

---

# Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society

---

Vol 13, No 2 (2006)

---

## Young adults' memories of childhood loneliness

Ευαγγελία Γαλανάκη

doi: [10.12681/psy\\_hps.23897](https://doi.org/10.12681/psy_hps.23897)

---

Copyright © 2020, Ευαγγελία Γαλανάκη



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

### To cite this article:

Γαλανάκη Ε. (2020). Young adults' memories of childhood loneliness. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 13(2), 37–55. [https://doi.org/10.12681/psy\\_hps.23897](https://doi.org/10.12681/psy_hps.23897)

## Αναμνήσεις νεαρών ενηλίκων από τη μοναξιά στην παιδική ηλικία

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΓΑΛΑΝΑΚΗ  
Πανεπιστήμιο Αθηνών

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στόχος της έρευνας ήταν να εξετάσει εάν το μοναδικό μέχρι σήμερα μοντέλο ερμηνείας της κατανόησης και της εμπειρίας της μοναξιάς από τα παιδιά - το μοντέλο αυτό προτάθηκε από τους Hymel, Tarulli, Hayden Thomson και Terrell-Deutsch (1999) και διαπιστώθηκε ότι ισχύει και στην Ελλάδα με μικρές προσθήκες (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003, Galanaki, 2004a, 2004b) - επαληθεύεται και μέσω της αναδρομικής μεθόδου, και συγκεκριμένα μέσω των παιδικών αναμνήσεων μοναξιάς. Συμμετείχαν 203 νεαροί ενήλικοι-φοιτητές του Πανεπιστημίου Αθηνών, από τους οποίους ζητήθηκε να περιγράψουν γραπτώς μια παιδική ανάμνηση μοναξιάς (6-12 ετών). Τα ευρήματα έδειξαν ότι και οι παιδικές αναμνήσεις μοναξιάς υποστηρίζουν, με μικρές μόνο διαφοροποιήσεις, το παραπάνω μοντέλο. Συζητούνται ακόμη θέματα όπως οι ατομικές διαφορές στη βίωση της μοναξιάς, η διαχρονική και διαπεριστασιακή της σταθερότητα, οι σχετικές αιτιακές εξηγήσεις και η ευεργετική μοναξιά.

Λέξεις-κλειδιά: Μοναξιά, Παιδικές αναμνήσεις, Νεαροί ενήλικοι.

*«Μέσω της αφήγησης κατασκευάζουμε, ανακατασκευάζουμε και με κάποιους τρόπους επινοούμε ξανά το χθες και το αύριο. Σε αυτή τη διαδικασία η μνήμη και η φαντασία αναμειγνύονται».*  
Jerome Bruner (2002-2004, σ. 146)

Η μοναξιά, που αποτελεί μια συχνή και πανανθρώπινη εμπειρία, σχετικά πρόσφατα έχει αρχίσει να προσελκύει το ενδιαφέρον των ερευνητών στο χώρο της ψυχολογίας και της ψυχιατρικής. Αυτό ισχύει πολύ περισσότερο για τη μοναξιά στην παιδική και στην εφηβική ηλικία. Από τους κλασικούς ερευνητές της μοναξιάς των ενηλίκων (Perlau & Perlman, 1982) η μοναξιά ορίζεται ως «η δυσάρεστη εμπειρία που βιώνει ένα άτομο όταν το δίκτυο των κοινωνικών του σχέσεων είναι ελλιπές κατά κάποιο σημαντικό τρόπο, ποιοτικά ή/και ποσοτικά» (σ. 31). Ένας πιο

πρόσφατος ορισμός της μοναξιάς, ο οποίος προέρχεται από ερευνητές της μοναξιάς των παιδιών και των εφήβων, είναι ότι η μοναξιά αποτελεί «μια δυσάρεστη ή επώδυνη αίσθηση απομόνωσης. Νιώθει δηλαδή κανείς ότι είναι μόνος, αποκομμένος ή απομακρυσμένος από τους άλλους. Συνδέεται με την αίσθηση της αποστέρησης της σύνδεσης, της επαφής ή της εγγύτητας, αλλά και με την επιθυμία για αυτή» (σ. 58).

Στη σχολική ηλικία (6ο-12ο έτος) η μοναξιά αποτελεί μια αρκετά συχνή εμπειρία των παιδιών και, όπως έχει δείξει η έρευνα των Hymel, Tarulli,

Hayden Thomson και Terrell-Deutsch (1999, βλέπε και Πίνακα 1), περιλαμβάνει διαστάσεις συναισθηματικές, γνωστικές και συμπεριφοράς. Τα ίδια τα παιδιά τη συσχετίζουν κυρίως με δυσάρεστα συναισθήματα (π.χ. λύπη, ανία). Θεωρούν ότι προκύπτει από ποσοτικά και ποιοτικά ελλείμματα στις σχέσεις τους, από την ελλιπή ικανοποίηση βασικών διαπροσωπικών/ κοινωνικών αναγκών (πολλές από αυτές εισηγήθηκε ο πρωτοπόρος μελετητής της μοναξιάς R. Weiss, 1974), που είναι η συντροφικότητα, η ενσωμάτωση, η υλική υποστήριξη-ασφάλεια, η συναισθηματική υποστήριξη, η στοργή, η αξιόπιστη συμμαχία, η ενίσχυση της προσωπικής αξίας-κοινωνική σύγκριση και οι ευκαιρίες για παροχή φροντίδας. Τη συνδέουν με συγκεκριμένα δια-

προσωπικά πλαίσια και γεγονότα, που είναι η απώλεια, η προσωρινή απουσία, η μετακίνηση και ο περιορισμός (σωματικός αποχωρισμός), καθώς και η σύγκρουση, η απόρριψη, η διάλυση σχέσεων, ο αποκλεισμός και η αδιαφορία (ψυχική απομάκρυνση). Το παραπάνω μοντέλο δέχθηκε εμπειρική επιβεβαίωση και από τις δικές μας έρευνες με παιδιά σχολικής ηλικίας στην Ελλάδα (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003. Galanaki, 2004a, 2004b). Έγιναν όμως μερικές προσθήκες στο αρχικό μοντέλο, με κυριότερη τη διάσταση του κινήτρου, καθώς η μοναξιά φαίνεται ότι εμπεριέχει και τον πόθο για επαφή και εγγύτητα και κινητοποιεί το παιδί και τον έφηβο για πράξεις που αποσκοπούν στο να διατηρήσει, να αποκαταστήσει ή να ανανεώσει τις σχέσεις του.

### Πίνακας 1

Ένα μοντέλο ερμηνείας της κατανόησης από τα παιδιά της εμπειρίας της μοναξιάς (βασισμένο στην πρόταση των Hymel et al., 1999)

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ	ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ	ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΛΑΙΣΙΩΝ
ΟΡΟΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ  ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΕΣ ΕΚΦΡΑΣΕΙΣ	ΑΠΟΘΕΜΑΤΑ ΣΧΕΣΕΩΝ Συντροφικότητα Ενσωμάτωση Υλική υποστήριξη-ασφάλεια* Συναισθηματική υποστήριξη Στοργή Αξιόπιστη συμμαχία Ενίσχυση της προσωπικής αξίας-κοινωνική σύγκριση* Ευκαιρίες για παροχή φροντίδας	ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΑΠΟΧΩΡΙΣΜΟΣ Απώλεια Μετακίνηση Προσωρινή απουσία Περιορισμός*  ΨΥΧΙΚΗ ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΗ Σύγκρουση Απόρριψη Διάλυση σχέσεων Αποκλεισμός Αδιαφορία
ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΚΙΝΗΤΡΟΥ*	ΕΠΩΔΥΝΗ ΜΟΝΑΞΙΑ ΕΝΑΝΤΙ ΚΥΡΙΟΛΕΚΤΙΚΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ  ΕΛΛΕΙΨΗ (ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΩΝ) ΣΧΕΣΕΩΝ	

\* Πρόκειται για προσθήκες στο μοντέλο των Hymel et al. (1999), με βάση την έρευνα στην Ελλάδα (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003. Galanaki, 2004a, 2004b).

Εκτός από την επώδυνη μορφή της μοναξιάς, υπάρχει και η *δημιουργική, εποικοδομητική μοναξιά*, δηλαδή η ηθελημένη μοναξιά («μοναχικότητα»), κατά την οποία λαμβάνει χώρα δημιουργική δραστηριότητα και ανάπτυξη της προσωπικότητας (π.χ. Larson, 1999. Moustakas, 1961). Η δημιουργική μοναξιά προϋποθέτει την ικανότητα του ανθρώπου να είναι μόνος του, και έχει θεωρηθεί ως μια κορυφαία ένδειξη συναισθηματικής ωριμότητας (Winnicott, 1965. Βλ. και Γαλανάκη, 2003). Με βάση τις λίγες σχετικές έρευνες, γίνεται εμφανής στη συμπεριφορά του παιδιού κατά το τέλος της σχολικής και στην αρχή της εφηβικής ηλικίας (Galadaki, 2004a. Larson, 1997). Ακόμη, υπάρχει και η έννοια της κυριολεκτικής μοναξιάς –είναι κανείς μόνος, χωρίς άλλους ανθρώπους κοντά του–, από την οποία είναι δυνατόν να προκύψει η επώδυνη ή η δημιουργική μοναξιά. Και, βέβαια, επώδυνη μοναξιά εμφανίζεται ακόμη και όταν κανείς δεν είναι κυριολεκτικά μόνος.

Όσον αφορά, τώρα, τις αναμνήσεις από την παιδική ηλικία, είναι γνωστή η άποψη του Freud (1905/1953) για τη βρεφονηπιακή ή παιδική αμνησία, η οποία, όπως έγραψε σε άλλη εργασία του (Freud, 1916-1917/1963), οφείλεται στον αμυντικό μηχανισμό της απώθησης. Πράγματι, έρευνες (π.χ. Usher & Neisser, 1993) έχουν δείξει ότι γεγονότα πριν από το δεύτερο έτος της ζωής δεν ανακαλούνται, τουλάχιστον συνειδητά, από τη μνήμη, κάτι που πλέον δεν αποδίδεται μόνο στην απώθηση –η οποία, μάλιστα, αμφισβητείται αν πράγματι συμβαίνει (π.χ. Loftus, 1994)– αλλά και σε άλλους μηχανισμούς και παράγοντες.

