

Κοινωνική υποστήριξη και η σχέση της με το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος¹

Δ. Γεώργας² και Θ. Δραγώνα³

Τμήμα Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας

Η κοινωνική υποστήριξη αξιολογήθηκε με το προσαρμοσμένο Ερωτηματολόγιο Κοινωνικής Υποστήριξης του Sarason που δόθηκε σε 120 φοιτητές του Πανεπιστημίου Αθηνών και 119 δασκάλους της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Εξετάστηκαν μια σειρά από οικολογικές μεταβλητές προγνωστικές της κοινωνικής υποστήριξης, καθώς και η σχέση ανάμεσα στην κοινωνική υποστήριξη και το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοκοινωνικά συμπτώματα και το άγχος. Η ανάλυση αποκάλυψε ότι η συχνή επαφή με γονείς και συγγενείς και η στάση απέναντι στη γειτονιά, συσχετίζονται με τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων. Επίσης βρέθηκε ότι η ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη μετριάξει το ψυχοκοινωνικό στρες και τα ψυχοσωματικά συμπτώματα, ενώ ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων συνδέεται με ελαττωμένο άγχος. Τα αποτελέσματα συζητούνται με βάση την παραδοχή ότι πολιτισμικές παράμετροι ερμηνεύουν τη μορφή, το περιεχόμενο και τον τρόπο έκφρασης της κοινωνικής υποστήριξης.

Εισαγωγή

Η έννοια της κοινωνικής υποστήριξης έχει προκαλέσει ιδιαίτερο ενδιαφέρον την τελευταία δεκαπενταετία. Αυτό το ενδιαφέρον εκδηλώθηκε αρχικά με μια σειρά επισημονικών άρθρων όπου η κοινωνική υποστήριξη οριζόταν ως ένα σταθερό σχήμα κοινωνικών δεσμών, καθοριστικό στην επιτυχή αντιμετώπιση του στρες και στην πρόγνωση της ψυχολογικής υγείας και προσαρμογής (Caplan, 1974, Cassel, 1974, 1976 και Cobb, 1976).

Από τότε κλινικοί και ερευνητές έχουν προτείνει τόσο διάφορες παραλλαγές του αρχικού ορισμού, όσο και μεθόδους απομόνωσης των ποσοτικών και των ποιοτικών διαστάσεων της υποστήριξης. Ωστόσο, οι προτάσεις αυτές συχνά αρθρώθηκαν με ύφος ετερόκλητο, αόριστο, διστακτικό ή ελλειπτικό, αντικατοπτρίζοντας ανάλογες δυσκολίες στη διαμόρφωση και αξιολόγηση σύνθετων ψυχοκοινωνικών εννοιών. Όπως υποστηρίζουν οι Sarason et

¹ Μέρος αυτής της εργασίας ανακοινώθηκε στο 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογίας, Αθήνα, Φεβρουάριος 1988.

² Πανεπιστήμιο Αθηνών

³ Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τους διδάσκοντες και τη διεύθυνση της Μαρασλείου Παιδαγωγικής Ακαδημίας για τη συνεργασία τους. Ευχαριστούμε επίσης τους Irwin G. Sarason και Harry C. Triandis για τα ενδιαφέροντα σχόλιά τους.

al. (1983) η πληθώρα μεθόδων αξιολόγησης της κοινωνικής υποστήριξης δεν εκφράζει παρά την πολλαπλότητα θεωρητικών απόψεων γύρω από το θέμα.

Οι πρώτες μελέτες εστίασαν στη μέτρηση του κοινωνικού πλέγματος ως ενδεικτικού του επιπέδου υποστήριξης (για παράδειγμα, συχνότητα κοινωνικών επαφών, συμμετοχή σε συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα, μέγεθος ομάδας προσώπων που συγκατοικούν κ.τ.λ.) Ωστόσο η έννοια της κοινωνικής υποστήριξης συνοδεύεται από πολύ συνθετότερες συνδηλώσεις απ' ότι η απλή περιγραφή του κοινωνικού πλέγματος. Η κοινωνική υποστήριξη βρέθηκε να απαρτίζεται από έννοιες όπως είναι η συναισθηματική στήριξη και η κατανόηση, η πρακτική βοήθεια, η παροχή πληροφόρησης. Σύμφωνα με ένα νεώτερο και πληρέστερο ορισμό, κοινωνική υποστήριξη είναι η «έκφραση μιας συνεχούς αλληλεξάρτησης ανάμεσα στους ανθρώπους που περιλαμβάνει λεκτική και / ή μη-λεκτική πληροφόρηση ή συμβουλή, χειροπιαστή βοήθεια ή δράση και προσφέρεται από τα πρόσωπα με τα οποία έχουμε στενές σχέσεις, τεκμαίρεται από την παρουσία τους και έχει ευεργετικές επιπτώσεις στη συναισθηματική κατάσταση ή στη συμπεριφορά μας» (Gottlieb, 1983, σελ. 28-29).

Η παρούσα έρευνα της κοινωνικής υποστήριξης επιχειρεί να διαχωρίσει θεωρητικά το κοινωνικό πλέγμα ως πηγή υποστήριξης από την κοινωνική υποστήριξη ως ενδεχόμενο αποτέλεσμα (Leppin, 1985).

Στις περισσότερες εμπειρικές αξιολογήσεις της κοινωνικής υποστήριξης, διερευνάται η σχέση της με το στρες και την ψυχολογική και ψυχοσωματική υγεία ενώ η μέθοδος προσέγγισης ποικίλλει από μελέτη σε μελέτη. Ο Quast (1985) προσφέρει μια απλή αλλά χρήσιμη κατηγοριοποίηση των διαφόρων προσεγγίσεων:

1. Εξετάζεται η παρεμβολή της κοινωνικής υποστήριξης ως προφυλακτικός μηχανισμός από το ψυχοκοινωνικό στρες, τις ψυχολογικές διαταραχές και τα σωματικά προβλήματα (π.χ. Nuckolls, Cassel and Caplan, 1972, Medalie and Goldbourt, 1976, Sandler and Lakey, 1981, Wilcox, 1981, Barrera, 1981 Caldwell and Bloom, 1982 και Sarason, 1980, 1985).

2. Εξετάζεται κατά πόσο η κοινωνική υποστήριξη μπορεί να προγνώσει επαρκώς καταστάσεις όπως το στρες, το άγχος, την κατάθλιψη, την εικόνα εαυτού (π.χ. Lieberman, 1983, Holahan and Moos, 1982, Henderson, Byrne and Duncan-Jones, 1981).

3. Εξετάζεται κατά πόσο η προσωπικότητα, κοινωνικές ή περιβαλλοντικές μεταβλητές, συσχετίζονται με τον τρόπο που κανείς δέχεται ή προσφέρει ικανοποίηση (π.χ. Oxley, Barrera and Sadalla, 1981, Felner, Cinter and Primavera, 1982 και Eckenrode, 1983).

4. Τέλος υπάρχει η κατηγορία στην οποία εντάσσονται οι μελέτες που εστιάζουν στην ανάπτυξη ενός εννοιολογικού μοντέλου της κοινωνικής υποστήριξης (π.χ. Barrera, Sandler and Ramsey, 1981, Sarason et al., 1983, Heller and Swindle, 1983, και Gottlieb, 1983).

Χωρίς αμφιβολία η μορφή και το περιεχόμενο της κοινωνικής υποστήριξης συνδέονται με κοινωνικές και πολιτισμικές παραμέτρους. Η έρευνα στο χώρο της Μεσογείου έχει επανειλημμένα δείξει τη σημασία των στενών σχέσεων μέσα στην κοινότητα, την ευρύτερη και στενότερη οικογένεια (Seddon, 1976, Abu Zahra, 1976, Kongar, 1976, Benedict, 1976, Peters, 1976, Davis, 1976 και Whitaker, 1976). Τα οικογενειακά συστήματα, που είναι προσανατολισμένα προς τον τύπο της ευρείας οικογένειας, τείνουν να παρουσιάζουν μια σειρά από κοινά χαρακτηριστικά. Τα μέλη συνδέονται μεταξύ τους με στενούς συναι-

σθηματικούς δεσμούς και εκφράζουν στάσεις και συμπεριφορές σύμφωνα με την άποψη ότι η αμοιβαία βοήθεια και άλλες σχετικές μορφές συναλλαγής με τους συγγενείς, αποτελούν υποχρεωτική οφειλή. Τα μέλη δεσμεύονται να βοηθούν το ένα τ' άλλο σε στιγμές ανάγκης και να προσφέρουν συναισθηματική στήριξη, στα πλαίσια της καθημερινής συναλλαγής (Heller and Quesada, 1977).

