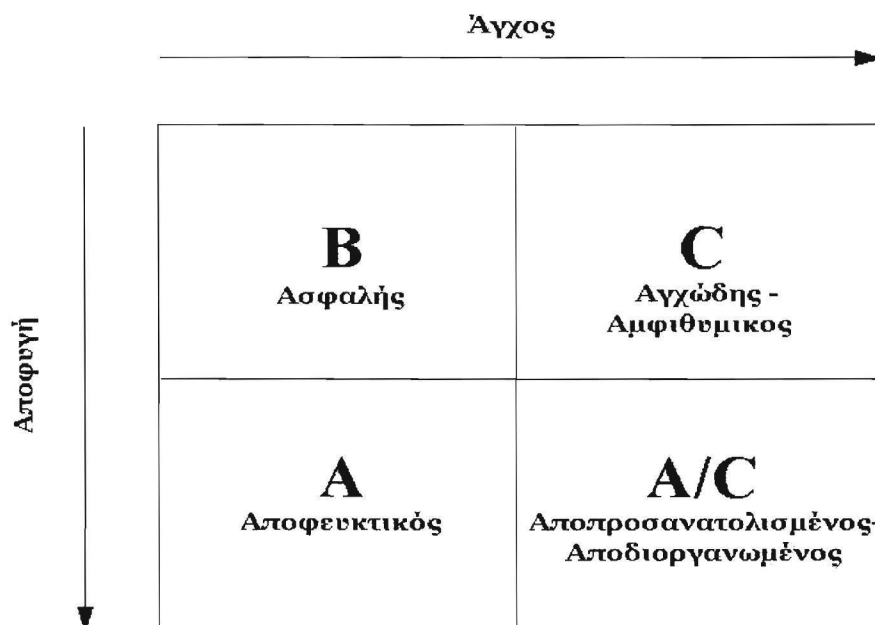
Σχήμα 2. Οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης κατά Brennan, Clark & Shaver (1998).



Από το σχήμα φαίνεται ότι οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής ταυτίζονται με τις διαστάσεις του EME του εαυτού και του EME των άλλων της Bartholomew (βλ. και Σχήμα 1). Ουσιαστικά δηλαδή, το χαμηλό άγχος για τις σχέσεις και την απόρριψη των Brennan, Clark & Shaver (1998) αντιστοιχεί στο θετικό EME για τον εαυτό της Bartholomew (1990), ενώ η χαμηλή αποφυγή της εγγύτητας αντιστοιχεί στο θετικό EME για τους άλλους. Όμως, οι Brennan, Clark & Shaver (1998) πρότειναν τη χρήση των όρων άγχους (για τις σχέσεις) και αποφυγής (της εγγύτητας) αντί για EME του εαυτού και των άλλων, επειδή οι όροι αυτοί αποτελούν πιο ακριβή περιγραφή του έκδηλου περιεχομένου των σχετικών ερωτηματολογίων. Κατά συνέπεια, σύμφωνα με τους Brennan, Clark & Shaver (1998), ο **ασφαλής** τύπος της Bartholomew (1990) χαρακτηρίζεται από χαμηλό άγχος για τις σχέσεις και χαμηλή τάση αποφυγής της εγγύτητας. Ο **έμμονος** τύπος χαρακτηρίζεται από υψηλό άγχος για τις σχέσεις και χαμηλή τάση αποφυγής της εγγύτητας. Ο **φοβικός** τύπος χαρακτηρίζεται από υψηλό βαθμό άγχους και αποφυγής, ενώ ο **απορριπτικός** τύπος από χαμηλό άγχος για τις σχέσεις και υψηλή τάση αποφυγής της εγγύτητας.

Προεκτείνοντας τη θεωρία τους και προσπαθώντας να καταδείξουν τη συνέχεια μεταξύ βρεφικής και ενήλικης προσκόλλησης, οι Brennan, Clark & Shaver (1998) ανέφεραν ότι οι ατομικές διαφορές στη βρεφική προσκόλληση, δηλαδή οι τρεις τύποι προσκόλλησης της Ainsworth (Ainsworth et al., 1978) και ο αποδιοργανωμένος τύπος (Main & Solomon, 1990) θα μπορούσαν να οργανωθούν -όπως και η ενήλικη προσκόλληση- με βάση τις δύο διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής (βλ. Σχήμα 3).

Σχήμα 3. Οι τέσσερις τύποι της βρεφικής προσκόλληση με βάση τις διαστάσεις άγχους και αποφυγής κατά Brennan, Clark & Shaver (1998)



Με βάση αυτήν την κατηγοριοποίηση, η ασφαλής, αγχώδης και αποφευκτική βρεφική προσκόλληση θεωρείται ότι αντιστοιχεί στην ασφαλή, έμμονη και απορριπτική ενήλικη προσκόλληση, θέση η οποία στηρίζεται εμπειρικά (Bartholomew, 1991; Hazan & Shaver, 1987). Επιπλέον, η αποδιοργανωμένη βρεφική προσκόλληση θεωρείται ότι αντιστοιχεί στη φοβική ενήλικη προσκόλληση, καθώς και οι δύο τύποι χαρακτηρίζονται από υψηλό άγχος και αποφυγή. Όμως, παρόλο που υπάρχουν θεωρητικές αναφορές σε κοινά στοιχεία μεταξύ αυτών των δύο τύπων, όπως την ταυτόχρονη ανάγκη για προσέγγιση και αποφυγή του προσώπου προσκόλλησης (Coe et al., 1995), μέχρι στιγμής δεν έχει υπάρξει κάποια συστηματική προσπάθεια μελέτης και καταγραφής του αποδιοργανωμένου τύπου στα μοντέλα ενήλικης προσκόλλησης.

Ανακεφαλαιώνοντας, παρά το γεγονός ότι διατήρησαν την τυπολογία της Bartholomew (1990), οι Brennan, Clark & Shaver (1998) έδωσαν περισσότερη έμφαση στη χρήση των δύο διαστάσεων της αποφυγής και του άγχους για τη μελέτη της ενήλικης προσκόλλησης και πρότειναν ότι οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση κατανοούνται καλύτερα με βάση τις διαστάσεις του άγχους για τις σχέσεις και της αποφυγής της εγγύτητας, παρά με τη χρήση των τεσσάρων διακριτών τύπων προσκόλλησης. Τη θέση αυτή στήριξαν εμπειρικά οι Fraley & Waller (1998), οι οποίοι έδειξαν ότι τα κατηγορικά μοντέλα προσκόλλησης δεν είναι κατάλληλα για τη μελέτη των ατομικών διαφορών στην ενήλικη προσκόλληση και πρότειναν να χρησιμοποιούνται εργαλεία μέτρησης που να βασίζονται στις διατάσεις του άγχους και της αποφυγής.

Νεότερες κατευθύνσεις στη μελέτη των ερωτικών σχέσεων με βάση τη θεωρία της προσκόλλησης

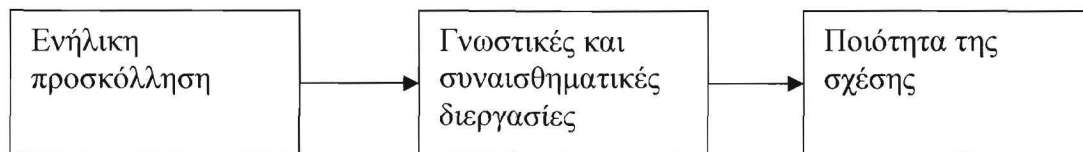
Το πρώτο στάδιο των ερευνών γύρω από τη θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης στόχευε να αποδείξει (α) την εγκυρότητα της θεωρίας, (β) τη χρησιμότητά της για τη μελέτη των διαπροσωπικών σχέσεων, (γ) τη διασαφήνιση του κατάλληλου μοντέλου θεώρησης και μέτρησης, καθώς και (δ) τη δημιουργία έγκυρων εργαλείων μέτρησης. Οι αρχικές αυτές έρευνες έδειξαν ότι οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση συνδέονταν με συγκεκριμένες, θεωρητικά αναμενόμενες διαφορές: (α) στην εικόνα που έχουν τα άτομα για τους εαυτούς του και τους άλλους, μελετώντας μεταβλητές όπως την αυτοεκτίμηση και (β) στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα βιώνουν τις ερωτικές σχέσεις, μελετώντας μεταβλητές όπως την ικανοποίηση από τη σχέση ή την ποιότητα των σχέσεων. Από τις έρευνες αυτές φάνηκε επίσης ότι το κατάλληλο μοντέλο θεώρησης και μέτρησης της ενήλικης προσκόλλησης ήταν αυτό των δύο διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής.

Μετά από την εμπειρική θεμελίωση των βασικών σημείων της θεωρίας και προκειμένου να κατανοηθεί καλύτερα ο τρόπος με τον οποίο η ενήλικη προσκόλληση επιδρά στην ποιότητα της σχέσης, οι έρευνες στράφηκαν στη διερεύνηση συγκεκριμένων διαδικασιών που ενδεχομένως να διαμεσολαβούσαν ανάμεσα στην προσκόλληση και στον τρόπο με τον οποίο βιώνονται οι ερωτικές σχέσεις (Καφέτσιος, 2005). Οι σχετικές μελέτες βασίστηκαν στη θεώρηση ότι η ενήλικη προσκόλληση κατευθύνει τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται μέσα στις κοντινές σχέσεις και εξέτασαν συγκεκριμένες

γνωστικές (π.χ. πεποιθήσεις, σκέψεις, ερμηνείες) και συναισθηματικές (π.χ. βίωση και διαχείριση συναισθήματος) διεργασίες (Bowlby, 1973; Collins & Allard, 2001; Fraley & Shaver, 2000; Hazan & Shaver, 1987). Το ερευνητικό αυτό πλαίσιο απεικονίζεται στο Σχήμα 4.

Με βάση το πλαίσιο αυτό, δύο μεταβλητές που έχουν εξεταστεί είναι: (α) η γνωστική επεξεργασία στις ερωτικές σχέσεις και συγκεκριμένα οι ερμηνείες για τη συμπεριφορά του συντρόφου και (β) η διαχείριση της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις. Συνεπώς, στις επόμενες ενότητες της παρούσας εργασίας παρουσιάζεται κριτική επισκόπηση της βιβλιογραφίας που αφορά τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις διαδικασίες ερμηνείας / απόδοσης της συμπεριφοράς και τις στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας στα πλαίσια των ερωτικών σχέσεων.

Σχήμα 4. Μοντέλο διαμεσολάβησης γνωστικών και συναισθηματικών διεργασιών ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και τη βίωση της σχέσης.



*Ενήλικη προσκόλληση και γνωστική επεξεργασία πληροφοριών στις ερωτικές σχέσεις:
Διαδικασίες ερμηνείας / απόδοσης της συμπεριφοράς*

Πολλές έρευνες έχουν καταδείξει τη σημασία που έχει ο τρόπος με τον οποίο ερμηνεύονται συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων για την ποιότητα της σχέσης. Σταθερό εύρημα των μελετών αυτών είναι ότι τα άτομα που δεν είναι ικανοποιημένα από τη σχέση τους ερμηνεύουν τη συμπεριφορά των συντρόφων με διαφορετικό τρόπο από εκείνους που είναι ικανοποιημένοι. Συγκεκριμένα, τείνουν να κάνουν αποδόσεις και ερμηνείες που μεγιστοποιούν την αρνητική σημασία των συμπεριφορών των συντρόφων τους (για επισκόπηση βλ. Bradbury & Fincham, 1990). Σύμφωνα με τους Bradbury και Fincham (1990), η μελέτη των αποδόσεων στις ερωτικές σχέσεις είναι σημαντική γιατί ο τρόπος με τον οποίο ερμηνεύεται μια

συμπεριφορά μπορεί να αποτελέσει κίνητρο αντίδρασης. Για παράδειγμα, στις σχέσεις αυτές παρατηρείται συχνά μια αρνητική συμπεριφορά του ενός συντρόφου (π.χ. «Θα πρέπει να είσαι πιο ευχάριστος όταν είμαστε με τους γονείς μου») να ακολουθείται από μια αρνητική συμπεριφορά του άλλου («Δε θα μου λες εμένα τι να κάνω!») επειδή η αρχική συμπεριφορά αποδόθηκε σε κάποιο αρνητικό κίνητρο («Μου λέει τι να κάνω γιατί δε νοιάζεται για μένα και το πώς αισθάνομαι»).

Οι Bradbury και Fincham (1992) προτείνουν ότι οι διαφορές που υπάρχουν στον τρόπο που τα άτομα ερμηνεύουν τη συμπεριφορά των συντρόφων τους δεν αντικατοπτρίζει απλά την ικανοποίηση από τη σχέση αλλά αντίθετα συμβάλλει ενεργά στη διαμόρφωσή της. Επιπλέον, προτείνουν (Bradbury & Fincham, 1988) ότι παράγοντες όπως η προσωπικότητα, η ιδιοσυγκρασία, τα προηγούμενα βιώματα και οι πεποιθήσεις και προσδοκίες για τις σχέσεις μπορούν να δημιουργήσουν τάση προς συγκεκριμένα πρότυπα ερμηνειών και αποδόσεων, είτε ωφέλιμα είτε βλαβερά για τη σχέση. Κατά συνέπεια, η κατεύθυνση της έρευνας στην εξέταση των ενδοατομικών παραγόντων που επιδρούν στις αποδόσεις μπορεί να δώσει σημαντικές πληροφορίες για τις γνωστικές διεργασίες που λαμβάνουν χώρα στις ερωτικές σχέσεις (Bradbury & Fincham, 1988). Δεδομένου ότι η ενήλικη προσκόλληση θεωρείται ότι διαμορφώνει προσδοκίες, πεποιθήσεις και στάσεις αναφορικά με τις σχέσεις (Bowlby, 1973), αναμένεται να σχετίζεται με τη διαμόρφωση ερμηνειών και αποδόσεων της συμπεριφοράς στις ερωτικές σχέσεις.

Αποδόσεις στις ερωτικές σχέσεις

Η βασική υπόθεση στην οποία στηρίζονται οι έρευνες αναφορικά με τις αποδόσεις στις διαπροσωπικές σχέσεις διατυπώνεται από τον Heider (1958, σ.258) ως ακολούθως:

Ας υποθέσουμε ότι ο α συμπαθεί τον β , και ο α αντιλαμβάνεται ότι ο β έχει κάνει μια πράξη χ . Η πράξη χ μπορεί να είναι επιθυμητή ή αρεστή στον α , ή η πράξη χ μπορεί να είναι αρνητική για τον α . Έτσι, εφόσον ο α συμπαθεί τον β και ο β έχει κάνει κάτι θετικό, η κατάσταση αυτή είναι ευχάριστη για τον α , είναι αρμονική... Αν όμως ο β έχει κάνει κάτι αρνητικό, υπάρχει δυσαρμονία και αυτή η κατάσταση είναι δυσάρεστη για τον α . Ένας τρόπος να ανασκευάσει αυτήν τη δυσαρμονία είναι να θεωρήσει ο α ότι ο β δεν ευθύνεται

πραγματικά για την πράξη χ . Με αυτόν τον τρόπο, η πράξη χ δεν μπορεί ν' αποδοθεί στον β .

Εφαρμόζοντας το παραπάνω σκεπτικό σε σχέσεις όπου οι σύντροφοι βιώνουν χαμηλή ικανοποίηση, οι Bradbury και Fincham (1990) διατυπώνουν την υπόθεση ότι θετικές συμπεριφορές ή συμβάντα ερμηνεύονται με τρόπο που μειώνει τη θετική σημασία τους (π.χ. «Μου πήρε δώρο επειδή και οι φίλοι του έκαναν δώρα στις γυναίκες τους») και αρνητικές συμπεριφορές/συμβάντα ερμηνεύονται με τρόπο που αυξάνει την αρνητική σημασία τους (π.χ. «Δεν ήθελε να κάνει σεξ μαζί μου επειδή προσπαθούσε να με τιμωρήσει»). Όμως, σε γάμους όπου οι σύντροφοι βιώνουν μεγαλύτερη ικανοποίηση, οι Bradbury και Fincham (1990) θεωρούν ότι υπάρχει το αντίθετο πρότυπο ερμηνειών της συμπεριφοράς, με την ενίσχυση σημασίας των θετικών συμπεριφορών (π.χ. «Μου έκανε δώρο επειδή είναι καλός και τρυφερός άνθρωπος») και την ελαχιστοποίηση της σημασίας των αρνητικών συμπεριφορών (π.χ. «Ήταν θυμωμένη επειδή τον τελευταίο καιρό έχει πίεση στη δουλειά»).

Έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες που εξέτασαν τις υποθέσεις αυτές για το ρόλο των αποδόσεων στις ερωτικές σχέσεις και κυρίως στο γάμο (για επισκόπηση βλ. Bradbury & Fincham, 1990). Γενικό εύρημα των ερευνών αυτών είναι ότι άτομα που δεν είναι ικανοποιημένα από το γάμο τους μεγιστοποιούν τη σημασία των αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων τους. Αυτό γίνεται: (α) με το να τις αποδίδουν στο σύντροφο και σε σταθερά γνωρίσματα του χαρακτήρα του, (β) να τις θεωρούν εμπρόθετες και εσκεμμένες, (γ) να θεωρούν ότι οι αρνητικές συμπεριφορές θα επαναληφθούν συχνά και στο μέλλον, και (δ) να πιστεύουν ότι τα αίτια των συμπεριφορών γενικεύονται και άλλους τομείς της σχέσης τους. Αυτό το πρότυπο αποδόσεων θεωρείται δυσλειτουργικό για τη σχέση. Σε ό,τι αφορά τα άτομα που ήταν ικανοποιημένα από τη σχέση τους, αυτοί είχαν ακριβώς τα αντίθετα πρότυπα αποδόσεων, που οδηγούν (α) στον καταλογισμό υπέρ του συντρόφου μιας θετικής πράξης και (β) στην αγνόηση μιας αρνητικής. Αυτό το πρότυπο αποδόσεων θεωρείται λειτουργικό για τη σχέση (Fletcher & Fincham, 1991, Holtzworth-Monroe & Jacobson, 1985).

Αιτιώδης σχέση μεταξύ αποδόσεων και ικανοποίησης από τη σχέση;

Αν και θεωρητικές αναφορές υποθέτουν την ύπαρξη αιτιώδους σχέσης μεταξύ των αποδόσεων και της ικανοποίησης από τη σχέση, η πλειοψηφία των σχετικών

ερευνών είναι συσχετιστικές, και δεν επιτρέπεται η εξαγωγή αιτιώδους σχέσης. Στην αδυναμία αυτή προσπάθησαν να απαντήσουν οι Fincham & Bradbury (1987), με μελέτη που πραγματοποίησαν. Η έρευνα είχε δύο φάσεις που απείχαν χρονικά 12 μήνες και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα δυσλειτουργικά πρότυπα αποδόσεων στην πρώτη φάση σχετιζόταν με μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο μετά από ένα χρόνο. Έτσι, οι Fincham & Bradbury (1987) ανέφεραν ότι με βάση τα ερευνητικά δεδομένα, φαίνεται να στηρίζεται η υπόθεση ότι οι αποδόσεις για τη συμπεριφορά του συντρόφου επιδρούν στην ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Η μελέτη των ατομικών διαφορών στα πρότυπα αποδόσεων: ενήλικη προσκόλληση και ερμηνείες σε ερωτικές σχέσεις

Καθώς φάνηκε ότι τα πρότυπα αποδόσεων συμβάλλουν ενεργά στη βιωθείσα ποιότητα της σχέσης, υπήρξε η ανάγκη μελέτης των ατομικών διαφορών στην υιοθέτηση συγκεκριμένων -λειτουργικών ή δυσλειτουργικών- πρότυπων αποδόσεων. Προκειμένου να κατανοηθούν καλύτερα οι ατομικές διαφορές στις αποδόσεις, οι Bradbury & Fincham (1988) προτείνουν να εξετάζονται γνωρίσματα όπως χαρακτηριστικά προσωπικότητας, πεποιθήσεις και στόχοι για τις σχέσεις και αναπαραστάσεις για τον εαυτό, το σύντροφο και τη σχέση, που μπορεί να συμβάλουν στη δημιουργία γενικής προδιάθεσης για συγκεκριμένου τύπου αποδόσεις, ανεξάρτητα από το σύντροφο ή τη σχέση.

Όπως προαναφέρθηκε, τα βιώματα προσκόλλησης διαμορφώνουν προσδοκίες, σκέψεις και πεποιθήσεις για τον εαυτό και τους άλλους στις ερωτικές σχέσεις και σε θεωρητικό επίπεδο περιλαμβάνονται στους παράγοντες που προδιαθέτουν τα άτομα προς συγκεκριμένα πρότυπα αποδόσεων. Μελέτες που έχουν εξετάσει τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις ερμηνείες για τη συμπεριφορά των ερωτικών συντρόφων καταδεικνύουν ότι πράγματι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με ατομικές διαφορές στα πρότυπα αποδόσεων (Collins, 1996; Gallo & Smith, 2001; Sumer & Cozzarelli, 2003).

Η Collins (1996) εξέτασε την υπόθεση ότι ο τύπος προσκόλλησης διαμορφώνει τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύονται βιώματα στις σχέσεις. Χρησιμοποιώντας το μοντέλο προσκόλλησης των τριών τύπων, πραγματοποίησε μελέτη όπου στους συμμετέχοντες φοιτητές (N=135) δόθηκε ένας κατάλογος με αρνητικές διαπροσωπικές καταστάσεις (π.χ. «Ο σύντροφος σου δεν ανταποκρίθηκε όταν ήθελες να αγκαλιαστείτε»), για τις οποίες τους ζητήθηκε να φανταστούν ότι συνέβαιναν στα

πλαίσια μιας υποθετικής ερωτικής σχέσης. Για την κάθε κατάσταση, οι συμμετέχοντες ερμήνευαν τη συμπεριφορά του υποθετικού συντρόφου. Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν την υπόθεση της ερευνήτριας. Άτομα με ασφαλή προσκόλληση πραγματοποιούσαν ερμηνείες οι οποίες φανέρωναν θετικές πεποιθήσεις για το/τη σύντροφό τους και την ασφάλεια της σχέσης. Έτειναν να ερμηνεύουν τα υποθετικά γεγονότα με τρόπο που μείωνε την αρνητική τους επίδραση και τη σημασία τους για τη σχέση. Αντίθετα, τα άτομα με ανασφαλή (αγχώδη και απορριπτική) προσκόλληση έτειναν να θεωρούν ότι ο/η σύντροφος δεν ανταποκρίνεται και δεν είναι άξιος/α εμπιστοσύνης, ενώ ερμήνευαν τις υποθετικές αρνητικές συμπεριφορές ως απόρριψη και ως σημάδι ότι η σχέση κινδυνεύει. Με άλλα λόγια, άτομα με ασφαλή προσκόλληση ερμηνεύουν την αρνητική συμπεριφορά με τρόπο που μειώνει την επίδρασή της, ενώ αντίθετα, άτομα με ανασφαλή προσκόλληση υιοθετούν ερμηνείες που αυξάνουν την αρνητική σημασία των συμπεριφορών αυτών.

Οι Gallo & Smith (2001) μελέτησαν τη σχέση μεταξύ ενήλικης προσκόλλησης και ικανοποίησης από το γάμο, χρησιμοποιώντας τη γνωστική διαδικασία των αποδόσεων ως διαμεσολαβητική μεταβλητή. Οι ερευνητές χρησιμοποίησαν το μοντέλο των δύο διαστάσεων και το δείγμα τους αποτελούνταν από παντρεμένα ζευγάρια ($N=57$). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι για τους άνδρες, οι δύο διαστάσεις άγχους και αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης είχαν θετική συσχέτιση με αρνητικές αποδόσεις για τις συμπεριφορές της συζύγου. Όμως, στις γυναίκες βρέθηκε ότι οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης δεν είχαν σημαντική συσχέτιση με τις αποδόσεις. Έτσι, τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής φαίνεται να δείχνουν μια διαφορά ανάμεσα στα δύο φύλα στη σχέση προσκόλλησης και αποδόσεων, η οποία δεν αναμενόταν.

Οι Sumer και Cozzarelli (2003) εξέτασαν τη σχέση ενήλικης προσκόλλησης, αποδόσεων και ικανοποίησης από τη σχέση, χρησιμοποιώντας ανάλυση δομικών εξισώσεων. Οι ερευνητές βασίστηκαν στο μοντέλο της Bartholomew (1991) και πραγματοποίησαν τη μελέτη τους σε δείγμα φοιτητών ($N=352$). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το EME του εαυτού και των άλλων είχαν σημαντική απευθείας επίδραση πάνω στην ικανοποίηση από τη σχέση, αλλά μόνο το EME του εαυτού είχε και σημαντική έμμεση επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση μέσω των αποδόσεων. Επίσης, μόνο το EME του εαυτού είχε απευθείας επίδραση πάνω στις αποδόσεις. Οι ερευνητές πραγματοποίησαν και αναλύσεις με τους τέσσερις τύπους προσκόλλησης

και τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν την έρευνα της Collins (1996), καθώς τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση πραγματοποιούσαν αποδόσεις που μειώνουν τη σημασία της αρνητικής συμπεριφοράς του συντρόφου περισσότερο από τους άλλους τρεις τύπους προσκόλλησης.

Συμπεράσματα και κριτική των ερευνών

Το αρχικό συμπέρασμα που προκύπτει συνολικά από τις έρευνες αυτές είναι ότι η ενήλικη προσκόλληση αποτελεί ένα ενδοατομικό χαρακτηριστικό που σχετίζεται με τη γνωστική διεργασία των ερμηνειών σε ερωτικές σχέσεις. Ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με την υιοθέτηση διαφορετικών προτύπων αποδόσεων. Τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση ερμηνεύουν τις αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων με τρόπο που να μειώνεται η επίδραση των συμπεριφορών αυτών. Αντίθετα, άτομα με έμμονη, φοβική ή απορριπτική προσκόλληση υιοθετούν ερμηνείες που αυξάνουν την επίδραση μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Επιπλέον, υπάρχουν δεδομένα που δείχνουν ότι οι αποδόσεις διαμεσολαβούν ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Όμως, στις μελέτες αυτές υπήρχαν ορισμένες θεωρητικές και μεθοδολογικές αδυναμίες.

Αρχικά, και οι τρεις προαναφερόμενες έρευνες έχουν μεθοδολογικές αδυναμίες σε ό,τι αφορά τον τρόπο μέτρησης της προσκόλλησης. Για την έρευνα της Collins (1996) αυτό αφορά τη χρήση του μοντέλου των τριών τύπων της προσκόλλησης, ενώ οι θεωρητικές και ερευνητικές εξελίξεις στο χώρο έχουν στραφεί προς το μοντέλο των δύο διαστάσεων. Το πρόβλημα αυτό το αναγνώρισε και η ίδια η ερευνήτρια, με αφορμή το γεγονός ότι η ομάδα της αποφεύγουσας προσκόλλησης πραγματοποιούσε αποδόσεις που έμοιαζαν είτε στην ασφαλή ή την αγχώδη/αμφιθυμική ομάδα, ανάλογα με το αν το άτομο με αποφεύγουσα προσκόλληση ήταν σε σχέση ή όχι κατά την πραγματοποίηση της έρευνας. Καθώς στο μοντέλο των δύο διαστάσεων υπάρχουν δύο είδη αποφεύγουσας προσκόλλησης (απορριπτική - αποφεύγουσα και φοβική - αποφεύγουσα), η χρήση του μοντέλου των τριών τύπων πιθανώς να συνέβαλε στη συγκεχυμένη εικόνα της ομάδας με αποφεύγουσα προσκόλληση στην έρευνα της Collins (1996). Στην αδυναμία αυτή προσπάθησε να απαντήσει η έρευνα των Gallo & Smith (2001), καθώς βασίστηκε στο μοντέλο των δύο διαστάσεων. Όμως, οι ερευνητές αυτοί χρησιμοποίησαν ένα εργαλείο μέτρησης του άγχους και της αποφυγής το οποίο είχε χαμηλή εσωτερική αξιοπιστία στους άνδρες, κάτι το οποίο

μειώνει την εγκυρότητα των ευρημάτων τους. Σε ό,τι αφορά την έρευνα των Sumer και Cozzarelli (2003), η βασική μεθοδολογική κριτική αφορά και πάλι τον τρόπο μέτρησης της ενήλικης προσκόλλησης, καθώς χρησιμοποιούνται ψυχομετρικά εργαλεία με συγκεκριμένες μεθοδολογικές αδυναμίες, όπως χαμηλή εσωτερική αξιοπιστία (τιμές Cronbach's alpha μεταξύ .29 και .73), μη ξεκάθαρη παραγοντική δομή και όχι θεωρητικά αναμενόμενες συσχετίσεων των τεσσάρων τύπων (Carver, 1997). Έτσι, προκειμένου να υπάρχει ακριβέστερη εικόνα της σχέσης προσκόλλησης – αποδόσεων, είναι απαραίτητο να πραγματοποιηθούν έρευνες με νεότερα ψυχομετρικά εργαλεία όπως το ECR (Brennan, Clark & Shaver, 1998) και το ECR-R (Fraley, Waller & Brennan, 2000).

Επίσης, στις προαναφερόμενες μελέτες σημαντική αδυναμία αποτελεί και το γεγονός ότι τα δείγματα απαρτίζονταν στη συντριπτική πλειοψηφία τους από φοιτητές με χαμηλό μέσο όρο ηλικίας (κάτω από 20 έτη). Καθώς δεν είναι ξεκάθαρο αν τα ευρήματα που αφορούν ερωτικές σχέσεις φοιτητών γενικεύονται σε μεγαλύτερες ηλικίες και άλλο τύπο σχέσεων είναι απαραίτητη η μελέτη των διεργασιών αυτών σε μεγαλύτερες ηλικίες και σε έγγαμες σχέσεις.

Τέλος, οι έρευνες αυτές εξέτασαν τη σχέση των μεταβλητών της προσκόλλησης, των αποδόσεων και της ικανοποίησης από τη σχέση χωρίς να λαμβάνουν υπόψη άλλες διεργασίες που πιθανώς να εμπλέκονται. Καθώς τα EME θεωρούνται ότι επηρεάζουν και αλληλεπιδρούν με γνωστικές (πεποιθήσεις, σκέψεις, ερμηνείες) και συναισθηματικές (βίωση και διαχείριση συναισθήματος) διεργασίες, ενδέχεται να υπάρχει αλληλεπίδραση των ερμηνειών για αρνητικές συμπεριφορές του συντρόφου με διαδικασίες διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας που αυτές οι συμπεριφορές προκαλούν, κάτι που στη συνέχεια μπορεί να επιδρά στην ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση. Η ιδέα αυτή ενισχύεται και από τους Lazarus & Folkman (1984), οι οποίοι προτείνουν ότι ο τρόπος που ερμηνεύουν και αξιολογούν τα άτομα μια δύσκολη κατάσταση επηρεάζει την επιλογή των στρατηγικών που θα χρησιμοποιήσουν για την αντιμετώπιση του στρες που η κατάσταση προκαλεί. Συνεπώς, προκειμένου να υπάρξει πληρέστερη εικόνα της σχέσης προσκόλλησης, αποδόσεων για αρνητικές συμπεριφορές και ικανοποίησης από τη σχέση, είναι σημαντική η μελέτη των στρατηγικών διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας που οι αρνητικές συμπεριφορές προκαλούν. Έτσι, στην επόμενη ενότητα της παρούσας εργασίας γίνεται επισκόπηση της βιβλιογραφίας που αφορά την ενήλικη προσκόλληση και τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις.

*Ενήλικη προσκόλληση και διαχείριση συναισθήματος στις κοντινές σχέσεις:
Στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας (coping strategies)*

Οι στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας θεωρείται ότι αποτελούν διαδικασίες ρύθμισης του συναισθήματος (Klimes – Dougan et al., 2001) και αναφέρονται σε συμπεριφορές που σκοπό έχουν να προστατεύσουν τα άτομα από την ψυχολογική δυσφορία που μπορεί να προκύψει από προβληματικά και δυσάρεστα βιώματα (Pearlin & Schooler, 1978). Έχουν πραγματοποιηθεί έρευνες που έχουν εξετάσει τη χρήση στρατηγικών διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις. Από τις έρευνες αυτές φαίνεται ότι όταν αντιμετωπίζονται δυσκολίες στις ερωτικές σχέσεις, η χρήση συγκεκριμένων στρατηγικών έναντι άλλων σχετίζεται με τη βίωση αυξημένης ικανοποίησης από τη σχέση. Στην παρούσα επισκόπηση παρουσιάζονται οι σημαντικότερες από αυτές.

Στρατηγικές διαχείρισης ψυχολογικής δυσφορίας σε ερωτικές σχέσεις

Σε μια από τις πιο γνωστές μελέτες, οι Pearlin & Schooler (1978) διερεύνησαν τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας σε ένα μεγάλο δείγμα ($N=2300$) ατόμων σε σχέση με καθημερινές δραστηριότητες όπως το γάμο, την ανατροφή των παιδιών, την εργασία και τα οικονομικά. Αναφορικά με το γάμο, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης είχαν σημαντική επίδραση στο κατά πόσον οι δυσκολίες που αντιμετώπιζαν οι συμμετέχοντες θα οδηγούσαν σε αύξηση της δυσφορίας. Οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές αφορούσαν (α) τη στήριξη σε ίδιες δυνάμεις παρά στη στήριξη των άλλων για βοήθεια και (β) το στοχασμό για τα προβλήματα αντί της εκδήλωσης έντονων συναισθηματικών αντιδράσεων. Σε ό,τι αφορά τα δύο φύλα, φάνηκε ότι οι γυναίκες χρησιμοποιούν λιγότερο αποτελεσματικές στρατηγικές (όπως το ν' αγνοεί κανείς επιλεκτικά το πρόβλημα) από τους άνδρες. Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι τα προβλήματα που αφορούν στενές διαπροσωπικές σχέσεις διαχειρίζονται πιο αποτελεσματικά όταν το άτομο τα αντιμετωπίζει ενεργά με τα εμπλεκόμενα πρόσωπα (π.χ. το/τη σύζυγο).

Διαχρονική μελέτη που πραγματοποίησε η Menaghan (1982) σε δείγμα ατόμων ($N=758$) που ήταν παντρεμένοι επέκτεινε τα ευρήματα των Pearlin & Schooler (1978). Η μελέτη αυτή πραγματοποιήθηκε σε δύο φάσεις, οι οποίες απείχαν τέσσερα

χρόνια, και αφορούσε τέσσερις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας που προερχόταν από προβλήματα στο γάμο: (α) απόπειρα διαπραγμάτευσης και συζήτησης, (β) αισιόδοξη σύγκριση της κατάστασης σε σχέση με το παρελθόν και με άλλους, (γ) επιλεκτική προσοχή σε θετικά σημεία της κατάστασης και (δ) συνειδητή καταπίεση των συναισθημάτων και απόσυρση από την κατάσταση. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η επιλεκτική προσοχή και η καταπίεση/απόσυρση αύξαναν σημαντικά την ψυχολογική δυσφορία στην πρώτη φάση της έρευνας. Η στρατηγική της διαπραγμάτευσης φάνηκε να μη μειώνει την ψυχολογική δυσφορία, αλλά σχετιζόταν με τη μείωση των προβλημάτων στο γάμο κατά τη δεύτερη φάση της έρευνας. Τέλος, μόνο η στρατηγική της αισιόδοξης σύγκρισης φάνηκε να σχετίζεται με τη μείωση: (α) της ψυχολογικής δυσφορίας στην πρώτη φάση της έρευνας και (β) των προβλημάτων στο γάμο στη δεύτερη φάση της έρευνας. Η Menaghan (1982) κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η υιοθέτηση συγκεκριμένων στρατηγικών αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας φαίνεται να είναι περισσότερο ωφέλιμη για τη σχέση, καθώς μειώνουν την αρνητική επίδραση των προβλημάτων της σχέσης.

Προσπαθώντας να περιγράψει καλύτερα τους τρόπους αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας που εμφανίζονται στο γάμο, η Bowman (1990) πραγματοποίησε μελέτη με δείγμα από παντρεμένα άτομα ($N=368$). Η Bowman απομόνωσε 5 παράγοντες που περιγράφουν τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν τα άτομα προκειμένου ν' αντιμετωπίσουν την ψυχολογική δυσφορία από προβλήματα στο γάμο και δημιούργησε ένα εργαλείο για τη μέτρησή τους, το Marital Coping Inventory (MCI). Οι παράγοντες αυτοί ήταν: (α) *θετική προσέγγιση*, που αφορά τρυφερότητα, σωματική εγγύτητα, διασκέδαση και εμπλοκή σε κοινές δραστηριότητες, (β) *σύγκρουση*, που αφορά σύγκρουση, κριτική, σαρκασμό, και εκδίκηση (γ) *κατηγορία του εαυτού*, που αφορά δυσάρεστα συναισθήματα, αυτό-κατηγορία, ανησυχία και δυσκολίες στον ύπνο, (δ) *ατομικό ενδιαφέρον*, που αφορά τη σκόπιμη αύξηση των δραστηριοτήτων εκτός του γάμου, και (ε) *αποφυγή*, που αφορά την άρνηση, απώθηση και καταπίεση των συναισθημάτων. Στη συνέχεια, η Bowman μελέτησε τη σχέση αυτών των πέντε παραγόντων με την ικανοποίηση από το γάμο και τη σοβαρότητα των προβλημάτων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε θετική συσχέτιση με τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης και αρνητική συσχέτιση με όλες τις άλλες στρατηγικές.

Συμπερασματικά, αποτελεί σταθερό εύρημα στις μελέτες που παρατίθενται ότι η υιοθέτηση συγκεκριμένων στρατηγικών αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις κοντινές σχέσεις (και κυρίως στο γάμο) είναι περισσότερο ωφέλιμο και σχετίζεται με αυξημένη ικανοποίηση στις σχέσεις αυτές. Συγκεκριμένα, στρατηγικές αντιμετώπισης που επικεντρώνονται στην επίλυση του προβλήματος ή στην προσέγγιση του/της συντρόφου τείνουν να σχετίζονται με αυξημένη ικανοποίηση από τη σχέση ή το γάμο.

Δεδομένου ότι συγκεκριμένες στρατηγικές αντιμετώπισης σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη σχέση, η μελέτη των ατομικών διαφορών στην υιοθέτηση ορισμένων στρατηγικών έναντι άλλων έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον (Pollina & Snell, 1999). Οι ερευνητές αυτοί θεωρούν ότι για την πληρέστερη διερεύνηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στρεσογόνων καταστάσεων στα πλαίσια των ερωτικών σχέσεων είναι απαραίτητο να μελετηθούν ενδοατομικά χαρακτηριστικά που ενδεχομένως σχετίζονται με την επιλογή συγκεκριμένων στρατηγικών αντιμετώπισης έναντι άλλων. Με βάση την ιδέα του Bowlby (1969) ότι οι προσδοκίες του ατόμου αναφορικά με τη βίωση αρνητικών συναισθημάτων και τις προτιμώμενες στρατηγικές αντιμετώπισης εσωτερικεύονται στα ΕΜΕ, η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης αποτελεί ένα γόνιμο πλαίσιο ένταξης και διερεύνησης των ατομικών διαφορών σε σχέση με αυτές τις στρατηγικές.

