

Μοναξιά: Σύγχρονα Ερευνητικά δεδομένα του φαινομένου

ΝΙΚΟΛΑΟΣ Χ. ΖΥΓΟΥΡΗΣ¹, ΑΡΓΥΡΗΣ Β. ΚΑΡΑΠΕΤΣΑΣ²

Περίληψη

Το *Children's Depression Inventory (CDI)* χορηγείται σε παιδιά ηλικίας 7- 17 ετών. Κατασκευάστηκε από την Kovacs με βάση το *Beck Depression Inventory*. Η αρχή του σχεδιασμού των κλιμάκων αξιολόγησης είναι ότι η παιδική κατάθλιψη παρουσιάζει παρόμοια συμπτωματολογία με αυτή των ενηλίκων. Συνεπώς, υπάρχουν κλίμακες που αξιολογούν την καταθλιπτική διάθεση, την έλλειψη ευχαρίστησης, τη χαμηλή αυτοεκτίμηση, τις διαταραχές του ύπνου και της λήψης τροφής, την ψυχοκινητική επιβράδυνση, την υπερβολική κόπωση, τη μοναξιά και τον αυτοκτονικό ιδεασμό. Ο βασικός στόχος εκπόνησης του συγκεκριμένου ερευνητικού πρωτοκόλλου είναι η αξιολόγηση της μοναξιάς, όπως αυτή καταγράφεται από το *CDI* σε ερευνητικό πληθυσμό παιδιών με διαταραχές συναισθήματος.

Στην έρευνα συμμετείχαν 80 παιδιά (35 αγόρια και 45 κορίτσια) με μέσο όρο ηλικίας τα 11.86 έτη (Τ.Α. 2.060). Όλοι οι εξεταζόμενοι είχαν λάβει τη διάγνωση κατάθλιψη από το Ιατρείο Άγχους Κατάθλιψης του Ιατροπαιδαγωγικού Κέντρου Αθηνών, του Παιδοψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής. Το σύνολο των παιδιών αξιολογήθηκε και με το *CDI* προκειμένου να διερευνηθεί η συμπτωματολογία της διαταραχής συναισθήματος που βίωναν.

Χρησιμοποιήθηκε περιγραφική στατιστική ανάλυση σύμφωνα με την οποία οι καταθλιπτικοί μαθητές σημείωσαν υψηλά αποτελέσματα στην υποκλίμακα του *CDI* που είναι υπεύθυνη για τη διερεύνηση της μοναξιάς. Επιπλέον, χρησιμοποιήθηκε η μεθοδολογία *t test* για ανεξάρτητα μεταξύ τους δείγματα προκειμένου να αξιολογηθούν οι μέσοι όροι των αποτελεσμάτων των παιδιών και να εντοπιστούν διαφορές σύμφωνα με το φύλο και την ηλικία. Τα αποτελέσματα κατέδειξαν στατιστικά σημαντική διαφορά υπέρ των κοριτσιών ($p < 0.05$) μια και απάντησαν υψηλότερα

στην υποκλίμακα της μοναξιάς σε σύγκριση με τα αγόρια. Επίσης, καταγράφηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ($p < 0.05$) μεταξύ εφήβων και παιδιών μικρότερης ηλικίας με τους πρώτους να σημειώνουν υψηλότερο score στην ίδια υποκλίμακα.

Από την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων του παρόντος ερευνητικού πρωτοκόλλου προκύπτει το συμπέρασμα ότι το σύνολο των παιδιών με κατάθλιψη σημείωσε υψηλά αποτελέσματα στην κλίμακα του *CDI* που αξιολογεί τη μοναξιά. Επιπλέον, τα κορίτσια παρουσίασαν στατιστικά σημαντικούς υψηλότερους μέσους όρους στις απαντήσεις τους στη συγκεκριμένη υποκλίμακα. Τα ίδια αποτελέσματα σημειώθηκαν και στη σύγκριση μεταξύ των ηλικιών των παιδιών με τους εφήβους να καταγράφουν στατιστικά σημαντικό υψηλότερο score στις ερωτήσεις που αξιολογούν τη μοναξιά. Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα καταδεικνύουν ότι η μοναξιά ως σύμπτωμα των διαταραχών συναισθήματος κρίνεται σημαντικό να αξιολογείται στο σχεδιασμό του ψυχοθεραπευτικού προγράμματος των παιδιών και των εφήβων με κατάθλιψη.