Από την ηλικία όμως των 3 μέχρι την ηλικία των 10 ετών παρατηρείται μεγάλη αύξηση ως προς τον αριθμό των παιδικών αναμνήσεων που μπορεί να ανακαλέσει ο άνθρωπος, όπως έδειξε μια πρόσφατη μετα-ανάλυση ερευνών (Rubin, 2000). Υπάρχει, βέβαια, η πιθανότητα διαστρέβλωσης των αναμνήσεων (π.χ. Pezdek & Banks, 1996. Schacter, Coyle, Fishbach, Mesulam, & Sullivan, 1995), μια κατάσταση που προσδιορίζεται από παράγοντες μνημονικούς, κοινωνικούς,

γλωσσολογικούς, περιβαλλοντικούς και συναισθηματικούς. Ωστόσο, ένα αρκετά μεγάλο σώμα ερευνών φαίνεται να τεκμηριώνει την προοδευτικά αυξανόμενη ικανότητα των παιδιών, ήδη από το δεύτερο με τρίτο έτος, να παρέχουν συνεκτικές, αν και σύντομες, λεκτικές αναφορές αυτοβιογραφικών αναμνήσεων, που αφορούν γεγονότα διακριτά, στρεσογόνα και τραυματικά. Πρόκειται ουσιαστικά για εμπειρίες που έχουν λάβει χώρα μετά το τέλος της περιόδου της βρεφονηπιακής αμνησίας και μετά την εμφάνιση της γλωσσικής λειτουργίας. Η αυτοβιογραφική μνήμη έχει οριστεί ως ένα σύνολο αναμνήσεων για γεγονότα με προσωπική βιωματική αξία, τα οποία σχετίζονται με την αίσθηση του εαυτού, και έτσι αποτελούν μέρος της ιστορίας ζωής του ατόμου (π.χ. Rubin, 1986).

Οι νεαροί ενήλικοι (τα σχετικά δείγματα των ερευνών αποτελούνται συνήθως από φοιτητές) ανακαλούν παιδικές αναμνήσεις, τραυματικές ή μη τραυματικές, οι οποίες έχει βρεθεί ότι είναι σε μεγάλο βαθμό ακριβείς, δηλαδή συνεπείς και αληθοφανείς, μολονότι διατυπώνονται ακόμη προβληματισμοί για το βαθμό της ακρίβειας των αναμνήσεων που προέρχονται από τα πρώτα χρόνια της ζωής (για πρόσφατες ανασκοπήσεις αυτής της ερευνητικής βιβλιογραφίας βλέπε Cordón, Pipe, Sayfan, Melinder, & Goodman, 2004. Howe, 2000. Lindsay, Wade, Hunter, & Read, 2004. Nelson & Fivush, 2004. Pillemer & White, 1989). Στο πλαίσιο μιας πολυδιάστατης δυναμικής αναπτυξιακής θεωρίας για την ερμηνεία της ανθρώπινης αυτοβιογραφικής μνήμης (Nelson & Fivush, 2004) υποστηρίχθηκε πρόσφατα ότι οι παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάδυσση των αναμνήσεων είναι οι βασικές μνημονικές ικανότητες, η γλωσσική και η αφηγηματική ικανότητα, η συζήτηση των αναμνήσεων με τους ενηλίκους (κυρίως τους γονείς) στο πλαίσιο μιας γενικότερης ευαίσθητης και συναισθηματικά ανοικτής αλληλεπίδρασης, η κατανόηση του χρόνου και η κατανόηση του εαυτού και των άλλων.

Από τα παραπάνω συναγεται ότι οι νεαροί ενήλικοι (άνω των 18 ετών) είναι σε θέση να ανα-

καλέσουν και να περιγράψουν με μια σχετική ακρίβεια (συνέπεια και αληθοφάνεια) παιδικές αναμνήσεις, ιδιαίτερα από το πέμπτο έτος της ηλικίας τους και μετά. Ζητήσαμε, λοιπόν, από αυτούς να καταγράψουν μια παιδική ανάμνηση μοναξιάς. Τέτοιου είδους αυτοβιογραφικές αφηγήσεις θεωρούνται από πολλούς συγγραφείς (π.χ. Bruner, 1987, 2002/2004) ότι αποτελούν αυτά καθαυτά πολύτιμα τεκμήρια για την επιστήμη της ψυχολογίας: «Μια ζωή είναι όχι “αυτό που ήταν” αλλά πώς ο άνθρωπος την ερμηνεύει και την αφηγείται ξανά και ξανά» (Bruner, 1987, σ. 31). Ο κύριος στόχος της έρευνας είναι, με τη χρήση της αναδρομικής μεθόδου, να εξεταστεί εάν το παραπάνω θεωρητικό μοντέλο για την κατανόηση και την εμπειρία της μοναξιάς στην παιδική ηλικία (Hymel et al., 1999), καθώς και οι ελληνικές προσθήκες σε αυτό (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003. Galanaki, 2004a, 2004b), που είναι και το μοναδικό μέχρι σήμερα σχετικό μοντέλο, υποστηρίζονται και από τις αναμνήσεις των νεαρών ενηλίκων. Από όσο γνωρίζουμε, δεν υπάρχει μέχρι σήμερα άλλη έρευνα που να εξέτασε τη μοναξιά του παιδιού μέσα από τις παιδικές αναμνήσεις νεαρών ενηλίκων.

## Μέθοδος

### Συμμετέχοντες

Στην έρευνα συμμετείχαν 203 φοιτητές τμημάτων του Πανεπιστημίου Αθηνών (Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης, Τμήματος Φιλοσοφίας – Παιδαγωγικής – Ψυχολογίας και Ιστορικού – Αρχαιολογικού Τμήματος). Από αυτούς 25 ήταν άνδρες και 178 γυναίκες. Επίσης, ο μέσος όρος ηλικίας τους ήταν 19.9 έτη (εύρος: 18-36). Πρόκειται για όσους φοιτητές προσφέρθηκαν εθελοντικά να συμμετάσχουν στην έρευνα.

### Μέσα και διαδικασία συλλογής δεδομένων

Ζητήθηκε από τους φοιτητές να αφηγηθούν

γραπτώς μια ανάμνηση από τη μοναξιά στην παιδική τους ηλικία. Συγκεκριμένα, δόθηκαν προφορικά οι ακόλουθες οδηγίες:

«Θα πάρετε μέρος σε μια έρευνα που εξετάζει τη μοναξιά στην παιδική ηλικία. Θα θέλαμε να περιγράψετε γραπτώς, σε ένα φύλλο χαρτιού, μία ή περισσότερες εμπειρίες μοναξιάς που βιώσατε στη δική σας παιδική ηλικία, από τα 6 μέχρι τα 12 χρόνια της ζωής σας. Προσπαθήστε να θυμηθείτε και να περιγράψετε τι ακριβώς είχε συμβεί, τι βιώσατε, τι σκεπτόσαστε και τι κάνατε τότε».

Σε τυχόν ερωτήσεις των φοιτητών για διευκρίνιση σχετικά με τη φύση της μοναξιάς δινόταν η απάντηση: «Η μοναξιά είναι μια καθαρά υποκειμενική εμπειρία. Ο καθένας σας θα την περιγράψει με τον τρόπο που ο ίδιος προσωπικά τη βίωσε».

Η συλλογή των αφηγήσεων έγινε ομαδικά μέσα στις αίθουσες των πανεπιστημιακών τμημάτων, από τη γράφουσα, στην αρχή ή στο τέλος της ώρας του μαθήματος. Ζητήθηκε από τους φοιτητές να αναγράψουν στο φύλλο του χαρτιού το φύλο και την ηλικία τους. Η ερευνήτρια τους ευχαρίστησε θερμά για τη συμμετοχή τους και την προθυμία να μοιραστούν μια προσωπική τους εμπειρία για ερευνητικούς σκοπούς.

### Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων

Στο περιεχόμενο των αφηγήσεων των νεαρών ενηλίκων ανιχνεύθηκε η ύπαρξη των διαστάσεων καθώς και των επιμέρους στοιχείων των διαστάσεων που συνοψίζονται στον Πίνακα 1, όπως αυτές προέκυψαν από τις έρευνες των Hymel και συνεργατών (1999) και, στην Ελλάδα, των Γαλανάκη και Μπεζεβέγκη (2003) και Galanaki (2004a, 2004b), για την κατανόηση της εμπειρίας της μοναξιάς από τα παιδιά. Ο ορισμός, το περιεχόμενο και τα παραδείγματα κάθε διάστασης και κάθε επιμέρους στοιχείου της διάστασης, όπως δίνονται από τους Hymel και συνεργάτες (1999), καθώς και οι προσθήκες στο μοντέλο αυτό που προέκυψαν από τις ελληνικές έρευνες (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκη, 2003.

Galanaki, 2004a, 2004b) αποτέλεσαν τη βάση ανάλυσης του περιεχομένου των παιδικών αναμνήσεων των νεαρών ενηλίκων.

### Ευρήματα

Από τις 203 αφηγήσεις οι 187 (ποσοστό 92.1%) περιείχαν ανάμνηση παιδικής μοναξιάς, ενώ στις υπόλοιπες 16 (ποσοστό 7.9%) οι νεαροί ενήλικοι δήλωναν ότι δε θυμούνται να είχαν βιώσει μοναξιά στην παιδική τους ηλικία και εξέθεταν, με συντομία, τους λόγους για τους οποίους είχε συμβεί αυτό. Οι ηλικίες τις οποίες ανέφεραν ήταν οι ακόλουθες: 36 (ποσοστό 19.3%) αδιευκρίνιστη ηλικία, 18 (ποσοστό 9.6%) όλη τη σχολική ηλικία (6-12 ετών), δηλαδή χρόνια μοναξιά, 5 (ποσοστό 2.7%) ηλικία 3 ετών, 4 (ποσοστό 2.1%) ηλικία 4 ετών, 5 (ποσοστό 2.7%) ηλικία 5 ετών, 23 (ποσοστό 12.3%) ηλικία 6 ετών, 13 (ποσοστό 7.0%) ηλικία 7 ετών, 14 (ποσοστό 7.5%) ηλικία 8 ετών, 20 (ποσοστό 10.7%) ηλικία 9 ετών, 16 (ποσοστό 8.6%) ηλικία 10 ετών, 16 (ποσοστό 8.6%) ηλικία 11 ετών, 16 (ποσοστό 8.6%) ηλικία 12 ετών και 1 (ποσοστό 0.5 %) ηλικία 13 ετών.

