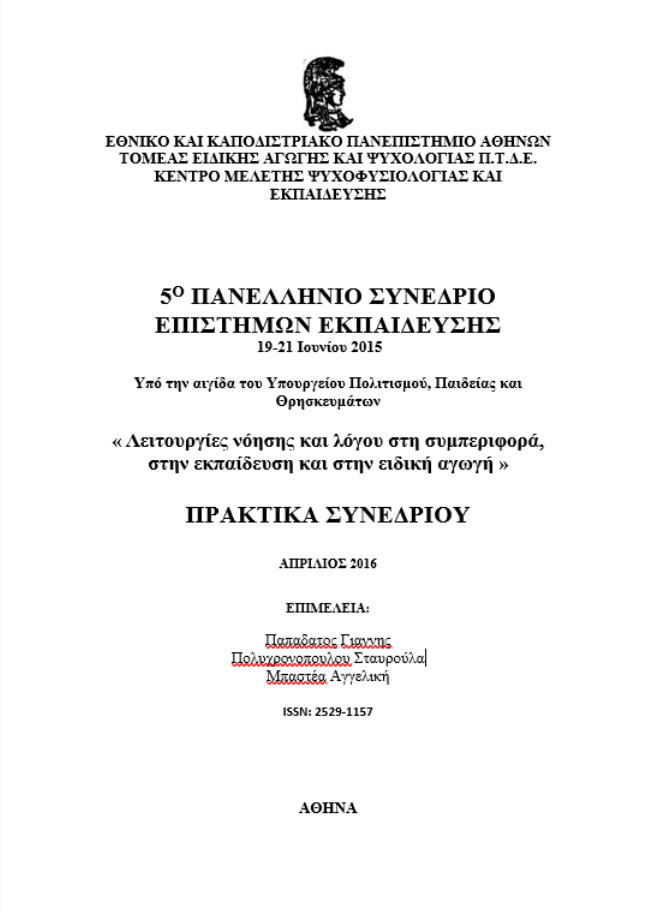
ePublishing

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗΣ
EKT
NATIONAL DOCUMENTATION CENTRE

Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης

Τόμ. 2015, Αρ. 1 (2015)

Λειτουργίες νόησης και λόγου στη συμπεριφορά, στην εκπαίδευση και στην ειδική αγωγή: Πρακτικά 5ου Συνεδρίου



ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ Π.Τ.Δ.Ε.
ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΨΥΧΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

5Ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ
ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
19-21 Ιουνίου 2015

Υπό την αιγίδα του Υπουργείου Πολιτισμού, Παιδείας και Θρησκευμάτων

« Λειτουργίες νόησης και λόγου στη συμπεριφορά, στην εκπαίδευση και στην ειδική αγωγή »

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2016

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Παπαδατος Γιαννης
Πολυχρονοπουλου Σταυρούλα
Μπαστέα Αγγελική

ISSN: 2529-1157

ΑΘΗΝΑ

Συσχέτιση Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Άγχους σε μαθητές Δημοτικού

Αντωνία Γιαννακοπούλου, Αλέξανδρος - Σταμάτιο Αντωνίου

doi: 10.12681/edusc.194

Βιβλιογραφική αναφορά:

Γιαννακοπούλου Α., & Αντωνίου Α. .-. Σ. (2016). Συσχέτιση Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Άγχους σε μαθητές Δημοτικού. *Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης*, *2015*(1), 364–372. https://doi.org/10.12681/edusc.194

https://epublishing.ekt.gr | **e-Εκδότης:** EKT | **Πρόσβαση:** 09/09/2026 12:14:59

«Συσχέτιση Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Άγχους σε μαθητές Δημοτικού»

Αντωνία Γιαννακοπούλου
tgian1819@gmail.com

Αλέξανδρος Σ. Αντωνίου

Περίληψη

Η σημερινή κατάσταση κρίσης στην οποία βρίσκεται η ελληνική κοινωνία, έχει άμεσο αντίκτυπο στην ελληνική οικογένεια και κατά συνέπεια στη συμπεριφορά των παιδιών στο χώρο του σχολείου. Παράλληλα, γίνονται διεθνώς πολλές έρευνες που αφορούν τη συναισθηματική νοημοσύνη και πόσο αυτή επηρεάζει την απόδοση των ενηλίκων στον εργασιακό τομέα, καθώς και τη διαχείριση κρίσεων.

Έχοντας την καθημερινή εμπειρία της σχολικής τάξης, έκρινα ενδιαφέρουσα την διερεύνηση της συναισθηματικής νοημοσύνης και την κατάσταση άγχους στην οποία βρίσκονται οι μαθητές. Παράλληλα, είχα τον προβληματισμό για το πόσο επηρεάζει την απόδοση των μαθητών, η αυτοεκτίμηση και η αντίληψη που έχουν για τον εαυτό τους.

Σκοπός αυτής της έρευνας είναι η διερεύνηση της ύπαρξης αγχωδών διαταραχών σε παιδιά της Ε΄ και ΣΤ΄ δημοτικού, όπως και να εξετάσει τα επίπεδα της συναισθηματικής νοημοσύνης, της αναγνωστικής αυτοαντίληψης, καθώς και την κατάσταση άγχους στην οποία βρίσκονται.

Ειδικότερα, εξετάζεται η σχέση του φύλου με τις παραπάνω μεταβλητές, όπως επίσης και η σειρά γέννησης, καθώς και το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας. Οι μεταβλητές αυτές καθορίστηκαν μετά από μελέτη των σχετικών ερευνών, που έχουν δημοσιευτεί σε επιστημονικά περιοδικά τα τελευταία χρόνια.