Ατομικές διαφορές στην υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις: ο ρόλος της ενήλικης προσκόλλησης

Οι Kobak και Sceery (1988) προτείνουν συγκεκριμένες θεωρητικές συνδέσεις μεταξύ των τύπων προσκόλλησης και των ατομικών διαφορών στην αντιμετώπιση της ψυχολογικής δυσφορίας. Αναφέρουν ότι η ασφαλής προσκόλληση οργανώνεται με τρόπο που επιτρέπει την αναγνώριση της ψυχολογικής δυσφορίας και τη στροφή προς τους άλλους για στήριξη, η αποφεύγουσα προσκόλληση οργανώνεται με τρόπο που περιορίζει την αναγνώριση της ψυχολογικής δυσφορίας και της συνεπακόλουθης προσπάθειας για αναζήτηση στήριξης, ενώ η ανασφαλής προσκόλληση οργανώνεται με τρόπο που επικεντρώνεται στη δυσφορία, δημιουργώντας μια επαγρύπνηση που παρεμποδίζει την ανάπτυξη αυτονομίας και αυτοπεποίθησης.

Συνεπώς, τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση αντιμετωπίζουν τις στρεσογόνες καταστάσεις με την αναγνώριση της ψυχολογικής δυσφορίας και τη χρήση αποτελεσματικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Τα άτομα με αποφεύγουσα

προσκόλληση αντιμετωπίζουν τις καταστάσεις αυτές με προσπάθεια να μην αναγνωριστεί η ψυχολογική δυσφορία, ενώ τα άτομα με αγχώδη προσκόλληση με έντονη εκδήλωση και δυσκολία ρύθμισης των συναισθημάτων και συμπεριφορών τους (Cooper, Shaver & Collins, 1998; Greenberger & McLaughlin, 1998).

Μια από τις πρώτες έρευνες που εξέτασαν τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με στρατηγικές διαχείρισης του στρες πραγματοποιήθηκε από τους Simpson, Rholes & Nelligan (1992). Το δείγμα τους αποτελούνταν από ζευγάρια φοιτητών ($N=83$) και οι ερευνητές μελέτησαν τον τρόπο με τον οποίο ο τύπος προσκόλλησης επιδρά στη συμπεριφορά ζευγαριών όταν ένα από τα μέλη του ζευγαριού αντιμετωπίζει μια στρεσογόνο κατάσταση. Συγκεκριμένα, τα ζευγάρια βιντεοσκοπήθηκαν για 5 λεπτά σε μια αίθουσα αναμονής, περιμένοντας να λάβει μέρος η γυναίκα σε μια διαδικασία για την οποία είχε ενημερωθεί από τους ερευνητές ότι προκαλεί αρκετό στρες και δυσφορία. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπήρχαν ατομικές διαφορές στις στρατηγικές αντιμετώπισης που σχετίζονταν με τους τύπους προσκόλλησης. Οι γυναίκες με περισσότερο ασφαλή προσκόλληση χρησιμοποίησαν περισσότερο τους συντρόφους τους ως πηγή ασφάλειας και επιβεβαίωσης, ενώ οι γυναίκες με περισσότερο αποφεύγουσα προσκόλληση εμφάνιζαν συναισθηματική και σωματική απόσυρση από τους συντρόφους τους.

Στη συνέχεια, αρκετές έρευνες εξέτασαν τη σχέση προσκόλλησης και διαχείρισης του στρες. Οι Mikulincer, Florian & Weller (1993), πραγματοποίησαν έρευνα που αφορούσε τον τύπο ενήλικης προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες σε σχέση με την Ιρακινή επίθεση στο Ισραήλ κατά τον Πόλεμο του Κόλπου. Το δείγμα τους αποτελούνταν από φοιτητές ($N=140$), οι οποίοι απάντησαν σε ερωτηματολόγια δύο εβδομάδες μετά το τέλος του πολέμου και ο τύπος προσκόλλησης μετρήθηκε με βάση το μοντέλο των τριών κατηγοριών των Hazan & Shaver (1987). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: α) δεν υπήρχαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στους τύπους προσκόλλησης σε σχέση με χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης του στρες επικεντρωμένες στο πρόβλημα, β) τα άτομα με αγχώδη προσκόλληση χρησιμοποιούσαν περισσότερο στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα από τις άλλες δύο κατηγορίες προσκόλλησης, γ) τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση χρησιμοποιούσαν περισσότερο στρατηγικές αναζήτησης υποστήριξης από τις άλλες δύο κατηγορίες προσκόλλησης και δ) τα άτομα με αποφεύγουσα προσκόλληση χρησιμοποιούσαν περισσότερο στρατηγικές αποφυγής από τις άλλες

δύο κατηγορίες προσκόλλησης. Οι ερευνητές συμπέραναν ότι οι τύποι προσκόλλησης ενδέχεται να δημιουργούν προδιάθεση προς τη χρήση συγκεκριμένων στρατηγικών.

Οι Greenberger & McLaughlin (1998) εξέτασαν τη σχέση ενήλικης προσκόλλησης με τις στρατηγικές αντιμετώπισης στρεσογόνων καταστάσεων και το δείγμα τους αποτελούνταν από φοιτητές ($N=157$). Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντικές ατομικές διαφορές στην υιοθέτηση συγκεκριμένων στρατηγικών και ανάμεσα στα δύο φύλα. Στις γυναίκες, η ασφαλής προσκόλληση σχετιζόταν με τη χρήση των στρατηγικών της αναζήτησης συναισθηματικής υποστήριξης, αναζήτησης πρακτικής υποστήριξης και της ενεργούς αντιμετώπισης του στρεσογόνου παράγοντα. Για τους άνδρες όμως, η ασφαλής προσκόλληση σχετιζόταν μόνο με τη στρατηγική της αναζήτησης συναισθηματικής υποστήριξης.

Τέλος, οι Kemp & Neimeyer (1999) μελέτησαν τη σχέση ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης στρεσογόνων καταστάσεων. Το δείγμα τους αποτελούνταν από φοιτητές ($N=193$) και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι δεν υπήρχαν διαφορές ανάμεσα στους τέσσερις τύπους προσκόλλησης σε σχέση με την υιοθέτηση των στρατηγικών αντιμετώπισης που μελετήθηκαν. Τα αποτελέσματα αυτά ήταν αντίθετα με εκείνα άλλων ερευνών που εμφάνισαν ατομικές διαφορές στις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας σε σχέση με την ενήλικη προσκόλληση (Greenberger και McLaughlin, 1998; Mikulincer, Florian & Weller, 1993; Simpson, Rholes & Nelligan, 1992). Προσπαθώντας να ερμηνεύουν τα ευρήματά τους, οι Kemp & Neimeyer (1999) παρατήρησαν ότι στις έρευνες αυτές είχαν μελετηθεί διαφορετικές στρεσογόνες καταστάσεις και ανέφεραν ότι η υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης ενδεχομένως να διαφοροποιείται ανάλογα με το συγκεκριμένο στρεσογόνο συμβάν.

Συμπεράσματα και κριτική των ερευνών

Αξιολογώντας τα παραπάνω δεδομένα, προκύπτει ότι η ενήλικη προσκόλληση αποτελεί ένα ενδοατομικό χαρακτηριστικό που σχετίζεται με την υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης στρεσογόνων καταστάσεων. Όμως, οι σχετικές έρευνες εμφανίζουν συγκεχυμένη εικόνα αναφορικά με το ποιες συγκεκριμένες στρατηγικές αντιμετώπισης σχετίζονται με ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση.

Μία πιθανή αιτία αυτής της συγκεχυμένης εικόνας είναι οι μεθοδολογικές αδυναμίες των ερευνών αυτών σε ό,τι αφορά τον τρόπο μέτρησης της προσκόλλησης, καθώς βασίστηκαν σε μοντέλα θεώρησης και εργαλεία μέτρησης που πλέον δε

θεωρούνται κατάλληλα για την καταγραφή της ενήλικης προσκόλλησης. Χρειάζεται να πραγματοποιηθούν μελέτες με σύγχρονο μοντέλο και ψυχομετρικά εργαλεία της ενήλικης προσκόλλησης, προκειμένου να διασαφηνιστεί η σχέση ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης

Επίσης, σημαντική θεωρητική και μεθοδολογική αδυναμία των ερευνών αυτών αποτελεί το γεγονός ότι ορισμένες από τις στρεσογόνες καταστάσεις που εξετάστηκαν (π.χ. επίθεση με βόμβα κατά τη διάρκεια του πολέμου, κάποια γενική πηγή στρες, κτλ.) δε φαίνεται να συνδέονται με κάποιο ουσιαστικό τρόπο με τη θεωρία της προσκόλλησης. Η θεωρία της προσκόλλησης αφορά το διαπροσωπικό σύνδεσμο που δημιουργείται ανάμεσα σε δύο άτομα και συνεπώς είναι σημαντικό να εξεταστεί η σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με στρατηγικές αντιμετώπισης που να αφορούν τη συμπεριφορά του/της συντρόφου ή δυσκολίες στη σχέση. Όμως, τέτοιες έρευνες δεν έχουν μέχρι σήμερα πραγματοποιηθεί.

Σκεπτικό της παρούσας έρευνας

Η παρούσα έρευνα έχει στόχο τη μελέτη της συμπεριφοράς των ατόμων μέσα στις ερωτικές σχέσεις. Συγκεκριμένα, έχει σκοπό τη διερεύνηση των ατομικών διαφορών αναφορικά με τις ερμηνείες/αποδόσεις των ατόμων για τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους και τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν απέναντι σε τέτοιες συμπεριφορές. Στην έρευνα αυτή χρησιμοποιείται η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης ως πλαίσιο ένταξης αυτών των ατομικών διαφορών.

Η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης προτάθηκε από τους Hazan & Shaver (1987) και αποτελεί προέκταση της θεωρίας του Bowlby (1969, 1973) για την προσκόλληση ανάμεσα στο βρέφος και τη μητέρα. Οι Hazan & Shaver (1987) αναφέρουν ότι οι ερωτικές σχέσεις των ενηλίκων ουσιαστικά αποτελούν σχέσεις προσκόλλησης με χαρακτηριστικά παρόμοια με τη σχέση βρέφους – μητέρας. Επιπλέον, προτείνουν ότι οι ατομικές διαφορές που υπάρχουν στη βρεφική προσκόλληση (ασφαλής, αγχώδης/αμφιθυμική και αποφεύγουσα προσκόλληση) υπάρχουν και στους ενήλικες και επηρεάζουν τον τρόπο που τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται μέσα στις ερωτικές σχέσεις τους.

Στη συνέχεια, η Bartholomew (1990) προτείνει μια σημαντική αναθεώρηση της θεωρίας της ενήλικης προσκόλλησης και παρουσιάζει ένα μοντέλο που προτείνει την ύπαρξη τεσσάρων (αντί τριών) τύπων ενήλικης προσκόλλησης. Η σημαντικότερη

συνεισφορά της Bartholomew (1990) είναι η ιδέα ότι αυτοί οι τέσσερις τύποι οργανώνονται και περιγράφονται με βάση το συνδυασμό των δύο διαστάσεων του Bowlby (1969, 1973): το EME για τον εαυτό και το EME για τους άλλους. Καθώς το μοντέλο της Bartholomew (1990) αποτελεί άμεση προέκταση των ιδεών του Bowlby (1969, 1973), έτυχε ευρείας αποδοχής στο χώρο της ενήλικης προσκόλλησης και επικράτησε το μοντέλο θεώρησης των δύο διαστάσεων με τους τέσσερις τύπους. Ταυτόχρονα, μελέτες εξέτασαν αν οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση περιγράφονται καλύτερα με βάση τις δύο διαστάσεις ή τους τέσσερις τύπους και κατασκευάστηκαν έγκυρα και αξιόπιστα ψυχομετρικά εργαλεία μέτρησης.

Η θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης πυροδότησε πλήθος ερευνών που εξέτασαν τον τρόπο με τον οποίο η προσκόλληση σχετίζεται με τη βίωση των ερωτικών σχέσεων, αρχικά μελετώντας μεταβλητές όπως την ικανοποίηση από τη σχέση (Collins & Allard, 2001; Hammond & Fletcher, 1989; Fraley & Shaver, 2000; Rothbard & Shaver, 1994; Shaver & Hazan, 1993). Προκειμένου να κατανοηθεί καλύτερα ο τρόπος με τον οποίο η προσκόλληση επιδρά στη βίωση της σχέσης, εξετάστηκαν και συγκεκριμένες διεργασίες που ενδεχομένως να διαμεσολαβούν ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Με βάση και τις ιδέες του Bowlby (1973), δύο τέτοιες διεργασίες είναι οι αποδόσεις αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές του ερωτικού συντρόφου και οι στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις.

Κοιτώντας συνολικά τη βιβλιογραφία που αφορά την ενήλικη προσκόλληση, τις αποδόσεις, τις στρατηγικές αντιμετώπισης και την ικανοποίηση από τη σχέση, αποτελεί σταθερό εύρημα ότι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με διαφορές στην ποιότητα και την ικανοποίηση που βιώνεται σε μια ερωτική σχέση. Επίσης, υπάρχουν δεδομένα που δείχνουν ότι οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με την υιοθέτηση διαφορετικών προτύπων αποδόσεων και ότι οι αποδόσεις αποτελούν διαμεσολαβητική μεταβλητή ανάμεσα στην προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Όμως, προκειμένου να διασαφηνιστεί περισσότερο η σχέση μεταξύ προσκόλλησης, αποδόσεων και ικανοποίησης, είναι απαραίτητο να εξεταστούν μεταβλητές που πιθανώς να παρεμβάλλονται στη σχέση αυτή. Επίσης, οι περισσότερες έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί με δείγμα φοιτητών και δεν είναι γνωστό αν τα αποτελέσματα αυτά γενικεύονται σε μεγαλύτερες ηλικίες και σε άλλους τύπους σχέσεων, όπως στο γάμο.

Σε ό,τι αφορά τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας, αν και φαίνεται να υπάρχει σχέση μεταξύ ατομικών διαφορών στην ενήλικη προσκόλληση και χρήσης συγκεκριμένων στρατηγικών, τα αποτελέσματα είναι συγκεχυμένα. Αυτό ενδεχομένως να οφείλεται στο γεγονός ότι οι σχετικές έρευνες εξέτασαν στρεσογόνους παράγοντες που δεν αφορούσαν τις ερωτικές σχέσεις. Προκειμένου να διασαφηνιστεί ο τρόπος με τον οποίο η ενήλικη προσκόλληση και οι στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας σχετίζονται με τις ερωτικές σχέσεις, χρειάζεται να πραγματοποιηθούν μελέτες που να αφορούν συγκεκριμένα τον ερωτικό σύντροφο ή τη σχέση.

Τέλος, κοινός περιορισμός των ερευνών αναφορικά με την προσκόλληση, τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης αποτελεί το γεγονός ότι βασίστηκαν είτε στο μοντέλο των τριών τύπων της ενήλικης προσκόλλησης είτε σε εργαλεία μέτρησης χωρίς ικανοποιητικά ψυχομετρικά χαρακτηριστικά. Στην παρούσα φάση της θεωρίας της ενήλικης προσκόλλησης προτείνεται (Fraley & Shaver, 2000): (α) να χρησιμοποιείται το μοντέλο των δύο διαστάσεων και όχι των τριών τύπων, (β) να μελετώνται οι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση με βάση τις διαφορές στις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής και (γ) να χρησιμοποιούνται συγκεκριμένα ψυχομετρικά εργαλεία (ECR; Brennan, Clark & Shaver, 1998 και ECR-R; Fraley, Brennan & Waller, 2000), τα οποία αποτελούν έγκυρα και αξιόπιστα εργαλεία μέτρησης του μοντέλου των δύο διαστάσεων.

Στην παρούσα έρευνα εξετάζεται ο τρόπος με τον οποίο ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με διαφορές στις ερμηνείες και στρατηγικές αντιμετώπισης ερωτικών συντρόφων. Ο/Η ερωτικός/ή σύντροφος είναι ένα πρόσωπο με το οποίο το άτομο εμπλέκεται συναισθηματικά και που οι πράξεις του/της ασκούν σημαντική επίδραση πάνω στο άτομο. Συχνά ζευγάρια φτάνουν σε θεραπεία αναφέροντας χαμηλή ικανοποίηση από τη σχέση τους, υιοθετώντας δυσλειτουργικές ερμηνείες για τις αρνητικές συμπεριφορές ο ένας του άλλου, και με δυσλειτουργικούς τρόπους διαχείρισης της δυσφορίας που τους προκαλούν αυτές οι συμπεριφορές. Η σημασία αυτών των δύο διαδικασιών για τις ερωτικές σχέσεις φαίνεται και από το γεγονός ότι έχουν αναπτυχθεί συγκεκριμένες θεραπευτικές παρεμβάσεις σε ζευγάρια που στοχεύουν στην τροποποίηση δυσλειτουργικών ερμηνειών (Baucom et al., 1989; Jacobsen & Follette, 1985; Epstein et al., 1993) είτε στην ανάπτυξη πιο δόκιμων στρατηγικών αντιμετώπισης (Bodenmann & Shantinath, 2004). Όμως, δεν έχει υπάρξει μέχρι σήμερα έρευνα που να συνδέει προσκόλληση, ερμηνείες και

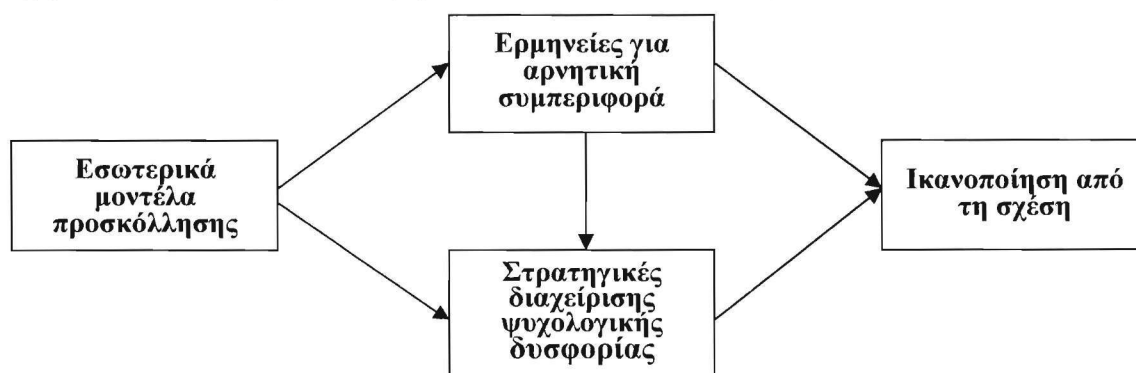
στρατηγικές αντιμετώπισης σε ένα συνολικό μοντέλο μελέτης της ποιότητας της σχέσης.

Η παρούσα έρευνα θα προσθέσει στη βιβλιογραφία που αφορά τις ερωτικές σχέσεις καθώς προτείνει και εξετάζει ένα γενικό μοντέλο διαμεσολάβησης, στο οποίο οι ερμηνείες και οι στρατηγικές αντιμετώπισης διαμεσολαβούν στη σχέση ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Ένα τέτοιο μοντέλο μπορεί να είναι χρήσιμο στη θεραπεία ζεύγους, καθώς έχει φανεί ότι θεραπείες που στηρίζονται στη θεωρία της προσκόλλησης είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές για προβλήματα ζευγαριών (Johnson & Whiffen, 1999). Κατά συνέπεια, η μελέτη του τρόπου με τον οποίο ο τύπος προσκόλλησης σχετίζεται με συγκεκριμένες δυσλειτουργικές διαδικασίες και συμπεριφορές, καθώς και με την ικανοποίηση από τη σχέση, μπορεί να προσφέρει σημαντικές πληροφορίες για αυτές τις θεραπευτικές προσεγγίσεις.

Η παρούσα έρευνα απαντάει σε περιορισμούς προηγούμενων μελετών στο χώρο της ενήλικης προσκόλλησης, καθώς βασίζεται στο μοντέλο των δύο διαστάσεων της ενήλικης προσκόλλησης και χρησιμοποιεί το ερωτηματολόγιο ECR-R προκειμένου να καταγραφούν οι ατομικές διαφορές στην αποφυγή της εγγύτητας και στο άγχος για τις σχέσεις. Επίσης, δεν επικεντρώνεται μονάχα σε δείγμα φοιτητών, αλλά εξετάζει τις υπό διερεύνηση μεταβλητές και σε δείγμα έγγαμων. Τέλος, εξετάζει τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας σε σχέση με παράγοντες που αφορούν άμεσα τις ερωτικές σχέσεις.

Το θεωρητικό πλαίσιο της έρευνας απεικονίζεται στο Σχήμα 5 και συνοψίζεται στα ακόλουθα σημεία: (α) τα ΕΜΕ του ατόμου, όπως αντικατοπτρίζονται από το άγχος για τις σχέσεις και την αποφυγή της εγγύτητας, διαμορφώνουν γνωστικές και συναισθηματικές αντιδράσεις που εκφράζονται στις σχέσεις και επιδρούν στην ικανοποίηση από τη σχέση (Collins, 1996), (β) σύμφωνα με τη γνωσιακή θεώρηση και αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα οι ερμηνείες/αποδόσεις επηρεάζουν την ικανοποίηση από τη σχέση (Fincham, 1985, Fincham, Beach & Nelson, 1987), (γ) ερευνητικά δεδομένα συνδέουν τις στρατηγικές αντιμετώπισης της ψυχολογικής δυσφορίας στις ερωτικές σχέσεις με την ικανοποίηση από τη σχέση (Menaghan, 1982; Karney & Bradbury, 1995; Bouchard et al., 1998) και (δ) σύμφωνα με το μοντέλο των Lazarus & Folkman (1984), ο τρόπος που ερμηνεύουν και αξιολογούν τα άτομα μια κατάσταση επηρεάζει την επιλογή των στρατηγικών που θα χρησιμοποιήσουν για την αντιμετώπιση της ψυχολογικής δυσφορίας που προκαλεί.

Σχήμα 5. Απεικόνιση του θεωρητικού πλαισίου της έρευνας.



Υποθέσεις

Στην έρευνα αυτή γίνονται οι ακόλουθες υποθέσεις:

- 1) Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με τη χρήση δυσλειτουργικών ερμηνειών/αποδόσεων για την αρνητική συμπεριφορά του/της συντρόφου.
- 2) Τα άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης κάνουν λιγότερο αρνητικές αποδόσεις σε σχέση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.
- 3) Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων.
- 4) Τα άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης κάνουν λιγότερη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών σε σχέση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.
- 5) Οι δυσλειτουργικές αποδόσεις σχετίζονται θετικά με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων.
- 6) Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.
- 7) Τα άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης βιώνουν περισσότερη ικανοποίηση απ τη σχέση συγκριτικά με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.
- 8) Οι δυσλειτουργικές αποδόσεις/ερμηνείες σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.
- 9) Η υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

10) Στη σχέση μεταξύ των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, υπάρχει διαμεσολάβηση από τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Συγκεκριμένα, οι διαστάσεις της αποφυγής και του άγχους έχουν μια μη-απευθείας επίδραση, μέσω των αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης, πάνω στην ικανοποίηση από τη σχέση. Επίσης, οι αποδόσεις έχουν και μια μη-απευθείας επίδραση πάνω στην ικανοποίηση μέσω των στρατηγικών αντιμετώπισης.

Κεφάλαιο 2^ο: Μέθοδος

Δείγμα

Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν ευκαιριακό δείγμα ενηλίκων, οι οποίοι προέρχονταν από υγιή πληθυσμό και οικειοθελώς ανταποκρίθηκαν στην πρόταση να συμμετάσχουν στην έρευνα. Οι συμμετέχοντες αναζητήθηκαν μέσω προφορικής και έγγραφης ανακοίνωσης και ενημέρωσης στην κοινότητα (χώρους εργασίας, Κ.Ε.Π., Δήμος και Νομαρχία Ρεθύμνου), στο φοιτητικό πληθυσμό του Παντείου Πανεπιστημίου και του Πανεπιστημίου Κρήτης, καθώς και με τη μέθοδο της χιονοστιβάδας. Η ανακοίνωση ζητούσε άτομα να λάβουν μέρος σε έρευνα που αφορά τον τρόπο με τον οποίο οι ενήλικες βιώνουν τις ερωτικές τους σχέσεις και διαχειρίζονται αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους (βλ. Παράρτημα Α).

Οι δειγματοληψίες έγιναν από το 2002 έως και το 2005. Κριτήρια συμμετοχής στη βασική έρευνα ήταν να είναι το άτομο ενήλικας και να διατηρεί ερωτική σχέση/δεσμό (συμπεριλαμβανομένου και του γάμου) κατά την περίοδο της έρευνας και για διάστημα άνω των έξι μηνών. Στην έρευνα έλαβαν συνολικά μέρος:

α) 915 συμμετέχοντες στη διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας των ψυχομετρικών εργαλείων που χρησιμοποιήθηκαν, εκ των οποίων το 76% ήταν γυναίκες ($N=696$). Ο μέσος όρος ηλικίας των συμμετεχόντων ήταν τα 24.8 έτη (εύρος από 18 έως 49 έτη, $SD = 6.78$).

β) 52 συμμετέχοντες στην πιλοτική εφαρμογή των ερωτηματολογίων, με μέσο όρο ηλικίας τα 31.2 έτη (εύρος από 21 έως 48 έτη, $SD = 5.98$) και μέση χρονική διάρκεια σχέσης τους 84.4 μήνες (εύρος από 6 έως 252 μήνες, $SD = 74$).

γ) 252 συμμετέχοντες στη βασική έρευνα, εκ των οποίων το 81% ήταν γυναίκες ($N=204$). Ο μέσος όρος ηλικίας των συμμετεχόντων της βασικής έρευνας ήταν τα 29.1 έτη (εύρος από 18 έως 49 έτη, $SD = 8.1$) και η μέση χρονική διάρκεια σχέσης ήταν 70 μήνες (εύρος από 6 έως 312 μήνες, $SD = 63$). Σε ό,τι αφορά τον τύπο της σχέσης, οι 121 συμμετέχοντες ήταν σε γάμο, εκ των οποίων το 82% ήταν γυναίκες. Ο μέσος όρος ηλικίας των παντρεμένων ήταν τα 34 έτη (εύρος από 20 έως 49 έτη, $SD = 6.6$) Η μέση χρονική διάρκεια γάμου ήταν οι 101 μήνες (εύρος από 12 έως 312 μήνες, $SD = 83.5$). Τέλος, οι 131 (84% γυναίκες) συμμετέχοντες ήταν σε ερωτική σχέση/δεσμό. Η μέση ηλικία των συμμετεχόντων αυτών ήταν τα 24 έτη (εύρος από

18 έως 43 έτη, $SD = 5.2$) και η μέση χρονική διάρκεια σχέσης ήταν οι 31 μήνες (εύρος από 6 έως 144 μήνες, $SD = 28.8$).

Εργαλεία συλλογής δεδομένων

Χρησιμοποιήθηκαν πέντε ερωτηματολόγια για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας.

Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων

Για την καταγραφή των δημογραφικών στοιχείων, δημιουργήθηκε ένα ερωτηματολόγιο ειδικά για το σκοπό αυτό, που συμπληρωνόταν από τους συμμετέχοντες στην αρχή της έρευνας. Περιλάμβανε ερωτήσεις για το φύλο, την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση (έγγαμος ή σε σχέση) και τη χρονική διάρκεια της σχέσης (βλ. Παράρτημα Α).

Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις (Experiences in Close Relationships – Revised)

Για την καταγραφή της ενήλικης προσκόλλησης, χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο G-ECR-R (Tsagarakis, Kafetsios & Stalikas, 2007), το οποίο αποτελεί την ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου ECR-R (Fraley, Brennan & Waller, 2000) και κατασκευάστηκε για την έρευνα αυτή (για λεπτομέρειες σε ό,τι αφορά τη διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας του G-ECR-R, βλ. Παράρτημα Β).

Το G-ECR-R είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που αποτελείται από 36 προτάσεις, με δύο υποκλίμακες 18 προτάσεων η κάθε μία, που μετρούν τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης (βλ. Παράρτημα Α). Παραδείγματα ερωτήσεων είναι «Φοβάμαι ότι θα χάσω την αγάπη του/της συντρόφου μου» (υποκλίμακα άγχους) και «Αισθάνομαι άβολα όταν ο/η ερωτικός μου σύντροφος θέλει να είναι συναισθηματικά πολύ κοντά μου» (υποκλίμακα αποφυγής). Οι συμμετέχοντες αναφέρουν το βαθμό συμφωνίας τους σε κάθε πρόταση με βάση μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 7=συμφωνώ απόλυτα).

Το G-ECR-R επιλέχθηκε γιατί αποτελεί το πλέον έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης του μοντέλου των δύο διαστάσεων της ενήλικης προσκόλλησης, καθώς και το μοναδικό στην ελληνική γλώσσα. Οι δύο υποκλίμακες εμφάνισαν ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα στο δείγμα της βασικής έρευνας, $\alpha = .88$ για την υποκλίμακα του άγχους και $\alpha = .87$ για την υποκλίμακα της αποφυγής.

Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης (Quality of Marriage Index)

Για τη μέτρηση της ικανοποίησης των συμμετεχόντων από τη σχέση τους, χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου Quality of Marriage Index (QMI; Norton, 1983). Η ελληνική έκδοση του QMI κατασκευάστηκε για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας (για λεπτομέρειες σε ό,τι αφορά τη διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας, βλ. Παράρτημα Β).

Η κλίμακα αυτή αποτελείται από έξι προτάσεις αυτοαναφοράς (βλ. Παράρτημα Α). Οι συμμετέχοντες καλούνται να αναφέρουν το κατά πόσο συμφωνούν με πέντε προτάσεις που αφορούν διάφορες πτυχές της ικανοποίησης από τη σχέση (π.χ. «έχουμε καλή σχέση/γάμο») με βάση μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 7=συμφωνώ απόλυτα). Επίσης, υπάρχει μια πρόταση που ζητάει από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν τη γενική ικανοποίηση από τη σχέση τους, με βάση μια δεκαβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1= εξαιρετικά δυστυχισμένος, 10 = απόλυτα ευτυχισμένος).

Το QMI επιλέχθηκε γιατί αποτελεί ένα εύχρηστο και σύντομο εργαλείο μέτρησης της ικανοποίησης από τη σχέση. Επιπλέον, έρευνες έχουν δείξει ότι εμφανίζει υψηλή συσχέτιση με το DAS (Spanier, 1976), το οποίο αποτελεί το πιο γνωστό εργαλείο για την καταγραφή της ικανοποίησης από τη σχέση (Heyman, Sayers & Bellack, 1994). Όμως, δεδομένου ότι στην παρούσα έρευνα υπήρχαν ερωτηματολόγια που απαιτούσαν αρκετό χρόνο για τη συμπλήρωσή τους, η συντομία του QMI θεωρήθηκε βασικό πλεονέκτημα έναντι του πιο μακροσκελούς DAS. Στο δείγμα της βασικής έρευνας το QMI είχε ικανοποιητική εσωτερική αξιοπιστία ($\alpha = .91$).

Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις (Marital Coping Inventory)

Για την αποτύπωση των στρατηγικών αντιμετώπισης των δυσκολιών στα πλαίσια

της σχέσης, χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου Marital Coping Inventory (MCI; Bowman, 1990), η οποία κατασκευάστηκε για τη διατριβή αυτή (για λεπτομέρειες σε ό,τι αφορά τη διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας, βλ. Παράτημα Β).

Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 5 υποκλίμακες (συνολικά 64 προτάσεις) και αναφέρεται σε διάφορες στρατηγικές που τα άτομα χρησιμοποιούν για να αντιμετωπίζουν καταστάσεις που τους προκαλούν στρες στις κοντινές σχέσεις (βλ. Παράρτημα Α). Συγκεκριμένα, το MCI μετράει τις εξής στρατηγικές: (α) σύγκρουση (π.χ. «είμαι σαρκαστικός με τον σύντροφό μου»), (β) κατηγορία του εαυτού (π.χ. «αισθάνομαι αποτυχημένος»), (γ) θετική προσέγγιση (π.χ. «κάνω με τον σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που μας ευχαριστούν και τους δύο»), (δ) αποφυγή («προσπαθώ να λύσω το πρόβλημα μόνος μου, χωρίς να μιλήσω γι' αυτό με το/την σύντροφό μου») και (ε) ατομικό ενδιαφέρον («περνάω περισσότερη ώρα με τους φίλους μου»). Επίσης, το MCI μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την καταγραφή ενός συνολικού δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης.

Κατά τη χορήγησή του, αρχικά ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν κάποιο σημαντικό πρόβλημα στη σχέση τους, το οποίο να σχετίζεται με τη συμπεριφορά του/της συντρόφου τους. Στη συνέχεια, με βάση το πρόβλημα αυτό, οι συμμετέχοντες απάντησαν στις 64 προτάσεις χρησιμοποιώντας μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1 = ποτέ, 5 = σχεδόν πάντα).

Η κλίμακα αυτή επιλέχθηκε επειδή περιλαμβάνει αποκλειστικά στρατηγικές αντιμετώπισης που αφορούν τις ερωτικές σχέσεις/δεσμούς και το γάμο, αντί για γενικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες που υπάρχουν σε άλλα ερωτηματολόγια. Οι πέντε υποκλίμακες του MCI είχαν ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα στο δείγμα της βασικής έρευνας ($\alpha = .75$ για την υποκλίμακα αποφυγής, $\alpha = .88$ για την υποκλίμακα σύγκρουσης, $\alpha = .90$ για την κατηγορία του εαυτού, $\alpha = .86$ για το ατομικό ενδιαφέρον και $\alpha = .86$ για τη θετική προσέγγιση).

Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις (Relationship Attribution Measure)

Για την καταγραφή των ερμηνειών/αποδόσεων για τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων, χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση του Relationship Attribution Measure (RAM; Fincham & Bradbury, 1992). Η ελληνική έκδοση του RAM κατασκευάστηκε για τις ανάγκες της έρευνας αυτής (για λεπτομέρειες σε ό,τι

αφορά τη διαδικασία μεταφοράς, ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας, βλ. Παράρτημα Β).

Το ερωτηματολόγιο αυτό περιλαμβάνει 6 υποθετικές αρνητικές συμπεριφορές (π.χ. «*Ο/Η σύντροφός μου αρχίζει να περνάει λιγότερο χρόνο μαζί μου*»), που πιθανόν να εκδηλώσει ένας ερωτικός σύντροφος (βλ. Παράρτημα Α). Οι συμμετέχοντες καλούνται να φανταστούν το/τη σύντροφό τους να εκδηλώνει την κάθε συμπεριφορά και να σκεφτούν το λόγο που ο/η σύντροφός τους μπορεί να συμπεριφέρθηκε έτσι. Στη συνέχεια, αναφέρουν το βαθμό συμφωνίας τους σε 6 προτάσεις με βάση μια εξαβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 6= συμφωνώ απόλυτα). Από τις έξι προτάσεις αυτές, οι τρεις μετρούν αποδόσεις/ερμηνείες για την αιτία (causal attribution) της αρνητικής συμπεριφοράς (π.χ. «*Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που έχει σχέση με αυτόν/ήν - το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του, τη διάθεσή του/της, κλπ. - και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις*») και οι τρεις μετρούν αποδόσεις/ερμηνείες για την ευθύνη (responsibility attribution) της αρνητικής συμπεριφοράς (π.χ. «*Ο σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι*»). Έτσι, το RAM δίνει βαθμολογία σε δύο υποκλίμακες που αφορούν αποδόσεις για την αιτία (RAM-C) και την ευθύνη (RAM-R) της αρνητικής συμπεριφοράς. Οι υποκλίμακες RAM-C και RAM-R αποτελούνται συνολικά από 18 προτάσεις η κάθε μια (6 συμπεριφορές x 3 προτάσεις ανά υποκλίμακα) και υπολογίζονται με βάση το μέσο όρο στις προτάσεις αυτές. Το RAM μπορεί επίσης να καταγράψει ένα συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών ερμηνειών, ο οποίος προκύπτει από το άθροισμα των υποκλιμακών RAM-C και RAM-R.

Το RAM επιλέχθηκε γιατί αποτελεί το μοναδικό έγκυρο και αξιόπιστο ερωτηματολόγιο που μετράει την έννοια των αρνητικών αποδόσεων στα πλαίσια ερωτικών σχέσεων ή γάμων. Η εσωτερική σταθερότητα του RAM στο δείγμα της βασικής έρευνας ήταν ικανοποιητική ($\alpha = .78$ για την υποκλίμακα RAM – C και $\alpha = .83$ για την υποκλίμακα RAM – R).

Ερευνητική διαδικασία και συλλογή δεδομένων

Η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε σε τρία στάδια. Το πρώτο στάδιο αφορούσε την μετάφραση και τον έλεγχο εγκυρότητας και αξιοπιστίας των ερωτηματολογίων QMI, RAM, MCI και ECR-R. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα ερωτηματολόγια αυτά είναι έγκυρα και αξιόπιστα στην ελληνική τους μορφή, με

αναμενόμενα πρότυπα συσχετίσεων και ίδια παραγοντική δομή με τα πρωτότυπα.
(βλ. Παράρτημα Β)

Στο δεύτερο στάδιο της έρευνας, έγινε πιλοτική εφαρμογή των ερωτηματολογίων ώστε να εξεταστεί η ερευνητική διαδικασία, να εκτιμηθεί ο χρόνος που απαιτείται για τη συμπλήρωση σε πραγματικές συνθήκες, να εντοπιστούν τυχόν προβλήματα και να συλλεχθούν κάποια προκαταρκτικά στατιστικά δεδομένα. Η πιλοτική φάση ολοκληρώθηκε χωρίς να παρουσιαστεί κάποια ιδιαίτερη δυσκολία ή ανάγκη τροποποίησης του ερευνητικού πρωτοκόλλου.

Στο βασικό στάδιο της έρευνας, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια της έρευνας είτε ατομικά είτε σε ομάδες και έλαβαν έγγραφη διαβεβαίωση ότι η συμμετοχή τους στην έρευνα ήταν απολύτως ανώνυμη και εθελοντική και ότι μπορούσαν να διακόψουν ανά πάσα στιγμή (βλ. Παράρτημα Α). Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν: (α) το Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων, (β) την Αναθεωρημένη Κλίμακα για τις Εμπειρίες στις Κοντινές Σχέσεις, (γ) την Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης, (δ) την Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο, και (ε) το Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις. Προκειμένου να ελεγχθεί πιθανή επίδραση της σειράς χορήγησης των ερωτηματολογίων, αυτή άλλαζε τυχαία. Δεν υπήρχε περιορισμός χρόνου στη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων, αλλά ο συνολικός χρόνος ήταν 35-45 λεπτά. Όλα τα ερωτηματολόγια της έρευνας, οι οδηγίες, η έγγραφη ανακοίνωση και η διαβεβαίωση ανώνυμης και εθελοντικής συμμετοχής αναφέρονται στο Παράρτημα Α.

Κεφάλαιο 3^ο: Αποτελέσματα

Τα αποτελέσματα της έρευνας παρουσιάζονται σε τέσσερις ενότητες, οι οποίες αντιστοιχούν στα βασικά ερευνητικά ερωτήματα. Η πρώτη ενότητα περιλαμβάνει τις στατιστικές αναλύσεις που αφορούν τον τρόπο με τον οποίο οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με ατομικές διαφορές στις ερμηνείες που υιοθετούνται έναντι των αρνητικών συμπεριφορών του ερωτικού συντρόφου. Η δεύτερη ενότητα περιλαμβάνει τις αναλύσεις που αφορούν τον τρόπο που οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με ατομικές διαφορές στην υιοθέτηση στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών του συντρόφου. Η τρίτη ενότητα περιλαμβάνει τις στατιστικές αναλύσεις που αφορούν τον τρόπο με τον οποίο οι ερμηνείες για την αρνητική συμπεριφορά σχετίζονται με τις στρατηγικές αντιμετώπισης που υιοθετεί το άτομο απέναντι στον ερωτικό σύντροφο. Τέλος, η τέταρτη ενότητα περιλαμβάνει τις αναλύσεις που αφορούν τον τρόπο με τον οποίο οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και οι ερμηνείες και οι στρατηγικές αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη σχέση. Κάθε ενότητα αρχίζει με αναφορά στον έλεγχο των δεδομένων για ελλειπείς τιμές, κανονικότητα των μεταβλητών, ακραίες τιμές και πολυσυγγραμμικότητα, προκειμένου να τηρούνται οι στατιστικές προϋποθέσεις των αναλύσεων.

