

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ
Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Ένας άνθρωπος μπορεί να είναι πέρα για πέρα αινιγματικός για έναν άλλον.
Μια τέτοια εμπειρία έχει κανείς όταν φτάσει σε μια ξένη χώρα με ολότελα
διαφορετικές παραδόσεις, ακόμα και όταν κατέχει τη γλώσσα του τόπου.
Δεν καταλαβαίνει τους ανθρώπους.

L. Wittegstein, 1977.

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ
ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ: ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ ΚΟΛΛΙΑ
ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΓΙΟΒΑΖΟΛΙΑΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

ΡΕΘΥΜΝΟ, 2006

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

➤ Περίληψη	σελ. 3
➤ Εισαγωγή	σελ. 4
➤ Πολιτισμικές διαφορές	σελ. 7
➤ Χαρακτηριστικά μετανάστευσης	σελ. 8
➤ Σκοπός εργασίας	σελ. 10
➤ Μεθοδολογία έρευνας	σελ. 11
➤ Υποκείμενα	σελ. 11
➤ Ερευνητικά εργαλεία	σελ. 12
➤ Αποτελέσματα	σελ. 13
➤ Συζήτηση αποτελεσμάτων	σελ. 19
➤ Ο ρόλος της συμβουλευτικής	σελ. 22
➤ Επίλογος	σελ. 24
➤ Βιβλιογραφία	σελ. 25
➤ παράρτημα	σελ. 27

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασία πραγματεύεται τη σχέση μεταξύ της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των μεταναστών στη χώρα υποδοχής τους και του επιπέδου αυτοεκτίμησης που παρουσιάζουν. Η σχέση των δύο μεταβλητών αποτελεί βασικό αξίωμα της διαπολιτισμικής συμβουλευτικής ψυχολογίας και το αρχικό ερέθισμα για την διατύπωση των ερευνητικών υποθέσεων της συγκεκριμένης έρευνας.

Για τις ανάγκες της ερευνητικής διαδικασίας χρησιμοποιήθηκε δείγμα 100 ατόμων (59 άνδρες, 41 γυναίκες) διαφορετικών εθνικοτήτων που ζουν στην Ελλάδα, στις πόλεις Αθήνα και Πάτρα. Για την συλλογή των πληροφοριών, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την Ucla Κλίμακα για τα Συναισθήματα Μοναξιάς (Καφέτσιος, 2003) και το Διαπολιτισμικό Ερωτηματολόγιο Αυτοεκτίμησης για ενήλικες (Αργυρακούλη, 2000). Επίσης, συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο με αναφορές στην εμπειρία της μετανάστευσης καθώς και στις παρούσες συνθήκες διαβίωσης στο κοινωνικό περιβάλλον της χώρας υποδοχής, προκειμένου να συγκεντρωθούν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος. .

Η στατιστική ανάλυση και επεξεργασία των πληροφοριών υπέδειξε την εξάρτηση της αυτοεκτίμησης των μεταναστών από τον βαθμό προσαρμογής τους στις απαιτήσεις του καινούριου περιβάλλοντος στο οποίο διαβιούν.

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ: αυτοεκτίμηση, ψυχοκοινωνική προσαρμογή, πολιτισμικές διαφορές, συμβουλευτική.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι σύγχρονες κοινωνίες του δυτικού κόσμου μετατρέπονται βαθμιαία σε πολυπολιτισμικές εξαιτίας της μετανάστευσης, της παλιννόστησης και της μετακίνησης πολιτικών και οικονομικών προσφύγων. Η μετακίνηση αυτή του πληθυσμού δημιουργεί νέες συνθήκες και νέες προϋποθέσεις για την προαγωγή της διαπολιτισμικής ψυχολογίας (Χατζηχρήστου, 2005).

Η συνύπαρξη στο ίδιο κοινωνικό πλαίσιο ανθρώπων με διαφορετικές πολιτισμικές καταβολές και κατά συνέπεια διαφορετικά διαμορφωμένες μορφές συμπεριφοράς και αντίληψης του εαυτού και των άλλων, καθιστά επιτακτική την ανάγκη για κατανόηση και αναγνώριση της ιδιαιτερότητας των επιμέρους πολιτισμικών ομάδων που αλληλεπιδρούν στο ίδιο περιβάλλον.

Η μελέτη των χαρακτηριστικών των μεταναστών και της μετανάστευσης γενικότερα, αναλύεται σε πολλές επιστημονικές συνισταμένες: ανθρωπολογικές, δημογραφικές, οικονομικές, πολιτικές, κοινωνιολογικές και ψυχολογικές (Berry, 2001). Η επιστήμη της ψυχολογίας, προκειμένου να καλύψει το σημαντικό κενό που δημιουργήθηκε στην αντιμετώπιση των πολιτισμικά διαφοροποιημένων ατόμων, μετά την αναφερόμενη αναποτελεσματικότητα των παραδοσιακών προσεγγίσεων της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας σε άτομα από φυλετικές και εθνικές μειονότητες, προώθησε την ανάπτυξη του κλάδου της διαπολιτισμικής ψυχολογίας και συμβουλευτικής (Sue και Sue, 1990).

Σύμφωνα με τον Γεώργα (1999), το γνωστικό αντικείμενο της διαπολιτισμικής ψυχολογίας είναι η διαδικασία αξιολόγησης της οικουμενικότητας των ισχυουσών θεωριών. Στόχος της είναι η ανεύρεση γενικών νόμων στην ψυχολογία, οι οποίοι να εξηγούν όχι μόνο τις ομοιότητες των ατόμων της γης αλλά και τις διαφορές που οφείλονται στους διαφορετικούς πολιτισμούς και τα διαφορετικά κοινωνικά συστήματα (Μαλικιώση-Λοίζου, 1999).

Η ψυχολογία που ασχολείται με τις διαφορές και τις ομοιότητες των ατόμων της γης, που οφείλονται σε διαφορετικούς πολιτισμούς, διακρίνεται στους κλάδους της ψυχολογίας του πολιτισμού (cultural psychology), της διαπολιτισμικής ψυχολογίας (cross cultural psychology), και της, όπως αναφέρεται στην βιβλιογραφία, indigenous psychology (δεν υπάρχει αντίστοιχος δόκιμος όρος στα ελληνικά).

Η διαπολιτισμική ψυχολογία αντιλαμβάνεται τον πολιτισμό ως μία αιτιατή μεταβλητή που εντοπίζεται έξω και σε απόσταση από το άτομο. Ο πολιτισμός και η ανθρώπινη δραστηριότητα αντιμετωπίζονται ως διαφοροποιημένα στοιχεία. Στην ψυχολογία του πολιτισμού, σε αντίθεση, ο πολιτισμός δεν θεωρείται μία παράμετρος εξωτερική αλλά εσωτερική ως προς το άτομο, καθώς είναι ένας τρόπος να γνωρίζει και να ερμηνεύει τον κόσμο. Η σημαντική συμβολή της *indigenous psychology* είναι η αντίληψη πως οι ψυχολογικές θεωρίες θα έπρεπε να αναπτύσσονται μέσα σε κάθε πολιτισμό (Greenfield, 2000).

Η προσπάθεια αυτής της επιστημονικής κατεύθυνσης είναι να προεκτείνει την έρευνα στον χώρο της ψυχολογίας, πέρα από τα σύνορα των αναπτυγμένων δυτικών εθνών, στα οποία ήταν παραδοσιακά προσηλωμένη, σε πολιτισμούς που αν και διαφορετικοί, αποκαλύπτουν στους ερευνητές πλήθος ενδιαφερόντων στοιχείων που συμβάλλουν στην αποκωδικοποίηση της ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Αν και υπάρχει ποικιλία αντιλήψεων για τα χαρακτηριστικά που συνιστούν την έννοια της «κουλτούρας», του πολιτισμού γενικότερα, το κοινό σημείο αυτών των προσεγγίσεων είναι πως ο πολιτισμός θεωρείται ένα ιστορικά διαμορφωμένο πλαίσιο, από έννοιες ενσωματωμένες σε σύμβολα, ένα σύστημα από κληρονομημένες και κληρονομήσιμες αντιλήψεις που εκφράζονται με συμβολικές μορφές, ώστε οι άνθρωποι που ζουν μέσα σε αυτό, να μπορούν να επικοινωνούν, να αλληλεπιδρούν και να αναπτύξουν συμπεριφορές παράλληλες με τα γεγονότα της ζωής (Gale, 2001).

Η διαπολιτισμική ψυχολογία μπορεί επίσης να έχει εφαρμογές στην μελέτη των αντιθέσεων μεταξύ της κυρίαρχης κουλτούρας και των υποκουλτούρων. Υποκουλτούρα θεωρείται μια ομάδα ανθρώπων των οποίων οι εμπειρίες τους διαφέρουν από αυτές της πλειοψηφίας. Μπορεί να είναι μία ομάδα με κοινά εθνικά, φυλετικά ή θρησκευτικά χαρακτηριστικά. Κάθε ομάδα ανθρώπων που αναπτύσσει τα δικά της έθιμα, νόρμες και διάλεκτο ακόμα, μπορεί να χαρακτηριστεί ως υποκουλτούρα (Bock, 1988).

Η γνώση σχετικά με τις διαφορετικές κουλτούρες, μπορεί να αποκτηθεί με την μελέτη των πολιτισμικών προϊόντων (π.χ. τέχνη, μουσική, ενδυμασία, διατροφή, έθιμα) και των ψυχολογικών κατασκευών (π.χ. συμπεριφορά, αξίες, πεποιθήσεις, νόρμες). Προκειμένου να κατανοήσει απόλυτα κάποιος έναν πολιτισμό, μπορεί να μελετήσει οργανωμένες πηγές γνώσεων, όπως είναι η ιστορία, η φιλοσοφία, η

γλώσσα, η λαϊκή παράδοση. Ωστόσο, ακόμα και αν εντρυφήσει σε αυτές τις πληροφορίες, η κατανόηση του θα είναι περιορισμένη (Kim, 2000).