Στον Ελληνικό παραδοσιακό χώρο, η «έσω-ομάδα» ή «η ομάδα δικών» παίζει καθοριστικό ρόλο στον τρόπο που λειτουργεί η κοινωνική υποστήριξη. Η «έσω-ομάδα» απαρτίζεται από όλα εκείνα τα πρόσωπα που έχουν δείξει με τις πράξεις τους ότι μπορούν να νοιαστούν το ένα τ' άλλο και στα οποία μπορεί κανείς να βασιστεί σε ώρα ανάγκης. Δεν στηρίζεται σε πάγια κριτήρια ή στατικά ατομικά χαρακτηριστικά. Αντίθετα, πρόκειται για μια διεργασία όπου το μέγεθος της «έσω-ομάδας» εξαρτάται από την κατάσταση και το κύριο κριτήριο ένταξης σε αυτήν είναι το εκφραζόμενο ενδιαφέρον. Ένα τέτοιο ενδιαφέρον περιλαμβάνει την έμπρακτη έκφραση αγάπης και φροντίδας, την έννοια για τα θέματα του άλλου, τη μόνιμη διαθεσιμότητα και ετοιμότητα για βοήθεια (Vassiliou and Vassiliou, 1973). Έχει επανειλημμένα απασχολήσει τους ερευνητές η συμβολή της «έσω-ομάδας» σε ένα πλήθος ψυχολογικών φαινομένων (Triandis, Vassiliou and Nassiakou, 1968, Triandis and Vassiliou, 1972, Polemi-Todoulou, 1981, Dragonas 1983 και Zatz, 1983).

Οι ραγδαίες κοινωνικο-πολιτισμικές αλλαγές των τελευταίων 20 χρόνων έχουν επηρεάσει βαθιά τη συλλογική και ατομική ζωή. Στα αστικά κέντρα όπου επικρατεί η μορφή της πυρηνικής οικογένειας και η δομή της «έσω-ομάδας» διαλύεται, μεταβάλλεται τόσο το περιεχόμενο όσο και η έκφραση της κοινωνικής υποστήριξης. Η

εμπειρική έρευνα επισημαίνει ότι η αστικοποίηση, οι μεγάλοι οργανισμοί, ο τύπος της κατοικίας, όπως για παράδειγμα οι πολύ μεγάλες πολυκατοικίες, αποτελούν μερικά από τα περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά που μειώνουν την προθυμία για βοήθεια, τη φιλική διάθεση και την κοινωνική συναλλαγή (Michelson, 1970, Korte, 1978, Wicker, 1978, Oxley et al. 1981). Οι ταχείες αλλαγές στον κοινωνικό και φυσικό χώρο υποβοηθούν το οξύ ή παρατεταμένο ψυχοκοινωνικό στρες. Σε μια εποχή, που οι παραδοσιακοί προστατευτικοί μηχανισμοί της ομάδας κλονίζονται ισχυρά και ένας μεγάλος αριθμός ανθρώπων βιώνει την εμπειρία του ξεριζώματος, της διάλυσης της οικογένειας, της κοινωνικής απομόνωσης, οι ψυχολογικές διαταραχές αναπόφευκτα αυξάνονται ως απάντηση στους αγχογόνους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες (Brown and Harris, 1978). Τα ερωτήματα λοιπόν που αναδύονται είναι πώς λειτουργεί ο μηχανισμός της κοινωνικής υποστήριξης στη σημερινή ελληνική κοινωνία; Πώς συνδέεται με το υπάρχον κοινωνικό και οικογενειακό σχήμα, με τα πιεστικά για τον ψυχισμό γεγονότα που βιώνουν οι άνθρωποι, με τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος που παρουσιάζουν;

Ο στόχος αυτού του άρθρου είναι τριπλός. Πρώτον, το ενδιαφέρον μας επικεντρώνεται στην αξιολόγηση της κοινωνικής υποστήριξης στον ελληνικό χώρο. Δεύτερον, χρησιμοποιούμε την κοινωνική υποστήριξη ως εξαρτημένη μεταβλητή ερμηνευόμενη από κοινωνικούς-δημογραφικούς παράγοντες και δομικές διαστάσεις των σχέσεων, όπως είναι το μέγεθος της ομάδας των ανθρώπων που συγκατοικούν, η συχνότητα κοινωνικής επαφής και η στάση απέναντι στη γειτονιά. Τρίτον, εξετάζουμε την κοινωνική υποστήριξη ως προγνωστική μεταβλητή του ψυχοκοινω-

νικού στρες, των ψυχοσωματικών συμπτωμάτων και του άγχους.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Κλίμακες

Κοινωνική Υποστήριξη: Έχει αναπτυχθεί μια πληθώρα άγνωστης ποιότητας ερωτηματολογίων που χρησιμοποιήθηκαν για μια μόνη φορά και μετά ξεχάστηκαν (Lerprip, 1985 και Tardy, 1985). Το Ερωτηματολόγιο Κοινωνικής Υποστήριξης (Social Support Questionnaire), που αναπτύχθηκε από τον Sarason και τους συνεργάτες του (1983), αποτελεί μια γνωστή προσπάθεια ποσοτικής εκτίμησης των διαστάσεων της διαθέσιμης υποστήριξης και της ικανοποίησης από την προσφερόμενη ικανοποίηση. Χαρακτηρίζεται από μια σειρά θετικές ψυχομετρικές ιδιότητες και έχει προσαρμοσθεί επιτυχώς στα γερμανικά (Quast, 1985), στα ινδικά (Sharma, 1987) και στα ισπανικά (Triandis et al., 1988).

Για τη μεταφορά του Ερωτηματολογίου Κοινωνικής Υποστήριξης στα ελληνικά ακολουθήθηκε η εξής διαδικασία: α) μετάφραση, β) αντίστροφη μετάφραση, γ) ομαδική συζήτηση με 30 φοιτητές γύρω από την κατανόηση και την αντιστοιχία των θεμάτων, του σχήματος παρουσίασης, κ.τ.λ. και δ) διόρθωση ορισμένων θεμάτων, ώστε το τελικό ερωτηματολόγιο να είναι σύγκρισμο με το αμερικανικό.

Οι ερωτώμενοι καλούνται να αναφέρουν τα πρόσωπα στα οποία μπορούν να βασιστούν σε μια σειρά από 27 συγκεκριμένα περιστατικά και μετά να υποδείξουν σε μία κλίμακα έξι βαθμών το πόσο ικανοποιημένοι είναι από την παρεχόμενη υποστήριξη. Έτσι έχουμε δύο βαθμολογίες: η μια αναφέρεται στον αριθμό των διαθέσιμων προσώπων και η άλλη στην ικανοποίηση.

Πιστικά για τον Ψυχισμό Γεγονότα: Ακολουθήθηκε η προσέγγιση μέτρησης του ψυχοκοινωνικού στρες των Holmes and Rahe (1967). Η κλίμακα έχει ήδη προσαρμοσθεί στα ελληνικά και χρησιμοποιηθεί σε προηγούμενες έρευνες με στόχο την αναγνώριση ενδεχόμενων πιστικών γεγονότων και τη σχέση τους με ψυχοσωματικές και ψυχολογικές αντιδράσεις (Georgas and Giakoumaki, 1984, Georgas et al., 1984) και Georgas and Giakoumaki, υπό δημοσίευση (α) και Georgas and Giakoumaki υπό δημοσίευση (β). Οι ερωτώμενοι καλούνται να σημειώσουν τα πιστικά γεγονότα που έζησαν τους τελευταίους 12 μήνες.

Ψυχοσωματικά Συμπτώματα: Αξιολογήθηκαν 31 συνήθη συμπτώματα όπως π.χ. εξάντληση, πονοκέφαλοι, υψηλή αρτηριακή πίεση, διάρροια κ.τ.λ., που έχουν χρησιμοποιηθεί και σε προηγούμενες ελληνικές μελέτες (Georgas and Giakoumaki, 1984, Georgas et al. 1984, και Georgas and Giakoumaki υπό δημοσίευση α). Οι ερωτώμενοι καλούνται να σημειώσουν σε κλίμακα 3 βαθμών ποια από τα συμπτώματα, και σε ποιο βαθμό, αισθάνθηκαν τους τελευταίους 12 μήνες.

Έκδηλο Άγχος: Το άγχος μετρήθηκε με την ελληνική προσαρμογή της Κλίμακας Έκδηλου Άγχους του Taylor (Vassiliou, Georgas and Vassiliou, 1967).