Ενήλικη προσκόλληση και ερμηνείες αρνητικών συμπεριφορών (υποθέσεις 1 και 2)

Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων

Υπήρχαν συνολικά 33 ελλειπείς τιμές (0.004%) στις προτάσεις του *Ερωτηματολογίου Αποδόσεων στις Σχέσεις* και 17 ελλειπείς τιμές (0.002%) στις προτάσεις της *Αναθεωρημένης Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις*. Όλες οι ελλειπείς τιμές αντικαταστάθηκαν από τη μέση τιμή του δείγματος στις εν λόγω μεταβλητές. Η αξιολόγηση των στατιστικών προϋποθέσεων οδήγησε σε μετατροπή τετραγωνικής ρίζας στις τιμές της υποκλίμακας της αποφυγής της *Αναθεωρημένης Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις* για να διορθωθεί η θετική λοξότητα. Επίσης, πραγματοποιήθηκε έλεγχος για πολυμεταβλητές ακραίες τιμές στις υπό διερεύνηση μεταβλητές χρησιμοποιώντας την απόσταση Mahalanobis. Η συνάρτηση

αυτή αποτελεί την απόσταση ανάμεσα σε μια τιμή και το μέσο όρο των όλων υπόλοιπων τιμών και χρησιμοποιείται για να αναγνωρισθούν πολυμεταβλητές ακραίες τιμές (Tabachnik & Fidell, 1996). Η ανάλυση κατέδειξε μια περίπτωση που αποτελούσε πολυμεταβλητή ακραία τιμή, η οποία και δε χρησιμοποιήθηκε στις στατιστικές αναλύσεις. Δεν υπήρχαν άλλες σημαντικές αποκλίσεις από την κανονικότητα, τη γραμμικότητα και την ομοσκεδαστικότητα. Τέλος, δεν εμφανίστηκε πολυσυγγραμμικότητα ($r > .90$) ανάμεσα στις μεταβλητές.

Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές

Πριν από τον έλεγχο των υποθέσεων, πραγματοποιήθηκε στατιστική ανάλυση προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι τα αποτελέσματα θα αφορούν τις μεταβλητές της προσκόλλησης και των αποδόσεων και δε θα εξαρτώνται από παρεμβαλλόμενες δημογραφικές μεταβλητές. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, στις οποίες οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, της χρονικής διάρκειας σχέσης και του τύπου της σχέσης χρησιμοποιήθηκαν ως ομάδα μεταβλητών για να προβλέψουν τις μεταβλητές προσκόλλησης και αποδόσεων. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 1) έδειξαν ότι οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, και της χρονικής διάρκειας σχέσης, αν και δεν εξηγούσαν μεγάλο μέρος της διακύμανσης, σχετίζονταν σημαντικά με τις μεταβλητές προσκόλλησης και αποδόσεων. Κατά συνέπεια, οι στατιστικές αναλύσεις που αφορούν τις υποθέσεις 1 και 2 πραγματοποιήθηκαν ελέγχοντας την επίδραση των μεταβλητών αυτών.

Πίνακας 1

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και των αποδόσεων

Δημογραφικές μεταβλητές	Άγχος προσκόλλησης		Αποφυγή προσκόλλησης		Αποδόσεις αιτίας	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	-.17	-2.67**	-.02	-0.31	-.15	-2.30*
Ηλικία	.13	1.41	.22	2.24*	.28	2.95**
Τύπος σχέσης	-.08	-0.83	.00	-0.00	-.08	-0.92
Διάρκεια σχέσης	-.28	-3.42***	-.20	-2.33*	-.04	-0.45
R ²	.09		.03 ^{ο.σ.σ}		.06	

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

^{ο.σ.σ} = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης

Πίνακας 1 (συν.)

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και των αποδόσεων

Μεταβλητές προσκόλλησης	Αποδόσεις Ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
	b	t	b	t
Φύλο	-.09	-1.30	-.13*	-1,98
Ηλικία	.20	2.10*	.27**	2.79
Τύπος σχέσης	-.07	-0.75	-.08	-0.93
Διάρκεια σχέσης	-.19	-2.16*	-.13	-1.50
R ²	.03 ^{ο.σ.σ}		.04	

** $p < .01$ *** $p < .001$

ο.σ.σ = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης

Υπόθεση 1''

Η πρώτη υπόθεση προέβλεπε ότι οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης θα σχετίζονται θετικά με την τάση του ατόμου να κάνει περισσότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες για τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της πρώτης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και των ερμηνειών της αρνητικής συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 2), το άγχος για τις σχέσεις είχε θετική συσχέτιση με την υιοθέτηση αρνητικών ερμηνειών που αφορούν την αιτία ($r = .44, p < .001$) και την ευθύνη της αρνητικής συμπεριφοράς ($r = .37, p < .001$), καθώς και με το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών ερμηνειών ($r = .45, p < .001$). Ομοίως, η αποφυγή της εγγύτητας είχε θετική συσχέτιση με αρνητικές ερμηνείες για την αιτία της συμπεριφοράς ($r = .39, p < .001$), την ευθύνη της συμπεριφοράς ($r = .32, p < .001$) και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών ερμηνειών ($r = .39, p < .001$).

Πίνακας 2

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της προσκόλλησης και των αποδόσεων

Μεταβλητές	1	2	3	4	5
1. Άγχος G-ECR-R	--				
2. Αποφυγή G-ECR-R	.50***	--			
3. Αποδόσεις αιτίας	.44***	.39***	--		
4. Αποδόσεις ευθύνης	.37***	.32***	.61***	--	
5. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	.45***	.39***	.89***	.91***	--

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

Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται με τη χρήση περισσότερο αρνητικών ερμηνειών αναφορικά με την αιτία και την ευθύνη μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η πρώτη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την τάση των ατόμων να υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες αναφορικά με την αρνητική συμπεριφορά των συντρόφων τους.

Υπόθεση 2''

Η δεύτερη υπόθεση προέβλεπε ότι ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης θα κάνει λιγότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες για τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

Μεθοδολογικό πλαίσιο. Όπως αναφέρθηκε και στη βιβλιογραφική επισκόπηση, στην παρούσα φάση της θεωρίας της ενήλικης προσκόλλησης προτείνεται η χρήση του μοντέλου των δύο διαστάσεων, καθώς και η εξέταση των ατομικών διαφορών στην προσκόλληση με βάση διαφορές στις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής (Fraley & Shaver, 2000). Παρ' όλ' αυτά, η χρήση των τεσσάρων τύπων (ασφαλής, έμμονος, φοβικός και απορριπτικός) παραμένει προσφιλής για την περιγραφή των ατομικών διαφορών στην ενήλικη προσκόλληση. Κατά συνέπεια, πολλοί ερευνητές εξετάζουν τα δεδομένα τους με βάση τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής και στη συνέχεια χρησιμοποιούν αυτές τις διαστάσεις για την κατάταξη των ατόμων στους τέσσερις τύπους προσκόλλησης (βλ. Κεφάλαιο 1, Σχήμα 2), χρησιμοποιώντας

στατιστικές μεθόδους, όπως η ανάλυση σε συστάδες (cluster analysis). Όμως, η χρήση τέτοιων μεθόδων δε συνιστάται, καθώς έχει φανεί να έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση της στατιστικής ισχύος των αναλύσεων (Fraleley & Waller, 1998)

Κατά συνέπεια, προκειμένου να γίνει ο έλεγχος της δεύτερης υπόθεσης χρησιμοποιήθηκε μια μεθοδολογική προσέγγιση που προτείνεται από τον Fraley (2000), η οποία αφορά τη χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης. Σύμφωνα με τον Fraley (2000), όταν σκοπός του ερευνητή είναι η πρόβλεψη μίας εξαρτημένης μεταβλητής (π.χ. δυσλειτουργικές ερμηνείες) από το άγχος και την αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης, η χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης διατηρεί τις μετρήσεις των δύο διαστάσεων ενώ υπάρχει δυνατότητα ερμηνείας των beta τιμών του άγχους και της αποφυγής της εξίσωσης παλινδρόμησης ώστε να αντιστοιχούν στους τέσσερις τύπους της Bartholomew (1990). Ειδικότερα, σε ό,τι αφορά την ερμηνεία των beta τιμών, ο Fraley (2000) αναφέρει τις περιπτώσεις του Σχήματος 6.

Σχήμα 6. Χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης για την αναγωγή των δύο διαστάσεων της προσκόλλησης σε τέσσερις τύπους.

Beta Άγχους	Beta Αποφυγής	Ερμηνεία
0	0	Οι διαστάσεις της αποφυγής και του άγχους δε σχετίζονται με την εξαρτημένη μεταβλητή.
0	+	Η διάσταση της αποφυγής σχετίζεται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, ενώ το άγχος δε σχετίζεται. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα φοβικά και απορριπτικά άτομα (δηλ. τα άτομα με υψηλή αποφυγή) έχουν υψηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή από ό,τι τα ασφαλή και τα έμμονα άτομα (τα οποία παρουσιάζουν χαμηλή αποφυγή).
0	-	Η διάσταση της αποφυγής σχετίζεται αρνητικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, ενώ το άγχος δε σχετίζεται. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα φοβικά και απορριπτικά άτομα (δηλ. τα άτομα με υψηλή αποφυγή) έχουν χαμηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή από ό,τι τα ασφαλή και τα έμμονα άτομα (τα οποία παρουσιάζουν χαμηλή αποφυγή).

Σχήμα 5. Χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης για την αναγωγή των δύο διαστάσεων της προσκόλλησης σε τέσσερις τύπους (συν.)

Beta Άγχους	Beta Αποφυγής	Ερμηνεία
+	0	Η διάσταση του άγχους σχετίζεται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, ενώ η αποφυγή δε σχετίζεται. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα φοβικά και έμμονα άτομα (δηλ. τα άτομα με υψηλό άγχος) έχουν υψηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα ασφαλή και τα απορριπτικά άτομα (τα οποία παρουσιάζουν χαμηλό άγχος).
-	0	Η διάσταση του άγχους σχετίζεται αρνητικά με την εξαρτημένη μεταβλητή ενώ η αποφυγή δε σχετίζεται. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα φοβικά και έμμονα άτομα (δηλ. τα άτομα με υψηλό άγχος και αποφυγή) θα έχουν χαμηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα ασφαλή και τα απορριπτικά άτομα (τα οποία παρουσιάζουν χαμηλό άγχος).
+	+	Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής σχετίζονται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα φοβικά άτομα (υψηλά και σε άγχος και σε αποφυγή) έχουν υψηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα ασφαλή άτομα (χαμηλό άγχος και αποφυγή). Τα έμμονα και απορριπτικά άτομα έχουν ενδιάμεσες τιμές.
-	-	Οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής σχετίζονται αρνητικά με την εξαρτημένη μεταβλητή. Αναφορικά με τους τύπους της Bartholomew, τα ασφαλή άτομα (χαμηλό άγχος και αποφυγή) θα έχουν μικρότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα φοβικά άτομα (υψηλό άγχος και αποφυγή). Τα έμμονα και απορριπτικά άτομα έχουν ενδιάμεσες τιμές.
+	-	Η διάσταση του άγχους σχετίζεται θετικά και η διάσταση της αποφυγής σχετίζεται αρνητικά με την εξαρτημένη μεταβλητή. Τα άτομα με έμμονη προσκόλληση (υψηλό άγχος, χαμηλή αποφυγή) έχουν υψηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα απορριπτικά άτομα (χαμηλό άγχος, υψηλή αποφυγή). Άτομα με ασφαλή και φοβική προσκόλληση έχουν ενδιάμεσες τιμές.

Σχήμα 5. Χρήση της πολλαπλής παλινδρόμησης για την αναγωγή των δύο διαστάσεων της προσκόλλησης σε τέσσερις τύπους (συν.)

Beta Άγχους	Beta Αποφυγής	Ερμηνεία
-	+	Η διάσταση του άγχους σχετίζεται αρνητικά και η διάσταση της αποφυγής σχετίζεται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή. Τα άτομα με απορριπτική προσκόλληση (χαμηλό άγχος, υψηλή αποφυγή) έχουν υψηλότερες τιμές στην εξαρτημένη μεταβλητή απ' ό,τι τα έμμονα άτομα (υψηλό άγχος, χαμηλή αποφυγή). Άτομα με ασφαλή και φοβική προσκόλληση έχουν ενδιάμεσες τιμές.

Στατιστικές αναλύσεις. Πραγματοποιήθηκαν τρεις αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη των αποδόσεων για την αιτία και την ευθύνη της συμπεριφοράς, καθώς και για τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών αποδόσεων. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 3), για τις αποδόσεις αναφορικά με την αιτία της αρνητικής συμπεριφοράς το μοντέλο ερμήνευσε 20.3% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,248) = 33.47, p < .001$, ενώ οι διαστάσεις του άγχους ($b = .31, p < .001$) και της αποφυγής ($b = .22, p < .001$) προέβλεπαν σημαντικά τις αρνητικές αποδόσεις για την αιτία μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Για τις αποδόσεις για την ευθύνη μιας αρνητικής συμπεριφοράς, το μοντέλο ερμήνευσε το 15.2 % της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,248) = 22.13, p < .001$. Επίσης, η διάσταση του άγχους ($b = .30, p < .001$) και της αποφυγής ($b = .16, p < .05$) προέβλεπαν σημαντικά τις αποδόσεις για την αιτία μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Τέλος, για τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών αποδόσεων, το μοντέλο ερμήνευσε 21.8% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,248) = 35.81, p < .001$, ενώ οι διαστάσεις του άγχους ($b = .34, p < .001$) και της αποφυγής ($b = .21, p < .01$) προέβλεπαν σημαντικά τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών αποδόσεων.

Πίνακας 3

Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης

	Αποδόσεις αιτίας		Αποδόσεις ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
Μεταβλητές προσκόλλησης	b	t	b	t	b	t
Άγχος	.31	4.59***	.30	4.15***	.34	4.98***
Αποφυγή	.22	3.37**	.16	2.34*	.21	3.20**
R ²	.20		.15		.22	

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

Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί αν ο τύπος της σχέσης (έγγαμος ή μη-έγγαμος) ασκεί επίδραση στα αποτελέσματα αυτά πραγματοποιήθηκαν οι αναλύσεις παλινδρόμησης και για τις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 4 και Πίνακας 5) δε διέφεραν ουσιαστικά από τα αποτελέσματα των αναλύσεων για ολόκληρο το δείγμα.

Πίνακας 4

Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των έγγαμων.

	Αποδόσεις αιτίας		Αποδόσεις ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
Μεταβλητές προσκόλλησης	b	t	b	t	b	t
Άγχος	.34.	3.29***	.36	3.28***	.40	3.83***
Αποφυγή	.23	2.19*	.15	1.36	.21	2.03*
R ²	.26		.21		.29	

$p < .05$ *** $p < .001$

Πίνακας 5

Παλινδρόμηση των αποδόσεων για την αιτία, την ευθύνη και το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών αποδόσεων στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των μη-έγγαμων.

	Αποδόσεις αιτίας		Αποδόσεις ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
Μεταβλητές προσκόλλησης	b	t	b	t	b	t
Άγχος	.25	2.74**	.22	2.30*	.26	2.85**
Αποφυγή	.22	2.46*	.15	1.64	.20	2.30*
R ²	.14		.09		.14	

* $p < .05$ *** $p < .001$

Κατά συνέπεια, καθώς και οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι ο ασφαλής τύπος (χαμηλό άγχος και αποφυγή) υιοθετεί λιγότερο αρνητικές ερμηνείες για την αιτία και την ευθύνη της συμπεριφοράς, καθώς και λιγότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες μιας αρνητικής συμπεριφοράς σε σχέση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης. Με αυτόν τον τρόπο επιβεβαιώνεται η δεύτερη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης θα υιοθετεί λιγότερο δυσλειτουργικές αποδόσεις για τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

Ενήλικη προσκόλληση και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών (υποθέσεις 3 και 4)

Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων

Υπήρχαν συνολικά 17 ελλειπίς τιμές (0.002%) στις προτάσεις της *Αναθεωρημένης Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις* και 64 (0.004%) ελλειπίς τιμές στις προτάσεις της *Κλίμακας για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο*. Όλες οι ελλειπίς τιμές αντικαταστάθηκαν από το μέση τιμή του δείγματος στις εν λόγω μεταβλητές. Η αξιολόγηση των στατιστικών προϋποθέσεων οδήγησε σε μετατροπή τετραγωνικής ρίζας στις τιμές στην υποκλίμακα της αποφυγής της *Αναθεωρημένης Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις* και στην υποκλίμακα της σύγκρουσης της *Κλίμακας για τις*

Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο, προκειμένου να διορθωθεί η θετική λοξότητα. Επίσης, πραγματοποιήθηκε έλεγχος για πολυμεταβλητές ακραίες τιμές στις υπό διερεύνηση μεταβλητές χρησιμοποιώντας τη συνάρτηση Mahalanobis. Η ανάλυση αυτή κατέδειξε τρεις περιπτώσεις που αποτελούσαν πολυμεταβλητές ακραίες τιμές, οι οποίες δε χρησιμοποιήθηκαν στις συνακόλουθες στατιστικές αναλύσεις. Δεν υπήρχαν άλλες σημαντικές αποκλίσεις από την κανονικότητα, τη γραμμικότητα και την ομοσκεδαστικότητα των δεδομένων. Τέλος, δεν εμφανίστηκε πολυσυγγραμμικότητα ($r > .90$) ανάμεσα στις μεταβλητές.

Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές

Πριν από τον έλεγχο των υποθέσεων, πραγματοποιήθηκε στατιστική ανάλυση προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι τα αποτελέσματα θα αφορούν τις μεταβλητές της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης και δε θα εξαρτώνται από παρεμβαλλόμενες δημογραφικές μεταβλητές. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, στις οποίες οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, της χρονικής διάρκειας σχέσης και του τύπου της σχέσης χρησιμοποιήθηκαν ως ομάδα μεταβλητών για να προβλέψουν τις μεταβλητές προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 6) έδειξαν ότι οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, του τύπου της σχέσης και της χρονικής διάρκειας σχέσης, αν και δεν εξηγούσαν μεγάλο μέρος της διακύμανσης, σχετίζονταν σημαντικά με τις μεταβλητές προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης. Κατά συνέπεια, οι στατιστικές αναλύσεις που αφορούν τις υποθέσεις 3 και 4 πραγματοποιήθηκαν ελέγχοντας την επίδραση των μεταβλητών αυτών.

Πίνακας 6

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Δημογραφικές μεταβλητές	Άγχος προσκόλλησης		Αποφυγή Προσκόλλησης		Στρατηγική αποφυγής	
	b	t	b	T	b	t
Φύλο	-.16	-2.49*	-.00	-0.11	.06	0.95
Ηλικία	.16	1.73	.24	2.41	.31	3.27**
Τύπος σχέσης	-.06	-0.70	.01	0.12	-.11	-1.24
Διάρκεια σχέσης	-.31	-3.64***	-.22	-2.44	-.03	-0.38
R ²	.09		.04 ^{ΟΣΣ}		.07	

Δημογραφικές μεταβλητές	Στρατηγική σύγκρουσης		Στρατηγική κατηγορίας εαυτού		Στρατηγική ατομικού ενδιαφέροντος	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	-.13	-1.93	-.23	-3.46**	-.13	-1.97
Ηλικία	.08	.84	.29	3.06**	.18	1.82
Τύπος σχέσης	-.17	-1.80	-.07	-0.74	-.11	-1.21
Διάρκεια σχέσης	.02	0.25	-.22	-2.55*	-.11	-1.21
R ²	.03 ^{ΟΣΣ}		.08		.03 ^{ΟΣΣ}	

Μεταβλητές προσκόλλησης	Στρατηγική θετικής προσέγγισης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	B	t	b	t
Φύλο	.15	2.33*	-.16	-2.47*
Ηλικία	-.32	-3.41**	.31	3.16**
Τύπος σχέσης	.19	2.16*	-.16	-1.76
Διάρκεια σχέσης	-.11	-1.32	-.13	-1.47
R ²	.10		.06	

** $p < .01$ *** $p < .001$

^{ΟΣΣ} = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης

Υπόθεση 3^η

Η τρίτη υπόθεση προέβλεπε ότι οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την τάση του ατόμου να υιοθετεί περισσότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της τρίτης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης της αρνητικής συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 7), το άγχος για τις σχέσεις είχε θετική συσχέτιση με τις στρατηγικές αντιμετώπισης της αποφυγής ($r = .32, p < .001$), της σύγκρουσης ($r = .27, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = .47, p < .001$), του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = .22, p = .001$), και το συνολικό δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών ($r = .45, p < .001$). Ομοίως, η αποφυγή της εγγύτητας είχε θετική συσχέτιση με τις στρατηγικές αντιμετώπισης της αποφυγής ($r = .46, p < .001$), της σύγκρουσης ($r = .27, p = .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = .35, p < .001$), του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = .28, p < .001$), και το συνολικό δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών ($r = .48, p < .001$). Επιπλέον, η αποφυγή της εγγύτητας είχε αρνητική συσχέτιση με τη λειτουργική στρατηγική της θετικής προσέγγισης του συντρόφου ($r = -.28, p < .001$).

Πίνακας 7

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Μεταβλητές	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Άγχος G-ECR-R	--							
2. Αποφυγή G-ECR-R	.50***	--						
3. Αποφυγή MCI	.32***	.46***	--					
4. Σύγκρουση MCI	.27***	.27***	.19**	--				
5. Κατηγορία του αυτού MCI	.47***	.35***	.31***	.51***	--			
6. Ατομικό ενδιαφέρον MCI	.22***	.28***	.31***	.27***	.27***	--		
7. Θετική προσέγγιση MCI	-.11	-.28***	-.16*	-.38***	-.15*	-.02	--	
8. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών MCI	.45***	.48***	.62***	.71***	.76***	.69***	-.25***	--

** $p < .01$ *** $p < .001$

Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται με την υιοθέτηση περισσότερο αρνητικών στρατηγικών αντιμετώπισης μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Έτσι, επιβεβαιώνεται η τρίτη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την τάση των ατόμων να υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου τους.

Υπόθεση 4^η

Η τέταρτη υπόθεση προέβλεπε ότι ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης θα υιοθετεί λιγότερες δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης για τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

Μεθοδολογικό πλαίσιο. Για τον έλεγχο της τέταρτης υπόθεσης χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος που προτείνει ο Fraley (2000), η οποία βασίζεται στην πολλαπλή παλινδρόμηση και αναλύθηκε διεξοδικά στην ενότητα που αφορούσε τον έλεγχο της δεύτερης υπόθεσης.

Στατιστικές αναλύσεις. Πραγματοποιήθηκαν έξι αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη των στρατηγικών αντιμετώπισης της αποφυγής, της σύγκρουσης, της κατηγορίας του εαυτού, του ατομικού ενδιαφέροντος και της θετικής προσέγγισης, καθώς και για το δείκτη συνολικής χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών (Πίνακας 8).

Πίνακας 8

Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης

	Αποφυγή		Σύγκρουση		Κατηγορία του εαυτού	
	b	t	b	t	b	t
Μεταβλητές προσκόλλησης						
Άγχος G-ECR-R	.11	1.66	.18	2.36*	.40	5.99***
Αποφυγή G-ECR-R	.41	6.15***	.18	2.49*	.14	2.17*
R ²	.21		.09		.22	

** $p < .01$ *** $p < .001$

Πίνακας 8 (συν.)

Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ατομικό ενδιαφέρον		Θετική προσέγγιση		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	b	t	b	t	b	t
Άγχος G-ECR-R	.10	1.29	.01	0.08	.29	4.41***
Αποφυγή G-ECR-R	.24	3.28**	-.27	-3.74***	.33	5.25***
R ²	.08		.07		.27	

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

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, για τη στρατηγική της αποφυγής το μοντέλο ερμήνευσε το 21.1% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 37.212$, $p < .001$. Η διάσταση της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης ($b = .41$, $p < .001$), αλλά όχι του άγχους ($b = .11$) προέβλεπε σημαντικά τη στρατηγική της αποφυγής. Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι τα φοβικά και απορριπτικά άτομα (δηλ. τα άτομα με υψηλή αποφυγή) χρησιμοποιούν περισσότερο τη στρατηγική της αποφυγής από ό,τι τα ασφαλή και τα έμμονα άτομα (τα οποία παρουσιάζουν χαμηλή αποφυγή).

Για τη στρατηγική της σύγκρουσης το μοντέλο ερμήνευσε το 8.9% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 11.515$, $p < .001$. Η διάσταση του άγχους ($b = .18$, $p < .01$) και της αποφυγής ($b = .18$, $p < .01$) προέβλεπαν σημαντικά τη χρήση αυτής της στρατηγικής. Αναφορικά με τους τύπους προσκόλλησης, τα φοβικά άτομα (υψηλά και σε άγχος και σε αποφυγή) χρησιμοποιούν περισσότερο αυτή τη στρατηγική από ό,τι τα ασφαλή άτομα (χαμηλό άγχος και αποφυγή), ενώ τα έμμονα και απορριπτικά άτομα βρίσκονται σε ενδιάμεσο σημείο.

Για τη στρατηγική της κατηγορίας του εαυτού, το μοντέλο ερμήνευσε το 21.8% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 41.180$, $p < .001$, ενώ και η διάσταση της αποφυγής ($b = .40$, $p < .001$) και του άγχους ($b = .14$, $p < .05$) της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν σημαντικά τη χρήση της στρατηγικής της κατηγορίας του εαυτού. Σύμφωνα με αυτά τα αποτελέσματα, τα φοβικά άτομα

(υψηλά και σε άγχος και σε αποφυγή) χρησιμοποιούν περισσότερο αυτή τη στρατηγική από ότι τα ασφαλή άτομα (χαμηλό άγχος και αποφυγή), ενώ τα έμμονα και απορριπτικά άτομα βρίσκονται σε ενδιάμεσο σημείο.

Για τη στρατηγική του ατομικού ενδιαφέροντος, το μοντέλο ερμήνευσε το 8.4% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 12.673, p < .001$. Η διάσταση της αποφυγής ($b = .24, p < .01$), αλλά όχι του άγχους ($b = .10$) προέβλεπαν σημαντικά τη χρήση αυτής της στρατηγικής. Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι τα φοβικά και απορριπτικά άτομα (υψηλή αποφυγή) χρησιμοποιούν περισσότερο αυτή τη στρατηγική από ότι τα ασφαλή και τα έμμονα άτομα (χαμηλή αποφυγή).

Για τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης, το μοντέλο ερμήνευσε το 6.7% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 9.033, p = .001$. Η διάσταση της αποφυγής ($b = -.27, p < .001$), αλλά όχι του άγχους ($b = .01$) προέβλεπαν σημαντικά τη χρήση της στρατηγικής της θετικής προσέγγισης. Αναφορικά με τους τύπους προσκόλλησης, τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι τα φοβικά και απορριπτικά άτομα (υψηλή αποφυγή) χρησιμοποιούν λιγότερο τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης από ότι τα ασφαλή και τα έμμονα άτομα (χαμηλή αποφυγή).

Τέλος, για τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών το μοντέλο ερμήνευσε το 27% της διακύμανσης και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 49.473, p < .001$, ενώ και η διάσταση του άγχους ($b = .29, p < .001$) και της αποφυγής ($b = .33, p < .001$) προέβλεπαν σημαντικά τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών. Καθώς και οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται θετικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι ο ασφαλής τύπος (χαμηλό άγχος και αποφυγή) υιοθετεί λιγότερο αρνητικές στρατηγικές αντιμετώπισης μιας αρνητικής συμπεριφοράς σε σχέση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.

Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί αν ο τύπος της σχέσης (έγγαμος ή μη-έγγαμος) ασκεί επίδραση στα αποτελέσματα αυτά, πραγματοποιήθηκαν οι αναλύσεις παλινδρόμησης και για τις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 9 και Πίνακας 10) δε διέφεραν ουσιαστικά από τα αποτελέσματα των αναλύσεων για ολόκληρο το δείγμα.

Πίνακας 9

Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των έγγαμων

Μεταβλητές προσκόλλησης	Αποφυγή		Σύγκρουση		Κατηγορία του εαυτού	
	b	t	b	t	b	t
Άγχος G-ECR-R	.04	0.39	.28	2,53*	.42	4.01***
Αποφυγή G-ECR-R	.43	4.07***	.16	1,41	.09	0.87
R ²	.20		.15		.22	

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

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ατομικό ενδιαφέρον		Θετική προσέγγιση		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	b	t	b	t	b	t
Άγχος G-ECR-R	.05	0.46	-.00	0.03	.29	4.41***
Αποφυγή G-ECR-R	.32	2.79**	-.29	-2.56*	.33	5.25***
R ²	.12		.08		.27	

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

Πίνακας 10

Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των μη-έγγαμων

Μεταβλητές προσκόλλησης	Αποφυγή		Σύγκρουση		Κατηγορία του εαυτού	
	b	t	b	t	b	t
Άγχος G-ECR-R	.15	1.63	.11	1.07	.41	4.75***
Αποφυγή G-ECR-R	.43	4.92***	.17	1.72	.15	1.75
R ²	.24		.05		.22	

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

Πίνακας 10 (συν.)

Παλινδρόμηση των στρατηγικών αντιμετώπισης στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για την ομάδα των μη-έγγαμων

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ατομικό ενδιαφέρον		Θετική προσέγγιση		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	b	t	b	t	b	t
Άγχος G-ECR-R	.12	1.15	.02	0.24	.29	3.26**
Αποφυγή G-ECR-R	.17	1.73	-.26	-2.61*	.31	3.64***
R ²	.05		.06		.23	

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

Εξετάζοντας συνολικά τα αποτελέσματα αυτά, φαίνεται ότι διαφορετικοί τύποι προσκόλλησης σχετίζονται με τη χρήση διαφορετικών αρνητικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Όμως, ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης σχετίζεται με τη λιγότερη χρήση κάθε μεμονωμένης αρνητικής στρατηγικής (αποφυγή, σύγκρουση, κατηγορία του εαυτού, ατομικό ενδιαφέρον), καθώς και με τη χρήση λιγότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών συνολικά. Έτσι, επιβεβαιώνεται η τέταρτη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης υιοθετεί λιγότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές του/της συντρόφου του.

*Ερμηνείες και στρατηγικές αντιμετώπισης
αρνητικών συμπεριφορών (υπόθεση 5)*

Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων

Υπήρχαν συνολικά 33 ελλειπίες τιμές (0.004%) στις προτάσεις του Ερωτηματολογίου Αποδόσεων στις Σχέσεις και 64 (0.004%) ελλειπίες τιμές στις προτάσεις της Κλίμακας για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο. Όλες οι ελλειπίες τιμές αντικαταστάθηκαν από τη μέση τιμή του δείγματος στις εν λόγω μεταβλητές. Η αξιολόγηση των στατιστικών προϋποθέσεων οδήγησε σε μετατροπή τετραγωνικής ρίζας στις τιμές της υποκλίμακας της σύγκρουσης της Κλίμακας για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο, προκειμένου να διορθωθεί η θετική λοξότητα. Επίσης,

πραγματοποιήθηκε έλεγχος για πολυμεταβλητές ακραίες τιμές στις υπό διερεύνηση μεταβλητές χρησιμοποιώντας τη συνάρτηση Mahanalobis. Η ανάλυση αυτή κατέδειξε τρεις περιπτώσεις που αποτελούσαν πολυμεταβλητές ακραίες τιμές, οι οποίες δε χρησιμοποιήθηκαν στις συνακόλουθες στατιστικές αναλύσεις. Δεν υπήρχαν άλλες σημαντικές αποκλίσεις από την κανονικότητα, τη γραμμικότητα και την ομοσκεδαστικότητα των δεδομένων. Τέλος, δεν υπήρχε πολυσυγγραμικότητα ($r > .90$) ανάμεσα στις μεταβλητές.

Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές

Πριν από τον έλεγχο των υποθέσεων, πραγματοποιήθηκε στατιστική ανάλυση προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι τα αποτελέσματα θα αφορούν τις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης και δε θα εξαρτώνται από παρεμβαλλόμενες δημογραφικές μεταβλητές. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, στις οποίες οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, της χρονικής διάρκειας σχέσης και του τύπου της σχέσης χρησιμοποιήθηκαν ως ομάδα μεταβλητών για να προβλέψουν τις μεταβλητές αποδόσεων και στρατηγικών. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 11) έδειξαν ότι οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας και της χρονικής διάρκειας σχέσης, αν και δεν εξηγούσαν μεγάλο μέρος της διακύμανσης, σχετίζονταν σημαντικά με τις μεταβλητές αποδόσεων και στρατηγικών. Κατά συνέπεια, οι στατιστικές αναλύσεις που αφορούν την πέμπτη υπόθεση πραγματοποιήθηκαν ελέγχοντας την επίδραση των μεταβλητών αυτών.

Πίνακας 11

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

	Αποδόσεις αιτίας		Αποδόσεις ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
	b	t	b	t	b	t
Δημογραφικές μεταβλητές						
Φύλο	-.14	-2.11*	-.08	-1.23	-.12	-1.83
Ηλικία	.30	3.14**	.21	2.15*	.28	2.91**
Τύπος σχέσης	-.08	-0.87	-.07	-0.70	-.08	-0.89
Διάρκεια σχέσης	-.06	-0.69	-.19	-2.19*	-.14	-1.65
R ²	.06		.03 ^{ο.σ.σ}		.04	

Πίνακας 11 (συν.)

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

	Στρατηγική αποφυγής		Στρατηγική σύγκρουσης		Στρατηγική κατηγορίας εαυτού	
	b	t	b	t	b	t
Δημογραφικές μεταβλητές						
Φύλο	.06	0.95	-.13	-1.93	-.13	-1.97
Ηλικία	.31	3,27**	.08	.84	.18	1.82
Τύπος σχέσης	-.11	-1.24	-.17	-1.80	-.11	-1.21
Διάρκεια σχέσης	-.03	-0.38	.02	0.25	-.11	-1.21
R ²	.07		.03 ^{οσσ}		.08	

	Στρατηγική ατομικού ενδιαφέροντος		Στρατηγική θετικής προσέγγισης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	b	t	b	t	b	t
Δημογραφικές μεταβλητές						
Φύλο	-.13	-1.97	.15	2.33*	-.16	-2.47*
Ηλικία	.18	1.82	-.32	-3.41**	.31	3.16**
Τύπος σχέσης	-.11	-1.21	.19	2.16*	-.16	-1.76
Διάρκεια σχέσης	-.11	-1.21	-.11	-1.32	-.13	-1.47
R ²	.03 ^{οσσ}		.10		.06	

** $p < .01$ *** $p < .001$

^{οσσ} = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης

Υπόθεση 5^η

Η πέμπτη υπόθεση προέβλεπε ότι οι αρνητικές αποδόσεις σχετίζονται θετικά με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της πέμπτης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε αρχικά ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές των ερμηνειών και των στρατηγικών αντιμετώπισης της αρνητικής συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 12), οι αρνητικές αποδόσεις για την αιτία της συμπεριφοράς είχαν θετική συσχέτιση με τις στρατηγικές αντιμετώπισης της αποφυγής ($r = .25, p <$

.001), της σύγκρουσης ($r = .29, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = .31, p < .001$) και του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = .24, p < .001$). Αντίθετα, είχαν αρνητική συσχέτιση ($r = -.13, p < .05$) με τη λειτουργική στρατηγική της θετικής προσέγγισης. Επίσης, οι αρνητικές αποδόσεις για την ευθύνη μιας συμπεριφοράς σχετίζονταν θετικά με τη χρήση της στρατηγικής της αποφυγής ($r = .23, p < .01$), της σύγκρουσης ($r = .35, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = .35, p < .001$), του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = .14, p < .05$), ενώ είχαν αρνητική συσχέτιση ($r = -.24, p < .001$) με τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης.

Πίνακας 12

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Μεταβλητές	1	2	3	4	5	6	7
1. Αποδόσεις Αιτίας	--						
2. Αποδόσεις Ευθύνης	.60***	--					
3. Αποφυγή	.25***	.23**	--				
4. Σύγκρουση	.29***	.35***	.19**	--			
5. Κατηγορία του εαυτού	.31***	.35***	.31***	.51***	--		
6. Ατομικό ενδιαφέρον	.24***	.14*	.36***	.27***	.27***	--	
7. Θετική προσέγγιση	-.13*	-.24***	-.16*	-.38***	-.15**	-.02	--

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

Τέλος, ο συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών ερμηνειών είχε θετική συσχέτιση ($r = .44, p < .001$) με το συνολικό δείκτη υιοθέτησης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης (Πίνακας 13).

Πίνακας 13

Συσχετίσεις ανάμεσα στο συνολικό δείκτη χρήσης αρνητικών αποδόσεων και το συνολικό δείκτη υιοθέτησης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης

Μεταβλητές	1	2
1. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	--	.44***
2. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης	.44***	--

*** $p < .001$

Έλεγχος για την επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί η σχέση των αποδόσεων αιτίας και ευθύνης με τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης στους έγγαμους και μη-έγγαμους, πραγματοποιήθηκε ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι μεταβλητές των αποδόσεων χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη του συνολικού δείκτη δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 14), για τους έγγαμους το μοντέλο ερμήνευσε το 20.5% της διακύμανσης του συνολικού δείκτη δυσλειτουργικών στρατηγικών και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,113) = 17.371, p < .001$. Η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων αιτίας ($b = .26, p < .01$) και ευθύνης ($b = .26, p < .01$) προέβλεπαν τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης της αρνητικής συμπεριφοράς των ερωτικών συντρόφων. Για τους μη-έγγαμους, το μοντέλο παλινδρόμησης ερμήνευσε το 13.4% της διακύμανσης των δυσλειτουργικών στρατηγικών και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,124) = 10.465, p < .001$. Μόνο η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων αιτίας ($b = .27, p < .05$) προέβλεπε τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης της αρνητικής συμπεριφοράς στους μη-έγγαμους.

Πίνακας 14

Παλινδρόμηση του συνολικού δείκτη δυσλειτουργικών στρατηγικών στις αποδόσεις αιτίας και ευθύνης για έγγαμους και μη-έγγαμους

Μεταβλητές αποδόσεων	Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών στους έγγαμους		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών στους μη-έγγαμους	
	b	t	b	t
Αποδόσεις αιτίας	.26	2.68**	.27	2.48*
Αποδόσεις ευθύνης	.26	2.68**	.17	1.54
R ²	.21		.13	

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

Συνολικά, τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι οι αρνητικές αποδόσεις για την αιτία και την ευθύνη μιας αρνητικής συμπεριφοράς σχετίζονται θετικά με τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης και αρνητικά με τη χρήση λειτουργικών στρατηγικών. Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η πέμπτη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι αρνητικές αποδόσεις σχετίζονται θετικά με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων.