Παρά την επιθυμία του να ενταχθεί ή να εντρυφήσει σε έναν ξένο προς αυτόν πολιτισμό, η κατανόηση του θα διαφέρει ποιοτικά από τα άτομα που, ανήκοντας στο ίδιο πολιτισμικό πλαίσιο, μπορούν να σκέφτονται, να αισθάνονται και να αναγνωρίζονται ως μέλη του ίδιου πολιτισμού. Όπως αναφέρει ο Kim (2000), εάν κάποιος δεν συμμετέχει στην δημιουργία και στην αναδημιουργία των πολιτισμικών και ψυχολογικών κατασκευασμάτων, με δυσκολία θα προσεγγίσει την ουσιαστική κατανόηση που μοιράζονται όσοι ανήκουν στο ίδιο πλαίσιο.

Η δημιουργία και η αναδημιουργία μίας κουλτούρας αντιπροσωπεύει μία συνεχή διαδικασία που συμβαίνει κάθε στιγμή της ζωής. Επομένως, γεννάται το ερώτημα με ποιον τρόπο η ψυχολογία μελετά τους διαφορετικούς πολιτισμούς. Η πιο συνηθισμένη στρατηγική είναι να συγκεντρώνονται στοιχεία από άτομα που ανήκουν σε διάφορους πολιτισμούς και βάση αυτών, κάθε πολιτισμός να κατηγοριοποιείται ανάλογα με τα βασικά χαρακτηριστικά που προκύπτουν (Smith, 2004).

Γίνεται αντιληπτό πως δεν υπάρχει ανθρώπινη συμπεριφορά απαλλαγμένη από πολιτισμικά στοιχεία. Στην διαδικασία προσέγγισης των συνδέσμων μεταξύ των δύο παραμέτρων, πρέπει να συμπεριληφθούν η έννοια του πολιτισμού, οι αμοιβαίες ή μονοκατευθυντικές σχέσεις μεταξύ του πολιτισμού και της συμπεριφοράς και η ανάγκη για γενίκευση των σχέσεων αυτών σε οικουμενικό επίπεδο (Berry, 2000).

Ο ρόλος του πολιτισμού στην διαδικασία κατανόησης του ατόμου είναι αρκετά σημαντικός. Είναι μία παράμετρος που συμβάλλει στην διαμόρφωση της έννοιας του εαυτού και της ψυχοκοινωνικής ταυτότητας του ατόμου, στην εξέλιξη των γνωστικών λειτουργιών, στην προσαρμογή του ατόμου στο φυσικό περιβάλλον και στο είδος και στην ποιότητα των αλληλεπιδράσεων με τους γύρω του (Miller, 1999).

ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ

Η αντικειμενικότητα του ερευνητή, ιδιότητα απαραίτητη για την διεξαγωγή κάθε επιστημονικής ερευνητικής εργασίας, στον τομέα της διαπολιτισμικής ψυχολογίας τίθεται υπό αμφισβήτηση. Θεωρείται ότι ο ερευνητής επηρεάζεται από τις πολιτισμικές αξίες της χώρας του και επομένως τα ευρήματα του δεν μπορούν να είναι απόλυτα αντικειμενικά όσο αυτά των φυσικών επιστημών (Κατέρη, Πουρκός και Νέστορος, 2002).

Η διαπολιτισμική ψυχολογική έρευνα θεωρητικά και μεθοδολογικά διακρίνεται στην ητική (etic) και στην ημική (emic) προσέγγιση. Σύμφωνα με την ητική προσέγγιση, οι ανθρώπινες συμπεριφορές έχουν περισσότερες ομοιότητες παρά διαφορές, είναι δηλαδή οικουμενικές, ενώ, αντίθετα, σύμφωνα με την ημική προσέγγιση μία συμπεριφορά που παρατηρείται σε έναν πολιτισμό είναι πιθανό να μην υπάρχει σε έναν άλλο, καθώς το πολιτισμικό πλαίσιο επιδρά καθοριστικά στην ανθρώπινη συμπεριφορά (Segall et al., 1996).

Η προσέγγιση η οποία θα ακολουθήσει ο ερευνητής είναι καθοριστικής σημασίας για τον τρόπο διεξαγωγής της έρευνας αλλά και για τα αποτελέσματα. Στην ητική προσέγγιση, η συλλογή των δεδομένων γίνεται με ποσοτικές μεθόδους και τα αποτελέσματα είναι γενικεύσιμα, καθώς μελετώνται όσο το δυνατόν περισσότερες κοινωνίες χωρίς ο ερευνητής να προσπαθεί να ενσωματωθεί στις κοινωνίες που μελετά. Στην ημική προσέγγιση αντίθετα, η συλλογή των δεδομένων γίνεται με ποιοτικές μεθόδους και τα αποτελέσματα δεν είναι, ούτε επιθυμείται να είναι γενικεύσιμα, καθώς μελετάται ένας μόνο πολιτισμός και ο ερευνητής ενσωματώνεται στην κοινωνία που μελετά (Κατέρη, Πουρκός και Νέστορος, 2002).

Όπως αναφέρει ο Triandis (2000), η indigenous psychology δίνει έμφαση στην ημική προσέγγιση, η πειραματική ψυχολογία στην ητική προσέγγιση, ενώ η πολιτισμική (cultural) και η διαπολιτισμική ψυχολογία (cross cultural) τοποθετούνται στο ενδιάμεσο, με την πολιτισμική να ρέπει προς την indigenous και την διαπολιτισμική προς την πειραματική ψυχολογία.

Εκτός από τις διαφορετικές ερευνητικές προσεγγίσεις, κάθε πολιτισμός διαφέρει στο είδος των πληροφοριών που συλλέγει από το περιβάλλον. Υπάρχουν σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε πολιτισμούς απλούς (π.χ. πρωτόγονες κοινωνίες) και πολύπλοκους (π.χ. τεχνολογικά ανεπτυγμένες κοινωνίες), ατομικιστικούς (π.χ.

δυτικές κοινωνίες με έμφαση στην έννοια της ατομικότητας) και κολεκτιβιστικούς (π.χ. ανατολικές κοινωνίες με έμφαση στην έννοια της συλλογικότητας).

Σημαντικές διαφορές υπάρχουν ωστόσο ακόμα και μέσα σε έναν μόνο πολιτισμό, καθώς μπορεί να περιλαμβάνει άτομα αλλοκεντρικά, που σκέφτονται και δρουν όπως στις κολεκτιβιστικές κοινωνίες, αλλά και ιδιοκεντρικά που λειτουργούν όπως στις ατομικιστικές κοινωνίες. Οι έννοιες της ατομικότητας και συλλογικότητας του πολιτισμικού πλαισίου επηρεάζουν σημαντικές διαστάσεις της ανθρώπινης φύσης σε οικουμενικό επίπεδο, όπως την αντίληψη του εαυτού, την διάταξη των στόχων στην ζωή, την έμφαση σε κανόνες ή στάσεις καθώς και την έμφαση στον ορθολογισμό ή στην παρορμητικότητα (Triandis, 1999) .

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗΣ

Η εμπειρία της μετανάστευσης είναι πολύπλοκη διαδικασία για όσους εμπλέκονται σε αυτή, ανεξάρτητα από την χώρα προέλευσης και την χώρα υποδοχής τους. Σύμφωνα με τον Berry (2001) ο επιπολιτισμός, δηλαδή οι αλλαγές που βιώνουν οι μετανάστες ως αποτέλεσμα της επαφής τους με άλλους πολιτισμούς αλλά και της συμμετοχής τους στη διαδικασία του επιπολιτισμού που υφίσταται η πολιτισμική και η εθνική ομάδα στην οποία ανήκουν, καθώς και οι σχέσεις μεταξύ των κοινωνικών ομάδων, είναι σημαντικές παράμετροι στην έρευνα της διαπολιτισμικής ψυχολογίας. Η διασταύρωση αυτών των δύο παραμέτρων δημιουργεί ένα διαπολιτισμικό πλαίσιο όπου εκπρόσωποι των κοινωνικών ομάδων των μεταναστών αλλά και των αυτοχθόνων της χώρας υποδοχής, αναπτύσσουν τα πολιτισμικά τους σύνορα και τις κοινωνικές τους σχέσεις.

Πολλοί ερευνητές έχουν δείξει ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ της διαδικασίας υιοθέτησης του νέου πολιτισμού και της εκδήλωσης ψυχικών διαταραχών σε άτομα που έχουν μεταναστεύσει (Carta et al. 2002, Hjern και Allebeck 2002, Janssen et al. 2004, Thapa και Hauff,2005). Τα άτομα αυτά καλούνται να προσαρμοστούν σε ένα καινούριο πολιτισμικό περιβάλλον με διαφορετικές και, πολλές φορές, αντικρουόμενες αρχές . Για παράδειγμα, η έμφαση στην συλλογικότητα που χαρακτηρίζει πολλούς μετανάστες, έρχεται σε αντίθεση με την έμφαση που δίνεται στον ατομικισμό και στην αυτονομία στις δυτικές κοινωνίες. Η εσωτερική σύγκρουση που προκαλείται από την ανάγκη σύνθεσης των διαφορετικών

πολιτισμικών αξιών εκδηλώνεται συχνά με τη μορφή ψυχικών διαταραχών, αν αναλογιστεί κανείς ότι παράλληλα οι μετανάστες καλούνται να αντιμετωπίσουν και τις μαζικές απώλειες του προηγούμενου υποστηρικτικού δικτύου και της μέχρι πρόσφατα υφιστάμενης κατάστασης (Γιωτσίδα και Σταλίκας, 2004).

Οι δυσκολίες που συναντούν τα επιπολιτιζόμενα άτομα και οι συγκρούσεις που βιώνουν, στο πλαίσιο της υποκειμενικής αξιολόγησης της επιπολιτιστικής διαδικασίας, προκαλούν το επιπολιτιστικό στρες. Πρόκειται για μια μορφή ψυχοκοινωνικού στρες που αναφέρεται στην ψυχολογική αντίδραση και την αντίδραση του φυσιολογικού συστήματος σε μακρόχρονες δυσάρεστες καταστάσεις. Όταν η ένταση του επιπολιτιστικού στρες είναι πολύ μεγάλη, τα επιπολιτιζόμενα άτομα νιώθουν ότι τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν, κατά την επαφή τους με το νέο πολιτισμικό περιβάλλον, δε λύνονται ούτε γρήγορα ούτε εύκολα και οι προσφερόμενες εναλλακτικές λύσεις για την επίλυση τους είναι εξαιρετικά περιορισμένες (Berry, 1997).