Τα υποκείμενα της έρευνας αποτέλεσαν 150 μαθητές της Ε΄ και ΣΤ΄ τάξης του δημοτικού σχολείου, αστικού και ημιαστικού πληθυσμού του λεκανοπεδίου Αττικής. Επιλέχθηκαν 7 σχολεία διαφορετικού κοινωνικοοικονομικού επιπέδου, με τυχαία δειγματοληψία.

Ως όργανα μέτρησης χρησιμοποιήθηκαν ερωτηματολόγια που δόθηκαν από τον επιβλέποντα καθηγητή, με τα οποία μετρήθηκαν το άγχος κατάστασης, η συναισθηματική νοημοσύνη, η αναγνωστική αυτοαντίληψη και το άγχος των μαθητών.

Από τη γενική θεώρηση των αποτελεσμάτων της έρευνας, παρατηρούμε ότι επαληθεύτηκε η γενική υπόθεση, ότι δηλαδή υπάρχει θετική συνάφεια μεταξύ της συναισθηματικής νοημοσύνης και του φύλου, καθώς και του μορφωτικού επιπέδου της μητέρας και της αναγνωστικής αυτοαντίληψης. Παράλληλα υπήρχαν κάποιες ερευνητικές υποθέσεις που δεν επιβεβαιώθηκαν.

Λέξεις-Κλειδιά: Συναισθηματική Νοημοσύνη, Αγχώδεις Διαταραχές, Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση

Abstract

The social and economical crisis in Greece has a direct impact to the greek family and consequently to the greek pupils in the primary school. Meanwhile, there is lots of research on these fields such as emotional intelligence and how this influences the performance of adults at work and crisis management.

Having the experience teaching fourteen years at primary schools, I found interesting researching the emotional intelligence of my students and moreover their anxiety during the class. Moreover, I was concerned about the performance of students in relation to the self-esteem they have as personalities.

The purpose of this research is to investigate the existence of anxiety at students in the last two classes of primary school, as well as to examinate the levels of emotional intelligence, reading self-concept and anxiety.

Particularly, we tried to indicate whether there is a relation between all the levels we described above and the gender, the birth order and the educational level of the mother.

The subjects of research are 150 students of the last two grades of primary school, from urban and semi urban population in Attica. There has been chosen seven primary schools of different socio economic level with random sampling.

The questionnaires we used in this research was given from the supervisor professor in order to examine the stress situation of the students, their emotional intelligence, the reading self-concept and the anxiety levels in their general life.

From the overview of research results, we observe that the general assumption was verified. That means there is a positive link between the level of emotional intelligence and the gender, and further the educational level of the mother with reading self-concept. Moreover, during the research, there was some research hypotheses not confirmed.

Keywords: Emotional Intelligence, Anxiety Disorders, Primary Education

Οι αγχώδεις διαταραχές αποτελούν τις πλέον συνηθισμένες διαταραχές που εμφανίζονται στα παιδιά και στους ενηλίκους. Υπάρχουν βεβαίως πολλά μεθοδολογικά προβλήματα για τον σαφή ορισμό της αιτιολογίας, παθογνωμικών συμπτωμάτων που τις αποτελούν, αλλά και των κατάλληλων μεθόδων θεραπείας τους. Ορισμένοι υποστηρίζουν ότι οι αγχώδεις διαταραχές είναι συχνότερες στα παιδιά και στους εφήβους, παρά στους ενηλίκους (Παπαδάτος 2010).

Το άγχος και ο φόβος των παιδιών προσδιορίζεται ως σύμπλεγμα αντιδράσεων που υποδιαιρείται σε τρεις βασικές κατηγορίες:

α) *κινητικές αντιδράσεις*, όπως αντιδράσεις αποφυγής (running away), τρεμούλιασμα φωνής, κλείσιμο ματιών κ.α

β) *ψυχοφυσιολογικές αλλαγές,* όπως αλλαγή στην καρδιακή συχνότητα, μυϊκή ένταση, σφίξιμο στομαχιού κ.α

γ) *υποκειμενικές αντιδράσεις,* όπως συναίσθημα κινδύνου, σκέψεις προσωπικής αδυναμίας, εικόνες σωματικής βλάβης κ.α

Ένα παιδί στους πρώτους μήνες της ζωής του και πριν ακόμα δημιουργηθεί η λεκτική ικανότητα μπορεί να εκφράζει εξωλεκτικά, με τη συμπεριφορά του, ορισμένα συναισθήματά του. Η ανάπτυξη της λεκτικής του ικανότητας και η σύνδεσή της με τις εμπειρίες που αποκτά του επιτρέπουν να μπορεί σταδιακά να τα εκφράζει και λεκτικά. Ένα μεγαλύτερο παιδί, πριν το τέλος της προσχολικής περιόδου, μπορεί πλέον να εκφράσει τα συναισθήματά του, όπως φόβο, θυμό, λύπη, χαρά, και με λόγια.

Από την ηλικία των 9 μηνών πολλά νήπια, όταν φεύγουν οι γονείς τους, αποζητούν να ψηλαφούν το «μεταβατικό» αντικείμενο (π.χ. αρκουδάκι) για να παρηγορηθούν. Αυτή η συμπεριφορά εκφράζει πιθανώς μια πρώτη μορφή του άγχους αποχωρισμού.

Σε μεγαλύτερες ηλικίες, στην προσχολική όμως περίοδο, ο φόβος της σωματικής κακοποίησης είναι η συχνότερη μορφή εμφάνισης του άγχους. Στη δε σχολική περίοδο ο φόβος αποδοκιμασίας από την προσωπική ηθική του παιδιού ή από έναν σημαντικό ενήλικο είναι η πλέον συνηθισμένη αιτία άγχους.

