

ΘΕΜΑ: ΜΕΛΕΤΗ ΑΓΧΟΥΣ ΚΑΙ ΕΠΙΔΟΣΗΣ

**Εξήγηση Άγχους και Επίδοσης από την Προσκόλληση και τις
Στρατηγικές Αντιμετώπισης
Ευγενία Β. Γκιντώνη
Επόπτης Καθηγητής: Γεώργιος Σιδερίδης
Πανεπιστήμιο Κρήτης**

ΡΕΘΥΜΝΟ, ΙΟΥΛΙΟΣ 2005

Περίληψη

Στόχος της παρούσας έρευνας είναι να μελετηθεί το άγχος και η επίδοση και να γίνει πρόβλεψή τους από τη θεωρία της προσκόλλησης του Bowlby και από τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν τα άτομα προκειμένου να ανταπεξέρχονται με τις διάφορες αγχογόνες καταστάσεις. Στην έρευνα συμμετείχαν 70 άτομα φοιτητές και φοιτήτριες του Πανεπιστημίου Κρήτης. Ελάχιστοι από τους συμμετέχοντες αρνήθηκαν να υποβληθούν στη διαδικασία. Μελετήθηκαν τέσσερις κατηγορίες προσκόλλησης (φροντίδα και υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα και τον πατέρα αντίστοιχα και δύο κατηγορίες στρατηγικών αντιμετώπισης (στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα και στο συναίσθημα). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η σχέση με τη μητέρα ήταν σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους των συμμετεχόντων σε σχέση με την προσκόλληση με τον πατέρα. Επιπλέον τα άτομα που ακολουθούν στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα φάνηκε να διακατέχονται με περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση. Στο τέλος γίνεται λόγος για ενδεχόμενη μελλοντική προέκταση των ευρημάτων της έρευνας σε άλλες παρόμοιες έρευνες.

Λέξεις-κλειδιά: προσκόλληση, στρες, επίδοση, στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες.

Ο συναισθηματικός κόσμος του αναπτυσσόμενου ανθρώπου και ειδικότερα του βρέφους αποτέλεσε αντικείμενο μελέτης των ψυχολόγων σε όλη τη διάρκεια του 20^{ου} αιώνα. Όλοι οι θεωρητικοί που μελέτησαν το θέμα όπως ο συμπεριφοριστής Watson (1928), οι ψυχαναλυτικοί Freud και Erickson (1950) αλλά και ο ψυχίατρος Bowlby (1958) τονίζουν την εξαιρετική σημασία της μητρικής αγάπης και φροντίδας για τη δημιουργία του συναισθήματος της εμπιστοσύνης και της ασφάλειας στο βρέφος. Το ισχυρό αυτό συναισθηματικό δέσιμο που αναπτύσσεται μεταξύ μητέρας-βρέφους αλλά και μεταξύ των άλλων ατόμων του στενού περιβάλλοντος με το βρέφος κατά το πρώτο έτος ζωής του περιγράφεται με τον όρο προσκόλληση (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001). Η διαδικασία της προσκόλλησης αποτελεί μια φυσική, υγιή λειτουργία τα αποτελέσματα της οποίας γίνονται ορατά ακόμα και στις διάφορες εκφάνσεις της ενήλικης ζωής του ατόμου. Η προσκόλληση λοιπόν είναι μια διαδικασία συνεχής και δυναμική που ακολουθεί και επηρεάζει το άτομο καθώς αυτό εξελίσσεται (Σόλμαν, 1997). Παρακάτω θα γίνει μια περιγραφή της θεωρίας της προσκόλλησης και θα παρουσιαστούν ερευνητικά δεδομένα που υποστηρίζουν τη σχέση διαφορετικών ειδών δεσμών με ακαδημαϊκές και μη συμπεριφορές.

Η ποιότητα της προσκόλλησης, με άλλα λόγια η μορφή της συναισθηματικής σχέσης που έχουν αναπτύξει οι γονείς με το παιδί τους κατά το πρώτο έτος της ζωής του, επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την μετέπειτα εξέλιξη και προσαρμογή του στις διάφορες αγχογόνες καταστάσεις όπως είναι για παράδειγμα την επίδοση του στο σχολείο. Για παράδειγμα, για το παιδί με ασφαλή προσκόλληση ο στόχος της προσκόλλησης αποτελεί μια βάση συναισθηματικής ασφάλειας από την οποία αφορμάται για να εξερευνήσει το περιβάλλον του. Έτσι ένα παιδί με ασφαλή προσκόλληση θα ανταπεξέρχεται με μεγαλύτερη επιτυχία στις διάφορες δραστηριότητες που αναλαμβάνει, θα δείχνει συνεργατικότητα και ενδιαφέρον για μάθηση. Δεδομένου ότι έχει αναπτύξει μια σχέση εμπιστοσύνης με τα άτομα του οικείου περιβάλλοντος διαθέτει πιο θετική αυτοεικόνα, περισσότερη αυτοπεποίθηση και καλύτερο έλεγχο των παρορμήσεών του. Συμπερασματικά ένα παιδί με ασφαλή προσκόλληση θα μπορεί να ανταπεξέρχεται πιο αποτελεσματικά στις διάφορες στρεσογόνες καταστάσεις, θα ελέγχει καλύτερα το άγχος του και έτσι η επίδοσή του αναμένεται να είναι υψηλότερη συγκριτικά με ένα παιδί το οποίο έχει αναπτύξει ανασφαλή προσκόλληση με τα άτομα του οικείου του περιβάλλοντος τα οποία αντιδρούν εύκολα μπροστά σε ματαιώσεις και παραιτούνται με την εμφάνιση των πρώτων δυσκολιών. Τα παιδιά με ανασφαλή προσκόλληση πιθανότατα να

διακατέχονται με περισσότερο άγχος στη σχολική τους ζωή κάτι το οποίο ενδεχομένως να δυσχεραίνει την επίτευξη καλής επίδοσης.

Στις μέρες μας όπου το θέμα της σχολικής επίδοσης και των μαθησιακών δυσκολιών έχει πάρει τεράστιες διαστάσεις κρίνεται σημαντικό να μελετηθούν οι διάφοροι παράγοντες που ενέχονται σε αυτό και που δυσχεραίνουν τη μαθησιακή διαδικασία. Ένας από αυτούς τους παράγοντες είναι το άγχος. Κάποια παιδιά έχουν περισσότερο άγχος και κάποια άλλα λιγότερο. Για να δούμε που οφείλονται οι διαφοροποιήσεις αυτές όσον αφορά το βαθμό του άγχους μπορούμε να ανατρέξουμε στον παρελθόν του ατόμου και να εξετάσουμε τη θεωρία της προσκόλλησης από την οποία παίρνουμε χρήσιμες πληροφορίες για τη σχέση του παιδιού με τα άτομα του στενού οικογενειακού του περιβάλλοντος. Η ποιότητα της σχέσης αυτής και ο τύπος δεσμού (ασφαλής-ανασφαλής) με τη μητέρα και τον πατέρα μπορούν να μας δώσουν μερικές απαντήσεις όσον αφορά τον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά με τους διαφορετικούς τύπους δεσμού διαχειρίζονται το άγχος τους και το πως ανταπεξέρχονται τα ίδια με την επίδοσή τους στο σχολείο.

Περιγραφή της Θεωρίας της Προσκόλλησης

Το σύστημα του δεσμού είναι ένα βασικό σύστημα συμπεριφορών που χαρακτηρίζει τα θηλαστικά και όπως χαρακτηριστικά υποστήριξε ο Bowlby καθορίζει τον άνθρωπο από την πρώτη στιγμή της γέννησής του μέχρι την τελευταία. Εκτός από την έμφαση που δίνει στη σχέση ανάμεσα σε δύο άτομα, μια άλλη βασική διαφορά σχετικά με προηγούμενες προσεγγίσεις του θέματος είναι ότι η θεωρία του δεσμού μπορεί να ελέγξει τις προβλέψεις της εμπειρικά και να τις επαληθεύσει. Η υιοθέτηση νέων μεθόδων για την κατανόηση και μέτρηση των τύπων δεσμού στη βρεφική ηλικία από τη Mary Ainsworth αποτέλεσε τον θεμέλιο λίθο για την κατασκευή του επιβλητικού πλέον οικοδομήματος της θεωρίας του δεσμού.

Η θεωρία της προσκόλλησης-δεσμού βασίζεται στην κοινή εργασία του Bowlby και της Ainsworth (Σόλμαν, 1997). Ο όρος ‘προσκόλληση’ εγκαθιδρύθηκε στην Εξελικτική Ψυχολογία από τον Bowlby (1958), παρόλο που πρωτοχρησιμοποιήθηκε από τον Sears το 1943 για να περιγράψει τις διαφορικές σχέσεις των παιδιών με τους γονείς τους. Δεκαπέντε χρόνια αργότερα ο Bowlby έχοντας επικεντρωμένο το ενδιαφέρον του στη σχέση ανάμεσα στην απώλεια ή τη στέρηση της μητέρας, και στη μετέπειτα εξέλιξη της προσωπικότητας, παρατήρησε τις αντιδράσεις παιδιών που αποχωρίζονταν από τη μητέρα τους για σκοπούς

περίθαλψης και ανακάλυψε ότι πολλά παιδιά εκδήλωναν φοβερό άγχος αποχωρισμού (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001).

Το άγχος του αποχωρισμού (separation anxiety) εμφανίζεται στην ηλικία των 7-12 μηνών και κορυφώνεται γύρω στον 15^ο- 18^ο μήνα της ζωής του παιδιού, ενώ μετά την ηλικία αυτή αρχίζει σταδιακά να ελαττώνεται και εξαφανίζεται εντελώς γύρω στο τρίτο έτος της ζωής. Το βρέφος που βλέπει τη μητέρα του ή κάποιο οικείο άτομο να φεύγει από το δωμάτιο, κοιτάζει για ορισμένα δευτερόλεπτα προς την κατεύθυνση της πόρτας και μετά αρχίζει να διαμαρτύρεται. Ιδιαίτερα έντονη είναι η συναισθηματική αντίδραση του βρέφους, όταν μένει μόνο σε ένα άγνωστο περιβάλλον ή με ένα ξένο πρόσωπο, ενώ η αντίδραση μετριάζεται, όταν το παιδί μένει στο γνώριμό του περιβάλλον (το σπίτι του) ή παρέα με ένα οικείο πρόσωπο. Το άγχος του αποχωρισμού είναι μια εκδήλωση στενά συνδεδεμένη με την προσκόλληση του βρέφους προς τη μητέρα. Το βρέφος επιθυμεί και προσπαθεί με κάθε τρόπο όχι μόνο να βρίσκεται κοντά αλλά και να έχει το μονοπώλιο όσον αφορά την εγγύτητα προς τη μητέρα. Όταν βρίσκεται κοντά της ή έστω, όταν διατηρεί οπτική επαφή μαζί της νιώθει την απαραίτητη ασφάλεια για να εξορμά στις διάφορες του εξερευνήσεις. Αντίθετα όταν ο πόλος της ασφάλειάς του απουσιάζει, και δεν υπάρχει κάποιο για το βρέφος, αποδεκτό υποκατάστατο διακατέχεται από άγχος και αβεβαιότητα, συναισθήματα τα οποία εντείνονται στην παρουσία ενός ξένου προσώπου ή όταν βρίσκεται σε ένα άγνωστο περιβάλλον (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου 2001). Θα λέγαμε λοιπόν ότι το άγχος του αποχωρισμού και η σχέση που έχει αναπτύξει το βρέφος με τη μητέρα προδιαγράφει σε σημαντικό βαθμό και τον τύπο της προσκόλλησης που θα αναπτύξει, (ασφαλή ή ανασφαλή).

Όταν δημιουργηθεί η προσκόλληση, τα βρέφη που μετακινούνται είναι σε θέση να χρησιμοποιήσουν το πρόσωπο της προσκόλλησής τους σαν ασφαλές ορμητήριο για την εξερεύνηση του περιβάλλοντος και σαν σίγουρο καταφύγιο στο οποίο θα επιστρέψουν για παρηγοριά. Το πόσο αποτελεσματικά μπορεί το πρόσωπο προσκόλλησης να εκτελέσει αυτούς τους ρόλους εξαρτάται από την ποιότητα της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και ιδιαίτερα από την ευαισθησία του προσώπου προσκόλλησης στα μηνύματα του βρέφους, αν και ο παράγοντας του ίδιου του παιδιού παίζει κάποιο ρόλο. (Σόλμαν, 1997).

Όπως προαναφέρθηκε, η μελλοντική πορεία του παιδιού ως ενήλικα προδιαγράφεται σύμφωνα με το Bowlby, σε σημαντικό βαθμό από τον τύπο προσκόλλησης που έχει αναπτύξει με τη μητέρα του. Κεντρική θέση στην υγιή

ανάπτυξη σύμφωνα με το Bowlby έχει η ανάγκη του βρέφους για μια αφοσιωμένη σχέση φροντίδας με ένα ή περισσότερα ενήλικα πρόσωπα. Εάν το πρόσωπο προσκόλλησης αναγνωρίζει τις ανάγκες του βρέφους για ανακούφιση και προστασία ενώ συγχρόνως σέβεται την ανάγκη του για ανεξάρτητη εξερεύνηση του περιβάλλοντος το παιδί πιθανότατα θα αναπτύξει ένα εσωτερικό μοντέλο που θα θεωρεί τον εαυτό του ως αξιόλογο και αυτάρκη. Από την άλλη μεριά, αν ο γονέας απορρίπτει συχνά τα αιτήματα του παιδιού για ανακούφιση ή εξερεύνηση, το παιδί πιθανότατα, θα δημιουργήσει ένα εσωτερικό μοντέλο του εαυτού ως ανάξιου ή ανίκανου. Στην πρώτη περίπτωση αναμένεται ότι τα παιδιά θα διακατέχονται από λιγότερο άγχος και συνεπώς θα ανταπεξέρχονται με μεγαλύτερη επιτυχία στα καθήκοντα τους και σε όλα όσα έχουν να φέρουν εις πέρας. Στη δεύτερη περίπτωση, τα παιδιά αναμένεται να έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και αίσθηση ότι δε μπορούν να τα καταφέρουν σε ότι αναλαμβάνουν. Το γεγονός αυτό πιθανότατα να τους εμβάλλει με έντονο άγχος και αυτό να έχει σοβαρό αντίκτυπο στην επίδοσή τους ειδικότερα και στην ομαλή ψυχική υγεία τους γενικότερα. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι παιδιά με ασφαλή προσκόλληση οδεύουν προς ομαλή κοινωνικοποίηση, χωρίς βέβαια να αποκλείονται και οι διάφορες εξαιρέσεις που μπορεί να υπάρχουν. (Σόλμαν, 1997). Συνοπτικά, στο σημείο αυτό είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι η θεωρία του Bowlby (1969, 1973), βασίζεται σε τρία αξιώματα. Αρχικά ότι τα παιδιά γεννιούνται έχοντας ένα ρεπερτόριο συμπεριφορών το οποίο στοχεύει να εξασφαλίσει την αμεσότητα από τα άτομα του οικείου τους περιβάλλοντος, τα οποία θα τα βοηθήσουν να επιζήσουν εξασφαλίζοντάς τους μια ασφαλή βάση προκειμένου να εξασφαλίσουν το περιβάλλον. Δεύτερον, η εξασφάλιση της εγγύτητας και της αμεσότητας εξαρτάται από τη διαθεσιμότητα και το βαθμό ανταπόκρισης των ατόμων του οικείου περιβάλλοντος στις πρωταρχικές ανάγκες των παιδιών. Τρίτον, οι εμπειρίες με τους σημαντικούς άλλους εσωτερικεύονται από τα παιδιά σε ψυχικά μοντέλα εργασίας εαυτού και γενικεύονται σε νέες διαπροσωπικές σχέσεις. Σύμφωνα με τον Bowlby, τα μοντέλα αυτά σχετίζονται άμεσα με τον τον τύπο προσκόλλησης που έχει αναπτύξει ένα άτομο από τη βρεφική του ηλικία και αποτελούν τα σταθερά πρότυπα των πεποιθήσεων, των συναισθημάτων και των συμπεριφορών που θα αναπτύξει το άτομο μελλοντικά ως ενήλικας πλέον.

Τα μοντέλα εργασίας που προαναφέρθηκαν ποικίλουν ανάλογα με τον τύπο προσκόλλησης. Οι Ainsworth, Blehar, Waters και Wall (1978) σκιαγράφησαν τρία διαφορετικά είδη προσκόλλησης (ασφαλή, αποφευκτική και αγχώδη-διφορούμενη

προσκόλληση). Οι τρεις αυτοί τύποι εντάσσονται στα δύο κύρια είδη προσκόλλησης που αναφέρθηκαν προηγουμένως (ασφαλής-ανασφαλής). Με βάση το σύστημα αυτό ο ανασφαλής τύπος προσκόλλησης συμπεριλαμβάνει τις κατηγορίες αποφευκτική και αγχώδη-διφορούμενη προσκόλληση.

Αν και η θεωρία του Bowlby κυρίως διαπραγματεύεται εξελικτικά και διαπροσωπικά θέματα, η συσχέτισή του συστήματος προσκόλλησης, και του τρόπου ρύθμισης των αρνητικών συναισθημάτων όπως το άγχος αποτελεί μια από τις θεμελιώδεις θεματικές της θεωρίας. Τα πρόσωπα με τα οποία τα βρέφη δημιουργούν συναισθηματικό δεσμό όπως η μητέρα και ο πατέρας σαν ασφαλή βάση από την οποία τα βρέφη μπορούν να αντλήσουν ανακούφιση και ηρεμία όταν βιώνουν καταστάσεις που τους δημιουργούν άγχος και στρες. Με άλλα λόγια το σύστημα προσκόλλησης ενεργοποιείται σε περιπτώσεις όπου τα άτομα βιώνουν δυσμένειες και στρεσογόνες για αυτά καταστάσεις. Η σχέση της προσκόλλησης με τις καταστάσεις στρες και άγχους οδήγησε εύλογα τον Bowlby να ισχυριστεί ότι τα βασικά συναισθήματα των ατόμων χτίζονται και συνδέονται άρρηκτα με τις πρωτογενείς εμπειρίες προσκόλλησης που έχει αποκτήσει το βρέφος μέσα από την αλληλεπίδραση του με τα οικεία πρόσωπα του περιβάλλοντός του. Η φύση της σχέσης προσκόλλησης είναι αυτή η οποία θα καθορίσει τόσο τον τύπο προσκόλλησης που θα δημιουργηθεί (ασφαλής-ανασφαλής), όσο και τη διεργασία που θα ακολουθεί το άτομο στην πορεία της ζωής του προκειμένου να αντιμετωπίσει και να ανταπεξέρχεται στις δυσκολίες και στα αρνητικά συναισθήματα (θυμός, άγχος) που οι πρώτες επιφέρουν. (Miculincer & Florian, 2001). Η διεργασία και οι τρόποι αντιμετώπισης, χειρισμού των διαφόρων καταστάσεων που επιφέρουν άγχος αναφέρεται στη βιβλιογραφία ως coping ή coping strategies και θα αναλυθεί στην επόμενη θεματική ενότητα του άρθρου.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης & Στρες

Η πιο εμπειριστατωμένη και κυρίαρχη θεωρία που συντελεί στην κατανόηση θεμάτων που άπτονται των στρατηγικών αντιμετώπισης και του στρες είναι η γνωστική θεωρία των συναισθημάτων των Lazarus και Folkman, (Lazarus & Folkman, 1980; Lazarus & Folkman, 1984). Η συγκεκριμένη θεωρία προτείνει ότι διάφοροι παράγοντες όπως οι προσδοκίες, οι πεποιθήσεις, η εμπειρία και τα κίνητρα καθορίζουν την κατάσταση που ονομάζουμε στρες. Στο σημείο αυτό κρίνεται αναγκαίο να γίνει αποσαφήνιση του όρου στρες.