Λέξεις κλειδιά: Μοναξιά, ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις.

Εισαγωγή

Τα ερευνητικά δεδομένα για τη συσχέτιση ανάμεσα στις σχέσεις παιδιών με τους συνομήλικους τους και της ψυχολογικής τους προσαρμογής προέρχονται από έρευνες που εξετάζουν τη δημοτικότητα, ένα μονοδιάστατο παράγοντα, ο οποίος αναφέρεται στο βαθμό που ένα παιδί είναι συνδεδεμένο με τους συνομηλικούς του. Επίσης, οι ερευνητές εξετάζουν τη συγκεκριμένη εμπειρία των παιδιών μέσω της φιλίας, που αποτελεί είναι δυαδικό μοντέλο σχέσης. Η θεωρία του Sullivan (1953)¹ προτείνει ότι η δημοτικότητα σε συνδυασμό με τη φιλία αλλάζουν μορφή κατά την ανάπτυξη του παιδιού, σύμφωνα με τις εκάστοτε κοινωνικές συνθήκες.

Η ανάγκη της αποδοχής είναι θεμελιώδης στη μέση παιδική ηλικία και δίνει τη θέση της στην εξάρτηση από την οικειότητα καθώς το παιδί εισέρχεται

1. Διδάκτορας Κλινικής Νευροψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Εργαστήριο Νευροψυχολογίας

2. Καθηγητής Νευροψυχολογίας – Νευρογλωσσολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Εργαστήριο Νευροψυχολογίας

στο στάδιο της προεφηβείας. Σύμφωνα με το συγκεκριμένο μοντέλο οι Parker και Asher², στην έρευνά τους οδηγήθηκαν στο συμπέρασμα ότι η ποιότητα της φιλίας σε συνδυασμό με το δημοτικότητα του παιδιού μέσης παιδικής ηλικίας μπορούν να αποτελέσουν σημαντικούς προβλεπτικούς παράγοντες της μοναξιάς. Ωστόσο, εντόπισαν ότι κάποια από τα υψηλής αποδοχής παιδιά, μπορεί να μην είχαν φίλους, σε αντίθεση με τα χαμηλότερης αποδοχής παιδιά που είχαν.

Συνεπώς, ανεξάρτητα από τη δημοτικότητα, παιδιά χωρίς φίλους είχαν την τάση να εκδηλώνουν συναισθήματα μοναξιάς σε μεγαλύτερο βαθμό από τα παιδιά που είχαν έστω και έναν συνομήλικο φίλο. Πολλές μελέτες υποστηρίζουν ότι τα παιδιά που απορρίπτονται από τους συνομηλικούς τους βιώνουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς και δυσκολίας στην κοινωνική προσαρμογή σε σύγκριση με αυτά που είναι καλύτερα αποδεκτά. Η κατάθλιψη επίσης σχετίζεται με τις προβληματικές σχέσεις των παιδιών.^{3,4} Όπως στην περίπτωση της μοναξιάς, οι εμπειρίες από την ομάδα των συνομηλικών μπορεί να λειτουργήσουν ως ρυθμιστικός παράγοντας ανάμεσα στην απόρριψη και την κατάθλιψη⁵.

Μεθοδολογία

Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 80 παιδιά (35 αγόρια και 45 κορίτσια) με ηλικία από 9 – 17 ετών (Μ.Ο. 11.86 έτη Τ.Α. 2.060). Όλοι οι εξεταζόμενοι είχαν λάβει τη διάγνωση κατάθλιψη από το Ιατρείο Άγχους Κατάθλιψης του Ιατροπαιδαγωγικού Κέντρου Αθηνών, του Παιδοψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής.