Στους εφήβους τα θέματα προσωπικής ταυτότητας, κοινωνικής αποδοχής, καθώς και οι συγκρούσεις – διαμάχες για ανεξαρτητοποίηση, αποτελούν τις κύριες πηγές δημιουργίας του φυσιολογικού άγχους.

Οι φοβίες για ζώα είναι συνηθισμένες στα παιδιά σχολικής ηλικίας, ενώ σοβαρές μορφές κοινωνικής φοβίας εμφανίζονται συνήθως μετά την ήβη. Οι φόβοι, ενώ είναι γενικά συνηθισμένοι στα παιδιά και στους εφήβους, μειώνονται σταδιακά στους ενηλίκους.

Το άγχος με την ευρεία έννοια μπορεί να ορισθεί ως συναισθηματική ανησυχία που σχετίζεται με το προαίσθημα ενός επερχόμενου κινδύνου. Είναι συνήθως διαφορετικό από το φόβο, ο οποίος, ως επί το πλείστον, είναι μια συναισθηματική αντίδραση που προκαλείται από κάποιον κίνδυνο (π.χ. θέα ενός επικίνδυνου ζώου). Όμως οι ψυχοφυσιολογικές εκδηλώσεις του οργανισμού στο άγχος και στον φόβο είναι ίδιες.

Γενικά, το άγχος αποτελεί κοινή ανθρώπινη εμπειρία. Όπως με επιγραμματική σαφήνεια τόνισε ο Denis Leigh, όταν ήταν Γενικός Γραμματέας της Παγκόσμιας Ψυχιατρικής Εταιρείας, «Το άγχος είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο. Αποτελεί μέρος της περιπέτειας του ανθρώπου μέσα σ' έναν κόσμο γεμάτο κινδύνους, στον οποίο δεν μπορεί να ζήσει κανείς χωρίς ν' αγωνίζεται κατά του εξωτερικού και του εσωτερικού περιβάλλοντος. Για να προστατευτεί από αυτό, ο άνθρωπος δημιούργησε τόσες θρησκείες, τόσες φυλετικές οργανώσεις, τόσες κοινωνικές, επαγγελματικές, πολιτικές ή οικογενειακές ομάδες. Η σπουδή του άγχους αποτελεί στις μέρες μας ένα από τα κεντρικά θέματα των κοινωνικοψυχολογικών». Το άγχος συνοδεύει πολλές ψυχιατρικές και σωματικές διαταραχές. Για να το ορίσουμε όμως, ως ξεχωριστή ψυχιατρική διαταραχή, θα πρέπει τα συμπτώματα άγχους να κυριαρχούν και να προκαλούν σοβαρές επιπτώσεις στη ζωή του ατόμου. Η νόηση και το συναίσθημα ήταν έννοιες ιστορικά αντίθετες στον χώρο της φιλοσοφίας. Ο 19ος αιώνας έδινε τα πρωτεία στη νόηση, ενώ ο 20ος σηματοδότησε την μετάβαση από το διανοητικό, υπολογιστικό, ορθολογιστικό πνεύμα στο συναισθηματικό και παρορμητικό. Δεν είναι τυχαίο που οι προηγμένες κοινωνίες αποκαλούνται «ανθρωποκεντρικές» με την έννοια, ότι έχουν στο κέντρο της προσοχής τους τον άνθρωπο ως όλον και όχι μόνο ένα μέρος του. Στο πλαίσιο αυτό η σύγχρονη έρευνα στράφηκε στην μελέτη ατομικών χαρακτηριστικών που εμπεριέχουν το συναίσθημα, ώστε να μπορέσουν να αποκτήσουν μια ολική εικόνα του ψυχικού κόσμου του ανθρωπινού όντος, αφού οι υπάρχουσες έρευνες περιόριζαν το πεδίο της νοημοσύνης και έδιναν έμφαση σε «ακαδημαϊκές δεξιότητες». Οι επιστήμονες θεωρούσαν ότι ο όρος της νοημοσύνης θα έπρεπε να επεκταθεί και να περιλάβει κοινωνικές δεξιότητες που βελτιώνουν τις ανθρώπινες σχέσεις και αναφέρονται κυρίως στον έλεγχο των παρορμήσεων, των εκδηλώσεων και των συναισθημάτων. Η ανάπτυξη του πεδίου της συναισθηματικής νοημοσύνης φαίνεται να έχει τις ρίζες της στην ανικανότητα των «παραδοσιακών» μέτρων ορθολογικής σκέψεις να προβλέψουν ποιο άτομο θα επιτύχει στη ζωή του.

Η αναζήτηση νέων μοντέλων πιο αξιόπιστων και ολοκληρωμένων για την πρόβλεψη της επιτυχίας στη ζωή ενός ατόμου, οδήγησε αρχικά τον Thorndike, το 1920, να μιλήσει περί κοινωνικής νοημοσύνης ορίζοντάς την ως «την ικανότητα να κατανοείς και να χειρίζεσαι τους άντρες, της γυναίκες, τα αγόρια και τα κορίτσια-με λίγα λόγια, την ικανότητα να φέρεσαι «σοφά» στις διαπροσωπικές σου σχέσεις» και θέτοντας τα θεμέλια για την περαιτέρω ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Στη συνέχεια το 1937, σε συνεργασία με τον S. Stern, αναφέρθηκε στις τρεις πλευρές της κοινωνικής νοημοσύνης. Η πρώτη περιείχε στοιχεία σχετικά με τη στάση του ατόμου προς την κοινωνία, η δεύτερη εξέταζε τη γνώση του ατόμου γύρω από τα κοινωνικά θέματα και η τρίτη μορφή αναφερόταν στην κοινωνική προσαρμοστικότητα του ατόμου.