Είναι γεγονός ότι στη βιβλιογραφία δεν υπάρχει επαρκής ορισμός για το στρες. Από το 1932 σύμφωνα με τον ορισμό που έδωσε ο Cannon, το στρες αποτελεί διαταραχή της ομοιόστασης του οργανισμού η οποία διαταραχή εκδηλώνεται υπό την επίδραση ακραίων εσωτερικών ή εξωτερικών συνθηκών. Αργότερα, το 1974 ο Selge, μιλώντας για τη θεωρία της γενικής προσαρμογής (General Adaptation Theory), όρισε το στρες ως μια μη συγκεκριμένη αντίδραση του σώματος σε κάθε απαίτηση που δέχεται. Σύμφωνα με τη θεωρία της γενικής προσαρμογής το στρες θεωρείται ψυχοφυσιολογική αντίδραση του οργανισμού σε ερεθίσματα που προκαλούν πίεση και στα οποία το άτομο προσπαθεί να προσαρμοστεί. Το 1976 ο Carplan έδωσε έναν άλλο ορισμό για το στρες παρουσιάζοντάς το ως τη συνθήκη κατά την οποία υπάρχει ασυμφωνία ανάμεσα στην απώλεια, την απειλή της απώλειας, τις απαιτήσεις ή τα γεγονότα ζωής από τη μια μεριά και την ικανότητα αντίδρασης του ατόμου από την άλλη. Ο συγκεκριμένος ορισμός έθεσε σε λειτουργία και άλλες παραμέτρους όπως την απώλεια και την απειλή της απώλειας τα οποία σχετίζονται με το φόβο και την ανησυχία του ατόμου μήπως χάσει ενδεχομένως την ταυτότητα του, ένα στόχο, ένα πρόσωπο καθώς και την ικανότητα αντίδρασης του ατόμου σε διάφορες αντίξοες καταστάσεις. Κατά την επόμενη δεκαετία, το 1981, το στρες ορίστηκε από τους θεωρητικούς ως το αποτέλεσμα της μη επιτυχούς αντιμετώπισης των γεγονότων. Αναμφισβήτητα ο εν λόγω ορισμός έθεσε τις βάσεις για τη μελέτη του τρόπου αντιμετώπισης-στρατηγικής. Πρόσφατα, οι Ursin και Eriksen (2004) όρισαν το στρες ως μια μη συγκεκριμένη αντίδραση σε μια κατάσταση όταν υπάρχει ασυμφωνία σε αυτό που το άτομο σκέφτεται και σε αυτό που θέλει να καταφέρει (επιθυμητοί στόχοι) και την πραγματική κατάσταση των γεγονότων (Cannon, 1927).

Οι Lazarus και Folkman (1984) διατύπωσαν την άποψη ότι το στρες είναι το αποτέλεσμα της διαδικασίας αξιολόγησης με γνωστικό τρόπο κατά την οποία το άτομο συγκρίνει τη φύση και το νόημα μιας συναλλαγής σε σχέση με την κατάσταση ευεξίας του και τη στρατηγική χρησιμοποίησης του διαθέσιμου δυναμικού προκειμένου να νιώσει το άτομο αποτελεσματικό. Με άλλα λόγια, οι Lazarus και Folkman εστιάζουν στην γνωστική εκτίμηση ενός προβλήματος η οποία μεσολαβεί ανάμεσα στο στρεσογόνο ερέθισμα και στις αντιδράσεις στο στρες.

Μια πολύ σημαντική πτυχή της διαδικασίας που ονομάζεται στρες είναι ο τρόπος αντιμετώπισης-επίλυσης. Ο τρόπος επίλυσης περιλαμβάνει όλες τις 'γνωστικές και συμπεριφορικές προσπάθειες που κάνει το άτομο προκειμένου να διαχειριστεί συγκεκριμένες εξωτερικές και/ή εσωτερικές απαιτήσεις οι οποίες θέτουν σε

δοκιμασία, καταπονούν και ξεπερνούν τα αποθέματα δύναμης, τους πόρους του ατόμου' (Lazarus & Folkman, 1984). Ο τρόπος επίλυσης καθορίζεται από τη γνωστική εκτίμηση της κατάστασης, από την εκτίμηση της προσωπικής ικανότητας και των διαθέσιμων πόρων για την επίλυση και αντιμετώπιση της στρεσογόνου κατάστασης. Οι στρατηγικές επίλυσης αναπαριστούν τις προσπάθειες διευθέτησης και επίλυσης των καταστάσεων που προκαλούν στρες. Μια άλλη ομάδα στρατηγικών περιλαμβάνει την εύρεση τρόπων χειρισμού, και μείωσης των αρνητικών σωματικών, συναισθηματικών και κοινωνικών συνεπειών ενός στρεσογόνου ερεθίσματος, (Lazarus & Folkman, 1984). Συνοπτικά, μπορούμε να αναφέρουμε ότι ο τρόπος αντιμετώπισης (coping) επιτελεί δύο μεγάλες λειτουργίες: τη ρύθμιση των συναισθημάτων (στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα: emotion-focused coping strategies) όπως είναι η γνωστική και συμπεριφορική αποφυγή και η άρνηση, καθώς και το σύνολο των ενεργειών που χρησιμοποιεί το άτομο προκειμένου να αλλάξει ή να επιλύσει τη κατάσταση που του προκαλεί στρες στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα: όπως είναι η επίλυση του προβλήματος και η αναζήτηση πληροφοριών.

Πιο αναλυτικά, οι στρατηγικές οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα έχουν ως στόχο την αναζήτηση πηγών προκειμένου να λυθεί το πρόβλημα που προκάλεσε το στρες. Οι στρατηγικές αυτές περιλαμβάνουν μια ποικιλία γνωστικών και συμπεριφορικών τρόπων οι οποίοι έχουν ως στόχο να προκαλέσουν αλλαγές στο περιβάλλον και να περιορίσουν τις εξωτερικές πηγές στο στρες. Για παράδειγμα, οι Carver, Scheier και Weintraub (1989) έχουν αναφερθεί σε τέσσερις βασικές στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα: (1) ενεργητική αντιμετώπιση, διαδικασίες που αποσκοπούν στην απομάκρυνση των εμποδίων τα οποία παρουσιάζονται και δυσχεραίνουν τους στόχους ενός ατόμου. (2) σχεδιασμός, σκέψη ενεργητικών στρατηγικών σχετικά με τον τρόπο επίλυσης ενός προβλήματος. (3) καταστολή δραστηριοτήτων αντιθετικών προς το επιδιωκόμενο στόχο, καθώς και εύρεση λύσεων οι οποίες είχαν εφαρμοστεί για την επίλυση άλλων προβλημάτων και θεωρούνται κατάλληλες για τη διευθέτηση τωρινών προβλημάτων. (4) περιορισμός δραστηριοτήτων και αποφυγή λήψης μη ώριμων αποφάσεων. Υπάρχει εκτενής απόδειξη ότι οι στρατηγικές οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα έχουν ευεργετικά αποτελέσματα (π.χ. Epstein & Meier, 1989; McCrae & Costa, 1986).

Από την άλλη, οι στρατηγικές οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα, έχουν ως στόχο να μειώσουν την εσωτερική ένταση που βιώνει ένα

άτομο χωρίς όμως να προσπαθεί να δώσει λύση στο πρόβλημα που επέφερε το στρες. Οι εν λόγω στρατηγικές περιλαμβάνουν γνωστικούς τρόπους επίλυσης, κατανόησης και ανακούφισης από το στρες. Τέτοιοι τρόποι μπορεί να είναι η συνεχής ενασχόληση του ατόμου με τα συναισθήματά του, η αυτοκριτική, ο ψυχικός ‘μηρυκασμός’ αναμάσημα των ίδιων προβλημάτων που απασχολούν το άτομο, τα συναισθήματα και οι σκέψεις που αφορούν το πρόβλημα και σχετίζονται άμεσα με το άγχος που αυτό τους δημιουργεί. Υπάρχει εκτενής απόδειξη ότι οι στρατηγικές οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα έχουν ως επί το πλείστον αρνητικές επιπτώσεις στο άτομο που τις υιοθετεί δεδομένου ότι η στρεσογόνο κατάσταση μπορεί να συνοδεύεται από αντιδράσεις οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα (π.χ. McCrae & Costa, 1984; Mikulincer, 1994). Αν και οι στρατηγικές οι οποίες είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα μπορεί να συντελούν και να βοηθούν το άτομο να ανακτήσει τη συναισθηματική του ισορροπία, ωστόσο το πρόβλημα που απασχολεί το άτομο εξακολουθεί να παραμένει άλυτο με αποτέλεσμα να απαιτούνται επιπλέον προσπάθειες από το ίδιο προκειμένου να καταφέρει να λύσει το πρόβλημα που το απασχολεί.

Η σημασία του τρόπου αντιμετώπισης στα συναισθήματα έχει υποτιμηθεί σε σημαντικό βαθμό για δύο λόγους: Αρχικά επειδή επικρατεί η αντίληψη ότι σχετίζεται με το ψυχολογικό στρες, ένα πεδίο θεωρίας και έρευνας του οποίου η εκτενής συμπλοκή με το συναίσθημα δεν εκτιμάται πάντα. Δεύτερον επειδή για πολλές δεκαετίες ο τρόπος αντιμετώπισης θεωρούνταν σαν αντίδραση στα συναισθήματα-δηλαδή με άλλα λόγια κινητοποιούταν και ενεργοποιούταν από αυτά. Για παράδειγμα σε θεωρίες όπως είναι οι θεωρίες ενίσχυσης της μάθησης που κυριάρχησαν για ένα μεγάλο διάστημα στην ψυχολογία, είχε ειπωθεί ότι το άγχος ενεργοποιούσε αντιδράσεις αντιμετώπισης του, οι οποίες είχε αποδειχτεί ότι περιόριζαν στη συνέχεια το άγχος.

Εμπειρική απόδειξη για την άποψη ότι ο τρόπος αντιμετώπισης μεσολαβεί για τη συναισθηματική αντίδραση βρέθηκε σε μια μελέτη που διεξήχθη από τους Folkman και Lazarus (1988b), στην οποία τόσο αρνητικά όσο και θετικά συναισθήματα αξιολογήθηκαν στην αρχή παρουσίας στρεσογόνων ερεθισμάτων και κατόπιν στο τέλος τους. Αναφέρθηκαν τόσο θετικά όσο και αρνητικά συναισθήματα και στις δύο χρονικές περιόδους. Το είδος του τρόπου αντιμετώπισης που χρησιμοποιήθηκε από τα άτομα που υποβλήθηκαν στη διαδικασία μετρήθηκε επίσης. Βρέθηκε ότι τόσο οι στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα όσο και οι

στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα που χρησιμοποιήθηκαν, συσχετίστηκαν με βελτίωση στη συναισθηματική κατάσταση από την αρχή μέχρι το τέλος της παρουσίας του στρεσογόνου ερεθίσματος, κάτι το οποίο σημαίνει ότι τα αρνητικά συναισθήματα όπως ο θυμός και το άγχος μειώθηκαν, και αντίστοιχα τα θετικά συναισθήματα όπως είναι η χαρά και η εμπιστοσύνη αυξήθηκαν. (Lazarus, 1991).

Στρατηγικές Αντιμετώπισης & Επίδοση

Η επίδοση δηλαδή το σύνολο των πραγμάτων που έχει επιτύχει ή όχι ένα άτομο σε κάποιο τομέα όπως είναι ο ακαδημαϊκός, ποικίλει σαφώς από άτομο σε άτομο και εξαρτάται από διάφορους παράγοντες. Ένα άτομο άλλες φορές μπορεί να ελέγξει τους παράγοντες που επηρεάζουν την επίδοσή του και άλλες φορές όχι. Η επίδοση λοιπόν μπορεί να διαφέρει ανάλογα με τη δυσκολία των θεμάτων, τους στόχους που έχει θέσει το ίδιο το άτομο, τα κίνητρά του και τις περιβαλλοντικές συνθήκες που επικρατούν. Ο Schonpflug (1983; 1985) προσθέτει στους παράγοντες που επηρεάζουν και διαμορφώνουν την επίδοση, και την αποτελεσματικότητα με την οποία το άτομο ανταπεξέρχεται στα καθήκοντα του προκειμένου να εξασφαλίσει μια υψηλή επίδοση. Η αποτελεσματικότητα αυτή αναφέρεται σε όλες τις προσπάθειες και την ενέργεια που καταβάλει το άτομο προκειμένου να επιτύχει το επιθυμητό αποτέλεσμα. Το στρες πολλές φορές στέκεται εμπόδιο στην προσπάθεια του ατόμου να επιτύχει το στόχο του. Έτσι πολλές φορές το άτομο χρειάζεται να καταβάλει δύναμη και προσπάθεια και να βρει τρόπους προκειμένου να ξεπεράσει τα όποια επίπεδα στρες που τυγχάνει να το διακατέχουν.

Η έρευνα κατά τη δεκαετία του 50' έδωσε έμφαση στη δυσλειτουργία της επίδοσης σαν αποτέλεσμα του στρες. Πρόσφατα, η έρευνα που πραγματοποιείται εξετάζει τη διευκόλυνση της επίδοσης και τη μεγιστοποίησή της όταν επικρατεί θετική διάθεση στα άτομα. Η έρευνα σήμερα επικεντρώνεται κυρίως στην κινητοποίηση δηλαδή στα κίνητρα και στους στόχους που έχουν τα άτομα. Χωρίς αμφιβολία, τα αρνητικά συναισθήματα όταν επικρατούν δυσχεραίνουν την επίδοση. Έχουν γίνει πολλές έρευνες που αποδεικνύουν τη βλάβη που μπορεί να προκαλέσουν τα αρνητικά συναισθήματα στην επίδοση όπως του Easterbrook (1959), των Holtzman και Bitterman (1956), του Horvath (1959), του Lazarus (1966), των Lazarus, Deese και Osler (1952), του Martin (1961), του Sarason (1960), καθώς και των Winkle και Sarason (1964). Τόσο η έρευνα όσο και τα βιβλία των Krohne και Laux (1982) και του Schwarzer (1984), ασχολήθηκαν με το ρόλο που διαδραματίζει το στρες στην επίδοση.

Είναι σημαντικό να γίνει αντιληπτό ότι τα συναισθήματα έστω και αρνητικά αν είναι, δε βλάπτουν πάντοτε την επίδοση. Στην πραγματικότητα πολλές φορές μπορεί να τη διευκολύνουν κιόλας. Αυτό αποδεικνύεται από μια έρευνα των Lazarus και Eriksen (1952). Το πείραμα διεξήχθη σε δύο ομάδες φοιτητών οι οποίοι εξετάστηκαν σε μια υποκλίμακα του WAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale= Κλίμακα Νοημοσύνης για Ενήλικες). Ειπώθηκε στους εξεταζόμενους ότι η επίδοσή τους στο τεστ θα συμπεριλαμβανόταν και συνυπολογιζόταν στη σχολική τους επίδοση. Αφού έγινε η δοκιμασία ειπώθηκε στα άτομα τα οποία είχαν άγχος (πειραματική ομάδα) ότι δεν τα πήγαν καλά και ότι θα επανεξετάζονταν. Αντίθετα στα άτομα που δεν είχαν άγχος τους είπαν ότι τα πήγαν καλά και ότι και αυτά θα επανεξετάζονταν. Μετέπειτα συγκρίσεις των δύο ομάδων δεν έδειξαν σημαντικές διαφορές ως προς τη μέση επίδοσή τους. Ωστόσο μερικά άτομα από την πειραματική ομάδα τα πήγαν πολύ καλύτερα μετά την αποτυχία που τους ειπώθηκε ότι είχαν, σε σχέση με την ομάδα ελέγχου. Αυτό σημαίνει ότι ενδεχομένως η αποτυχία να λειτούργησε ενισχυτικά και να τους κινητοποίησε περισσότερο προκειμένου να φτάσουν στην επιτυχία. Ευρήματα σαν και αυτά εύλογα αποδεικνύουν ότι οι επιδράσεις των στρεσογόνων συνθηκών δεν είναι κοινές σε όλα τα άτομα. Μάλιστα εξαρτώνται από ατομικές διαφορές στην προσωπικότητα κάθε ατόμου όπως είναι τα κίνητρα και οι πεποιθήσεις του.

Οι επιδράσεις του στρες στην επίδοση είναι φανερές κυρίως στην περίπτωση όπου το άτομο βρίσκεται αντιμέτωπο με ένα πρόβλημα που του προκαλεί άγχος όπως είναι για παράδειγμα μια παρουσίαση μπροστά σε κοινό ή ένα κρίσιμο διαγώνισμα. Όταν το άτομο βρίσκεται κάτω στρεσογόνες συνθήκες ένας εσωτερικός μηχανισμός ενεργοποιείται. Το άτομο προσπαθεί να επεξεργαστεί τη δύσκολη κατάσταση στην οποία βρίσκεται. Σκέψεις ανεπάρκειας, αβοηθησίας και σκέψεις για τυχόν συνέπειες αν δεν τα καταφέρει ενεργοποιούνται αυτόματα. Οι σκέψεις αυτές μπορεί να ξεκινάνε πολύ πριν την έκθεση του ατόμου με τη στρεσογόνο κατάσταση. Όσο η 'απειλή' πλησιάζει τότε είναι πιθανόν να εκδηλωθούν διάφορες φυσιολογικές αντιδράσεις που ενεργοποιούνται από το αυτόνομο νευρικό σύστημα όπως εφίδρωση, επιθυμία να απαλλαγεί το άτομο από την κατάσταση αυτή που του προκαλεί στρες, ενόχληση στο στομάχι και άλλα.