Το σύνολο των παιδιών αξιολογήθηκε και με το Children's Depression Inventory⁶ προκειμένου να διερευνηθεί η συμπτωματολογία της διαταραχής συναισθήματος που βίωναν. Το Children's Depression Inventory είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που χορηγείται σε παιδιά ηλικίας 7-17 ετών. Κατασκευάστηκε από την Kovacs με βάση το Beck Depression Inventory. Η αρχή του σχεδιασμού των κλιμάκων αξιολόγησης είναι ότι η παιδική κατάθλιψη παρουσιάζει παρόμοια συμπτωματολογία με αυτή των ενηλίκων. Συνεπώς, υπάρχουν κλίμακες που αξιολογούν την καταθλιπτική διάθεση, την έλλειψη ευχαρίστησης, τη χαμηλή αυτοεκτίμηση, τις διαταραχές του ύπνου και της λήψης τροφής, την ψυχοκινητική επιβράδυνση, την υπερβολική κόπωση, τη μοναξιά και τον αυτοκτονικό ιδεασμό⁷.

Η Ελληνική έκδοση του ερωτηματολογίου που χρησιμοποιήθηκε αποτελείται από 26 ερωτήσεις που αξιολογούν από 0 – 2 τη βαρύτητα των συμπτωμάτων της παιδικής και εφηβικής κατάθλιψης. Ο βασικός στόχος εκπόνησης του συγκεκριμένου ερευνητικού πρωτοκόλλου είναι η αξιολόγηση της μοναξιάς, όπως αυτή καταγράφεται από το CDI σε ερευνητικό πληθυσμό παιδιών με διαταραχές συναισθήματος. Συγκεκριμένα αξιολογήθηκαν οι απαντήσεις των συμμετεχόντων στις ερωτήσεις:

1. Σχετικά με τους φίλους μου (δεν έχω καθόλου, έχω πολύ λίγους, έχω αρκετούς).
5. Νιώθω μόνος (Πολύ συχνά, μερικές φορές, ποτέ δεν νιώθω μόνος).
12. Θέλω να είμαι με άλλα παιδιά (πολύ συχνά, μερικές φορές, ποτέ δεν θέλω να είμαι με άλλα παιδιά).

Αποτελέσματα

Για τη στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε περιγραφική μεθοδολογία προκειμένου να εντοπιστούν τα επί τοις 100 ποσοστά των παιδιών με κατάθλιψη που απαντούν υψηλά στις συγκεκριμένες ερωτήσεις, καθώς και μονόδρομες αναλύσεις ANOVA προκειμένου να εντοπιστούν τυχόν στατιστικά σημαντικές διαφορές στον τρόπο απάντησης των συμμετεχόντων σε σχέση με το φύλο και την ηλικία.

Στην πρώτη ερώτηση που αξιολογήθηκε απάντησαν δεν έχω καθόλου φίλους το 75% των συμμετεχόντων. Στη δεύτερη ερώτηση το 80.30% των συμμετεχόντων απάντησαν ότι νιώθουν μόνοι. Τέλος στην τρίτη ερώτηση το 56.40% των παιδιών απάντησαν ποτέ δεν θέλω να είμαι με άλλα παιδιά.

Αναφορικά με το φύλο τα κορίτσια απάντησαν στατιστικά σημαντικά χαμηλότερα στις συγκεκριμένες ερωτήσεις ($p < 0.05$) στο σύνολο των ερωτήσεων. Το γεγονός αυτό καταδεικνύει ότι τα καταθλιπτικά κορίτσια βιώνουν σε μεγαλύτερο βαθμό τη μοναξιά σε σχέση με τα αντίστοιχα αγόρια.

Τέλος, αναφορικά με την ηλικία τα παιδιά 10,11,13 και 14 ετών απάντησαν στις συγκεκριμένες ερωτήσεις στατιστικά σημαντικά χαμηλότερα ($p < 0.05$) σε σχέση με τις υπόλοιπες ηλικιακές ομάδες.