Επίσης θα πρέπει να αναφερθεί και η συμμετοχή του D. Wechsler, το 1943, ο οποίος πρότεινε και αυτός τις μη νοητικές ικανότητες του ατόμου ως ουσιώδεις στην επιτυχία στη ζωή του.

Η δεκαετία του 1980 αποτέλεσε σταθμό για την επιστημονική σκέψη στο πεδίο μελέτης της συναισθηματικής διάστασης της νοημοσύνης. Στο Πανεπιστήμιο του Χάρβαρντ, στον αντίποδα των παραδοσιακών περί τη νοημοσύνη θεωριών, σύμφωνα με τις οποίες η νοημοσύνη αξιολογείται μέσα από ψυχομετρικά τεστ στη βάση γλωσσικών και μαθηματικών δεξιοτήτων, ο Gardner (1983) στο βιβλίο του Frames of Mind, πρότεινε τη θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης. Αν και δε χρησιμοποίησε τον όρο συναισθηματική νοημοσύνη, έκανε λόγο για «πολλαπλή νοημοσύνη».

Στη συνέχεια το 1988, ο BarOn εισήγαγε το δικό μου μοντέλο, που σχετίζεται με την καλοζωία του ατόμου και στο οποίο κατέτασσε τη συναισθηματική νοημοσύνη, την οποία ονόμασε «συναισθηματικό περιεχόμενο» (Emotional Quotient), στο γενικότερο πλαίσιο της προσωπικότητας του ανθρώπου. Το 1990 αναπτύχθηκε μια επίσημη θεωρία, σύμφωνα με την οποία οποιαδήποτε διαφορετική ομάδα ερευνών - στην αισθητική , στην έρευνα , στην μέτρηση της ευφυΐας, στην κλινική ψυχολογία - εστίαζε στη νοημοσύνη. Επίσης παρουσιάστηκε ένας πρώτος τρόπος μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης. Σε ένα άρθρο του 1993 στο περιοδικό Intelligence, η συναισθηματική νοημοσύνη για πρώτη φορά χαρακτηρίστηκε με την αυστηρή έννοια ως είδος νοημοσύνης. Έτσι , η περίοδος 1990 ως 1993 θεωρείται περίοδος εκκίνησης της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Δύο ψυχολόγοι, ο J. Mayer του πανεπιστημίου New Hampshire ανέφεραν τον όρο «συναισθηματική νοημοσύνη» σε μία ακαδημαϊκή έρευνα το 1989. Οι Salovey και Mayer (2000), οι οποίοι πρώτοι έκαναν χρήση του όρου της συναισθηματικής νοημοσύνης, θεώρησαν ότι αυτός είναι πιο ευρύς από τρεις κατηγορίες επίκτητων χαρακτηριστικών: την «αποτίμηση» και έκφραση του συναισθήματος, τη διαχείριση του συναισθήματος και τη χρήση αυτού στην επίλυση προβλημάτων. Πρέπει να τονισθεί ότι οι Salovey και Mayer (2000) προσπάθησαν να εγκαθιδρύσουν την συναισθηματική νοημοσύνη, ως γνήσια νοημοσύνη, ανεξάρτητη από τα άλλα είδη, βασιζόμενη στη θεωρητική προσέγγισή και τον ορισμό περί νοημοσύνης γενικά.

Μεταγενέστερα, ο ψυχολόγος και δημοσιογράφος D. Goleman, (1996) στηριζόμενος στον όρο και αξιοποιώντας τη θεωρία σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη έγραψε ένα βιβλίο με τίτλο «Συναισθηματική Νοημοσύνη» το οποίο έγινε ανάρπαστο, επιτυγχάνοντας να φαίνεται συναρπαστική η ιδέα της ύπαρξης ενός νέου είδους νοημοσύνης, που συνίσταται στην ικανότητα αντίληψης και έκφρασης των συναισθημάτων. Η έννοια επεκτάθηκε αρκετά λόγω της δημοσίευσης του όρου «συναισθηματική νοημοσύνη». Ο Goleman επέκτεινε το ορισμένο πεδίο της συναισθηματική νοημοσύνη προσθέτοντας συγκεκριμένες κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες που σχετίζονται με την κατανόηση και την έκφραση των συναισθημάτων. Επίσης προσπάθησε να αναγάγει τις δεξιότητες σε επιχειρηματικό πλαίσιο. Ο Goleman χωρίζει τη συναισθηματική νοημοσύνη σε δυο μεγάλες κατηγορίες δεξιοτήτων: την προσωπική και την κοινωνική. Αυτές με τη σειρά τους χωρίζονται σε μια πληθώρα υποστηρικτικών δεξιοτήτων στις οποίες θα αναφερθούμε παρακάτω.