Δείγμα

Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν σ' ένα δείγμα 120 φοιτητών του Τομέα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών και 119 δασκάλων της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης που βρίσκονταν σε μετεκπαίδευση στη Μαράσλειο Παιδαγωγική Ακαδημία. Η κατανομή της ηλικίας είναι δικόρυφη και κυμαίνεται από 18 έως 51 με $M = 26,62$. Το δείγμα χωρίστηκε στις εξής κατηγορίες: η-

λικία 18-24, $N = 120$, 27-51· $N = 119$ · φύλο αρσενικό, $N = 114$ · θηλυκό, $N = 125$ · αστικότητα, Αθήνα $N = 76$ · επαρχία $N = 163$ · προσωπική κατάσταση, έγγαμοι $N = 90$ · άγαμοι $N = 149$ (στο δείγμα δεν υπήρχαν χήροι ή διαζευγμένοι).

Προσδιορισμός Μεταβλητών

Οι ατομικές και δημογραφικές μεταβλητές που ελέγχθηκαν ήταν το φύλο, η ηλικία, η προσωπική κατάσταση και η αστικότητα.

Φύλο: Κατηγορική μεταβλητή που παίρνει την τιμή 0 για τις γυναίκες και την τιμή 1 για τους άντρες.

Ηλικία: Συνεχής μεταβλητή που κυμαίνεται από 18 έως 51.

Προσωπική κατάσταση: Κατηγορική μεταβλητή που παίρνει την τιμή 0 για τους άγαμους και 1 για τους έγγαμους.

Αστικότητα: Κατηγορική μεταβλητή που παίρνει την τιμή 1 για τους μόνιμους κατοίκους της Αθήνας και την τιμή 0 για τους μόνιμους κατοίκους της επαρχίας, που όμως βρίσκονται προσωρινά στην Αθήνα ως φοιτητές ή μετεκπαιδευόμενοι.

Οι μεταβλητές που αναφέρονται στη δομική διάσταση των σχέσεων είναι:

Μέγεθος Ομάδας που συγκατοικεί: Αποτελείται από δύο ψευδομεταβλητές, που περιγράφουν τρεις ομάδες. Η μία ομάδα περιλαμβάνει αυτούς που κατοικούν με την οικογένειά τους ή συγγενείς (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία) και η δεύτερη αυτούς που κατοικούν με φίλους ή στην εστία (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία). Το να μένει κανείς μόνος του χρησιμοποιείται ως επίπεδο αναφοράς.

Συχνότητα επαφής με τους γονείς: Αποτελείται από δύο ψευδομεταβλητές, που περι-

γράφουν τρεις ομάδες. Η μία ομάδα περιλαμβάνει αυτούς που βλέπουν τους γονείς τους καθημερινά ή τουλάχιστον μια φορά τη βδομάδα (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία) και η δεύτερη αυτούς που τους βλέπουν μια ή δυο φορές το μήνα (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία). Το να βλέπει κανείς τους γονείς μία ή δύο φορές το χρόνο χρησιμοποιείται ως επίπεδο αναφοράς.

Συχνότητα επαφής με τους στενούς συγγενείς: Αποτελείται από δυο ψευδομεταβλητές που περιγράφουν τρεις ομάδες αντίστοιχες με αυτές της μεταβλητής «Συχνότητα επαφής με τους γονείς».

Στάση απέναντι στη γειτονιά: Αποτελείται από δυο ψευδομεταβλητές που περιγράφουν τρεις ομάδες. Η πρώτη ομάδα περιλαμβάνει αυτούς που βλέπουν τη γειτονιά τους φιλική (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία), η δεύτερη αυτούς που τη βλέπουν μάλλον απρόσωπη (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία). Το να βλέπει κανείς τη γειτονιά του ως τελείως απρόσωπη χρησιμοποιείται ως επίπεδο αναφοράς.

Σχέσεις με τους γείτονες: Αποτελείται από δυο ψευδομεταβλητές που περιγράφουν τρεις ομάδες. Η πρώτη ομάδα περιλαμβάνει αυτούς που έχουν στενές σχέσεις με τους γείτονες (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία) και η δεύτερη αυτούς που έχουν μάλλον αποστασιοποιημένη σχέση με τους γείτονες (τιμή 1, εάν ισχύει και 0 για κάθε άλλη κατηγορία). Το να μη γνωρίζει κανείς κανέναν από τους γείτονές του χρησιμοποιείται ως επίπεδο αναφοράς.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το Ερωτηματολόγιο κοινωνικής υποστήριξης

Κατ' αρχάς συγκρίθηκαν οι ψυχομετρικές ιδιότητες του ερωτηματολογίου του Sarason (Sarason et al., 1983) με τις αντίστοιχες του ελληνικού. Η βαθμολογία του αριθμού των διαθέσιμων προσώπων, σε κάθε ένα από τα 27 συγκεκριμένα περιστατικά κυμαίνεται από 2,05 έως 7,39 με $M=3,30$. Ο μέσος όρος των διαθέσιμων προσώπων στο σύνολο του ερωτηματολογίου είναι 89,06. Αυτοί οι μέσοι όροι είναι χαμηλότεροι απ' αυτούς που αναφέρουν οι Sarason et al. (1983) με αμερικανικό δείγμα φοιτητών, $M=4,25$ και $M=114,75$ αντίστοιχα. Οι Αμερικανοί αναφέρουν μεγαλύτερο αριθμό διαθέσιμων προσώπων απ' ότι οι Έλληνες, ενώ οι Έλληνες τείνουν να αναφέρουν μεγαλύτερη ικανοποίηση απ' ότι οι Αμερικανοί. Η βαθμολογία της ικανοποίησης από την παρεχόμενη υποστήριξη κυμαίνεται από 4,46 έως 5,20 με $M=4,77$. Η αμερικανική βαθμολογία κυμαίνεται από 5,12 έως 5,57 με $M=5,38$.

Η παραγοντική ανάλυση των απαντήσεων, ως προς τον αριθμό των υποστηρικτών προσώπων, ακολουθώντας την ορθογώνια παραγοντική λύση (Varimax) αποκάλυψε έναν ισχυρό παράγοντα που ερμηνεύει το 76% της ολικής διακύμανσης. Τον παράγοντα αποτελούν 11 θέματα των οποίων η παραγοντική φόρτιση κυμαίνεται από 0,43 έως 0,65. Ο Sarason αναφέρει και αυτός ένα γενικό παράγοντα που ερμηνεύει το 82% της διακύμανσης. Οι φορτίσεις ωστόσο υπερβαίνουν το 0,72.

Η παραγοντική ανάλυση των απαντήσεων ως προς την ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη, αποκάλυψε

πάλι ένα γενικό παράγοντα ($R^2=0,64$) που αποτελείται από πέντε θέματα των οποίων η φόρτιση κυμαίνεται από 0,42 έως 0,58. Ένας γενικός παράγοντας με ερμηνεύμενη διακύμανση 72% και φορτίσεις που υπερβαίνουν το 0,30, αναφέρεται και από τον Sarason. Τα αποτελέσματα της παραγοντικής ανάλυσης μας οδηγούν στο συμπέρασμα ότι η δομή του ελληνικού ερωτηματολογίου δεν διαφέρει από αυτήν του αμερικανικού και μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τους σκοπούς της προκείμενης έρευνας.

Τέλος, ο δείκτης συσχέτισης μεταξύ του αριθμού των υποστηρικτικών προσώπων και της ικανοποίησης είναι $r=0,35$, ενώ ο δείκτης που δίνει ο Sarason είναι $r=0,34$.

Αριθμός υποστηρικτικών προσώπων

Οι Sarason et al. (1983) αναφέρουν ότι κατά τη διάρκεια προκαταρκτικών μελετών πειραματίστηκαν με διάφορους τρόπους βαθμολόγησης, ένας εκ των οποίων ήταν να ομαδοποιηθούν τα διαθέσιμα υποστηρικτικά πρόσωπα κατά κατηγορίες, όπως για παράδειγμα, πυρηνική οικογένεια, φίλοι, συγγενείς κ.τ.λ. Όμως ο βαθμός συνάφειας ανάμεσα σε αυτήν τη μέθοδο και την απλή καταμέτρηση των υποστηρικτικών προσώπων ήταν τόσο ψηλός, ώστε κατέληξαν να χρησιμοποιήσουν τον απλούστερο τρόπο. Ωστόσο, θεωρήσαμε χρήσιμο να ακολουθήσουμε την ίδια διαδικασία και για το ελληνικό δείγμα, υποθέτοντας ότι ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων ενδεχομένως θα διαφέρει ανάμεσα στους κατοίκους της επαρχίας και αυτούς της Αθήνας. Έτσι, ζητήθηκε στους ερωτώμενους να αναφέρουν για κάθε ένα από τα 27 περιστατικά τα αρχικά του προσώπου στο οποίο μπορούν να βασιστούν και τη σχέση που έχουν μαζί του. Ξεχωρίσαμε τα πρόσωπα σε κατηγορίες, όπως *πυρηνική οικογένεια* (σύζυγος, γιοί,

κόρες, εάν υπήρξαν έγγαμοι και πατέρας, μητέρα, αδερφοί, αδερφές, εάν υπήρξαν άγαμοι) *εκτεταμένη οικογένεια* (σύζυγος, πατέρας, μητέρα, αδερφοί/ές, πεθεροί/ές, παππούδες, γιαγιάδες, γιοί, κόρες, θείοι/ές, εξάδερφοι/ές, κουινιάδοι/ές, μπατζανάκηδες, κουμπάροι/ές, νονοί/ές, ανηψιοί/ές) *φίλοι και γείτονες*. Έγιναν αναλύσεις διασποράς για κάθε μια κατηγορία υποστηρικτικών προσώπων με ανεξάρτητες μεταβλητές την αστικότητα, το φύλο και την προσωπική κατάσταση ($2 \times 2 \times 2$).