Η διαδικασία της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής του ατόμου στην νέα πραγματικότητα της ζωής του, μπορεί να αναλυθεί σε τέσσερις τακτικές προσαρμογής. Η πλέον επιθυμητή είναι η εναρμόνιση, όπου το άτομο διατηρώντας την πολιτιστική του ταυτότητα, γίνεται λειτουργικό μέρος της χώρας υποδοχής αναπτύσσοντας σχέσεις με άτομα και ομάδες. Κατά την περιθωριοποίηση, το άτομο χάνει την επαφή με την πολιτιστική του ομάδα ενώ απομονώνεται και από την κοινωνία της χώρας υποδοχής. Όταν το άτομο εμμένει στην εθνική ταυτότητα της χώρας προέλευσης του και υιοθετεί αρνητικές στάσεις προς την χώρα υποδοχής, λαμβάνει χώρα το φαινόμενο του διαχωρισμού. Τέλος, κατά την αφομοίωση, το άτομο απορρίπτει την εθνική ταυτότητα που είχε στην χώρα προέλευσης του και ταυτίζεται με τα πολιτιστικά χαρακτηριστικά της χώρας υποδοχής, μεταβάλλοντας τα ατομικά και συλλογικά χαρακτηριστικά του (Χατζηχρήστου, 2005).

ΣΚΟΠΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Από τα παραπάνω, διαφαίνεται η σπουδαιότητα της ομαλής προσαρμογής του ατόμου στο νέο του περιβάλλον για την ψυχική του υγεία και για την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης του. Η μετανάστευση δημιουργεί νέες συνθήκες ζωής και τα άτομα που εμπλέκονται σε αυτή καλούνται να κάνουν καινούρια αρχή σε όλα τα επίπεδα, διαδικασία που ευνοεί την ανάπτυξη χαμηλής αυτοεκτίμησης, αφού προσομοιάζει πολύ με αυτή των πρώτων παιδικών χρόνων, όταν τι παιδί μαθαίνει να έχει κάποιον έλεγχο του περιβάλλοντος του(Γιωτσίδη, Σταλίκας, 2004).

Αντικείμενο της παρούσας ερευνητικής εργασίας είναι η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των μεταναστών στη χώρα υποδοχής και του επιπέδου αυτοεκτίμησης που βιώνουν. Η αρχική ερευνητική υπόθεση που εξετάστηκε είναι πως η αυτοεκτίμηση των μεταναστών επηρεάζεται από την ψυχοκοινωνική προσαρμογή τους. Η σχέση των δύο μεταβλητών, όπως προέκυψε από την ερευνητική διαδικασία, αναφέρεται αναλυτικά παρακάτω.

Παράλληλα, εξετάστηκαν παράγοντες όπως η εθνικότητα των μεταναστών, ο χρόνος παραμονής τους στην χώρα υποδοχής και η ύπαρξη και η εθνικότητα φίλων και συντρόφων ως προς το αν και πόσο επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση και την προσαρμογή των υποκειμένων. Αντικείμενο της έρευνας αποτέλεσε και η συγκέντρωση πληροφοριών για τις συνθήκες διαβίωσης των μεταναστών στην Ελλάδα, ως χώρα υποδοχής, καθώς και για την ύπαρξη ή όχι φυλετικών διακρίσεων από τον γηγενή πληθυσμό. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στην διερεύνηση των κινήτρων μετανάστευσης και στην συσχέτιση τους με κάθε μεταβλητή χωριστά.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΑ

Στην έρευνα συμμετείχαν 100 ενήλικοι μετανάστες, 59% άνδρες και 41% γυναίκες, διαφόρων εθνικοτήτων, που διαβιούν στην Ελλάδα, στις πόλεις Αθήνα και Πάτρα. Συγκεκριμένα, το 19% του δείγματος προέρχονταν από την Αλβανία, το 10% από την Ινδία, το 8% από την Αίγυπτο, το 7% από την Βουλγαρία και το Πακιστάν, το 6% από την Πολωνία, την Νιγηρία και το Αφγανιστάν, το 5% από την Ουκρανία, το 4% από την Ιταλία και την Κίνα, το 2% από την Χιλή, την Σερβία, το Μπαχρέιν, το Μαρόκο, το Ιράκ και την Αρμενία, και το 1% από το Σουδάν, την Σερβία, τον Λίβανο, τις Η.Π.Α., την Γερμανία και την Αγγλία.

Όλοι οι συμμετέχοντες επιλέχθηκαν τυχαία και διαβεβαιώθηκαν για την τήρηση του απορρήτου και την διακριτική χρήση των προσωπικών τους δεδομένων, αποκλειστικά για τους σκοπούς της έρευνας. Ωστόσο, όσοι επιθυμούσαν, παρείχαν τη διεύθυνση ή το προσωπικό τους e mail και μετά την ολοκλήρωση της αξιολόγησης των δεδομένων, έλαβαν μία σύντομη έκθεση των αποτελεσμάτων από την ερευνήτρια.

Οι συμμετέχοντες ήταν ενήλικες με την πλειοψηφία να κυμαίνεται ανάμεσα στα 31-40 (43,43%) και στα 18-30 (35,35%) έτη. 20% των συμμετεχόντων είχε πανεπιστημιακή εκπαίδευση, 11% είχε τεχνική εκπαίδευση, ενώ 40% ήταν απόφοιτοι λυκείου και 17% απόφοιτοι γυμνασίου. 8 % ήταν απόφοιτοι δημοτικού και οι αναλφάβητοι ανέρχονταν σε ποσοστό 4%.

60,2% του δείγματος ήταν παντρεμένοι και από αυτούς το 51,52% είχε παιδιά.

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Η συλλογή των ερευνητικών δεδομένων έγινε με την μέθοδο της συμπλήρωσης ερωτηματολογίου από τους συμμετέχοντες. Το ερωτηματολόγιο, το οποίο περιλαμβάνεται στο παράρτημα της εργασίας, διακρίνεται σε δύο μέρη. Το πρώτο μέρος αφορά την συγκέντρωση δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος. Στο δεύτερο μέρος οι συμμετέχοντες καλούνται να συμπληρώσουν την UCLA Κλίμακα για τα Συναισθήματα Μοναξιάς και το Διαπολιτισμικό Ερωτηματολόγιο Αυτοεκτίμησης για Ενήλικες.

Η UCLA Κλίμακα για τα Συναισθήματα Μοναξιάς προσαρμόστηκε στα ελληνικά το 2003 (Καφέτσιος, 2003). Αποτελείται από 20 ερωτήσεις, 10 εκφρασμένες θετικά και 10 εκφρασμένες αρνητικά, και αναπτύχθηκε για να αξιολογήσει τα συναισθήματα μοναξιάς και κοινωνικής απομόνωσης. Η ανάπτυξη της κλίμακας στηρίχτηκε σε ένα εύρος μελετών για το πώς τα μοναχικά άτομα περιγράφουν τα συναισθήματα τους και χαρακτηρίζεται από καλή αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας Cronbach's $\alpha = .87$. Στην παρούσα εργασία χρησιμοποιήθηκε σαν δείκτης της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των υποκειμένων (Σταλίκας, Τριλίβα και Ρούσση, 2002).

Το Διαπολιτισμικό Ερωτηματολόγιο Αυτοεκτίμησης για Ενήλικες, επιμελήθηκε το 1981 ο Battle και προσαρμόστηκε στα ελληνικά το 2000 (Αργυρακούλη, 2000). Περιλαμβάνει 40 ερωτήσεις εκ των οποίων οι 8 αναφέρονται σε κλίμακα ψεύδους και οι υπόλοιπες 32 προτίθενται να αξιολογήσουν την γενική εικόνα του εαυτού ενός ατόμου, την προσωπική και την κοινωνική. Η ανάλυση αξιοπιστίας της εσωτερικής συνέπειας της κλίμακας, υπέδειξε 4 υποκλίμακες, την Γενική ($\alpha = .78$), την Κοινωνική ($\alpha = .57$), την Προσωπική ($\alpha = .72$) και την Κλίμακα Ψεύδους ($\alpha = .54$) (Σταλίκας, Τριλίβα και Ρούσση, 2002).

Η στατιστική ανάλυση των ερευνητικών δεδομένων έγινε με την χρήση του προγράμματος SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τα αποτελέσματα της έρευνας θα μπορούσαν να διαχωριστούν σε τρία επιμέρους τμήματα,

- I. στην παρουσίαση των παραγόντων που φαίνεται να επηρεάζουν την διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης των μεταναστών
- II. στην παρουσίαση των παραγόντων που φαίνεται να επηρεάζουν την ψυχοκοινωνική προσαρμογή των μεταναστών στην χώρα υποδοχής, και
- III. στην παρουσίαση των σημαντικότερων σχέσεων μεταξύ των δημογραφικών χαρακτηριστικών των συμμετεχόντων.