Στη συνέχεια το 1997 οι Cooper και Sawaf μέσω του βιβλίου τους «Διοικητικό EQ» εισήγαγαν ένα μοντέλο που αναφέρεται σε συγκεκριμένες δεξιότητες και τάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Έπειτα, οι Mayer και Salovey την ίδια χρονιά (1997), μορφοποίησαν το παλιό μοντέλο, εισάγοντας ένα νέο που δίνει μεγαλύτερη έμφαση στα γνωστικά συστατικά της συναισθηματικής νοημοσύνης και στη πιθανότητα τα άτομα να καλλιεργηθούν και να αναπτυχθούν συναισθηματικά και πνευματικά. Το νέο μοντέλο αποτελείται από τέσσερα συστατικά της συναισθηματικής νοημοσύνης: την αντίληψη, την έκφραση και την αποτίμηση του συναισθήματος, τη συναισθηματική διευκόλυνση στη σκέψη, την κατανόηση, ανάλυση και χρήση της συναισθηματικής γνώσης και τη διαχείριση των συναισθημάτων, ώστε να υπάρξει περαιτέρω συναισθηματική πνευματική ανάπτυξη. Εξάλλου σύμφωνα με τα κριτήρια νοημοσύνης τα οποία προαναφέρθηκαν και τα οποία ομαδοποίησαν σε τρεις ανεξάρτητες ομάδες οι Mayer, Salovey και Caruso (2000), η συναισθηματική νοημοσύνη πληρεί τα συγκεκριμένα κριτήρια διότι απαρτίζεται από πνευματικά χαρακτηριστικά και πνευματική προσπάθεια, αφού περιγράφει αληθινές ικανότητες, παρά προτεινόμενους τρόπους συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τις θεωρίες που θα αναπτυχθούν παρακάτω, θα διαπιστωθεί ότι οι συναισθηματικές δεξιότητες κατατάσσονται σε τέσσερα διαβαθμισμένα επίπεδα, με το κατώτατο να περιλαμβάνει την αντίληψη την εκδήλωση του συναισθήματος του ίδιου του ατόμου , αλλά και των άλλων, το αμέσως επόμενο την αφομοίωση βασικών συναισθηματικών εμπειριών, το προτελευταίο την κατανόηση και επεξήγηση των συναισθημάτων και το τελευταίο τη διαχείριση και τον έλεγχο τους στο ίδιο το άτομο , αλλά και στους άλλους. Από τα προηγούμενα, βλέπουμε πως όλα τα επίπεδα αναφέρονται σε πραγματικά πνευματικά χαρακτηριστικά. Όσον αφορά στη δεύτερη παράμετρο, η συναισθηματική νοημοσύνη καλύπτει και αυτό το κριτήριο αφού, από τα διάφορα τα τεστ που έχουν εφαρμοστεί για αυτή έχει αποδειχθεί ότι υπάρχει αλληλοσυσχετισμός μεταξύ των μεταβλητών της. Σύμφωνα με το τρίτο κριτήριο, η συναισθηματική νοημοσύνη θα πρέπει να είναι «αναπτυσσόμενη», δηλαδή θα πρέπει τα χαρακτηριστικά που της προσδίδουν να αναπτύσσονται στα άτομα σε αντιστοιχία με την ηλικία και την εμπειρία τους. Από ίδια έρευνα φαίνεται η συναισθηματική νοημοσύνη να αναπτύσσεται από τη νεαρή εφηβεία στη νεαρή ενηλικίωση.

Τέλος, και πάλι ο Goleman σε συνεργασία με τους Boyatzis και Rhee (1999), μέσω του νέου βιβλίου «Συναισθηματική νοημοσύνη στο χώρο εργασίας», εισήγαγε ένα αναθεωρημένο μοντέλο της συναισθηματικής νοημοσύνης που αφορούσε κυρίως τις επιχειρήσεις.

Ο Petrides και οι συνεργάτες του παρουσιάζουν τις δεκαπέντε εκφάνσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης (Petrides, Sangareau, Furnham & Frederickson, 2006, σελ. 538):

- Προσαρμοστικότητα: η ικανότητα των ατόμων να προσαρμόζονται σε νέες καταστάσεις.
- Διεκδικητικότητα: η έντιμη και ειλικρινής διεκδίκηση των δικαιωμάτων.
- Αντίληψη των συναισθημάτων: η ικανότητα του ατόμου να αντιλαμβάνεται τόσο τα δικά του συναισθήματα όσο και των άλλων.
- Έκφραση των συναισθημάτων: η ικανότητα του ατόμου να εκφράζει τα συναισθήματά του στους άλλους.
- Διαχείριση των συναισθημάτων: η ικανότητα του ατόμου να επηρεάζει τα συναισθήματα των άλλων.
- Αυτορρύθμιση των συναισθημάτων: η ικανότητα του ατόμου να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του.

- Χαμηλή παρορμητικότητα: η ικανότητα του ατόμου να αντιστέκεται στις παρορμήσεις του.
- Προσωπικές σχέσεις: η ικανότητά του να διατηρεί προσωπικές σχέσεις.
- Αυτοεκτίμηση: η εκτίμηση του εαυτού και η αυτοπεποίθηση.
- Εσωτερικά κίνητρα: καθοδηγούν το άτομο και το βοηθούν να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες.
- Κοινωνική αντίληψη: βοηθά το άτομο στην απόκτηση ανώτερων κοινωνικών δεξιοτήτων.
- Διαχείριση του άγχους: η ικανότητα του ατόμου να διαχειρίζεται το άγχος του και να αντέχει την πίεση.
- Ενσυναίσθηση: η ικανότητα του ατόμου να βλέπει τα πράγματα από τη μεριά του άλλου.
- Ευτυχία: η χαρά του ατόμου και η ικανοποίησή του από τη ζωή.
- Αισιοδοξία: η ικανότητα του ατόμου να εμπιστεύεται τους άλλους και να βλέπει τη θετική πλευρά της ζωής.