Θα είχε ενδιαφέρον στο σημείο αυτό να αναλυθούν οι τρόποι με τους οποίους τα άτομα προσπαθούν να επιλύσουν ή να μετριάσουν το στρες που προκαλεί μια τέτοιου είδους κατάσταση. Χρησιμοποιώντας διάφορους αμυντικούς μηχανισμούς

προσπαθούν να νιώσουν ανακούφιση και ασφάλεια. Οι αμυντικοί μηχανισμοί αυτοί αποτελούν ως επί το πλείστον γνωστικές διεργασίες που ενεργοποιούνται όταν τα άτομα βρίσκονται αντιμέτωπα με διάφορες καταστάσεις ‘απειλητικές’, αγχωτικές. Για παράδειγμα αν ένα άτομο δεν πάει καλά σε κάτι δεν έχει δηλαδή καλή επίδοση σε κάτι, μπορεί τότε προκειμένου να νιώσει καλύτερα το ίδιο να επιρρίψει ευθύνες όχι στον εαυτό του αλλά να δηλώσει ότι απέτυχε λόγω του ότι δεν προσπάθησε πολύ ή λόγω του ότι δεν άξιζε τον κόπο αυτό που έκανε και έτσι δεν έβαλε τα δυνατά του. Αυτή η συμπεριφορά είναι αντιφατική από το άτομο και με το να τη υιοθετεί απενοχοποιείται και δε νιώθει υπεύθυνο για την αποτυχία του καθότι δηλώνει ότι απέτυχε και αυτό οφείλεται σε παράγοντες έξω από το ίδιο που δε μπορούσε να ελέγξει.

Είναι γεγονός ότι τα άτομα πολλές φορές είτε για να νιώσουν καλύτερα είτε να ανακουφιστούν από τα δυσάρεστα συναισθήματα (θυμό, άγχος, απογοήτευση) που φέρνει η αποτυχία προβαίνουν σε συμπεριφορές αυτοεξαπάτησης όπως αναφέρεται από τους Baumeister και Scher. Φυσιολογικά άτομα, αναφέρουν, ποτέ δεν επιθυμούν την αποτυχία. Όταν αποτυχαίνουν δεν το αντέχουν με αποτέλεσμα πολλές φορές να επινοούν διάφορες στρατηγικές προκειμένου να νιώσουν έστω και μια βραχυπρόθεσμη ανακούφιση από τα συναισθήματα φόβου, θυμού ή άγχους που ενδεχομένως να έχει επιφέρει μια αποτυχία. Η αυτοεξαπατητική συμπεριφορά λοιπόν υιοθετείται από τα άτομα πολλές φορές προκειμένου να προστατεύσουν τη δημόσια φήμη τους ή την προσωπική τους αυτοεκτίμηση.

Η επιμονή στο στόχο είναι ένας άλλος τρόπος που υιοθετούν τα άτομα προκειμένου να φτάσουν στην επιτυχή επίδοση. Άτομα που εμμένουν στο στόχο τους παρά τις δυσκολίες και τα εμπόδια που συναντούν τις περισσότερες φορές επιτυγχάνουν. Επιπλέον, οι προσδοκίες είναι επιπλέον συναφείς με την αισιοδοξία και απαισιοδοξία, την αυτοεκτίμηση και την αποτελεσματικότητα. Οι παράγοντες της προσφωπικότητας με άλλα λόγια πολλές φορές διευκολύνουν την επίτευξη στόχων και υψηλής επίδοσης. Έχει αποδειχτεί ότι άτομα με υψηλή αυτοπεποίθηση είναι περισσότερο πιθανό ότι θα πετύχουν σε αντίθεση με άτομα τα οποία παρουσιάζουν έλλειψη αυτοπεποίθησης (Dweck, 1975). Ωστόσο η υπεραισιοδοξία και η πολύ μεγάλη αυτοπεποίθηση μπορεί πολλές φορές να συμπεριληφθεί στις στρατηγικές αυτοεξαπάτησης.

Οι Baumeister και Scher έκαναν λόγο για έναν ακόμα μηχανισμό ψυχολογικό που χρησιμοποιείται από μεγάλο ποσοστό ανθρώπων. Πολλές φορές άτομα

λειτουργούν και προσπαθούν να επιτύχουν μια υψηλή επίδοση βρισκόμενοι υπό πίεση. Όσες όμως προσπάθειες και αν καταβάλλουν δε θα καταφέρουν να επιτύχουν καθότι η πίεση κάτω από την οποία βρίσκονται δεν τους επιτρέπει να ενεργήσουν ελεύθερα και να επικεντρωθούν στο στόχο. Χάνουν ενέργεια από την πιεστική κατάσταση στην οποία βρίσκονται και έτσι δε φτάνουν να έχουν το επιθυμητό αποτέλεσμα.

Τέλος, μια άλλη κατηγορία μηχανισμών είναι αυτές που χρησιμοποιούν τα άτομα προκειμένου να γίνουν αρεστά. Είναι γεγονός, ότι πολλοί άνθρωποι, αρέσκονται να ενεργούν με τρόπους έτσι ώστε να έχουν πάντα την αποδοχή και την επικρότηση των άλλων ανθρώπων γύρω τους. Ωστόσο, αυτό μπορεί να δημιουργήσει δυσαρέσκεια και απόρριψη παρά αποδοχή και εκτίμηση ειδικά όταν το άλλο άτομο εκλαμβάνει αυτή τη συμπεριφορά του ατόμου ως σαν να προσπαθεί το άτομο να κερδίσει κάτι (την εύνοια) των άλλων. Για παράδειγμα, μπορεί ένα άτομο να πήγε καλά σε μια εξέταση και ένα άλλο άτομο το οποίο δεν πήγε καλά, να το ρωτά πως τα πήγε. Το πρώτο άτομο που υιοθετεί τις στρατηγικές αρέσκειας και ξέροντας ότι το δεύτερο άτομο δεν πήγε καλά, απαντά ότι ούτε το ίδιο τα πήγε καλά, προκειμένου να φανεί αρεστό και να μην ξεχωρίζει από την πλειοψηφία των ατόμων που δεν τα πήγαν καλά. Μπορεί να ειπωθεί ότι η επιτυχία ή η αποτυχία τέτοιου είδους στρατηγικών έχει να κάνει με το πως θα εκλάβουν τα άλλα άτομα του περιγύρου τις προθέσεις του ατόμου που κάνει χρήση αυτών των στρατηγικών.

Ένα άλλο θέμα για το οποίο έχουν γίνει πολλές έρευνες σήμερα είναι η συμβολή των θετικών συναισθημάτων στην επίδοση. Έχουν γίνει διάφορες έρευνες οι οποίες αποδεικνύουν ότι η επίδοση είναι υψηλή όταν τα συναισθήματα τόσο του αξιολογητή όσο και του αξιολογούμενου είναι θετικά. Όταν τα άτομα βρίσκονται σε καλή ψυχική διάθεση, τείνουν να αξιολογούν τους άλλους θετικά και τείνουν να τους βοηθούν περισσότερο. Αντίθετα η κακή ψυχική διάθεση φέρνει ως επί το πλείστον δυσάρεστα συναισθήματα και επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό την επίδοση (Lazarus, 1991).

Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε ότι η επίδοση επηρεάζεται από ποικίλους παράγοντες προσωπικούς κύριως όπως είναι η αυτοπεποίθηση, η εμμονή στο στόχο, η θέληση, και η συναισθηματική κατάσταση. Όλα τα άτομα προσπαθούν και επιδιώκουν την επιτυχία. Η θέλησή τους να εξασφαλίσουν μια επίδοση υψηλή αποδεικνύεται από τις διάφορες στρατηγικές αντιμετώπισης που ακολουθούν για να το πετύχουν και να νιώσουν καλύτερα σε ενδεχόμενη αποτυχία.

Σκοπός και σημαντικότητα της παρούσας έρευνας

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η μέτρηση του άγχους με φυσιολογικό τρόπο όπως αυτό εκδηλώνεται σε συνθήκες αγχογόνες για τα άτομα. Μια τέτοιου είδους συνθήκη είναι αυτή της παρουσίασης μιας εργασίας μπροστά σε κοινό στο χώρο του πανεπιστημίου. Πιο συγκεκριμένα, η παρούσα έρευνα στοχεύει να αξιολογήσει το άγχος και την επίδοση μέσα από μια αρκετά απαιτητική και αγχογόνο δραστηριότητα όπως είναι αυτή της παρουσίασης μπροστά σε κοινό. υμπληρωματικά, αξιολογείται το άγχος της παρουσίασης και η επίδοση των ατόμων ως αποτέλεσμα τόσο της προσκόλλησης τους με τους γονείς τους κατά τα πρώτα δεκαέξι χρόνια της ζωής τους, όσο και του τρόπου-διεργασίας που υιοθετούν τα ίδια τα άτομα για να αντιμετωπίσουν και να τα βγάλουν πέρα στις περιπτώσεις που έρχονται αντιμέτωπα με αγχογόνα ερεθίσματα-καταστάσεις. Με άλλα λόγια, σε πρώτο επίπεδο ελέγχεται αν τόσο η προσκόλληση όσο και ο τρόπος αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων ξεχωριστά μπορούν να προβλέψουν σημαντικά το άγχος της παρουσίασης και την επίδοση. Επιπλέον, εξετάζεται σε δευτερο επίπεδο, αν η προσκόλληση συνδυάζεται και αλληλεπιδρά σε σημαντικό βαθμό με τις διεργασίες αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων προκειμένου να εξηγήσουν το άγχος που παρατηρείται κατά τη διάρκεια της παρουσίασης και την επίδοση.

Η σπουδαιότητα της παρούσας έρευνας έγκειται στο ότι το άγχος μετρήθηκε με δύο τρόπους: Ως φυσιολογική αντίδραση του συμπαθητικού συστήματος μετρήθηκε με φυσιολογικό τρόπο αλλά παράλληλα όμως μετρήθηκε και μέσω της χορήγησης ερωτηματολογίων και κλιμάκων αυτοαναφοράς σχετικά με τα συναισθήματά των ατόμων εκείνη τη δεδομένη στιγμή. Έτσι μπορεί να αξιολογηθεί πιο αναλυτικά η συναισθηματική κατάσταση των ατόμων σε πολλές χρονικές φάσεις: πριν την παρουσίαση, κατά τη διάρκεια της και όσα λεπτά διέρκησε αυτή, και στο τέλος μετά το πέρας της παρουσίασης. Επιπλέον αξίζει να σημειωθεί ότι είναι λίγες οι έρευνες που μελετούν την εμπειρία από ένα στρεσογόνο γεγονός ως αποτέλεσμα της προσκόλλησης.

Διατύπωση των Υποθέσεων

Η προσκόλληση με τους γονείς είναι προβλεπτικός παράγοντας του άγχους της παρουσίασης και της επίδοσης.

Ο τρόπος αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων είναι προβλεπτικός παράγοντας του άγχους της παρουσίασης και της επίδοσης.

Υπάρχει αλληλεπίδραση μεταξύ της προσκόλλησης με τους γονείς και του τρόπου αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων. Με άλλα λόγια τόσο η προσκόλληση με τους γονείς όσο και ο τρόπος αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων συνδυάζονται για την εξήγηση του άγχους της παρουσίασης και της επίδοσης.

Μεθοδολογία

Συμμετέχοντες και Διαδικασίες

Συμμετέχοντες ήταν 70 φοιτητές του Πανεπιστημίου Κρήτης (10 αγόρια και 60 κορίτσια). Ήταν όλοι φοιτητές θεωρητικών σχολών, από τα τμήματα: Ψυχολογίας (Σχολή Κοινωνικών Επιστημών), Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης & Παιδαγωγικό Τμήμα Προσχολικής Εκπαίδευσης. (Σχολή Επιστημών Αγωγής), Φιλολογίας (Φιλοσοφική Σχολή). Η συμμετοχή των φοιτητών στην έρευνα ήταν εθελοντική. Ειπώθηκε στους φοιτητές ότι με τη συμμετοχή τους θα συνέβαλαν στην διεκπεραίωση πτυχιακής διατριβής συναδέλφων τους. Ελάχιστοι από τους φοιτητές αρνήθηκαν να συμμετάσχουν στην έρευνα. Αρχικά δόθηκαν εξηγήσεις στους φοιτητές-συμμετέχοντες στην παρούσα έρευνα σχετικά με τη διαδικασία στην οποία θα λάμβαναν μέρος και πιστοποιήθηκε η ανωνυμία των προσωπικών τους στοιχείων.

Ζητήθηκε μόνο από τους φοιτητές να γράψουν τους αριθμούς μητρώου τους στις κλίμακες που τους δόθηκαν. Ο λόγος που ζητήθηκαν οι αριθμοί μητρώου από τους φοιτητές ήταν προκειμένου να ενημερωθούν οι ίδιοι με σχετική ανακοίνωση για τα αποτελέσματα της έρευνας συνολικά και όχι εξατομικευμένα. Στους φοιτητές που δέχτηκαν να υποβληθούν στη διαδικασία του ζητήθηκε να φορέσουν μια ζώνη στη περιοχή του διαφράγματος και ένα ρολόι στο χέρι τους το οποίο μετρούσε καρδιακούς παλμούς. Ο καρδιακός αυτός εξοπλισμός είχε ως σκοπό να μετρήσει με φυσιολογικό τρόπο τα επίπεδα άγχους των συμμετεχόντων κατά τη διάρκεια της παρουσίασης τους. Παράλληλα τους δόθηκαν και διάφορες κλίμακες μέτρησης της συναισθηματικής τους κατάστασης και των προσανατολισμών τους στο στόχο (στη συγκεκριμένη περίπτωση η διεξαγωγή της παρουσίασης) πριν και μετά το πέρας της παρουσίασης.

Μετρήσεις

Ποιότητα της παρουσίασης. Μετρήθηκε (α) με τη χρήση μιας κλίμακας αξιολόγησης της επίδοσης που δόθηκε στον καθηγητή, (β) με ένα πρωτόκολλο παρατήρησης της παρουσίασης το οποίο περιλάμβανε τυπικές συμπεριφορές που διαπιστώνονται κατά τη διάρκεια μιας παρουσίασης όπως για παράδειγμα (κινήσεις

άσκοπες, χαμόγελο νευρικό, λεκτικά λάθη), και (γ) με την ανάλυση της ομιλίας των συμμετεχόντων μέσα από την απομαγνητοφώνηση τους από κασσέτες που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια της παρουσίασης τους. Η αξιοπιστία με δείκτη Alpha του Cronbach ήταν .90. Για τους σκοπούς της παρούσας έρευνας θα αναλυθούν και θα παρουσιαστούν μόνο τα δεδομένα που αφορούν την κλίμακα αξιολόγησης της επίδοσης από τον καθηγητή.

Προσκόλληση. Η προσκόλληση προσώπου (attachment) αξιολογήθηκε μέσω της κλίμακας σχέσεων με τους γονείς (PBI). Δόθηκαν δύο κλίμακες τετραβάθμιας (από Συμφωνώ Απόλυτα μέχρι Διαφωνώ Απόλυτα) με 25 ερωτήσεις (items) η καθεμιά για τη μητέρα και τον πατέρα αντίστοιχα. Οι εν λόγω κλίμακες δόθηκαν μετά το τέλος της παρουσίασης και περιλάμβαναν προτάσεις που χαρακτήριζαν συμπεριφορές και στάσεις των γονιών κάθε συμμετέχοντα κατά τα 16 πρώτα χρόνια ζωής του. Μερικές από αυτές τις προτάσεις αφορούσαν το βαθμό φροντίδας της μητέρας και του πατέρα αντίστοιχα, ενώ κάποιες άλλες αφορούσαν το βαθμό υπερπροστασίας της μητέρας και του πατέρα προς το παιδί τους αντίστοιχα (Parker, Tupling & Brown, 1979). Η αξιοπιστία της συγκεκριμένης κλίμακας για τις τέσσερις κατηγορίες προσκόλλησης ήταν: Για τη φροντίδα για τη μητέρα ($\alpha=.8758$), για την υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα ($\alpha=.8742$), για τη φροντίδα από τον πατέρα ($\alpha=.9454$), και για την υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα ($\alpha=.9220$). Επιπλέον δόθηκε και ένα ερωτηματολόγιο σχέσεων προσαρμοσμένο στην ελληνική γλώσσα από τους Καφέτσιο, Κ., & Τσαγκαράκη, Μ., το οποίο είχε ως σκοπό να εξετάσει τα συναισθήματα και τον τρόπο που βιώνουν οι συμμετέχοντες τις συντροφικές σχέσεις. Στην παρούσα έρευνα θα αναλυθούν και θα παρουσιαστούν τα δεδομένα που αφορούν μόνο την κλίμακα σχέσεων με τους γονείς.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης Αγχогόνων Καταστάσεων. Μετρήθηκε μέσω της κλίμακας των Lazarus & Folkman προσαρμοσμένης για τον ελληνικό πληθυσμό από τον Καραδήμα, Ε., (1998). Η εν λόγω κλίμακα περιλαμβάνει 38 ερωτήσεις (items). Οι ερωτήσεις αυτές αφού ομαδοποιηθούν μπορούν να δώσουν τέσσερις επιμέρους κατηγορίες στρατηγικών αντιμετώπισης αγχογόνων ερεθισμάτων οι οποίες είναι: (α) έμφαση στα θετικά στοιχεία ενός προβλήματος, (β) αναζήτηση κοινωνικής υποστήριξης από το οικείο περιβάλλον (φιλικό-συγγενικό), (γ) αναζήτηση βοήθειας από το Θεό, (δ) αποστασιοποίηση από το πρόβλημα. Παράλληλα όμως οι 38 ερωτήσεις της κλίμακας των Lazarus & Folkman, (προσαρμογή στα ελληνικά από τον Καραδήμα, Ε.) μπορούν ομαδοποιημένες να δώσουν δύο γενικές κατηγορίες τρόπων

αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων οι οποίες είναι: (α) αντιμετώπιση-επίλυση του αγχογόνου ερεθίσματος εστιασμένη στο πρόβλημα, (β) αντιμετώπιση-επίλυση του αγχογόνου ερεθίσματος με αποφυγή του. Με άλλα λόγια η πρώτη κατηγορία στρατηγικής αντιμετώπισης που υιοθετείται από το άτομο σχετίζεται με μια γνωστική επεξεργασία του προβλήματος. Το άτομο δηλαδή επεξεργάζεται γνωστικά το πρόβλημα που το απασχολεί και προσπαθεί με ορθολογικό τρόπο να αλλάξει τις επικρατούσες συνθήκες που του εμβάλλουν άγχος. Από την άλλη, η δεύτερη κατηγορία στρατηγικής αντιμετώπισης υιοθετείται από το άτομο σχετίζεται με μια συναισθηματική περισσότερο προσέγγιση στο πρόβλημα. Το άτομο που χρησιμοποιεί τη δεύτερη κατηγορία στρατηγικής αντιμετώπισης προσπαθεί με κάθε τρόπο να αποστρέφεται το αγχογόνο ερέθισμα και κατά συνέπεια έτσι να νιώθει καλύτερα. Αναμφίβολα, τα άτομα που υιοθετούν τη γνωστική επεξεργασία του προβλήματος που τους προκαλεί άγχος, πετυχαίνουν υψηλότερο δείκτη προσαρμοστικότητας για τη ρύθμιση των συναισθημάτων τους, κάτι το οποίο φάνηκε άλλωστε και από το δείκτη αξιοπιστίας. Η αξιοπιστία της στρατηγικής αντιμετώπισης της επικεντρωμένης στο πρόβλημα ήταν $alpha=,6646$ ενώ η αξιοπιστία της στρατηγικής αντιμετώπισης της επικεντρωμένης στο συναίσθημα ήταν $alpha=,6966$.