### Συναισθηματική διάσταση

Σε όλες τις αφηγήσεις μοναξιάς των νεαρών ενηλίκων ανιχνεύθηκε η συναισθηματική διάσταση. Στοιχεία του συναισθηματικού λεξιλογίου που χρησιμοποιούν στις αφηγήσεις τους για την παιδική μοναξιά είναι τα ακόλουθα: στενοχώρια, λύπη, θλίψη, δυστυχία, απαισιοδοξία, απελπισία, απόγνωση, μελαγχολία, κατάθλιψη, κλάμα, απογοήτευση, πικρία, ντροπή, ταπεινώση, ενοχή, αμηχανία, ανασφάλεια, ανησυχία, ανυπομονησία, αγωνία, άγχος, άγχος αποχωρισμού, πανικός, φόβος, φόβος μοναξιάς, φόβος εγκατάλειψης, φόβος αποτυχίας, τρόμος, αίσθημα κενού, πόνος, οδύνη, «πληγή», «τραύμα», πένθος, θρήνος, θυμός, αίσθημα αδικίας, παράπονο, ζήλια, αποξένωση, απομάκρυνση, απομόνωση, κλείσιμο στον εαυτό, τάση φυγής, πλήξη, ανία, έλλειψη διάθεσης, «κακή διάθεση», νοσταλγία, στα όρια

της τρέλας, αποπραγματοποίηση (derealization, π.χ. «η αυλή μου φαινόταν τεράστια») και ιδέες αυτοκτονίας. Ακόμη, χρησιμοποιήθηκαν συναισθηματικά φορτισμένες εκφράσεις, όπως: «απαίσια μοναξιά», «τρομερή», «φριχτή», «απόλυτη», «απίστευτη», «βαθιά», «απέραντη», «δεν αντέχεται», «τραγική εμπειρία». Αναφέρονταν, τέλος, σωματικά συμπτώματα (π.χ. εμετός), αδυναμία συγκέντρωσης της προσοχής (και επομένως πτώση της σχολικής επίδοσης), καθώς και διαταραχές ύπνου και διατροφής.

Οι νεαροί ενήλικοι χρησιμοποίησαν μια πληθώρα μεταφορικών εκφράσεων για να αποδώσουν τη συναισθηματική διάσταση της μοναξιάς. Αναφέρουμε ενδεικτικά: «βρισκόμουν στη μέση του πουθενά μόνη μου», «δεν ένιωθα τίποτε ζεστό, τίποτε κοντά μου», «ήταν σαν να μην υπήρχα στην τάξη», «αισθανόμουν ένα ξένο σώμα», «έχασα ένα μέρος του εαυτού μου», «ένιωθα ότι διαλύθηκε ο κόσμος μου», «ένιωθα να αιωρούμαι», «νόμισα ότι πέφτω σε μια "τρύπα" και δε θα είναι κανείς να με πιάσει», «ένιωσα να χάνω τον κόσμο κάτω από τα πόδια μου», «δεν μπορούσα ν' αναπνεύσω», «ο χρόνος δεν κυλούσε με τίποτα», «μία ώρα που τότε μου είχε φανεί μία αιωνιότητα», «μια απέραντη μοναξιά να με πλακώνει και να με βαραίνει», «μια σκοτεινιά και μια μιζέρια», «μου ράγιζε την καρδιά».

### Διάσταση κινήτρου

Ένα ποσοστό 19.8% (37 νεαροί ενήλικοι) έκανε αυθόρμητες αναφορές στη διάσταση του κινήτρου, δηλαδή στην επιθυμία, στον πόθο για επαφή. Η επιθυμία αυτή είχε τις περισσότερες φορές και πραξιακή διάσταση, δηλαδή το παιδί κατέβαλλε συγκεκριμένες προσπάθειες να ανεύρει συντροφιά, να ανανεώσει ή να αποκαταστήσει τις σχέσεις του. Το στοιχείο του κινήτρου δεν το είχαν εντοπίσει οι Hymel και συνεργάτες (1999). Αναφέρουμε ενδεικτικά: «η ίδια το επεδίωκα να μην είμαι μόνη», «το βλέμμα μου γύρευε να βρει άλλα παιδιά», «ένιωθα έντονη την ανάγκη να μιλήσω με κάποιον», «πήρα τηλέφωνο τη φίλη μου», «ήθελα να βγω από το σπίτι», «προ-

σπάθησα να την ξαναπροσεγγίσω», «αν και από μέρους μου έγινε μια τεράστια προσπάθεια», «έκανα την πρώτη κίνηση», «ευχόμεουν συνέχεια», «ανυπομονούσα να 'ρθει η ώρα που θα σχολούσα», «καθόμεουν και περιμένα να γυρίσουν οι γονείς μου στο σπίτι».

### Γνωστική διάσταση

Οι νεαροί ενήλικοι αξιολογούν την ποσότητα και την ποιότητα των σχέσεων που είχαν στην παιδική τους ηλικία και αναφέρονται σε ελλείμματα στις σχέσεις αυτές. Διακρίνονται ελλείμματα στην ικανοποίηση επτά βασικών διαπροσωπικών αναγκών, που είναι οι ακόλουθες, κατά σειρά συχνότητας (βλ. Πίνακα 2): συντροφικότητα, ενίσχυση της προσωπικής αξίας-κοινωνική σύγκριση, συναισθηματική υποστήριξη, ενσωμάτωση, στοργή, υλική υποστήριξη-ασφάλεια και αξιόπιστη συμμαχία. Στη συνέχεια περιγράφεται το περιεχόμενο των ελλειμμάτων και εκτίθενται παραδειγματικές αφηγήσεις.

**Συντροφικότητα:** Οι νεαροί ενήλικοι δήλωσαν ότι δεν είχαν ένα σύντροφο – φίλο/φίλη ή αδελφό/αδελφή– για μια κοινή δραστηριότητα. Αυτός ο σύντροφος μπορεί να υπήρχε αλλά να μην ήταν διαθέσιμος, σε άλλες περιπτώσεις όμως δεν υπήρχε, για παράδειγμα το παιδί δεν είχε αδέρφια. Το παιδί ένιωθε ότι δεν έχει συντροφιά, παρέα να παίξει, να συζητήσει ή να διαβάσει, καθώς και ότι δεν περνά καλά, δε χαίρεται, μια κατάσταση που συνήθως συνοδεύεται από ανία.

«Δεν έχω αδέρφια, με αποτέλεσμα να αισθάνομαι τόση μοναξιά, αφού στο σπίτι δεν υπήρχε έστω ένα παιδί ακόμη με το οποίο θα μπορούσαμε να ζήσουμε στον όμορφο παιδικό μας κόσμο, όπου οι πηγές ευτυχίας προέρχονται από απλόικα πράγματα: από μια κούκλα, ένα “χαζό” αστείο, μια σκανταλιά και τόσα άλλα που είναι μοιραίο οι “μεγάλοι” να μην μπορούν να τα αισθανθούν όπως ένα παιδί, άρα να μην μπορούν να αναπληρώσουν αυτό το κενό». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Ενίσχυση της προσωπικής αξίας-κοινωνική**

Πίνακας 2

Η γνωστική διάσταση στις αναμνήσεις των νεαρών ενηλίκων από τη μοναξιά στην παιδική ηλικία – Κατανομή συχνότητας

ΑΠΟΘΕΜΑΤΑ ΣΧΕΣΕΩΝ	f	%
Συντροφικότητα	95	28.8
Ενίσχυση της προσωπικής αξίας-κοινωνική σύγκριση	66	20.0
Συναισθηματική υποστήριξη	50	15.2
Ενσωμάτωση	40	12.1
Στοργή	40	12.1
Υλική υποστήριξη-ασφάλεια	26	7.9
Αξιόπιστη συμμαχία	13	3.9
ΕΠΩΔΥΝΗ ΕΝΑΝΤΙ ΚΥΡΙΟΛΕΚΤΙΚΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ	150	73.9
ΕΛΛΕΙΨΗ (ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΩΝ) ΣΧΕΣΕΩΝ	22	10.8

Σημείωση: Τα ποσοστά για τα αποθέματα σχέσεων υπολογίστηκαν επί του συνόλου των απαντήσεων (Σ = 330), διότι πολλοί συμμετέχοντες έδωσαν περισσότερες της μίας απαντήσεις.

**σύγκριση:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν ότι μέσα από τις σχέσεις τους με τους άλλους κατά την παιδική τους ηλικία δεν αναγνωρίζονταν η προσωπική αξία του παιδιού γενικά ή οι ικανότητες του σε επιμέρους θέματα (π.χ. κοινωνικές δεξιότητες). Είναι εμφανής η αναφορά στην αυτοεκτίμηση. Επίσης, σε αρκετές περιπτώσεις οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν την κοινωνική σύγκριση σε βάρος τους όταν ήταν παιδιά. Η ανάγκη τους να νιώθουν τουλάχιστον ισότιμοι με τους άλλους δεν ικανοποιούνταν. Το στοιχείο της κοινωνικής σύγκρισης δεν το είχαν εντοπίσει οι Hymel και συνεργάτες (1999).

«Μια χαρακτηριστική μέρα, πρώτη ή δεύτερα δημοτικού: Καθόμουν στο προαύλιο και ήμουν μόνη. Κανένα δε μου μιλούσε, αλλά αισθανόμουν πως όλοι με κοίταζαν που ήμουν μόνη μου. Σκοπίμως δηλαδή δε μου μιλούσαν. Ένωθα άσχημη, ασήμαντη. Υπήρχα, αλλά ήταν σαν να μην υπήρχα. Ένα πλάσμα που δε μιλούσε, δεν ακουγόταν, δεν ήσουν σίγουρος αν υπήρχε. Στο σπίτι δεν το ένωθα τόσο, γιατί είχα τα αδέρφια μου. Το βράδυ όμως γυρνούσε και πάλι. Σκεφτόμουν συνεχώς πόσο ασήμαντη ήμουν, και γι' αυτό ίσως κανείς δεν σχολιόταν μαζί μου. Όσο η μαμά μου κι αν προσπαθούσε, δεν κατάφερε να με κάνει να αισθανθώ καλά. Σ' ένα πάρτι που έκανα ήρθε μόνο η νονά μου. Κανένα παιδί από το σχολείο. Δεν ξέρω γιατί. Η μαμά μου λέει ότι ήθελα πάντα να επιβάλλω τις δικές μου απόψεις. Δε θυμάμαι, αλλά η αίσθηση της μοναξιάς εκείνη τη μέρα στο προαύλιο θα μείνει αξέχαστη». (Γυναίκα, 24 ετών)

**Συναισθηματική υποστήριξη:** Οι νεαροί ενήλικοι δηλώνουν ότι δεν ήταν διαθέσιμοι κάποιοι –γονείς, αδέρφια, συνομήλικοι– για να συζητήσουν, όταν ήταν παιδιά, τα προβλήματά τους, για συμπαράσταση, παρηγοριά, βοήθεια και καθοδήγηση ιδιαίτερα σε δύσκολες, αγχογόνες καταστάσεις, ή ήταν διαθέσιμοι αλλά δεν πρόσφεραν αυτό που ήθελαν τα ίδια τα παιδιά. Αναφέρεται ακόμη η έλλειψη κατανόησης και η αδυναμία ουσιαστικής επικοινωνίας με τους άλλους, κατά την οποία θα μπορούσαν να αποκαλύψουν «ευαίσθητες», προσωπικές πληροφορίες (εκμυστηρεύσεις, αυτο-αποκάλυψη).