Η στατιστική ανάλυση των ερευνητικών δεδομένων επιβεβαίωσε την ερευνητική υπόθεση πως η αυτοεκτίμηση των μεταναστών επηρεάζεται από την ψυχοκοινωνική προσαρμογή τους, καθώς υπέδειξε πως οι δύο μεταβλητές συσχετίζονται μεταξύ τους σε ποσοστό που υποδεικνύει στατιστικά σημαντική συσχέτιση, όπως διαφαίνεται και στο σχήμα που ακολουθεί ($r(98) = 0,56, p < .001$).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Ψυχοκοινωνική προσαρμογή
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,567(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	92	90
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation	,567(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	90	97

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Regression

Variables Entered/Removed(b)

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	ψυχοκοινωνική προσαρμογή(a)		Enter

a All requested variables entered.

b Dependent Variable: αυτοεκτίμηση

Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t		Sig.	95% Confidence Interval for B	
		B	Std. Error	Beta	Lower Bound	Upper Bound			
1	(Constant)	-2,587	3,472		-,745	,458		-9,487	4,313
	ψυχοκοινωνική προσαρμογή	,397	,061	,567	6,461	,000		,275	,519

a. Dependent Variable: αυτοεκτίμηση

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,695	2

I. παράγοντες που επηρεάζουν την μεταβλητή της αυτοεκτίμησης.

Το φύλο είναι ένας παράγοντας που διαφοροποιεί το επίπεδο αυτοεκτίμησης ανάμεσα στους συμμετέχοντες στην έρευνα. Όπως διαφαίνεται από τους σχετικούς πίνακες που παρατίθενται στο παράρτημα, οι άνδρες μετανάστες έχουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από τις γυναίκες ($r(98) = .246, p < .001$).

Αναφορικά με την εκπαίδευση, οι συμμετέχοντες που έλαβαν μόρφωση στη Ελλάδα παρουσίασαν υψηλότερο μέσο όρο αυτοεκτίμησης (23.5) από εκείνους που εκπαιδεύτηκαν στην χώρα καταγωγής τους (19.2). Αντίστοιχα, όσοι είχαν αποφοιτήσει από λύκειο ή πανεπιστήμιο είχαν υψηλότερη βαθμολογία στην κλίμακα αυτοεκτίμησης από όσους κατατάσσονταν στις υπόλοιπες εκπαιδευτικές βαθμίδες ($r(98) = .284, p < .001$).

Η χώρα προέλευσης των μεταναστών φαίνεται να αξιολογείται σημαντικά στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης τους. Υψηλότερη βαθμολογία συγκέντρωσαν συμμετέχοντες από χώρες όπως η Αγγλία, η Χιλή και η Σερβία και χαμηλότερη από χώρες όπως το Αφγανιστάν, το Σουδάν και η Νιγηρία. Η γεωγραφική κατάταξη των χωρών προέλευσης των συμμετεχόντων υπέδειξε πως υψηλότερη αυτοεκτίμηση παρουσιάζουν μετανάστες από την Αμερική και την Ευρώπη και χαμηλότερη από την Ασία και την Αφρική.

Η εθνικότητα των συντρόφων και των φίλων των συμμετεχόντων έχει επίσης ρόλο στην αξιολόγηση της αυτοεκτίμησης τους. Όσοι συμμετέχοντες είχαν συντρόφους που προέρχονταν από την χώρα υποδοχής τους, δηλαδή την Ελλάδα,

είχαν περισσότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που διατηρούσαν σχέση με άτομα άλλης, εκτός της ελληνικής, εθνικότητας ($r(98)=.259, p<.001$). Το ίδιο συνέβαινε και με όσους είχαν στενές φιλικές σχέσεις με Έλληνες σε σύγκριση με εκείνους τους οποίους οι φίλοι τους είχαν διαφορετική εθνικότητα ($r(98)=.266, p<.001$). Σχετικά με τις φιλικές σχέσεις, πρέπει να παρατηρηθεί πως όσοι συμμετέχοντες είχαν φίλους, είχαν και υψηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που δήλωναν πως δεν είχαν.

Ο χρόνος παραμονής των μεταναστών στην Ελλάδα είναι ένας επίσης σημαντικός παράγοντας που πρέπει να συνυπολογιστεί. Υψηλότερη αυτοεκτίμηση παρουσίασαν οι συμμετέχοντες που διαβίωναν στην Ελλάδα για 11 ως 15 χρόνια και ακολουθούσαν όσοι είχαν περισσότερα από 20 χρόνια και από 15 ως 20 χρόνια. Χαμηλότερη αυτοεκτίμηση είχαν όσοι διέμεναν στην Ελλάδα για 6 ως 10 και για λιγότερα από 5 χρόνια αντίστοιχα ($r(98)=.345, p<.001$). Οι συμμετέχοντες των οποίων οι οικογένειες ζούσαν στην Ελλάδα και δεν είχαν παραμείνει στην χώρα καταγωγής τους, παρουσίαζαν επίσης υψηλότερη αυτοεκτίμηση ($r(98)=.337, p<.001$).

Αναφορικά με την διαμονή των συμμετεχόντων στην Ελλάδα, όσοι έμεναν μαζί με την οικογένεια τους είχαν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που έμεναν μόνοι ή με φίλους ($r(98)=-.030, p<.001$).

Η επαγγελματική κατάσταση των συμμετεχόντων επηρέαζε την αυτοεκτίμηση τους μόνο στις περιπτώσεις όπου η επαγγελματική τους απασχόληση σχετιζόταν με την κατεύθυνση των σπουδών που είχαν ακολουθήσει και όπου παρουσίαζαν υψηλή αυτοεκτίμηση, σε σχέση με τις περιπτώσεις όπου η εργασία δεν σχετιζόταν με τις σπουδές τους ($r(98)=.384, p<.001$). Επίσης, όσοι δήλωναν ικανοποιημένοι από τις οικονομικές απολαβές της εργασίας τους είχαν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που δήλωναν δυσαρεστημένοι ($r(98)=.462, p<.001$).

Οι συμμετέχοντες που δεν είχαν υποστεί κανένα είδος φυλετικής διάκρισης είχαν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από όσους δήλωσαν πως είχαν υποστεί ($r(98)=-.365, p<.001$). Συγκεκριμένα, οι μετανάστες που είχαν αντιμετωπίσει προσβλητική συμπεριφορά – εκφοβισμό και προκατάληψη από τις αρχές της χώρας υποδοχής, είχαν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που είχαν αντιμετωπίσει άρνηση για πρόσληψη σε εργασία και οικονομική εκμετάλλευση. Αντίστοιχα, χαμηλότερη αυτοεκτίμηση είχαν τα άτομα που είχαν βιώσει δυσπιστία στην παροχή χώρου στέγασης και ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης καθώς και τα άτομα που είχαν βιώσει περισσότερες από μία συμπεριφορές φυλετικής διάκρισης και βία.

Τα κίνητρα μετανάστευσης είναι επίσης σημαντικός παράγοντας στην διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης των μεταναστών ($r(98)=.048$, $p<.001$). Όσοι μετανάστευσαν για να αποφύγουν εμπόλεμη κατάσταση ή για περισσότερους από έναν λόγο καθώς και εκείνοι που υποκινούνταν από οικονομικούς και πολιτικούς λόγους, είχαν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους που μετανάστευσαν από προσωπική επιλογή. Υψηλότερη αυτοεκτίμηση είχαν όσοι θεωρούσαν την Ελλάδα ενδιάμεση στάση και σαν προορισμό είχαν κάποια άλλη χώρα και όσοι μετανάστευσαν λόγω εξαναγκασμού από τρίτα πρόσωπα.

II. Παράγοντες που επηρεάζουν την μεταβλητή της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής.

Η ψυχοκοινωνική προσαρμογή των συμμετεχόντων στην έρευνα, όπως διαφαίνεται και από τους σχετικούς πίνακες που παρατίθενται στο παράρτημα, επηρεάζεται από την εθνικότητα τους ($r(98)=-.208$, $p<.001$). Η ανάλυση των αποτελεσμάτων υπέδειξε πως ομαλότερη προσαρμογή στην Ελλάδα, σαν χώρα υποδοχής, έχουν μετανάστες από την Αμερική και την Ευρώπη ενώ πιο δύσκολα προσαρμόζονται όσοι προέρχονται από χώρες της Ασίας και της Αφρικής.

Οι συμμετέχοντες που παρουσίαζαν ομαλότερη ψυχοκοινωνική προσαρμογή διέμεναν στην Ελλάδα για περισσότερα χρόνια από εκείνους που συγκέντρωναν χαμηλή βαθμολογία στην κλίμακα ψυχοκοινωνικής προσαρμογής ($r(98)=.235$, $p<.001$). Το ίδιο παρατηρούνταν και για τους συμμετέχοντες των οποίων οι οικογένειες διέμεναν επίσης στην Ελλάδα και όχι στην χώρα καταγωγής τους ($r(98)=.215$, $p<.001$).

Η συσχέτιση της επαγγελματικής κατεύθυνσης των μεταναστών με το είδος των σπουδών τους, φαίνεται πως επηρεάζει την ομαλή ψυχοκοινωνική τους προσαρμογή σε αντιδιαστολή με τις περιπτώσεις όπου η εργασία δεν σχετίζεται με τις σπουδές και όπου τότε οι συμμετέχοντες φαίνονται να αντιμετωπίζουν περισσότερες δυσκολίες προσαρμογής ($r(98)=.363$, $p<.001$). Η ικανοποίηση από τις οικονομικές απολαβές της εργασίας είναι επίσης ένας παράγοντας που φαίνεται να επηρεάζει θετικά την ψυχοκοινωνική προσαρμογή των μεταναστών στην Ελλάδα ($r(98)=.295$, $p<.001$).

Όσοι συμμετέχοντες δεν αντιμετώπισαν φυλετικές διακρίσεις κατά την εμπειρία της μετανάστευσης στην Ελλάδα, παρουσίασαν πιο ομαλή προσαρμογή συγκριτικά με εκείνους που δήλωσαν πως υπέστησαν φυλετικές διακρίσεις ($r(98)=-.400$, $p<.001$).

III. Σημαντικές συσχετίσεις δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος.

Η ανάλυση των στατιστικά σημαντικών δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος, υπέδειξε ενδιαφέρουσες πληροφορίες για το προφίλ των συμμετεχόντων στην έρευνα.