Άγχος. Μετρήθηκε με φυσιολογικό τρόπο μέσω της χρήσης ενός έγκυρου καρδιακού εξοπλισμού (μια ζώνη προσαρμοσμένη στο σώμα κάθε συμμετέχοντα και ένα ρολόι). Η ζώνη κατά αγωγήμο τρόπο με τη χρήση ενός *je1* υγρού μετέφερε δεδομένα (στη συγκεκριμένη περίπτωση καρδιακούς παλμούς) σε ένα ρολόι που φορούσε στο χέρι του ο κάθε συμμετέχων. Η ζώνη προσαρμοζόταν με τέτοιο τρόπο ώστε το ρολόι να δείχνει τους καρδιακούς παλμούς τους οποίους εμφάνιζε να έχει την παρούσα χρονική στιγμή ο συμμετέχων στην έρευνα. Το ρολόι ρυθμιζόταν και ξεκινούσε να μετρά παλμούς προτού αρχίσει ο συμμετέχων-φοιτητής να παρουσιάζει και μετρούσε καρδιακούς παλμούς καθόλη τη διάρκεια της παρουσίας του. Μετά το πέρας της παρουσίας ο συμμετέχων-φοιτητής εξερχόταν από την αίθουσα όπου του σταματούσαμε το ρολόι και του αφαιρούταν η ζώνη. Παράλληλα με τη φυσιολογική μέτρηση του άγχους δόθηκε σε κάθε φοιτητή-συμμετέχοντα και δύο κλίμακες μέτρησης άγχους πριν και μετά την παρουσίαση. Οι συγκεκριμένες κλίμακες ήταν ββάθμιες καθεμιά τους και περιλάμβανε 15 ερωτήσεις (items) οι οποίες αφορούσαν την επίδραση της αποτυχίας (θετική-αρνητική) και του πώς αισθάνονταν οι συμμετέχοντες όταν συμβαίνει αυτή. Για τους σκοπούς της παρούσας

έρευνας θα αναλυθούν και θα παρουσιαστούν και οι δύο τρόποι μέτρησης του άγχους.

Επίδοση. Μετρήθηκε μέσω μιας πενταβάθμιας κλίμακας η οποία περιελάμβανε αξιολογικούς χαρακτηρισμούς για την παρουσίαση που κυμαινόταν από το καθόλου καλή μέχρι το πολύ καλή. Οι αξιολογικοί αυτοί χαρακτηρισμοί αφορούσαν δέκα χαρακτηριστικά: α) ποιότητα διαφανειών-οπτικού υλικού (αν και εφόσον υπήρχε), β) ρυθμός παρουσίασης, γ) εμφάνιση παρουσιαστή-στριας (ένδυση), δ) ποιότητα περιεχομένου της παρουσίασης, ε) άνεση του ομιλητή-τριας, στ) οπτική επαφή με το κοινό, ζ) οργάνωση της παρουσίασης, η) άνεση στην απάντηση ερωτήσεων, θ) χρήση της γλώσσας-ορολογίας, ι) γνώση του αντικειμένου. Η εν λόγω κλίμακα δινόταν στους διδάσκοντες των μαθημάτων και σεμιναρίων κατά τη διάρκεια των οποίων γίνονταν οι παρουσιάσεις, οι οποίοι καλούνταν να αξιολογήσουν σύμφωνα με την κρίση τους τους συμμεχοντες στη διαδικασία φοιτητές και φοιτήτριες. Η αξιοπιστία της κλίμακας της επίδοσης ήταν $\alpha = ,9035$.

Αποτελέσματα

Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως μέθοδος ανάλυσης εφαρμόστηκε η Πολλαπλή Ανάλυση Παλινδρόμησης. Με τη μέθοδο αυτή αξιολογήθηκε το άγχος (stress) κατά τη διάρκεια της παρουσίασης και η επίδοση των υποκειμένων (εξαρτημένες μεταβλητές). Ως κριτήρια πρόβλεψης ήταν η προσκόλληση με τη μητέρα και τον πατέρα αντίστοιχα, και ο τρόπος αντιμετώπισης. Στην ανάλυση συμπεριλήφθηκαν και οι δύο τρόποι μέτρησης του άγχους (φυσιολογικός¹: με τη χρήση της ζώνης-ρολογιού) και ο αυτοαναφορικός² (χρήση κλιμάκων για τα συναισθήματα πριν και μετά την παρουσίαση).

Επιπρόσθετα, στην ανάλυση που έγινε, αναφορικά με το κριτήριο πρόβλεψης προσκόλλησης, αξίζει να σημειωθεί για λόγους καλύτερης κατανόησης, ότι έγινε ομαδοποίηση των ερωτήσεων των δύο κλιμάκων μητέρα-πατέρα σε δύο κατηγορίες: φροντίδα και υπερπροστατευτικότητα από τον κάθε γονέα αντίστοιχα. Έτσι λοιπόν στις αναλύσεις που ακολουθούν το κριτήριο πρόβλεψης ‘προσκόλληση’ παρουσιάζεται με δύο διαστάσεις για την μητέρα και τον πατέρα αντιστοίχως. Επίσης σχετικά με το κριτήριο πρόβλεψης ‘τρόπος αντιμετώπισης’ είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι ομαδοποιήθηκε σε δύο κατηγορίες: τρόπος αντιμετώπισης επικεντρωμένος στο συναίσθημα και τρόπος αντιμετώπισης επικεντρωμένος στο πρόβλημα.

Αρχικά, προκειμένου να μελετηθούν οι συσχετίσεις μεταξύ των κατηγοριών των ανεξάρτητων μεταβλητών, και την επίδρασή τους πάνω στις εξαρτημένες εφαρμόστηκαν t τεστ. Τα αποτελέσματα μας έδωσαν τις πιθανότητες των συσχετιζόμενων ζευγαριών και τους δείκτες στατιστικής σημαντικότητας. Έγινε στρογγυλοποίηση των πιθανοτήτων στο δεύτερο δεκαδικό ψηφίο. Στη συνέχεια θα παρουσιαστούν τα αποτελέσματα των αναλύσεων ξεχωριστά για κάθε υπόθεση και κατηγορία:

Προσκόλληση και Άγχος (μετρημένο φυσιολογικά)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (αριθμός καρδιακών παλμών) από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης της μητέρας και του πατέρα χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν τα εξής τέσσερα είδη της προσκόλλησης: η φροντίδα από τη μητέρα, η υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα, η φροντίδα από τον πατέρα και η υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,28. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 7,7\%$) [$F(4, 52) = 1,006, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα στρες, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η προσκόλληση με τη μητέρα σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με την προσκόλληση με τον πατέρα [$t(52) = 1,85, p < .05$]. Αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήμα 1.

Προσκόλληση και Άγχος (Θετικά και Αρνητικά Συναισθήματα πριν την Παρουσίαση)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (θετικά και αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση) από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης της μητέρας και του

πατέρα χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν τα εξής τέσσερα είδη της προσκόλλησης: η φροντίδα από τη μητέρα, η υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα, η φροντίδα από τον πατέρα και η υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα. Έγιναν δύο ξεχωριστές αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης μια για την πρόβλεψη θετικών συναισθημάτων και μια για την πρόβλεψη αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,46. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 21\%$) [$F(4, 53) = 3,263, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα θετικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος προσκόλλησης ‘φροντίδα από τον πατέρα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με την ‘υπερπροστατευτικότητα με τον πατέρα’ [$t(53) = 1,85, p < .05$]. Επιπρόσθετα, η ‘φροντίδα από τη μητέρα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με την ‘υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα’ [$t(53) = 1,69, p < .05$].

Επιπλέον, η ‘υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση συγκριτικά με την ‘υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα’ [$t(53) = 1,94, p < .05$].

Όσον αφορά την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης που αφορούσε τα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση μπορούν να αναφερθούν τα εξής: Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,46. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την

εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 21,4\%$) [$F(4, 53) = 3,332, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος προσκόλλησης ‘υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με την ‘φροντίδα από τον πατέρα’ [$t(53) = 1,81, p < .05$]. Αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήματα 5 και 7. Η αξιοπιστία της κλίμακας για τα θετικά συναισθήματα ήταν $alpha = ,8672$ ενώ η αξιοπιστία για τα αρνητικά συναισθήματα ήταν $alpha = ,7810$.

Προσκόλληση και Άγχος (Θετικά και Αρνητικά Συναισθήματα μετά την Παρουσίαση)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (θετικά και αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση) από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης της μητέρας και του πατέρα χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν τα εξής τέσσερα είδη της προσκόλλησης: η φροντίδα από τη μητέρα, η υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα, η φροντίδα από τον πατέρα και η υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα. Έγιναν δύο ξεχωριστές αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης μια για την πρόβλεψη θετικών συναισθημάτων και μια για την πρόβλεψη αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,31. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 9,5\%$) [$F(4, 51) = 1,240, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες

μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα θετικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος προσκόλλησης ‘φροντίδα από τη μητέρα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με την ‘υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα’ [$t(51) = 1,98, p < .05$]. Οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήμα 9.

Όσον αφορά την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης που αφορούσε τα αρνητικά συναισθήματα μετά από την παρουσίαση μπορούν να αναφερθούν τα εξής: Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,35. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 12,3\%$) [$F(4, 51) = 1,650, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 4 ειδών προσκόλλησης. Ο δείκτης αξιοπιστίας για τα θετικά συναισθήματα ήταν $alpha = ,8765$ ενώ για τα αρνητικά συναισθήματα ήταν $alpha = ,8167$.

Προσκόλληση και Επίδοση

Για την πρόβλεψη-εξήγηση της επίδοσης από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης της μητέρας και του πατέρα χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν τα εξής τέσσερα είδη της προσκόλλησης: η φροντίδα από τη μητέρα, η υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα, η φροντίδα από τον πατέρα και η υπερπροστατευτικότητα από τον πατέρα. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για την επίδοση ήταν ίσος με 0,28. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 7,8\%$) [$F(4, 53) = 1,032, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος προσκόλλησης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα επίδοσης, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος προσκόλλησης. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 4 ειδών προσκόλλησης για την πρόβλεψη της επίδοσης. Επομένως η επίδοση στην ανάλυση δε βρέθηκε να προβλέπεται από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης και Άγχος (μετρημένο φυσιολογικά)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (αριθμός καρδιακών παλμών) από τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν οι δύο κατηγορίες του τρόπου αντιμετώπισης, οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα, και οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν ίσος με 0,086. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των στρατηγικών αντιμετώπισης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 7\%$) [$F(2, 67) = 0,243, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ.

των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος στρατηγικής αντιμετώπισης συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα άγχους, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 2 ειδών στρατηγικής για την πρόβλεψη του άγχους. Επομένως το άγχος στην ανάλυση δε βρέθηκε να προβλέπεται από τα δύο είδη στρατηγικής.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης και Άγχος (Θετικά και Αρνητικά Συναισθήματα πριν την Παρουσίαση)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (θετικά και αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση) από τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν οι δύο κατηγορίες του τρόπου αντιμετώπισης, οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα, και οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα. Έγιναν δύο ξεχωριστές αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης μια για την πρόβλεψη θετικών συναισθημάτων και μια για την πρόβλεψη αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,26. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της στρατηγικής αντιμετώπισης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 6,6\%$) [$F(2, 67) = 2,305, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος στρατηγικής συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα θετικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους

(βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο πρόβλημα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο συναίσθημα’ [$t(67) = 1,99, p < .05$].

Όσον αφορά την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης που αφορούσε τα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση μπορούν να αναφερθούν τα εξής: Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,28. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των στρατηγικών αντιμετώπισης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 7,6\%$) [$F(2, 67) = 2,692, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος στρατηγικής συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο συναίσθημα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο πρόβλημα’ [$t(67) = 2,66, p < .05$]. Αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήματα 6 και 8.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης και Άγχος (Θετικά και Αρνητικά Συναισθήματα μετά την Παρουσίαση)

Για την πρόβλεψη-εξήγηση του άγχους (θετικά και αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση) από τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν οι δύο κατηγορίες του τρόπου αντιμετώπισης, οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα, και οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα.

Έγιναν δύο ξεχωριστές αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης μια για την πρόβλεψη θετικών συναισθημάτων και μια για την πρόβλεψη αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,24. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των στρατηγικών αντιμετώπισης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση ($R^2 = 5,9\%$) [$F(2, 66) = 1,999, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος στρατηγικής συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα θετικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο πρόβλημα’ σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση συγκριτικά με το είδος στρατηγικής ‘επικεντρωμένης στο συναίσθημα’ [$t(66) = 1,89, p < .05$]. Αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις των ανεξάρτητων μεταβλητών φαίνονται στο Σχήμα 10.

Όσον αφορά την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης που αφορούσε τα αρνητικά συναισθήματα μετά από την παρουσίαση μπορούν να αναφερθούν τα εξής: Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση ήταν ίσος με 0,20. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των στρατηγικών αντιμετώπισης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση ($R^2 = 4,3\%$) [$F(2, 66) = 1,452, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιο είδος στρατηγικής συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων, σε σχέση με κάποιο

άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο στρατηγικών αντιμετώπισης για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση.

Στρατηγικές Αντιμετώπισης και Επίδοση

Για την πρόβλεψη-εξήγηση της επίδοσης από τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter) μέσω του στατιστικού πακέτου SPSS. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους (ανεξάρτητες μεταβλητές) χρησιμοποιήθηκαν οι δύο κατηγορίες του τρόπου αντιμετώπισης, οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα, και οι στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για την επίδοση ήταν ίσος με 0,20. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της προσκόλλησης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 4\%$) [$F(2, 68) = 1,386$, $p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος στρατηγικής συσχετιζόταν με αυξημένα (ή μειωμένα) επίπεδα επίδοσης σε σχέση με κάποιο άλλο είδος στρατηγικής. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 2 ειδών στρατηγικής για την πρόβλεψη της επίδοσης. Επομένως η επίδοση στην ανάλυση δε βρέθηκε να προβλέπεται από τα δύο είδη στρατηγικής.

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/ Στρατηγικών Αντιμετώπισης για την Πρόβλεψη του Άγχους.

Για την πρόβλεψη του άγχους από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης

για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης. Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για το άγχος ήταν ίσος με 0,35. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 12\%$) [$F(8, 52) = 0,752, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα άγχους σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Συγκεκριμένα εξετάστηκε ο συνδυασμός του τέταρτου είδους της προσκόλλησης με τα δύο είδη στρατηγικών αντιμετώπισης. Τα αποτελέσματα δεν έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ της αλληλεπίδρασης για την πρόβλεψη του άγχους. Επομένως το άγχος στην ανάλυση δε βρέθηκε να προβλέπεται την αλληλεπίδραση προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης.

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/Στρατηγικών Αντιμετώπισης για την Πρόβλεψη της Επίδοσης.

Για την πρόβλεψη της επίδοσης από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης της επίδοσης χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης. Ως κριτήρια πρόβλεψης της επίδοσης χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για την επίδοση ήταν ίσος με 0,46. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του

ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 21\%$) [$F(8, 53) = 1,484, p > 0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένη ή μειωμένη επίδοση σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Για την πρόβλεψη της επίδοσης εξετάστηκαν όλοι οι πιθανοί συνδυασμοί της αλληλεπίδρασης των δύο μεταβλητών προσκόλλησης, στρατηγικών αντιμετώπισης και των κατηγοριών τους.

Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για την πλειοψηφία των συνδυαστικών περιπτώσεων. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση πρώτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-δεύτερου στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη της επίδοσης [$t(53)=2,62, p < .05$]. Επιπλέον, η αλληλεπίδραση πρώτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη της επίδοσης [$t(53)=3,1, p < .05$]. Συνάμα, η αλληλεπίδραση πρώτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,76, p < .05$]. Σημαντική επίσης φάνηκε να ήταν η αλληλεπίδραση πρώτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,87, p < .05$]. Ακόμα, ο συνδυασμός αλληλεπίδρασης πρώτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής φάνηκε να σχετίζεται με το συνδυασμό αλληλεπίδρασης τέταρτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,44, p < .05$]. Επίσης, σημαντικοί φάνηκαν να είναι και οι παρακάτω συνδυασμοί αλληλεπίδρασης: δεύτερο είδος προσκόλλησης-πρώτο είδος στρατηγικής με την αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,55, p < .05$], η αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-

πρώτου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,75, p<.05$], η αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,32, p<.05$], η αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-δεύτερο είδος στρατηγικής σχετιζόταν με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,68, p<.05$], η αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,27, p<.05$], η αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,85, p<.05$], η αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,40, p<.05$], η αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,45, p<.05$], η αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής [$t(53)=2,02, p<.05$].

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/Στρατηγικών Αντιμετώπισης με τα Θετικά Συναισθήματα πριν την Παρουσίαση

Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα ήταν ίσος με 0,56. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 31,3,2\%$) [$F(8, 53) = 2,568, p>0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην

πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα θετικών συναισθημάτων σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων εξετάστηκε ένας πιθανός συνδυασμός της αλληλεπίδρασης των δύο μεταβλητών προσκόλλησης, στρατηγικών αντιμετώπισης και των κατηγοριών τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για την πιθανή περίπτωση. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση πρώτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση δεύτερου είδους προσκόλλησης-δεύτερου στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση [$t(53)=1,73, p<.05$].

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/Στρατηγικών Αντιμετώπισης με τα Αρνητικά Συναισθήματα πριν την Παρουσίαση

Για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης.

Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα ήταν ίσος με 0,52. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 27,2\%$) [$F(8, 53) = 2,098, p>0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι

συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα θετικών συναισθημάτων σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων εξετάστηκε ένας πιθανός συνδυασμός της αλληλεπίδρασης των δύο μεταβλητών προσκόλλησης, στρατηγικών αντιμετώπισης και των κατηγοριών τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για την πιθανή περίπτωση. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση [$t(53)=1,99, p<.05$].

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/Στρατηγικών Αντιμετώπισης με τα Θετικά Συναισθήματα μετά την Παρουσίαση

Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης.

Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα ήταν ίσος με 0,40. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 16,4\%$) [$F(8, 51) = 1,051, p>0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$. Αντικείμενο αυτής της

ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα θετικών συναισθημάτων σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων εξετάστηκε ένας πιθανός συνδυασμός της αλληλεπίδρασης των δύο μεταβλητών προσκόλλησης, στρατηγικών αντιμετώπισης και των κατηγοριών τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για την πιθανή περίπτωση. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση τρίτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση [$t(51)=2,11, p<.05$].