«Στην ηλικία των οκτώ χρόνων, ενώ πήγαινα στην τρίτη δημοτικού, ανήκα σε μια παρέα που αποτελούνταν από πολλά άτομα – αγόρια και κορίτσια. Όταν όμως ένωθα την ανάγκη να μιλήσω σε κάποιον για κάτι που μ' απασχολούσε, να του εμπιστευτώ κάτι, δεν αισθανόμουν άνετα να μιλήσω με κάποιον, γιατί κανένα από αυτά τα παιδιά δεν τα ένωθα φίλους αληθινούς, οι οποίοι θα ενδιαφερόντουσαν για το τι μ' απασχολούσε.

Έτσι, ενώ περνάγαμε πολλές όμορφες στιγμές μαζί στο σχολείο παίζοντας και διασκεδάζοντας, εγώ ένωθα μοναξιά. γιατί δεν ένωθα κανέναν τόσο κοντά μου όσο θα ήθελα, να του μιλήσω για ό,τι με προβλημάτιζε εκείνη την εποχή. Γιατί με τους φίλους μας πρέπει να μοιραζόμαστε και τις καλές και τις κακές στιγμές». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Ενσωμάτωση:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν ότι, όταν ήταν παιδιά, υπήρχαν φορές που ένωθα ότι δεν ανήκαν σε μια ομάδα παιχνιδιού ή αθλήματος ή στο σύνολο της σχολικής τάξης ή σε μια οικογενειακή δραστηριότητα, ότι είχαν αποκλειστεί.

«Εμπειρία μοναξιάς... Λοιπόν... Μάλλον κάτι που θυμάμαι ακόμα από την πέμπτη ή έκτη... Μας είχαν αναθέσει μία εργασία και γι' αυτήν θα έπρεπε να φτιάξουμε ομάδες περίπου των έξι ατόμων. Τις ομάδες έπρεπε να τις διαλέξουμε εμείς. Εμένα δε με διάλεξαν ούτε οι "φίλες" μου, κι αν δεν υπήρχε ο περιορισμός των έξι ατόμων, θα με είχαν διαλέξει όχι οι "φίλες" μου αλλά η ομάδα των αγοριών. Αλλά, εξαιτίας αυτού του περιορισμού, έμεινα με τα άτομα με "ειδικές ανάγκες" της τάξης και κάποια άλλα που δεν είχαν καθόλου παρέες.

Τα συναισθήματα; Πικρία και απογοήτευση και μια άσχημη συνειδητοποίηση του ότι ίσως να μην ανήκα πουθενά. Ίσως τελικώς να ήμουν και εγώ στο περιθώριο. Και απογοήτευση, γιατί πάλι είχα το συναισθηματικό ότι οι "φίλες" μου δεν ήταν πραγματικά φίλες μου και ίσως όταν έκανα παρέα μαζί τους να τους ήμουν απλώς ένα βάρος». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Στοργή:** Οι νεαροί ενήλικοι αφηγούνται καταστάσεις της παιδικής τους ηλικίας στις οποίες

δεν υπήρχαν κάποιοι –κυρίως γονείς και δάσκαλοι– οι οποίοι θα μπορούσαν να τους προσφέρουν αγάπη και τρυφερότητα. Αντίθετα, σε μερικές περιπτώσεις τα πρόσωπα αυτά επέπλητταν, τιμωρούσαν ή γενικά κακομεταχειρίζονταν το παιδί (παραμέληση, κακοποίηση).

«Έντονη ανάμνηση από τα παιδικά μου χρόνια είναι η ιδιαίτερη σχέση με τη μητέρα μου, από την οποία δεν αποχωρίστηκα ποτέ ως παιδί. Η απουσία του πατέρα λόγω επαγγελματικών υποχρεώσεων ήταν υποχρεωτική. Κατεχοχήν συναισθηματικό άτομο και με μια υπερβολική αγάπη στο πρόσωπο της μητέρας μου, θυμάμαι ακόμα έντονα κάποιες μέρες που πέρασα μακριά της. Ανάμεσα σε συγγενείς και φίλους –παρών και ο πατέρας– ένιωθα ιδιαίτερα έντονη την απουσία της, καθώς δεν είχα μείνει μακριά της ως τότε. Δεν ήμουν μόνη, αλλά ένιωθα κάτι να μου λείπει. Ήταν απλά το άτομο με το οποίο έχω μια ιδιαίτερη και αναντικατάστατη σχέση αγάπης». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Υλική υποστήριξη-ασφάλεια:** Οι νεαροί ενήλικοι αφηγούνται καταστάσεις της παιδικής τους ηλικίας στις οποίες δεν ικανοποιούνταν μέσα από τις σχέσεις, κυρίως με τους γονείς, η ανάγκη για ασφάλεια, κυρίως κατά την απουσία των γονέων. Πρόκειται για το φόβο της μοναξιάς ή το άγχος αποχωρισμού, που συνοδεύεται από το αίσθημα του αβοήθητου. Τη διάσταση αυτή δεν την είχαν εντοπίσει οι Hymel και συνεργάτες (1999).

«Πάντα θυμάμαι τον εαυτό μου τα βράδια, μόλις άρχιζε να νυχτώνει, να με πιάνει ο φόβος και η μελαγχολία. Συχνά τις νύχτες κατέφευγα στο κρεβάτι μαζί με τους γονείς μου, γιατί φοβόμουν πως κάποια νύχτα κάποιος κακός άνθρωπος θα έρθει να με πάρει». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Αξιόπιστη συμμαχία:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν ότι ως παιδιά δεν είχαν φίλους έμπιστους, αξιόπιστους, διαθέσιμους. Οι φίλοι τούς πρόδωσαν, τους αδίκησαν, ήταν υστερόβουλοι.

«Κάτι που μου συνέβη περίπου στα 11 μου χρόνια. Είχα μία πολύ καλή φίλη, με την οποία κάναμε παρέα όταν πηγαίναμε διακοπές στο εξοχικό μας σπίτι. Την ένιωθα σαν αδερφή, και ίσως

ακόμα παραπάνω. Κάποια στιγμή, όπως αργότερα κατάλαβα, η φίλη μου άρχισε να με ζηλεύει και με κορόιδευε, με αποτέλεσμα, ενώ στην αρχή δεν το πήρα στα σοβαρά, μετά κατάλαβα το τι ακριβώς συνέβαινε και οι σχέσεις μας διακόπηκαν. Τότε μπορώ να πω ότι ήταν μία από τις λίγες στιγμές που έχω νιώσει μοναξιά, γιατί νόμιζα και ένιωθα ότι διαλύθηκε ο κόσμος μου. Είχα επενδύσει πολλά σ' αυτή τη φιλία και γκρεμίστηκαν όλα». (Γυναίκα, 20 ετών)

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 2, πάνω από τα δύο τρίτα των συμμετεχόντων (73.9%, 150 νεαροί ενήλικοι) έκαναν στις αφηγήσεις τους τη διάκριση ανάμεσα στην επώδυνη και στην κυριολεκτική μοναξιά: Ένιωθαν μόνοι παρουσία άλλων και δεν ένιωθαν μόνοι αν και ήταν κυριολεκτικά μόνοι.

Τέλος, ένα μικρό ποσοστό νεαρών ενηλίκων (10.3%, δηλαδή 21 από αυτούς) εξισώνει τη μοναξιά με την απλή έλλειψη σχέσεων (κυρίως φίλων και αδελφών), δηλαδή αποδίδει μια λιγότερο αφηρημένη έννοια στη μοναξιά (π.χ. «δεν είχα καθόλου φίλους», «ήμουν μοναχοπαιδί»).

### **Διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων**

Στις αναμνήσεις των νεαρών ενηλίκων η παιδική μοναξιά εκδηλώνεται στις σχέσεις μέσα στην οικογένεια, στις σχέσεις με τους συνομηλικούς (ένταξη στην ομάδα και δυαδικές φιλίες), καθώς και στη σχέση με το δάσκαλο.

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 3, η οικογένεια είναι το συχνότερα αναφερόμενο πλαίσιο, με δεύτερη σε σειρά συχνότητας την ομάδα των συνομηλικών (ένταξη και αποδοχή). Σε αρκετές περιπτώσεις οι νεαροί ενήλικοι θυμούνται ότι η μοναξιά τους ήταν γενικότερη και εκδηλωνόταν σε περισσότερα από ένα πλαίσια.

Στα πλαίσια αυτά οι νεαροί ενήλικοι δηλώνουν δύο περιπτώσεις: το σωματικό αποχωρισμό και την ψυχική απομάκρυνση, κατά τις οποίες έκαναν λόγο για ελλιπή ικανοποίηση των βασικών διαπροσωπικών/κοινωνικών αναγκών που περιγράψαμε παραπάνω. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 4, ο σωματικός αποχωρισμός περιλαμβάνει,

**Πίνακας 3**  
**Τα πλαίσια της μοναξιάς στην παιδική ηλικία, κατά τις αναμνήσεις**  
**των νεαρών ενηλίκων – Κατανομή συχνότητας**

ΕΣΤΙΑΣΗ	f	%
Οικογένεια	70	37.6
Ομάδα συνομηλίκων	50	26.9
Οικογένεια και ομάδα συνομηλίκων	25	13.4
Ομάδα συνομηλίκων και δυαδική φιλία	17	9.1
Δυαδική φιλία	12	6.5
Σχέση με δάσκαλο και ομάδα συνομηλίκων	5	2.7
Οικογένεια και δυαδική φιλία	3	1.6
Σχέση με δάσκαλο	2	1.1
Οικογένεια και σχέση με δάσκαλο	1	0.5
Σχολική εργασία	1	0.5
Κατοικίδια ζώα	1	0.5
Σύνολο	186	100.4

κατά σειρά συχνότητας, την προσωρινή απουσία, την απώλεια, τη μετακίνηση και τον περιορισμό και η ψυχική απομάκρυνση περιλαμβάνει, πάλι κατά σειρά συχνότητας, την απόρριψη, τον αποκλεισμό, τη σύγκρουση, την αδιαφορία και τη διάλυση των σχέσεων.

Ακολουθούν αναλυτικότερα οι επιμέρους περιπτώσεις σωματικού αποχωρισμού.

**Προσωρινή απουσία:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν τον προσωρινό αποχωρισμό από σημαντικούς άλλους – γονείς, αδέρφια, παππού – γιαγιά, συνομηλίκους. Λόγοι του αποχωρισμού αναφέρονται η εργασία, ένα ταξίδι, η έξοδος για ψώνια, ο ύπνος κ.ά. Στις σχέσεις με τους γονείς το παιδί νιώθει κατά την απουσία τους ανία ή φόβο (άγχος) αποχωρισμού. Αναφέρεται ακόμη ο φόβος για το σκοτάδι και η περίπτωση που χάθηκε το παιδί κάπου.