Από την ανάλυση διασποράς προέκυψε ότι η αστικότητα δεν διαφοροποιεί σε στατιστικά σημαντικό βαθμό τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων είτε πρόκειται για *πυρηνική οικογένεια* $F(1,223) = 0,07$, $p = 0,79$, για *εκτεταμένη* $F(1,223) = 0,16$, $p = 0,69$, για *φίλους* $F(1,223) = 0,25$, $p = 0,62$, ή για *γείτονες* $F(1,223) = 0,95$, $p = 0,76$. Η αλληλεπίδραση κατηγορίας υποστηρικτικών προσώπων και αστικότητας δεν υπήρξε στατιστικά σημαντική σε καμία από τις τέσσερις αναλύσεις διασποράς. Το ίδιο βρέθηκε να ισχύει και ως προς το φύλο. Η προσωπική κατάσταση όμως φάνηκε να διαφοροποιεί τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων στην περίπτωση της *πυρηνικής οικογένειας* $F(1,223) = 10,69$, $p = 0,001$, της *εκτεταμένης* $F(1,223) = 3,89$, $p = 0,05$, και των *φίλων* $F(1,223) = 13,28$, $p = 0,001$, αλλά όχι και στην περίπτωση των *γειτόνων* $F(1,223) = 0,13$, $p = 0,72$. Οι έγγαμοι λοιπόν ανέφεραν περισσότερα υποστηρικτικά πρόσωπα απ' ότι οι άγαμοι.

Σε γενικές γραμμές, με βάση τα αποτελέσματα των αναλύσεων διασποράς, καταλήξαμε στο συμπέρασμα των Sarason et al. (1983) ότι για τη βαθμολογία του αριθμού των υποστηρικτικών προσώπων μπορεί κανείς να βασιστεί στην απλή καταμέτρηση των υποστηρικτικών προσώπων και δεν χρειάζεται να τα διαφοροποιήσει σε κατηγορίες.

Η Κοινωνική υποστήριξη ως εξαρτημένη μεταβλητή

Ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων και η ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη εξετάστηκαν σε σχέση με τις προσωπικές και δημογραφικές μεταβλητές, καθώς και με τις μεταβλητές που αναφέρονται στη δομική διάσταση των σχέσεων. Για το σκοπό αυτό έγιναν δυο πολλαπλές παλινδρομικές αναλύσεις. Η πρώτη εξέτασε τη σχέση ανάμεσα στο φύλο, την ηλικία την προσωπική κατάσταση, την αστικότητα, το μέγεθος της ομάδας που συγκατοικεί, τη συχνότητα επαφής με τους γονείς, τη συχνότητα επαφής με τους συγγενείς, τη στάση απέναντι στη γειτονιά, τις σχέσεις με τους γείτονες και τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων. Η δεύτερη παλινδρομική ανάλυση εξέτασε τη σχέση ανάμεσα στις παραπάνω μεταβλητές και την ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη.

Τα αποτελέσματα της παλινδρομικής ανάλυσης που εξέτασε την ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικά ($R^2 = 0,057$, $F = 0,55$). Καμία από τις μεταβλητές που χρησιμοποιήσαμε δεν βρέθηκε να συνδέεται με την ικανοποίηση.

Ο Πίνακας 1 παρουσιάζει τα αποτελέσματα της παλινδρομικής ανάλυσης που εξέτασε τους παράγοντες τους προγνωστικούς του αριθμού των υποστηρικτικών προσώπων.

Η ερμηνευόμενη διακύμανση είναι σχετικά χαμηλή (0,093) σημαντική σε επίπεδο 0,10 ($F = 0,09$). Τα αποτελέσματα μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνο ως ενδεικτικές τάσεις. Αυτοί που βλέπουν τους στενούς τους συγγενείς καθημερινά ή τουλάχιστον μια φορά τη βδομάδα αναφέρουν περισσότερα υποστηρικτικά πρόσωπα απ' ότι αυ-

ΠΙΝΑΚΑΣ 1. Τυποποιημένοι Συντελεστές (B) της παλινδρομικής ανάλυσης με εξαρτημένη μεταβλητή τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων

Μεταβλητές	Τυπ. Συντελεστής (B)
Ηλικία	-0,129
Φύλο	-0,042
Προσωπική κατάσταση	-0,058
Αστικότητα	0,041
Μέγεθος ομάδας που συγκατοικεί με γονείς ή συγγενείς	0,028
με φίλους ή στην εστία	0,005
Συχνότητα επαφής με γονείς καθημερινά ή τουλάχιστον μία φορά εβδ.	-0,212**
μία ή δύο φορές το μήνα	0,006
Συχνότητα επαφής με συγγενείς καθημερινά ή τουλάχιστον μία φορά εβδ.	0,152*
μία ή δύο φορές το μήνα	0,098
Στάση απέναντι στη γειτονιά φιλική	0,271*
μάλλον απρόσωπη	0,101
Σχέσεις με τους γείτονες στενές σχέσεις	-0,123
μάλλον αποστασιοποιημένες	-0,133

$R^2 = .093$, $F = .09$

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

τοί που τους βλέπουν σπάνια. Περισσότερα υποστηρικτικά πρόσωπα αναφέρουν και όσοι βλέπουν τη γειτονιά τους φιλική σε σχέση με αυτούς που τη θεωρούν τελείως απρόσωπη. Αντίθετα, αυτοί που βλέπουν τους γονείς τους καθημερινά ή τουλάχιστον μια φορά τη βδομάδα δηλώνουν ότι έχουν λιγότερα υποστηρικτικά πρόσωπα στα οποία μπορούν να στραφούν.

Η κοινωνική υποστήριξη ως προγνωστική μεταβλητή

Το επόμενο βήμα ήταν να εξεταστεί η σχέση της κοινωνικής υποστήριξης με το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά

συμπτώματα και το άγχος. Έγιναν τρεις πολλαπλές παλινδρομικές αναλύσεις όπου το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος, εξετάστηκαν διαδοχικά ως εξαρτημένες μεταβλητές. Ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων, η ικανοποίηση από την υποστήριξη, η ηλικία, η προσωπική κατάσταση, η αστικότητα, το μέγεθος της ομάδας που συγκατοικεί, η συχνότητα επαφής με τους συγγενείς και η στάση απέναντι στη γειτονιά, χρησιμοποιήθηκαν ως προγνωστικές μεταβλητές. Όταν εξετάστηκε το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος περιλήφθηκαν στις προγνωστικές μεταβλητές. Αντίστοιχα, όταν εξε-

τάστηκαν τα ψυχοσωματικά συμπτώματα, το στρες και το άγχος αντιστράφηκαν σε προγνωστικές μεταβλητές, ενώ τέλος όταν

ελέγχθηκε το άγχος ως αποτέλεσμα, το στρες και τα συμπτώματα εντάχθηκαν στην πρόγνωση.