Αλληλεπίδραση Προσκόλλησης/Στρατηγικών Αντιμετώπισης με τα Αρνητικά Συναισθήματα μετά την Παρουσίαση

Για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τα είδη προσκόλλησης και τις στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκε η αλληλεπίδραση των μεταβλητών της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Συνδυάστηκαν με άλλα λόγια, τα τέσσερα είδη της προσκόλλησης με τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης για τη δημιουργία της αλληλεπίδρασης. Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν αναλυτικά τα τέσσερα είδη προσκόλλησης και τα δύο είδη των στρατηγικών αντιμετώπισης συνδυαστικά (η αλληλεπίδρασή τους). Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας για τα θετικά συναισθήματα ήταν ίσος με 0,39. Συνολικά ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών της αλληλεπίδρασης δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης της επίδοσης ($R^2 = 14,9\%$) [$F(8, 51) = 0,941, p>0,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλ. των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές της αλληλεπίδρασης δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Εντούτοις, αυτό το εύρημα έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση = 0. Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστώθει αν κάποιος συνδυασμός αλληλεπίδρασης σχετιζόταν με αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα θετικών

συναισθημάτων σε σχέση με κάποιον άλλον συνδυασμό αλληλεπίδρασης. Για το λόγο αυτό εξετάστηκαν οι συνδυασμοί αλληλεπίδρασης από τους οποίους υπήρχε πιθανότητα να προκύψουν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Β). Για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων εξετάστηκε ένας πιθανός συνδυασμός της αλληλεπίδρασης των δύο μεταβλητών προσκόλλησης, στρατηγικών αντιμετώπισης και των κατηγοριών τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για την πιθανή περίπτωση. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-πρώτου είδους στρατηγικής αντιμετώπισης σχετιζόταν σημαντικά με την αλληλεπίδραση τέταρτου είδους προσκόλλησης-δεύτερου στρατηγικής αντιμετώπισης για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση [$t(51)=1,71, p<.05$].

Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα είχε ως σκοπό να μελετήσει το άγχος και την επίδοση σε ένα δείγμα φοιτητών του Πανεπιστημίου Κρήτης. Πιο συγκεκριμένα έγινε μια προσπάθεια να προβλεπτούν τόσο το άγχος όσο και η επίδοση από τα είδη προσκόλλησης με τους γονείς και τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Από τις πολλαπλές παλινδρομήσεις που έγιναν φάνηκε ότι η προσκόλληση με τη μητέρα ήταν πιο σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους των συμμετεχόντων φοιτητών σε σχέση με την προσκόλληση από τον πατέρα. Επιπλέον η υπερπροστατευτικότητα από τη μητέρα φάνηκε να συντελεί σε σημαντικότερο βαθμό στην εμφάνιση αρνητικών συναισθημάτων πριν την παρουσίαση σε σχέση με τη φροντίδα που παρέχεται από τον πατέρα. Επιπλέον όσον αφορά τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούσαν οι συμμετέχοντες φάνηκε ότι τα άτομα που χρησιμοποιούσαν ως λύση σε επικείμενο πρόβλημά τους τη στρατηγική ‘την επικεντρωμένη στο πρόβλημα’ εμφάνιζαν περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με τη στρατηγική την ‘επικεντρωμένη στο συναίσθημα’. Επομένως η στρατηγική η ‘επικεντρωμένη στο πρόβλημα’ βρέθηκε να σχετίζεται με περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση. Αντίθετα η στρατηγική η ‘επικεντρωμένη στο συναίσθημα’ βρέθηκε στην έρευνα να σχετίζεται με περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση συγκριτικά με τη στρατηγική την ‘επικεντρωμένη στο πρόβλημα’. Συνάμα, η αλληλεπίδραση τόσο των ειδών προσκόλλησης με τους γονείς όσο οι στρατηγικές αντιμετώπισης φάνηκε να είναι σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας της επίδοσης. Ακόμα η αλληλεπίδραση των

δύο κριτηρίων πρόβλεψης της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης αποδείχτηκε στατιστικά σημαντική για την πρόβλεψη των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων πριν και μετά την παρουσίαση. Τα παραπάνω ευρήματα μπορούν να συσχετιστούν άμεσα τόσο με τα ευρήματα άλλων ερευνών όσο και με τις αρχές θεωριών όπως είναι αυτή της θεωρίας της προσκόλλησης του Bowlby ή την ψυχαναλυτική θεωρία του Freud. Ο Bowlby (1969) και οι Ainsworth, Bell και Stayton (1975) έδωσαν έμφαση στον κύριο ρόλο που έχει η σχέση γονέων-παιδιού στην φυσιολογική ανάπτυξή του. Σύμφωνα με τη θεωρία της προσκόλλησης του Bowlby, η σχέση που έχει αναπτύξει το παιδί με τη μητέρα του είναι καθοριστική για τη μελλοντική του ανάπτυξη. Είναι γεγονός ότι ο Bowlby έδωσε έμφαση στη μητέρα. Επεσήμανε τη χρησιμότητα του πατέρα στην ανάπτυξη του παιδιού αλλά τόνισε ότι ο πατέρας διαδραματίζει δευτερεύοντα ρόλο σε σχέση με τη μητέρα. Ο πρωταρχικός ρόλος του πατέρα είναι σύμφωνα με τον Bowlby, να παρέχει συναισθηματική υποστήριξη στο μητρικό ρόλο (Σόλμαν, 1997). Η σπουδαιότητα του ρόλου της μητέρας φάνηκε και από τα ευρήματα της συγκεκριμένης έρευνας. Επιπλέον, εκτός από τη θεωρία της προσκόλλησης του Bowlby, η ψυχαναλυτική θεωρία του Freud τόνισε το πόσο καθοριστική είναι η σχέση με τη μητέρα στην μελλοντική ανάπτυξη του παιδιού ως ενήλικα. Άλλες έρευνες έχουν τονίσει τη σημαντικότητα της ασφαλούς προσκόλλησης με τους γονείς όσον αφορά τη διαχείριση του άγχους των παιδιών. Μια έρευνα των Papini και Roggman (1992), έδειξε ότι οι νέοι που ανέφεραν ότι είχαν ασφαλή προσκόλληση με τους γονείς εμφάνισαν να έχουν λιγότερο άγχος κατά τη μετάβαση τους από το νήπιο στο λύκειο. Με άλλα λόγια η συναισθηματική και ψυχολογική υποστήριξη από τους γονείς βοήθησε τα παιδιά να ανταπεξέλθουν με τις αγχογόνες καταστάσεις. Επιπλέον τα άτομα τα οποία είχαν αναπτύξει ασφαλή προσκόλληση με τους γονείς τους στην ίδια έρευνα φάνηκε να έχουν μεγαλύτερη επίδοση και ακαδημαϊκή ικανότητα. Σε μια άλλη έρευνα οι Jacobsen και Hoffman (1997) έδειξαν ότι οι έφηβοι που είχε αποδειχτεί ότι είχαν αναπτύξει ασφαλή προσκόλληση με τους γονείς τους φάνηκε να έχουν μεγαλύτερη συμμετοχή και προσοχή, μειωμένη ανασφάλεια για τον εαυτό τους και υψηλή σχολική βαθμολογία. Σε μια άλλη έρευνα οι Learner και Kruger (1997), εξέτασαν την προσκόλληση με τους γονείς και τα κίνητρα στο σχολείο των μαθητών και βρήκαν ότι η προσκόλληση με τους γονείς σχετιζόταν τόσο με τα κίνητρα όσο και με την ακαδημαϊκή επίδοση. Η επίδοση φάνηκε να είναι υψηλότερη όσο πιο ασφαλής ήταν η προσκόλληση με τους γονείς. Επιπλέον, οι Mikulincer και Sheffi (2000), βρήκαν ότι

τα άτομα με γενικά ασφαλή προσκόλληση εμφάνισαν περισσότερα θετικά συναισθήματα, διαχειρίζονταν καλύτερα το άγχος τους και έδειξαν να έχουν καλύτερη επίδοση στην επίλυση δημιουργικών προβλημάτων και κατηγοριοποιήσεων συγκριτικά με τα άτομα που είχαν ανασφαλή προσκόλληση. Τα ευρήματα των παραπάνω ερευνών μπορούν να συσχετιστούν άμεσα με την παρούσα έρευνα.

Οι Jones, Forehand, και Beach (2000), επεσήμαναν ότι ο υπερβολικός έλεγχος από την πλευρά της μητέρας συνδεόταν με χαμηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής επίδοσης. Το εύρημα αυτό μπορεί να συσχετιστεί με το εύρημα της παρούσας έρευνας ότι η υπερπροστατευτικότητα από την πλευρά της μητέρας συνδέεται με περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση και κατ' επέκταση υψηλότερα επίπεδα άγχους που συνδέονται με χαμηλή επίδοση. Επιπλέον οι Jones, Forehand και Beach βρήκαν ότι υψηλά επίπεδα μητρικής αποδοχής κατά τη φάση της εφηβείας συνδέονταν με λιγότερα ψυχολογικά προβλήματα (άγχος, έλλειψη αυτοπεποίθησης και αυτεπάρκειας) των ατόμων στην ενήλικη ζωή τους. Σε μια άλλη έρευνα των Harvey και Byrd (2000) βρεθηκε ότι τα άτομα που είχαν υψηλά επίπεδα ασφαλούς προσκόλλησης χρησιμοποιούσαν στρατηγικές πιο ενεργητικές για την επίλυση των διαφόρων προβλημάτων που τους απασχολούσαν (κινητοποιούσαν την οικογένεια τους να ασχοληθεί με το εκάστοτε πρόβλημα, έκαναν προσπάθεια να λάβουν κοινωνική υποστήριξη). Αντίθετα τα άτομα με ανασφαλή προσκόλληση απέφευγαν να αντιμετωπίσουν ένα πρόβλημα και χρησιμοποιούσαν περισσότερο παθητικές στρατηγικές προσκόλλησης. Η έρευνα αυτή έδειξε ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης που θα χρησιμοποιήσει ένα άτομο για την επίλυση των διαφόρων προβλημάτων που το απασχολούν εξαρτώνται άμεσα και συνδέονται με τον τύπο προσκόλλησης που έχει αναπτύξει ένα παιδί με τους γονείς του. Το εύρημα αυτό φάνηκε να συνδέεται άμεσα με την τρίτη υπόθεση της παρούσας έρευνας. Τόσο η προσκόλληση όσο και οι στρατηγικές αντιμετώπισης μπορούν να συνδυαστούν και συμμετέχουν από κοινού παίζοντας καθοριστικό ρόλο στην ομαλή ανάπτυξη ενός ατόμου. Στην έρευνα των Greenberger και McLaughlin (1998), σημειώθηκε η σημαντικότητα που έχει ο τύπος προσκόλλησης ενός ατόμου με τους γονείς του για την ομαλή κοινωνική του ανάπτυξη. Επιπρόσθετα, στην ίδια έρευνα φάνηκε ότι η ασφαλής προσκόλληση συνδέεται με πιο ενεργητικές στρατηγικές αντιμετώπισης επικεντρωμένες στο πρόβλημα. Οι Torquati και Vazsonyi, (1999), βρήκαν ότι η προσκόλληση και πιο συγκεκριμένα ο τύπος της προσκόλλησης ήταν σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους και των αρνητικών συναισθημάτων που εκδηλώνονται όταν υπάρχουν

προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις. Ακόμα ο τύπος προσκόλλησης φάνηκε να προβλέπει σημαντικά τον τύπο των στρατηγικών αντιμετώπισης. Άτομα με ανασφαλή τύπο προσκόλλησης υιοθετούσαν στρατηγικές παθητικές ή αποφυγής των προβλημάτων.

Σε μια άλλη έρευνα των Lussier και συν. (1997), η ασφαλής προσκόλληση φάνηκε να συνδέεται και να προβλέπει τις στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο πρόβλημα ενώ η ανασφαλής προσκόλληση φάνηκε να συνδέεται με στρατηγικές που είναι επικεντρωμένες στο συναίσθημα.

Επιπλέον πολλοί συγγραφείς και ερευνητές έχουν μελετήσει το συνδυαστικό ρόλο της προσκόλλησης και των στρατηγικών αντιμετώπισης και την επίδραση τους στην ψυχική υγεία των ατόμων όπως οι Friedman (1990), οι Holmes και Masuda (1974), οι Klag και συν. (1991), οι Leiter και Maslach (1988), οι Rahe και Arthur (1978), και οι Schaufeli, Maslach και Marker (1993). Οι παραπάνω μελέτες μπορούν να συσχετιστούν με την τρίτη υπόθεση της παρούσας έρευνας.

Σε μια διαπολιτισμική έρευνα των Mason, Lauren και Fordham (2005), βρέθηκε ότι η ασφαλής προσκόλληση, η υγιής σχέση με τους γονείς και η επιτακτική γονεϊκή συμπεριφορά σχετίζονται με καλύτερη ψυχολογική λειτουργικότητα και υψηλότερη αυτεπάρκεια για όλους τους νέους που συμμετείχαν στην έρευνα ανεξαρτήτου εθνότητας. Παρόμοια ήταν και τα ευρήματα της έρευνας του Tchakmakjian (2004), όπου βρέθηκε ότι τα υψηλά επίπεδα γονεϊκής φροντίδας σχετίζονται με υψηλότερη αυτεπάρκεια, και λιγότερο κοινωνικό άγχος.

Σε μια άλλη έρευνα των Cukor, Daniel και Yeshiva (2004), βρέθηκε ότι η φύση της σχέσης με τους γονείς επηρεάζει τα επίπεδα άγχους και τη γνωστική αντίληψη των ατόμων. Άτομα που είχαν χαμηλή φροντίδα από τους γονείς τους εμφανίζονταν να έχουν περισσότερο άγχος, δυσπροσαρμοστικά γνωστικά σχήματα και αρνητικές πεποιθήσεις. Μια έρευνα του Buelow (2002), έδειξε το ρόλο της προσκόλλησης για τη συναισθηματική αυτορύθμιση. Ασφαλής προσκόλληση, υψηλή γονεϊκή φροντίδα και χαμηλή γονεϊκή υπερπροστατευτικότητα σχετίστηκαν με την εύρεση σημαντικά περισσότερων στρατηγικών αντιμετώπισης. Στην έρευνα του Shaikh (2005), σε ένα δείγμα φοιτητών έγινε συσχέτιση του άγχους και των στρατηγικών αντιμετώπισης. Βρέθηκε ότι το άγχος επιδρά αρνητικά στην ακαδημαϊκή επίδοση και παράλληλα μαζί με το άγχος κινητοποιούνται διάφοροι μηχανισμοί, στρατηγικές αντιμετώπισής του.

Η σπουδαιότητα της παρούσας έρευνας έγκειται στο ότι το άγχος μετρήθηκε με δύο τρόπους: Ως φυσιολογική αντίδραση του συμπαθητικού συστήματος μετρήθηκε με φυσιολογικό τρόπο αλλά παράλληλα όμως μετρήθηκε και μέσω της χορήγησης ερωτηματολογίων και κλιμάκων αυτοαναφοράς σχετικά με τα συναισθήματά των ατόμων εκείνη τη δεδομένη στιγμή. Έτσι μπορεί να αξιολογηθεί πιο αναλυτικά η συναισθηματική κατάσταση των ατόμων σε πολλές χρονικές φάσεις: πριν την παρουσίαση, κατά τη διάρκεια της και όσα λεπτά διέρκησε αυτή, και στο τέλος μετά το πέρας της παρουσίασης. Επιπλέον αξίζει να σημειωθεί ότι είναι λίγες οι έρευνες που μελετούν την εμπειρία από ένα στρεσογόνο γεγονός ως αποτέλεσμα της προσκόλλησης. Το άγχος θεωρείται ένας σημαντικός παράγοντας ο οποίος επηρεάζει και δυσχεραίνει τη μαθησιακή διαδικασία και γι' αυτό κρίθηκε σημαντικό να μελετηθεί. Επιπρόσθετα, το άγχος δεν αποτελεί μόνο μια παροντική φυσιολογική αντίδραση που ενεργοποιείται μόνο όταν υπάρχουν αγχογόνα ερεθίσματα, όπως είναι αυτό της παρουσίασης μπροστά σε κοινό, αλλά παράλληλα αποτελεί και μια σταδιακή εξελικτική αντίδραση που διαμορφώθηκε ύπο την επίδραση της προσκόλλησης με τους γονείς. Με άλλα λόγια το άγχος ή καλύτερα τα επίπεδα άγχους που θα αναπτύξει κάθε άτομο μπορούν να προβλεπτούν από τον τύπο προσκόλλησης που έχουν αναπτύξει τα ίδια τα άτομα με τους γονείς τους. Συγκεκριμένα η προσκόλληση με τη μητέρα φάνηκε να είναι πιο σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους συγκριτικά με την προσκόλληση με τον πατέρα [$p = 0,035, p < .05$]. Όσον αφορά τις στρατηγικές αντιμετώπισης, το είδος στρατηγικής 'επικεντρωμένης στο πρόβλημα' σχετιζόταν με σημαντικά περισσότερα θετικά συναισθήματα πριν [$p = 0,025, p < .05$] και μετά την παρουσίαση [$p = 0,031, p < .05$] συγκριτικά με το είδος στρατηγικής 'επικεντρωμένης στο συναίσθημα'. Αντίθετα το είδος στρατηγικής 'επικεντρωμένης στο συναίσθημα' σχετιζόταν με περισσότερα αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση [$p = 0,004, p < .05$]. Επομένως, στις περιπτώσεις που ακολουθείται η στρατηγική η 'επικεντρωμένη στο συναίσθημα' τα συναισθήματα είναι πάντα θετικά. Αυτό οδηγεί στην υπόθεση ότι ενδεχομένως η στρατηγική που επικεντρώνεται στο πρόβλημα είναι να πιο αποτελεσματική και να εξασφαλίζει και υψηλότερη επίδοση όταν υιοθετείται από τα άτομα. Η υπόθεση αυτή μπορεί να επιβεβαιωθεί από μια μελλοντική έρευνα πάνω στις στρατηγικές αντιμετώπισης και την επίδοση. Επιπλέον φάνηκε ότι η αλληλεπίδραση προσκόλλησης και στρατηγικών αντιμετώπισης μπορεί να προβλέψει σημαντικά την επίδοση.