«Θυμάμαι μια μέρα, όταν ήμουν περίπου οκτώ χρονών, βρέθηκα μόνη μου στο σπίτι από το από-

γευμα μέχρι το βράδυ. Αρχικά δεν ανησυχούσα πάρα πολύ, αλλά όσο σκοτεινίαζε ένιωθα όλο και πιο πολλή μοναξιά και μεγάλη ανασφάλεια. Οι ώρες περνούσαν πολύ αργά και είχα την αίσθηση ότι οι γονείς μου είχαν αργήσει πολύ να επιστρέψουν σπίτι. Φοβόμουν γι' αυτούς μήπως τους είχε συμβεί κάτι κακό στο δρόμο, αλλά παράλληλα φοβόμουν και για μένα μήπως πάθω κάτι κακό στο σπίτι. Ξαφνικά άρχισα να κλαίω, να πηγαίνω από δωμάτιο σε δωμάτιο για ν' ανοίξω τα φώτα και για να ελέγξω αν υπάρχει κανένας μέσα στο σπίτι. Κάποιος ληστής, δολοφόνος ή, ξέρετε, κάτι άλλο... μεταφυσικό». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Απώλεια:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν την απώλεια της εγγύτητας με σημαντικούς άλλους, με τους οποίους ως παιδιά είχαν διαμορφώσει θετικές, ασφαλείς σχέσεις. Η απώλεια ήταν μη αναστρέψιμη (π.χ. θάνατος) ή υπήρχε απειλή απώλειας (π.χ. ασθένεια) ή είχε βλαφτεί σοβαρά η σχέση (π.χ. διαζύγιο, μετακόμιση).

**Πίνακας 4**  
**Η διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων στις αναμνήσεις των νεαρών ενηλίκων**  
**από τη μοναξιά στην παιδική ηλικία – Κατανομή συχνότητας**

ΕΙΔΗ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΛΑΙΣΙΩΝ	f	%
<b>ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΑΠΟΧΩΡΙΣΜΟΣ</b>		
Προσωρινή απουσία	58	20.3
Απώλεια	44	15.4
Μετακίνηση	20	7.0
Περιορισμός	2	0.7
<b>ΨΥΧΙΚΗ ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΗ</b>		
Απόρριψη	56	19.6
Αποκλεισμός	42	14.7
Σύγκρουση	29	10.1
Αδιαφορία	23	8.0
Διάλυση σχέσεων	12	4.2

Σημείωση: Όπως στη σημείωση του Πίνακα 2. Σύνολο απαντήσεων: 286.

«Ήμουν 11 χρονών όταν η πολυαγαπημένη μου γιαγιά έφυγε από τη ζωή. Την αγαπούσα πολύ και ήθελα να βρίσκομαι πάντα μαζί της. Μου το ανακοίνωσε ο πατέρας μου το τραγικό νέο. Θυμάμαι, μόλις το άκουσα, έβαλα τα κλάματα και άνοιξα την πόρτα τρέχοντας και βγήκα έξω. Πήγα στο πάρκο που βρίσκεται δίπλα στο σπίτι μας, κάθισα σ' ένα παγκάκι και έκλαιγα. Τη στιγμή εκείνη δε θα την ξεχάσω ποτέ. Παρ' όλο που οι γονείς μου ήταν πάντα δίπλα μου, μόλις άκουσα το τραγικό νέο, ένιωσα απίστευτα μόνη! Ένιωσα μοναξιά. Η γιαγιά μου δε θα ήταν πια κοντά μου και δε θα την ξανάβλεπα ποτέ! Κοίταζα, θυμάμαι, γύρω μου, το πάρκο άδειο, και πίστευα ότι η γιαγιά μου θα μ' άκουγε που έκλαιγα και θα ερχότανε να μου μιλήσει. Όμως σαν αστραπή ηχούσαν τα λόγια του πατέρα μου: "Η γιαγιά πήγε στον Παράδεισο!". Ύστερα μου έσβηνε η σκέψη αυτή, ότι δηλαδή η γιαγιά θα ερχόταν να μου μιλήσει. Δεν μπορού-

σε, αφού ήταν στον ουρανό! Τη φώναζα, ένιωθα ότι μ' άφηνε μόνη μου, χωρίς το χαμόγελό της και τα γλυκόλογά της. Μέχρι αργά το απόγευμα καθόμουν σ' εκείνο το παγκάκι, δεν ήθελα να πάω σπίτι, παρ' όλο που οι γονείς μου θα κάνανε τα πάντα για να νιώσω καλά, εγώ θα ένιωθα μοναξιά και ας είχα ανθρώπους γύρω μου. Σκεφτόμουν όλες τις στιγμές που είχα περάσει μαζί με τη γιαγιά μου και ότι δε θα τις ξαναζούσα πια!». (Γυναίκα, 20 ετών)

**Μετακίνηση:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν τη μετακίνησή τους ως παιδιά από ένα γνώριμο διαπροσωπικό πλαίσιο (π.χ. σχολείο, γειτονιά, χώρα) σε ένα άλλο, άγνωστο. Η μετακίνηση αυτή συνεπάγεται συχνά την απώλεια φίλων και την προσπάθεια του παιδιού να ενταχθεί σε μια προϋπάρχουσα κοινωνική ομάδα, με την προοπτική δημιουργίας νέας φιλίας (διαφέρει από την απώλεια ενός σημαντικού άλλου). Τέτοιες μετακινήσεις συμβαίνουν, παραδείγματος χάρη, με την εί-

σοδο του παιδιού σε μια καινούρια εκπαιδευτική βαθμίδα (νηπιαγωγείο, Α' δημοτικού).

«Πολύ έντονα το συναισθημα της μοναξιάς το ένιωσα στην ηλικία των οκτώ χρόνων, όταν, εξαιτίας του επαγγέλματος του πατέρα μου, αναγκάστηκε η οικογένειά μου να μετακομίσει από την Πάτρα στην Αθήνα. [...]

Στην ιδέα αυτή της μετακόμισης ήμουν πολύ αρνητική και για μεγάλο χρονικό διάστημα δεν έτρωγα, δεν κοιμόμουν και δε μιλάγα στους γονείς μου, μια και τους θεωρούσα υπεύθυνους για τη λύπη και τον πόνο που αισθανόμουν. Επίσης, δεν ήθελα να πάω στο καινούριο σχολείο, ήμουν αρνητική σε κάθε καινούρια γνωριμία και όλα μου φαίνονταν πως δεν είχαν καμία σχέση και ήταν σαφώς κατώτερα από τη ζωή στην οποία είχα συνηθίσει. Εκείνη την περίοδο, θυμάμαι, άρχισα να ακούω πολλή μουσική και να βλέπω τηλεόραση, ίσως στην προσπάθειά μου να έχω κάποιον για συντροφιά». (Γυναίκα, 20 ετών)

**Περιορισμός:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν τον ακούσιο περιορισμό τους ως παιδιά, για διάφορους λόγους, σε ένα χώρο (π.χ. δωμάτιο, σπίτι) που είναι συνήθως μικρός, στον οποίο δεν υπάρχει κανείς άλλος ή υπάρχει αλλά δεν είναι διαθέσιμος ή κατάλληλος για συντροφιά. Δεν επιτρέπεται στο παιδί να βγει έξω. Τη διάσταση αυτή δεν την είχαν εντοπίσει οι Hymel και συνεργάτες (1999).

«Αν και μοναχοπαίδι, δε θυμάμαι κάποια συγκεκριμένη στιγμή που να ένιωσα μοναξιά σε τέτοιο σημείο ώστε να χαρακτηί έντονα στη μνήμη μου. Μόνο κάποιες κρύες μέρες του χειμώνα έρχονταν στο μυαλό μου. Αυτό γιατί δεν μπορούσα να κατέβω στην αυλή και να παίξω με τα γειτονόπουλα – αν και κάτοικος Χολαργού, χόρτασα παιχνίδι στις γειτονικές πιλοτές και σε άδεια οικόπεδα, όπου, βέβαια, σήμερα ορθώνονται πολυκατοικίες». (Γυναίκα, 20 ετών)

Στη συνέχεια περιγράφονται οι επιμέρους περιπτώσεις ψυχικής απομάκρυνσης.

**Απόρριψη:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν τη λεκτική και μη λεκτική απόρριψή τους ως παιδιά από σημαντικούς άλλους – γονείς, αδέρφια, δασκάλους, συνομηλίκους. Η αιτία είναι άλλοτε

γνωστή ή σαφής και άλλοτε άγνωστη ή ασαφής στο παιδί.

«Όταν ήμουν στην τρίτη δημοτικού (σε ηλικία οκτώ χρόνων δηλαδή), στο σχολείο μου έκανε μάθημα η μητέρα μου. Οι συνθήκες, λοιπόν, αν και δεν υπήρχε διάκριση απ' την πλευρά της μητέρας μου προς εμένα, ήταν ιδανικές και όλες οι συμμαθήτριές μου με προσέγγιζαν με κάθε τρόπο.

Στην τετάρτη δημοτικού, όμως, πήρε το τμήμα μου κάποια άλλη δασκάλα, και αυτό ήταν η αφορμή για να απομακρυνθούν όλες οι συμμαθήτριες και οι συμμαθητές μου από μένα. Άρχισαν να υποτιμούν τις μαθητικές μου ικανότητες, να με υποβιβάζουν, να με κοροϊδεύουν και, το χειρότερο όλων, παραδέχονταν ότι τον προηγούμενο χρόνο με είχαν προσεγγίσει για να ενοηθούν στους βαθμούς από τη δασκάλα μας και μητέρα μου. (Υπ' όψιν ότι εγώ είχα πάει σ' αυτό το σχολείο στην τρίτη δημοτικού και όχι από όταν ξεκίνησα το δημοτικό).

Η απογοήτευσή μου ήταν απέραντη, όπως και η μοναξιά που ένιωθα καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους. Κανείς δε μου μιλούσε, δεν ενδιαφερόταν για μένα, ό,τι και να μου συνέβαινε έπρεπε να το αντιμετωπίσω μόνη μου, χωρίς καμία συμπαράσταση από συμμαθητές. Ήταν τόσο τραγικό για μένα, που κάθε μέρα έβαζα τα κλάματα. Είχα κλειστεί στον εαυτό μου και σχεδόν είχα μισήσει τη μητέρα μου, την οποία θεωρούσα υπεύθυνη.

Επειδή η κατάσταση ήταν απελπιστική, αναγκάστηκα την επόμενη χρονιά ν' αλλάξω σχολείο». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Αποκλεισμός:** Οι νεαροί ενήλικοι περιγράφουν τον αποκλεισμό τους όταν ήταν παιδιά από την ομάδα ή από μια δραστηριότητα στην οποία ήθελαν να μετέχουν. Αυτό αφορά και την ομάδα των συνομηλίκων και την οικογένεια. Δεν είναι πάντα σαφές αν υπήρχε πρόθεση από την ομάδα να αποκλειστεί το παιδί.