Οι συμμετέχοντες που έλαβαν την εκπαίδευση τους στην Ελλάδα, όπως διαφαίνεται και στους σχετικούς πίνακες που παρατίθενται στο αντίστοιχο τμήμα του παραρτήματος, είχαν λιγότερους φίλους στην χώρα υποδοχής τους σε σχέση με εκείνους που εκπαιδεύτηκαν στην χώρα καταγωγής τους και είχαν περισσότερους φίλους στην Ελλάδα ($r(98)=-.190, p<.001$). Αντίθετα, θετική συσχέτιση παρατηρήθηκε μεταξύ της εθνικότητας φίλων και συντρόφων των συμμετεχόντων, με αποτέλεσμα όσοι διατηρούσαν φιλικές σχέσεις με Έλληνες να έχουν και Έλληνα σύντροφο και όσοι είχαν περισσότερες φιλικές σχέσεις με άτομα άλλης, εκτός της ελληνικής, εθνικότητας να έχουν και σύντροφο άλλης εθνικότητας.

Οι συμμετέχοντες των οποίων ο σύντροφος είχε ελληνική εθνικότητα ήταν κατά πλειοψηφία γυναίκες ($r(98)=.389, p<.001$), που σαν κίνητρο μετανάστευσης δήλωσαν την προσωπική επιλογή ($r(98)=.034, p<.001$). Αντίστοιχα, οι συμμετέχοντες των οποίων ο σύντροφος είχε άλλη εκτός της ελληνικής εθνικότητας, ήταν κατά πλειοψηφία άνδρες που σαν κίνητρο μετανάστευσης δήλωσαν τους οικονομικούς λόγους.

Η εθνικότητα των φίλων των μεταναστών στην Ελλάδα φαίνεται να σχετίζεται με την επιθυμία επαναπατριsmού τους ($r(98)=-.260, p<.001$). Οι μετανάστες που διατηρούν φιλικές σχέσεις με Έλληνες δεν επιθυμούν να επιστρέψουν στην χώρα καταγωγής τους, σε αντίθεση με εκείνους που διατηρούν φιλικές σχέσεις με άτομα της ίδιας με την δική τους εθνικότητας ή άλλης, εκτός της ελληνικής.

Οι συμμετέχοντες που δήλωσαν πως διατηρούν αρκετές φιλικές σχέσεις στην Ελλάδα αντιμετώπισαν σε μικρότερο ποσοστό φυλετικές διακρίσεις σε σχέση με εκείνους που δήλωσαν πως δεν έχουν φίλους και βίωσαν περισσότερες φυλετικές διακρίσεις ($r(98)=-.268, p<.001$).

Οι γυναίκες συμμετέχοντες στην έρευνα είχαν περισσότερους Έλληνες φίλους από τους άνδρες συμμετέχοντες που είχαν περισσότερους φίλους άλλης, εκτός της ελληνικής εθνικότητας ($r(98)=.405, p<.001$). Περισσότερους Έλληνες φίλους είχαν οι συμμετέχοντες ηλικίας 41 χρόνων και άνω, ενώ περισσότερους φίλους άλλης εθνικότητας είχαν οι συμμετέχοντες ηλικίας 18 ως 40 χρόνων ($r(98)=-.469, p<.001$).

Οι συμμετέχοντες ηλικίας ως 18 χρόνων και από 41 χρόνων και άνω, ήταν κυρίως γυναίκες, ενώ οι συμμετέχοντες ηλικίας από 18 ως και 40 χρόνων ήταν κυρίως άνδρες ($r(98)=-.221$, $p<.001$). Επίσης, εκείνοι που δήλωσαν περισσότερο δυσαρεστημένοι από τις οικονομικές απολαβές της εργασίας τους ήταν συμμετέχοντες από 18 ως 30 χρόνων ($r(98)=-.234$, $p<.001$).

Οι μετανάστες ως 18 χρόνων και από 31 χρόνων και άνω, δήλωσαν κατά πλειοψηφία πως διαμένουν στην Ελλάδα μαζί με τις οικογένειες τους ενώ αντίθετα οι μετανάστες ηλικίας 18 ως 30 χρόνων διαμένουν στο ίδιο ποσοστό τόσο με τις οικογένειες τους όσο και με φίλους τους ($r(98)=-.300$, $p<.001$). Οι γυναίκες διαμένουν κατά πλειοψηφία με τις οικογένειες τους ενώ οι άντρες διαμένουν στο ίδιο ποσοστό τόσο με την οικογένεια όσο και με φίλους τους ($r(98)=-.110$, $p<.001$). Η εθνικότητα των μεταναστών είναι επίσης ένας παράγοντας που σχετίζεται με τις συνθήκες διαμονής ($r(98)=-.006$, $p<.001$). Συμμετέχοντες που προέρχονται από χώρες της Ασίας μένουν σε μεγαλύτερο ποσοστό με φίλους ή μόνοι τους, σε αντίθεση με τις υπόλοιπες εθνικότητες που κατά πλειοψηφία μένουν με τις οικογένειες τους.

Οι συμμετέχοντες των οποίων οι οικογένειες διαβιούν επίσης στην Ελλάδα, έχουν αντιμετωπίσει λιγότερες φυλετικές διακρίσεις σε σχέση με εκείνους οι οικογένειες των οποίων διαβιούν στην χώρα καταγωγής τους ($r(98)=-.226$, $p<.001$).

Η αντιμετώπιση φυλετικών διακρίσεων σχετίζεται και με τα κίνητρα μετανάστευσης. Σε μεγαλύτερο ποσοστό, έχουν υποστεί φυλετικές διακρίσεις άτομα που μετανάστευσαν για οικονομικούς λόγους ή από προσωπική επιλογή ή για αποφυγή εμπόλεμης κατάστασης. Ακολουθούν σε μικρότερο ποσοστό εκείνοι που μετανάστευσαν για περισσότερους από έναν λόγους ή για πολιτικά κίνητρα ή από εξαναγκασμό από τρίτα πρόσωπα. Λιγότερες φυλετικές διακρίσεις αντιμετωπίζουν τα άτομα που θεωρούν την Ελλάδα ως ενδιάμεση στάση και ο προορισμός τους είναι μια άλλη χώρα.

Οι συμμετέχοντες που είχαν έλληνες συντρόφους μετανάστευσαν κυρίως από προσωπική επιλογή ενώ εκείνοι που είχαν συντρόφους άλλης εκτός της ελληνικής εθνικότητας μετανάστευσαν κυρίως για οικονομικούς λόγους ($r(98)=-.134$, $p<.001$).

Τα άτομα που προέρχονταν από χώρες της Ευρώπης μετανάστευσαν κυρίως από προσωπική επιλογή και οικονομικούς λόγους ενώ τα άτομα που προέρχονται από χώρες της Αμερικής, από πολιτικούς λόγους και προσωπική επιλογή επίσης. Τα άτομα που προέρχονται από χώρες της Ασίας και της Αφρικής μετανάστευσαν κυρίως για οικονομικούς λόγους ($r(98)=-.083$, $p<.001$).

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Η υπόθεση που εξετάστηκε στην παρούσα έρευνα αναφορικά με την θετική συσχέτιση της αυτοεκτίμησης και της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των μεταναστών, επιβεβαιώθηκε από την στατιστική ανάλυση των ερευνητικών δεδομένων και συμφωνεί με στοιχεία από την διαθέσιμη βιβλιογραφία (Γιωτσίδη, Σταλίκας, 2004).

Οι μετανάστες που αναπτύσσουν ομαλή ψυχοκοινωνική προσαρμογή στο νέο κοινωνικοπολιτιστικό περιβάλλον της χώρας υποδοχής, απολαμβάνουν υψηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης από εκείνους που αντιμετωπίζουν δυσκολίες προσαρμογής.

Στην διαδικασία αυτή σημαντικό ρόλο λαμβάνει η χώρα προέλευσης των μεταναστών. Η επίδραση του πολιτιστικοκοινωνικού πλαισίου της χώρας καταγωγής στην διαδικασία προσαρμογής αλλά και στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης είναι έκδηλη (Wastlund, Norlander και Archer, 2001). Και οι δύο μεταβλητές παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα σε άτομα που προέρχονται από χώρες της Αμερικής και της Ευρώπης και χαμηλότερα σε άτομα που προέρχονται από χώρες της Ασίας και της Αφρικής. Στην βιβλιογραφία υπάρχουν αντίστοιχες αναφορές που υπογραμμίζουν τον ρόλο των ατομικιστικών και κολεκτιβιστικών πολιτιστικών πλαισίων στην διαμόρφωση μεταβλητών όπως η αυτοεκτίμηση και η εμπειρία της μετανάστευσης γενικότερα (Tafarodi, Lang και Smith, 1999).

Οι μετανάστες που προέρχονται από κολεκτιβιστικές κοινωνίες, λοιπόν, παρουσιάζουν χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης. Μία κοινώς αποδεκτή εξήγηση για αυτό το φαινόμενο δίνεται από τον Kurman (2003) στο αντίστοιχο άρθρο του. Το μοντέλο της αυτοεξέλιξης που είναι ευρέως διαδεδομένο στις δυτικές κοινωνίες και προάγει την μοναδικότητα του ατόμου και την προσωπική επιτυχία, δεν είναι παγκόσμιο και συναντάται σπάνια ή και καθόλου στις ανατολικές κουλτούρες. Εκεί, η αυτοεκτίμηση εξαρτάται όχι από την επίτευξη προσωπικής επιτυχίας αλλά από την ικανότητα του ατόμου να εναρμονίζεται με τις απαιτήσεις της ομάδας και να ταιριάζει απόλυτα μέσα σε αυτή.

Συμπερασματικά, θα μπορούσε να ειπωθεί πως οι ίδιοι θεμελιώδεις παράγοντες που επιδρούν στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης λειτουργούν τόσο στις κολεκτιβιστικές όσο και στις ατομικιστικές κοινωνίες, ωστόσο στις κολεκτιβιστικές οι πολιτιστικές νόρμες επηρεάζουν και μειώνουν την έκφραση τους (Brown, 2003).