Η παρούσα έρευνα βέβαια παρουσιάζει και κάποιους περιορισμούς: α) είναι συναφειακή μελέτη και δεν επιτρέπει την εξαγωγή συμπερασμάτων ως προς το αιτιώδες των σχέσεων, το αν δηλαδή η προσκόλληση ή οι στρατηγικές αντιμετώπισης θα μπορούσαν να αποτελούν καθαρή αιτία του άγχους και της επίδοσης, κάτι το οποίο θα μπορούσε να είναι εφικτό μέσω μιας πειραματικής μελέτης, β) το δείγμα αποτελείται ως επί το πλείστον από κορίτσια γεγονός που δεν επιτρέπει την εξέταση διαφυλικών διαφορών όσον αφορά τη μέτρηση του άγχους και της επίδοσης, γ) δε μελετήθηκε το γνωστικό αντικείμενο πάνω στο οποίο γίνονταν οι παρουσιάσεις των συμμετεχόντων. Η συγκεκριμένη παράμετρος θα είχε ως στόχο να εξετάσει κατά πόσο η φύση του γνωστικού αντικειμένου παρουσίασης και η ενδεχόμενη δυσκολία του θα συνέβαλαν ή όχι στην αύξηση ή μείωση των επιπέδων άγχους και επίδοσης. Μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να μελετήσει διαπολιτισμικές διαφορές όσον αφορά το άγχος σε ένα δείγμα φοιτητών διαφορετικών εθνοτήτων. Επιπλέον θα μπορούσαν να συγκριθούν τα επίπεδα άγχους με το έτος φοίτησης στο πανεπιστήμιο και να διαπιστωθεί αν και κατά πόσο επηρεάζει το έτος φοίτησης τα επίπεδα άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίασης. Ακόμα χρήσιμο θα ήταν να μελετηθούν τόσο το άγχος όσο και η επίδοση σε μια σειρά από διάφορες άλλες συνθήκες εκτός από την παρουσίαση μπροστά σε κοινό που μελετήθηκε από την παρούσα έρευνα όπως για παράδειγμα (στον αθλητισμό, ή στον εργασιακό χώρο). Επιπρόσθετα, θα μπορούσαν να μελετηθούν με μια προβλεπτική μελέτη τα επίπεδα άγχους στις μικρές τάξεις του σχολείου και το πως το άγχος αυτό μπορεί να επηρεάσει τη σχολική επίδοση. Μια τέτοια έρευνα θα μπορούσε να συντελέσει στο σχεδιασμό ενδοσχολικών προγραμμάτων και στον καλύτερο καταμερισμό της ύλης των μαθημάτων στο σχολείο με τέτοιο τρόπο ώστε να γίνει πιο ευχάριστο και λιγότερο αγχογόνο.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

- Ainsworth, M. D. S., Bell, S. M., & Stayton, D. J. (1975). *Infant-mother attachment and social development: Socialization as a product of reciprocal responsiveness to signals*. In M. Richards (Ed.), *The integration of the child into a social world*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. Vol. 1: Attachment. London: Hogarth Press.
- Buelow & Sidne, A., (2002). Client attachment and coping resources. *Counselling Psychology Quarterly*, Vol 15 (2), pp. 145-152.
- Cannon, W.B. (1927). *The James-Lange theory of emotion: A critical examination and an alternative theory*. *American Journal of Psychology*, 39, 106-124.
- Cukor, Daniel, Yeshiva. (2004). *The relation between parenting patterns, childhood events, and cognitive schema*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering, Vol 65 (1-B), pp. 432.
- Friedman, H., (1990). *Personality and Disease*. New York: Wiley.
- Greenberger, E., & McLaughlin, C. (1998). *Attachment, Coping, and Explanatory Style in Late Adolescence*. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 27, No. 2, 121-139.
- Harvey, M., & Byrd, M., (2000). *Relationships Between Adolescents' Attachment Styles And Family Functioning*. *Adolescence*.
- Holmes, T., & Masuda, M. (1974). *Life change and stress susceptibility*. In B.S Dohrenwend, B.P. Dohrendwend (eds). *Stressful Life events: their nature and effects*. New York: Wiley, 45-72.
- Jacobsen, T., & Hoffman, V. (1997). *Children's attachment representations: Longitudinal relations to school behavior and academic competency in middle childhood and adolescence*. *Developmental Psychology*, 33, 703-710.
- Jones, D., Forehand, R., & Beach, S. (2000). *Maternal And Paternal Parenting During Adolescence: Forecasting Early Adult Psychosocial Adjustment*. *Adolescence*.
- Klag, M., Whelton, P., Grim, C., Kuller, L. (1991). *The association of skin color and blood pressure in US blacks with low socioeconomic status*. *J Am Med Assoc*; 265: 599-602.
- Lazarus, R., S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. NY: Springer.

- Lerner, D. G., & Kruger, L.J. (1997). *Attachment, self-concept and academic motivation in high school students*. American Journal of Orthopsychiatry, 67, 485-492.
- Leiter, M., & Maslach, C., (1988). The impact of interpersonal burnout and organizational commitment. J Organ Behav ; 9: 297-308.
- Lussier, Y., Sabourin, S., & Turgeon, C. (1997). *Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment*. J. Soc. Pers. Relat. 14: 777-791.
- Mason, Lauren K., (2005). *Attachment classification, parental bonding and parental authority as they relate to anxiety, depression, and self-efficacy from a multicultural perspective*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering, Vol 65 (7-B), pp. 3715.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). *Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health*. In G. J.O. Fletcher & M.S. Clark (Eds.), Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes (pp. 537-557). Oxford: Blackwell.
- Mikulincer, M., & Sheffi, E. (2000). *Adult Attachment Style and Cognitive Reactions to Positive Affect: A Test of Mental Categorization and Creative Problem Solving*. Motivation and Emotion, 24 (3), 149-174.
- Papini, D. R., & Roggman, L.A. (1992). *Adolescent perceived attachment to parents in relation to competence, depression, and anxiety: A longitudinal study*. Journal of Early Adolescence, 12, 420-440.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L.B. (1979). *A Parental Bonding Instrument*. British Journal of Medical Psychology, 1979, 52, 1-10.
- Rahe, R., & Arthur, R. (1978). *Life change and illness studies: past history and future directions*. J Hum Stress ; March: 3-15.
- Schaufeli, W., Maslach, C., & Marker, T. (1993). *Professional burnout: recent developments in theory and research*. Washington, DC: Taylor and Francis.
- Shaikh, Babar, T. (2004). *Students, Stress and Coping Strategies: A Case of Pakistani Medical School*. Education for Health: Change in Learning & Practice, Vol 17 (3), pp.346-353.
- Tchakmakjian, G., (2004). *Attachment and emotional adjustment: The association with self-efficacy and social anxiety in young Armenian adults*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering, Vol 64 (10-B), pp.5237.

Torquati, J., & Vazsonyi, A., (1998). *Attachment as an Organizational Construct for Affect, Appraisals, and Coping of Late Adolescent Females*. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 28, No. 5, 545-562.

Mason, Lauren K., (2005). *Attachment classification, parental bonding and parental authority as they relate to anxiety, depression, and self-efficacy from a multicultural perspective*. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, Vol 65 (7-B), pp. 3715.

Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, Λ. (2001). *Τα έξι πρώτα χρόνια της ζωής*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Σόλμαν, Μ. (1997). *Αναπτυξιακή Ψυχολογία, Παρελθόν, Παρόν, Μέλλον*. Επιμ. Κουγιουμτζάκης Ι. Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

Ευχαρίστιες

Στο σημείο αυτό θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τον επόπτη καθηγητή μου κύριο Γεώργιο Σιδερίδη Αναπληρωτή Καθηγητή Αναπτυξιακής Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης για την πολύτιμη βοήθεια που μου προσέφερε για τη διεκπεραίωση της παρούσας εργασίας, καθώς και για το ενδιαφέρον και την εμπιστοσύνη που μου έδειξε. Ακόμα θα ήθελα να ευχαριστήσω τη φίλη και συμφοιτήτρια μου Βάια Μάρου για την εποικοδομητική συνεργασία μας στη συλλογή των δεδομένων. Επίσης όλους τους φοιτητές και φοιτήτριες που δέχτηκαν πρόθυμα να συμμετάσχουν στην παρούσα έρευνα καθώς και τους καθηγητές των Τμήματων της Ψυχολογίας, Παιδαγωγικού Δημοτικής Εκπαίδευσης και Φιλολογίας για τη συγκατάθεσή τους να γίνουν οι μετρήσεις κατά τη διάρκεια των παρουσιάσεων στα σεμινάρια τους. Τέλος θα ήθελα να ευχαριστήσω το φίλο Παναγιώτη Πανογιάννη για τη βοήθεια του στην εύρεση υλικού.

ΠΙΝΑΚΕΣ

Πίνακας 1

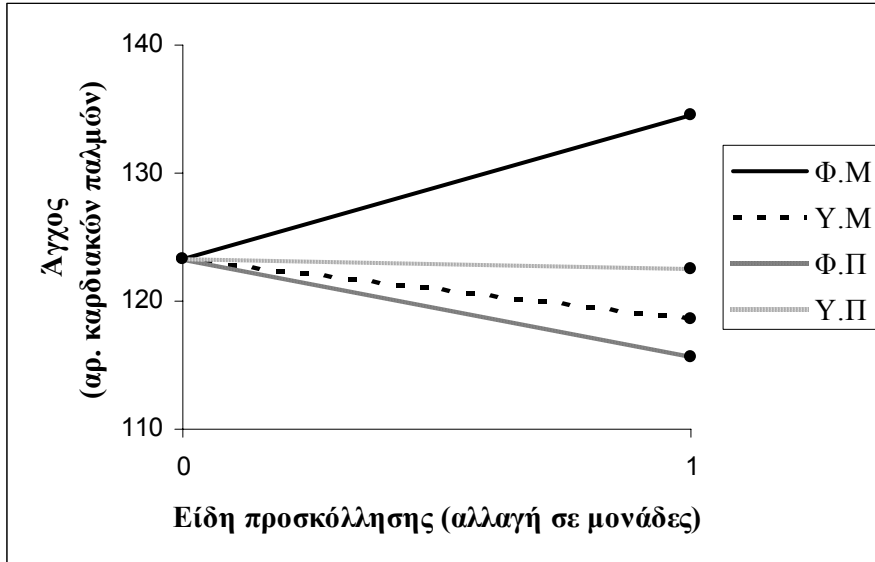
Περιγραφικά στοιχεία των μεταβλητών που χρησιμοποιήθηκαν

Μεταβλητές	Μ.Ο	Τυπικές αποκλίσεις	Μέγιστο	Ελάχιστο
Φροντίδα από μητέρα	3,2333	,46354	4,00	2,00
Υπερπροστατευτικότητα από μητέρα	2,1287	,53336	3,31	1,15
Φροντίδα από πατέρα	2,8830	,70022	4,00	1,08
Υπερπροστατευτικότητα από πατέρα	2,1585	,66344	4,00	1,00
Φυσιολογικά (διάστημα 5-10 sec)	125,3623	19,25065	164,00	74,00
Θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση	2,8644	,76878	4,90	1,40
Αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση	1,7481	,56194	3,50	1,00
Θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	3,1660	,80498	4,80	1,40
Αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	1,2941	,38280	2,70	1,00
Επίδοση	3,6674	,81399	5,00	1,78
Στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα	3,2142	,32994	3,88	2,24
Στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα	2,5172	,50827	3,75	1,25

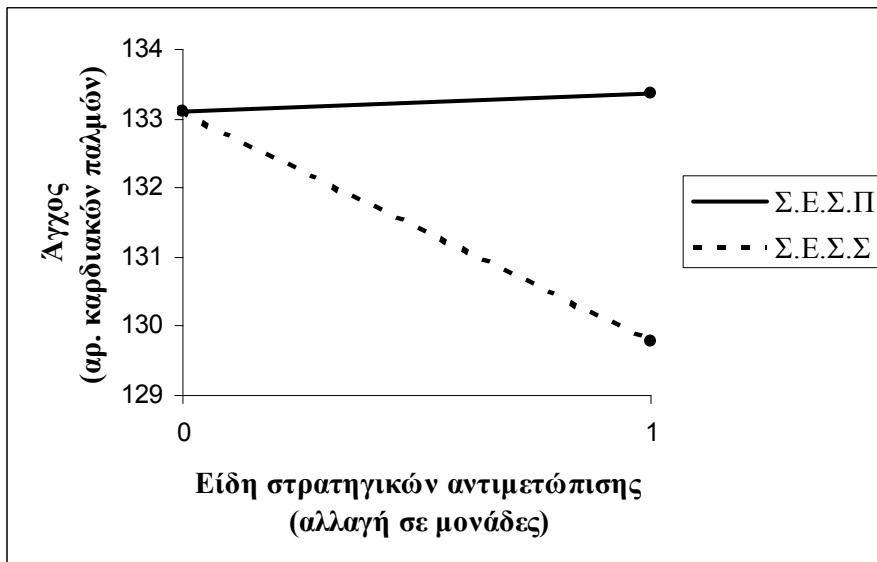
Πίνακας 2 Συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών

Μεταβλητές	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Φροντίδα από μητέρα	1											
2. Υπερπροστατευτικότητα από μητέρα	-,497**	1										
3. Φροντίδα από πατέρα	,611**	-,355**	1									
4. Υπερπροστατευτικότητα από πατέρα	-,333**	,551**	-,522**	1								
5. Φυσιολογικά (διάστημα 5-10 sec)	,169	-,174	-,056	-,039	1							
6. Θετικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση	,268*	-,042	,402**	-,272*	-,005	1						
7. Αρνητικά συναισθήματα πριν την παρουσίαση	-,377**	,323**	-,400**	,240*	,130	-,315**	1					
8. Θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	,183	,075	,076	,086	-,059	,467**	,094	1				
9. Αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	-,219	,062	-,062	-,136	-,007	-,069	,414**	-,230*	1			
10. Επίδοση	,102	,154	-,015	,179	,007	,221*	,006	,429**	-,117	1		
11. Στρατηγικές επικεντρωμένες στο πρόβλημα	,148	,008	,306*	-,132	-,026	,253*	-,185	,237*	-,018	-,011	1	
12. Στρατηγικές επικεντρωμένες στο συναίσθημα	-,056	,099	,144	-,187	-,086	,042	,128	,037	,187	-,191	,355**	1