«Τρίτη δημοτικού. Αρχές της σχολικής χρονιάς. Μολονότι γνώριζα τα παιδιά, τους συμμαθητές μου, δύο χρόνια, ένιωσα μεγάλη απογοήτευση όταν, εκεί που διαλέγαμε με ποιον θα κά-

τσουμε μαζί στο σχολείο, όλοι είχαν διαλέξει τον “παρτενέρ” τους κι εγώ είχα μείνει μόνος. Μόνος, και μάλιστα στο τελευταίο θρανίο, λόγω του ύψους μου.

Ακόμα όμως πιο μεγάλη πίκρα πήρα στην Εαθ δημοτικού. Τότε είχαμε αρχίσει να μην ασχολούμαστε με το ποδόσφαιρο και το ρίξαμε στο μπάσκετ. Είχαμε μαζευτεί οκτώ παιδιά για να παίξουμε. Κι όμως οι φίλοι μου προτίμησαν να με αφήσουν έξω από το παιχνίδι και η μία ομάδα να παίξει με τρεις και η άλλη ομάδα με τέσσερις παίκτες.

Τη μεγαλύτερη στενοχώρια όμως τη γεύτηκα τελειώνοντας τη Στ’ δημοτικού, όταν στο λεύκωμα που είχε ο καθένας μας ζητήθηκε από κάθε παιδί να αφιερώσει κάτι στο άλλο. Δυστυχώς, και πάλι οι φίλοι μου με ξέχασαν...». (Ανδρας, 19 ετών)

**Σύγκρουση:** Οι νεαροί ενήλικοι αναφέρουν τις συγκρούσεις τους ως παιδιά με σημαντικούς άλλους – γονείς, αδέρφια, δασκάλους, συνομηλικούς. Άλλοτε είναι μια αμφίδρομη κατάσταση και άλλοτε είναι η τιμωρία του παιδιού από τους γονείς ή τους δασκάλους.

«Η μόνη φορά που θυμάμαι να ένιωσα μοναξιά ήταν σε μια εκδρομή στην πέμπτη δημοτικού. Είχα τσακωθεί με τα δύο κορίτσια με τα οποία έκανα παρέα, δε θυμάμαι για ποιο λόγο, και ήμουν εντελώς μόνη. Με τους υπόλοιπους συμμαθητές μου δεν έκανα παρέα, οπότε σ’ αυτή την εκδρομή ήμουν μόνη και, φυσικά, ένιωθα πάρα πολύ άσχημα βλέποντας όλους τους άλλους να περνάνε καλά, ενώ εγώ περίμενα να περάσει η ώρα για να γυρίσω σπίτι. Αυτό που με πείραξε περισσότερο ήταν το ότι οι φίλες μου, τα δύο αυτά κορίτσια, ήταν μαζί και διασκεδάζαν χωρίς να μου δίνουν σημασία. Έβλεπαν ότι καθόμουν μόνη, παραμελημένη απ’ όλους, κι όμως δεν ήρθαν ούτε μία φορά να μου μιλήσουν, να προσπαθήσουν να συμπιλιωθούμε, ή έστω να με ρωτήσουν τι κάνω. Ένωσα ότι ακόμα κι αυτές, που υποτίθεται ότι ήταν φίλες μου, δε με ήθελαν στην παρέα τους και ότι χαιρόνταν που ήμουν μόνη, ότι έπαιρναν εκδίκηση ίσως για τον τσακωμό μας. Την άλλη μέρα, φυσικά, συμπιλιωθήκαμε, αλλά αυτή η εκ-

δρομή ήταν η πιο άσχημη εμπειρία των παιδικών μου χρόνων». (Γυναίκα, 19 ετών)

**Αδιαφορία:** Οι νεαροί ενήλικοι αφηγούνται παιδικές αναμνήσεις στις οποίες σημαντικοί άλλοι –γονείς, αδέρφια, συνομηλικοί, δάσκαλοι– τους αγνοούσαν, δεν τους πρόσεχαν, δεν τους έδιναν σημασία. Συνήθως δεν είναι σαφές αν υπήρχε πρόθεση αυτών των άλλων να αγνοήσουν το παιδί.

«Ποτέ δεν έχω νιώσει μοναξιά με την ιδέα ότι αλλοτριώθηκα ή έμεινα μόνος μου. Θυμάμαι όμως στην Ε’ δημοτικού, όταν συζητούσε μια παρέα επτά ατόμων, που μέσα σε αυτούς ήμουν και εγώ, για το πώς θα εκπονηθεί μια εργασία. Τελικά ήμουν ο μόνος που δεν του ζητήθηκε να εκφέρει γνώμη και, πόσω μάλλον, δεν του δόθηκε η δυνατότητα να εκφραστεί. Η αδυναμία έκφρασης που εξαρτάται από εξωγενείς παράγοντες οδηγεί στην πραγματική μοναξιά, δηλαδή την εσωτερική μοναξιά». (Ανδρας, 19 ετών)

**Διάλυση σχέσεων:** Οι νεαροί ενήλικοι περιγράφουν τη διάλυση της φιλίας με ένα συνομηλικο: Ο φίλος απομακρύνεται τερματίζοντας τη σχέση, ή σε μια ομάδα τριών φίλων οι δύο αφήνουν έξω από τη σχέση τους τον τρίτο.

«Για τρία ολόκληρα χρόνια έκανα πολλή παρέα με ένα άλλο κοριτσάκι. Βρισκόμασταν και εκτός σχολείου, σπίτι μου, σπίτι της, παίζαμε, διασκεδάζαμε, είχαμε γίνει κολλητές φίλες. Ώσπου κάποια στιγμή τα πράγματα άλλαξαν. Ο λόγος; Η εμφάνιση μιας νέας συμμαθήτριάς, η οποία κατάφερε να τραβήξει το ενδιαφέρον της φίλης μου, και ν’ αρχίσει ν’ απομακρύνεται από μένα. Έκανε όλο και πιο πολλή παρέα μαζί της κι εγώ, όσο περνούσε ο καιρός, έμπαινα στο περιθώριο. Κάτι που ξέχασα ν’ αναφέρω είναι ότι σ’ όλα τα μαθητικά χρόνια που ‘χαν προηγηθεί καθόμασταν μαζί μ’ αυτή την κοπέλα, τη φίλη μου.

Το αποκορύφωμα της όλης κατάστασης ήταν όταν ένα πρωινό ήρθε η μητέρα της φίλης μου και μου είπε ότι η φίλη μου ήθελε να καθίσει στο θρανίο με το άλλο κοριτσάκι. Εγώ δεν μπορούσα ν’ αρνηθώ. Δεν ήθελα κιόλας να κάθεται μαζί μου χωρίς να το θέλει! Έτσι δέχτηκα την κατάσταση, βλέποντάς τες καθημερινά να γίνονται όλο και

πιο κολλητές φίλες. Αυτό με πόνεσε. Κι ακόμα με στενοχωρεί. Έμεινα μόνη μου, χωρίς κάποια καλή φίλη δίπλα μου. Προσπάθησα να την ξαναπροσεγγίσω, αλλά δε γινόταν τίποτα.

Έκλαιγα για το πώς εξελίχτηκαν τα πράγματα. Είχε αλλάξει η συμπεριφορά μου. Είχα γίνει πιο νευρική, απότομη και στενοχωρούσα ανθρώπους που δεν έπρεπε. Έβλεπα εφιάλτες. Βασανιζόμουν όχι μόνο στον ξύπνιο μου αλλά και στον ύπνο μου. Με λίγα λόγια, αυτή η κατάσταση με πόνεσε πολύ». (Γυναίκα, 20 ετών)

### Ευεργετική μοναξιά

Σε ποσοστό 10.8% οι νεαροί ενήλικοι (22 από αυτούς) αναφέρουν αυθόρμητα την ευεργετική μοναξιά κατά την παιδική τους ηλικία, δηλαδή την εποικοδομητική, δημιουργική αξιοποίηση του χρόνου κατά τον οποίο ήταν κυριολεκτικά μόνοι τους ή χωρίς ικανοποιητική συντροφιά. Αναλυτικότερα, αναφέρουν τα ακόλουθα οφέλη της μοναξιάς: ηρεμία και γαλήνη, ανωνυμία και μυστικότητα, αποφυγή της κριτικής από τους άλλους, δημιουργικές ασχολίες, περισυλλογή, βελτίωση της προσωπικότητας, αυτογνωσία και ωριμάνση, άσκηση στη φαντασία και ονειροπόληση, επαφή με τη φύση και τα ζώα. Αναφέρουμε ενδεικτικά μερικές τέτοιες αφηγήσεις:

«Ένιωθα ηρεμία και γαλήνη».

«Τις πιο πολλές φορές αναζητούσα μέρη που δε θα με έβρισκε κανείς, ώστε να περάσω μόνη μου κάποιες στιγμές».

«Προτιμούσα να κάθομαι στην τάξη και ν' ασχολούμαι με κάτι εποικοδομητικό».

«Πάρα πολλές ώρες τις περνούσα βυθισμένη στις σκέψεις μου. Σ' ένα δικό μου κόσμο, όπου σ' αυτό τον κόσμο έπαιζα και γέλαγα και τραγουδούσα».

«Με θυμάμαι να κάθομαι μόνος μου να σκέφτομαι ή στο σχολείο ή στο σπίτι ή το απόγευμα στη γειτονιά και να κάνω μόνος μου τις μοναχικές μου περιπλανήσεις στο δάσος παρέα με τη σφεντόνα μου».

«Σ' αυτές τις στιγμές η μοναξιά ήταν αχώριστος σύντροφός μου. που στεκόταν δίπλα μου

στις πιο ενδόμυχες σκέψεις και ονειροπολήσεις μου και συνέπασχε μαζί μου στη βίωση απέραντων συναισθημάτων».

«Πάντοτε έβλεπα τη μοναξιά σαν ένα αδιάσπαστο κομμάτι του εαυτού μου, που το περιέβαλλα με την ίδια αγάπη και φροντίδα με όλα τ' άλλα. [...] Αυτές οι στιγμές υπήρξαν ιδιαίτερες βιωματικές εμπειρίες με μοναδική προσωπική αξία».

«Εκείνη η στιγμή μοναξιάς με βοήθησε να γίνω πιο δυνατή».