Συμπεράσματα

Από τη ανάλυση των αποτελεσμάτων προκύπτει το συμπέρασμα ότι τα καταθλιπτικά παιδιά βιώνουν

σε σημαντικά μεγαλύτερο ποσοστό τη μοναξιά και πιο συγκεκριμένα τα κορίτσια σε σύγκριση με τα αγόρια και αναφορικά με την ηλικία τα μικρότερα παιδιά σε σχέση με τους εφήβους.

Τα αποτελέσματα του παρόντος ερευνητικού πρωτοκόλλου παρέχουν στήριξη σε ερευνητικές υποθέσεις που αναφέρουν ότι η μοναξιά της μέσης παιδικής ηλικίας διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην εμφάνιση της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας³. Η απώλεια κοινωνικού δικτύου στήριξης που έχει ως αποτέλεσμα την αίσθηση της μοναξιάς σε συνδυασμό με την καταθλιπτική συμπτωματολογία των συγκεκριμένων παιδιών ίσως αποτελεί ένα σημαντικό παράγοντα πυροδότησης του καταθλιπτικού επεισοδίου. Το παρακάτω σχεδιάγραμμα αποτελεί ίσως μια σύνοψη του μοντέλου που έχει αναπτυχθεί και καταδεικνύει την προαναφερθείσα σχέση³.



Επίσης, ιδιαίτερη αναφορά κρίνεται απαραίτητο να γίνει στο ποσοστό των παιδιών με κατάθλιψη που επιθυμούν να αναπτύξουν φιλικές σχέσεις με τους συνομηλίκους τους. Από τις ερωτήσεις που αξιολογήθηκαν μικρότερος βαθμός απάντησης εντοπίστηκε στην ερώτηση 12 που αξιολογεί την ανάγκη των παιδιών με κατάθλιψη να βρίσκονται με άλλα παιδιά (56.40%). Το γεγονός αυτό καταδεικνύει ότι τα παιδιά με κατάθλιψη βιώνουν σε μεγαλύτερο ποσοστό την απόρριψη από τους συνομηλίκους τους και τη μοναξιά παρά το γεγονός ότι επιθυμούν σε μεγάλο ποσοστό την ανάγκη της φιλίας.

Συμπερασματικά, τα αποτελέσματα καταδεικνύουν ότι η μοναξιά ως σύμπτωμα των διαταραχών συναισθήματος κρίνεται σημαντικό να αξιολογείται στο σχεδιασμό του ψυχοθεραπευτικού προγράμματος των παιδιών και των εφήβων με κατάθλιψη. Μια πιθανή πρόταση που μπορεί να προκύψει από το παρόν ερευνητικό πρωτόκολλο είναι η ένταξη των συγκεκριμένων παιδιών στις παρέες συνομηλίκων με στόχο τη μείωση του αισθήματος της μοναξιάς γεγονός που πιθανό να οδηγήσει στη μείωση της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας.

Βιβλιογραφία

1. Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*, New York. Norton
2. Parker, J. G. & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29, 611–621
3. Hodges, E., V., E., Boivin, M., Vitaro, F. & W.M. Bukowski, W., M., (1999) The power of friendship: Protection against an escalating cycle of peer victimization, *Developmental Psychology*, 31, 923 – 933.
4. Nangle, D. W., Erdley, C. A., Newman, J. E., Mason, C. M., & Carpenter, E. M. (2003). Popularity, friendship quantity, and friendship quality: Interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32, 546–555.
5. Schmidt, M.E. & Bagwell, C., L. (2007) The protective role of friendships in overtly and relationally victimized boys and girls, *Merrill-Palmer Quarterly*, 53, 439–460.
6. Kovacs, M. (1985) The Children's Depression Inventory (CDI). *Psychopharmacology Bulletin* 21:995–998
7. Καραπέτσας, Α.Β & Ζυγούρης, Ν.Χ. (2011) Η χρήση του Children's Depression Inventory σε Ελληνικό Πληθυσμό. *Περιοδικό της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας*, 223-225.