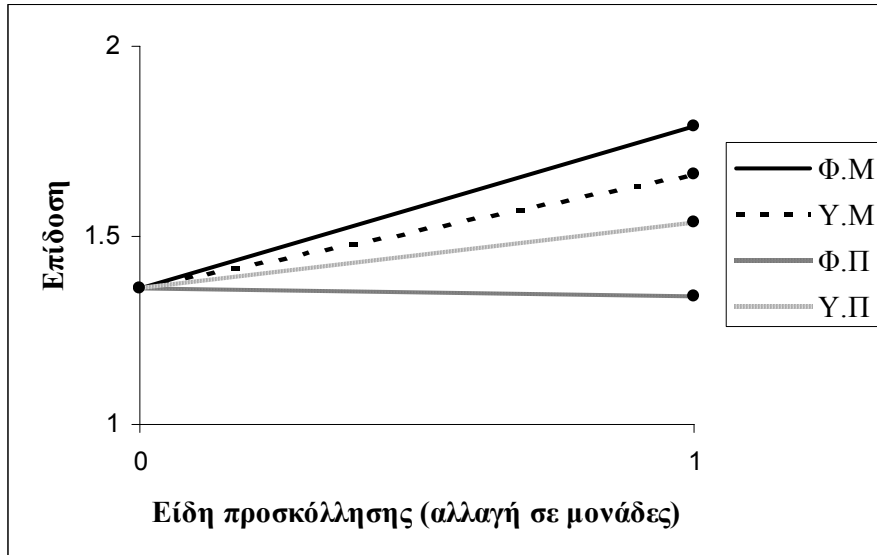
1^ο



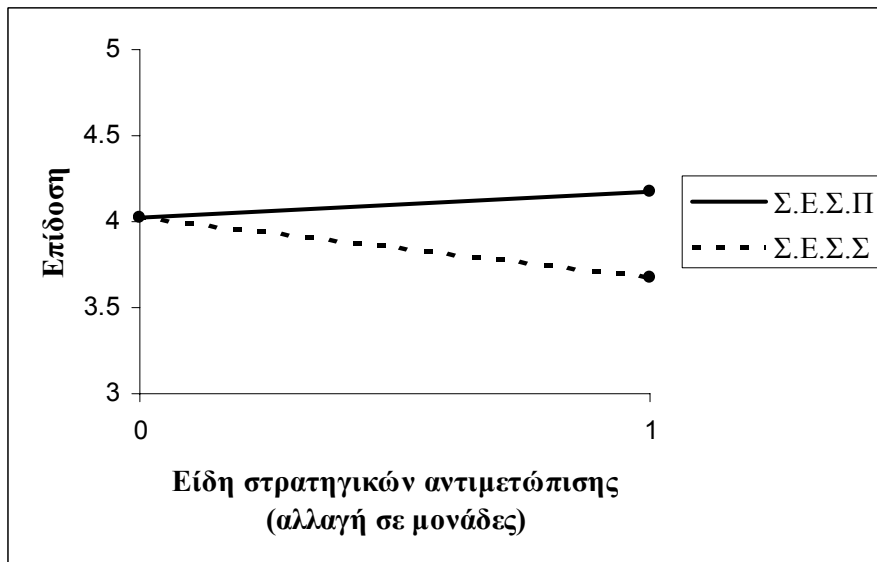
2^ο



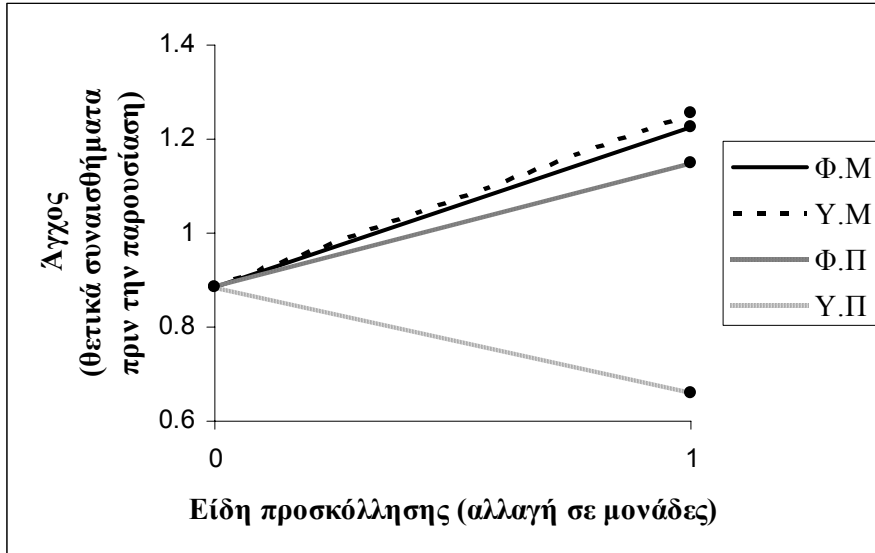
3^ο



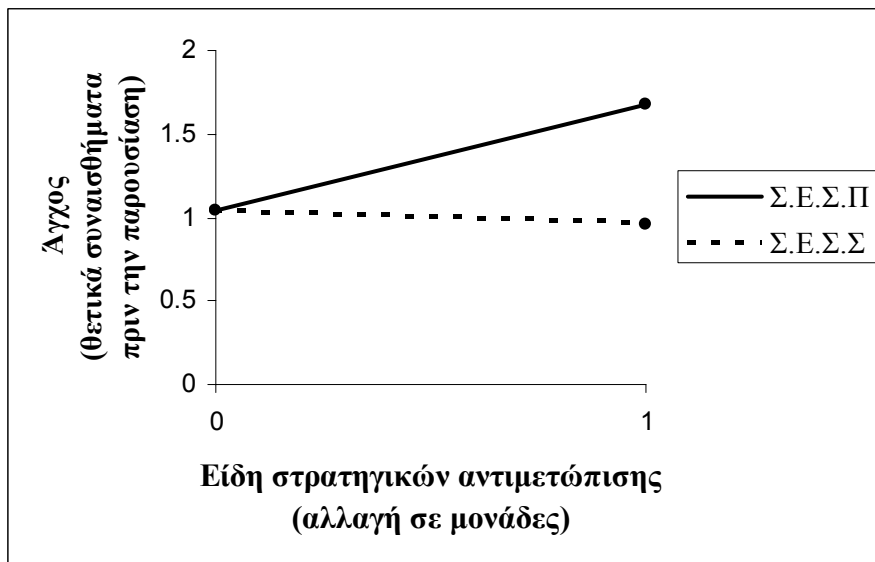
4^ο



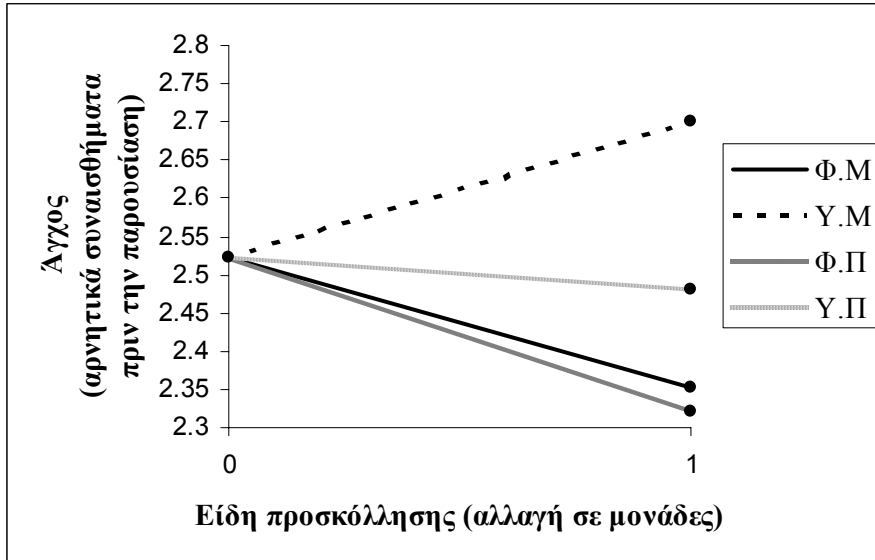
5^ο



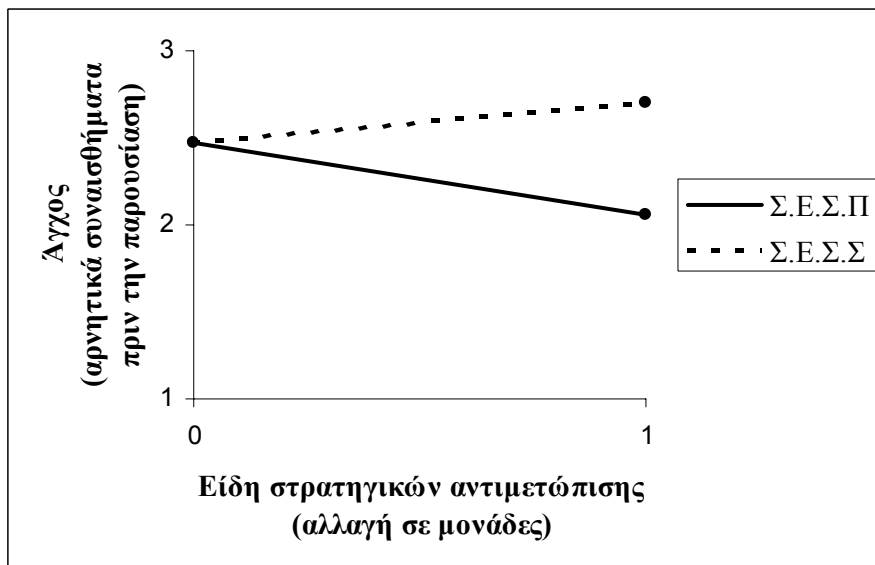
6^ο



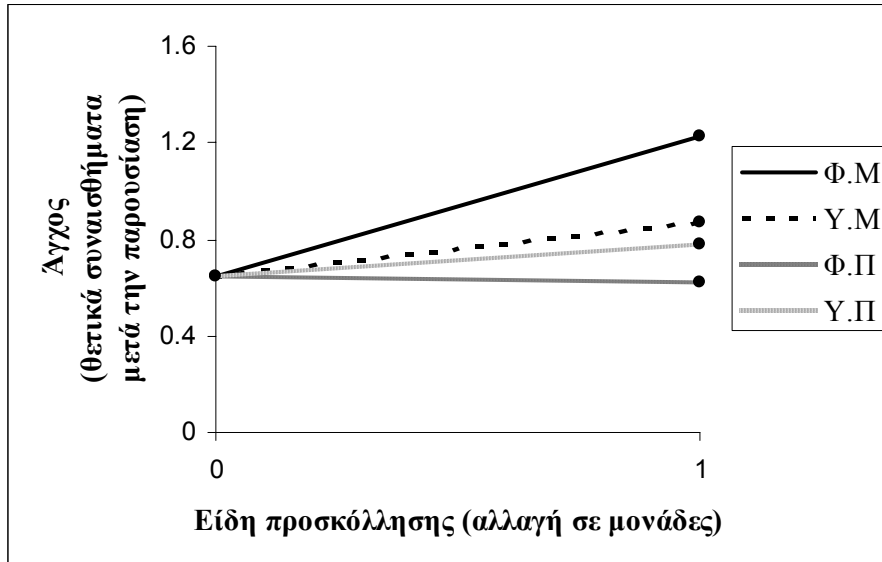
7^ο



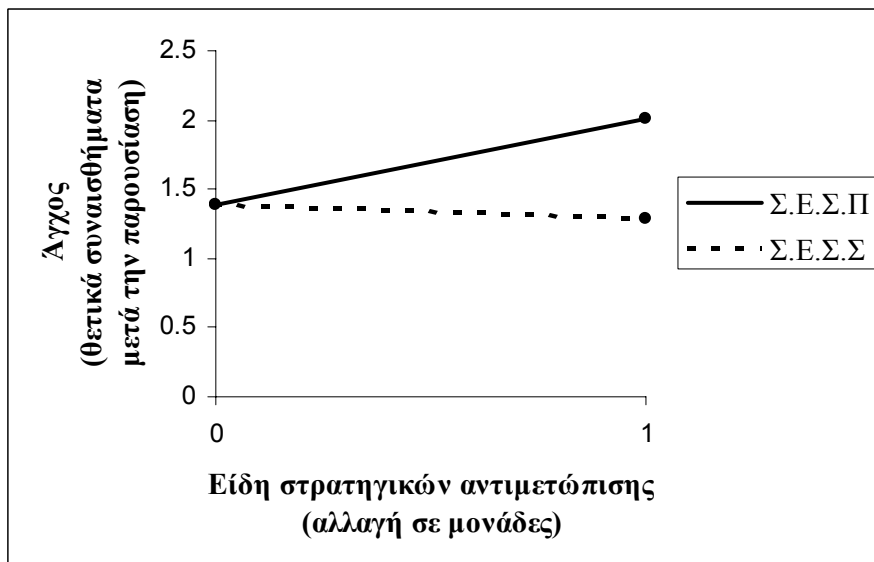
8^ο



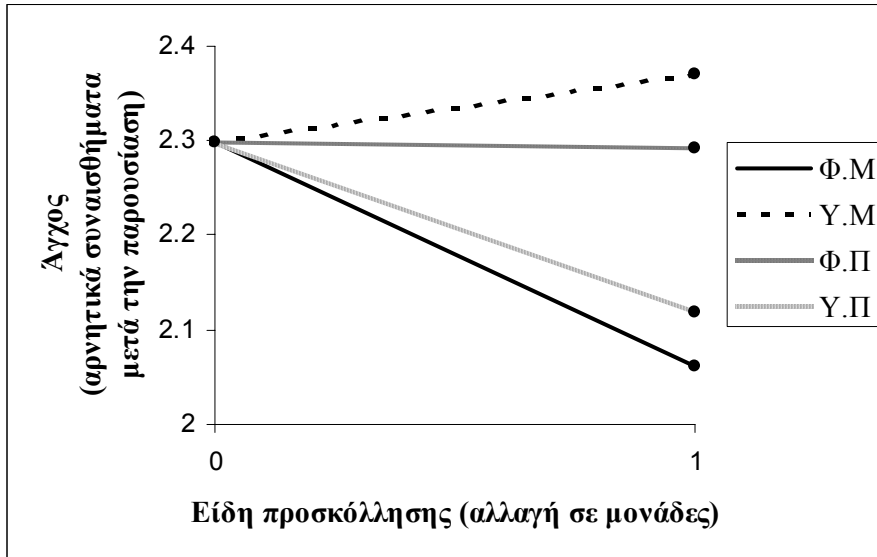
9°



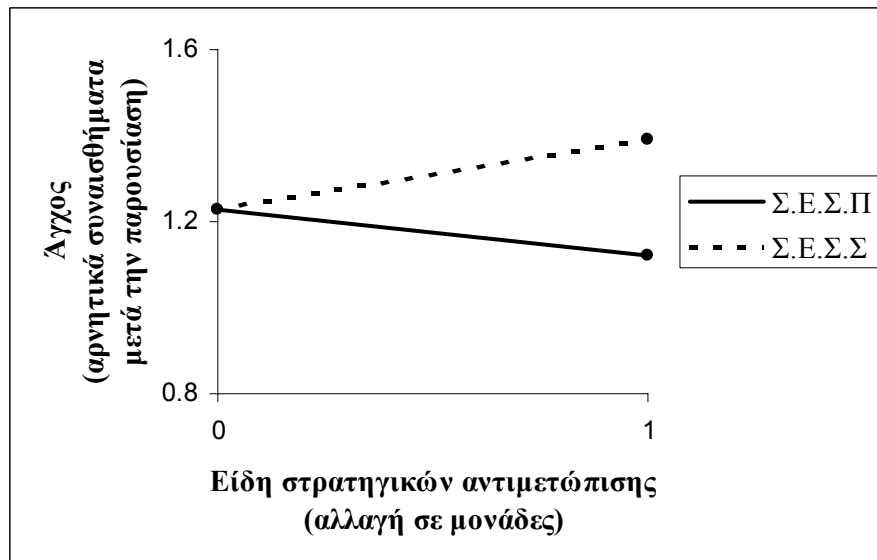
10°



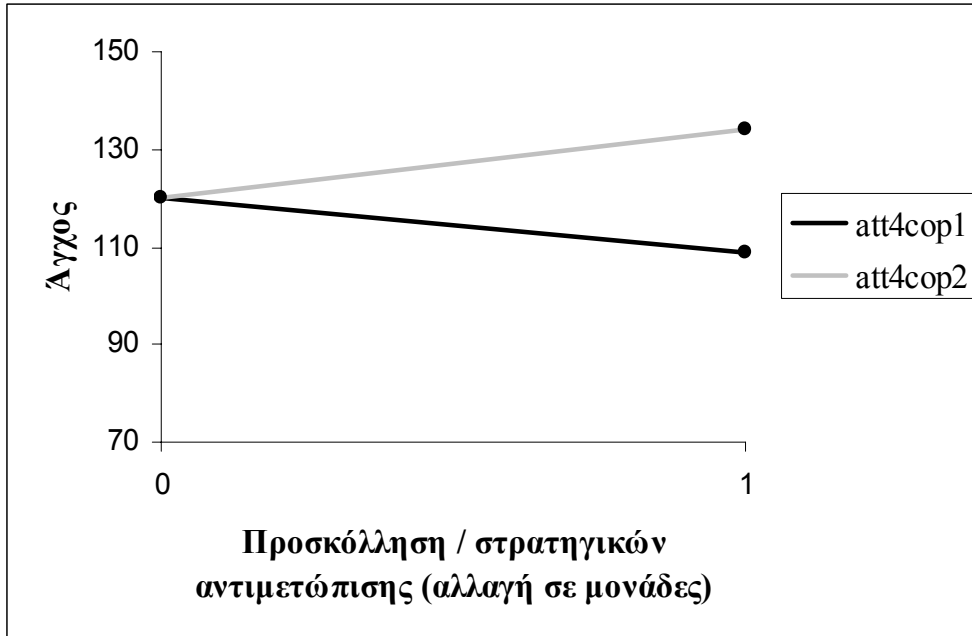
11^ο



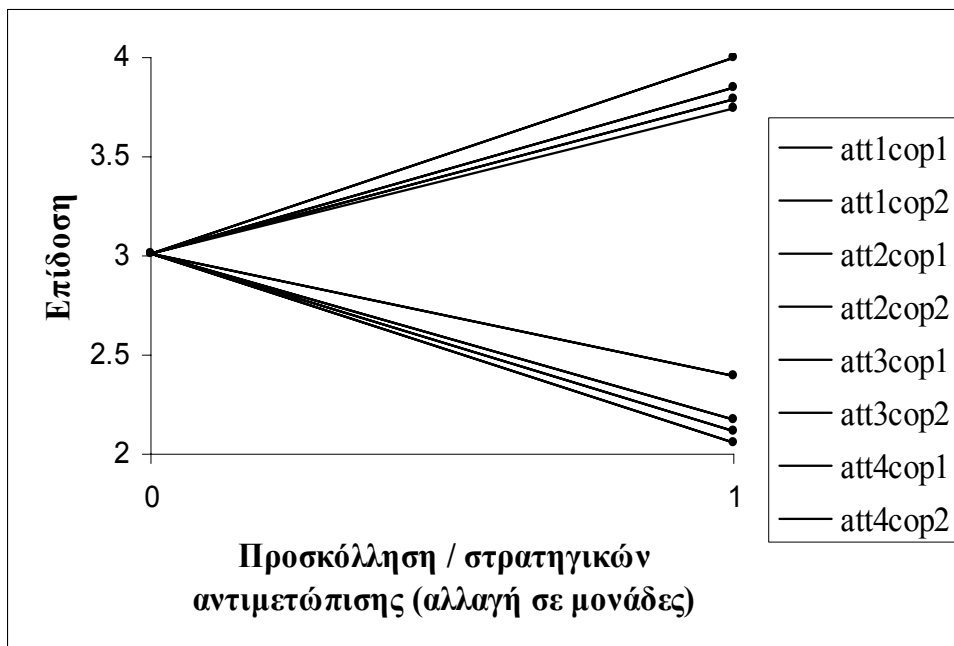
12^ο



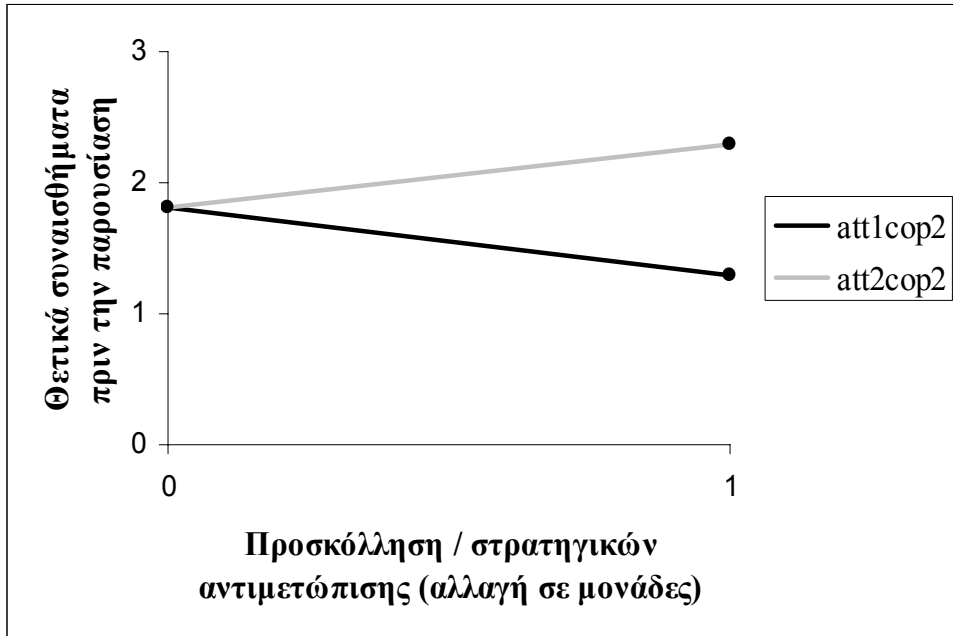
13^ο



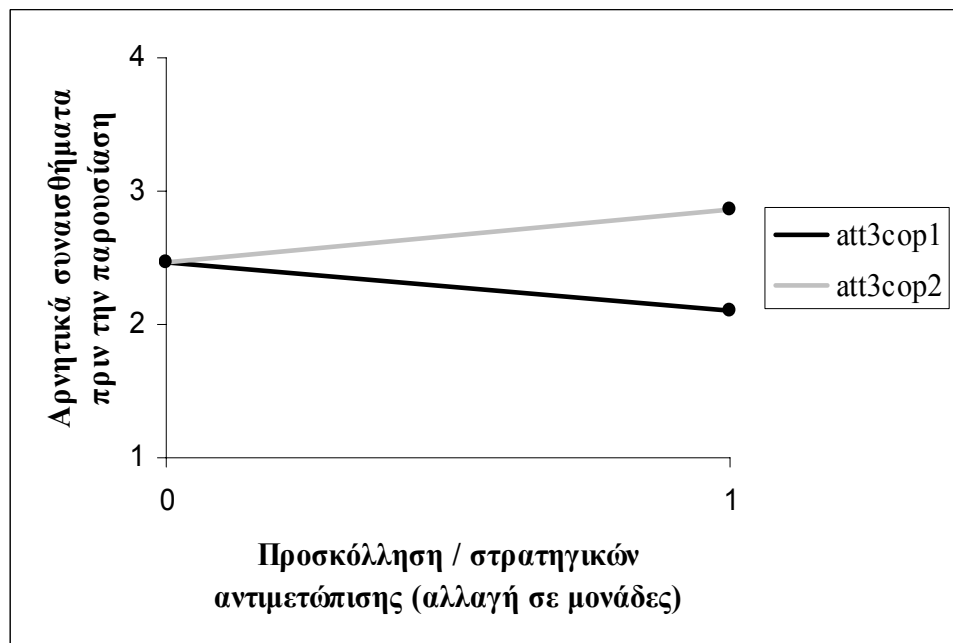
14^ο



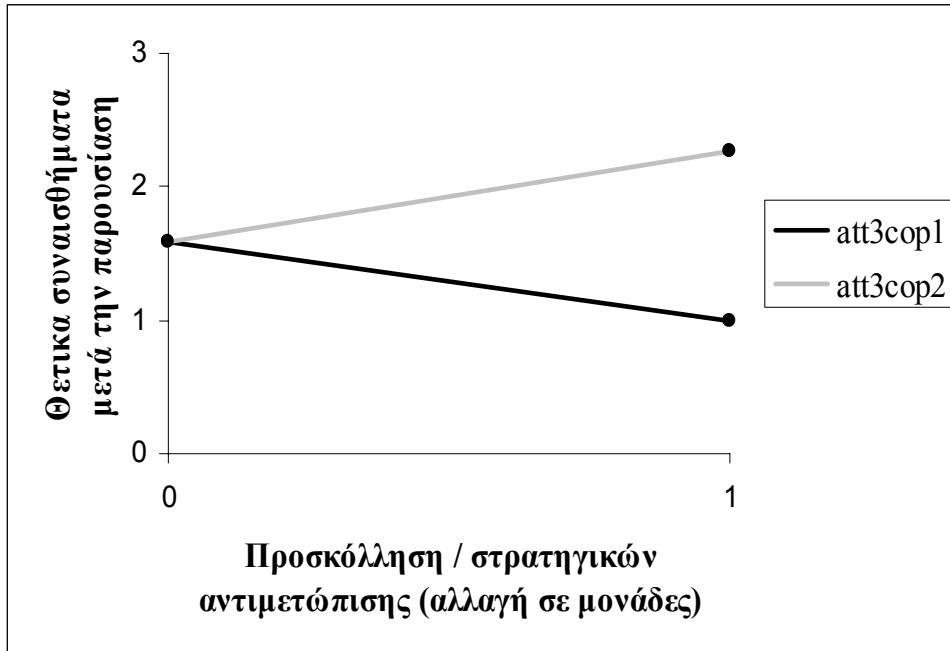
15°



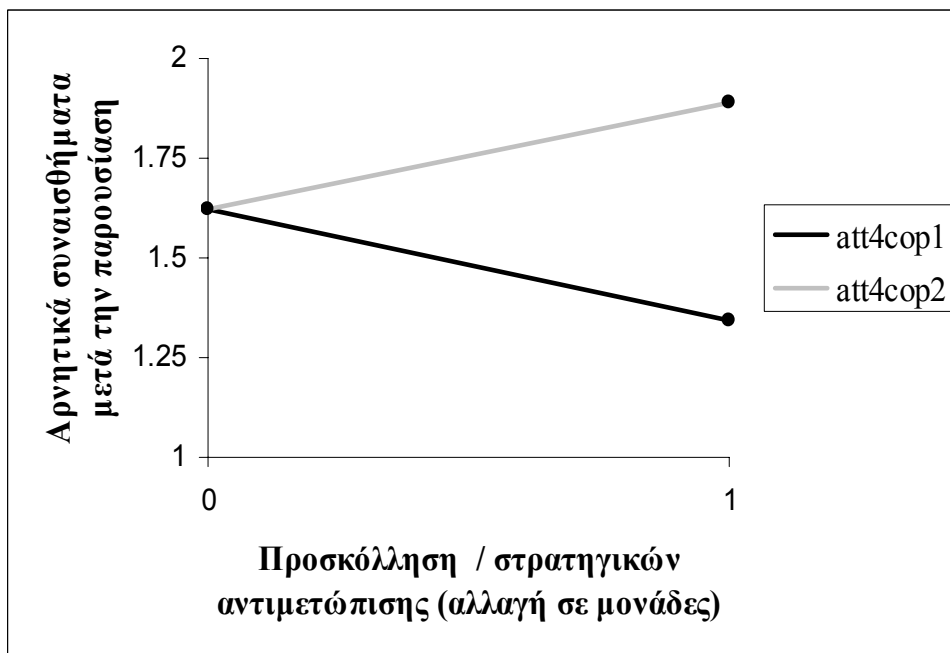
16°



17°



18°



ATTACHMENT STYLES-COPING x physiologika

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{11,162 + 4,799}{\sqrt{8,459^2 + 6,948^2}} = \frac{15,961}{10,94666} = 1,4580703 \cong 1,46$$

p=0,075 ,για df=52

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-7,712 + 0,815}{\sqrt{5,688^2 + 5,686^2}} = \frac{-6,897}{8,9780454} = -0,7682072 \cong 0,77$$

p=0,222, για df=52

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{11,162 + 7,712}{\sqrt{8,459^2 + 5,688^2}} = \frac{18,874}{10,193528} = 1,8515669 \cong 1,85$$

p=0,035, για df=52

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{11,162 + 0,815}{\sqrt{8,459^2 + 5,686^2}} = \frac{11,977}{10,192412} = 1,1750898 \cong 1,18$$

p=0,121, για df=52

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-4,799 + 7,712}{\sqrt{6,948^2 + 5,688^2}} = \frac{2,913}{8,9793122} = 0,3244123 \cong 0,32$$

p=0,375, για df=52

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-4,799 + 0,815}{\sqrt{6,948^2 + 5,686^2}} = \frac{-3,984}{8,9780456} = -0,4437491 \cong 0,44$$

p=0,330, για df=52

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,261 + 3,302}{\sqrt{7,685^2 + 4,974^2}} = \frac{3,563}{9,1542285} = 0,389219 \cong 0,39$$

p=0,348, df=67

ATTACHMENT STYLES-COPING x PAPRE1

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,337 - 0,339}{\sqrt{0,276^2 + 0,225^2}} = \frac{-0,002}{0,126801} = -0,01577275 \cong 0,016$$

p=0,493 για df=53

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,260 + 0,226}{\sqrt{0,185^2 + 0,186^2}} = \frac{0,486}{0,26233757} = 1,85257491 \cong 1,85$$

p=0,034, για df=53

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,337 - 0,260}{\sqrt{0,276^2 + 0,185^2}} = \frac{0,077}{0,33226646} = 0,23174172 \cong 0,23$$

p=0,409, για df=53

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,337 + 0,226}{\sqrt{0,276^2 + 0,186^2}} = \frac{0,563}{0,33282428} = 1,69158332 \cong 1,69$$

$p=0,048$, για $df=53$

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,339 - 0,260}{\sqrt{0,225^2 + 0,185^2}} = \frac{0,079}{0,29129023} = 0,27120717 \cong 0,27$$

$p=0,394$, για $df=53$

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,339 + 0,226}{\sqrt{0,225^2 + 0,186^2}} = \frac{0,565}{0,29192636} = 1,9354196 \cong 1,94$$

$p=0,028$, για $df=53$

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,630 + 0,080}{\sqrt{0,298^2 + 0,197^2}} = \frac{0,71}{0,35722962} = 1,98751716 \cong 1,99$$

$p=0,025$, $df=67$

ATTACHMENT STYLES-COPING x NAPRE1

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,170 - 0,179}{\sqrt{0,198^2 + 0,162^2}} = \frac{-0,349}{0,25582807} = -1,36419745 \cong -1,36$$

p=0,089 για df=53

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,200 + 0,041}{\sqrt{0,133^2 + 0,133^2}} = \frac{-0,159}{0,1880904} = 0,3470904 \cong 0,35$$

p=0,363, για df=53

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,170 + 0,200}{\sqrt{0,198^2 + 0,133^2}} = \frac{0,03}{0,23852254} = 0,12577428 \cong 0,13$$

p=0,448, για df=53

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,170 + 0,041}{\sqrt{0,198^2 + 0,133^2}} = \frac{-0,129}{0,23852254} = 0,54082939 \cong 0,54$$

$p=0,295$, για $df=53$

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,179 + 0,200}{\sqrt{0,162^2 + 0,133^2}} = \frac{0,379}{0,209602} = 1,80818885 \cong 1,81$$

$p=0,038$, για $df=53$

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,179 + 0,041}{\sqrt{0,162^2 + 0,133^2}} = \frac{0,22}{0,209602} = 1,04960831 \cong 1,05$$

$p=0,149$, για $df=53$

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,413 - 0,229}{\sqrt{0,201^2 + 0,133^2}} = \frac{-0,642}{0,24101867} = -2,66359406 \cong -2,66$$

$p=0,004$, $df=67$

ATTACHMENT STYLES-COPING x PAPOST

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,584 - 0,228}{\sqrt{0,315^2 + 0,262^2}} = \frac{-0,812}{0,4097182} = -1,98184996 \cong -1,98$$

p=0,026 για df=51

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,024 - 0,138}{\sqrt{0,207^2 + 0,221^2}} = \frac{-0,162}{0,30280357} = -0,5350003 \cong -0,54$$

p=0,295, για df=51

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,584 + 0,024}{\sqrt{0,315^2 + 0,207^2}} = \frac{0,608}{0,37692705} = 1,61304422 \cong 1,61$$

p=0,056, για df=51

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,584 - 0,138}{\sqrt{0,315^2 + 0,221^2}} = \frac{0,446}{0,38479345} = 1,15906339 \cong 1,16$$

$p=0,125$, για $df=51$

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,228 + 0,024}{\sqrt{0,262^2 + 0,207^2}} = \frac{0,252}{0,33390568} = 0,75470414 \cong 0,75$$

$p=0,228$, για $df=51$

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,228 - 0,138}{\sqrt{0,262^2 + 0,221^2}} = \frac{0,09}{0,34276085} = 0,26257374 \cong 0,26$$

$p=0,397$, για $df=51$

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,622 + 0,089}{\sqrt{0,315^2 + 0,204^2}} = \frac{0,711}{0,37528789} = 1,89454554 \cong 1,89$$

$p=0,031$, $df=66$

ATTACHMENT STYLES-COPING x NAPOST

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,236 - 0,072}{\sqrt{0,147^2 + 0,122^2}} = \frac{-0,308}{0,19103141} = -1,6123003 \cong 1,61$$

p=0,056 για df=51

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,006 + 0,179}{\sqrt{0,096^2 + 0,103^2}} = \frac{0,173}{0,14080128} = 1,22868201 \cong 1,23$$

p=0,112, για df=51

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,236 + 0,006}{\sqrt{0,147^2 + 0,096^2}} = \frac{-0,23}{0,1755705} = -1,31001507 \cong -1,31$$

p=0,098, για df=51

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,236 + 0,179}{\sqrt{0,147^2 + 0,103^2}} = \frac{-0,057}{0,17949373} = -0,31755984 \cong -0,32$$

p=0,375, για df=51

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,072 + 0,006}{\sqrt{0,122^2 + 0,096^2}} = \frac{0,078}{0,15524175} = 0,502442216 \cong 0,50$$

p=0,309, για df=51

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,072 + 0,179}{\sqrt{0,122^2 + 0,103^2}} = \frac{0,251}{0,15966527} = 1,5720388 \cong 1,57$$

p=0,061, για df=51

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,110 - 0,161}{\sqrt{0,147^2 + 0,095^2}} = \frac{-0,271}{0,17502571} = -1,54834395 \cong -1,55$$

p=0,062, df=66

ATTACHMENT STYLES-COPING x PREMEAN

$$t_{\text{caremothvsvermoth}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,428 - 0,304}{\sqrt{0,341^2 + 0,279^2}} = \frac{0,124}{0,44059278} = 0,28143902 \cong 0,28$$

p=0,390 για df=53

$$t_{\text{carefathvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,020 - 0,175}{\sqrt{0,229^2 + 0,229^2}} = \frac{-0,195}{0,32385491} = -0,60212149 \cong -0,60$$