### Άλλα θέματα

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 5, οι νεαροί ενήλικοι προσφέρουν αυθόρμητα μια μεγάλη ποσότητα και ποικιλία αιτιακών εξηγήσεων για τη μοναξιά στην παιδική τους ηλικία, οι οποίες επικαλύπτονται αλλά δεν ταυτίζονται με τις επιμέρους πλευρές της γνωστικής διάστασης και της διάστασης των διαπροσωπικών πλαισίων, τις οποίες αναλύσαμε παραπάνω. Για παράδειγμα, η μοναξιά αποδίδεται σε κάποιες περιπτώσεις σε παράγοντες που δεν είναι άμεσα εμφανείς στις παραπάνω διαστάσεις, όπως είναι η προσωπική ιδιοσυγκρασία (π.χ. «υπερβολικά κλειστός χαρακτήρας», «ντροπαλή και λιγομίλητη»), οι διάφοροι ακατάλληλοι χειρισμοί των ενηλίκων (γονέων, δασκάλων), η διαφορετικότητα (π.χ. καταγωγή, αναπηρία), η «ευαισθησία» της παιδικής ηλικίας και η ζωή σε αστική ή απομακρυσμένη περιοχή.

Όσο για την προσπάθεια αντιμετώπισης της μοναξιάς, οι νεαροί ενήλικοι ανέφεραν αυθόρμητα, όπως φαίνεται στον Πίνακα 6, με μεγαλύτερη συχνότητα την αναζήτηση επαφής –με την οικογένεια, τους συνομηλικούς και τα ζώα–, τις διάφορες ασχολίες και την προσπάθεια για βελτίωση της προσωπικότητας, αν και αναφέρονταν, λιγότερο συχνά όμως, και παθητικοί τρόποι, όπως η καταφυγή στη φαντασία, ο ύπνος, η απόσπαση προσοχής και η σκόπιμη λήθη.

Ένα αξιοσημείωτο ποσοστό νεαρών ενηλίκων –42.2% (79 από αυτούς)– αναφέρει με σαφήνεια ότι η παιδική μοναξιά υπήρξε αμείωτη για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα, δηλαδή ήταν χρόνια μοναξιά. Συναφώς ποσοστό 16.6% (31 νεαροί

**Πίνακας 5**  
**Αιτιακές εξηγήσεις για τη μοναξιά στην παιδική ηλικία, κατά τις αναμνήσεις των νεαρών ενηλίκων – Κατανομή συχνότητας**

ΑΙΤΙΑΚΕΣ ΕΞΗΓΗΣΕΙΣ	f	%
Απουσία γονέων	46	16.1
Απόρριψη	34	11.9
Απώλεια	26	9.1
Ιδιοσυγκρασία	21	7.3
Σύγκρουση	19	6.6
Ακατάλληλοι χειρισμοί ενηλίκων	17	5.9
Διαφορά ενδιαφερόντων/ηλικίας/φύλου	17	5.9
Αποκλεισμός	16	5.6
Αλλαγή περιβάλλοντος	13	4.5
Έλλειψη φίλων	13	4.5
Διαφορετικότητα	11	3.8
«Ευαίσθητη» ηλικία	11	3.8
Είσοδος στο σχολείο/σε νέα σχολική βαθμίδα	10	3.5
Διάλυση φιλίας	9	3.1
Μοναχοπαίδι	9	3.1
Αγνόηση	4	1.4
Απουσία φίλων	3	1.0
Αστική/απομακρυσμένη περιοχή	2	0.7
Περιορισμός	2	0.7
Σχολική αποτυχία	2	0.7
Είσοδος στην ήβη	1	0.3

Σημείωση: Όπως στη σημείωση του Πίνακα 2. Σύνολο απαντήσεων: 286.

ενήλικοι) δηλώνει ότι εξακολουθούν να νιώθει μοναξιά και στο παρόν. Ενδεικτικά αναφέρουμε μερικές τέτοιες αφηγήσεις:

«Το κακό όμως είναι ότι ακόμα και σήμερα, παρ' όλο που τώρα έχω πολλούς φίλους, εξακολουθώ να νιώθω μόνη και ψάχνω πάντα την επιβεβαίωση ότι γίνομαι αποδεκτή από αυτούς. Εκ-

φράζω αυτή την αγωνία μου με την ερώτησή μου σε αυτούς: "Παιδιά, με θέλετε για παρέα;". Δεν ξέρω αν θα το ξεπεράσω κάποτε, όμως προσπαθώ».

«Υπάρχουν φορές, σπάνια βέβαια, που ακόμα και σ' αυτή την ηλικία αισθάνομαι ένα κενό».

«Αυτό το γεγονός μ' έκανε να νιώσω μοναξιά».

**Πίνακας 6**  
**Αντιμέτωπιση της μοναξιάς στην παιδική ηλικία, κατά τις αναμνήσεις**  
**των νεαρών ενηλίκων – Κατανομή συχνότητας**

ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ	f	%
Σχέση με οικογένεια	19	23.5
Ασχολίες	15	18.6
Σχέση με φίλους	13	16.0
Προσπάθεια για βελτίωση προσωπικότητας	10	12.3
Καταφυγή στη φαντασία	9	11.1
Ευεργετική μοναξιά	5	6.2
Σχέση με δάσκαλο	5	6.2
Ύπνος	2	2.5
Απόσπαση προσοχής	1	1.2
Σκόπιμη λήθη	1	1.2
Σχέση με κατοικίδια ζώα	1	1.2

Σημείωση: Όπως στη σημείωση του Πίνακα 2. Σύνολο απαντήσεων: 81.

και με πλήγωσε ιδιαίτερα. Κατά κάποιον τρόπο έπαψα να έχω εμπιστοσύνη στους ανθρώπους και να τους εκδηλώνω την αγάπη μου».

Ένα αρκετά μεγάλο ποσοστό –38.5% (72 νεαροί ενήλικοι)– χρησιμοποιεί εκφράσεις ενδεικτικές της μεγάλης σημασίας που είχε και έχει ακόμη για τη ζωή του η παιδική μοναξιά, εκφράζει δηλαδή μεγάλη ένταση στο παρόν. Αναφέρουμε ενδεικτικά μερικές τέτοιες αφηγήσεις:

«Τη στιγμή εκείνη δε θα την ξεχάσω ποτέ».

«Ένα γεγονός που μου έχει μείνει χαραγμένο στο μυαλό μου».

«Ήταν μια τραγική εμπειρία για μένα και, παρ' όλο που ήμουν μικρή, τα σημάδια ήταν μεγάλα και τα θυμάμαι».

«Θυμάμαι μια απέραντη μοναξιά να με πλάκωνει και να με βαραίνει τόσο, ώστε ακόμα και τώρα, στα δεκαοχτώ μου χρόνια, να έχω στη σκέψη μου αυτό το φριχτό συναίσθημα και την

πικρία της πρώτης επαφής μου με τη μοναξιά».

### Ερμηνεία των ευρημάτων

Τα ευρήματα της έρευνας αυτής υποστηρίζουν το μοντέλο για την κατανόηση και την εμπειρία της μοναξιάς από τα παιδιά το οποίο πρότειναν οι Hymel και συνεργάτες (1999), στη μοναδική μέχρι σήμερα σχετική συστηματική έρευνα, και το οποίο διαπιστώσαμε ότι ισχύει και στην Ελλάδα, με μικρές προσθήκες (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003, Galanaki, 2004a, 2004b): τη διάσταση του κινήτρου, δύο επιμέρους στοιχεία της γνωστικής διάστασης –την κοινωνική σύγκριση και την υλική υποστήριξη-ασφάλεια–, καθώς και τον περιορισμό ως επιμέρους στοιχείο της διάστασης διαπροσωπικών πλαισίων (σωματικού αποχωρισμού). Η αναδρομική μέθοδος –δηλαδή η ανάλυση των παιδικών αναμνήσεων.

οι οποίες, με βάση τη σχετική βιβλιογραφία, θεωρούνται σχετικά αξιόπιστη πηγή πληροφοριών εάν προέρχονται από τη σχολική ηλικία και μετά— αποκαλύπτει τις ίδιες διαστάσεις στην εμπειρία της μοναξιάς, δηλαδή τη συναισθηματική, τη διάσταση του κινήτρου, τη γνωστική και τη διάσταση των διαπροσωπικών πλαισίων, με τα επιμέρους στοιχεία τους. Επίσης, οι τρόποι με τους οποίους οι νεαροί ενήλικοι είχαν αντιμετωπίσει τη μοναξιά ως παιδιά —άλλοι ενεργητικοί, εστιασμένοι στο πρόβλημα, και άλλοι παθητικοί, εστιασμένοι στο συναίσθημα— είναι σύμφωνα με τις στρατηγικές αντιμετώπισης της μοναξιάς που χρησιμοποιούν τα παιδιά, όπως διαπιστώσαμε σε πρόσφατη έρευνα (Besevégis & Galanaki, 2005). Βέβαια, τα ευρήματα αυτά αφορούν κυρίως τις νεαρές γυναίκες-φοιτήτριες, καθώς οι άνδρες αποτελούσαν μόνο το ένα έβδομο των συμμετεχόντων.

Η μόνη διαφοροποίηση από το μοντέλο που αποτέλεσε και τη βάση ανάλυσης των αναμνήσεων ήταν ότι οι ευκαιρίες για παροχή φροντίδας δεν αναφέρονται καθόλου ως βασική διαπροσωπική/κοινωνική ανάγκη στη γνωστική διάσταση, ενώ αναφέρονται από τα παιδιά στην έρευνα των Hymel και συνεργατών (1999) και στην ελληνική έρευνα (Γαλανάκη & Μπεζεβέγκης, 2003). Οι νεαροί ενήλικοι φαίνεται ότι έχουν την τάση να θυμούνται περιπτώσεις στις οποίες δεν έγιναν οι ίδιοι αντικείμενο φροντίδας, παρά περιπτώσεις στις οποίες δεν πρόσφεραν φροντίδα σε κάποιον άλλο. Επιπλέον, στο μοντέλο των Hymel και συνεργατών (1999) δεν είχαν θέση διάφοροι παράγοντες που όμως αυθόρμητα αναφέρθηκαν από τους νεαρούς ενήλικους ως αιτιακές εξηγήσεις της μοναξιάς, για παράδειγμα η ιδιοσυγκρασία, οι ακατάλληλοι χειρισμοί των ενηλίκων (γονέων, δασκάλων), η διαφορετικότητα, η «ευσαιθησία» της παιδικής ηλικίας και το είδος του τόπου διαμονής. Το πού ο νεαρός ενήλικος (αλλά και το ίδιο το παιδί και ο έφηβος) αποδίδει τις εμπειρίες της παιδικής του ηλικίας είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό θέμα, καθώς, όπως τονίσαμε στην αρχή της εργασίας, σχετίζεται με την ερμηνεία και την αφήγηση της προσωπικής ζωής του καθενός.

Ωστόσο οι αιτιακές εξηγήσεις της μοναξιάς έχουν παραμεληθεί από τους ερευνητές.