Ο Petrides και οι συνεργάτες του, διεξήγαγαν έρευνα σε μαθητές προεφηβικής ηλικίας προκειμένου να εξετάσουν τη σχέση μεταξύ συναισθηματικής νοημοσύνης και των σχέσεων με τους συνομηλίκους. Τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης έρευνας έδειξαν ότι οι μαθητές με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη είναι περισσότερο συνεργάσιμοι και φιλικοί με τους συμμαθητές τους, καθώς και με μεγαλύτερη τάση να προσφέρουν βοήθεια στους γύρω τους (προκοινωνικές δεξιότητες) από τους συνομηλίκους τους με χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη. Επίσης, βρήκαν ότι οι μαθητές με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, προσθέτουν, είναι ικανοί για αρχηγία, πιο συνεργάσιμοι και λιγότερο επιθετικοί, διαταρακτικοί, εξαρτημένοι. Επιπλέον, κατέληξαν πως η συναισθηματική νοημοσύνη, ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, έχει αρνητική σχέση με την κατάθλιψη, τα προβλήματα προσαρμογής και τους σωματικούς πόνους.

Η σημασία της αντιληπτής συναισθηματικής νοημοσύνης, όπως υποστηρίζουν ο Petrides και οι συνεργάτες του (2004), γίνεται περισσότερο εμφανής στα άτομα που είναι «ευπαθή» (όπως αυτοί που αντιμετωπίζουν δυσκολίες συμπεριφοράς και προσαρμογής, χαμηλή σχολική επίδοση, μαθησιακές δυσκολίες κ.ά.). Οι μαθητές αυτοί βιώνουν πιο έντονες συναισθηματικές δυσκολίες και περισσότερο άγχος σε σχέση με τις σπουδές τους. Έτσι ψάχνουν πηγές υποστήριξης μη γνωστικού τύπου (π.χ. στρέφονται σε κοινωνικές σχέσεις και σε εξωσχολικές δραστηριότητες). Σε αυτές τις ομάδες των μαθητών η σχέση (αρνητική) της σχολικής επίδοσης με την αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη ήταν αρκετά ισχυρή. Μαθητές με χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη είχαν πιο πολλές αποβολές και απουσίες από το σχολείο. Ο Petrides και οι συνεργάτες του (2004), επιπρόσθετα, περιγράφουν τη συναισθηματική νοημοσύνη ως συναισθηματική αυτοαποτελεσματικότητα και την ορίζουν ως χαρακτηριστικό γνώρισμα της προσωπικότητας, η οποία επηρεάζει τη συμπεριφορά των ατόμων.

Οι σχολικές επιδόσεις μπορούν να επηρεαστούν από πολλούς και διαφορετικούς παράγοντες όπως η επίδραση των συνομηλίκων, της οικογένειας, οι σχολικές πρακτικές καθώς και οι ψυχοπαθολογικοί παράγοντες (Petrides et al., 2005).

Η Mavroveli και οι συνεργάτες της (2008) διεξήγαγαν έρευνα σε παιδιά ηλικίας 11-12 χρονών προκειμένου να εξετάσουν το πώς «κατασκευάζεται» η συναισθηματική νοημοσύνη στα παιδιά. Τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης έρευνας έδειξαν ότι τα παιδιά τα οποία είχαν αποκλειστεί από τη σχολική εκπαίδευση ή παρουσιάζουν μεγάλο αριθμό απουσιών έχουν χαμηλές επιδόσεις στα τεστ μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης. Πρότειναν τη χρήση του TEIQue-CF

(συναισθηματική νοημοσύνη, αυτεπάρκεια και κίνητρα μάθησης) για την μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης και την μετέπειτα αντιμετώπιση πιθανών δυσλειτουργιών (Mavroveli et al., 2008).

Η συναισθηματική νοημοσύνη ως συστατικό της προσωπικότητας αναφέρεται στο συναίσθημα που σχετίζεται με την αυτοαντίληψη των ατόμων και παρέχει πλήρη κάλυψη της συναισθηματικής προσωπικότητας των παιδιών.

Σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ της συναισθηματικής νοημοσύνης, του άγχους κατάστασης και της αναγνωστικής αυτοαντίληψης σε σχέση με μεταβλητές όπως το φύλο, η σειρά γέννησης στην οικογένεια, το μορφωτικό επίπεδο γονέων, καθώς και η σχολική επίδοση. Μελετώντας την ήδη υπάρχουσα βιβλιογραφία επιλέξαμε να εξετάσουμε τη συσχέτιση του μορφωτικού επιπέδου της μητέρας και του πατέρα με τις μεταβλητές των ερωτηματολογίων, καθώς έχουν γίνει έρευνες στην Αμερική που έχουν διαπιστώσει πως η συναισθηματική νοημοσύνη του παιδιού και το μορφωτικό επίπεδο των γονιών έχουν θετική συνάφεια (Harrod NR. Scheer SD, 2005). Θέλαμε λοιπόν να εξετάσουμε κατά πόσο η σχολική επίδοση του δείγματός μας είναι συνυφασμένη κυρίως με το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας, η οποία φαίνεται μέσα από τη βιβλιογραφική επισκόπηση πως είναι το πιο καταλυτικό πρόσωπο στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης του παιδιού.