Ενήλικη προσκόλληση, ερμηνείες, στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων και η ικανοποίηση από τη σχέση (υποθέσεις 6, 7, 8, 9, 10α και 10β)

Έλεγχος της καταλληλότητας των δεδομένων

Υπήρχαν συνολικά 13 ελλειπείς τιμές (0.008%) στις προτάσεις της *Κλίμακας Ποιότητας της Σχέσης*, 17 ελλειπείς τιμές (0.002%) στις προτάσεις της *Αναθεωρημένης Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις*, 33 ελλειπείς τιμές (0.004%) στις προτάσεις του *Ερωτηματολογίου Αποδόσεων στις Σχέσεις* και 64 (0.004%) ελλειπείς τιμές στις προτάσεις της *Κλίμακας για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο*. Όλες οι ελλειπείς τιμές αντικαταστάθηκαν από το μέση τιμή του δείγματος στις εν λόγω μεταβλητές.

Η αξιολόγηση των στατιστικών προϋποθέσεων οδήγησε σε μετατροπή τετραγωνικής ρίζας στις τιμές της υποκλίμακας της αποφυγής της *Αναθεωρημένης*

Κλίμακας για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις και στην υποκλίμακα της σύγκρουσης της *Κλίμακας για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις και στο Γάμο* για να διορθωθεί η θετική λοξότητα. Επίσης, έγινε μετατροπή αντίστροφης τετραγωνικής ρίζας στις τιμές της *Κλίμακας Ποιότητας της Σχέσης* προκειμένου για διορθωθεί η αρνητική λοξότητα. Τέλος, πραγματοποιήθηκε έλεγχος για πολυμεταβλητές ακραίες τιμές στις υπό διερεύνηση μεταβλητές χρησιμοποιώντας τη συνάρτηση Mahalanobis. Η ανάλυση αυτή κατέδειξε τρεις περιπτώσεις που αποτελούσαν πολυμεταβλητές ακραίες τιμές, και οι οποίες δε χρησιμοποιήθηκαν στις στατιστικές αναλύσεις. Δεν υπήρχαν άλλες σημαντικές αποκλίσεις από την κανονικότητα, τη γραμμικότητα και την ομοσκεδαστικότητα των δεδομένων. Τέλος, δεν υπήρχε πολυσυγγραμμικότητα ($r > .90$) ανάμεσα στις μεταβλητές.

Έλεγχος για παρεμβαλλόμενες μεταβλητές

Πριν από τον έλεγχο των υποθέσεων, πραγματοποιήθηκε στατιστική ανάλυση προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι τα αποτελέσματα θα αφορούν τις μεταβλητές των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης και δε θα εξαρτώνται από παρεμβαλλόμενες δημογραφικές μεταβλητές. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης, στις οποίες οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, της χρονικής διάρκειας σχέσης και του τύπου της σχέσης χρησιμοποιήθηκαν ως ομάδα μεταβλητών για να προβλέψουν τις μεταβλητές προσκόλλησης, αποδόσεων, στρατηγικών αντιμετώπισης και ικανοποίησης από τη σχέση. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 15) έδειξαν ότι οι μεταβλητές του φύλου, της ηλικίας, του τύπου της σχέσης και της χρονικής διάρκειας σχέσης, αν και δεν εξηγούσαν μεγάλο μέρος της διακύμανσης, σχετίζονταν σημαντικά με τις μεταβλητές προσκόλλησης, αποδόσεων, στρατηγικών αντιμετώπισης και ικανοποίησης από τη σχέση. Κατά συνέπεια, οι στατιστικές αναλύσεις που αφορούν τις υποθέσεις 6,7,8,9,10α και 10β πραγματοποιήθηκαν ελέγχοντας την επίδραση των μεταβλητών αυτών.

Πίνακας 15

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση, της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Δημογραφικές μεταβλητές	Ικανοποίηση από τη σχέση		Άγχος G-ECR-R		Αποφυγή G-ECR-R	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	-.17	-2.68**	-.16	-2.47*	-.01	-0.11
Ηλικία	.47	5.06***	.16	1.65	.24	2.48*
Τύπος σχέσης	-.20	-2.29*	-.06	-0.67	.01	0.12
Διάρκεια σχέσης	-.22	-2.59**	-.32	-3.74***	-.23	-2.65**
R ²	.11		.09		.04	

Δημογραφικές μεταβλητές	Αποδόσεις αιτίας		Αποδόσεις ευθύνης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	-.14	-2.11*	-.08	-1.23	-.12	-1.83
Ηλικία	.30	3.14**	.21	2.15*	.28	2.91**
Τύπος σχέσης	-.08	-0.87	-.07	-0.70	-.08	-0.89
Διάρκεια σχέσης	-.06	-0.69	-.19	-2.19*	-.14	-1.65
R ²	.06		.03 ^{οσσ}		.04	

Δημογραφικές μεταβλητές	Στρατηγική αποφυγής		Στρατηγική σύγκρουσης		Στρατηγική κατηγορίας εαυτού	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	.06	0.95	-.13	-1.93	-.13	-1.97
Ηλικία	.31	3,27**	.08	.84	.18	1.82
Τύπος σχέσης	-.11	-1.24	-.17	-1.80	-.11	-1.21
Διάρκεια σχέσης	-.03	-0.38	.02	0.25	-.11	-1.21
R ²	.07		.03 ^{οσσ}		.08	

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

^{οσσ} = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης Πίνακας 15 (συν.)

Πίνακας 15 (συν.)

Παλινδρόμηση των δημογραφικών μεταβλητών στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση, της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Δημογραφικές μεταβλητές	Στρατηγική ατομικού ενδιαφέροντος		Στρατηγική θετικής προσέγγισης		Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	
	b	t	b	t	b	t
Φύλο	-.13	-1.97	.15	2.33*	-.16	-2.47*
Ηλικία	.18	1.82	-.32	-3.41**	.31	3.16**
Τύπος σχέσης	-.11	-1.21	.19	2.16*	-.16	-1.76
Διάρκεια σχέσης	-.11	-1.21	-.11	-1.32	-.13	-1.47
R ²	.03 ^{ΟΣΣ}		.10		.06	

** $p < .01$ *** $p < .001$

ΟΣΣ = Όχι στατιστικά σημαντικό μοντέλο παλινδρόμησης

Υπόθεση δ'

Η έκτη υπόθεση προέβλεπε ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση από τη σχέση.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της έκτης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης και την ικανοποίηση από τη σχέση. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 16), το άγχος για τις σχέσεις ($r = -.36, p < .001$) και η αποφυγή της εγγύτητας ($r = -.51, p < .001$) είχαν αρνητική συσχέτιση με την ικανοποίηση από τη σχέση.

Πίνακας 16

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές προσκόλλησης και ικανοποίησης από τη σχέση

Μεταβλητές	1	2	3
1. Ικανοποίηση από τη σχέση	--		
2. Άγχος G-ECR-R	-.36***	--	
3. Αποφυγή G-ECR-R	-.51***	.49***	--

*** $p < .001$

Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η έκτη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Υπόθεση 7^η

Η έβδομη υπόθεση προέβλεπε ότι ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης βιώνει περισσότερη ικανοποίηση στη σχέση, σε σύγκριση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.

Μεθοδολογικό πλαίσιο. Για τον έλεγχο της έβδομης υπόθεσης χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος που προτείνει ο Fraley (2000), η οποία βασίζεται στην πολλαπλή παλινδρόμηση και χρησιμοποιήθηκε στον έλεγχο της δεύτερης και τέταρτης υπόθεσης.

Στατιστικές αναλύσεις. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη της ικανοποίησης από τη σχέση (Πίνακας 17). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, το μοντέλο ερμήνευσε το 23.5% της διακύμανσης της ικανοποίησης από το γάμο και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,246) = 44.403, p < .001$. Οι διαστάσεις της αποφυγής ($b = -.42, p < .001$) και του άγχους ($b = -.13, p < .05$) προέβλεπαν σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση. Καθώς και οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται αρνητικά με την εξαρτημένη μεταβλητή, τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι ο ασφαλής τύπος (χαμηλό άγχος και αποφυγή) βιώνει μεγαλύτερη ικανοποίηση σε σχέση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης.

Πίνακας 17

Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ικανοποίηση από τη σχέση	
	b	t
Άγχος G-ECR-R	-.13	-2.06*
Αποφυγή G-ECR-R	-.42	-6.66***
R ²	.24	

* $p < .05$ *** $p < .001$

Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί αν ο τύπος της σχέσης (έγγαμος ή μη-έγγαμος) ασκεί επίδραση στα αποτελέσματα αυτά πραγματοποιήθηκαν οι αναλύσεις παλινδρόμησης και για τις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Για την ομάδα των έγγαμων (Πίνακας 18), τα αποτελέσματα ήταν ίδια με το συνολικό μοντέλο, καθώς και η αποφυγή ($b = -.37, p < .001$) και το άγχος ($b = -.24, p < .01$) προέβλεπαν σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση.

Πίνακας 18

Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για τους έγγαμους

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ικανοποίηση από τη σχέση	
	b	T
Άγχος G-ECR-R	-.24	-2.44**
Αποφυγή G-ECR-R	-.37	-3.76***
R ²	.29	

** $p < .01$ *** $p < .001$

Όμως, για την ομάδα των μη – έγγαμων (Πίνακας 19), η διάσταση της αποφυγής ($b = -.45, p < .001$) αλλά όχι του άγχους ($b = -.03$) της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπε σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση.

Πίνακας 19

Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης για τους μη - έγγαμους

Μεταβλητές προσκόλλησης	Ικανοποίηση από τη σχέση	
	b	T
Άγχος G-ECR-R	-.03	-0.35
Αποφυγή G-ECR-R	-.45	-5.47***
R ²	.20	

*** $p < .001$

Κατά συνέπεια, για την ομάδα των εγγάμων τα ασφαλή άτομα (χαμηλό άγχος και αποφυγή) βιώνουν την υψηλότερη ικανοποίηση, τα έμμονα και απορριπτικά άτομα βρίσκονται σε ενδιάμεσο σημείο ενώ τα φοβικά άτομα (υψηλά και σε άγχος και σε αποφυγή) βιώνουν τη χαμηλότερη ικανοποίηση. Για την ομάδα των μη-έγγαμων, τα άτομα με ασφαλή και έμμονη προσκόλληση (χαμηλή αποφυγή) βιώνουν τη μεγαλύτερη ικανοποίηση. Συνολικά, τα αποτελέσματα αυτά παρουσιάζουν μερική στήριξη για την έβδομη υπόθεση, σύμφωνα με την οποία ο ασφαλής τύπος προσκόλλησης βιώνει περισσότερη ικανοποίηση στη σχέση, σε σύγκριση με τους άλλους τύπους προσκόλλησης. Αυτό φάνηκε να ισχύει στην ομάδα των έγγαμων συμμετεχόντων, ενώ στην ομάδα των μη-έγγαμων συμμετεχόντων, ο ασφαλής και ο έμμονος τύπος φάνηκε να βιώνουν τη μεγαλύτερη ικανοποίηση από τη σχέση.

Υπόθεση 8''

Η όγδοη υπόθεση προέβλεπε ότι οι αρνητικές αποδόσεις/ερμηνείες σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της όγδοης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές των αποδόσεων και την ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 20) έδειξαν ότι οι αρνητικές αποδόσεις για την αιτία ($r = -.46, p = .001$) και την ευθύνη ($r = -.43, p = .001$) μιας συμπεριφοράς, καθώς και ο γενικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων ($r = -.49, p = .001$) είχαν αρνητική συσχέτιση με την ικανοποίηση από τη σχέση.

Πίνακας 20

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση και των αποδόσεων

Μεταβλητές	1	2	3	4
1. Ικανοποίηση από τη σχέση	--			
2. Αποδόσεις αιτίας	-.46***	--		
3. Αποδόσεις ευθύνης	-.43***	.60***	--	
4. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών αποδόσεων	-.49***	.88***	.91***	--

*** $p < .001$

Ελεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί η σχέση των αποδόσεων αιτίας και ευθύνης με την ικανοποίηση από τη σχέση σε έγγαμους και μη-έγγαμους, πραγματοποιήθηκε ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι μεταβλητές των αποδόσεων χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη της ικανοποίησης από τη σχέση. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 21), για τους έγγαμους το μοντέλο ερμήνευσε το 31.8% της διακύμανσης της ικανοποίησης από το γάμο και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,113) = 31.448, p < .001$. Η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων αιτίας ($b = .25, p < .01$) και ευθύνης ($b = .39, p < .001$) απέναντι στις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από το γάμο. Για τους μη-έγγαμους, το μοντέλο παλινδρόμησης ερμήνευσε το 17.5% της διακύμανσης της ικανοποίησης από τη σχέση και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(2,124) = 15.710, p < .001$. Η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων αιτίας ($b = .41, p < .001$), αλλά όχι ευθύνης ($b = .06$), προέβλεπε τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση στους μη-έγγαμους.

Πίνακας 21

Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις αποδόσεις αιτίας και ευθύνης για έγγαμους και μη-έγγαμους

Μεταβλητές αποδόσεων	Ικανοποίηση από τη σχέση έγγαμων		Ικανοποίηση από τη σχέση μη-έγγαμων	
	b	t	b	t
Αποδόσεις αιτίας	-.25	-2.74**	-.41	-4.08***
Αποδόσεις ευθύνης	-.39	-4.43***	-.06	-0.57
R ²	.32		.18	

* $p < .05$ *** $p < .001$

Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η όγδοη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι δυσλειτουργικές αποδόσεις σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Υπόθεση 9^η

Η ένατη υπόθεση προέβλεπε ότι οι δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης θα σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Στατιστικές αναλύσεις. Για τον έλεγχο της ένατης υπόθεσης πραγματοποιήθηκε αρχικά ανάλυση συσχέτισης ανάμεσα στις μεταβλητές των στρατηγικών αντιμετώπισης και την ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα (Πίνακας 22) έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με τις στρατηγικές αντιμετώπισης της αποφυγής ($r = -.37, p < .001$), της σύγκρουσης ($r = -.35, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = -.41, p < .001$), του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = -.33, p = .001$) και με το συνολικό δείκτη δυσλειτουργικών στρατηγικών ($r = -.52, p < .001$). Αντίθετα, είχε θετική συσχέτιση ($r = .30, p < .001$) με τη λειτουργική στρατηγική της θετικής προσέγγισης.

Πίνακας 22

Συσχετίσεις ανάμεσα στις μεταβλητές της ικανοποίησης από τη σχέση και των στρατηγικών αντιμετώπισης

Μεταβλητές	1	2	3	4	5	6	7
1. Ικανοποίηση από τη σχέση	--						
2. Αποφυγή	-.37***	--					
3. Σύγκρουση	-.35***	.19**	--				
4. Κατηγορία του εαυτού	-.41***	.31***	.51***	--			
5. Ατομικό ενδιαφέρον	-.33***	.36***	.27***	.27***	--		
6. Θετική προσέγγιση	.30***	-.16*	-.38***	-.15*	-.02	--	
7. Συνολικός δείκτης δυσλειτουργικών στρατηγικών	-.52***	.63***	.71***	.76***	-.69**	-.25***	--

** $p < .01$ *** $p < .001$

Έλεγχος για επίδραση του τύπου της σχέσης. Προκειμένου να εξεταστεί η σχέση των στρατηγικών αντιμετώπισης με την ικανοποίηση από τη σχέση στους έγγαμους και μη-έγγαμους, πραγματοποιήθηκε ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, όπου οι μεταβλητές των στρατηγικών χρησιμοποιήθηκαν για την πρόβλεψη της ικανοποίησης από τη σχέση. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Πίνακας 23), για τους έγγαμους το μοντέλο ερμήνευσε το 35.2% της διακύμανσης της ικανοποίησης από το γάμο και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(5,110) = 14.386, p < .001$. Η χρήση των στρατηγικών της κατηγορίας του εαυτού ($b = -.31, p < .01$), της αποφυγής ($b = -.18, p < .05$) και η μη-χρήση της θετικής προσέγγισης ($b = .19, p < .05$) προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Για τους μη-έγγαμους, το μοντέλο παλινδρόμησης

ερμήνευσε το 28% της διακύμανσης της ικανοποίησης από τη σχέση και ήταν στατιστικά σημαντικό, $F(5,121) = 10.869, p < .001$. Η μη-χρήση της θετικής προσέγγισης ($b = .28, p < .001$), το ατομικό ενδιαφέρον ($b = -.24, p < .01$), η αποφυγή ($b = -.19, p < .05$), και η κατηγορία του εαυτού ($b = -.20, p < .05$) προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση στην ομάδα των μη-έγγαμων.

Πίνακας 23

Παλινδρόμηση της ικανοποίησης από τη σχέση στις στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών για έγγαμους και μη-έγγαμους

Μεταβλητές στρατηγικών αντιμετώπισης	Ικανοποίηση από τη σχέση έγγαμων		Ικανοποίηση από τη σχέση μη-έγγαμων	
	b	t	b	t
Αποφυγή	-.18	-2.08*	-.19	-2.19*
Σύγκρουση	-.17	-1.88	-.03	-0.32
Κατηγορία εαυτού	-.31	-3.18**	-.20	-2.22*
Ατομικό ενδιαφέρον	-.12	-1.41	-.24	-2.99**
Θετική προσέγγιση	.19	2.26*	.28	3.30***
R ²	.35		.35	

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

Κατά συνέπεια, επιβεβαιώνεται η ένατη ερευνητική υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι δυσλειτουργικές αποδόσεις σχετίζονται αρνητικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

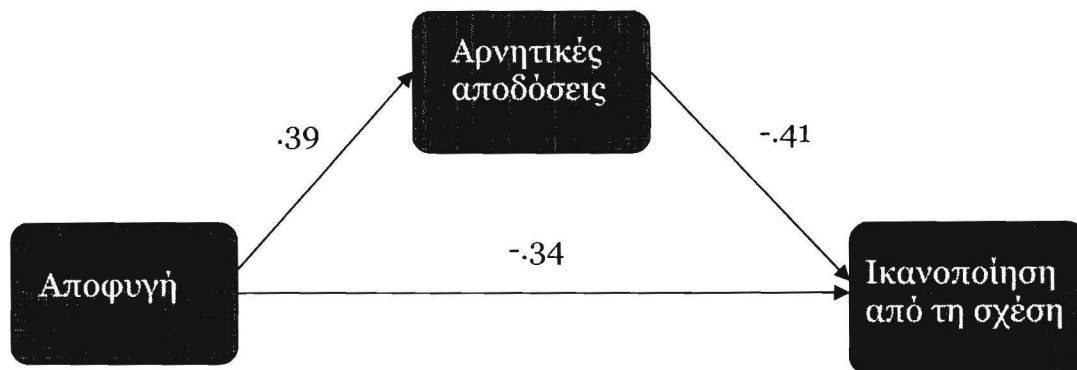
Υπόθεση 10^η

Η δέκατη υπόθεση προέβλεπε ότι στη σχέση μεταξύ των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, υπάρχει διαμεσολάβηση από τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Συγκεκριμένα (10α), οι διαστάσεις της αποφυγής και του άγχους αναμένεται να έχουν μια μη-απευθείας επίδραση, μέσω των αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης, στην ικανοποίηση από τη σχέση. Επίσης (10β), οι αποδόσεις αναμένεται να έχουν και μια μη-απευθείας επίδραση στην ικανοποίηση μέσω των στρατηγικών αντιμετώπισης.

Στατιστικές αναλύσεις. Προκειμένου να ελεγχθεί η διαμεσολάβηση μεταξύ μεταβλητών χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος z-prime (MacKinnon et al., 2002). Αυτή η στατιστική ανάλυση προϋποθέτει: α) η ανεξάρτητη μεταβλητή προβλέπει τη διαμεσολαβητική μεταβλητή, β) η διαμεσολαβητική μεταβλητή προβλέπει την εξαρτημένη μεταβλητή ενώ ελέγχεται η επίδραση της ανεξάρτητης μεταβλητής, και γ) η επίδραση της ανεξάρτητης μεταβλητής στην εξαρτημένη μειώνεται όταν ελέγχεται η επίδραση της διαμεσολαβητικής μεταβλητής. Εάν η ανεξάρτητη μεταβλητή δεν έχει στατιστικά σημαντική επίδραση στην εξαρτημένη ενώ ελέγχεται η διαμεσολαβητική μεταβλητή, υπάρχει πλήρης διαμεσολάβηση (full mediation), ενώ αν εξακολουθεί να έχει επίδραση υπάρχει μερική διαμεσολάβηση (partial mediation). Στη μέθοδο z-prime, η τρίτη προϋπόθεση, δηλαδή η μείωση της επίδρασης της ανεξάρτητης μεταβλητής όταν ελέγχεται η επίδραση της διαμεσολαβητικής μεταβλητής, ελέγχεται για στατιστική σημαντικότητα με τη συνάρτηση Sobel.

Αρχικά, εξετάστηκε η διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών ερμηνειών ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πρώτη προϋπόθεση της μεθόδου z-prime ίσχυε, καθώς και η διάσταση της αποφυγής ($b = -.50, p < .001$) και του άγχους ($b = -.36, p < .001$) της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση. Η δεύτερη προϋπόθεση επίσης ίσχυε, καθώς οι δυσλειτουργικές ερμηνείες πρόβλεπαν την ικανοποίηση από τη σχέση ενώ ελεγχόταν η επίδραση των μεταβλητών της αποφυγής ($b = -.41, p < .001$) και του άγχους ($b = -.47, p < .001$) ενήλικης προσκόλλησης. Τέλος, ίσχυε και η τρίτη προϋπόθεση, καθώς μειώθηκε σημαντικά η επίδραση της αποφυγής ($b = -.34, p < .001$; τιμή συνάρτησης Sobel $z = 4.91, p < .001$) και του άγχους ($b = -.09, p > .05$; τιμή συνάρτησης Sobel $z = 5.10, p < .001$) στην ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ ελεγχόταν η επίδραση των δυσλειτουργικών ερμηνειών. Μετά από τον έλεγχο των δυσλειτουργικών ερμηνειών, η επίδραση της αποφυγής στην ικανοποίηση από τη σχέση εξακολούθησε να είναι στατιστικά σημαντική, ενώ η επίδραση του άγχους στην ικανοποίηση από τη σχέση δεν ήταν στατιστικά σημαντική. Σύμφωνα με αποτελέσματα αυτά, υπάρχει μερική διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών ερμηνειών στη σχέση αποφυγής και ικανοποίησης από τη σχέση (Σχήμα 7) και πλήρης διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών ερμηνειών στη σχέση άγχους και ικανοποίησης (Σχήμα 8).

Σχήμα 7. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των αρνητικών ερμηνειών ανάμεσα στην αποφυγή της εγγύτητας και την ικανοποίηση από τη σχέση.



$$z = 4.91, p < .001$$

Σχήμα 8. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των αρνητικών ερμηνειών ανάμεσα στο άγχος για τις σχέσεις και την ικανοποίηση από τη σχέση.

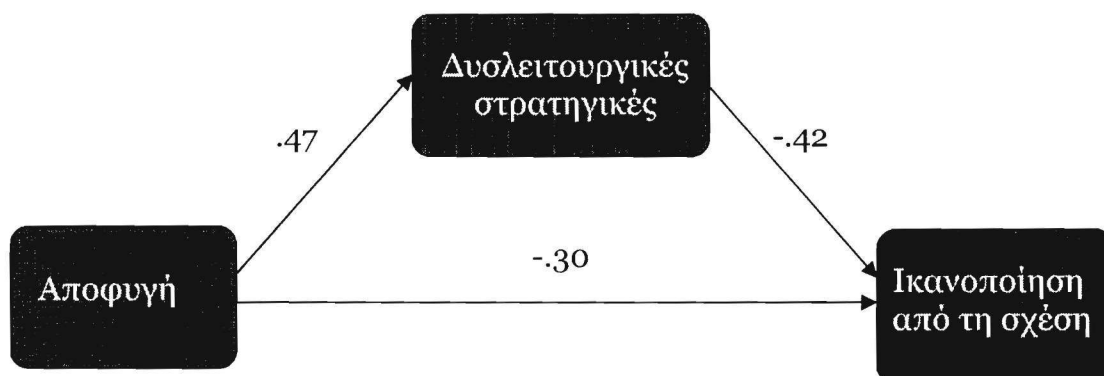


$$z = 5.10, p < .001$$

Στη συνέχεια, εξετάστηκε η διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πρώτη προϋπόθεση της μεθόδου *z-prime* ίσχυε, καθώς και η διάσταση της αποφυγής ($b = -.50, p < .001$) και του άγχους ($b = -.36, p < .001$) της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση. Η δεύτερη προϋπόθεση επίσης ίσχυε, καθώς οι δυσλειτουργικές αποδόσεις πρόβλεπαν την ικανοποίηση από τη σχέση ενώ ελεγχόταν η επίδραση των μεταβλητών της αποφυγής ($b = -.43, p < .001$) και του άγχους ($b = -.51, p < .001$) της ενήλικης προσκόλλησης. Τέλος, ίσχυε και η τρίτη προϋπόθεση, καθώς μειώθηκε σημαντικά η επίδραση της αποφυγής ($b = -.30, p < .001$; τιμή συνάρτησης Sobel $z = 5.29, p < .001$) και του άγχους ($b = -.07, p > .05$; τιμή συνάρτησης Sobel $z = 5.49, p < .001$) στην ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ ελεγχόταν η επίδραση των δυσλειτουργικών στρατηγικών. Ελέγχοντας την επίδραση των δυσλειτουργικών στρατηγικών, η επίδραση της αποφυγής στην ικανοποίηση από τη σχέση εξακολούθησε να είναι στατιστικά σημαντική, ενώ η επίδραση του άγχους στην

ικανοποίηση από τη σχέση δεν ήταν στατιστικά σημαντική. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, υπάρχει μερική διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης στη σχέση αποφυγής και ικανοποίηση από τη σχέση (Σχήμα 9) και πλήρη διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης στη σχέση άγχους και ικανοποίησης (Σχήμα 10).

Σχήμα 9. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στην αποφυγή της εγγύτητας και την ικανοποίηση από τη σχέση.



$$z = 5.29, p < .001$$

Σχήμα 10. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στο άγχος για τις σχέσεις και την ικανοποίηση από τη σχέση.

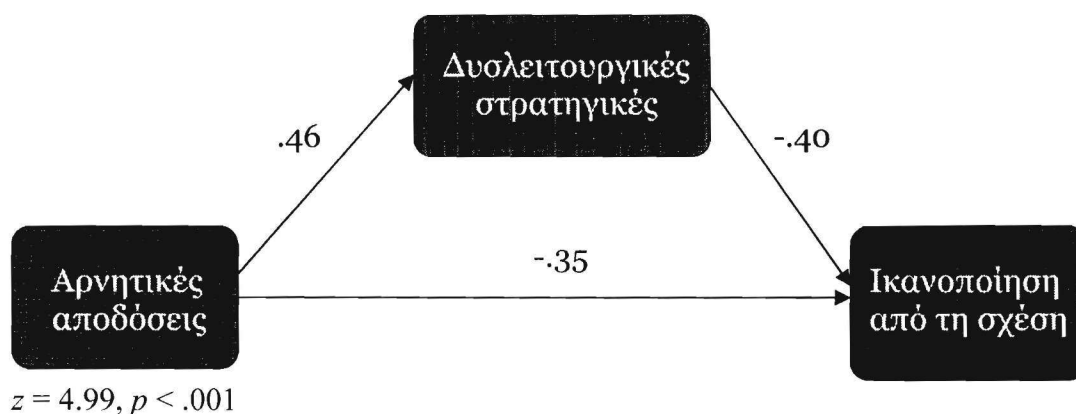


$$z = 5.49, p < .001$$

Τέλος, εξετάστηκε η διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στις δυσλειτουργικές αποδόσεις και την ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πρώτη προϋπόθεση της μεθόδου *z-prime* ίσχυε, καθώς οι δυσλειτουργικές αποδόσεις ($b = -.68, p < .001$) προέβλεπαν σημαντικά την ικανοποίηση από τη σχέση. Η δεύτερη προϋπόθεση επίσης ίσχυε, καθώς οι αρνητικές στρατηγικές πρόβλεπαν την ικανοποίηση από τη σχέση ενώ ελεγχόταν η επίδραση των αποδόσεων ($b = -.40, p < .001$). Τέλος, ίσχυε και η τρίτη

προϋπόθεση, καθώς μειώθηκε σημαντικά η επίδραση των αρνητικών αποδόσεων ($b = -.45, p < .001$; τιμή συνάρτησης Sobel $z = 4.99, p < .001$) στην ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ ελεγχόταν η επίδραση των δυσλειτουργικών στρατηγικών. Η επίδραση των αρνητικών ερμηνειών στην ικανοποίηση από τη σχέση εξακολούθησε να είναι στατιστικά σημαντική μετά από τον έλεγχο της επίδρασης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Έτσι, σύμφωνα με αποτελέσματα αυτά, υπάρχει μερική διαμεσολάβηση των δυσλειτουργικών στρατηγικών στη σχέση αρνητικών ερμηνειών και ικανοποίησης από τη σχέση (Σχήμα 11).

Σχήμα 11. Απεικόνιση της διαμεσολάβησης των δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης ανάμεσα στις αρνητικές ερμηνείες και την ικανοποίηση από τη σχέση.

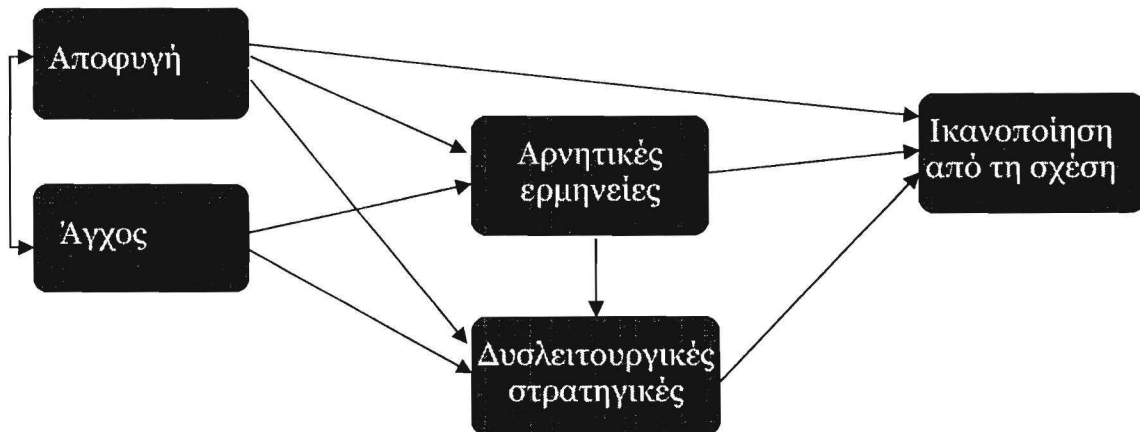


Έλεγχος συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης. Με βάση τα αποτελέσματα των στατιστικών αναλύσεων για τη διαμεσολάβηση μεταξύ των μεταβλητών, κατασκευάστηκε ένα συνολικό μοντέλο διαμεσολάβησης (Σχήμα 12). Στο μοντέλο αυτό η αποφυγή της εγγύτητας, οι δυσλειτουργικές ερμηνείες και οι δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης ασκούν μια απ' ευθείας επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση. Το άγχος για τις σχέσεις ασκεί έμμεση επίδραση, μέσω των στρατηγικών και των ερμηνειών. Τέλος, οι ερμηνείες ασκούν και μια επιπλέον έμμεση επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση μέσω των στρατηγικών.

Η καταλληλότητα του μοντέλου αυτού εξετάστηκε με τη μέθοδο της ανάλυσης διαδρομών (path analysis). Με βάση τις προτάσεις των Hu & Bentler (1999) για τον έλεγχο της επάρκειας του μοντέλου χρησιμοποιήθηκαν τα ακόλουθα κριτήρια: (α) το χ^2 , του οποίου η τιμή θα πρέπει να είναι μη-σημαντική για να θεωρηθεί ότι το μοντέλο που εξετάζεται έχει καλή προσαρμογή, (β) ο Συγκριτικός Δείκτης Προσαρμογής (Comparative Fit Index; CFI), του οποίου η τιμή θα πρέπει να είναι

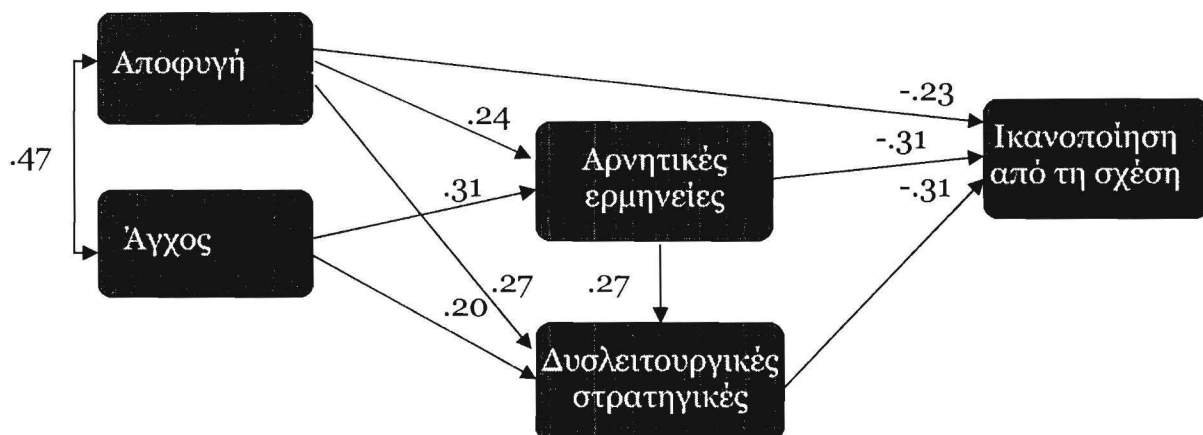
μεγαλύτερη του .95 για καλή προσαρμογή, (γ) η Μέση Τετραγωνική Ρίζα του Σφάλματος Προσέγγισης (Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA), όπου τιμή μικρότερη του .06 σημαίνει καλή προσαρμογή, και (δ) το Τυποποιημένο Υπόλοιπο της Μέσης Τετραγωνικής Ρίζας (Standardized Root Mean Square Residual; SRMR) όπου απαιτείται τιμή μικρότερη του .08 για καλή προσαρμογή.

Σχήμα 12. Απεικόνιση του προτεινόμενου συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης.



Σύμφωνα με τα αποτελέσματα (Σχήμα 13), το προτεινόμενο συνολικό μοντέλο διαμεσολάβησης παρουσίασε εξαιρετική επάρκεια ($\chi^2(1) = 0.31, p = .58, CFI = 1.00, RMSEA = .00, SRMR = .01$). Όλες οι παράμετροι του μοντέλου ήταν στατιστικά σημαντικές στο επίπεδο του .05.

Σχήμα 13. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης.

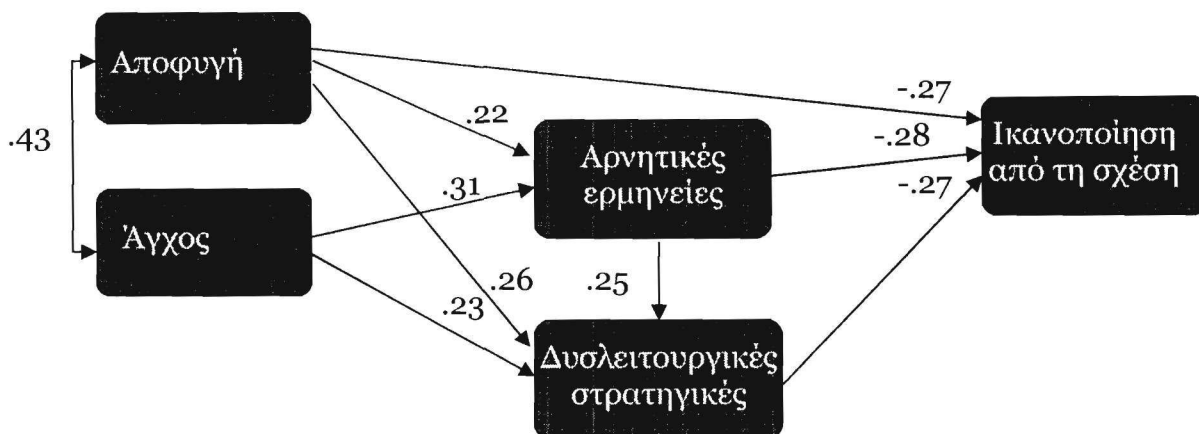


$\chi^2(1) = 0.31, p = 0.58$
 $CFI = 1.00$ $RMSEA = 0.00$ $SRMR = 0.01$

Στη συνέχεια, προκειμένου να διαπιστωθεί η επίδραση του τύπου της σχέσης,

εξετάστηκε η επάρκεια του μοντέλου αυτού και στις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Τα αποτελέσματα έδειξαν (Σχήμα 14 και Σχήμα 15) ότι το προτεινόμενο μοντέλο διαμεσολάβησης είχε επάρκεια ανεξαρτήτως από τον τύπο της σχέσης.

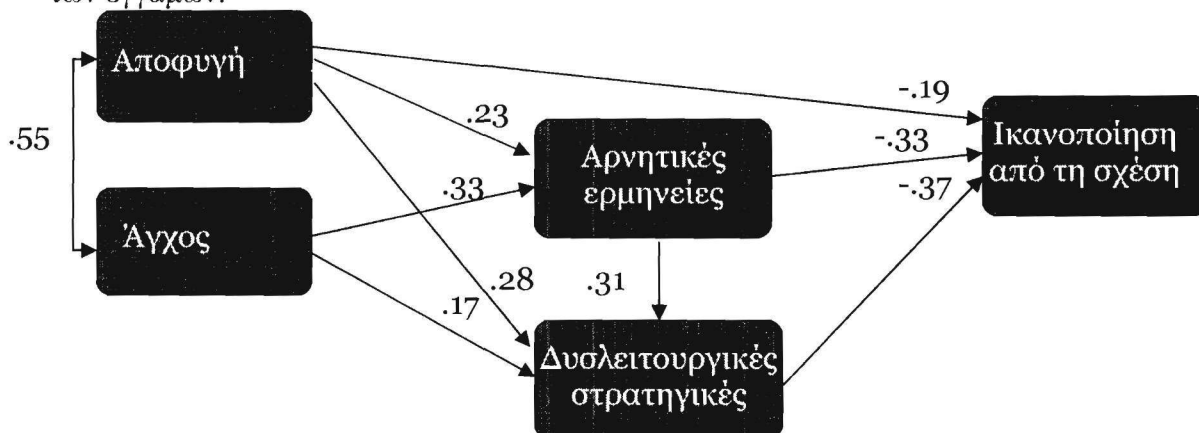
Σχήμα 14. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης για την ομάδα των μη-έγγαμων.



$$\chi^2(1) = 1.45, p = 0.23$$

$$CFI = 1.00 \text{ RMSEA} = 0.06 \text{ SRMR} = 0.02$$

Σχήμα 15. Προσαρμογή του συνολικού μοντέλου διαμεσολάβησης για την ομάδα των έγγαμων.



$$\chi^2(1) = 0.44, p = 0.51$$

$$CFI = 1.00 \text{ RMSEA} = 0.00 \text{ SRMR} = 0.01$$

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, επιβεβαιώνεται η 10^η ερευνητική υπόθεση, η οποία προέβλεπε ότι στη σχέση μεταξύ των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, υπάρχει διαμεσολάβηση από τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης.