Εκτός από την εθνικότητα, παράγοντες όπως το φύλο, επηρεάζουν επίσης την αυτοεκτίμηση των μεταναστών (Kuebli, Reddy και Gibbons,1999). Η παρούσα έρευνα υπέδειξε πως οι γυναίκες έχουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από τους άνδρες μετανάστες, ωστόσο δεν παρατηρήθηκε ανάλογη στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ του φύλου και της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής. Οι γυναίκες μετανάστες παρατηρήθηκε πως διατηρούν περισσότερες φιλικές σχέσεις με Έλληνες και επιλέγουν συχνότερα Έλληνες συντρόφους από ότι οι άνδρες μετανάστες. Σύμφωνα με αυτά τα στοιχεία οι γυναίκες μετανάστες έχουν πιο ισχυρό δίκτυο κοινωνικής στήριξης στην ελληνική κοινωνία από ότι οι άνδρες.

Λαμβάνοντας υπόψη τη θετική συμβολή του δικτύου κοινωνικής στήριξης στην ψυχοκοινωνική προσαρμογή των μεταναστών (Tanaka, Takai, Kohyama et al.,1997), γίνεται αντιληπτό πως οι γυναίκες μετανάστες έχουν πιο ευνοϊκές προϋποθέσεις για ομαλή προσαρμογή σε σχέση με τους άνδρες. Μια επίσης σημαντική παρατήρηση σχετικά με τον παράγοντα φύλο, είναι πως οι γυναίκες με Έλληνες συντρόφους δήλωσαν σαν βασικό κίνητρο μετανάστευσης την προσωπική επιλογή, ενώ οι άνδρες με συντρόφους άλλης, εκτός της ελληνικής εθνικότητας δήλωσαν τους οικονομικούς λόγους.

Αν και η συμβολή του δικτύου κοινωνικής στήριξης διαφαίνεται σημαντική από την βιβλιογραφία, στην παρούσα έρευνα επιβεβαιώθηκε αναφορικά με την αυτοεκτίμηση αλλά δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική σχέση με την ψυχοκοινωνική προσαρμογή.

Το ίδιο παρατηρήθηκε με τα κίνητρα μετανάστευσης, που θεωρείται πως, άσχετα με την χώρα προέλευσης, επηρεάζουν την διαδικασία της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής (Γιωτσίδη, Σταλίκας, 2004). Στην παρούσα έρευνα διαφάνηκε πως σχετίζεται με την αυτοεκτίμηση των μεταναστών αλλά δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική σχέση με την ψυχοκοινωνική προσαρμογή.

Η διαδικασία της μετανάστευσης δεν παρέχει συνήθως την δυνατότητα για προγραμματισμό της αναχώρησης των μεταναστών και για σχεδιασμό του μέλλοντος τους, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται συναισθήματα αβεβαιότητας, έλλειψης προσωπικού ελέγχου και σύγχυσης. Ο απότομος χαρακτήρας του εκπατρισμού συχνά σημαίνει πως τα άτομα δεν βιώνουν το σοκ παρά σε ένα μεταγενέστερο επίπεδο, αρνούμενα να δεχτούν την απώλεια και εμμένοντας στην πεποίθηση πως η παραμονή στην χώρα υποδοχής είναι προσωρινή (Eleftheriadou, 1999).

Η σχέση του επαγγέλματος με την κατεύθυνση των σπουδών των μεταναστών υποδεικνύεται σημαντικός παράγοντας τόσο στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης όσο και στην ομαλή προσαρμογή των μεταναστών στη χώρα υποδοχής. Η ταύτιση της επαγγελματικής σταδιοδρομίας με τις σπουδές, σημαίνει για ένα άτομο πως έχει πετύχει σε ένα ποσοστό τους στόχους που έχει θέσει για την ζωή του, στοιχείο βασικό για την ανάπτυξη θετικής αυτοεκτίμησης και συναισθημάτων αυτοαποδοχής και αυτοσεβασμού (Χατζηχρήστου, 2005).

Η αντιμετώπιση φυλετικών διακρίσεων είναι ένας παράγοντας που επιδρά αρνητικά στις μεταβλητές αυτοεκτίμηση και ψυχοκοινωνική προσαρμογή. Η θετική αντιμετώπιση του ατόμου από τους άλλους ενδυναμώνει το άτομο, κατευθύνοντας το να προσανατολιστεί και εκείνο στα θετικά του στοιχεία και να αναπτύξει αποδεκτές μορφές συμπεριφοράς (Stiles, Gibbons, Lie et al., 1998). Ο φυλετικός ρατσισμός έχει ως αποτέλεσμα τα άτομα που γίνονται αποδέκτες του, να αισθάνονται απομονωμένοι και να βιώνουν αρνητικά συναισθήματα απόρριψης και ταπείνωσης, με αντίκτυπο την μείωση της αυτοεκτίμησης τους, τις δυσκολίες προσαρμογής και την περιθωριοποίηση.

Οι φυλετικές διακρίσεις και τα στερεότυπα που αντιμετωπίζουν οι μετανάστες θεωρούνται από μελετητές σαν μία μορφή κοινωνικής αντίληψης (Lee, Albright και Malby, 2001), που ωστόσο πλήττει βασικές αρχές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Οι συμμετέχοντες της παρούσας έρευνας, όπως προαναφέρθηκε, είχαν διάφορες εθνικότητες και δεν γνώριζαν όλοι την ελληνική γλώσσα. Αυτό δημιούργησε δυσκολίες στην συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, καθώς σε αρκετές περιπτώσεις η ερευνήτρια για να ξεπεραστεί αυτή η δυσκολία, μετέφραζε τις ερωτήσεις στα αγγλικά ώστε να τις κατανοήσουν οι συμμετέχοντες, ενώ χρειάστηκε και μεσολάβηση διερμηνέα, καθώς ορισμένοι από τους συμμετέχοντες δεν γνώριζαν αγγλικά, παρά μόνο τη γλώσσα της χώρας καταγωγής τους.

Αυτή η δυσκολία ήταν αφορμή για να γεννηθεί το ερώτημα, κατά πόσο η γνώση της γλώσσας της χώρας υποδοχής συντελεί στην ομαλή ψυχοκοινωνική προσαρμογή των μεταναστών, καθώς εκ των πραγμάτων διευκολύνει σημαντικά την επικοινωνία. Η εκμάθηση της γλώσσας δεν είναι μια αποκλειστικά γνωστική διεργασία καθώς περιλαμβάνει και ψυχολογικούς παράγοντες. Συμβολίζει τον αποχωρισμό από την χώρα καταγωγής και συντελεί στην εκδήλωση συναισθημάτων απώλειας της πολιτισμικής ταυτότητας του ατόμου και συναισθημάτων μελαγχολίας

και νοσταλγίας για την εποχή που το άτομο επικοινωνούσε αβίαστα και χωρίς δυσκολία στην πατρίδα του (Bemak, Chung και Bornemann, 1996).

Ο παράγοντας της γλώσσας δεν εξετάζεται στην παρούσα έρευνα, ωστόσο με αφορμή τους παραπάνω προβληματισμούς, θα μπορούσε να αποτελεί αντικείμενο μιας άλλης εξίσου σημαντικής, ερευνητικής διαδικασίας.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

Τα πολιτισμικά χαρακτηριστικά και ο ρόλος τους στη θεραπευτική διαδικασία, είναι σημαντικά στοιχεία για την κατάλληλη και αποτελεσματική παρέμβαση στους μετανάστες, καθώς τα ιδιαίτερα πολιτισμικά στοιχεία των ατόμων αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ταυτότητας τους και επηρεάζουν την διεργασία της προσαρμογής.

Οι πολιτισμικές διαφορές, εκτός από τις δυσκολίες που προκαλούν στους μετανάστες, οι οποίοι καλούνται να προσαρμοστούν σε ένα νέο περιβάλλον διατηρώντας ταυτόχρονα την πολιτιστική τους ταυτότητα, αποτελούν σημαντική δυσκολία και για τους επαγγελματίες που ασκούν την διαπολιτισμική συμβουλευτική.

Είναι γνωστή η σημασία της ενσυναίσθησης στη θεραπευτική σχέση. Στην περίπτωση της διαπολιτισμικής συμβουλευτικής είναι απαραίτητη η πολιτισμική ενσυναίσθηση, η ικανότητα δηλαδή του θεραπευτή να αποδεχτεί τη διαφορετική νοοτροπία, συμπεριφορά και στάση ζωής του πελάτη του και να προσαρμοστεί και ο ίδιος στις νέες απαιτήσεις που προκύπτουν από την πολιτισμική διαφορετικότητα. Ο θεραπευτής που διαθέτει πολιτισμική ενσυναίσθηση, υπερνικά τις διαφορετικές πολιτισμικές και κοινωνικές εμπειρίες, τις δυσκολίες στην λεκτική επικοινωνία λόγω διαφορετικής γλώσσας και κατορθώνει να αντιληφθεί την πραγματικότητα στην οποία ζει ο θεραπευόμενος και να κατακτήσει την ενσυναίσθηση (Γιωτσίδα, Σταλίκας, 2004).

Βασικό χαρακτηριστικό του θεραπευτή που εργάζεται με πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα είναι η ικανότητα του να γνωρίζει πότε πρέπει να εξατομικεύει μία συμπεριφορά και πότε να τη γενικεύει και να την εντάσσει σε ένα ευρύτερο πολιτισμικό πλαίσιο. Αρχικά, οφείλει να γνωρίζει τις δικές του πολιτισμικές καταβολές και τη συμβολή τους στην διαμόρφωση των προσωπικών του απόψεων, ώστε να αποφεύγεται η προβολή των δικών του πεποιθήσεων στον θεραπευόμενο.

Έπειτα, θα πρέπει να γνωρίζει αρκετά καλά τις κοινωνικοπολιτικές επιρροές του μετανάστη, τα κυρίαρχα στοιχεία του πολιτισμού του και τις επιδράσεις τους στην προσωπικότητα και τη συμπεριφορά του. Τέλος, οφείλει να επικεντρώνεται στο κάθε άτομο ως ξεχωριστή προσωπικότητα, χωρίς να του προσάπτει στερεοτυπικά γνωρίσματα της πολιτισμικής ή της φυλετικής ομάδας του (Sue, 1998).