Έχοντας λοιπόν ένα ερευνητικό δείγμα 150 μαθητών Ε΄ και ΣΤ΄ τάξης το οποίο κατανεμήθηκε στην Ε΄ τάξη σε 50 αγόρια και 35 κορίτσια και στην ΣΤ΄ τάξη σε 28 αγόρια και 37 κορίτσια, παρατηρήσαμε πως τα αγόρια αποτελούν το 52% του συνολικού δείγματος, ενώ τα κορίτσια το 48%. Άρα τα ποσοστά των δύο φύλων είναι σχεδόν ισομερή. Παράλληλα, το 43% των μαθητών πηγαίνουν στην Ε΄ τάξη, ενώ το 57% του συνολικού δείγματος φοιτά στην ΣΤ΄ του δημοτικού. Στη συνέχεια, μελετώντας το δείγμα μας, βγάλαμε το συμπέρασμα πως η πλειοψηφία των μαθητών γεννήθηκε στην Ελλάδα (94%), ενώ ορισμένοι έχουν γεννηθεί σε άλλες χώρες (6%). Το δείγμα λοιπόν των μαθητών είναι κατά κύριο λόγο έλληνες ή αλλοδαποί που έχουν γεννηθεί στην Ελλάδα.

Αφού ακολούθησε στατιστική επεξεργασία των δεδομένων, μελετήσαμε βάσει των απαντήσεων των μαθητών στο ερωτηματολόγιο (TEIQue-SF) τη συσχέτιση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης του δείγματος ως προς τη σχολική τάξη. Βρήκαμε από τους μέσους όρους πως οι μαθητές της ΣΤ΄ τάξης είναι περισσότερο συναισθηματικοί από τους μαθητές της Ε΄ τάξης. Παράλληλα, παρατηρούμε πάλι από τους μέσους όρους πως η κοινωνικότητα της ΣΤ΄ τάξης είναι μικρότερη από αυτή της Ε΄ τάξης.

Ένα βασικό ερώτημα που θέλουμε να εξετάσουμε είναι κατά πόσο επηρεάζει το φύλο του μαθητή, τη συναισθηματική του νοημοσύνη. Ακολούθησε στατιστική ανάλυση διακύμανσης και ανάλυση των μέσων όρων των απαντήσεων των μαθητών στους τέσσερις παράγοντες του ερωτηματολογίου, «Ευημερία», «Αυτοέλεγχος», «Συναισθηματικότητα» και «Κοινωνικότητα» ως προς το φύλο. Από τους μέσους όρους φαίνεται ότι τα κορίτσια έχουν μεγαλύτερη συναισθηματικότητα σε σύγκριση με τα αγόρια. Στη συνέχεια παρατηρούμε πάλι από τους μέσους όρους πως τα αγόρια έχουν μεγαλύτερο αυτοέλεγχο από τα κορίτσια, όπως και την αίσθηση της ευημερίας και της ικανοποίησης από τη ζωή ($p<0,001$).

Η λαϊκή αντίληψη θέλει τις γυναίκες να είναι πιο ευαίσθητες και ευαισθητοποιημένες σε ότι αφορά την αντίληψη, κατανόηση και έκφραση των συναισθημάτων. Αυτό συνδέεται τόσο με τη μητρική τους αποστολή όσο και με τον τρόπο με τον οποίο κοινωνικοποιούνται οι γυναίκες, ώστε να δίνουν μεγαλύτερη προσοχή στα συναισθήματα και τις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Κατά την ίδια αντίληψη, οι άνδρες φέρονται ως πιο ικανοί στη διαχείριση και τον έλεγχο των

συναισθημάτων τους. Η εμπειρική έρευνα φαίνεται να επιβεβαιώνει σε σημαντικό βαθμό αυτές τις αντιλήψεις, καθώς έχουν βρεθεί διαφοροποιήσεις μεταξύ των δύο φύλων σε ορισμένες διαστάσεις της αντιλαμβανόμενης συναισθηματικής νοημοσύνης και σε άλλες έρευνες (Bar-On, 2000. Ciarrochi et al., 2000. Petrides & Furnham, 2000). Σύμφωνα με τα ευρήματα αυτά, οι γυναίκες υπερέχουν στην αναγνώριση και την κατανόηση των συναισθημάτων, την ενσυναίσθηση, την κοινωνική προσαρμογή και την διαπροσωπική επικοινωνία. Οι άνδρες, από την άλλη, είναι πιο καλοί στη διαχείριση συναισθημάτων, όπως το άγχος, προσαρμόζονται καλύτερα στις νέες συνθήκες και είναι πιο θετικοί και αισιόδοξοι. Επιπλέον, κάποιες έρευνες έδειξαν ότι οι γυναίκες έχουν υψηλότερη γενική συναισθηματική νοημοσύνη από τους άνδρες (Bar-On, 2000. Shuttle et al., 1998). Ωστόσο, σε ένα μικρό αριθμό ερευνών δε βρέθηκαν σημαντικές διαφορές στην συναισθηματική νοημοσύνη μεταξύ των δύο φύλων (Petrides & Furnham, 2000. Πλατσίδου, 2005). Ως προς την αντικειμενική συναισθηματική νοημοσύνη, παρατηρήθηκαν πιο σπάνια διαφοροποιήσεις σε ειδικές συναισθηματικές ικανότητες (π.χ., αντίληψη και κατανόηση συναισθημάτων) και συνήθως, ήταν υπέρ των γυναικών (Brackett, Mayer, & Warner, 2004. Mayer et al.,1999, 2000). Τα ερευνητικά δεδομένα που αφορούν στην εφηβική ηλικία μας δείχνουν ότι κατ' αναλογία με τους ενήλικες, τα κορίτσια θεωρούν για τον εαυτό τους, ότι είναι καλύτερες στην αναγνώριση συναισθημάτων και την ικανότητα επικοινωνίας, ενώ τα αγόρια στη διαχείριση των συναισθημάτων τους (Ciarrochi et al., 2001 Πλατσίδου, 2005). Τέλος, τα άτομα της ομάδας με τη χαμηλότερη συναισθηματική νοημοσύνη, δηλαδή ανέφεραν μέτριο ή χαμηλό επίπεδο στις παραπάνω συναισθηματικές ικανότητες, δε διαφοροποιούνταν σημαντικά ως προς το φύλο, κάτι που παρατηρούμε και στην παρούσα έρευνα.