ΠΙΝΑΚΑΣ 2. Τυποποιημένοι Συντελεστές (B) της παλινδρομικής ανάλυσης με εξαρτημένη μεταβλητή το ψυχοκοινωνικό στρες

Μεταβλητές	Τυπ. Συντελεστής (B)
Ηλικία	-0,221*
Φύλο	-0,113
Προσωπική κατάσταση	0,145
Αστικότητα	-0,241***
Ικανοποίηση από κοινωνική υποστήριξη	-0,170**
Αριθμός υποστηρικτικών προσώπων	0,078
Μέγεθος ομάδας που συγκατοικεί	
με γονείς ή συγγενείς	0,014
με φίλους ή στην εστία	0,072
Συχνότητα επαφής με συγγενείς	
καθημερινά ή τουλάχιστον μία φορά εβδ.	0,016
μία ή δύο φορές το μήνα	0,117
Στάση απέναντι στη γειτονιά	
φιλική	-0,018
μάλλον απρόσωπη	0,009
Ψυχοσωματικά συμπτώματα	0,305***
Έκδηλο άγχος	-0,000

$R^2 = .187$, $F = .000$

* $p = .05$, ** $p = .01$, *** $p = .00$

Ο Πίνακας 2 παρουσιάζει τα αποτελέσματα της παλινδρομικής ανάλυσης που εξετάζει τη σχέση των προγνωστικών μεταβλητών με το ψυχοκοινωνικό στρες. Όπως αποκαλύπτεται όσο μεγαλύτερη η ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη τόσο χαμηλότερο το στρες ($B = -0,170$, $p \leq 0,01$). Ωστόσο, ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων δεν φαίνεται να συνδέεται με το στρες σε στατιστικά σημαντικό βαθμό. Μεγαλύτερο ψυχοκοινωνικό στρες παρουσιάζουν αυτοί που είναι μόνιμοι κάτοικοι επαρχίας καθώς και

άτομα νεώτερης ηλικίας ($B = -0,241$, $p \leq 0,000$ και $B = -0,221$, $p \leq 0,003$, αντίστοιχα). Τέλος, όπως κανείς θα υπέθετε, όσο περισσότερα τα ψυχοσωματικά συμπτώματα τόσο μεγαλύτερο το ψυχοκοινωνικό στρες ($B = 0,305$, $p \leq 0,00$). Το άγχος όμως δεν φαίνεται να συνδέεται με το ψυχοκοινωνικό στρες.

Ο Πίνακας 3 παρουσιάζει τη σχέση των προγνωστικών μεταβλητών με τα ψυχοσωματικά συμπτώματα. Πάλι, όσο μεγαλύτερη η ικανοποίηση από την υποστήριξη τόσο λιγώτερα τα ψυχοσωματικά συ-

μπτώματα ($B = -0,124$, $p \leq 0,05$), ενώ η επιρροή του αριθμού των υποστηρικτικών προσώπων δεν εμφανίζεται στατιστικά σημαντική. Όσοι βλέπουν τους στενούς τους συγγενείς καθημερινά ή τουλάχιστον μια φορά τη βδομάδα αναφέρουν περισσότερα συμπτώματα απ' ότι αυτοί που τους βλέπουν σπάνια ($B = -0,149$, $p \leq 0,05$). Α-

ντίθετα, όσο φιλικότερη τούς φαίνεται η γειτονιά τόσο λιγώτερα τα συμπτώματα ($B = -0,177$, $p \leq 0,05$). Οι γυναίκες αναφέρουν περισσότερα συμπτώματα απ' ότι οι άντρες ($B = -0,169$, $p \leq 0,00$). Τέλος, όσο μεγαλύτερο το στρες και το άγχος τόσο περισσότερα τα συμπτώματα ($B = -0,306$, $p \leq 0,00$ και $B = -0,226$, $p \leq 0,00$).

ΠΙΝΑΚΑΣ 3. Τυποποιημένοι Συντελεστές (B) της παλινδρομικής ανάλυσης με εξαρτημένη μεταβλητή τα ψυχοσωματικά συμπτώματα

Μεταβλητές	Τυπ. Συντελεστής (B)
Ηλικία	-0,071
Φύλο	-0,196***
Προσωπική κατάσταση	-0,069
Αστικότητα	-0,021
Ικανοποίηση από κοινωνική υποστήριξη	-0,124*
Αριθμός υποστηρικτικών προσώπων	0,040
Μέγεθος ομάδας που συγκατοικεί	
με γονείς ή συγγενείς	-0,028
με φίλους ή στην εστία	-0,005
Συχνότητα επαφής με συγγενείς	
καθημερινά ή τουλάχιστον μία φορά εβδ.	0,149*
μία ή δύο φορές το μήνα	-0,028
Στάση απέναντι στη γειτονιά	
φιλική	-0,177*
μάλλον απρόσωπη	-0,051
Ψυχοκοινωνικό στρες	0,306***
Έκδηλο άγχος	0,226***

$R^2 = .305$, $F = .000$

* $p = .05$, *** $p = .00$

Η τελευταία παλινδρομική ανάλυση επικεντρώνεται στην πρόγνωση του άγχους (Πίνακας 4). Αντίθετα απ' ότι συνέβαινε στις προηγούμενες αναλύσεις όπου η ικανοποίηση και όχι ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων επηρέαζε το στρες και τα συμπτώματα, στην προκειμένη περίπτωση του άγχους καλύτερη πρόγνωση προσφέρει ο αριθμός των προσώπων και όχι η ικανοποίηση ($B = -0,144$, $p \leq 0,05$). Μεγαλύτερο άγχος αναφέρθηκε από τις γυναίκες απ' ότι από τους άντρες ($B = -0,234$,

$p \leq 0,00$) καθώς και από τους μόνιμους κατοίκους επαρχίας σε σχέση με τους Αθηναίους ($B = -0,219$, $p \leq 0,00$). Ήδη βρέθηκε μια στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ άγχους και συμπτωμάτων και όχι μεταξύ άγχους και στρες. Αυτή η ανάλυση έδειξε το ίδιο· όσο περισσότερα τα ψυχοσωματικά συμπτώματα τόσο μεγαλύτερο το άγχος ($B = -0,253$, $p \leq 0,000$), ενώ το ψυχοκοινωνικό στρες δεν προσέφερε σημαντική πρόγνωση του άγχους.

ΠΙΝΑΚΑΣ 4. Τυποποιημένοι Συντελεστές (B) της παλινδρομικής ανάλυσης με εξαρτημένη μεταβλητή το έκδηλο άγχος

Μεταβλητές	Τυπ. Συντελεστής (B)
Ηλικία	-0,017
Φύλο	-0,234***
Προσωπική κατάσταση	-0,029
Αστικότητα	0,219**
Ικανοποίηση από κοινωνική υποστήριξη	-0,009
Αριθμός υποστηρικτικών προσώπων	-0,144*
Μέγεθος ομάδας που συγκατοικεί	
με γονείς ή συγγενείς	-0,127
με φίλους ή στην εστία	-0,005
Συχνότητα επαφής με συγγενείς	
καθημερινά ή τουλάχιστον μία φορά εβδ.	0,023
μία ή δύο φορές το μήνα	-0,035
Στάση απέναντι στη γειτονιά	
φιλική	-0,145
μάλλον απρόσωπη	-0,095
Ψυχοκοινωνικό στρες	0,074
Ψυχοσωματικά συμπτώματα	0,253***

$R^2 = .225$, $F = .000$

* $p = .05$, ** $p = .01$, *** $p = .00$

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Προκαλεί ενδιαφέρον το γεγονός ότι, όπως και ο Sarason, έτσι και εμείς βρήκαμε δυο γενικούς παράγοντες που ερμηνεύουν τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων και την ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη. Τα αποτελέσματα αυτά εισηγούνται μια διαπολιτιστική σταθερότητα. Οι Έλληνες ωστόσο αναφέρουν λιγώτερα υποστηρικτικά πρόσωπα και μεγαλύτερη ικανοποίηση απ' ότι οι Αμερικανοί. Κανείς ίσως θα υπέθετε ότι οι Έλληνες που έχουν στενές οικογενειακές και κοινωνικές σχέσεις θα ανέφεραν περισσότερα υποστηρικτικά πρόσωπα. Όμως η σχέση ανάμεσα στο μέγεθος του κοινωνικού πλέγματος, την ποσότητα της υποστήριξης και την απορρέουσα ικανοποίηση δεν είναι ακόμα ούτε θεωρητικά ούτε εμπειρικά ξεκάθαρη (Leppin, 1985, και Quast 1985). Ένα μεγάλο πλέγμα κοινωνικών σχέσεων προσφέρει απαραίτητα και μεγαλύτερη ικανοποίηση; Η έρευνα δείχνει ότι η σχετική δυσaráσκεια μπορεί να συσχετίζεται τόσο με μικρό όσο και μεγάλο πλέγμα σχέσεων (Stokes, 1983). Ένα πλέγμα σχέσεων μπορεί να λειτουργεί ως καταφύγιο αλλά και ως καταναγκαστικό αίτημα (Wrubel, Benner and Lazarus, 1981). Πιστεύουμε ότι η απάντηση σ' ένα τέτοιο ερώτημα βρίσκεται στην οριοθέτηση τόσο του αποδέκτη όσο και του παραλήπτη της υποστήριξης. Οποτεδήποτε άκαμπτα, κλειστά όρια ή χωρίς διάκριση ανοιχτά κυριαρχούν της λειτουργικής οργάνωσης, τα άτομα δεν μπορούν ούτε να προσφέρουν και αντίστοιχα ούτε να αποδεχτούν την υποστήριξη, να την επεξεργαστούν ικανοποιητικά και να την αξιοποιήσουν.