Απαραίτητη θεωρείται και η ευαισθησία του θεραπευτή ώστε να κατανοήσει τα αισθήματα απόγνωσης που μπορεί να βιώνει ένας μετανάστης, λόγω έλλειψης βοήθειας και δύναμης (Μαλικιώση - Λοίζου, 1999).

Η συμβουλευτική σε άτομα με διαφορετικές πολιτισμικές καταβολές οφείλει να λειτουργεί μέσα σε πολιτισμικά πλαίσια που θα εξασφαλίζουν την πλήρη αποδοχή και τον σεβασμό των ατόμων. Με αυτές τις προϋποθέσεις μπορεί να συμβάλλει στη διαδικασία υιοθέτησης του νέου πολιτισμού και της προσαρμογής σε αυτόν. Η προσπάθεια του θεραπευτή να κατανοήσει και να αποδεχθεί το πολιτισμικό υπόβαθρο του ατόμου, ενισχύει το αίσθημα του ατόμου πως γίνεται αποδεκτό, ενδυναμώνει την αυτοεκτίμηση του και το προτρέπει να αξιοποιήσει τις ήδη υπάρχουσες δεξιότητες και εμπειρίες του, ώστε να αποκτήσει καλύτερο έλεγχο στο νέο του περιβάλλον (Γιωτσίδα, Σταλίκας, 2004).

Συχνά, οι θεραπευτές και οι μετανάστες θεραπευόμενοι αναφέρονται ως πολιτισμικά άγνωστοι μεταξύ τους (Vontress και Epp, 2000). Οι προσδοκίες που διατηρεί ο καθένας τους για τη θεραπευτική διαδικασία μπορεί να είναι πολύ διαφορετικές. Εξαρτώνται τόσο από το κοινωνικοπολιτιστικό πλαίσιο που προέρχεται ο καθένας όσο και από τις διαφορετικές προσωπικότητες ή και το φύλο ακόμα (Aegisdottir και Gerstein, 2004).

Η διατύπωση του σκοπού της συμβουλευτικής διαδικασίας, που επικεντρώνεται κυρίως στην αλληλεπίδραση του πολιτισμικού υποβάθρου του ατόμου με το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο της χώρας υποδοχής, είναι ένα σημαντικό σημείο στην εξέλιξη της θεραπευτικής διαδικασίας. Η προσπάθεια του θεραπευτή να εμπλέξει στην όλη διαδικασία την οικογένεια ή την ομάδα του ατόμου, μπορεί να έχει θετική επιρροή στην καλύτερη προσαρμογή του στο νέο περιβάλλον.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Η εμπειρία της μετανάστευσης καθώς συνοδεύεται από ελπίδες για αναζήτηση καλύτερων συνθηκών ζωής, ενέχει τον κίνδυνο έκθεσης των μεταναστών σε στρες και σε δυσλειτουργικές διαδικασίες προσαρμογής στην χώρα υποδοχής. Όπως έγινε σαφές από τα αποτελέσματα της παραπάνω έρευνας, οι δυσλειτουργίες αυτές επηρεάζουν τόσο την αυτοεκτίμηση του ατόμου όσο και την ψυχική του υγεία γενικότερα.

Η γνώση των παραγόντων που επηρεάζουν την συμπεριφορά των μεταναστών στη χώρα υποδοχής τους, είναι απαραίτητη για τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας που αλληλεπιδρούν με άτομα που προέρχονται από διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια. Τα όρια της αποδεκτής και μη αποδεκτής συμπεριφοράς πολλές φορές αλληλεπικαλύπτονται στους διάφορους πολιτισμούς ανά τον πλανήτη. Ο επαγγελματίας με γνώσεις διαπολιτισμικής ψυχολογίας οφείλει να αναγνωρίζει ποιες συμπεριφορές του ατόμου ερμηνεύονται με βάση τις πολιτισμικές του καταβολές και ποιες οφείλονται στη διαδικασία της προσαρμογής στο νέο περιβάλλον.

Η αυτοεκτίμηση είναι μια σημαντική παράμετρος για την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου. Η μετανάστευση όμως είναι μία διαδικασία που μπορεί εξ ορισμού να μεταβάλλει την αυτοεκτίμηση του ατόμου καθώς το απομακρύνει από τον γνώριμο ως τώρα τρόπο ζωής και το οδηγεί σε ένα καινούριο, άγνωστο και ορισμένες φορές απειλητικό περιβάλλον.

Διατηρώντας στην αντίληψη του αυτές τις πληροφορίες, ο θεραπευτής πρέπει να ξεπεράσει και την δική του διαφορετικότητα σε σχέση με τον θεραπευόμενο και να ορίσουν από κοινού το πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης. Όπως αναφέρθηκε σε προηγούμενη ενότητα, δεν υπάρχει ανθρώπινη συμπεριφορά που να μην επηρεάζεται από τις πολιτισμικές συνθήκες. Στην διαπολιτισμική συμβουλευτική ψυχολογία το αξίωμα αυτό αφορά τόσο τον θεραπευτή όσο και τον θεραπευόμενο.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Aegisdottir, S. και Gerstein, L.H.(2004). Icelanders and U.S.Nationals expectations about counselling. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 35 (6), 734-748 .
2. Bemak,F., Chung, R.C.Y. και Bornemann, T.(1996). Counselling and psychotherapy with refugees. In P.B. Pedersen, J.G.Draguns, W.J.Lonner και J.E.Trimble (eds.) *Counselling Across Cultures* (4th edition) San Francisco: Sage.
3. Berry, J.W.(1997). Lead article. Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Psychology, an international review*, 46(1), 5-68.
4. Berry, J.W.(2000).Cross Cultural psychology, a symbiosis of cultural and comparative approaches. *Asian journal of social psychology*, 3, 197-205.
5. Berry, J.W.(2001).A psychology of immigration. *Journal of Social Issues*. Vol.57,No.3,pp.615-631.
6. Bock, P.K.(1998).Rethinking psychological anthropology. Continuity and change in the study of human action. W.H.Freeman, New York.
7. Brown, J.D.(2003).The self enhancement motive in collectivistic cultures. *Journal of Cross Cultural psychology*, vol.34, No. 5. Western Washington University.
8. Γεώργας, Δ.(1999). Οικολογική θεώρηση στην κοινωνική ψυχολογία, *Ψυχολογία* 6, 111-123.
9. Γιωτσίδη, Β. Σταλίκας, Α.(2004). Η διαπολιτισμική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία σε πρόσφυγες: ψυχοκοινωνικές ανάγκες και πολιτισμικές διαφορές. *Ψυχολογία*,11,1,34-52.
10. Carta, M.G., Koress, V., Hardoy , M.C. et al(2002). Psychiatric disorders in Sardinian immigrants to Paris. A comparison with Parisians and Sardinians resident in Sardinia. *Soc Psychiatry Psychiatric Epidemiol*, 37,112-117.
11. Eleftheriadou, Z.(1999).Assessing the counselling needs of the ethnic minorities in Britain. In S.Palmera and P.Laungan (eds.), *counselling in a multicultural society*. London, Sage.
12. Gale encyclopaedia of psychology (2001). 2nd edition, Gale Group.

13. Greenfield, P.M. (2000). Three approaches to the psychology of culture. Where do they come from? Where can they go? *Asian journal of Social psychology*, 3,223-240, Blackwell publishers ltd.
14. Hjern, A., Allebeck, P.(2002). Suicide in a first and second generation immigrants in Sweden. A comparative study. *Soc psychiatry psychiatric epidemiol*, 37, 423-429.
15. Janssen, M.M., Verhulst, F.C., Bengi-Arslan, L. et al.(2004). Comparison of self reported emotional and behavioral problems in Turkish immigrant, Dutch and Turkish adolescents. *Soc psychiatry psychiatric epidemiol* 39,133-140.
16. Κατέρη, Ε., Πουρκός, Μ., Νέστορος, Ι.Ν.(2002). Πολιτισμός και ψυχοπαθολογία: συνεπαγωγές των πολιτισμικών διαφορών στην ψυχολογική γνώση και στην ψυχοθεραπευτική προσέγγιση. Στο Μ.Καίλας (επιμέλεια), Εκπαιδευτική, Οικογενειακή και Πολιτική ψυχοπαθολογία. Αθήνα, εκδόσεις Ατραπός.
17. Kim, U.(2000). Indigenous, cultural and cross cultural psychology. A theoretical, conceptual and epistemological analysis. *Asian journal of social psychology*, 3,265-287. Blackwell publishers ltd.
18. Kuebli, J., Reddy, R., Gibbons, J.(1998).Perceptions of others in self descriptions of children and adolescents in India. *Cross cultural research*, vol.32, No.3, Sage publications Inc.
19. Kurman, J.(2003). Why is self enhancement low in certain collectivist cultures? *Journal of cross cultural psychology*, vol.34, No.5, Western Washington University.
20. Μαλικιώση – Λοίζου, Μ.(1999). Συμβουλευτική ψυχολογία. Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
21. Miller, J.G.(1999). Cultural psychology. Implications for basic psychological theory. *Psychological science*, vol.10, No.2.
22. Lee, Y.T., Albright, L., Malloy, T.E.(2001). Social perception and stereotyping. An interpersonal and intercultural approach. *International journal of group tensions*, vol.30, No.2.
23. Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., Ρούσση, Π.(2002). Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα. Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.