Κεφάλαιο 4^ο: Συζήτηση

Σύμφωνα με τη θεωρία της προσκόλλησης, τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας (EME) κατευθύνουν σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές στις ερωτικές σχέσεις των ενηλίκων. Παρόλα αυτά, ο τρόπος με τον οποίο τα EME επιδρούν στην επεξεργασία, ερμηνεία και διαχείριση αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων δεν έχει επαρκώς διερευνηθεί. Η παρούσα διατριβή είχε ως βασικό στόχο να καλύψει αυτό το κενό στη βιβλιογραφία. Σε αυτό το πλαίσιο, διερευνήθηκε η σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις ατομικές διαφορές στις ερμηνείες και τις στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών των ερωτικών συντρόφων και εξετάστηκε ένα μοντέλο αναφορικά με την ενήλικη προσκόλληση, τις ερμηνείες, τις στρατηγικές αντιμετώπισης και την ικανοποίηση από τη σχέση. Προκειμένου να καθοριστούν οι σχέσεις ανάμεσα στις μεταβλητές του μοντέλου, ήταν προηγουμένως απαραίτητο να εξετασθούν: (α) η σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις αποδόσεις, (β) η σχέση προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης, (γ) η σχέση αποδόσεων και στρατηγικών, (δ) η σχέση προσκόλλησης και ικανοποίησης από τη σχέση, (ε) η σχέση αποδόσεων και ικανοποίησης από τη σχέση, και (στ) η σχέση στρατηγικών αντιμετώπισης και ικανοποίησης από τη σχέση.

Στην ενότητα αυτή συζητώνται τα αποτελέσματα της έρευνας, γίνεται αναφορά σε ζητήματα μεθοδολογίας και περιορισμών, προτείνονται μελλοντικές ερευνητικές κατευθύνσεις, και επισημαίνεται η συμβολή αυτής της διατριβής στην προαγωγή της επιστημονικής γνώσης.

Ενήλικη προσκόλληση και αποδόσεις

Οι δύο πρώτες υποθέσεις αφορούσαν τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις αποδόσεις αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι: (α) το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με τις αρνητικές αποδόσεις, και (β) άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης υιοθετούν λιγότερο αρνητικές αποδόσεις σε σχέση με άτομα με άλλους τύπους προσκόλλησης. Τα αποτελέσματα που αφορούν την ενήλικη προσκόλληση και τις αποδόσεις συζητούνται βάσει των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής, καθώς και των τεσσάρων τύπων προσκόλλησης.

Διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και αποδόσεις

Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν τις υποθέσεις. Το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονταν με την τάση να υιοθετούνται περισσότερο δυσλειτουργικές αποδόσεις σε σχέση με την αρνητική συμπεριφορά του συντρόφου. Από τις αναλύσεις παλινδρόμησης στο συνολικό δείγμα αλλά και ανά τύπο σχέσης (έγγαμοι και μη-έγγαμοι) διαπιστώθηκε ότι η διάσταση του άγχους προέβλεπε σημαντικότερα τις αρνητικές αποδόσεις για την αιτία και την ευθύνη της αρνητικής συμπεριφοράς, καθώς και τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών αποδόσεων, από τη διάσταση της αποφυγής. Τα αποτελέσματα αυτά είναι σε συμφωνία με αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών που έχουν επίσης διαπιστώσει ότι το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων και ότι το άγχος αποτελεί ισχυρότερη προβλέπουσα μεταβλητή από την αποφυγή της σχέσης προσκόλλησης – αποδόσεων (Collins, 1996; Collins et al., 2006; Gallo & Smith, 2001; Sumer & Cozzarrel, 2004).

Σύμφωνα με τη θεωρία της ενήλικης προσκόλλησης, το υψηλό άγχος για τις σχέσεις αντικατοπτρίζει ένα αρνητικό EME εαυτού και η τάση αποφυγής της εγγύτητας αντικατοπτρίζει ένα αρνητικό EME των άλλων. Άτομα με αρνητικά EME εαυτού και άλλων διαθέτουν αρνητικές και δυσλειτουργικές πεποιθήσεις, στάσεις και προσδοκίες για τις ερωτικές σχέσεις, τον εαυτό τους και τους συντρόφους τους (Hazan & Shaver, 1994). Έχει προταθεί ότι τα άτομα προβαίνουν σε επιλεκτική επεξεργασία των πληροφοριών στις ερωτικές σχέσεις ώστε να επιβεβαιώσουν τις προσδοκίες τους (Holmes & Boon, 1990), άποψη που ενισχύεται από την αναφορά των Bradbury & Fincham (1988) ότι οι δυσλειτουργικές αποδόσεις σχετίζονται με την ύπαρξη αρνητικών προσδοκιών και πεποιθήσεων για τις ερωτικές σχέσεις. Κατά συνέπεια, οι δυσλειτουργικές προσδοκίες και πεποιθήσεις που διατηρούν τα άτομα με υψηλό άγχος ή αποφυγή, ενδεχομένως τους οδηγούν να θεωρήσουν ότι μια αρνητική συμπεριφορά του ερωτικού συντρόφου οφείλεται σε κάποιο σταθερό χαρακτηριστικό του συντρόφου τους, επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης και γίνεται με αρνητική πρόθεση. Τέτοιου τύπου αποδόσεις έχουν ως αποτέλεσμα να αυξάνεται η επίδραση μιας αρνητικής συμπεριφοράς και να επιβαρύνεται η σχέση.

Αν και οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η διάσταση του άγχους ήταν η ισχυρότερη προβλέπουσα μεταβλητή. Η ισχυρότερη επίδραση της διάστασης του άγχους στις αποδόσεις μπορεί να κατανοηθεί μέσω της σχέσης του με

την αυτοεκτίμηση. Συγκεκριμένα, έχει φανεί ότι η διάσταση του άγχους αντικατοπτρίζει ένα αρνητικό ΕΜΕ εαυτού και σχετίζεται με τη μειωμένη αυτοεκτίμηση (Griffin & Bartholomew, 1994; Tsagarakis, Kafetsios & Stalikas, 2007). Επίσης, έχει προταθεί ότι υπάρχει επικάλυψη μεταξύ του ΕΜΕ εαυτού και της αυτοεκτίμησης (Cassidy, 1988). Κατά συνέπεια, καθώς έχει φανεί ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση σχετίζεται με την υιοθέτηση περισσότερο αρνητικών αποδόσεων για την αιτία και την ευθύνη μιας συμπεριφοράς (Fincham & Bradbury, 1993), η σχέση άγχους – αποδόσεων μπορεί να ερμηνευθεί ως αποτέλεσμα της επικάλυψης του μοντέλου του εαυτού και της αυτοεκτίμησης.

Μια επιπλέον προέκταση των αποτελεσμάτων αυτών αφορά τη σχέση της διάστασης του άγχους με τις αποδόσεις ευθύνης. Συγκεκριμένα, έχει φανεί ότι ο βαθμός ευθύνης ή κατηγορίας που αποδίδεται για ένα γεγονός σχετίζεται με την ανταπόδοση αρνητικής συμπεριφοράς ανάμεσα στους συντρόφους (Bradbury, Fincham, & Beach, 2000). Κατά συνέπεια, οι δυσλειτουργικές αποδόσεις ευθύνης που υιοθετούν τα άτομα με υψηλό άγχος για τις σχέσεις, οδηγούν σε ανταπόδοση αρνητικής συμπεριφοράς ανάμεσα στους συντρόφους και συμβάλλουν στο αυξημένο βαθμό συγκρούσεων που αναφέρουν αυτά τα άτομα στις σχέσεις τους (Bartholomew & Horowitz, 1991; Pistole, 1989).

Συνολικά, τα αποτελέσματα που αφορούν τις διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και τις αποδόσεις υποδεικνύουν ότι οι άτομα που βιώνουν άγχος για τις σχέσεις και αποφυγή της εγγύτητας υιοθετούν δυσλειτουργικές και επιβαρυντικές για τη σχέση ερμηνείες στις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους. Καθώς η χρήση των τεσσάρων τύπων (ασφαλής, έμμονος, φοβικός και απορριπτικός) παραμένει προσφιλής για την περιγραφή των ατομικών διαφορών στην ενήλικη προσκόλληση, στη συνέχεια συζητώνται τα αποτελέσματα με βάση τους τύπους προσκόλλησης.

Τύποι προσκόλλησης και αποδόσεις

Σε σχέση με τους τέσσερις τύπους της ενήλικης προσκόλλησης, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι άτομα με ασφαλή προσκόλληση προβαίνουν σε λιγότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες για τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους σε σχέση με άτομα με έμμονο, απορριπτικό ή φοβικό τύπο προσκόλλησης. Με άλλα λόγια παρατηρείται ένας διαχωρισμός ανάμεσα στον ασφαλή και στους ανασφαλείς (έμμονος, απορριπτικός, φοβικός) τύπους προσκόλλησης σε ό,τι αφορά τη τάση να γίνονται

δυσλειτουργικές ερμηνείες. Άτομα που χαρακτηρίζονται από τύπο ανασφαλούς προσκόλλησης είναι περισσότερο πιθανό να θεωρήσουν ότι μια αρνητική συμπεριφορά οφείλεται σε κάποιο σταθερό χαρακτηριστικό του συντρόφου τους, επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης και γίνεται με αρνητική πρόθεση. Αντίθετα, άτομα με ασφαλή προσκόλληση τείνουν να αποδίδουν την αρνητική συμπεριφορά περισσότερο στις περιστάσεις ή τις συγκυρίες και θεωρούν ότι δεν υπάρχει αρνητική πρόθεση. Με άλλα λόγια, τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση επεξεργάζονται τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους με τρόπο που μειώνει την ενδεχόμενη αρνητική επίδραση αυτών των συμπεριφορών στη σχέση.

Τα θετικά εσωτερικά μοντέλα εαυτού και άλλων (όπως εκδηλώνονται μέσω του μειωμένου άγχους για τις σχέσεις και τη μειωμένη αποφυγή της εγγύτητας) αποτελούν ένα εφόδιο που δίνει τη δυνατότητα στα άτομα με ασφαλή προσκόλληση να αξιολογούν τις αρνητικές συμπεριφορές με θετικότερο τρόπο. Έχει προταθεί ότι στις ερωτικές σχέσεις γίνεται επιλεκτική επεξεργασία των πληροφοριών ώστε να επιβεβαιώνονται οι προσδοκίες των ατόμων (Holmes & Boon, 1990). Κατά συνέπεια, άτομα με ασφαλή προσκόλληση: (α) διαθέτουν θετικές προσδοκίες και πεποιθήσεις για τις ερωτικές σχέσεις, (β) αισθάνονται αισιοδοξία για το μέλλον των σχέσεών τους, και (γ) πιστεύουν ότι ο ερωτικός σύντροφος είναι άτομο το οποίο μπορούν να εμπιστευθούν, χαρακτηριστικά που συμβάλλουν στην ικανότητά τους να προβαίνουν σε αποδόσεις που είναι ωφέλιμες για τη σχέση. Αντίθετα, άτομα με έναν από τους τρεις τύπους ανασφαλούς προσκόλλησης (έμμονο, απορριπτικό ή φοβικό τύπο) διαθέτουν αρνητικές πεποιθήσεις και προσδοκίες για τις σχέσεις, ενώ παράλληλα ανησυχούν για την απόρριψη και βιώνουν δυσφορία με την εγγύτητα. Κατά συνέπεια, η επεξεργασία των συμπεριφορών των συντρόφων τους με τρόπο που να επιβεβαιώνει τις αρνητικές τους πεποιθήσεις και προσδοκίες, οδηγεί αυτά τα άτομα στην υιοθέτηση δυσλειτουργικών αποδόσεων.

Συνολικά, τα αποτελέσματα που αφορούν τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής, καθώς και τους τέσσερις τύπους προσκόλλησης, υποδεικνύουν ότι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με την υιοθέτηση επιβαρυντικών για τη σχέση αποδόσεων απέναντι σε αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων. Με άλλα λόγια, άτομα με ασφαλή προσκόλληση, καθώς και άτομα που βιώνουν χαμηλό άγχος ή αποφυγή, προβαίνουν σε ερμηνείες των αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων τους που οδηγούν στη μείωση της επίδρασης αυτών των συμπεριφορών για τη σχέση. Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν με αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών

που εξέτασαν τη σχέση προσκόλλησης και αποδόσεων (Collins, 1996; Collins et al., 2006; Gallo & Smith, 2001; Sumer & Cozzarelli, 2004). Όμως, η παρούσα διατριβή προέκτεινε τις έρευνες αυτές καθώς βασίστηκε στο μοντέλο των δύο διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και χρησιμοποίησε ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης του μοντέλου αυτού. Επίσης, η έρευνα αυτή έδειξε ότι η σχέση προσκόλλησης – αποδόσεων ισχύει και σε έγγαμους, ενώ προηγούμενες έρευνες είχαν επικεντρωθεί κυρίως σε συμμετέχοντες νεαρής ηλικίας από ζευγάρια μη-έγγαμων.

Στην παρούσα διατριβή, η μελέτη της σχέσης ενήλικης προσκόλλησης και αποδόσεων εντάσσεται στο πλαίσιο της κατανόησης του τρόπου με τον οποίο ενδοατομικοί παράγοντες σχετίζονται με τη διαδικασία διαχείρισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων και την επίδραση που αυτό έχει για τη σχέση. Στη διαδικασία αυτή, εκτός από τις αποδόσεις για τις αρνητικές συμπεριφορές, περιλαμβάνονται και οι στρατηγικές αντιμετώπισης αυτών των συμπεριφορών. Η διερεύνηση της σχέσης προσκόλλησης - αποδόσεων αποτέλεσε το πρώτο βήμα για να καθοριστεί το μοντέλο ανάμεσα στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών, καθώς και της ικανοποίησης από τη σχέση. Το επόμενο βήμα αφορούσε την εξακρίβωση της σχέσης ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων. Στην επόμενη ενότητα συζητώνται τα αποτελέσματα που αφορούν τις μεταβλητές αυτές.

Ενήλικη προσκόλληση και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών

Η τρίτη και τέταρτη υπόθεση αφορούσαν τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις στρατηγικές αντιμετώπισης που υιοθετούνται έναντι των αρνητικών συμπεριφορών του ερωτικού συντρόφου. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι: (α) το άγχος και η αποφυγή της προσκόλλησης σχετίζονται με τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών, και (β) άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης χρησιμοποιούν λιγότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές σε σχέση με άτομα με άλλους τύπους προσκόλλησης. Τα αποτελέσματα που αφορούν την ενήλικη προσκόλληση και τις και στρατηγικές αντιμετώπισης συζητώνται βάσει των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής, καθώς και των τεσσάρων τύπων προσκόλλησης.

Διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικές αντιμετώπισης

Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν τις υποθέσεις και έδειξαν ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται με την τάση να χρησιμοποιούνται περισσότερες δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης της αρνητικής συμπεριφοράς των ερωτικών συντρόφων. Οι δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν τη συνολική χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης και στις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Επίσης, φάνηκε ότι το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν τη χρήση διαφορετικών στρατηγικών. Συγκεκριμένα, η αποφυγή της εγγύτητας προέβλεπε: (α) τη χρήση της στρατηγικής της αποφυγής, που αφορά την άρνηση του αρνητικού συμβάντος και την απώθηση των συναισθημάτων, (β) τη μη-χρήση της θετικής προσέγγισης, που αφορά το πλησίασμα του συντρόφου και την προσπάθεια δημιουργίας θετικού συναισθηματικού κλίματος στη σχέση, και (γ) τη χρήση του ατομικού ενδιαφέροντος, που αφορά τη διαχείριση του αρνητικού γεγονότος μέσω εμπλοκής σε δραστηριότητες εκτός σχέσης, αλλά μόνο στους έγγαμους. Αντίθετα, το άγχος για τις σχέσεις προέβλεπε: (α) τη χρήση της στρατηγικής της κατηγορίας του εαυτού, που περιλαμβάνει αρνητικές σκέψεις, κριτική του εαυτού, ανησυχία, δυσκολίες στον ύπνο και προβλήματα υγείας, και (β) τη στρατηγική της σύγκρουσης, που περιλαμβάνει εκδικητικότητα, σαρκασμό, σύγκρουση και κριτική του συντρόφου, αλλά μόνο στους έγγαμους.

Οι διαστάσεις του άγχους για τις σχέσεις και της αποφυγής της εγγύτητας θεωρείται ότι αντιπροσωπεύουν πεποιθήσεις και προσδοκίες του ατόμου σε ό,τι αφορά τον εαυτό, τις σχέσεις και τους σημαντικούς άλλους, οι οποίες οργανώνονται σε εσωτερικά μοντέλα για τον εαυτό και τους άλλους (Bowlby, 1973; Brennan, Clark & Shaver, 1998). Άτομα με υψηλό άγχος έχουν έντονη ανάγκη για εγγύτητα, αποδοχή, στήριξη και επιβεβαίωση. Άτομα με υψηλή αποφυγή αισθάνονται άβολα με τη συναισθηματική εγγύτητα και την αυτο-αποκάλυψη, καθώς και με αισθήματα εξάρτησης ή αισθήματα ευαλωτότητας (Feeney, 1999). Σύμφωνα με τους Cassidy και Kobak (1988) τα άτομα με υψηλό άγχος για τις σχέσεις, όταν έρχονται αντιμέτωπα με μια στρεσογόνο κατάσταση, αντιδρούν με την υπερ-ενεργοποίηση του συστήματος προσκόλλησης, ενώ άτομα με υψηλή αποφυγή αντιδρούν με την απο-ενεργοποίηση του συστήματος προσκόλλησης. Η υπερ-ενεργοποίηση αφορά την προσπάθεια μείωσης της απόστασης από το πρόσωπο προσκόλλησης, την επαγρύπνηση και την αγχώδη προσήλωση στο πρόσωπο προσκόλλησης και στη σχέση, την επικέντρωση σε

αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα, καθώς και στην αδυναμία αποδέσμευσης από ψυχολογική δυσφορία (Shaver & Mikulincer, 2002). Αντίθετα, η απο-ενεργοποίηση αφορά την προσπάθεια απομάκρυνσης του ατόμου από το πρόσωπο προσκόλλησης, την αποφυγή της αλληλοεξάρτησης, την απόθεση αρνητικών βιωμάτων, καθώς και τη γνωστική ή συμπεριφορική αποδέσμευση από την πηγή της δυσφορίας (Birnbbaum et al., 1997; Mikulincer et al., 1993). Με άλλα λόγια, όταν αντιμετωπίζουν μια στρεσογόνο κατάσταση στα πλαίσια ερωτικών σχέσεων, τα άτομα με υψηλό άγχος ανησυχούν για τη σχέση και αντιδρούν με προσπάθεια προσέγγισης του συντρόφου, ενώ τα άτομα με υψηλή αποφυγή αποδεσμεύονται και απομακρύνονται από το σύντροφο.

Κατά συνέπεια, τα άτομα με υψηλό άγχος διαθέτουν αρνητική εικόνα εαυτού, και η υπέρ-ενεργοποίηση και επικέντρωσή τους σε αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα όταν διαχειρίζονται μια στρεσογόνο κατάσταση τους οδηγεί στη χρήση στρατηγικών αυτοκριτικής και αυτοκατηγορίας όταν αντιμετωπίζουν αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων. Επιπρόσθετα, η χρήση στρατηγικών σύγκρουσης από τους έγγαμους, όπως κριτική του συντρόφου ή εκδικητική ανταπόδοση αρνητικής συμπεριφοράς μπορεί να ειπωθεί ως μια δυσλειτουργική προσπάθεια αυτών των ατόμων να διατηρήσουν την εγγύτητα με το πρόσωπο προσκόλλησης μέσω της εμπλοκής τους σε σύγκρουση. Αντίθετα, τα άτομα με υψηλή τάση αποφυγής της εγγύτητας διαχειρίζονται την ψυχολογική δυσφορία με την απόσυρση και τη συναισθηματική αποδέσμευση από το πρόσωπο προσκόλλησης και την αρνητική κατάσταση, που οδηγεί στην επιλογή στρατηγικών αποφυγής, όπως άρνηση ή απόθεση του συμβάντος, τη μη-χρήση της θετικής προσέγγισης του συντρόφου, καθώς και συμπεριφορές ατομικού ενδιαφέροντος, όπως εμπλοκή σε δραστηριότητες εκτός σχέσης, για τους έγγαμους.

Το γεγονός ότι το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης δεν πρόβλεπαν τη χρήση των στρατηγικών σύγκρουσης και ατομικού ενδιαφέροντος στους μη-έγγαμους ενδεχομένως να οφείλεται σε διαφορετικά χαρακτηριστικά των δύο ομάδων. Κατ' αρχήν, οι μη-έγγαμες σχέσεις τυπικά έχουν μικρότερα επίπεδα επισημότητας, δέσμευσης και συναισθηματικής εμπλοκής από τις έγγαμες σχέσεις. Επιπλέον, τα άτομα της ομάδας των μη-έγγαμων χαρακτηρίζονται από μικρότερη ηλικία και χρονική διάρκεια σχέσης σε σχέση με την ομάδα των έγγαμων. Αυτό σημαίνει ότι οι εσωτερικές αναπαραστάσεις και μοντέλα εργασίας εαυτού και άλλων των μη-έγγαμων ίσως να μην είναι το ίδιο αναπτυγμένα ή παγιωμένα με εκείνα

ατόμων που έχουν μεγαλύτερη ηλικία και διαθέτουν βιώματα από άλλο τύπο σχέσης, όπως το γάμο. Κατά συνέπεια, τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας ενδέχεται να μην επηρεάζουν τη συμπεριφορά στον ίδιο βαθμό ή με τον ίδιο τρόπο σε περιπτώσεις όπου υπάρχουν σημαντικές διαφορές στα βιώματα και στις εμπειρίες στις σχέσεις ή όταν υπάρχουν διαφορές στον τύπο σχέσης.

Συνολικά τα αποτελέσματα που αφορούν τις διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης δείχνουν ότι όταν αντιμετωπίζουν αρνητικά συμβάντα σε ερωτικές σχέσεις, άτομα με υψηλό άγχος και αποφυγή στοχεύουν στη συναισθηματική εμπλοκή και προσέγγιση του συντρόφου, ή στην αποδέσμευση και απομάκρυνση από το σύντροφο, επιλέγοντας δυσλειτουργικές στρατηγικές που επιβαρύνουν τη σχέση. Στη συνέχεια, συζητώνται τα αποτελέσματα με βάση τους τύπους προσκόλλησης.

Τύποι προσκόλλησης και στρατηγικές αντιμετώπισης

Σε σχέση με τους τέσσερις τύπους προσκόλλησης, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι άτομα με ασφαλή προσκόλληση χρησιμοποιούν λιγότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους, σε σχέση με άτομα με έμμονο, απορριπτικό ή φοβικό τύπο προσκόλλησης. Παρατηρείται και σε αυτήν την περίπτωση ο ίδιος διαχωρισμός ανάμεσα στον ασφαλή και στους ανασφαλείς (έμμονος, απορριπτικός, φοβικός) τύπους προσκόλλησης που αναφέρθηκε σε σχέση με τις αρνητικές αποδόσεις. Άτομα που ανήκουν σε έναν από τους ανασφαλείς τύπους προσκόλλησης είναι περισσότερο πιθανό να χρησιμοποιήσουν κάποια δυσλειτουργική στρατηγική όταν αντιμετωπίζουν αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων. Αντίθετα, άτομα με ασφαλή προσκόλληση χρησιμοποιούν λιγότερο δυσλειτουργικές και περισσότερο λειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης απέναντι στις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους.

Έχει αναφερθεί στη βιβλιογραφία ότι ο ασφαλής τύπος σχετίζεται με περισσότερο λειτουργικές συμπεριφορές και ότι διαχειρίζεται καλύτερα στρεσογόνες καταστάσεις, ιδιαίτερα στις ερωτικές σχέσεις (Kobak & Sreery, 1988; Mikulincer et al., 1990; Simpson & Rholes, 1998). Άτομα με ασφαλή προσκόλληση διατηρούν αισιόδοξες πεποιθήσεις αναφορικά με την ικανότητά τους να διαχειριστούν την ψυχολογική δυσφορία, και εμπιστοσύνη έναντι στις προθέσεις και αντιδράσεις των άλλων (Shaver & Hazan, 1993). Με βάση τις θετικές εσωτερικές αναπαραστάσεις που διαθέτουν για τον εαυτό και τους άλλους, αυτά τα άτομα είναι περισσότερο ικανά

από άτομα με άλλους τύπους προσκόλλησης να ρυθμίσουν αποτελεσματικά την ψυχολογική δυσφορία που βιώνουν λόγω μιας αρνητικής συμπεριφοράς των συντρόφων τους και εστιάζονται σε λειτουργικές για τη σχέση στρατηγικές αντιμετώπισης. Η ασφαλής προσκόλληση αποτελεί ένα εφόδιο που δίνει τη δυνατότητα στο άτομο να διαχειριστεί την αρνητική συμπεριφορά του συντρόφου του χωρίς να εμποδίζεται από αισθήματα μη-αποδοχής, φόβο απόρριψης ή δυσκολίες συναισθηματικής εγγύτητας.

Συνολικά, τα αποτελέσματα που αφορούν τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής, καθώς και τους τέσσερις τύπους προσκόλλησης, δείχνουν ότι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με τη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης απέναντι σε αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων. Τα αποτελέσματα αυτά συνάδουν με προηγούμενες έρευνες (Greenberger & McLaughlin, 1998; Kemp & Neimeyer, 1999; Mikulincer, Florian & Weller, 1993, Simpson, Rholes & Nelligan, 1992), οι οποίες έδειξαν ότι η ασφαλής προσκόλληση σχετίζεται με τη χρήση πιο λειτουργικών στρατηγικών. Όμως, η παρούσα διατριβή προεκτείνει τις έρευνες αυτές καθώς επικεντρώνεται στην ερωτική σχέση και στη συμπεριφορά του συντρόφου ως στρεσογόνο γεγονός. Επίσης, η έρευνα αυτή βασίστηκε στο μοντέλο των δύο διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης και χρησιμοποίησε ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης του μοντέλου αυτού. Τέλος, η παρούσα έρευνα έδειξε ότι η σχέση προσκόλλησης – στρατηγικών ισχύει και σε έγγαμους, ενώ προηγούμενες έρευνες είχαν επικεντρωθεί κυρίως σε συμμετέχοντες νεαρής ηλικίας από ζευγάρια μη-έγγαμων. Επιπλέον, κατέδειξε και ορισμένες διαφοροποιήσεις μεταξύ έγγαμων και μη-έγγαμων συμμετεχόντων, οι οποίες δεν έχουν αναφερθεί μέχρι τώρα στη βιβλιογραφία.

Καθώς εξετάστηκε η σχέση ενήλικης προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης, το επόμενο βήμα για τον καθορισμό του μοντέλου ανάμεσα στις μεταβλητές της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων, των στρατηγικών αντιμετώπισης και της ικανοποίησης από τη σχέση αφορούσε την εξακρίβωση της σχέσης μεταξύ αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων. Στην επόμενη ενότητα, συζητώνται τα αποτελέσματα που αφορούν τις μεταβλητές αυτές.

Αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών

Η πέμπτη υπόθεση αφορούσε τη σχέση των αποδόσεων με τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Συγκεκριμένα, οι αρνητικές αποδόσεις αναμενόταν να σχετίζονται με την υιοθέτηση περισσότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν τις ερευνητικές υποθέσεις, καθώς φάνηκε ότι άτομα τα οποία προέβαιναν σε περισσότερο αρνητικές αποδόσεις σε σχέση με τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων αντίστοιχα υιοθετούσαν περισσότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης αυτών των συμπεριφορών. Φάνηκε ότι και οι δύο κατηγορίες αποδόσεων (αποδόσεις αιτίας και ευθύνης) προέβλεπαν τη χρήση των δυσλειτουργικών στρατηγικών στην ομάδα των έγγαμων, ενώ στην ομάδα των μη-έγγαμων μόνο οι αποδόσεις αιτίας προέβλεπαν τη χρήση των δυσλειτουργικών στρατηγικών.

Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι ο τρόπος με τον οποίο το άτομο διαχειρίζεται και αντιδρά σε μια αρνητική συμπεριφορά του ερωτικού του συντρόφου σχετίζεται με τον τρόπο που ερμηνεύει τη συμπεριφορά αυτή. Έχει φανεί ότι η αντιμετώπιση μιας κατάστασης που προκαλεί στρες ή δυσφορία επηρεάζεται από μια διαδικασία ερμηνείας και εξήγησης της κατάστασης (Welbourne et al., 2007). Επίσης, έρευνες έχουν δείξει ότι τα άτομα διαθέτουν σχετικά σταθερούς τρόπους ερμηνειών και αποδόσεων -είτε λειτουργικούς είτε δυσλειτουργικούς- των γεγονότων που λαμβάνουν χώρα στη ζωή τους (Abramson et al., 1979), και ότι οι ερμηνείες αυτές επηρεάζουν τις στρατηγικές διαχείρισης που υιοθετούν έναντι στρεσογόνων καταστάσεων (Welbourne et al., 2007).

Σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων, έχει φανεί ότι όταν οι σύντροφοι υιοθετούν λειτουργικές αποδόσεις, η σχέση επηρεάζεται λιγότερο από αρνητικά συμβάντα σε σύγκριση με σχέσεις όπου οι σύντροφοι υιοθετούν δυσλειτουργικές αποδόσεις (Graham & Conoley, 2006). Αυτό σημαίνει ότι όταν τα άτομα υιοθετούν θετικές αποδόσεις μπορεί να είναι σε θέση να διαχειρίζονται αποτελεσματικότερα και πιο λειτουργικά αρνητικά συμβάντα.

Κατά συνέπεια, όταν ένα άτομο αντιμετωπίζει μια αρνητική συμπεριφορά του ερωτικού του συντρόφου, αρχικά προβαίνει σε μια διαδικασία απόδοσης της συμπεριφοράς. Εάν οι αποδόσεις είναι λειτουργικές για τη σχέση (π.χ. η αρνητική συμπεριφορά αποδίδεται στις συγκυρίες ή θεωρείται ότι έγινε χωρίς πρόθεση), μειώνεται η αρνητική επίδραση της συμπεριφοράς και το άτομο θεωρεί ότι η

συμπεριφορά μπορεί να αντιμετωπιστεί αποτελεσματικά και με θετική έκβαση, κάνοντας χρήση λειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Αντίθετα, όταν οι αποδόσεις είναι δυσλειτουργικές (π.χ. η αρνητική συμπεριφορά αποδίδεται σε κάποιο γνώρισμα του συντρόφου το οποίο θεωρείται δύσκολο ν' αλλάξει ή θεωρείται ότι γίνεται εμπρόθετα και κακοπροαίρετα), μεγιστοποιείται η αρνητική επίδραση της συμπεριφοράς, το άτομο βιώνει αυξημένη ψυχολογική δυσφορία και κάνει χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης. Η θέση αυτή ενισχύεται από τη θεωρία των Lazarus & Folkman (1984) οι οποίοι αναφέρουν ότι η διαχείριση της ψυχολογικής δυσφορίας περιλαμβάνει ένα στάδιο γνωστικής εκτίμησης της σημαντικότητας του γεγονότος ως κάτι το δυσάρεστο, θετικό, ελέγξιμο ή ασήμαντο. Έχει φανεί ότι εάν αυτή η γνωστική εκτίμηση είναι αρνητική, είναι περισσότερο πιθανό να χρησιμοποιηθούν δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης από το άτομο (Folkman et al., 1986). Καθώς οι αποδόσεις ουσιαστικά αποτελούν εκτίμηση της αρνητικής συμπεριφοράς του συντρόφου (μόνιμη, συγκυριακή, εμπρόθετη, επιλήψιμη, κτλ.) μπορεί να θεωρηθεί ότι αποτελούν μέρος της γνωστικής εκτίμησης της διαδικασίας διαχείρισης του στρες. Με τον τρόπο αυτό, ενδεχόμενες αρνητικές αποδόσεις πιθανώς να οδηγούν στη χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών.

Τα αποτελέσματα που έχουν συζητηθεί στις προηγούμενες ενότητες κατέδειξαν τις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης αναφορικά με αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων. Φάνηκε ότι το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης προβλέπουν τη χρήση αρνητικών αποδόσεων και δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων. Επίσης φάνηκε ότι η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων προβλέπει τη χρήση περισσότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών. Η εξέταση της σχέσης των μεταβλητών αυτών με την ικανοποίηση από τη σχέση αποτελεί το τελευταίο βήμα για τον καθορισμό του μοντέλου διαμεσολάβησης. Στις επόμενες ενότητες συζητώνται τα αποτελέσματα που αφορούν τη σχέση ενήλικης προσκόλλησης, αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης με την ικανοποίηση από τη σχέση.

Ενήλικη προσκόλληση και ικανοποίηση από τη σχέση

Η έκτη και έβδομη υπόθεση αφορούσαν τη σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με την ικανοποίηση από τη σχέση. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι: (α) το άγχος και

η αποφυγή της προσκόλλησης σχετίζονται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, και (β) άτομα με ασφαλή τύπο προσκόλλησης αναφέρουν αυξημένη ικανοποίηση από τη σχέση συγκριτικά με άτομα με άλλους τύπους προσκόλλησης. Τα αποτελέσματα που αφορούν την ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση από τη σχέση συζητώνται βάσει των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής, καθώς και των τεσσάρων τύπων προσκόλλησης.

Διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης και ικανοποίηση από τη σχέση

Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν μερικώς τις ερευνητικές υποθέσεις. Φάνηκε ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας σχετίζονται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν με προηγούμενες έρευνες που έχουν δείξει ότι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με την ικανοποίηση από τη σχέση (Collins, 1996; Collins & Read, 1994; Simpson, 1990). Όμως, οι αναλύσεις με βάση τον τύπο της σχέσης κατέδειξαν μια διαφοροποίηση ανάμεσα στις ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Συγκεκριμένα, στην ομάδα των έγγαμων το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπαν σημαντικά τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ στην ομάδα των μη-έγγαμων μόνο η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπε σημαντικά τη μειωμένη ικανοποίηση. Με άλλα λόγια, για τους έγγαμους, το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας επιδρούν δυσμενώς στην ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση. Αντίθετα, για τους μη-έγγαμους, μόνο η αποφυγή της εγγύτητας επιδρά αρνητικά στην ικανοποίηση από τη σχέση. Τέτοια διαφοροποίηση ανάμεσα σε έγγαμους και μη-έγγαμους δεν έχει αναφερθεί σε προηγούμενες έρευνες. Δεδομένου ότι στις στατιστικές αναλύσεις ελέγχθηκε η επίδραση του φύλου, της ηλικίας και της χρονικής διάρκειας της σχέσης, αυτή η διαφορά αναφορικά με τον τύπο της σχέσης δεν μπορεί να αποδοθεί σε διαφορετικά δημογραφικά χαρακτηριστικά των δύο ομάδων.

Το εύρημα αυτό ενδεχομένως να σχετίζεται με το γεγονός ότι το άγχος της ενήλικης προσκόλλησης μειώνεται με την πάροδο του χρόνου, έτσι ώστε τα άτομα σε γάμο να είναι περισσότερο ασφαλή και να αναφέρουν χαμηλότερο άγχος για τις σχέσεις απ' ό,τι άτομα σε ερωτική σχέση (Sanford, 1997). Με άλλα λόγια, καθώς ο θεσμός του γάμου προσδίδει επισημότητα στη σχέση, ενδεχομένως να αποτελεί παράγοντα ο οποίος οδηγεί στη μείωση του άγχους για τις σχέσεις και ευνοεί την ασφαλή προσκόλληση. Αντίθετα, κάποιος βαθμός άγχους για τις σχέσεις

ενδεχομένως να αποτελεί φυσιολογικό μέρος της δημιουργίας μιας ερωτικής σχέσης η οποία στερείται την επισημότητα του γάμου. Κατά συνέπεια, σε μια σχέση που έχει σημαντικότερο βαθμό επισημότητας και δέσμευσης όπως ο γάμος, όπου αναμένεται τα άτομα να αισθάνονται μεγαλύτερα επίπεδα ασφάλειας, η βίωση άγχους για τη σχέση και φόβου απόρριψης πιθανόν να είναι περισσότερο επιβαρυντικά για το άτομο και την ικανοποίηση που βιώνει στη σχέση.

Η θέση αυτή ενισχύεται από δύο ευρήματα της παρούσας έρευνας τα οποία υποδεικνύουν ότι το άγχος για τις σχέσεις ασκεί σημαντικότερη αρνητική επίδραση στους έγγαμους απ' ό,τι στους μη-έγγαμους. Κατ' αρχήν, φάνηκε ότι το ποσοστό διακύμανσης των αρνητικών αποδόσεων που ερμηνεύονταν από το άγχος της ενήλικης προσκόλλησης ήταν σημαντικά μεγαλύτερο στην ομάδα των έγγαμων απ' ό,τι στην ομάδα των μη-έγγαμων. Επιπλέον, στην ομάδα των έγγαμων φάνηκε ότι το άγχος της ενήλικης προσκόλλησης προέβλεπε τη χρήση στρατηγικών σύγκρουσης απέναντι σε αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων. Αντίθετα, στους μη-έγγαμους το άγχος δεν προέβλεπε τη χρήση των στρατηγικών αυτών. Τα αποτελέσματα αυτά φανερώνουν ότι το άγχος της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζεται με περισσότερες επιβαρυντικές για τη σχέση συμπεριφορές στους έγγαμους παρά στους μη-έγγαμους. Αυτό σημαίνει ότι η βίωση άγχους για τις σχέσεις και φόβου απόρριψης είναι περισσότερο πιθανό να επιδράσει δυσμενώς στην ικανοποίηση από τη σχέση σε έγγαμους, καθώς δε βιώνεται η ασφάλεια που αναμενόταν στην έγγαμη σχέση.

Αντίθετα από το άγχος, η αποφυγή φάνηκε να σχετίζεται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση και στις δύο ομάδες των έγγαμων και μη-έγγαμων. Η αποφυγή της εγγύτητας αφορά συμπεριφορές που περιλαμβάνουν την έλλειψη συναισθηματικής και σωματικής εμπλοκής του ατόμου στη σχέση. Κατά συνέπεια, όταν ένα άτομο βιώνει υψηλή αποφυγή, οι συμπεριφορές αυτές γίνονται μέρος της τακτικής επαφής και επικοινωνίας του ζευγαριού και είναι αναμενόμενο να ασκείται αρνητική επίδραση στη σχέση. Επιπλέον, καθώς σε νέα ζευγάρια η επίτευξη της εγγύτητας είναι βασικός στόχος για τη σχέση (Feeney, 2002), είναι λογικό η αποφυγή να είναι περισσότερο επιβαρυντική για άτομα σε τέτοιες σχέσεις παρά στο γάμο, όπου η εύρεση της ισορροπίας μεταξύ εγγύτητας και αυτονομίας ενδέχεται να είναι περισσότερο σημαντική.

Ανακεφαλαιώνοντας τα αποτελέσματα που αφορούν τις δύο διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης, διαπιστώθηκε ότι η αποφυγή της εγγύτητας προβλέπει τη

μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση με έγγαμους και μη-έγγαμους, ενώ το άγχος για τη σχέση προβλέπει τη βίωση μειωμένης ικανοποίησης μόνο στους έγγαμους. Η διαφοροποίηση αυτή δεν ήταν αναμενόμενη και δεν έχει αναφερθεί προηγουμένως στη βιβλιογραφία. Στη συνέχεια, συζητώνται τα αποτελέσματα με βάση τους τύπους προσκόλλησης.