Το ερωτηματολόγιο State-Trait Anxiety Inventory for Children/STAIC (Spielberger, Edwards, Lushene, Montuori, & Platzek, 1973), εξετάζει το άγχος κατάστασης του δείγματος. Παρατηρήσαμε λοιπόν πως το ποσοστό των κοριτσιών που έχουν άγχος (13%) είναι διπλάσιο σχεδόν από το ποσοστό των αγοριών (7%). Άρα τα κορίτσια φαίνεται πως αγχώνονται περισσότερο από τα αγόρια. Το ίδιο δείχνουν και πρόσφατες έρευνες (Dana Becker, 2013), πως τα δύο φύλα αντιδρούν διαφορετικά σε στρεσογόνες καταστάσεις. Παράλληλα, βλέπουμε από το δείγμα μας πως το 45% που δείχνει έλλειψη άγχους είναι αγόρια και το 35% είναι κορίτσια. Εδώ βλέπουμε πάλι μια διαφορά που φανερώνει πως τα αγόρια αγχώνονται λιγότερο από τα κορίτσια. Ακολούθησε στατιστική ανάλυση x^2 και βγάλαμε το συμπέρασμα πως το άγχος επηρεάζει περισσότερο τα κορίτσια και λιγότερο τα αγόρια.

Στην επικείμενη έρευνα μελετήσαμε τη συσχέτιση της «συναισθηματικής νοημοσύνης» και του «άγχους». Πιο συγκεκριμένα, οι συσχετίσεις που πραγματοποιήθηκαν με τον συντελεστή συσχέτισης Pearson's r έδειξαν ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές σχέσεις των ανεξάρτητων μεταβλητών (Αυτοέλεγχος, Συναισθηματικότητα, Ευημερία) με την εξαρτημένη μεταβλητή (άγχος) της συγκεκριμένου ερευνητικού στόχου. Ακολούθησε ευθύγραμμη ανάλυση παλινδρόμησης, η οποία έδειξε ότι η ευημερία, ο αυτοέλεγχος καθώς και η συναισθηματικότητα του δείγματος, συσχετίζονται αρνητικά με το άγχος και αυτή η σχέση είναι στατιστικά σημαντική. Δεν έχουν γίνει αρκετές έρευνες στον ελληνικό χώρο που να εξετάζουν σε αυτήν την ηλικιακή ομάδα μαθητών, το άγχος σε συσχέτιση με τη συναισθηματική νοημοσύνη. Στον αντίποδα υπάρχουν πολλές έρευνες που έχουν μελετήσει το εργασιακό άγχος και κατά πόσο αυτό επηρεάζεται από την Συναισθηματική Νοημοσύνη του ατόμου. Ο Goleman (2001) υποστήριξε ότι ένα συναισθηματικά έξυπνο άτομο αντιμετωπίζει σημαντικά λιγότερο άγχος σε σχέση με ένα άτομο μειωμένων συναισθηματικών ικανοτήτων. Αυτό είναι λογικό, αν

σκεφτούμε ότι η ΣΝ ενός ατόμου το βοηθά να προσαρμόζεται ψυχολογικά στις εκάστοτε συνθήκες, εκδηλώνοντας αυξημένη αυτοπεποίθηση, μειωμένη ευαισθησία σε αγχωτικές καταστάσεις και, επομένως, λιγότερο άγχος. Οι Νικολάου & Τσαούσης (2002), έδειξαν ότι υπάρχει αρνητική σχέση μεταξύ Συναισθηματικής Νοημοσύνης και εργασιακού άγχους, κατόπιν έρευνας που διεξήγαγαν σε δείγμα 212 εργαζομένων σε παραϊατρικά επαγγέλματα. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι συμμετέχοντες με υψηλότερη συνολική βαθμολογία ΣΝ βιώνουν λιγότερο άγχος στο εργασιακό τους περιβάλλον που, σημειωτέον, είναι από τα πιο αγχωτικά. Ακόμη, τα στοιχεία που προέκυψαν καταδεικνύουν την τεράστια σημασία της ΣΝ ως μέτρου πρόβλεψης του εργασιακού άγχους.

Είναι απαραίτητο να διεξαχθούν πρόσθετες έρευνες στην πρωτοβάθμια αλλά και στην δευτεροβάθμια εκπαίδευση, με στόχο τη διερεύνηση των σχέσεων της συναισθηματικής νοημοσύνης, των αγχωδών διαταραχών που ταλαιπωρούν τους μαθητές, καθώς και να εξετάσουν εάν οι προσδοκίες του δασκάλου επηρεάζουν την αυτοαντίληψη και κατά συνέπεια την επίδοση του μαθητή. Μελετώντας τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας καθώς και τις έρευνες που έχουν γίνει σε διεθνές επίπεδο, θεωρούμε πως είναι επιτακτική ανάγκη να γίνουν κι άλλες έρευνες που να εξετάζουν τη συσχέτιση των μεταβλητών που μας απασχόλησαν, καθώς επηρεάζουν την ποιότητα ζωής και την αυτοεικόνα του μαθητή, όπως και την απόδοσή του. Στόχος του εκπαιδευτικού προγράμματος των ελληνικών σχολείων είναι η γενική κατάρτιση και συναισθηματική καλλιέργεια των μαθητών, κάτι που απαιτεί την πραγματοποίηση προγραμμάτων συναισθηματικής αγωγής στο ελληνικό δημοτικό σχολείο.