24. Segall, M.H., Dasen, P.R. Berry, J.W. Pootringa, Y.H. (1996). Διαπολιτισμική ψυχολογία (επιμ. Δ.Γ. Γεώργας), Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
25. Smith, P.B. (2004). Nations, cultures and individuals. *Journal of cross cultural psychology*, vol.35, No.1, 6-12.
26. Stiles, D.A., Gibbons, J.L., Lie, S., Sand, T., Krull, J. (1998). Now i am living in Norway. Immigrant girls describe themselves. *Cross cultural research*, vol.32, No.3, Sage publications.
27. Sue, S. (1998). In search of cultural competence in psychotherapy and counselling. *American psychologist*, 53, 440-448.
28. Sue, D.W., Sue, D. (1990). *Counselling the culturally different. Theory and practice* (2nd ed.). New York, Willey.
29. Tafarodi, R.W., Lang, M.G., Smith, A.J. (1999). Self esteem and the cultural trade off. *Journal of cross cultural psychology*, vol.30, No.5, Western Washington University.
30. Tanaka, T., Takai, J., Kohyama, T., Fujihara, T., Minami, H. (1997). Effects of social networks on cross cultural adjustment. *Japanese psychological association. Published by Blackwell publishers Ltd, U.S.A.*
31. Thapa, S.B., Hauff, E. (2005). Gender differences in factors associated with psychological distress among immigrants from low-and-middle-income countries. *Soc Psychiatry Psychiatric Epidemiol*, 40, 78-84.
32. Triandis, H.C. (1999). Cross cultural psychology. *Asian journal of social psychology*, 2, 127-143.
33. Triandis, H.C. (2000). Dialectics between cultural and cross cultural psychology. *Asian journal of social psychology*, 3, 185-195.
34. Vontress, C.E., Epp, L.E. (2000). *Ethnopsychiatry. Counselling immigrants in France. International journal for the advancement of counselling*, 22, 273-288, Kluwer academic publications.
35. Χατζηχρήστου, Χ.Γ. (2005). Πρόγραμμα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης. *Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο*, τεύχος 3, Αθήνα, Τυπωθήτω-Γιώργος Δαρδανός.
36. Χατζηχρήστου, Χ.Γ. (2005). Πρόγραμμα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης. *Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο*, τεύχος 6, Αθήνα, Τυπωθήτω-Γιώργος Δαρδανός.

37. Wastlund, E., Norlander, T., Archer, T.(2001). Exploring cross cultural differences in self concept. A meta analysis of the self description questionnaire-1. Cross cultural research, vol.35, No.3, Sage publications.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Μορφωτικό επίπεδο
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,284(**)
	Sig. (2-tailed)		,006
	N	92	92
Μορφωτικό επίπεδο	Pearson Correlation	,284(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,006	
	N	92	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		φύλο	αυτοεκτίμηση
Φύλο	Pearson Correlation	1	,246(*)
	Sig. (2-tailed)		,018
	N	100	92
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	,246(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,018	
	N	92	92

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	γεωγραφική κατάταξη εθνικοτήτων
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	-,366(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	92	92
γεωγραφική κατάταξη εθνικοτήτων	Pearson Correlation	-,366(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	92	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Χρόνος παραμονής στην Ελλάδα
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,345(**)
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	92	89
Χρόνος παραμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,345(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	89	95

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Οικογένειες που ζουν στην Ελλάδα
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,337(**)
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	92	90
Οικογένειες που ζούν στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,337(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	90	98

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Εθνικότητα συντρόφου ελληνική
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,259(*)
	Sig. (2-tailed)		,036
	N	92	66
Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Pearson Correlation	,259(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,036	
	N	66	72

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,411(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	92	92
Φίλοι στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,411(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	92	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Εθνικότητα στενών φίλων
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,266(*)
	Sig. (2-tailed)		,017
	N	92	80
Εθνικότητα στενών φίλων	Pearson Correlation	,266(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,017	
	N	80	86

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Σχέση επαγγέλματος με σπουδές/ειδίκευση
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,384(*)
	Sig. (2-tailed)		,019
	N	92	37
Σχέση επαγγέλματος με σπουδές/ειδίκευση	Pearson Correlation	,384(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,019	
	N	37	39

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,462(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	92	75
Ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος	Pearson Correlation	,462(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	75	81

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	-,030
	Sig. (2-tailed)		,780
	N	92	92
Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	-,030	1
	Sig. (2-tailed)	,780	
	N	92	100

Correlations

		αυτοεκτίμηση	Φυλετικές διακρίσεις
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	-,365(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	92	92
Φυλετικές διακρίσεις	Pearson Correlation	-,365(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	92	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		αυτοεκτίμη ση	Έκφραση φυλετικών διακρίσεων
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	-,071
	Sig. (2-tailed)		,501
	N	92	92
Έκφραση φυλετικών διακρίσεων	Pearson Correlation	-,071	1
	Sig. (2-tailed)	,501	
	N	92	100

Correlations

		αυτοεκτίμη ση	Λόγοι μετανάστε υσης στην Ελλάδα
αυτοεκτίμηση	Pearson Correlation	1	,048
	Sig. (2-tailed)		,651
	N	92	92
Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,048	1
	Sig. (2-tailed)	,651	
	N	92	100

**ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ**

Correlations

		ψυχοκοιν ωνική προσαρμ ογή	γεωγραφικ ή κατάταξη εθνικότητω ν
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation	1	-,208(*)
	Sig. (2-tailed)		,041
	N	97	97
γεωγραφική κατάταξη εθνικότητων	Pearson Correlation	-,208(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,041	
	N	97	100

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Χρόνος παραμονής στην Ελλάδα
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation	1	,235(*)
	Sig. (2-tailed)		,024
	N	97	92
Χρόνος παραμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,235(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,024	
	N	92	95

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Οικογένειες που ζούν στην Ελλάδα
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation	1	,215(*)
	Sig. (2-tailed)		,037
	N	97	95
Οικογένειες που ζούν στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,215(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,037	
	N	95	98

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Σχέση επαγγέλματος με σπουδές/ ειδίκευση
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation	1	,363(*)
	Sig. (2-tailed)		,025
	N	97	38
Σχέση επαγγέλματος με σπουδές/ ειδίκευση	Pearson Correlation	,363(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,025	
	N	38	39

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		ψυχοκοινωνική προσαρμογή	ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 97	,295(**) 79
ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,295(**) 79	1 81

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Φυλετικές διακρίσεις
ψυχοκοινωνική προσαρμογή	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 97	-,400(**) 97
Φυλετικές διακρίσεις	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,400(**) 97	1 100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΥΣΧΕΤΙΣΕΙΣ ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ

Correlations

		Χώρα εκπαίδευσης	Φίλοι στην Ελλάδα
Χώρα εκπαίδευσης	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 96	-,190 96
Φίλοι στην Ελλάδα	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,190 96	1 100

Correlations

		Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Λόγοι μετανάστε υσης στην Ελλάδα
Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Pearson Correlation	1	,134
	Sig. (2-tailed)		,261
	N	72	72
Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Pearson Correlation	,134	1
	Sig. (2-tailed)	,261	
	N	72	100

Correlations

		Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Εθνικότητα στενών φίλων
Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Pearson Correlation	1	,630(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	72	64
Εθνικότητα στενών φίλων	Pearson Correlation	,630(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	64	86

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Φύλο
Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Pearson Correlation	1	,389(**)
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	72	72
Φύλο	Pearson Correlation	,389(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	72	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Εθνικότητα στενών φίλων	Επιθυμία επαναπα- τρισμού
Εθνικότητα στενών φίλων	Pearson Correlation	1	-,260(*)
	Sig. (2-tailed)		,016
	N	86	86
Επιθυμία επαναπατρισμού	Pearson Correlation	-,260(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,016	
	N	86	100

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Φυλετικές διακρίσεις	Φίλοι στην Ελλάδα
Φυλετικές διακρίσεις	Pearson Correlation	1	-,268(**)
	Sig. (2-tailed)		,007
	N	100	100
Φίλοι στην Ελλάδα	Pearson Correlation	-,268(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,007	
	N	100	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Εθνικότητα στενών φίλων	Φύλο
Εθνικότητα στενών φίλων	Pearson Correlation	1	,405(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	86	86
Φύλο	Pearson Correlation	,405(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	86	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Εθνικότητα στενών φίλων	Ηλικία
Εθνικότητα στενών φίλων	Pearson Correlation	1	,469(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	86	85
Ηλικία	Pearson Correlation	,469(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	85	99

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Ηλικία	Φύλο
Ηλικία	Pearson Correlation	1	,221(*)
	Sig. (2-tailed)		,028
	N	99	99
Φύλο	Pearson Correlation	,221(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,028	
	N	99	100

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Ηλικία	Ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος
Ηλικία	Pearson Correlation	1	,234(*)
	Sig. (2-tailed)		,036
	N	99	80
Ικανοποίηση από οικονομικές απολαβές επαγγέλματος	Pearson Correlation	,234(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,036	
	N	80	81

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Ηλικία	Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα
Ηλικία	Pearson Correlation	1	-,300(**)
	Sig. (2-tailed)		,003
	N	99	99
Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	-,300(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,003	
	N	99	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Φύλο
Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	1	-,110
	Sig. (2-tailed)		,274
	N	100	100
Φύλο	Pearson Correlation	-,110	1
	Sig. (2-tailed)	,274	
	N	100	100

Correlations

		Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Εθνικότητα
Συνθήκες διαμονής στην Ελλάδα	Pearson Correlation	1	-,006
	Sig. (2-tailed)		,955
	N	100	100
Εθνικότητα	Pearson Correlation	-,006	1
	Sig. (2-tailed)	,955	
	N	100	100

Correlations

		Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Φυλετικές διακρίσεις
Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Pearson Correlation	1	,012
	Sig. (2-tailed)		,909
	N	100	100
Φυλετικές διακρίσεις	Pearson Correlation	,012	1
	Sig. (2-tailed)	,909	
	N	100	100

Correlations

		Φυλετικές διακρίσεις	Οικογένειες που ζούν στην Ελλάδα
Φυλετικές διακρίσεις	Pearson Correlation	1	-,226(*)
	Sig. (2-tailed)		,025
	N	100	98
Οικογένειες που ζούν στην Ελλάδα	Pearson Correlation	-,226(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,025	
	N	98	98

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Εθνικότητα	Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα
Εθνικότητα	Pearson Correlation	1	-,083
	Sig. (2-tailed)		,410
	N	100	100
Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Pearson Correlation	-,083	1
	Sig. (2-tailed)	,410	
	N	100	100

Correlations

		Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)
Λόγοι μετανάστευσης στην Ελλάδα	Pearson Correlation	1	,134
	Sig. (2-tailed)		,261
	N	100	72
Εθνικότητα συντρόφου (ελληνική)	Pearson Correlation	,134	1
	Sig. (2-tailed)	,261	
	N	72	72