Στο χαμηλής πολυπλοκότητας κοινωνικό περιβάλλον η «έσω-ομάδα» λειτουργούσε ως πρωταρχική ομάδα, καθοριστική

των κοινωνικών συναλλαγών. Τα όριά της, αντίθετα, για παράδειγμα, απ' αυτά της ιταλικής «φαμίλιας», ήταν εύκαμπτα επιτρέποντας στα μέλη της να προσχωρούν ή να αποχωρούν σύμφωνα με την εκδηλωνόμενη υποστήριξη (Vassiliou and Vassiliou, 1973). Οι σύγχρονοι Αθηναίοι έχουν να αντιμετωπίσουν ένα πολύ πιο πολύπλοκο περιβάλλον και η «έσω-ομάδα», έχει, σε μεγάλο βαθμό, αντικατασταθεί από τον αγώνα του ατόμου για την ανάπτυξη προσωπικών ευέλκτων ορίων. Θα μπορούσε κανείς να αποδώσει το μικρότερο αριθμό υποστηρικτικών προσώπων αλλά και τη μεγαλύτερη ικανοποίηση σε μια διαδικασία επιλογής που πηγάζει από διαφοροποιημένες ατομικές ανάγκες; Μια άλλη ερμηνεία προσφέρουν οι Triandis et al. (1988), υποστηρίζοντας ότι στις ατομικιστικές κοινωνίες, όπως είναι για παράδειγμα η αμερικανική, διαμορφώνονται πολλές «έσω-ομάδες» ώστε ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων είναι μεγάλος ενώ η ικανοποίηση από αυτές τις σχέσεις τείνει να είναι μικρή. Πιστεύουμε ωστόσο, ανεξάρτητα από το ποια υπόθεση είναι ορθότερη, ότι πρόκειται για ένα πολύ ενδιαφέρον θέμα που έχει σχέση τόσο με τη θεωρητική, εννοιολογική σύλληψη της κοινωνικής υποστήριξης όσο και με τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες· θέμα που χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση.

Όσον αφορά την επιρροή οικολογικών και περιβαλλοντικών μεταβλητών στην ανάπτυξη στενών υποστηρικτικών σχέσεων, υπάρχουν εμπειρικές ενδείξεις που επισημαίνουν ότι ορισμένα περιβάλλοντα, περισσότερο από άλλα, προωθούν τέτοιου τύπου σχέσεις (Quast, 1985). Με βάση αυτές τις ενδείξεις, μια από τις ερωτήσεις που μας απασχόλησε αφορά στους παράγοντες που συνδέονται με την κοινωνική υποστή-

ριξη. Εξετάστηκε κατά πόσο μια σειρά από καταστάσεις που προωθούν τις στενές κοινωνικές σχέσεις, όπως η συχνή επαφή με τους γονείς και τους συγγενείς, οι θερμές σχέσεις με τους γείτονες και η φιλική ατμόσφαιρα της γειτονιάς, η συγκατοίκηση με την οικογένεια, ο γάμος, η προέλευση από την επαρχία συνδιάζονται με αυξημένο αριθμό υποστηρικτικών προσώπων και με μεγαλύτερη ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι συχνή επαφή με τους συγγενείς και η ζεστή φιλική γειτονιά αποτελούν περιβαλλοντικές συνθήκες που αυξάνουν τον αριθμό των προσώπων στα οποία κανείς μπορεί να αποτανθεί για βοήθεια και υποστήριξη. Αντίθετα, αποκαλύφθηκε αντίστροφη σχέση ανάμεσα στη συχνότητα επαφής με τους γονείς και τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων. Ίσως αυτοί που βλέπουν τους γονείς τους καθημερινά αισθάνονται τις ανάγκες τους καλύτερα και δεν επιζητούν άλλα πρόσωπα για υποστήριξη. Ή ακόμα, ίσως αυτά τα άτομα δεν έχουν επαρκώς αναπτυγμένες τις κοινωνικές δεξιότητες, τις απαραίτητες για την αποδοχή υποστήριξης.

Όπως αποκαλύφθηκε από το μέτριο δείκτη συσχέτισης ($r = 0,35$), ανάμεσα στον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων και στην ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη, πρόκειται, σε μεγάλο βαθμό, για δυο ξεχωριστές έννοιες. Η ικανοποίηση από την κοινωνική υποστήριξη δεν βρέθηκε να χρωματίζεται από οικολογικές, κοινοτικές και οικογενειακές επιρροές. Ωστόσο υπάρχουν ερευνητικά αποτελέσματα που υποστηρίζουν το αντίθετο. Ο Stokes (1983) επισημαίνει ότι από 13 δομικούς παράγοντες, όπως η πληθυσμιακή πυκνότητα, ο αριθμός συγγενών και φίλων, η εμπιστοσύνη στους συγγενείς και σε άλλους, αυτό που ερμηνεύει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο την ικανοποίηση από την

κοινωνική υποστήριξη είναι το μέγεθος του πλέγματος κοινωνικών σχέσεων. Όμως, όπως σημειώνει η Leppin (1985), τέτοιου τύπου αποτελέσματα μπορεί να ισχύουν για ένα δείγμα και όχι για κάποιο άλλο. Για μια ακόμα φορά αντιμετωπίζουμε την ερώτηση που ήδη θέσαμε: Το μέγεθος του πλέγματος κοινωνικών σχέσεων συνδέεται απαραίτητα με το μέγεθος της υποστήριξης και το βαθμό της ικανοποίησης; Τα ευρήματά μας δίνουν αρνητική απάντηση σ' αυτό το ερώτημα. Ωστόσο πιστεύουμε ότι υπογραμμίζουν την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα που θα διαφωτίσει τη σχέση ανάμεσα στο δίκτυο των σχέσεων και στην ικανοποίηση από την υποστήριξη τόσο σε ελληνικό όσο και σε μη ελληνικό πλαίσιο. Όπως ήδη ειπώθηκε, πίσω από την αξιοποίηση της κοινωνικής υποστήριξης κρύβονται μια σειρά από δεξιότητες. Χρειάζεται κανείς να διερευνήσει μια ολόκληρη περιοχή που αφορά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, τρόπους επιτυχούς αντιμετώπισης, και δεξιότητες προσέγγισης και διατήρησης κοινωνικών σχέσεων αλλά και αίσθησης ικανοποίησης από αυτές.

Αντλώντας από προηγούμενο ερευνητικό υλικό όπου η κοινωνική υποστήριξη αμέσως ή εμμέσως επηρεάζει την ψυχολογική υγεία και προφυλάσσει από πιεστικά για τον ψυχισμό γεγονότα, ο τελευταίος στόχος της παρούσας μελέτης ήταν να διερευνηθεί η σχέση ανάμεσα στην κοινωνική υποστήριξη, τα πιεστικά γεγονότα του προηγούμενου χρόνου, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος. Η υπόθεσή μας ήταν ότι η σχέση αυτή θα είναι αρνητική. Επισημαίνεται ότι δεν μπορεί να υπονοηθεί η κατεύθυνση κάποιας αιτιώδους σχέσης. Εφ' όσον δεν πρόκειται και για διαστρωματική μελέτη, η οποιαδήποτε αιτιώδης σχέση παραμένει ακόμα σκοτεινότερη.

Η αναμενόμενη υπόθεσή μας επιβεβαιώθηκε. Υπήρξε ωστόσο σαφής διαφοροποίηση μεταξύ ποιοτικής διάστασης (ικανοποίηση από την υποστήριξη) και ποσοτικής διάστασης (αριθμός υποστηρικτικών προσώπων). Η ικανοποίηση από την παρεχόμενη υποστήριξη συνδέεται με μειωμένο στρες και μειωμένα ψυχοσωματικά συμπτώματα ενώ ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων συνδέεται με μειωμένο άγχος.

Στο ίδιο πνεύμα με τα δικά μας ευρήματα οι Holahan and Moos (1982) έδειξαν ότι η ποιότητα και όχι η ποσότητα της κοινωνικής υποστήριξης ερμηνεύει τα ψυχοσωματικά συμπτώματα. Η ικανοποίηση όμως από την παρεχόμενη υποστήριξη δεν βρέθηκε να σχετίζεται με μειωμένο άγχος. Το άγχος είναι μια κατάσταση όπου το άτομο επιδιώκει να συνδεθεί με ένα ερέθισμα, ένα οποιοδήποτε ερέθισμα, όσο ακατάλληλο και να είναι, το οποίο θα το βοηθήσει να απαλύνει την αβεβαιότητα που συνεχώς τροφοδοτεί τα συμπτώματα του άγχους (Tyter, 1982). Από την κλινική εμπειρία γνωρίζουμε ότι το άγχος που οφείλεται κυρίως σε ενδοψυχικές, ασυνείδητες αιτίες, δεν ανακουφίζεται από ποιοτική παρέμβαση —χωρίς βέβαια να αναφερόμαστε στη θεραπευτική παρέμβαση— και το άτομο καταφεύγει για ανακούφιση σε εναλλασόμενα πρόσωπα. Έτσι και στην προκειμένη περίπτωση, ο αριθμός των υποστηρικτικών προσώπων φαίνεται να μειώνει το άγχος χωρίς όμως να συνδέεται με την αίσθηση της ικανοποίησης. Η ερμηνεία αυτή θα μπορούσε να διερευνηθεί περισσότερο εάν το ερωτηματολόγιό μας διαχωρίζε το άγχος ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας από το άγχος ως μια παροδική κατάσταση.