p=0,275, για df=53

$$t_{\text{caremothvscarefath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,428 + 0,020}{\sqrt{0,341^2 + 0,229^2}} = \frac{0,448}{0,41075784} = 1,09066695 \cong 1,09$$

p=0,140, για df=53

$$t_{\text{caremothvsverfath}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,428 - 0,175}{\sqrt{0,341^2 + 0,229^2}} = \frac{0,253}{0,41075784} = 0,61593468 \cong 0,62$$

$p=0,268$, για $df=53$

$$tovermothvscarefath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,304 + 0,020}{\sqrt{0,279^2 + 0,229^2}} = \frac{0,324}{0,36094598} = 0,89764125 \cong 0,90$$

$p=0,186$, για $df=53$

$$tovermothvsoverfath = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,304 - 0,175}{\sqrt{0,279^2 + 0,229^2}} = \frac{0,129}{0,36094598} = 0,3573942 \cong 0,36$$

$p=0,360$, για $df=53$

$$tlfpfvslfef = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,160 + 0,343}{\sqrt{0,318^2 + 0,207^2}} = \frac{0,503}{0,37943774} = 1,32564568 \cong 1,33$$

$p=0,093$, $df=68$

INTERACTION ATTACHMENT/COPING VS PHYSIOL STRESS

$$tatt4cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-11,357 - 14,286}{\sqrt{10,955^2 + 13,496^2}} = \frac{-25,643}{17,382578} = 1,4752127 \cong 1,48$$

p=0,072 για df=52

INTERACTION ATT/COP VS PREMEAN

$$tatt1cop1vsatt1cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 + 0,952}{\sqrt{0,382^2 + 0,461^2}} = \frac{1,793}{0,358445} = 5,0021618 \cong 5$$

p=, για df=

$$tatt1cop1vsatt2cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 - 0,784}{\sqrt{0,382^2 + 0,428^2}} = \frac{0,057}{0,0381994} = 1,49217 \cong 1,49$$

p=0,071, για df=53

$$tatt1cop1vsatt2cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 + 0,896}{\sqrt{0,382^2 + 0,543^2}} = \frac{1,737}{0,6639073} = 2,6160702 \cong 2,62$$

p=0,005, για df=53

$$tatt1cop1vsatt3cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 + 0,840}{\sqrt{0,382^2 + 0,408^2}} = \frac{1,681}{0,5589168} = 3,0076032 \cong 3,1$$

p=0,001, για df=53

$$tatt1cop1vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 - 0,986}{\sqrt{0,382^2 + 0,495^2}} = \frac{-0,145}{1,0657973} = -0,1360483 \cong 0,14$$

p=0,444, για df=53

$$tatt1cop1vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 + 0,606}{\sqrt{0,382^2 + 0,419^2}} = \frac{1,447}{0,5669964} = 2,5520444 \cong 2,55$$

p=0,006, df=53

$$tatt1cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,841 - 0,736}{\sqrt{0,382^2 + 0,516^2}} = \frac{0,105}{0,3854691} = 0,2723953 \cong 0,27$$

p= 0,394 ,για df=53

$$tatt1cop2vsatt2cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 - 0,784}{\sqrt{0,461^2 + 0,428^2}} = \frac{-1,736}{0,6290508} = 2,7597135 \cong 2,76$$

p=0,003, για df=53

$$tatt1cop2vsatt2cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 + 0,896}{\sqrt{0,461^2 + 0,543^2}} = \frac{0,056}{0,712299} = 0,0786186 \cong 0,08$$

p=0,468, για df=53

$$tatt1cop2vsatt3cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 + 0,840}{\sqrt{0,461^2 + 0,408^2}} = \frac{-0,112}{0,6156175} = 0,1819311 \cong 0,18$$

p=0,428, για df=53

$$tatt1cop2vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 - 0,986}{\sqrt{0,461^2 + 0,495^2}} = \frac{-1,938}{0,6764214} = 2,8650778 \cong 2,87$$

p=0,002, για df=53

$$tatt1cop2vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 + 0,606}{\sqrt{0,461^2 + 0,419^2}} = \frac{-0,346}{0,6229622} = -0,5554109 \cong 0,56$$

p=0,288, για df=53

$$tatt1cop2vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,952 - 0,736}{\sqrt{0,461^2 + 0,516^2}} = \frac{-1,688}{0,6921249} = -2,4388661 \cong 2,44$$

p=0,009, df=53

$$tatt2cop1vsatt2cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_1^2}} = \frac{0,784 + 0,896}{\sqrt{0,428^2 + 0,543^2}} = \frac{1,68}{0,6580524} = 2,5529881 \cong 2,55$$

p=0,006 για df=53

$$tatt2cop1vsatt3cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,784 + 0,840}{\sqrt{0,428^2 + 0,408^2}} = \frac{1,624}{0,5913104} = 2,7464424 \cong 2,75$$

p=0,004, για df=53

$$tatt2cop1vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,784 - 0,986}{\sqrt{0,428^2 + 0,495^2}} = \frac{-0,202}{0,6543768} = 0,3086906 \cong 0,31$$

p=0,378, για df=53

$$tatt2cop1vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,784 + 0,606}{\sqrt{0,428^2 + 0,419^2}} = \frac{1,39}{0,5989532} = 2,3207155 \cong 2,32$$

p=0,012, για df=53

$$tatt2cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,784 - 0,736}{\sqrt{0,428^2 + 0,516^2}} = \frac{0,048}{0,6704028} = 0,0715987 \cong 0,07$$

$p=0,472$, για $df=53$

$$tatt2cop2vsatt3cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,896 + 0,840}{\sqrt{0,543^2 + 0,408^2}} = \frac{-0,056}{0,6452232} = 0,0867916 \cong 0,09$$

$p=0,464$, για $df=53$

$$tatt2cop2vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,896 - 0,986}{\sqrt{0,543^2 + 0,495^2}} = \frac{-1,882}{0,7034728} = -2,6752988 \cong 2,68$$

$p=0,004$, $df=53$

$$tatt2cop2vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,896 + 0,606}{\sqrt{0,543^2 + 0,419^2}} = \frac{-0,29}{0,6522346} = 0,4446252 \cong 0,44$$

$p=0,330$, για $df=53$

$$tatt2cop2vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,896 - 0,736}{\sqrt{0,543^2 + 0,516^2}} = \frac{-1,632}{0,7184044} = -2,271701 \cong -2,27$$

$p=0,013$, για $df=53$

$$tatt3cop1vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,840 - 0,986}{\sqrt{0,408^2 + 0,495^2}} = \frac{-1,826}{0,641474} = -2,8465689 \cong 2,85$$

$p=0,003$, για $df=53$

$$tatt3cop1vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,840 + 0,606}{\sqrt{0,408^2 + 0,419^2}} = \frac{-0,234}{0,584829} = -0,4001169 \cong 0,40$$

$p=0,345$, για $df=53$

$$tatt3cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,840 - 0,736}{\sqrt{0,408^2 + 0,516^2}} = \frac{-1,576}{0,6578145} = -2,3958121 \cong 2,40$$

$p=0,009$, για $df=53$

$$tatt3cop2vsatt4cop1 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,986 + 0,606}{\sqrt{0,495^2 + 0,419^2}} = \frac{1,592}{0,648526} = 2,4547974 \cong 2,45$$

p=0,008, για df=53

$$tatt3cop2vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,986 - 0,736}{\sqrt{0,495^2 + 0,516^2}} = \frac{0,25}{0,7150391} = 0,3496312 \cong 0,35$$

p=0,363, df=53

$$tatt4cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_1^2}} = \frac{-0,606 - 0,736}{\sqrt{0,419^2 + 0,516^2}} = \frac{-1,342}{0,6646931} = -2,0189768 \cong -2,02$$

p=0,024, για df=53

INTERACTION ATT/COP VS PAPRE 1

$$tatt1cop2vsatt2cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,518 - 0,487}{\sqrt{0,376^2 + 0,442^2}} = \frac{-1,005}{0,580293} = -1,7318837 \cong -1,73$$

p=0,044 , για df=53

INTERACTION ATT/COP VS NAPRE 1

$$tatt3cop1vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,367 - 0,404}{\sqrt{0,246^2 + 0,299^2}} = \frac{-0,771}{0,3871911} = -1,9912647 \cong -1,99$$

p=0,025, για df=53

INTERACTION ATT/COP VS PAPOST 1

$$tatt3cop1vsatt3cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,594 - 0,686}{\sqrt{0,385^2 + 0,467^2}} = \frac{-1,28}{0,6052387} = -2,114868 \cong -2,11$$

p=0,019, για df=51

INTERACTION ATT/COP VS NAPOST 1

$$tatt4cop1vsatt4cop2 = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,279 - 0,278}{\sqrt{0,207^2 + 0,251^2}} = \frac{-0,557}{0,3253459} = -1,712024 \cong -1,71$$

p=0,046, για df=51