Τύποι προσκόλλησης και ικανοποίηση από τη σχέση

Σε σχέση με τους τέσσερις τύπους της ενήλικης προσκόλλησης, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι έγγαμοι συμμετέχοντες με ασφαλή προσκόλληση βιώνουν περισσότερη ικανοποίηση από τις ερωτικές σχέσεις, σε σχέση με άτομα με έμμοно, απορριπτικό ή φοβικό τύπο προσκόλλησης. Παρατηρείται και πάλι ο διαχωρισμός ανάμεσα στον ασφαλή και στους ανασφαλείς (έμμοно, απορριπτικός, φοβικός) τύπους προσκόλλησης που είχε αναφερθεί σε σχέση με τις αρνητικές αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης.

Το εύρημα αυτό είναι από τα σταθερότερα στη βιβλιογραφία αναφορικά με τη θεωρία της προσκόλλησης (Bartholomew, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Kirkpatrick & Davis, 1994; Simpson, 1990; Sumer & Cozzarelli, 2004). Τα άτομα με ασφαλή προσκόλληση διαθέτουν χαμηλό άγχος και αποφυγή, αισθάνονται άνετα με την εγγύτητα και την αυτονομία και υιοθετούν περισσότερο λειτουργικές συμπεριφορές στο πλαίσιο των σχέσεών τους. Όπως φάνηκε και στην παρούσα έρευνα, τα άτομα αυτά έχουν τη δυνατότητα να χρησιμοποιούν περισσότερο λειτουργικές αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους, τα οποία συμβάλλουν στην αυξημένη ικανοποίηση που βιώνουν στις σχέσεις τους.

Για την ομάδα των μη-έγγαμων, φάνηκε ότι τα άτομα με ασφαλή και έμμοно τύπο προσκόλλησης βιώνουν περισσότερη ικανοποίηση σε σχέση με τα άτομα με φοβικό και απορριπτικό τύπο προσκόλλησης. Το εύρημα αυτό δεν ήταν αναμενόμενο, καθώς στις σχετικές έρευνες ο ασφαλής τύπος κατά κανόνα αναφέρει μεγαλύτερο βαθμό ικανοποίησης συγκριτικά με τους άλλους τύπους προσκόλλησης. Μια πιθανή εξήγηση του ευρήματος αυτού είναι ότι άτομα με έμμοно προσκόλληση είναι συχνά ιδιαίτερα διαχυτικά και αποζητούν εγγύτητα από το σύντροφό τους. Οι συμπεριφορές αυτές συνήθως προκαλούν δυσκολίες όταν οι σύντροφοι των ατόμων αυτών χρειάζονται αυτονομία και απόσταση, αλλά ενδέχεται να είναι ωφέλιμες σε νέα ζευγάρια ή σε ερωτικές σχέσεις όπου η δημιουργία και εγκαθίδρυση της εγγύτητας

είναι βασικό ζητούμενο (Feeney, 2002). Καθώς λοιπόν η ανάγκη τους για διαχυτικότητα, συναισθηματική επαφή και σωματική εγγύτητα βρίσκει ανταπόκριση, αυτά τα άτομα μπορούν να αισθανθούν περισσότερη ασφάλεια και να βιώσουν αυξημένη ικανοποίηση. Η θέση αυτή ενισχύεται από το εύρημα ότι άτομα με έμμονη προσκόλληση αναφέρουν παρόμοια επίπεδα ικανοποίησης και ποιότητα της σχέσης με άτομα με ασφαλή προσκόλληση, όταν διατηρούν σχέση που ανταποκρίνεται στις ανάγκες τους (Collins et al., 2006).

Συνολικά, τα αποτελέσματα που αφορούν τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής, καθώς και τους τέσσερις τύπους προσκόλλησης, υποδηλώνουν ότι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με τη μειωμένη ικανοποίηση στα πλαίσια των ερωτικών σχέσεων. Τα αποτελέσματα αυτά ταυτίζονται με αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών που έχουν δείξει ότι η ενήλικη προσκόλληση σχετίζεται με τη βίωση της σχέσης (Bartholomew, 1990; Collins, and Read, 1994; Feeney & Noller, 1990; Feeney, Noller & Callan, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Sumer & Cozzarelli, 2004). Όμως η παρούσα έρευνα προέκτεινε αυτές τις έρευνες, καθώς εξέτασε τη σχέση προσκόλλησης και ικανοποίησης από τη σχέση σε έγγαμους και μη-έγγαμους και κατέδειξε μια διαφοροποίηση ανάμεσα στις ομάδες αυτές. Συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε ότι το άγχος για τις σχέσεις προέβλεπε τη μειωμένη ικανοποίηση μόνο στους έγγαμους, ενώ η αποφυγή της εγγύτητας προέβλεπε τη μειωμένη ικανοποίηση και στις δύο ομάδες. Αυτή η διαφοροποίηση ανά τύπο σχέσης δεν έχει αναφερθεί προηγουμένως στη βιβλιογραφία.

Καθώς εξακριβώθηκε η σχέση προσκόλλησης και ικανοποίησης από τη σχέση, το επόμενο βήμα για τον καθορισμό του μοντέλου διαμεσολάβησης ήταν η εξέταση της σχέσης αποδόσεων και ικανοποίησης από τη σχέση. Τα αποτελέσματα που αφορούν τις μεταβλητές αυτές συζητούνται στην επόμενη ενότητα.

Αποδόσεις και ικανοποίηση από τη σχέση

Η όγδοη υπόθεση αφορούσε τη σχέση των αποδόσεων με την ικανοποίηση από τη σχέση. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι η υιοθέτηση περισσότερο αρνητικών αποδόσεων σχετίζεται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν την υπόθεση και έδειξαν ότι άτομα που προβαίνουν σε περισσότερο δυσλειτουργικές αποδόσεις αναφορικά με την αρνητική συμπεριφορά των ερωτικών τους συντρόφων εμφανίζουν μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Οι αναλύσεις με

βάση τον τύπο της σχέσης έδειξαν ότι στην ομάδα των έγγαμων και τα δύο είδη αποδόσεων (αιτίας και ευθύνης) προέβλεπαν σημαντικά τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, με τις αποδόσεις ευθύνης να είναι η ισχυρότερη προβλέπουσα μεταβλητή. Αντίθετα, στην ομάδα των μη-έγγαμων μόνο οι αρνητικές αποδόσεις για την αιτία προέβλεπαν σημαντικά τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση.

Τα δεδομένα αυτά συνάδουν με προηγούμενες έρευνες, οι οποίες υποστηρίζουν τη θέση ότι αποδόσεις που μεγιστοποιούν την επίδραση των αρνητικών συμβάντων στα πλαίσια μιας σχέσης σχετίζονται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση (Bradbury & Fincham, 1992; Fincham & Bradbury, 1989; Fincham, Harold & Gano-Phillips, 2000). Οι αποδόσεις που επικεντρώνουν την αιτία του αρνητικού συμβάντος σε κάποιο σταθερό γνώρισμα του συντρόφου ή που θεωρούν τη συμπεριφορά εμπρόθετη και κακοπροαίρετη είναι πιθανό να έχουν ως αποτέλεσμα αρνητική αξιολόγηση του συντρόφου ή και ανταπόδοση της αρνητικής συμπεριφοράς, και να οδηγήσουν σε βραχυπρόθεσμη μείωση της ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση. Στη συνέχεια, εφόσον υπάρχει συχνή υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων, η συνακόλουθη βραχυπρόθεσμη μείωση της ικανοποίησης ενδέχεται να εδραιωθεί και να γίνει περισσότερο μόνιμη.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει η διαφοροποίηση των έγγαμων και μη-έγγαμων σε σχέση με τις αποδόσεις αιτίας και ευθύνης, καθώς για τους μη-έγγαμους μόνο οι αποδόσεις αιτίας προέβλεπαν σημαντικά τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Φαίνεται με άλλα λόγια ότι, για άτομα που είναι σε μια ερωτική σχέση εκτός του γάμου: (α) η απόδοση μιας αρνητικής συμπεριφοράς σε μόνιμα χαρακτηριστικά του συντρόφου, (β) η πεποίθηση ότι ο λόγος που εκδηλώνεται η αρνητική συμπεριφορά δεν πρόκειται να αλλάξει, και (γ) η αντίληψη ότι η αιτία της αρνητικής συμπεριφοράς επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης είναι σημαντικότεροι επιβαρυντικοί παράγοντες για τη σχέση απ' ό,τι η πεποίθηση ότι ο σύντροφος μπορεί να συμπεριφέρθηκε εμπρόθετα και κακοπροαίρετα. Το εύρημα αυτό δεν ήταν αναμενόμενο, καθώς στις σχετικές έρευνες κατά κανόνα και οι δύο κατηγορίες αποδόσεων σχετίζονται με τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση.

Μια πιθανή ερμηνεία αυτής της διαφοροποίησης μεταξύ έγγαμων και μη-έγγαμων σε σχέση με τις αποδόσεις για την ευθύνη μιας αρνητικής συμπεριφοράς ενδεχομένως αφορά τα διαφορετικά χαρακτηριστικά έγγαμων και μη-έγγαμων σχέσεων και τον τρόπο που αυτά τα χαρακτηριστικά σχετίζονται με τον αντίκτυπο της αρνητικής συμπεριφοράς στη σχέση. Συγκεκριμένα, οι ερωτικές σχέσεις κατά κανόνα

χαρακτηρίζονται από χαμηλότερα επίπεδα επισημότητας, δέσμευσης και εμπλοκής σε σχέση με το γάμο, ενώ είναι και ευκολότερος ο τερματισμός τους. Κατά συνέπεια, οι αρνητικές συμπεριφορές που εκδηλώνονται στα πλαίσια μιας ερωτικής σχέσης ενδεχομένως έχουν μικρότερο αρνητικό αντίκτυπο σε συναισθηματικό και πρακτικό επίπεδο για τους συντρόφους, ώστε μια συμπεριφορά που θεωρείται εμπρόθετη και κακοπροαίρετη να είναι παρ' όλ' αυτά περισσότερο εύκολο να αγνοηθεί ή να συγχωρεθεί απ' ό,τι στο γάμο.

Αντίθετα, η αντίληψη ότι η αιτία των αρνητικών συμπεριφορών που εκδηλώνονται δεν πρόκειται να αλλάξει και ότι επηρεάζουν συνολικά τη σχέση ενδεχομένως να οδηγεί σε αρνητικές προσδοκίες αναφορικά με την πιθανότητα τροποποίησης αυτών των συμπεριφορών και δυσοίωνες προβλέψεις για το μέλλον της σχέσης, με συνακόλουθη μείωση της ικανοποίησης. Η θέση αυτή ενισχύεται από τα δεδομένα των Fincham, Harold & Gano-Phillips (2000), οι οποίοι έδειξαν ότι οι αρνητικές αποδόσεις αιτίας, δηλαδή οι αποδόσεις που αφορούν την ιδέα ότι η αρνητική συμπεριφορά οφείλεται σε μόνιμα χαρακτηριστικά του συντρόφου και δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει (και όχι οι αποδόσεις για την ευθύνη της συμπεριφοράς), σχετίζονται με τη διαχρονική μείωση της ικανοποίησης στη σχέση. Οι ερευνητές αυτοί ανέφεραν ότι ένας πιθανός μηχανισμός που να ερμηνεύει τη σχέση αποδόσεων αιτίας – μειωμένης ικανοποίησης είναι οι αρνητικές προσδοκίες των ατόμων σε σχέση με μελλοντικές συμπεριφορές και αλληλεπιδράσεις με τους συντρόφους τους.

Καθώς εξακριβώθηκε η σχέση αποδόσεων και ικανοποίησης από τη σχέση, το επόμενο βήμα για τον καθορισμό του μοντέλου διαμεσολάβησης ήταν η εξέταση της σχέσης στρατηγικών αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών και ικανοποίησης από τη σχέση. Τα αποτελέσματα που αφορούν τις μεταβλητές αυτές συζητώνται στην επόμενη ενότητα.

Στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών και ικανοποίηση από τη σχέση

Η ένατη υπόθεση αφορούσε τη σχέση των στρατηγικών αντιμετώπισης με την ικανοποίηση από τη σχέση. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι η χρήση αρνητικών στρατηγικών αντιμετώπισης σχετίζεται με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν την υπόθεση και έδειξαν ότι άτομα που χρησιμοποιούν περισσότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με την αρνητική συμπεριφορά των ερωτικών τους συντρόφων εμφανίζουν μειωμένη ικανοποίηση από

τη σχέση. Στο συνολικό δείγμα, οι στρατηγικές που προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση ήταν η αποφυγή, η κατηγορία του εαυτού, το ατομικό ενδιαφέρον και η μη-χρήση της θετικής προσέγγισης, με τις στρατηγικές της κατηγορίας του εαυτού και της μη-χρήσης της θετικής προσέγγισης να είναι οι ισχυρότερες προβλέπουσες μεταβλητές. Τα αποτελέσματα ανά τύπο σχέσης δε διέφεραν ουσιαστικά από το συνολικό δείγμα. Στην ομάδα των μη-έγγαμων φάνηκε ότι η αποφυγή, η κατηγορία του εαυτού, το ατομικό ενδιαφέρον και η μη-χρήση της θετικής προσέγγισης προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, με τη μη-χρήση της θετικής προσέγγισης να είναι η σημαντικότερη προβλέπουσα μεταβλητή της μειωμένης ικανοποίησης. Στους έγγαμους, η κατηγορία του εαυτού, η αποφυγή και η μη-χρήση της θετικής προσέγγισης προέβλεπαν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, με την κατηγορία του εαυτού να είναι η ισχυρότερη προβλέπουσα μεταβλητή.

Συνολικά, τα αποτελέσματα αυτά συνάδουν με προηγούμενες έρευνες που έχουν καταδείξει ότι η χρήση συγκεκριμένων στρατηγικών αντιμετώπισης αναφορικά με τις δυσκολίες σε μία ερωτική σχέση προβλέπει την ικανοποίηση από το σχέση ή το γάμο (Bowman, 1990; Jacobson, 1984, Menaghan, 1983). Διαπιστώθηκε ότι η χρήση στρατηγικών που επικεντρώνονται στην προσέγγιση του συντρόφου και στην προσπάθεια βελτίωσης της συναισθηματικής ποιότητας της σχέσης σχετίζονται με αυξημένη ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς στις περιπτώσεις αυτές η δυσκολία αντιμετωπίζεται με θετικό τρόπο και μέσω της προσέγγισης του ζευγαριού. Αντίθετα, η κριτική και κατηγορία του εαυτού, η αποφυγή και άρνηση του προβλήματος, καθώς και η ενασχόληση με τον εαυτό και δραστηριότητες εκτός σχέσης σχετιζόταν με μειωμένη ικανοποίηση, καθώς στις περιπτώσεις αυτές η δυσκολία αντιμετωπίζεται μέσω της απομάκρυνσης του ζευγαριού. Επιπλέον, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι όταν αντιμετωπίζονται δυσκολίες στη σχέση, η βίωση αρνητικών συναισθημάτων που εκδηλώνονται με κριτική και κατηγορία του εαυτού, καθώς και η έλλειψη διάθεσης να αποπειραθεί προσέγγιση του συντρόφου με σκοπό τη βελτίωση του κλίματος της σχέσης, μπορεί να είναι ιδιαίτερα επιβαρυντικοί παράγοντες αναφορικά με την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση.

Τα αποτελέσματα που συζητήθηκαν στις προηγούμενες ενότητες κατέδειξαν τις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών της ενήλικης προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης αναφορικά με αρνητικές συμπεριφορές ερωτικών συντρόφων και της ικανοποίησης από τη σχέση. Φάνηκε ότι το άγχος και η αποφυγή

της ενήλικης προσκόλλησης προβλέπουν τη χρήση αρνητικών αποδόσεων και δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων, ενώ η υιοθέτηση αρνητικών αποδόσεων προβλέπει τη χρήση περισσότερο δυσλειτουργικών στρατηγικών. Επιπλέον, φάνηκε ότι οι μεταβλητές της προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης προβλέπουν τη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Με βάση τα αποτελέσματα αυτά καθορίστηκε το μοντέλο διαμεσολάβησης, το οποίο συζητείται στην επόμενη ενότητα.

Το συνολικό μοντέλο διαμεσολάβησης

Ένας βασικός στόχος της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ ενήλικης προσκόλλησης, αποδόσεων, στρατηγικών αντιμετώπισης και ικανοποίησης από τη σχέση στο πλαίσιο ενός μοντέλου διαμεσολάβησης. Η δέκατη υπόθεση προέβλεπε ότι στο μοντέλο αυτό, το άγχος και η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης θα έχουν μια άμεση επίδραση πάνω στην ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς και μια έμμεση, μέσω των αποδόσεων και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Επιπλέον, οι αποδόσεις αναμενόταν να έχουν και μία έμμεση επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση, μέσω των στρατηγικών αντιμετώπισης.

Από την εξέταση των προηγούμενων υποθέσεων αναφορικά με την ενήλικη προσκόλληση, τις αποδόσεις, τις στρατηγικές αντιμετώπισης και την ικανοποίηση από τη σχέση, φάνηκε ότι οι προτεινόμενες σχέσεις ανάμεσα στις μεταβλητές του μοντέλου στηρίζονται εμπειρικά. Όμως, καθώς οι προηγούμενες αναλύσεις εξέτασαν τη σχέση ανάμεσα σε ζεύγη μεταβλητών, η ανάλυση διαδρομής θα έδειχνε αν το προτεινόμενο συνολικό μοντέλο είχε επάρκεια και εφαρμογή στα δεδομένα. Προκειμένου να διευκολυνθούν οι στατιστικές αναλύσεις, στο μοντέλο διαμεσολάβησης χρησιμοποιήθηκαν ένας συνολικός δείκτης χρήσης αρνητικών αποδόσεων και ένας συνολικός δείκτης χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης.

Τα αποτελέσματα από την ανάλυση διαδρομής παρείχαν εμπειρική υποστήριξη στο προτεινόμενο μοντέλο στο συνολικό δείγμα, καθώς και στις ομάδες έγγαμων και μη-έγγαμων. Η αποφυγή της εγγύτητας είχε μια άμεση αρνητική επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση. Επίσης, η αποφυγή είχε επιπλέον και έμμεση αρνητική επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση, μέσω των δυσλειτουργικών αποδόσεων και στρατηγικών. Το άγχος για τις σχέσεις είχε έμμεση αρνητική επίδραση στην

ικανοποίηση από τη σχέση, μέσω της επίδρασης στις αρνητικές αποδόσεις και στις δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης. Τέλος, οι αποδόσεις και οι στρατηγικές αντιμετώπισης είχαν άμεση αρνητική επίδραση στην ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ οι αποδόσεις είχαν και μια επιπλέον έμμεση αρνητική επίδραση μέσω των στρατηγικών αντιμετώπισης.

Σύμφωνα με τα ευρήματα αυτά: (α) το αυξημένο άγχος για τη σχέση και η αυξημένη τάση αποφυγής της εγγύτητας συμβάλλουν στην υιοθέτηση περισσότερο δυσλειτουργικών αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων, που με τη σειρά τους συμβάλλουν στη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, (β) οι αρνητικές αποδόσεις συμβάλλουν στην τάση να υιοθετούνται περισσότερο δυσλειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης, οι οποίες με τη σειρά τους συμβάλλουν στη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, (γ) η αποφυγή της εγγύτητας συμβάλλει στη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση πέραν της επίδρασής της στις αποδόσεις και στις στρατηγικές αντιμετώπισης, και (δ) οι αρνητικές αποδόσεις, η αποφυγή της ενήλικης προσκόλλησης και οι αρνητικές στρατηγικές ασκούν τη μεγαλύτερη συνολική επίδραση (άμεση και έμμεση) στην ικανοποίηση από τη σχέση.

Ειδικότερα, τα αποτελέσματα της έρευνας καταδεικνύουν μια σύνθετη αλληλεπίδραση προσκόλλησης, αποδόσεων και στρατηγικών σε ό,τι αφορά την πρόβλεψη της ικανοποίησης που βιώνεται σε μια ερωτική σχέση. Άτομα με αυξημένη αποφυγή της εγγύτητας βιώνουν μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς η εγγύτητα και η συναισθηματική δέσμευση με τον ερωτικό σύντροφο αποτελούν προϋποθέσεις για μία ικανοποιητική σχέση. Επιπλέον, στα άτομα αυτά επιβαρύνεται περαιτέρω η σχέση, εξαιτίας των αρνητικών προσδοκιών και αναπαραστάσεων τους για τους άλλους, και πιθανώς τους οδηγούν στην ερμηνεία μιας αρνητικής συμπεριφοράς του συντρόφου τους με τέτοιο τρόπο ώστε να αυξάνεται η αρνητική επίδρασή της, καθώς και να διαχειρίζονται τις συμπεριφορές αυτές με στρατηγικές οι οποίες έχουν φανεί ότι είναι δυσλειτουργικές. Άτομα με αυξημένο άγχος για τις σχέσεις, εξαιτίας της αρνητικής εικόνας εαυτού και της επικέντρωσής τους σε αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα, υιοθετούν αρνητικές αποδόσεις και κάνουν χρήση δυσλειτουργικών στρατηγικών. Οι τακτικές αυτές έχουν ως αποτέλεσμα την επιβάρυνση της σχέσης και τη βίωση μειωμένης ικανοποίησης. Τέλος, η υιοθέτηση δυσλειτουργικών ερμηνειών επιδρά δυσμενώς στην ικανοποίηση από τη σχέση, αυξάνοντας τη σπουδαιότητα της αρνητικής συμπεριφοράς και

οδηγώντας στη χρήση επιβαρυντικών τρόπων διαχείρισης των αρνητικών συμπεριφορών.

Με άλλα λόγια, όταν άτομα βιώνουν άγχος για τη σχέση και αποφυγή της εγγύτητας, τείνουν να ερμηνεύουν τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους με δυσλειτουργικό τρόπο, θεωρώντας ότι οφείλονται σε σταθερά χαρακτηριστικά του συντρόφου τα οποία δεν είναι πιθανό ν' αλλάξουν, καθώς και ότι η αρνητική συμπεριφορά είναι εμπρόθετη και κακοπροαίρετη. Αυτές οι ερμηνείες οδηγούν στην υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης της συμπεριφοράς, όπως σύγκρουση με το σύντροφο, κριτική και κατηγορία του εαυτού, άρνηση και αποφυγή του προβλήματος, ενασχόληση με δραστηριότητες εκτός σχέσης και αποφυγή της θετικής προσέγγισης του συντρόφου. Το τελικό αποτέλεσμα αυτής της διαδικασίας είναι να αναφέρουν αυτά τα άτομα μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση.

Επιπτώσεις της έρευνας

Η παρούσα διατριβή εξέτασε τη σχέση μεταξύ ενήλικης προσκόλλησης, αποδόσεων, στρατηγικών αντιμετώπισης και ικανοποίησης από τη σχέση, προτείνοντας ένα συνολικό μοντέλο διαμεσολάβησης. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο τρόπος με τον οποίο τα άτομα ερμηνεύουν και διαχειρίζονται τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων σχετίζεται με την ικανοποίηση που βιώνουν από τη σχέση τους. Επίσης, φάνηκε ότι οι διαστάσεις της ενήλικης προσκόλλησης σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη σχέση και ότι το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας μπορεί να προδιαθέτουν τα άτομα να υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές αποδόσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης σε σχέση με την αρνητική συμπεριφορά ερωτικών συντρόφων. Τα ευρήματα αυτά έχουν προεκτάσεις για τη μελέτη και κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα άτομα βιώνουν και συμπεριφέρονται στις ερωτικές τους σχέσεις, καθώς και για τη συμβουλευτική και θεραπεία σε άτομα ή ζευγάρια που αναφέρουν δυσκολίες στις σχέσεις τους.

Θεωρητικές και ερευνητικές επιπτώσεις

Τα αποτελέσματα της έρευνας έχουν μια σειρά από προεκτάσεις αναφορικά με τη μελέτη των διαπροσωπικών σχέσεων. Τα δεδομένα παρέχουν περαιτέρω εμπειρική στήριξη στη θεωρία του Bowlby (1973) ότι τα εσωτερικά μοντέλα εργασίας εαυτού και άλλων, όπως εκδηλώνονται μέσα από το άγχος και την αποφυγή (Brennan, Clark

& Shaver, 1998), επιδρούν στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα σκέφτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται στις ερωτικές τους σχέσεις.

Επίσης, η παρούσα έρευνα διασαφήνισε και συνέβαλε στην κατανόηση των τρόπων με τους οποίους η ενήλικη προσκόλληση επιδρά στη βίωση της σχέσης. Χρησιμοποιώντας τη σύγχρονη θεώρηση των δύο διαστάσεων της ενήλικης προσκόλλησης, η έρευνα επιβεβαίωσε τη σχέση προσκόλλησης - αρνητικών αποδόσεων και κατέδειξε έναν επιπλέον μηχανισμό, τις στρατηγικές αντιμετώπισης αρνητικών συμπεριφορών, μέσω του οποίου το άγχος και η αποφυγή μπορούν να επηρεάσουν την ικανοποίηση από τη σχέση. Προεκτείνοντας αυτά τα ευρήματα, άτομα με χαμηλό άγχος και αποφυγή διατηρούν υψηλότερα επίπεδα ικανοποίησης στις σχέσεις τους επειδή έχουν τη δυνατότητα να ερμηνεύουν και να διαχειρίζονται τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους με περισσότερο λειτουργικό τρόπο.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έχουν ορισμένες θεωρητικές προεκτάσεις για τη μελέτη των αποδόσεων στις κοντινές σχέσεις. Σταθερό εύρημα των σχετικών ερευνών είναι ότι οι αρνητικές αποδόσεις σχετίζονται και ενδεχομένως προκαλούν μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση. Η ερμηνεία του φαινομένου αυτού είχε επικεντρωθεί στη θέση ότι οι δυσλειτουργικές αποδόσεις για μια αρνητική συμπεριφορά προκαλούν ανταπόδοση της αρνητικής συμπεριφοράς, καθώς και αρνητικές προσδοκίες για το μέλλον της σχέσης, με αποτέλεσμα τη συνακόλουθη μείωση της ικανοποίησης που βιώνεται (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham, Harold & Gano-Phillips, 2000). Τα αποτελέσματα της έρευνας καταδεικνύουν και προσθέτουν έναν επιπλέον μηχανισμό, εκείνον της αρνητικής επίδρασης των δυσλειτουργικών αποδόσεων στις στρατηγικές αντιμετώπισης που υιοθετούνται για μια αρνητική συμπεριφορά. Με τον τρόπο αυτό, αυτή η διατριβή γεφυρώνει δύο σημαντικούς τομείς θεωρίας και έρευνας αναφορικά με τις διαπροσωπικές σχέσεις: τις αποδόσεις και τις στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογικής δυσφορίας. Το αποτέλεσμα αυτής της προσπάθειας ήταν ένα συνεκτικό μοντέλο ερμηνείας και διαχείρισης αρνητικών συμπεριφορών ερωτικών συντρόφων και την επίδραση αυτών στη σχέση.

Μια επιπλέον προέκταση των ευρημάτων αυτών αφορά τη διάκριση μεταξύ αποδόσεων αιτίας και ευθύνης. Η διάκριση αυτή είναι κυρίως θεωρητική, με σχετικά λίγα ευρήματα να την επιβεβαιώνουν εμπειρικά (Fincham, Harold & Gano-Phillips, 2000). Στις περισσότερες μελέτες, οι δύο αυτές κατηγορίες αποδόσεων χρησιμοποιούνται για την κατασκευή ενός γενικού δείκτη δυσλειτουργικών

αποδόσεων. Παρόλο που αυτή η τακτική είναι συχνά βοηθητική για στατιστικούς λόγους (εκτίμηση μοντέλων διαδρομών και δομικών εξισώσεων) η χωριστή εξέταση αυτών των δύο κατηγοριών μεταβλητών προσφέρει σημαντικές πληροφορίες. Στην παρούσα μελέτη, η διαφορετική σχέση αποδόσεων αίτιας και ευθύνης με την ικανοποίηση από τη σχέση σε έγγαμους και μη-έγγαμους, παρείχε εμπειρική στήριξη στη θεωρητική διαφοροποίηση αυτών των κατηγοριών.

Τέλος, μια σημαντική προέκταση για τη μελέτη των διαπροσωπικών σχέσεων αφορά τη χρήση έγγαμων και μη-έγγαμων συμμετεχόντων στο ίδιο δείγμα. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας κατέδειξαν ορισμένες διαφοροποιήσεις ανάμεσα στις δύο αυτές ομάδες, που δεν προβλεπόταν από θεωρητικές αναφορές. Οι διαφορές αυτές ενδεχομένως να οφείλονται στο γεγονός ότι ο γάμος διαφέρει από τις ερωτικές σχέσεις με συγκεκριμένους τρόπους (π.χ. επίπεδο δέσμευσης, επισημότητα της σχέσης, βαθμός συναισθηματικής εμπλοκής, δυνατότητα τερματισμού σχέσης), οι οποίοι μπορεί να επιδρούν στη βίωση της σχέσης. Φανερώθηκε, λοιπόν, ότι είναι επισφαλής η πρακτική να θεωρείται ότι άτομα από ερωτικές σχέσεις και γάμο αποτελούν μέρος του ίδιου πληθυσμού. Επιπλέον, καθώς οι περισσότερες έρευνες στο χώρο της ενήλικης προσκόλλησης πραγματοποιούνται με συμμετέχοντες με φοιτητές σε ερωτικές σχέσεις, τα αποτελέσματα θα πρέπει να γενικεύονται με ιδιαίτερη επιφύλαξη σε άλλες ηλικιακές ομάδες ή σε έγγαμες σχέσεις.

Κλινικές επιπτώσεις

Τα ευρήματα της διατριβής έχουν προεκτάσεις για την ψυχοθεραπευτική παρέμβαση σε άτομα ή ζευγάρια που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη σχέση, καθώς οι παρεμβάσεις αυτές απαιτούν γνώση και κατανόηση των τρόπων λειτουργίας των ατόμων στις ερωτικές σχέσεις (Μαλικιώση – Λοΐζου, 1993). Ειδικότερα, τα ευρήματα της έρευνας μπορούν να αξιοποιηθούν από θεραπευτές που εργάζονται με βάση ενορατικές-συναισθηματικές και λογικές-ενορατικές θεωρίες.

Στις ενορατικές-συναισθηματικές προσεγγίσεις, η κατανόηση από το άτομο των συναισθημάτων του και των εσωτερικών του κινήτρων θεωρείται προϋπόθεση για την απόκτηση ενόρασης και την επίτευξη θεραπευτικής αλλαγής. Παραδείγματα τέτοιων προσεγγίσεων αποτελούν οι ψυχοδυναμικές, πελατοκεντρικές και υπαρξιακές θεραπείες (Μαλικιώση - Λοΐζου, 1993). Κατά συνέπεια, η αποτελεσματικότητα μιας θεραπευτικής παρέμβασης για προβλήματα σχέσης ή γάμου μπορεί να αυξηθεί όταν ο πελάτης μπορέσει να αναγνωρίσει τον τύπο προσκόλλησής του και να αποκτήσει

ενόραση αναφορικά με τον τρόπο που το άγχος για τις σχέσεις, η αποφυγή της εγγύτητας και η έλλειψη ασφάλειας οδηγούν σε δυσλειτουργικές συμπεριφορές και σε συνακόλουθη μείωση της ικανοποίησης από τη σχέση. Είναι σημαντικό να αξιολογεί ο θεραπευτής το βαθμό και τα χαρακτηριστικά του άγχους για τις σχέσεις και της αποφυγής της εγγύτητας και να τονίζει τον τρόπο με τον οποίο κινητοποιούν τον πελάτη και επιδρούν στις αλληλεπιδράσεις και στα δυναμικά της σχέσης του, όπως για παράδειγμα με την υιοθέτηση δυσλειτουργικών αποδόσεων και στρατηγικών αντιμετώπισης των αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων. Επομένως, μια θεραπευτική παρέμβαση που λαμβάνει υπόψη τους παράγοντες ενήλικης προσκόλλησης μπορεί να επικεντρωθεί στην αναγνώριση και αλλαγή συγκεκριμένων δυσλειτουργικών συμπεριφορών που είναι αποτέλεσμα του άγχους για τις σχέσεις και της αποφυγής της εγγύτητας. Επίσης, η θεραπεία μπορεί να έχει στόχο να βοηθήσει τα άτομα να βιώσουν λιγότερο άγχος και περισσότερη εγγύτητα στις σχέσεις τους, ώστε να αποτελέσει η σχέση μια ασφαλή βάση για τους συντρόφους. Με τον τρόπο αυτόν μπορεί σταδιακά να τροποποιηθούν οι αρνητικές εσωτερικές αναπαραστάσεις και τα άτομα να βιώσουν περισσότερο πλήρεις και ικανοποιητικές σχέσεις.

Στις λογικές-ενορατικές θεραπείες, η αλλαγή της συμπεριφοράς επιτυγχάνεται μέσω γνωστικών διεργασιών (Μαλικιώση - Λοϊζου, 1993) και τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας έχουν προεκτάσεις για θεραπευτές οι οποίοι χρησιμοποιούν τεχνικές που στοχεύουν στην αλλαγή δυσλειτουργικών πεποιθήσεων και συμπεριφορών, όπως για παράδειγμα σε γνωσιακές-συμπεριφοριστικές ψυχοθεραπείες. Συγκεκριμένα, αυτές οι τεχνικές βασίζονται στην αντίληψη ότι τα άτομα κατασκευάζουν την υποκειμενική τους πραγματικότητα μέσα από την ερμηνεία των γεγονότων που βιώνουν, κάτι που στη συνέχεια επιδρά στον τρόπο με τον οποία θα επιλέξουν να αντιδράσουν στις καταστάσεις (Sapp, 1997).

Χρησιμοποιώντας τέτοιες τεχνικές, ο θεραπευτής έχει στόχο να βοηθήσει τον πελάτη να καταλάβει τον τρόπο που οι πεποιθήσεις του επηρεάζουν τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά του. Στη συνέχεια, μετά από την αναγνώριση των δυσλειτουργικών πεποιθήσεων του πελάτη, η παρέμβαση στοχεύει στην αλλαγή του τρόπου σκέψης και στη γνωσιακή αναδόμηση, όπου οι πεποιθήσεις του πελάτη που είναι ανακριβείς ή που οδηγούν σε αρνητικές εκβάσεις αντικαθίστανται με άλλες που είναι περισσότερο λειτουργικές (Καλατζή – Αζίζι, 1995). Κατά συνέπεια, θεραπευτές που εργάζονται με άτομα ή με ζευγάρια με προβλήματα στη σχέση, μπορούν να

χρησιμοποιήσουν αυτές τις τεχνικές ώστε να βοηθήσουν τους πελάτες τους να κατανοήσουν τον τρόπο με τον οποίο οι δυσλειτουργικές αποδόσεις αυξάνουν τον αντίκτυπο των αρνητικών γεγονότων και επιδρούν στην ικανοποίηση από τη σχέση. Στη συνέχεια, η θεραπεία μπορεί να επικεντρωθεί στην αντικατάσταση των δυσλειτουργικών αποδόσεων με περισσότερο ωφέλιμες, καθώς και στη σύνδεσή τους με περισσότερο λειτουργικές στρατηγικές αντιμετώπισης, με τελικό στόχο την αύξηση της ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση. Άλλωστε, η εκπαίδευση των ατόμων στη θετική αντίληψη των καταστάσεων που βιώνουν σχετίζεται με θετικές ψυχοθεραπευτικές εκβάσεις (Seligman, Rashid & Parks, 2006; Stalikas & Fitzpatrick, 2003) και είναι σε συμφωνία με το χώρο της θετικής ψυχολογίας και τις ιδέες του Seligman για τη μαθημένη αισιοδοξία (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Επιπτώσεις για την εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας

Τα ευρήματα της διατριβής αυτής έχουν προεκτάσεις για την εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας. Συγκεκριμένα, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας κατέδειξαν ότι η θεωρία της προσκόλλησης μπορεί να είναι ιδιαίτερα διαφωτιστική σε σχέση με τους παράγοντες που οδηγούν στην εγκαθίδρυση και διαίωνιση δυσλειτουργικών συμπεριφορών στις ερωτικές σχέσεις. Καθώς ένα βασικό ζητούμενο στην εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας είναι ο εφοδιασμός τους με ένα θεωρητικό πλαίσιο αναφοράς το οποίο να διευκολύνει την κατανόηση της αφήγησης του πελάτη και των δρώμενων στις ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες (Park, 2004), η εκπαίδευση θεραπειών στις βασικές αρχές της θεωρίας της προσκόλλησης είναι χρήσιμη για την πληρέστερη κατανόηση των περιστατικών που θα αντιμετωπίσουν.

Η ικανότητα του θεραπευτή να αξιολογήσει τον τύπο προσκόλλησης και το βαθμό άγχους και αποφυγής του πελάτη μπορεί ν' αποδειχθεί ιδιαίτερα βοηθητική στην κατανόηση των σχέσεων του πελάτη με τους σημαντικούς άλλους στη ζωή του. Για παράδειγμα, πελάτες που εμφανίζουν υψηλό άγχος για τις σχέσεις και φόβο απόρριψης έχουν διαφορετικές θεραπευτικές ανάγκες από πελάτες με αυξημένη τάση αποφυγής της εγγύτητας. Η εκπαίδευση των θεραπειών στην αναγνώριση αυτών των αναγκών, καθώς και στον τρόπο που το άγχος και η αποφυγή επιδρούν στη συμπεριφορά, θα βοηθήσει στην αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών παρεμβάσεων.

Περιορισμοί της έρευνας

Ορισμένοι περιορισμοί θα πρέπει να ληφθούν υπόψη κατά την αξιολόγηση των ευρημάτων αυτής της έρευνας. Παρόλο που η μεθοδολογία της ανάλυσης διαδρομής υποθέτει τον καθορισμό ενός μοντέλου με αιτιώδεις συνδέσεις μεταξύ των μεταβλητών και τα αποτελέσματα ήταν σε συμφωνία με τις θεωρητικές προβλέψεις, τα δεδομένα δεν επιτρέπουν την εξαγωγή ασφαλών συμπερασμάτων αναφορικά με την αιτιότητα, καθώς χρησιμοποιήθηκε συγχρονικός ερευνητικός σχεδιασμός. Μελλοντικές έρευνες που υιοθετούν ένα διαχρονικό σχεδιασμό θα μπορέσουν να τεκμηριώσουν τις προτεινόμενες αιτιώδεις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών προσκόλλησης, αποδόσεων, στρατηγικών και ικανοποίησης από τη σχέση. Συγκεκριμένα, ένας τέτοιος ερευνητικός σχεδιασμός αφορά την εκτίμηση της επίδρασης των μεταβλητών της προσκόλλησης, των αποδόσεων και των στρατηγικών στην ικανοποίηση από τη σχέση σε δύο διαδοχικά χρονικά σημεία. Στη συνέχεια, προκειμένου να καταδειχθεί αιτιακή σχέση μεταξύ δύο μεταβλητών όπως της ενήλικης προσκόλλησης και της ικανοποίησης από τη σχέση, ο βαθμός άγχους και αποφυγής της πρώτης χρονικής φάσης χρειάζεται να προβλέπει την ικανοποίηση από τη σχέση της δεύτερης χρονικής φάσης, πέρα από το ποσοστό διακύμανσης που προβλέπεται από την αρχική ικανοποίηση από τη σχέση.