Εκτός από την κοινωνική υποστήριξη υπήρξαν και άλλες μεταβλητές που βρέθηκε να συνδέονται με το ψυχοκοινωνικό

στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος. Η προέλευση από την επαρχία σχετίζεται με υψηλότερο στρες και μεγαλύτερο άγχος. Αλλά και η μέτρηση του έκδηλου άγχους στην Ελλάδα κατά το παρελθόν έδειξε υψηλότερο άγχος στον χαμηλής πολυπλοκότητας χώρο (Vassiliou, Georgas and Vassiliou, 1968).

Το φύλο προσέφερε στατιστικά σημαντική πρόγνωση τόσο των ψυχοσωματικών συμπτωμάτων όσο και του άγχους. Οι γυναίκες ανέφεραν περισσότερα συμπτώματα και αυξημένο άγχος, σε σχέση με τους άντρες. Αυτό είναι συνεπές με προηγούμενα ελληνικά αλλά και διεθνή δεδομένα (Georgas and Giakoumaki, 1984, Georgas and Giakoumaki, υπό δημοσίευση (α), Levy, 1976, Eide, Thyboldt and Hamre, 1982, Apfel 1982, Vassiliou, et al., 1967 και Vassiliou et al., 1968).

Βρέθηκε επίσης ότι όσο συχνότερη είναι η επαφή με τους στενούς συγγενείς τόσο περισσότερα είναι τα συμπτώματα. Είναι αλήθεια ότι ένα ευρύ πλέγμα συγγενικών σχέσεων μπορεί να λειτουργήσει καταναγκαστικά μειώνοντας την ελευθερία κινήσεως και δυσκολεύοντας την προσαρμογή (Hirsch, 1980, Hammer, 1981 και Quast and Schwarzer, 1984). Ίσως η ίδια αυτή πίεση εξασκείται και στο δείγμα μας. Αντίθετα, η φιλική, ζεστή ατμόσφαιρα της γειτονιάς ελαττώνει τα ψυχοσωματικά συμπτώματα. Είδαμε επίσης ότι η ποιότητά της συσχετίζεται με τον αριθμό των υποστηρικτικών προσώπων.

Το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το άγχος χρησιμοποιήθηκαν εκ περιτροπής ως εξαρτημένες και ως προγνωστικές μεταβλητές. Το αυξημένο στρες βρέθηκε να συσχετίζεται με αυξημένο αριθμό συμπτωμάτων. Οι Georgas and Giakoumaki (1984, υπό δημοσίευση (α) και Georgas et al. (1984) επισημαίνουν υψηλές συσχετίσεις ανάμεσα στο ψυ-

χοκοινωνικό στρες και στα ψυχοσωματικά συμπτώματα με δείγματα δασκαλιστών, φοιτητών και γυναικών που παρουσιάζουν μαιευτικές επιπλοκές κατά τον τοκετό, στον ελληνικό χώρο.

Το αυξημένο άγχος βρέθηκε να συσχετίζεται με αυξημένα ψυχοσωματικά συμπτώματα, δεν φάνηκε όμως να συνδέεται με ψυχοκοινωνικό στρες. Ένα αντίστοιχο σχήμα άγχους και ψυχοκοινωνικού στρες αναφέρεται από τους Georgas and Giakoumaki (1984 και υπό δημοσίευση α). Αναφέρουν χαμηλές συσχετίσεις για το γυναικείο πληθυσμό αλλά όχι στατιστικά σημαντικές για τον ανδρικό. Στην περίπτωση μας το φύλο εντάχθηκε στο παλινδρομικό μοντέλο και η επιρροή του κρατήθηκε σταθερή.

Τέλος, η ηλικία βρέθηκε να ερμηνεύει το ψυχοκοινωνικό στρες. Τα νεότερης ηλικίας άτομα είχαν περισσότερα πιεστικά για τον ψυχισμό γεγονότα απ' ότι τα μεγαλύτερα. Σε προηγούμενες μελέτες από τους Georgas and Giakoumaki (1984 και υπό δημοσίευση α) με αντίστοιχα δείγματα, διερευνήθηκε ποια πιεστικά γεγονότα αναφέρονται κυρίως από τους φοιτητές και ποια από τους καθηγητές με υψηλό ψυχοκοινωνικό στρες. Χαρακτηριστικά πιεστικά γεγονότα που αναφέρθηκαν από τους φοιτητές ήταν τα σεξουαλικά προβλήματα, τα προβλήματα με το άλλο φύλο, οι διαπληκτισμοί με την οικογένεια, ο θάνατος αγαπημένου προσώπου, ενώ τα χαρακτηριστικά γεγονότα που εμφανίστηκαν στις απαντήσεις των καθηγητών ήταν τα οικονομικά προβλήματα, η οικονομική ευθύνη της οικογένειας, η σημαντική μείωση του εισοδήματος, ο θάνατος αγαπημένου προσώπου. Τα νεώτερα άτομα βρέθηκε λοιπόν να αντιμετωπίζουν, αν όχι περισσότερα, οπωσδήποτε διαφορετικά πιεστικά για τον ψυχισμό γεγονότα.

Επίλογος

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συνιστούν την πρώτη προσπάθεια στον ελληνικό χώρο, προσέγγισης και αξιολόγησης της κοινωνικής υποστήριξης. Πρόκειται για ένα πολυεπίπεδο εγχείρημα: ανάλυση της έννοιας «κοινωνική υποστήριξη» στις συνιστώσες της, εξέταση της επιρροής οικολογικών και κοινωνικών παραγόντων και διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στην κοινωνική υποστήριξη και το ψυχοκοινωνικό στρες, τα ψυχοσωματικά συμπτώματα και το έκδηλο άγχος.