Η παρούσα έρευνα εξέτασε την ενήλικη προσκόλληση, τις αποδόσεις, τις στρατηγικές αντιμετώπισης και την ικανοποίηση από τη σχέση στο επίπεδο του ατόμου. Όμως, έχει φανεί ότι τα χαρακτηριστικά του συντρόφου και οι αλληλεπιδράσεις σε επίπεδο δυνάδας μπορούν να επιδράσουν σημαντικά στη σχέση. Για παράδειγμα, έχει αναφερθεί ότι οι αποδόσεις των ατόμων σχετίζονται και με τα χαρακτηριστικά των συντρόφων τους (Bradbury & Fincham, 1990), ότι η χρήση λειτουργικών στρατηγικών αντιμετώπισης σε επίπεδο δυνάδας επιδρά στην ικανοποίηση από τη σχέση (Bodenmann & Cina, 2005) και ότι συγκεκριμένοι συνδυασμοί τύπων προσκόλλησης σχετίζονται με αυξημένη ικανοποίηση των συντρόφων (Banse, 2004). Μελλοντικές έρευνες που λαμβάνουν υπόψη τις επιδράσεις αυτές, θα εξετάσουν και τους δύο συντρόφους της σχέσης. Σε μια τέτοια περίπτωση, η πρόβλεψη της ικανοποίησης από τη σχέση του ενός συντρόφου θα περιλαμβάνει τους τύπους προσκόλλησης, τις αποδόσεις και τις στρατηγικές αντιμετώπισης και των δύο συντρόφων. Μια τέτοια έρευνα θα μπορέσει να καταδείξει μηχανισμούς με τους οποίους χαρακτηριστικά και συμπεριφορές του

συντρόφου αλληλεπιδρούν με ενδοατομικούς παράγοντες αναφορικά με τον τρόπο που τα άτομα βιώνουν τις ερωτικές σχέσεις και θα συμπλήρωνε την παρούσα διατριβή.

Επίσης, στη έρευνα υπήρχαν σημαντικά περισσότερες γυναίκες (84%) από άνδρες (16%) συμμετέχοντες. Αν και η επίδραση της μεταβλητής αυτής ελέγχθηκε σε όλες τις στατιστικές αναλύσεις, ο αριθμός των ανδρών συμμετεχόντων ήταν μικρός. Κατά συνέπεια, μελλοντικές έρευνες οι οποίες θα χρησιμοποιούν περισσότερους άνδρες συμμετέχοντες θα μπορέσουν να εξετάσουν περισσότερο διεξοδικά την ενδεχόμενη επίδραση του φύλου στον τρόπο που τα άτομα βιώνουν τις σχέσεις τους.

Τέλος, ένας επιπλέον περιορισμός αφορούσε τη χρήση υποθετικών συμπεριφορών στην καταγραφή των αποδόσεων. Η μέθοδος αυτή είναι συνηθισμένη στις έρευνες αναφορικά με τις αποδόσεις, προκειμένου να εξασφαλίζεται η τυποποίηση των αρνητικών συμπεριφορών που χρησιμοποιούνται ως ερεθίσματα. Όμως, δεν είναι βέβαιο ότι τα ευρήματα που αφορούν αποδόσεις που γίνονται για υποθετικές αρνητικές συμπεριφορές γενικεύονται σε πραγματικές συνθήκες μιας σχέσης. Κατά συνέπεια, αν και υπάρχουν δεδομένα που υποδηλώνουν ότι οι αποδόσεις που γίνονται για υποθετικές συμπεριφορές ομοιάζουν με εκείνες που γίνονται για πραγματικές συμπεριφορές (Fincham & Beach, 1988), μελλοντικές έρευνες οι οποίες θα εξετάσουν πραγματικές αλληλεπιδράσεις ερωτικών συντρόφων θα μπορέσουν να επιβεβαιώσουν τα ευρήματα της παρούσας διατριβής σε πραγματικές συνθήκες σχέσεων.

Συνεισφορά της παρούσας διατριβής

Οι ικανοποιητικές διαπροσωπικές και ερωτικές σχέσεις αποτελούν έναν από τους βασικότερους παράγοντες ποιότητας ζωής και ψυχικής υγείας. Μάλιστα, έχει αναφερθεί ότι ένας από τους συχνότερους λόγους για τον οποίο τα άτομα αποζητούν συμβουλευτική υποστήριξη και ψυχοθεραπεία αφορά τα προβλήματα και τις δυσκολίες που βιώνουν στις ερωτικές τους σχέσεις (Creasey, Kershaw & Boston, 1999). Η παρούσα διατριβή είχε στόχο να συνεισφέρει στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται, και συμπεριφέρονται στις ερωτικές τους σχέσεις και να προτείνει μηχανισμούς που ερμηνεύουν τη μειωμένη ικανοποίηση που συχνά βιώνουν τα άτομα στις σχέσεις. Τα αποτελέσματα τονίζουν τον κρίσιμο ρόλο που έχουν οι αποδόσεις που υιοθετούνται για αρνητικές

συμπεριφορές των ερωτικών συντρόφων και οι στρατηγικές αντιμετώπισης αυτών των συμπεριφορών για την ποιότητα της σχέσης. Επίσης, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι διαδικασίες αυτές αποτελούν τρόπους με τους οποίους το άγχος για τις σχέσεις και η αποφυγή της εγγύτητας μεταφράζονται σε μειωμένη ικανοποίηση.

Καταδεικνύοντας συγκεκριμένους μηχανισμούς που οδηγούν στη μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση, αυτή η διατριβή προσφέρει σημαντικές πληροφορίες που συνεισφέρουν στην αποτελεσματικότητα των συμβουλευτικών και ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων για άτομα με προβλήματα στις σχέσεις τους.

Η διατριβή αυτή προσέθεσε στη βιβλιογραφία που αφορά τις ερωτικές σχέσεις και τη θεωρία της προσκόλλησης, καθώς έδειξε ότι οι τρόποι με τους οποίους τα άτομα ερμηνεύουν και διαχειρίζονται τις αρνητικές συμπεριφορές των ερωτικών τους συντρόφων επηρεάζονται από ατομικές διαφορές στην οργάνωση της ενήλικης προσκόλλησης. Επίσης, φάνηκε ότι οι ερμηνείες και οι στρατηγικές αντιμετώπισης διαμεσολαβούν στη σχέση ανάμεσα στην ενήλικη προσκόλληση και την ικανοποίηση που βιώνεται στη σχέση. Επιπλέον, σε αντίθεση με τις περισσότερες έρευνες αναφορικά με τη θεωρία της προσκόλλησης, η παρούσα έρευνα δεν επικεντρώθηκε σε δείγμα φοιτητών, αλλά εξέτασε και επιβεβαίωσε τις υπό διερεύνηση μεταβλητές και σχέσεις και σε δείγμα έγγαμων. Τέλος, η έρευνα αυτή απάντησε σε περιορισμούς προηγούμενων μελετών στο χώρο της ενήλικης προσκόλλησης, καθώς βασίστηκε στο μοντέλο των δύο διαστάσεων και χρησιμοποίησε πρόσφατα ψυχομετρικά εργαλεία προκειμένου να καταγραφούν οι ατομικές διαφορές στις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής.

Συμπεράσματα

Η παρούσα διατριβή είχε στόχο τη μελέτη της συμπεριφοράς των ατόμων μέσα στις ερωτικές τους σχέσεις και την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με διαφορές στη βίωση των σχέσεων αυτών. Συγκεκριμένα, εξετάστηκε η σχέση της ενήλικης προσκόλλησης με τις ερμηνείες των ατόμων αναφορικά με τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους και τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν απέναντι σε τέτοιες συμπεριφορές.

Άτομα που βιώνουν άγχος για τις σχέσεις και αποφυγή της εγγύτητας υιοθετούν περισσότερο δυσλειτουργικές ερμηνείες και στρατηγικές αντιμετώπισης των

αρνητικών συμπεριφορών των συντρόφων τους, το οποίο σχετίστηκε με δυσμενή επίδραση στην ποιότητα της σχέσης των ατόμων αυτών. Με βάση τα αποτελέσματα της έρευνας, επιβεβαιώθηκε η χρησιμότητα της θεωρίας της προσκόλλησης (Bowlby, 1969, 1973, 1980) ως πλαίσιο κατανόησης και ένταξης των ατομικών διαφορών στον τρόπο που τα άτομα σκέπτονται, αισθάνονται και συμπεριφέρονται στις ερωτικές τους σχέσεις.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Abramson, L., Seligman, M., & Teasdale, J. (1979). Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(10), 49-74.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Ainsworth, M.D., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patters of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Bagozzi, R. P., & Heatherton, T. F. (1994). A general approach to representing multifaceted personality constructs: Application to state self-esteem. *Structural Equation Modeling*, 1, 35-67.
- Baldwin, M. W. (1995). Relational schemas and cognition in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 547-552.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of the four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Baucom, D.H., Epstein, N., Sayers, S., & Sher, T.G. (1989). The role of cognition in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 31-38.
- Birnbaum, G.E., Orr, I., Mikulincer, M., & Florian, V. (1997). When marriage breaks up: Does attachment style contribute to coping and mental health. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 643-654.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (2005). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed, and separated/divorced Swiss couples: A 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44, 71-89.

- Bodenmann, G., & Shantinath, S.D. (2004). The couples coping enhancement training (CCET): a new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 53, 477- 484.
- Bouchard, G., Sabourin S., Lussier Y., Wright, J., & Richer, C. (1998). Predictive validity of coping strategies on marital satisfaction: Cross sectional and longitudinal evidence. *Journal of Family Psychology*, 12 , 112-131.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness and depression*. Vol. 3. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bowman, M.L. (1990). Coping and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 463-474.
- Bradbury, T.N. & Fincham, F.D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 713-721.
- Bradbury, T.N., & Fincham, F.D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107, 3-33.
- Bradbury, T.N., & Fincham, F.D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 613-628.
- Bradbury, T.N., Fincham, F.D., Beach, S.R.H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P. (1998). Self-report measures of adult romantic attachment (σελ. 46-76). Στο J.A Simpson & W.S. Rholes (Επιμ.), *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford Press.
- Brennan, K., & Shaver, P. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267-283.
- Carver, C. S. (1997). Adult attachment and personality: Converging evidence and a new measure. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 865-883.

- Cassidy, J. (1998). Child-mother attachment and self in six-year-olds. *Child Development*, 59, 121–134.
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. Στο Belsky, J. and T. Nezworski (Επιμ.), *Clinical Implications of Attachment* (σελ. 300- 323). London: Erlbaum.
- Coe, M.C., Dalenberg, C.J., Aransky, K.M., & Reto, C.S. (1995). Adult attachment style, reported childhood violence and types of dissociative experiences. *Dissociation*, 1711, 142-154.
- Collins, N.L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanations and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 810-832.
- Collins, N. L., & Allard, L. M. (2001). Cognitive representations of attachment: the content and function of working models. Στο G. J. O. Fletcher & M. S. Clark (Επιμ.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Vol. 2. Interpersonal Processes* (σελ. 60-85). United Kingdom: Blackwell Publishers.
- Collins, N.L., & Read, S. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Collins, N. L., Ford, M.B., Guichard, A.C., & Allard, L. M. (2006). Working models of attachment and attribution processes in intimate relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 201-219.
- Cooper, M.P, Shaver, P., & Collins, N.L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 513-520.
- Crittenden, P. M. (1988). Relationships at risk. Στο J. Belsky and T. Nezworski (Επιμ.), *Clinical Implications of Attachment* (pp. 136-174). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Epstein, N., Baucom, D. H., & Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Review*, 13, 45 - 57.

- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. Στο J. Cassidy & P.R. Shaver (Επιμ.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (σελ. 355-377). New York: Guilford Press.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9, 39-55.
- Feeney, J.A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* 58, 281-291.
- Feeney, J.A., & Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Thousand Oaks: Sage
- Feeney, J. A., Noller, P., & Callan, V. J. (1994). Attachment style, communication and satisfaction in the early years of marriage. Στο K. Bartholomew & D. Perlman (Επιμ.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood* (σελ. 269-308). New York: Jessica Kingsley.
- Fincham, F. D. (1985). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: 2. Responsibility for marital problems. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 183-190.
- Fincham, F.D., & Beach, S.R. (1988). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: 5. Real versus hypothetical events. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 505-514.
- Fincham, F.D., Beach, S.R., & Nelson, G. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: 3. Causal and responsibility attributions for spouse behavior. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 71-86.
- Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1987). The impact of attributions in marriage: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 510-517.
- Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1989). The impact of attributions in marriage: An individual difference analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 69-85.
- Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1992). Assessing attributions in marriage: The Relationships Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 457-468.
- Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1993). Marital satisfaction, depression, and attributions: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 442-452.

- Fincham, F. D., Harold, G. T. & Gano-Phillips, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Direction of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14, 267-285.
- Fletcher, G.J., & Fincham, F.D. (1991). Attribution processes in close relationships. Στο G.J. Fletcher & F.D. Fincham (Επιμ.), *Cognition in close relationships* (σελ. 7-35). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fraley, R.C. (2000). Information on the Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) adult attachment questionnaire. Ανακτήθηκε στις 20 Οκτωβρίου 2003, από την ιστοσελίδα του University of Illinois at Urbana-Champaign. <http://www.psych.uiuc.edu/~rcfraley/measures/ecrr.htm>
- Fraley, R.C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Fraley, R.C. & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. Στο J. A. Simpson & W. S. Rholes (Επιμ.), *Attachment theory and close relationships* (σελ. 77-114). New York: Guilford Press.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, ,A., Gruen, R.J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- Gallo, L.C., & Smith, T.W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 263-289.
- Graham, J. M., & Conoley, C. W. (2006). The role of marital attributions in the relationship between life stressors and marital quality. *Personal Relationships*, 13, 231-241.
- Greenberg, M. T. (1999). Attachment and psychopathology in childhood. Στο J. Cassidy & P. Shaver (Επιμ.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (σελ. 469-496). New York: Guilford Press.

- Greenberger, E., & McLaughlin, C.S., (1998). Attachment, coping, and explanatory style in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 121-139.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Hammond, J.R. & Fletcher, G.J.O. (1991). Attachment styles and relationship satisfaction in the development of close relationships. *New Zealand Journal of Psychology*, 20, 56-62.
- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Heider, F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. Hillsdale , NJ : Lawrence Erlbaum.
- Holmes, J., & Boon, S. (1990). Developments in the field of close relationships: Creating foundations for intervention strategies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 23-41.
- Holtzworth-Munroe, A., & Jacobsen, N.S. (1985). Causal attributions of married couples: When do they search for causes? What to they conclude when they do? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1398-1412.
- Hu, L.T. & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Jacobson, N. S. (1984). A component analysis of behavioural marital therapy: The relative effectiveness of behavioural exchange and communication/problem-solving training. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 52, 295-305.
- Jacobson, N.S., & Follette, W.C. (1985). Clinical significance of improvement resulting from two behavioral marital therapy components. *Behavior Therapy*, 16, 249-262.
- Johnson, S. M., & Whiffen, V. E. (1999). Made to measure: Adapting emotionally focused couples therapy to partners' attachment styles. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 366-381.
- Καλαντζή Α.Α (1995). *Θέματα Γνωσιακής και Συμπεριφοριστικής Θεραπείας*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

- Καφέτσιος, Κ. (2005). *Δεσμός, συναίσθημα και διαπροσωπικές σχέσεις*. Αθήνα: Τυπωθήτω
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Kemp, M.A., & Neimeyer, G.J. (1999). Interpersonal attachment: Experiencing, expressing, and coping with stress. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 388-394.
- Kirkpatrick, L.A., & Davis, K.E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502-512.
- Klimes-Dougan, B., Hastings, P.D., Granger, D.A., Usher, B.A., Zahn-Waxler, C. (2001). Adrenocortical activity in at-risk and normally developing adolescents: individual differences in salivary cortisol basal levels, diurnal variation, and responses to social challenges. *Developmental Psychopathology*, 13, 695-719.
- Kobak, R.R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Lyons-Ruth, K., Alpern, L., & Repacholi, B. (1993). Disorganized infant attachment: classification and maternal psychosocial problems as predictors of hostile-aggressive behaviour in the preschool classroom. *Child Development*, 64, 572-585
- Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (1993). *Συμβουλευτική ψυχολογία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J. M., West, S. G., and Sheets, V., (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychological Methods*, 7, 83-104.
- Main, M. & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? Στο M. T. Greenberg, D. Cicchetti, and E. M. Cummings, (Ed.), *Attachment in the Preschool Years*:

- Theory, Research, and Intervention* (σ. 161-182). Chicago: The University of Chicago.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/ disoriented during the Ainsworth Strange Situation. Στο Greenberg M.T., Cicchetti D. & Cummings E.M. (Editors), *Attachment in the preschool years* (σελ. 121-160). Chicago: Chicago University Press.
- Menaghan, E. G. (1982). Measuring coping effectiveness: A panel analysis of marital problems and coping efforts. *Journal of Health and Social Behavior* 23, 220-234.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology* 58, 273-280.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, H. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 817-826.
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 141-151.
- Park, J. (2004). Walking the tightrope: Developing an attachment-based/relational curriculum for trainee psychotherapists. *Attachment & Human Development*, 6, 131-140.
- Pearlin, L.L., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- Pietromonaco, P.R., & Barret, L.S. (1997). Working models of attachment and daily social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1409-1423.
- Pistole, C. M. (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationships satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 505-512.
- Pollina, L.K., & Snell, W.E. (1999). Coping in intimate relationships: Development of the Multidimensional Intimate Coping Questionnaire. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 133-144.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Rothbard, J., & Shaver, P.R. (1994). Continuity of attachment across the lifespan. Στο M.B. Sperling & W.H. Berman (Επιμ.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (σελ. 31-71). New York: Guilford Press.
- Sanford, K. (1997). Two dimensions of adult attachment: Further validation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 133-143.
- Sapp, M. (1997). *Counseling and psychotherapy: Theories, associated research, and issues*. Lanham, England: University Press of America.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M.E.P., Rashid, T., & Parks, A.C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61, 774-788.
- Shaver, P., & Brennan, K.A. (1992). Attachment styles and the 'Big Five' personality traits: Their connections with each other and with romantic relationships outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 536-545.
- Shaver, P.R., & Hazan, C. (1993). Adult romantic attachment: Theory and evidence. Στο D. Perlman & W. Jones (Επιμ.), *Advances in personal relationships: A research annual*. Vol. 4. (σελ. 29-71). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Simpson, J.A. (1990). The influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Simpson, J. A., & Rholes, W.S. (1998). Attachment in adulthood. Στο J.A. Simpson & W.S. Rholes (Επιμ.), *Attachment theory and close relationships* (σελ. 3-21). New York: Guilford.
- Simpson, J.A., Rholes, W.S., & Nelligan, J.S. (1992). Support seeking and support giving between couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 434-446.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Spielberger, C. D. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.

- Sroufe, L.A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1184-1189.
- Stalikas, A., & Fitzpatrick, M. (June 2003). Positive emotions - Not just an indicator but a generator of change in psychotherapy. Προφορική ανακοίνωση στο 34^ο συνέδριο της Society for Psychotherapy Research, Weimar, Germany.
- Sumer, N., & Cozzarrelli, C. (2004). The impact of adult attachment on partner and self-attributions and relationship quality. *Personal Relationships*, 11, 355-371.
- Tabachnik, B. G., & Fidell, L. S. (1996). *Using multivariate statistics (3rd ed.)*. New York: HarperCollins College Publishers.
- Tsagarakis, M., Kafetsios, K., & Stalikas, A. (2007). Reliability and validity of the Greek version of the Revised Experiences in Close Relationships (ECR-R) measure of adult attachment. *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 47-55.
- Τσαγκαράκης, Μ. & Σταλίκας, Α. (υπό δημοσίευση). Κλίμακα Ποιότητας της Σχέσης (Quality of Marriage Index). Στο Ανθολόγιο: Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ. & Ρούσση Π. (Επιμελητές έκδοσης) (2η έκδοση). *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Τσαγκαράκης, Μ. & Σταλίκας, Α. (υπό δημοσίευση). Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις (Relationship Attribution Measure). Στο Ανθολόγιο: Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ. & Ρούσση Π. (Επιμελητές έκδοσης) (2η έκδοση). *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Τσαγκαράκης, Μ., Πιπεράκη, Α. & Σταλίκας, Α. (υπό δημοσίευση). Κλίμακα για τις στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στις σχέσεις και στο γάμο (Marital Coping Inventory). Στο Ανθολόγιο: Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ. & Ρούσση Π. (Επιμελητές έκδοσης) (2η έκδοση). *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Weiss, R.S. (1982). Attachment in adult life. Στο C.M. Parkes & J. Stevenson Hinde (Επιμ.), *The place of attachment in human behavior*. London: Tavistock.
- Welbourne, J.L., Eggerth, D., Hartley, T.A., Andrew, M., & Sanchez, F. (2007). Coping strategies in the workplace: Relationships with attributional style and job satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*, 70, 312-325.

Williams, D., & Schill, T. (1994). Adult attachment, love styles, and self-defeating personality characteristics. *Psychological Reports*, 74, 31-34.

Παράρτημα Α

Συγκατάθεση συμμετοχής στην έρευνα

Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελεί μέρος έρευνας για τις διαπροσωπικές σχέσεις στην Ελλάδα σήμερα. Στόχος της έρευνας είναι η μελέτη του τρόπου με τον οποίο οι ενήλικες βιώνουν τις ερωτικές τους σχέσεις και διαχειρίζονται αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους.

Η συμπλήρωση αυτού του ερωτηματολογίου είναι **απόλυτα εθελοντική** και **οικειοθελής**. Οι απαντήσεις σας είναι **εμπιστευτικές** και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για τους σκοπούς της έρευνας. Η ταυτότητα σας θα παραμείνει **ανώνυμη**. Δε θα σας ζητηθεί να συμπληρώσετε κάποιο στοιχείο από το οποίο να προκύπτει η ταυτότητά σας, ούτε θα συμπληρωθεί κάποιο τέτοιο στοιχείο αργότερα. Μπορείτε να εγκαταλείψετε την έρευνα **οποιαδήποτε στιγμή θέλετε και για οποιοδήποτε λόγο**.

Τα δεδομένα αυτής της έρευνας είναι πιθανό να παρουσιαστούν σε επιστημονικά συνέδρια ή να δημοσιευτούν σε επιστημονικά έντυπα. Για το σκοπό αυτό τα δεδομένα θα παρουσιάζονται συνολικά ώστε να μη διακυβευτεί κατά κανέναν τρόπο η ανωνυμία σας. Μετά την ολοκλήρωση της έρευνας τα αποτελέσματα θα βρίσκονται στη διάθεσή σας σε περίπτωση που τα ζητήσετε.

Η συμπλήρωση όλων των ερωτηματολογίων της έρευνας διαρκεί 35-40 λεπτά. **Η συμπλήρωση και η επιστροφή του ερωτηματολογίου αυτού αποτελεί αποδοχή εκ μέρους σας να συμμετάσχετε στην έρευνα.**

Για οποιαδήποτε επιπρόσθετη πληροφορία ή ερώτηση παρακαλούμε επικοινωνήσετε με τον υπεύθυνο της έρευνας:

Μιχάλης Τσαγκαράκης,

Υποψήφιος Διδάκτορας Ψυχολογίας Παντείου Πανεπιστημίου

Τηλ. 6945383749

e-mail: mtsag@pathfinder.gr

Σας ευχαριστούμε προκαταβολικά για τη συνεργασία σας.

Ανακοίνωση για συμμετοχή στην έρευνα

Σας ενημερώνουμε για την πραγματοποίηση έρευνας για τις διαπροσωπικές σχέσεις στην Ελλάδα σήμερα. Στόχος της έρευνας είναι η μελέτη του τρόπου με τον οποίο οι ενήλικες βιώνουν τις ερωτικές τους σχέσεις και διαχειρίζονται αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων τους.

Η έρευνα περιλαμβάνει τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων και διαρκεί 35-40 λεπτά. Η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων είναι **απόλυτα ανώνυμη** και **εθελοντική**. Δε θα σας ζητηθεί να συμπληρώσετε κάποιο στοιχείο από το οποίο να προκύπτει η ταυτότητά σας. Οι απαντήσεις είναι **εμπιστευτικές** και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για τους σκοπούς της έρευνας. **Μπορείτε να εγκαταλείψετε την έρευνα οποιαδήποτε στιγμή θέλετε και για οποιοδήποτε λόγο.**

Η συμμετοχή σας θα βοηθήσει σημαντικά το έργο της έρευνας και θα αποτελέσει σημαντική συνεισφορά στη μελέτη των διαπροσωπικών σχέσεων στη χώρα μας.

Για περισσότερες πληροφορίες ή για να δηλώσετε συμμετοχή στην έρευνα, παρακαλούμε επικοινωνήσετε με τον υπεύθυνο της έρευνας:

Μιχάλης Τσαγκαράκης,

Υποψήφιος Διδάκτορας Ψυχολογίας Παντείου Πανεπιστημίου

Τηλ. 6945383749

e-mail: mtsag@pathfinder.gr

Σας ευχαριστούμε προκαταβολικά για τη συνεργασία σας.

Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης

Οι προτάσεις που ακολουθούν αφορούν τη σχέση ή το γάμο σου. Παρακαλούμε απάντησε στην κάθε πρόταση κυκλώνοντας τον αριθμό που δείχνει το κατά πόσο συμφωνείς με αυτή, με βάση την ακόλουθη κλίμακα:

Διαφωνώ απόλυτα								Συμφωνώ απόλυτα
1	2	3	4	5	6		7	

1. Έχουμε καλή σχέση/γάμο.	1	2	3	4	5	6	7
2. Η σχέση μου με το/τη σύντροφό μου είναι πολύ σταθερή.	1	2	3	4	5	6	7
3. Η σχέση/γάμος μας είναι δυνατή/ός.	1	2	3	4	5	6	7
4. Η σχέση μου με το/τη σύντροφό μου με κάνει ευτυχισμένο/η.	1	2	3	4	5	6	7
5. Πραγματικά αισθάνομαι ότι με τον σύντροφό μου είμαστε μια ομάδα.	1	2	3	4	5	6	7

6. Στην παρακάτω κλίμακα, κύκλωσε το σημείο που περιγράφει καλύτερα το βαθμό ευτυχίας, συνολικά, στη σχέση ή το γάμο σου. Το μεσαίο σημείο 'ευτυχισμένος' αναφέρεται στο βαθμό ευτυχίας που βιώνουν οι περισσότεροι άνθρωποι από μια σχέση ή ένα γάμο. Η κλίμακα αυξάνεται σταδιακά στα δεξιά γι' αυτούς που βιώνουν έντονη χαρά στη σχέση ή στο γάμο τους και μειώνεται στα αριστερά γι' αυτούς που βιώνουν έντονη δυσαρέσκεια ή δυστυχία.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Εξαιρετικά Δυστυχισμένος/η				Ευτυχισμένος/η					Τελείως Ευτυχισμένος/η

Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις

ΟΔΗΓΙΕΣ: Οι 36 προτάσεις που ακολουθούν αφορούν το πως αισθάνεσαι μέσα σε ερωτικές σχέσεις/δεσμούς, συμπεριλαμβανομένου και του γάμου (οι όροι ‘σύντροφος’ και ‘ερωτικός σύντροφος’ χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν τις σχέσεις αυτές). Μας ενδιαφέρει το πώς βιώνεις γενικά τις σχέσεις αυτές και όχι μόνο τι συμβαίνει σε μια τωρινή σχέση. Σημείωσε δίπλα από την κάθε πρόταση το κατά πόσο συμφωνείς ή διαφωνείς με αυτή με βάση την ακόλουθη κλίμακα:

- | | | | | | | | |
|--------------------|---|---|---|------------------------|---|---|--------------------|
| Διαφωνώ
απόλυτα | | | | Ουδέτερα/
Ανάμεικτα | | | Συμφωνώ
απόλυτα |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
1. ___ Προτιμώ να μη δείχνω στο/στη σύντροφό μου τι αισθάνομαι κατά βάθος.
 2. ___ Φοβάμαι ότι θα χάσω την αγάπη του/της συντρόφου μου.
 3. ___ Αισθάνομαι άνετα να μοιράζομαι προσωπικές σκέψεις και συναισθήματα με το/τη σύντροφό μου.
 4. ___ Ανησυχώ συχνά με την ιδέα ότι ο/η σύντροφός μου δε θα θέλει να μείνει μαζί μου.
 5. ___ Το βρίσκω δύσκολο ν’ αφήσω τον εαυτό μου να στηριχθεί σε ερωτικούς συντρόφους.
 6. ___ Ανησυχώ συχνά με την ιδέα ότι ο/η σύντροφός μου δε με αγαπάει πραγματικά.
 7. ___ Αισθάνομαι πολύ άνετα να είμαι συναισθηματικά κοντά με ερωτικούς συντρόφους.
 8. ___ Ανησυχώ ότι οι ερωτικοί μου σύντροφοι δε θα νοιάζονται για μένα όσο εγώ γι’ αυτούς.
 9. ___ Δεν αισθάνομαι άνετα να ‘ανοίγομαι’ σε ερωτικούς συντρόφους.
 10. ___ Συχνά εύχομαι τα αισθήματα του/της συντρόφου μου για μένα να ήταν τόσο δυνατά όσο τα δικά μου γι’ αυτόν/αυτήν.
 11. ___ Προτιμώ να μην είμαι συναισθηματικά πολύ κοντά σε ερωτικούς συντρόφους.
 12. ___ Ανησυχώ πολύ για τις σχέσεις μου.
 13. ___ Αισθάνομαι άβολα όταν ο/η ερωτικός μου σύντροφος θέλει να είναι συναισθηματικά πολύ κοντά μου.
 14. ___ Όταν ο σύντροφός μου είναι μακριά μου, ανησυχώ ότι μπορεί να ενδιαφερθεί για κάποιον/α άλλο/η.
 15. ___ Το βρίσκω σχετικά εύκολο να έρθω συναισθηματικά κοντά με το/τη σύντροφό μου.

- | | | | | | | |
|--------------------------------|----------|----------|------------------------------------|----------|----------|--------------------------------|
| Διαφωνώ
απόλυτα
1 | 2 | 3 | Ουδέτερα/
Ανάμεικτα
4 | 5 | 6 | Συμφωνώ
απόλυτα
7 |
|--------------------------------|----------|----------|------------------------------------|----------|----------|--------------------------------|
-
16. ___ Όταν δείχνω τα αισθήματά μου στους ερωτικούς συντρόφους, φοβάμαι ότι εκείνοι δε θα αισθάνονται το ίδιο για μένα.
 17. ___ Δε μου είναι δύσκολο να έρθω συναισθηματικά κοντά με το/τη σύντροφό μου.
 18. ___ Σπάνια ανησυχώ για το ότι ο/η σύντροφός μου μπορεί να με αφήσει.
 19. ___ Συνήθως συζητάω τα προβλήματα και τις ανησυχίες μου με το/τη σύντροφό μου.
 20. ___ Ο/Η ερωτικός μου σύντροφος με κάνει ν' αμφισβητώ τον εαυτό μου.
 21. ___ Με βοηθάει να στραφώ στο/στη σύντροφό μου σε ώρες ανάγκης.
 22. ___ Σπάνια ανησυχώ με την ιδέα ότι μπορεί να με εγκαταλείψουν.
 23. ___ Λέω στο/στη σύντροφό μου σχεδόν τα πάντα.
 24. ___ Διαπιστώνω ότι οι σύντροφοί μου δε θέλουν να έρθουν συναισθηματικά τόσο κοντά μου όσο θα ήθελα.
 25. ___ Συζητάω τα πράγματα που με απασχολούν με το/τη σύντροφό μου.
 26. ___ Μερικές φορές οι ερωτικοί μου σύντροφοι αλλάζουν τα αισθήματά τους για μένα χωρίς φανερό λόγο.
 27. ___ Αισθάνομαι νευρική/τητα όταν ένας σύντροφος έρθει συναισθηματικά πολύ κοντά μου.
 28. ___ Η επιθυμία μου να είμαι συναισθηματικά πολύ κοντά με τους άλλους μερικές φορές τους φοβίζει και τους απομακρύνει.
 29. ___ Αισθάνομαι άνετα να στηριχθώ στον/στην ερωτικό μου σύντροφο.
 30. ___ Φοβάμαι ότι μόλις ένας ερωτικός σύντροφος με γνωρίσει καλά, δε θα του αρέσει το ποιος/α πραγματικά είμαι.
 31. ___ Το βρίσκω εύκολο να στηριχθώ σε ερωτικούς συντρόφους.
 32. ___ Θυμώνω που δεν παίρνω τη στοργή και τη στήριξη που χρειάζομαι από το/τη σύντροφό μου.
 33. ___ Μου είναι εύκολο να είμαι τρυφερός με τον/την ερωτικό μου σύντροφο.
 34. ___ Ανησυχώ ότι υστερώ σε σύγκριση με άλλους ανθρώπους.
 35. ___ Ο/Η σύντροφός μου πραγματικά καταλαβαίνει εμένα και τις ανάγκες μου.
 36. ___ Μου φαίνεται ότι ο/η σύντροφός μου με προσέχει μόνο όταν είμαι θυμωμένος/η.

Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις

ΟΔΗΓΙΕΣ: Παρακάτω αναφέρονται διάφορες συμπεριφορές που πιθανώς να εκδηλώσει ο/η σύντροφός σας. **Φαντάσου το/τη σύντροφό σου να εκδηλώνει την κάθε συμπεριφορά και σκέψου το λόγο για τον οποίο μπορεί να συμπεριφέρθηκε έτσι.** Στη συνέχεια διάβασε τις προτάσεις που ακολουθούν και σημείωσε τον αριθμό που δείχνει καλύτερα το πόσο συμφωνείς ή διαφωνείς με την κάθε πρόταση, χρησιμοποιώντας την ακόλουθη κλίμακα:

Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Διαφωνώ εν μέρει	Συμφωνώ εν μέρει	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
1	2	3	4	5	6

A) Ο/Η σύντροφός μου δε μου συμπαράσταθηκε όταν το είχα ανάγκη:

- | | |
|-------------|--|
| 1 2 3 4 5 6 | Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι. |

B) Ο/Η σύντροφός μου αρχίζει να περνάει λιγότερο χρόνο μαζί μου

- | | |
|-------------|--|
| 1 2 3 4 5 6 | Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας. |
| 1 2 3 4 5 6 | Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της. |

Διαφωνώ απόλυτα 1	Διαφωνώ 2	Διαφωνώ εν μέρει 3	Συμφωνώ εν μέρει 4	Συμφωνώ 5	Συμφωνώ απόλυτα 6
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι.				
Γ) Ο/Η σύντροφός μου ήταν ψυχρός/η και απόμακρος/η μαζί μου:					
1 2 3 4 5 6	Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις				
1 2 3 4 5 6	Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει.				
1 2 3 4 5 6	Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι.				
Δ) Ο/Η σύντροφός μου αρνήθηκε να με ακούσει όταν ήθελα να εκφράσω τα συναισθήματά μου:					
1 2 3 4 5 6	Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις				
1 2 3 4 5 6	Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει.				
1 2 3 4 5 6	Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους.				
1 2 3 4 5 6	Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι.				

Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Διαφωνώ εν μέρει	Συμφωνώ εν μέρει	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
1	2	3	4	5	6

Ε) Ο/Η σύντροφός μου δε δίνει σημασία σε πράγματα που λέω:

- 1 2 3 4 5 6 Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις
- 1 2 3 4 5 6 Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει.
- 1 2 3 4 5 6 Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι.

ΣΤ) Ο/Η σύντροφός μου με ντρόπιασε μπροστά σε φίλους ή συγγενείς

- 1 2 3 4 5 6 Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που είχε σχέση με αυτόν/ην (π.χ. το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του/της, τη διάθεσή του/της, κλπ.) και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις
- 1 2 3 4 5 6 Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι δεν είναι πιθανό ν' αλλάξει.
- 1 2 3 4 5 6 Ο λόγος που ο/η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι επηρεάζει και άλλες πλευρές της σχέσης μας.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι εσκεμμένα και όχι άθελά του/της.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου συμπεριφέρθηκε έτσι για ιδιοτελείς, και όχι ανιδιοτελείς, λόγους.
- 1 2 3 4 5 6 Ο/Η σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι.

Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις

ΟΔΗΓΙΕΣ: Οι περισσότεροι άνθρωποι παρατηρούν ότι συχνά τα ίδια προβλήματα ανακύπτουν ξανά και ξανά στα πλαίσια μιας σχέσης ή ενός γάμου. Για παράδειγμα, μπορεί να διαφωνείτε με το/τη σύντροφό σας για θέματα που αφορούν την επικοινωνία, τη ζήλια, το σέξ, κ.α. Τέτοια προβλήματα μπορεί να προκύπτουν ακόμα και σε ικανοποιητικές σχέσεις. Σκέψου ένα σημαντικό πρόβλημα στη σχέση σου, **το οποίο να σχετίζεται με τη συμπεριφορά του/της συντρόφου σου**. Αν σε βοηθάει, μπορείς να το καταγράψεις:

Παρακάτω είναι αρκετοί τρόποι με τους οποίους οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν προβλήματα και δυσκολίες στη σχέση ή το γάμο τους. **Έχοντας στο μυαλό σου το πρόβλημα που ανέφερες παραπάνω**, σημείωσε τον αριθμό που δείχνει καλύτερα το πόσο συμφωνείς ή διαφωνείς με την κάθε πρόταση, χρησιμοποιώντας την ακόλουθη κλίμακα:

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα
1	2	3	4	5

Όταν αντιμετωπίζω αυτό το πρόβλημα:

1. Κάθομαι και συζητάω το θέμα διεξοδικά με το/τη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
2. Φωνάζω στο/στη σύντροφό μου.	1	2	3	4	5
3. Αγοράζω δώρα για το/τη σύντροφό μου ή του/της κάνω ιδιαίτερα χατίρια.	1	2	3	4	5
4. Κατηγορώ τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5
5. Αφιερώνω περισσότερη ενέργεια στη δουλειά μου.	1	2	3	4	5
6. Λυπάμαι τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5
7. Λέω στο/στη σύντροφό μου ότι φέρεται σαν παιδί, είναι εγωκεντρικός, κτητικός, δύστροπος, κτλ.	1	2	3	4	5

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα		
1	2	3	4	5		
8. Προσπαθώ να μη σκέφτομαι το πρόβλημα.			1	2	3	4 5
9. Έχω δυσκολίες στον ύπνο.			1	2	3	4 5
10. Υπενθυμίζω στο/στη σύντροφό μου πράγματα που έχει πει ή έχει κάνει στο παρελθόν και με έχουν στεναχωρήσει.			1	2	3	4 5
11. Κάνω με το/τη σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που μας ευχαριστούν και τους δύο.			1	2	3	4 5
12. Αφιερώνω περισσότερο χρόνο στα χόμπι μου.			1	2	3	4 5
13. Κάνω με το/τη σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που τον/την ευχαριστούν.			1	2	3	4 5
14. Απαιτώ από το/τη σύντροφό μου να συμπεριφερθεί διαφορετικά.			1	2	3	4 5
15. Προσπαθώ να ξεκινήσω μια συζήτηση με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
16. Κοιμάμαι περισσότερο από το συνηθισμένο ή δυσκολεύομαι να σηκωθώ από το κρεβάτι.			1	2	3	4 5
17. Είμαι σαρκαστικός με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
18. Έχω περισσότερα προβλήματα υγείας απ' ό,τι συνήθως.			1	2	3	4 5
19. Αποφεύγω τη σωματική επαφή με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
20. Περνώ περισσότερη ώρα με τους φίλους μου.			1	2	3	4 5
21. Λέω στον εαυτό μου ότι οι δυσκολίες δεν είναι σημαντικές.			1	2	3	4 5
22. Αρνούμαι να κάνω σεξ με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
23. Αισθάνομαι πιο κουρασμένος/η απ' ό,τι συνήθως.			1	2	3	4 5
24. Περιμένω ότι με τον καιρό τα πράγματα θα διορθωθούν.			1	2	3	4 5

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα		
1	2	3	4	5		
25. Τσακώνομαι με άλλους περισσότερο απ' ό,τι συνήθως.			1	2	3	4 5
26. Είμαι περισσότερο σωματικά τρυφερός με το/τη σύντροφό μου απ' ό,τι συνήθως.			1	2	3	4 5
27. Γκρινιάζω.			1	2	3	4 5
28. Προσπαθώ να βάλω νέους ανθρώπους στη ζωή μου.			1	2	3	4 5
29. Αισθάνομαι κατάθλιψη και λύπη.			1	2	3	4 5
30. Αναλαμβάνω νέες υποχρεώσεις που απαιτούν χρόνο στη δουλειά ή στην κοινότητα.			1	2	3	4 5
31. Αν ο/η σύντροφός μου αναφερθεί στο πρόβλημα, αρνούμαι ότι τα πράγματα δεν πάνε καλά ή αλλάζω συζήτηση.			1	2	3	4 5
32. Χτυπάω ή σπάω πράγματα.			1	2	3	4 5
33. Αισθάνομαι άβολα και νευρικά			1	2	3	4 5
34. Αποκτώ νέο χόμπι και ενδιαφέροντα που να απαιτούν αρκετό από το χρόνο μου.			1	2	3	4 5
35. Θυμίζω στον εαυτό μου τις καλές στιγμές που είχα με το/τη σύντροφό μου στο παρελθόν.			1	2	3	4 5
36. Όταν είμαι μόνος/μόνη μου, κλαίω.			1	2	3	4 5
37. Είμαι ευερέθιστος/η όταν είμαι με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
38. Λέω στον εαυτό μου ότι θα ασχοληθώ με το πρόβλημα στο μέλλον αλλά τώρα δεν είναι η κατάλληλη στιγμή.			1	2	3	4 5
39. Υπενθυμίζω στο/στη σύντροφό μου τις καλές στιγμές που είχαμε στο παρελθόν.			1	2	3	4 5
40. Αισθάνομαι απελπισμένος με την κατάσταση.			1	2	3	4 5
41. Μειώνω το/τη σύντροφό μου μπροστά σε άλλους.			1	2	3	4 5

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα		
1	2	3	4	5		
42. Απασχολούμαι με διάφορα άλλα πράγματα όταν είμαι σπίτι με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
43. Προσπαθώ να είμαι πιο ελκυστικός/ή όταν είμαι με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
44. Κάνω κριτική στο/στη σύντροφό μου για πράγματα διαφορετικά από αυτό που πραγματικά με απασχολεί.			1	2	3	4 5
45. Δε δείχνω το πόσο έχω πληγωθεί.			1	2	3	4 5
46. Δίνω περισσότερη σημασία στο/στη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
47. Αισθάνομαι αποτυχημένος/η.			1	2	3	4 5
48. Προσπαθώ να καταλάβω τι προκαλεί το πρόβλημα.			1	2	3	4 5
49. Λέω στο/στη σύντροφό μου πόσο τον/την αγαπάω και νοιάζομαι γι' αυτόν/αυτήν.			1	2	3	4 5
50. Λέω στο/στη σύντροφό μου ότι για το πρόβλημα φταίει αυτός/η.			1	2	3	4 5
51. Ασκούμαι περισσότερο και καταβάλλω περισσότερη προσπάθεια σε σωματικές δραστηριότητες.			1	2	3	4 5
52. Προσπαθώ να κάνω το/τη σύντροφό μου να δει την αστεία πλευρά της κατάστασης.			1	2	3	4 5
53. Αναμοχλεύω συνεχώς το πρόβλημα στο μυαλό μου χωρίς να μπορώ να καταλήξω πουθενά.			1	2	3	4 5
54. Τσακώνομαι με το/τη σύντροφό μου για ασήμαντα θέματα.			1	2	3	4 5
55. Αφιερώνουμε κάποια ώρα με το/τη σύντροφό μου για να συζητήσουμε το πρόβλημα.			1	2	3	4 5
56. Προσπαθώ να δω την αστεία πλευρά της κατάστασης.			1	2	3	4 5
57. Ανησυχώ για την υγεία μου.			1	2	3	4 5

Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Σχεδόν πάντα		
1	2	3	4	5		
58. Κάνω περισσότερες κοινωνικές επαφές χωρίς το/τη σύντροφό μου απ' ό,τι συνήθως.			1	2	3	4 5
59. Δίνω στο/στη σύντροφό μου τελεσίγραφα, όπως το να επιμένω ότι τα πράγματα θα γίνουν όπως θέλω εγώ ή ...			1	2	3	4 5
60. Συνειδητοποιώ ότι δεν μπορώ να συγκεντρωθώ στη δουλειά ή σε άλλα ενδιαφέροντά μου.			1	2	3	4 5
61. Προσπαθώ να λύσω το πρόβλημα μόνος μου χωρίς να μιλήσω γι' αυτό με το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
62. Αποφασίζω να εκδικηθώ το/τη σύντροφό μου.			1	2	3	4 5
63. Αισθάνομαι ένοχος/η.			1	2	3	4 5
64. Προτείνω στο σύντροφό μου να τα «ξαναβρούμε»			1	2	3	4 5

Παράρτημα Β

Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις (Experiences in Close Relationships – Revised)

Για την καταγραφή των μοντέλου των δύο διαστάσεων της ενήλικης προσκόλλησης χρησιμοποιήθηκε η *Αναθεωρημένη Κλίμακα για τα Βιώματα στις Κοντινές Σχέσεις* (G-ECR-R; Tsagarakis, Kafetsios & Stalikas, 2007), η οποία αποτελεί την ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου ECR-R (Fraley, Brennan & Waller, 2000). Το G-ECR-R είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που αποτελείται από 36 προτάσεις, με δύο υποκλίμακες 18 προτάσεων που μετρούν τις διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης. Παραδείγματα ερωτήσεων είναι «Φοβάμαι ότι θα χάσω την αγάπη του/της συντρόφου μου» (υποκλίμακα άγχους) και «Αισθάνομαι άβολα όταν ο/η ερωτικός μου σύντροφος θέλει να είναι συναισθηματικά πολύ κοντά μου» (υποκλίμακα αποφυγής). Οι συμμετέχοντες αναφέρουν το βαθμό συμφωνίας τους σε κάθε πρόταση με βάση μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 7=συμφωνώ απόλυτα).

Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας

Διαδικασία μετάφρασης. Η μετάφραση της κλίμακας από τα αγγλικά στα ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον υπογράφο. Στη συνέχεια έγινε ανα-μετάφραση (back-translation) στα αγγλικά από δύο ανεξάρτητους ψυχολόγους με επάρκεια στην αγγλική γλώσσα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα μικρής κλίμακας τελικές αλλαγές στο ερωτηματολόγιο. Προκειμένου να ελεγχθεί η πιστότητα της μετάφρασης πραγματοποιήθηκε χορήγηση της αγγλικής και ελληνικής έκδοσης της κλίμακας δύο φορές σε διάστημα 3 εβδομάδων σε δείγμα ατόμων ($N=62$) με επάρκεια στην Αγγλική γλώσσα. Οι μισοί συμμετέχοντες ($N=31$) συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο πρώτα στα αγγλικά και μετά στα ελληνικά και οι υπόλοιποι αντίστροφα. Η συσχέτιση μεταξύ της αγγλικής και της ελληνικής έκδοσης ήταν $r = .90$ ($p < .001$) για την υποκλίμακα της αποφυγής και $r = .82$ ($p < .001$) για την υποκλίμακα του άγχους. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι η μετάφραση ήταν αποδεκτή.

Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας

Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής, της εγκυρότητας και της αξιοπιστίας της κλίμακας πραγματοποιήθηκε έρευνα σε δείγμα από 291 φοιτητές του Πανεπιστημίου Κρήτης και του Πάντειου Πανεπιστημίου (77 άνδρες, 214 γυναίκες, μέσος όρος ηλικίας = 21.1 έτη)

Παραγοντική δομή. Προκειμένου να εξεταστεί η παραγοντική δομή του G-ECR-R, πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή στις 36 προτάσεις του G-ECR-R. Αρχικά, έγινε εξαγωγή επτά παραγόντων με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1, που εξηγούσαν το 60.2% της διακύμανσης. Η εξέταση των φορτίσεων στους επτά αυτούς παράγοντες έδειξε ότι ήταν παράγοντες που αποτελούνταν είτε από προτάσεις της υποκλίμακας του άγχους (3 παράγοντες, φορτίσεις από .46 έως .79) είτε από προτάσεις της υποκλίμακας της αποφυγής (4 παράγοντες, φορτίσεις από .43 έως .80). Όμως, η εξέταση του διαγράμματος ιδιοτιμών υπέδειξε μια λύση με δύο παράγοντες ως πιο κατάλληλη. Έτσι, πραγματοποιήθηκε μια δεύτερη παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή όπου ζητήθηκε η εξαγωγή δύο παραγόντων. Ο πρώτος παράγοντας είχε αποτελούνταν από προτάσεις της υποκλίμακας της αποφυγής και εξηγούσε το 28.93% της διακύμανσης, με ιδιοτιμή 10.415, ενώ ο δεύτερος παράγοντας αποτελούνταν από προτάσεις της υποκλίμακας του άγχους και εξηγούσε το 12.86% της διακύμανσης με ιδιοτιμή 4.63. Όλες οι προτάσεις είχαν την υψηλότερή τους φόρτιση στον παράγοντα που αναμενόταν και καμία πρόταση δεν είχε φόρτιση πάνω από .24 στον άλλο παράγοντα, εκτός από την πρόταση 15 της υποκλίμακας του άγχους, που είχε φόρτιση .31 στον παράγοντα της αποφυγής. Για τον παράγοντα του άγχους, οι φορτίσεις ήταν από .39 έως .78. Για τον παράγοντα της αποφυγής, οι φορτίσεις ήταν από .48 έως .82 (εκτός της πρότασης 9, που είχε φόρτιση .27). Υπήρχε συσχέτιση των δύο παραγόντων ($r = .35$).

Προκειμένου να εξεταστεί περαιτέρω η παραγοντική δομή του G-ECR-R, πραγματοποιήθηκε μια επιβεβαιωτική παραγοντική ανάλυση χρησιμοποιώντας τη διαδικασία της μερικής από-ομαδοποίησης (partial disaggregation; Bagozzi & Heatherton, 1994). Η διαδικασία αυτή συνίσταται στη δημιουργία υπο-ομάδων με προτάσεις από κάθε υποκλίμακα. Οι ομάδες αυτές στη συνέχεια χρησιμοποιούνται στην επιβεβαιωτική παραγοντική ανάλυση ως δείκτες για το λανθάνοντα παράγοντα,

αντί του συνόλου των προτάσεων της υποκλίμακας, Έτσι, οι προτάσεις του G-ECR-R κατατάχθηκαν τυχαία σε έξι ομάδες για την υποκλίμακα του άγχους και έξι ομάδες για την υποκλίμακα της αποφυγής.

Με βάση τις προτάσεις των Hu & Bentler (1999), χρησιμοποιήθηκαν τρεις δείκτες για να αξιολογηθεί η καταλληλότητα του μοντέλου: (α) ο Συγκριτικός Δείκτης Προσαρμογής (Comparative Fit Index; CFI), του οποίου η τιμή θα πρέπει να είναι μεγαλύτερη του .95 για καλή προσαρμογή, (β) η Μέση Τετραγωνική Ρίζα του Σφάλματος Προσέγγισης (Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA), όπου τιμή μικρότερη του .06 σημαίνει καλή προσαρμογή, και (γ) το Τυποποιημένο Υπόλοιπο της Μέσης Τετραγωνικής Ρίζας (Standardized Root Mean Square Residual; SRMR) όπου απαιτείται τιμή μικρότερη του .08 για καλή προσαρμογή. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το μοντέλο των δύο παραγόντων της αποφυγής και του άγχους είχε πολύ καλή προσαρμογή στα δεδομένα (CFI = .97, RMSEA = .06, SRMR = .05). Προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι το μοντέλο των δύο παραγόντων ήταν πράγματι το καταλληλότερο, πραγματοποιήθηκε ανάλυση με τη συνάρτηση χ^2 και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το μοντέλο των δύο παραγόντων είχε σημαντικά καλύτερη προσαρμογή από ένα μονοπαραγοντικό μοντέλο (διαφορά στο $\chi^2(1) = 638.68, p. < 0.001$) και από ένα μοντέλο τριών παραγόντων (διαφορά στο $\chi^2(1) = 163.36, p. < 0.001$). Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-ECR-R διατηρεί την ίδια παραγοντική δομή του άγχους και της αποφυγής με το πρωτότυπο.

Εσωτερική σταθερότητα. Προκειμένου να εξεταστεί η εσωτερική σταθερότητα του G-ECR-R πραγματοποιήθηκε ανάλυση με το δείκτη Cronbach's alpha. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι δύο υποκλίμακες είχαν υψηλή εσωτερική σταθερότητα (τιμή του Cronbach's $\alpha = .91$ για τις δύο υποκλίμακες).

Εξωτερική αξιοπιστία. Προκειμένου να εξεταστεί η εξωτερική αξιοπιστία, το G-ECR-R χορηγήθηκε σε ένα δείγμα από $n=51$ άτομα δύο φορές σε διάστημα τριών εβδομάδων. Η συσχέτιση μεταξύ των δύο χορηγήσεων ήταν $r = .85 (p. < .001)$ για την υποκλίμακα της αποφυγής και $r = .88 (p. < .001)$ για την υποκλίμακα του άγχους. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-ECR-R είχε ικανοποιητική εξωτερική αξιοπιστία.

Εγκυρότητα κριτηρίου. Για τον έλεγχο της εγκυρότητας κριτηρίου του G-ECR-R

επιλέχθηκαν ως κριτήρια η ικανοποίηση από τη σχέση, η αυτοεκτίμηση και το ιδιοσυγκρασιακό άγχος, καθώς έχει φανεί από έρευνες ότι ατομικές διαφορές στην ενήλικη προσκόλληση σχετίζονται με διαφορές στις τρεις αυτές μεταβλητές (βλ. Brennan, Clark & Shaver, 1998; Brennan & Shaver, 1995; Collins & Read, 1990; Rothbard & Shaver, 1994). Η αυτοεκτίμηση μετρήθηκε με την κλίμακα αυτοεκτίμησης του Rosenberg (Rosenberg, 1965), το ιδιοσυγκρασιακό άγχος καταγράφηκε με την κλίμακα άγχους STAI (Spielberger, 1970) και η ικανοποίηση από τη σχέση αξιολογήθηκε από ένα ερώτημα φαινομενικής εγκυρότητας, το οποίο ζητούσε από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν το βαθμό ικανοποίησης από τη σχέση τους χρησιμοποιώντας μία τετραβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=καθόλου ικανοποιημένος, 4=πολύ ικανοποιημένος)

Πραγματοποιήθηκε ανάλυση συνάφειας με το δείκτη Pearson r και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι: (α) η ικανοποίηση από τη σχέση είχε στατιστικά σημαντική αρνητική συσχέτιση με τις διαστάσεις του άγχους ($r = -.38, p < .001$) και της αποφυγής ($r = -.39, p < .001$), (β) το ιδιοσυγκρασιακό άγχος είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τις διαστάσεις του άγχους ($r = .56, p < .001$) και της αποφυγής ($r = .26, p < .001$), και (γ) η αυτοεκτίμηση είχε στατιστικά σημαντική αρνητική συσχέτιση με τις διαστάσεις του άγχους ($r = .54, p < .001$) και της αποφυγής ($r = .28, p < .001$). Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι το G-ECR-R έχει εγκυρότητα κριτηρίου, χρησιμοποιώντας τα κριτήρια της ικανοποίησης από τη σχέση, του ιδιοσυγκρασιακού άγχους, και της αυτοεκτίμησης.

Συμπεράσματα

Συνολικά τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-ECR-R αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης των διαστάσεων του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης.

Κλίμακα για την ποιότητα της σχέσης
(*Quality of Marriage Index*)

Η ικανοποίηση από τη σχέση μετρήθηκε με την *Κλίμακα για την Ποιότητα της Σχέσης* (G-QMI; Τσαγκαράκης και Σταλίκας, υπό δημοσίευση), το οποία αποτελεί ελληνική έκδοση του *Quality of Marriage Index* (QMI; Norton, 1983). Το ερωτηματολόγιο αυτό ζητάει από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν το κατά πόσο συμφωνούν με 5 πέντε προτάσεις που αφορούν διάφορες πτυχές της ικανοποίησης από τη σχέση (π.χ. «έχουμε καλή σχέση/γάμο») με βάση μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 7=συμφωνώ απόλυτα). Επίσης, υπάρχει μια πρόταση που ζητάει από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν τη γενική ικανοποίηση από τη σχέση τους με βάση μια δεκαβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1= εξαιρετικά δυστυχισμένος, 10 = απόλυτα ευτυχισμένος).

Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας

Διαδικασία μετάφρασης κλίμακας. Η μετάφραση της κλίμακας από τα αγγλικά στα ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον υπογράφοντα. Στη συνέχεια, έγινε ανα-μετάφραση (back-translation) στα αγγλικά από δύο ανεξάρτητους ψυχολόγους με επάρκεια στην αγγλική γλώσσα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα μικρής έκτασης τελικές αλλαγές στο ερωτηματολόγιο. Προκειμένου να ελεγχθεί η μετάφραση, χορηγήθηκε η αγγλική και η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου δύο φορές σε διάστημα 3 εβδομάδων σε δείγμα ατόμων ($N=42$) που φοιτούσαν σε τάξεις Proficiency σε φροντιστήρια ξένων γλωσσών. Οι μισοί συμμετέχοντες ($N=21$) συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο πρώτα στα αγγλικά και μετά στα ελληνικά και οι υπόλοιποι στην αντίστροφη σειρά. Η συσχέτιση μεταξύ της αγγλικής και της ελληνικής έκδοσης ήταν $r = .93$ ($p < .001$). Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι η μετάφραση ήταν αποδεκτή.

Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας

Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής, της εγκυρότητας και της αξιοπιστίας της κλίμακας πραγματοποιήθηκε έρευνα σε δείγμα από 73 φοιτητές του Πανεπιστημίου Κρήτης (7 άνδρες, 64 γυναίκες, μέσος όρος ηλικίας = 24,6 έτη).

Παραγοντική Δομή. Για να εξεταστεί η παραγοντική δομή του G-QMI πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη ορθογώνια περιστροφή στα ερωτήματα της κλίμακας. Τα αποτελέσματα έδειξαν την ύπαρξη ενός μόνο παράγοντα με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1. Ο παράγοντας αυτός εξηγούσε το 70,5 % της διακύμανσης και είχε ιδιοτιμή = 4,2. Οι φορτίσεις των προτάσεων στον παράγοντα αυτό κυμαίνονταν από .79 έως .90. Από τα αποτελέσματα αυτά φάνηκε ότι η ελληνική έκδοση της κλίμακας έχει την ίδια μονοπαραγοντική δομή με την αγγλική.

Εσωτερική σταθερότητα. Προκειμένου να εξεταστεί η εσωτερική σταθερότητα της κλίμακας, πραγματοποιήθηκε έλεγχος με το δείκτη Cronbach's alpha. Η τιμή του alpha για τις έξι προτάσεις της κλίμακας ήταν .91. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, το G-QMI διαθέτει υψηλή εσωτερική σταθερότητα.

Εγκυρότητα Κριτηρίου. Για τον έλεγχο της εγκυρότητας κριτηρίου της κλίμακας επιλέχθηκαν ως κριτήριο οι διαστάσεις του άγχους και της αποφυγής της ενήλικης προσκόλλησης, καθώς πολλές έρευνες έχουν δείξει την ύπαρξη σχέσης ανάμεσα στις διαστάσεις αυτές και την ικανοποίηση από τη σχέση (βλ. Rothbard & Shaver, 1994). Πραγματοποιήθηκε ανάλυση συνάφειας με το δείκτη Pearson r και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με τη διάσταση της αποφυγής ($r = -.60, p < .001$) και τη διάσταση του άγχους ($r = -.31, p < .01$) της ενήλικης προσκόλλησης. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, η ελληνική έκδοση της κλίμακας έχει εγκυρότητα κριτηρίου, με βάση το κριτήριο της ενήλικης προσκόλλησης.

Συμπεράσματα

Συνολικά, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το G-QMI αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης της ικανοποίησης από τη σχέση.

*Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης
Δυσκολιών στις Σχέσεις (Marital Coping Inventory)*

Οι στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών στα πλαίσια της σχέσης αποτυπώθηκαν με την *Κλίμακα για τις Στρατηγικές Αντιμετώπισης Δυσκολιών στις Σχέσεις* (G-MCI; Τσαγκαράκης, Πιπεράκη & Σταλίκας, υπό δημοσίευση), η οποία αποτελεί την ελληνική έκδοση του *Marital Coping Inventory* (MCI; Bowman, 1990). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 5 υποκλίμακες (συνολικά 64 προτάσεις) και αναφέρεται σε διάφορες στρατηγικές που οι άνθρωποι χρησιμοποιούν για να αντιμετωπίζουν καταστάσεις που τους προκαλούν στρες στις κοντινές σχέσεις. Συγκεκριμένα, το G-MCI μετράει τις εξής στρατηγικές: (α) σύγκρουση (π.χ. «είμαι σαρκαστικός με τον σύντροφό μου»), (β) κατηγορία του εαυτού (π.χ. «αισθάνομαι αποτυχημένος»), (γ) θετική προσέγγιση (π.χ. «κάνω με τον σύντροφό μου περισσότερα πράγματα που μας ευχαριστούν και τους δύο»), (δ) αποφυγή («προσπαθώ να λύσω το πρόβλημα μόνος μου, χωρίς να μιλήσω γι' αυτό με το/την σύντροφό μου») και (ε) ατομικό ενδιαφέρον («περνάω περισσότερη ώρα με τους φίλους μου»). Αρχικά, ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν κάποιο σημαντικό πρόβλημα στη σχέση τους, το οποίο να σχετίζεται με τη συμπεριφορά του/της συντρόφου τους. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες απάντησαν στις 64 προτάσεις με βάση μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1 = ποτέ, 5 = σχεδόν πάντα).

Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας

Διαδικασία μετάφρασης κλίμακας. Η μετάφραση της κλίμακας από τα αγγλικά στην ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον υπογράφο. Στη συνέχεια, έγινε ανα-μετάφραση (back-translation) στα αγγλικά από δύο ανεξάρτητους ψυχολόγους με επάρκεια στην αγγλική γλώσσα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα μικρές κλίμακας τελικές αλλαγές στο ερωτηματολόγιο. Η ελληνική και αγγλική έκδοση του ερωτηματολογίου χορηγήθηκαν σε δείγμα 40 ατόμων που φοιτούσαν σε τάξεις φροντιστηρίων Αγγλικών επιπέδου Proficiency, με διάστημα 40 ημερών ανάμεσα στις δύο χορηγήσεις. Προκειμένου να προσδιοριστεί κατά πόσο η ελληνική έκδοση της κλίμακας συσχετίζεται με την αγγλική, υπολογίστηκε ο δείκτης συνάφειας Pearson. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι για την υποκλίμακα της σύγκρουσης η συσχέτιση ήταν $r=.96$ ($p<.001$), για την υποκλίμακα του ατομικού ενδιαφέροντος η συσχέτιση ήταν

$r = .95$ ($p < .001$), για την υποκλίμακα της κατηγορίας του εαυτού η συσχέτιση ήταν $r = .88$ ($p < .001$), για την υποκλίμακα της θετικής προσέγγισης η συσχέτιση ήταν $r = .84$ ($p < .001$) και για την υποκλίμακα της αποφυγής η συσχέτιση ήταν $r = .79$ ($p < .001$). Με βάση τα αποτελέσματα αυτά, η ελληνική μετάφραση του MCI κρίθηκε ικανοποιητική.

Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας

Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής, της εγκυρότητας και της αξιοπιστίας της κλίμακας πραγματοποιήθηκε έρευνα σε δείγμα από 223 άτομα (55 άντρες και 168 γυναίκες, μέσος όρος ηλικίας = 30 έτη).

Παραγοντική δομή. Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής της κλίμακας πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη ορθογώνια περιστροφή στις 64 προτάσεις της ελληνικής έκδοσης του ερωτηματολογίου. Αρχικά, βρέθηκαν 17 παράγοντες με ιδιοτιμές μεγαλύτερες του 1, που εξηγούσαν το 70% της διακύμανσης. Όμως, η εξέταση του διαγράμματος ιδιοτιμών, υποδείκνυε μια λύση με πέντε παράγοντες ως πιο κατάλληλη. Γι' αυτό το λόγο, πραγματοποιήθηκε μια δεύτερη παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή όπου ζητήθηκε η εξαγωγή πέντε παραγόντων. Οι πέντε αυτοί παράγοντες εξηγούσαν το 43% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξήγησε το 18.1% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=11.570, ο δεύτερος παράγοντας εξήγησε το 8.8% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=5.636, ο τρίτος παράγοντας εξήγησε το 7.20% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=4.607, ο τέταρτος παράγοντας εξήγησε το 4.68% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=2.990 και ο πέμπτος παράγοντας εξήγησε το 4.40% της διακύμανσης με ιδιοτιμή=2.814.

Όλες οι προτάσεις είχαν την υψηλότερή τους φόρτιση στον αναμενόμενο παράγοντα με τιμή πάνω από .30, εκτός από πέντε. Συγκεκριμένα η ερώτηση 44 από την υποκλίμακα *ατομικό ενδιαφέρον*, είχε την υψηλότερή της φόρτιση (.24) στον παράγοντα *αποφυγή*. Οι ερωτήσεις 23 και 26 από την υποκλίμακα *αποφυγή* είχαν τις υψηλότερές τους φορτίσεις (.30 και .44) στον παράγοντα *θετική προσέγγιση*. Η ερώτηση 27 από την υποκλίμακα *σύγκρουση* είχε την υψηλότερή της φόρτιση στον παράγοντα *κατηγορία του εαυτού* (.56). Τέλος, η ερώτηση 18 από την υποκλίμακα *κατηγορία του εαυτού* είχε την υψηλότερή της φόρτιση στον παράγοντα *αποφυγή* (.37).

Δεδομένου ότι οι φορτίσεις αυτών των πέντε ερωτήσεων (26, 23, 27, 18 και 44) δεν ήταν ικανοποιητικές, αφαιρέθηκαν από τις περαιτέρω στατιστικές αναλύσεις.

Έτσι, πραγματοποιήθηκε μια τρίτη παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη-ορθογώνια περιστροφή όπου ζητήθηκε η εξαγωγή πέντε παραγόντων. Οι πέντε αυτοί παράγοντες εξηγούσαν το 45% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξηγούσε το 19% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 11.105, ο δεύτερος παράγοντας εξηγούσε το 9% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 5.443, ο τρίτος παράγοντας εξηγούσε το 8% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 4.519, ο τέταρτος παράγοντας εξηγούσε το 5% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 2.857 και ο πέμπτος παράγοντας εξηγούσε το 5% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 2.725. Για τον παράγοντα *σύγκρουση*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .45 έως .70. Για τον παράγοντα *θετική προσέγγιση*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .39 έως .76. Για τον παράγοντα *κατηγορία του εαυτού*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .35 έως .76. Στον παράγοντα *αποφυγή*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .34 έως .73. Τέλος, για τον παράγοντα *ατομικό ενδιαφέρον*, οι φορτίσεις κυμάνθηκαν από .50 έως .82. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν η ελληνική έκδοση της κλίμακας διατηρεί την ίδια παραγοντική δομή με το πρωτότυπο.

Μια σημαντική θεωρητική διαφοροποίηση μπορεί να γίνει ανάμεσα σε στρατηγικές που είναι ωφέλιμες ή όχι για τη σχέση. Σύμφωνα με την Bowman (1990), οι στρατηγικές που αφορούν σύγκρουση, κατηγορία του εαυτού, αποφυγή και ατομικό ενδιαφέρον έχουν αρνητική συσχέτιση με την ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ η θετική προσέγγιση έχει θετική συσχέτιση με την ικανοποίηση από τη σχέση. Προκειμένου να εξεταστεί αν αυτές οι δύο γενικές κατηγορίες επιβεβαιώνονται και εμπειρικά, πραγματοποιήθηκε μια παραγοντική ανάλυση κύριων συνιστωσών με μη ορθογώνια περιστροφή στις πέντε υποκλίμακες του G-MCI. Βρέθηκαν δύο παράγοντες με ιδιοτιμές μεγαλύτερες του 1 που εξηγούσαν το 63% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξηγούσε το 41,4% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 2,1 και αποτελούταν από στρατηγικές που μπορούν να χαρακτηριστούν ως δυσλειτουργικές (κατηγορία του εαυτού, αποφυγή, ατομικό ενδιαφέρον και σύγκρουση) με φορτίσεις από .63 έως .75. Ο δεύτερος παράγοντας εξηγούσε το 21,6% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 1,1 και αποτελούνταν από τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης, που χαρακτηρίζεται ως λειτουργική για τη σχέση, με φόρτιση .92. Έτσι, στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε και ο συνολικός βαθμός χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών από το άθροισμα των υποκλιμάκων αποφυγής, κατηγορίας του εαυτού, σύγκρουσης και ατομικού ενδιαφέροντας.

Εσωτερική σταθερότητα. Για να εξεταστεί η εσωτερική σταθερότητα της Ελληνικής έκδοσης της κλίμακας, χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Cronbach's alpha. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στην υποκλίμακα *ατομικό ενδιαφέρον*, η τιμή του alpha ήταν .83. Στην υποκλίμακα *αποφυγή*, η τιμή του alpha ήταν .76. Στην υποκλίμακα *κατηγορία του εαυτού*, η τιμή του alpha ήταν .86. Στην υποκλίμακα *σύγκρουση*, η τιμή του alpha έφτασε στο .89. Στην υποκλίμακα *θετική προσέγγιση*, η τιμή του alpha ήταν .86. Τέλος, για τη συνολική κλίμακα χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών, η τιμή του alpha ήταν .88. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτά, οι υποκλίμακες του G-MCI έχουν ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα.

Εγκυρότητα κριτηρίου. Για τον έλεγχο της εγκυρότητας κριτηρίου της κλίμακας, επιλέχθηκε ως κριτήριο η ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς υπάρχουν δεδομένα που σχετίζουν τη χρήση συγκεκριμένων στρατηγικών του MCI με την ικανοποίηση από τη σχέση (Bowman, 1990). Η ικανοποίηση από τη σχέση μετρήθηκε με το G-QMI. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση συνάφειας με το δείκτη Pearson r και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με τις στρατηγικές της αποφυγής ($r = -.40, p < .001$), της σύγκρουσης ($r = -.32, p < .001$), της κατηγορίας του εαυτού ($r = -.41, p < .001$), και του ατομικού ενδιαφέροντος ($r = -.34, p < .001$), ενώ είχε θετική συσχέτιση με τη στρατηγική της θετικής προσέγγισης ($r = .32, p < .001$). Τέλος, η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση ($r = -.52, p < .001$) με το γενικό δείκτη χρήσης δυσλειτουργικών στρατηγικών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, το G-MCI διαθέτει εγκυρότητα κριτηρίου, με βάση το κριτήριο της ικανοποίησης από τη σχέση.

Συμπεράσματα

Συνολικά τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-MCI αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης των στρατηγικών αντιμετώπισης δυσκολιών στις σχέσεις και στο γάμο.

*Ερωτηματολόγιο Αποδόσεων στις Σχέσεις
(Relationship Attribution Measure)*

Οι αποδόσεις για τις αρνητικές συμπεριφορές των συντρόφων καταγράφηκαν με το ερωτηματολόγιο G-RAM (Τσαγκαράκης και Σταλίκας, υπό δημοσίευση), το οποίο αποτελεί την ελληνική έκδοση του *Relationship Attribution Measure* (RAM; Fincham & Bradbury, 1992). Το ερωτηματολόγιο αυτό περιλαμβάνει 6 υποθετικές αρνητικές συμπεριφορές (π.χ. «Ο/Η σύντροφός μου αρχίζει να περνάει λιγότερο χρόνο μαζί μου») που πιθανόν να εκδηλώσει ένας ερωτικός σύντροφος. Οι συμμετέχοντες καλούνται να φανταστούν το/τη σύντροφό τους να εκδηλώνει την κάθε συμπεριφορά και να σκεφτούν το λόγο που ο/η σύντροφός τους μπορεί να συμπεριφέρθηκε έτσι. Στη συνέχεια, αναφέρουν το βαθμό συμφωνίας τους με 6 προτάσεις με βάση μια εξαβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1=διαφωνώ απόλυτα, 6= συμφωνώ απόλυτα). Από τις έξι προτάσεις αυτές, οι τρεις μετρούν αποδόσεις/ερμηνείες για την αιτία (causal attribution) της αρνητικής συμπεριφοράς (π.χ. «Η συμπεριφορά του/της συντρόφου μου οφείλεται σε κάτι που έχει σχέση με αυτόν/ην - το τι άτομο είναι, το χαρακτήρα του, τη διάθεσή του/της, κλπ. - και όχι με μένα ή με τις περιστάσεις») και οι τρεις μετρούν αποδόσεις/ερμηνείες για την ευθύνη (responsibility attribution) της αρνητικής συμπεριφοράς (π.χ. «Ο σύντροφός μου φταίει που συμπεριφέρθηκε έτσι»). Έτσι, το G-RAM διαθέτει δύο υποκλίμακες που αφορούν αποδόσεις για την αιτία (G-RAM-C) και την ευθύνη (G-RAM-R) της αρνητικής συμπεριφοράς, οι οποίες αποτελούνται συνολικά από 18 προτάσεις η κάθε μια (6 συμπεριφορές x 3 προτάσεις ανά υποκλίμακα) και υπολογίζονται με βάση το μέσο όρο στις προτάσεις αυτές.

Διαδικασία μεταφοράς και ελέγχου εγκυρότητας και αξιοπιστίας της κλίμακας

Διαδικασία μετάφρασης κλίμακας. Η μετάφραση της κλίμακας από τα αγγλικά στα ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον υπογράφο. Στη συνέχεια, έγινε ανα-μετάφραση (back-translation) στα αγγλικά από δύο ανεξάρτητους ψυχολόγους με επάρκεια στην αγγλική γλώσσα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα μικρής κλίμακας τελικές αλλαγές στο ερωτηματολόγιο. Προκειμένου να ελεγχθεί η μετάφραση χορηγήθηκε η αγγλική και η ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου δύο φορές σε διάστημα 3 εβδομάδων σε δείγμα ατόμων ($N=56$) που φοιτούσαν σε τάξεις Proficiency σε

φροντιστήρια ξένων γλωσσών. Οι μισοί συμμετέχοντες ($N=28$) συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο πρώτα στα αγγλικά και μετά στα ελληνικά και οι υπόλοιποι στην αντίστροφη σειρά. Η συσχέτιση μεταξύ της αγγλικής και της ελληνικής έκδοσης ήταν $r = .81$ ($p < .001$) για την υποκλίμακα G-RAM-C και $r = .83$ ($p < .001$) για την υποκλίμακα G-RAM-R. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι η μετάφραση ήταν αποδεκτή.

Παραγοντική δομή, εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας

Για τον έλεγχο της παραγοντικής δομής, της εγκυρότητας και της αξιοπιστίας της κλίμακας πραγματοποιήθηκε έρευνα σε δείγμα από $N=82$ άτομα (10 άντρες και 72 γυναίκες, μέσος όρος ηλικίας = 33,1 έτη).

Παραγοντική Δομή. Για να εξεταστεί η παραγοντική δομή του G-RAM πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση στις έξι προτάσεις της κλίμακας. Τα αποτελέσματα έδειξαν την ύπαρξη δύο παραγόντων με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1, που εξηγούσαν το 72,8% της διακύμανσης. Ο πρώτος παράγοντας εξηγούσε το 56,2% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 3,4 και αποτελούταν από προτάσεις της υποκλίμακας G-RAM-R. Οι φορτίσεις των προτάσεων στον παράγοντα αυτό κυμάνθηκαν από .60 έως .97. Ο δεύτερος παράγοντας εξηγούσε το 16,7% της διακύμανσης με ιδιοτιμή = 1,1 και αποτελούνταν από προτάσεις της υποκλίμακας G-RAM-C. Οι φορτίσεις των προτάσεων στον παράγοντα αυτό κυμάνθηκαν από .66 έως .93. Όλες οι προτάσεις είχαν την κύρια τους φόρτιση στον παράγοντα που αναμένονταν και καμία πρόταση δεν είχε φόρτιση στον άλλο παράγοντα πάνω από .30, εκτός από την πρόταση 3 της υποκλίμακας G-RAM-R, η οποία είχε φόρτιση .40 στην υποκλίμακα G-RAM-C. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι G-RAM διατηρεί την ίδια παραγοντική δομή με το πρωτότυπο.

Οι δύο παράγοντες είχαν συσχέτιση .82, το οποίο δείχνει την ύπαρξη σημαντικής επικάλυψης ανάμεσα στις αποδόσεις για την αιτία και την ευθύνη μιας αρνητικής συμπεριφοράς. Για το λόγο αυτό, έχει χρησιμοποιηθεί σε έρευνες και ένας συνολικός δείκτης αρνητικών αποδόσεων που αποτελείται από το άθροισμα των δύο υποκλιμακών (Sumer, 2003).

Εσωτερική σταθερότητα. Για να εξεταστεί η εσωτερική σταθερότητα του G-RAM χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Cronbach's alpha. Η τιμή του alpha για την υποκλίμακα G-RAM-C ήταν .77 και για την υποκλίμακα G-RAM-R ήταν .87. Τέλος, η τιμή του alpha για το συνολικό δείκτη αρνητικών αποδόσεων ήταν .88. Τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι η κλίμακα έχει ικανοποιητική εσωτερική σταθερότητα.

Εγκυρότητα κριτηρίου. Για τον έλεγχο της εγκυρότητας κριτηρίου του G-RAM, επιλέχθηκε ως κριτήριο η ικανοποίηση από τη σχέση, καθώς υπάρχουν δεδομένα που σχετίζουν τη χρήση αρνητικών αποδόσεων με μειωμένη ικανοποίηση από τη σχέση (Fincham, 1992). Η ικανοποίηση από τη σχέση μετρήθηκε με το ερωτηματολόγιο G-QMI. Πραγματοποιήθηκε ανάλυση συνάφειας και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με τις αρνητικές αποδόσεις που αφορούσαν την αιτία της συμπεριφοράς ($r = -.50, p < .001$) και την ευθύνη για τη συμπεριφορά ($r = -.53, p < .001$). Τέλος, η ικανοποίηση από τη σχέση είχε αρνητική συσχέτιση με το γενικό δείκτη αρνητικών αποδόσεων ($r = -.57, p < .001$). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η κλίμακα διαθέτει εγκυρότητα κριτηρίου, με βάση το κριτήριο της ικανοποίησης από τη σχέση.

Συμπεράσματα

Συνολικά, τα αποτελέσματα αυτά έδειξαν ότι το G-RAM αποτελεί ένα έγκυρο και αξιόπιστο εργαλείο μέτρησης των αποδόσεων για την ευθύνη και την αιτία αρνητικών συμπεριφορών στις ερωτικές σχέσεις.