Όπως ήδη αναφέραμε υπάρχει ιδιαίτερα μεγάλη ερευνητική δραστηριότητα γύρω από το θέμα της κοινωνικής υποστήριξης, η οποία όμως δεν έχει ακόμα αποκτήσει ικανοποιητικό ειρμό και συνοχή. Αυτό ασφαλώς οφείλεται στο ότι η κοινωνική υποστήριξη είναι μια ιδιαίτερα σύνθετη και πολύπλευρη έννοια τόσο στο θεωρητικό όσο και στο εμπειρικό επίπεδο. Πιστεύουμε ότι χρειάζεται περαιτέρω προσπάθεια για την αναγνώριση και τον καθορισμό παραμέτρων που παρεμβαίνουν στη σχέση ατόμου, κοινότητας και κοινωνικής υποστήριξης. Η παρουσία ή απουσία κοινωνικής υποστήριξης αφορά στις ατομικές δεξιότητες ως προς την αποδοχή, επεξεργασία και αξιοποίησή της, ενώ παράλληλα συνιστά κοινωνικό και πολιτισμικό φαινόμενο. Κανείς δεν μπορεί παρά να ελπίζει ότι μια νέα προσέγγιση θα συλλάβει αλλά και θα αξιολογήσει την κοινωνική υποστήριξη όχι μόνο ως μια στατική εννοιολογική κατασκευή, αλλά και ως ένα δυναμικό στοιχείο σε διαπλοκή με συνεχώς εναλλασσόμενες διεργασίες.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Abu-Zahra N. Family and kinship in a Tunisian peasant community. In J.G. Peristiany (Ed.) *Mediterranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Apfel R.J. How are women sicker than men? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1982, 37, 106-118.
- Barrera M. A method for the assessment of social support networks in community survey research. *Connections*, 1980, 3, 8-13.
- Barrera M., Sandler I.N. and Ramsey, T.B. Preliminary development of a scale of social support: Studies on college students. *American Journal of Community Psychology*, 1981, 9, 435-447.
- Benedict P. Aspects of the domestic cycle in a Turkish provincial town. In J.G. Peristiany (Ed.) *Mediterranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Brown G. and Harris T. *Social Origins of Depression*. New York, Free Press, 1978.
- Caldwell R.A. and Bloom B.L. Social support: Its structure and impact on marital disruption. *American Journal of Community Psychology*, 1982, 10, 647-667.
- Caplan G. *Support Systems and Community Mental Health*. New York, Behavioral Publications, 1974.
- Cassel J. Psychosocial processes and "stress": Theoretical formulation. *International Journal of Health Services*, 1974, 4, 471-482.
- Cassel J. The contribution of the social environment to host resistance. *American Journal of Epidemiology*, 1976, 104, 107-123.
- Cobb S. Social support as a moderator of life-stress. *Psychosomatic Medicine*, 1976, 38, 300-314.
- Davis J. An account of changes in the rules for transmission of property in Pisticci, 1814-1961. In J.G. Peristiany (Ed.) *Mediterranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Dragonas Th. The Self Concept in the Hellenic Context. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Aston in Birmingham, Birmingham, 1983.
- Eckenrode J. The mobilization of social supports: Some individual constraints. *American Journal of Community Psychology*, 1983, 11, 509-528.
- Eide R., Thyboldt R. and Hamre E. Relationship of psychosocial factors to bodily and psychosomatic complaints in a population in western Norway. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1982, 37, 218-234.
- Felner R.D., Ginter M. and Primavera J. Primary prevention during school transitions: Social support and environmental structure. *American Journal of Community Psychology*, 1982, 3, 277-290.
- Georgas J. and Giakoumaki E. Psychosocial stress, symptoms and anxiety of male and female teachers in Greece. *Journal of Human Stress*, 1984, 10, 191-197.
- Georgas J., Giakoumaki E., Georgoulas N., Koumandakis E. and Kaskarelis D. Psychosocial stress and its relation to obstetrical complications. *Psychotherapy and Psychosomatics* 1984, 41, 200-206.
- Gottlieb B.H. *Social Support Strategies: Guidelines for Mental Health Practice*. Beverly Hills, Sage, 1983.
- Hammer M. Social supports, social networks and schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, 1981, 7, 45-57.
- Heller P. and Quesada G. Rural familism: An interregional analysis. *Rural Sociology*, 1977, 42, 2, 220-240.
- Heller K. and Swindle R.W. Social networks, perceived social support, and coping with stress. In R.D. Felner, L.A. Jason, J.N. Moritsugu and S.S. Farber (Eds) *Preventive Psychology: Theory, Research and Practice in Community Intervention*. New York, Pergamon Press, 1983.
- Henderson S., Byrne D.G. and Duncan Jones P. *Neurosis and the Social Environment*. Sydney, Academic Press, 1981.
- Hirsch B.J. Natural support systems and coping with major life changes. *American Journal of Community Psychology*, 1980, 8, 159-172.

- Holahan C.J. and Moos R.H. Social support and adjustment: Predictive benefits of social climate indices. *American Journal of Community Psychology*, 1982, 4, 403-415.
- Holmes T.H. and Rahe R.H. The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 1967, 11, 213-218.
- Kongar E. A survey of familial change in two Turkish gececondu areas. In J.G. Peristiany (Ed.) *Meditarranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Korte C. Helpfulness in the urban environment. In A. Baum, J.E. Singer and S. Valins (Eds) *Advances in Environmental Psychology: 1. The Urban Environmet*. Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1978.
- Leppin A. Social support: A literature review and research integration. In R. Schwarzer (Ed.) *Stress and Social Support, Research Report 4*. Berlin Freie Universität, 1985.
- Levy R. Psychosomatic symptoms and women's protest: Two types of reaction to structural strain in the family. *Journal of Health and Social Behavior*, 1976, 17, 122-134.
- Lieberman M.A. The effects of social supports on responses to stress. In L. Goldberger and S. Breznitz (Eds) *Handook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*. New York, The Free Press, 1983.
- Medalie J.H. and Goldbourt U. Angina pectoris among 10.000 men. *American Journal of Medicine*, 1976, 60, 910-921.
- Michelson W. *Man and his urban environment: A sociological approach*. Reading, MA, Addison Wesley, 1970.
- Nucholls K., Cassel J. and Kaplan B. Psychosocial assets, life crisis and the prognosis of pregnancy. *American Journal of Epidemiology*, 1972, 95, 431-441.
- Oxley D., Barrera M. and Sadalla K.E. Relationships among community size mediators and social support variables: A path analytic approach. *American Journal of Community Psychology*, 1981, 9, 637-651.
- Peters E.L. Aspects of affinity in a Lebanese Maronite village. In J.G. Peristiany (Ed.) *Meditarranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Polemi-Todoulou M. Cooperation in family and peer group: A study of interdependence in a Greek island community. Unpublished Doctoral Dissertation, Bryn Mawr College, 1981.
- Quast H.H. Adaptation of the Social Support Questionnaire. In R. Schwarzer (Ed.) *Stress and Social Support, Research Report 4*. Berlin, Freie Universität, 1985.
- Quast H.H. Different perspectives in research on social support and stress. In R. Schwarzer (Ed.) *Stress and Social Support, Research Report 4*. Berlin, Freie Universität, 1985.
- Quast H.H. and Schwarzer R. Social support and stress: Theoretical perspectives and selected empirical findings. In R. Schwarzer (Ed.) *The Self in Anxiety, Stress, and Depression*. Amsterdam, North Holland, 1984.
- Sandler I.N. and Lakey B. Locus of control as a stress moderator: The role of control perceptions and social support. *American Journal of Community Psychology*, 1982, 12, 37-52.
- Sarason I.G. Life stress, self preoccupation and social support. In I.G. Sarason and C.D. Spielberger (Eds) *Stress and Anxiety (Vol. 7)*. Washington DC, Hemisphere, 1980.
- Sarason I.G. Test anxiety, worry and cognitive interference. In R. Schwarzer (Ed.) *Self Related Cognitions in Anxiety and Motivation*. Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1985.
- Sarason, I.G., Levine H.M., Basham R.B., Sarason, B.R. Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1983, 44, 127-139.
- Seddon D. Aspects of kinship and family structure among the Olad Stut of Zaio rural commune, Nador province, Morocco. In J.G. Peristiany (Ed.) *Mediterranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Sharma S. Support systems and well-being in the Indian context. *Social Support Workshop: Concepts, Theories and Measurements*. University of Bergen, 23-24 June, 1987.
- Stokes J.P. Predicting satisfaction with social support from social network structure. *Ameri-*

- can Journal of Community Psychology*, 1983, 11, 141-152.
- Tardy C.H. Social support measurement. *American Journal of Community Psychology*, 1985, 13, 187-202.
- Triandis H., Vassiliou V. and Nassiakou M. Three cross-cultural studies of subjective culture. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1968, 8, 4, 2: 1-42.
- Triandis H.C. and Vassiliou V. An analysis of subjective culture. In H.C. Triandis (Ed.) *The Analysis of Subjective Culture*. New York, Wiley, 1972.
- Triandis H.C., Bontempo R., Villareal M.J., Asai M. and Lucca N. Individualism and collectivism: Cross-cultural perspectives on self-in-group relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988, 54, 323-338.
- Tyrer P.J. Anxiety states. In E.S. Paykel (Ed.) *Handbook of Affective Disorders*. London, Churchill Livingstone, 1982.
- Vassiliou, V. Georgas J. and Vassiliou G. Variations in manifest anxiety due to sex, age and education. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1967, 6, 194-197.
- Vassiliou G., Georgas J. and Vassiliou V. Measurements of variations in manifest anxiety in relation to socioeconomic and cultural determinants. In S. Lesse (Ed.) *An evaluation of the results of the psychotherapies*. New York, Charles Thomas, 1968.
- Vassiliou V. and Vassiliou G. The implicative meaning of the Greek concept of philotimo. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1973, 4, 3, 326-341.
- Whitaker J. Familial roles in the extended patrilineal kin-group in Northern Albania. In J. G. Peristiany (Ed.) *Mediterranean Family Structures*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.
- Wicker A.W. *An Introduction to Ecological Psychology*. Monterey, Brooks/Cole, 1978.
- Wilcox B. Social support, life stress, and psychological adjustment: A test of the buffering hypothesis. *American Journal of Community Psychology*, 1981, 8, 371-380.
- Wrubel J., Benner P. and Lazarus R.S. Social competence from the perspective of stress and coping. In J.D. Wine and M.D. Smye (Eds) *Social Competence*. New York, Guilford Press, 1981.
- Zatz E.F. Kinship, Property and Interpersonal Relations in an Urban Milieu: The Case of Exarchia, Athens. Unpublished Doctoral Dissertation, London School of Economics and Political Sciences, 1983.

Υπό δημοσίευση

- Georgas J. and Giakoumaki E. (a) Psychosocial stress, physical symptoms, and anxiety with Greek students.
- Georgas J. and Giakoumaki E. (b) Psychosocial stress and academic achievement in elementary school children.