Ακόμη, αν και οι μέχρι τώρα έρευνες (για μια ανασκόπηση βλέπε Rotenberg & Hymel, 1999) δείχνουν ότι συνυπάρχει η χαμηλή σχολική επίδοση με τη μοναξιά, ωστόσο στη δική μας έρευνα δεν αναφέρεται συχνά η σχολική αποτυχία, μολονότι γίνεται πολύ συχνή αναφορά στα ελλείμματα που αφορούν την ενίσχυση της προσωπικής αξίας. Μια πιθανή εξήγηση είναι ότι οι συγκεκριμένοι νεαροί ενήλικοι είναι φοιτητές και δεν είναι πιθανόν να βίωσαν σε μεγάλο ποσοστό τέτοιου είδους αποτυχία στα παιδικά τους χρόνια.

Η συσχέτιση από τους νεαρούς ενήλικους της παιδικής μοναξιάς με την οικογένεια υπήρξε πολύ συχνή, ένα εύρημα που καθιστά πιο έντονη την ανάγκη διερεύνησης της μοναξιάς σε αυτό το πλαίσιο (Γαλανάκη, 2004. Rotenberg, 1999) και δε δικαιολογεί την υπερβολική έμφαση που έχει δοθεί μέχρι τώρα από τους ερευνητές στις ΗΠΑ και στην Ευρώπη στη μοναξιά μέσα στις σχέσεις με τους συνομηλίκους. Πρόσφατα η παραμέληση αυτή αναγνωρίστηκε και καταβάλλονται προσπάθειες για μια πιο συστηματική εξέταση της σχέσης οικογένειας – μοναξιάς.

Η αυθόρμητη αφήγηση αναμνήσεων επικοινωνιακής, δημιουργικής μοναξιάς ήταν μάλλον περιορισμένη, αλλά όχι απύσχα. Η πλευρά αυτής της μοναξιάς συνιστά μια εμπειρία των παιδιών και στη σχολική ηλικία (όπως έδειξε και η πρόσφατη έρευνα: Galanaki, 2004a), η οποία αυξάνεται σε σημασία και συχνότητα με την πάροδο της ηλικίας. Ίσως, εάν είχε ζητηθεί σαφώς από τους νεαρούς ενήλικους να καταγράψουν αναμνήσεις αυτού του είδους της μοναξιάς, η συχνότητα αυτών των αφηγήσεων να ήταν μεγαλύτερη. Μολονότι όμως η συχνότητα αυτή είναι μικρή, είναι πολύ συχνές οι αναφορές των νεαρών ενηλίκων στην ικανότητα που φαίνεται να είχαν κατά την παιδική τους ηλικία να διακρίνουν ανάμεσα στην κυριολεκτική και στην επώδυνη μοναξιά. Η ευεργετική μοναξιά στην παιδική ηλικία παραμένει σε μεγάλο βαθμό ανεξερεύνητη, καθώς μόλις πρόσφατα άρχισαν σχετικές προσπάθειες (Galanaki, 2004a, 2005).

Για ένα ελάχιστο μελετημένο θέμα στη σχετική ερευνητική βιβλιογραφία, μια και οι σχετικές διαχρονικές έρευνες είναι πολύ λίγες, τη χρονιότητα της μοναξιάς που ξεκινά από τα παιδικά χρόνια, διαπιστώσαμε ότι στις αναμνήσεις αποτελεί ένα συχνά εμφανιζόμενο θέμα. Εκτός από τη διαχρονική σταθερότητα της έντονης μοναξιάς, τα ευρήματα αυτής της έρευνας υποστηρίζουν τη μεγάλη συχνότητα και της διαπεριστασιακής σταθερότητας, δηλαδή της εκδήλωσης της μοναξιάς σε περισσότερα από ένα πλαίσια, για παράδειγμα οικογένεια και ομάδα των συνομηλίκων, ομάδα των συνομηλίκων και δυαδική φίλια.

Η συναισθηματική φόρτιση πολλών αφηγήσεων και οι αυθόρμητες δηλώσεις των νεαρών ενηλίκων ότι το περιστατικό ή η κατάσταση που περιγράφουν υπήρξε ιδιαίτερα έντονη, χρόνια ή ότι ακόμη δεν την έχουν ξεπεράσει υποδηλώνουν ότι πρόκειται ουσιαστικά για αφηγήσεις άλλοτε λιγότερο και άλλοτε περισσότερο τραυματικών εμπειριών, με την έννοια που αποδίδεται συνήθως στο τραύμα: μια εμπειρία που απειλεί την υγεία και την ευεξία του ατόμου ή των αγαπημένων του προσώπων, που διαταράσσει τη λειτουργικότητά του, που ξεπερνά τις ικανότητες του ατόμου να την αντιμετωπίσει και που δείχνει ότι ο κόσμος είναι μη ελέγξιμος και απρόβλεπτος (για μια σύντομη ανασκόπηση των σύγχρονων απόψεων για το τραύμα σε σχέση με τις παιδικές αναμνήσεις βλέπε Cordón et al., 2004).

Ωστόσο οι αφηγήσεις αποκαλύπτουν αξιωματικώς ατομικές διαφορές ως προς τη βίωση της παιδικής μοναξιάς: καμία ανάμνηση μοναξιάς, περιστασιακή-παροδική μοναξιά, χρόνια μοναξιά, μοναξιά ως σοβαρό πρώιμο τραύμα, ευεργετική μοναξιά: ένα εύρημα σύνηθες και για άλλα είδη παιδικών αναμνήσεων (π.χ. Melchert, 1998) και σύμφωνο με τις θεωρητικές μελέτες που έχουν επιχειρήσει να διατυπώσουν ταξινομίες της μοναξιάς (Fromm-Reichmann, 1959/1990. Mijuskovic, 1977. Weiss, 1973). Ως εκ τούτου, η μοναξιά στην παιδική ηλικία αναδεικνύεται σε μια συχνή εμπειρία, που αποτελεί φυσιολογική αντίδραση στην απουσία/έλλειψη σχέσεων ή/και στη χαμηλή ποιότητά τους, αλλά, σε ορι-

σμένες περιπτώσεις, για διάφορους λόγους, γίνεται μια εμπειρία εξαιρετικά έντονη, επώδυνη, χρόνια, διάχυτη και μη αντιμετωπίσιμη από το άτομο.

## Βιβλιογραφία

- Besevegis, E., & Galanaki, E. (2005). *Coping with loneliness in childhood*. Manuscript submitted for publication.
- Bruner, J. (1987). Life as narrative. *Social Research*, 54, 11-32.
- Bruner, J. (2004). *Δημιουργώντας ιστορίες. Νόμος, λογοτεχνία, ζωή* (Γ. Κουγιουμουτζάκης, Επιμ. Έκδ.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα. [Έτος έκδοσης πρωτοτύπου 2002]
- Γαλανάκη, Ε. (2003). Η μοναξιά στη θεωρία του Winnicott. *Επιστημονική Επετηρίς της Φιλοσοφικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, Τόμος ΛΔ* (σ. 131-150).
- Γαλανάκη, Ε. (2004). Οικογένεια και μοναξιά: Η άποψη του παιδιού. *Παιδί και Έφηβος: Ψυχική Υγεία και Ψυχοπαθολογία, Ελληνική Εταιρεία Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας Παιδιού και Εφήβου*, 5(1), 53-79.
- Γαλανάκη, Ε., & Μπεζεβέγκης, Η. (2003, Μάιος). *Η μοναξιά στο παιδί σχολικής ηλικίας. Πώς την ορίζει, πού την αποδίδει και πώς την αντιμετωπίζει*. Ανακοίνωση στο 8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας, Ελληνική Ψυχολογική Εταιρεία – Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.
- Cordón, I. M., Pipe, M.-E., Sayfan, L., Melinder, A., & Goodman, G. S. (2004). Memory for traumatic experiences in early childhood. *Developmental Review*, 24, 101-132.
- Freud, S. (1953). Three essays on the theory of sexuality. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 7, pp. 123-243). London: Hogarth Press. [Original work published 1905]
- Freud, S. (1963). Introductory lectures on psychoanalysis. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The*

- standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vols. 15-16, pp. 135-243). London: Hogarth Press. [Original work published 1916-1917]
- Fromm-Reichmann, F. (1990). Loneliness. *Contemporary Psychoanalysis*, 26, 305-330. [Original article published 1959]
- Galanaki, E. (2004a). Are children able to distinguish among the concepts of aloneness, loneliness, and solitude? *International Journal of Behavioral Development*, 28, 435-443.
- Galanaki, E. (2004b). Teachers and loneliness: The children's perspective. *School Psychology International*, 25, 92-105.
- Galanaki, E. (2005). Solitude in the school: A neglected facet of children's development and education. *Childhood Education*, 81, 128-132.
- Howe, M. L. (2000). *The fate of early memories: Developmental science and the retention of childhood experiences*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hymel, S., Tarulli, D., Hayden Thomson, L., & Terrell-Deutsch, B. (1999). Loneliness through the eyes of children. In K. J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 80-106). Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Larson, R. W. (1997). The emergence of solitude as a constructive domain of experience in early adolescence. *Child Development*, 68, 80-93.
- Larson, R. W. (1999). The uses of loneliness in adolescence. In K. J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 244-262). New York: Cambridge University Press.
- Lindsay, S. D., Wade, K. A., Hunter, M. A., & Read, D. J. (2004). Adults' memories of childhood: Affect, knowing, and remembering. *Memory*, 12(1), 27-43.
- Loftus, E. F. (1994). The repressed memory controversy. *American Psychologist*, 49(5), 443-445.
- Melchert, T. P. (1998). Family of origin history, psychological distress, quality of childhood memory, and content of first and recovered childhood memories. *Child Abuse and Neglect*, 22, 120-126.
- Mijuskovic, B. (1977). Types of loneliness. *Psychology*, 14, 25-29.
- Moustakas, C. E. (1961). *Loneliness*. New York: Prentice Hall.
- Nelson, K. D., & Fivush, R. (2004). The emergence of autobiographical memory: A social cultural developmental theory. *Psychological Review*, 111(2), 486-511.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.) (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley.
- Pezdek, K., & Banks, W. P. (Eds.) (1996). *The recovered memory/false memory debate*. San Diego, CA: Academic Press.
- Pillemer, D. B., & White, S. H. (1989). Childhood events recalled by children and adults. *Advances in Child Development and Behavior*, 21, 297-340.
- Rotenberg, K. J. (1999). Parental antecedents of children's loneliness. In K. J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 176-200). Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Rotenberg, K. J., & Hymel, S. (Eds.) (1999). *Loneliness in childhood and adolescence*. New York: Cambridge University Press.
- Rubin, D. C. (Ed.) (1986). *Autobiographical memory*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Rubin, D. C. (2000). The distribution of early childhood memories. *Memory*, 8(4), 265-269.
- Schacter, D. L., Coyle, J. T., Fishbach, G. D., Mesulam, M. M., & Sullivan, L. E. (Eds.) (1995). *Memory distortion*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Usher, J. A., & Neisser, U. (1993). Childhood amnesia and the beginnings of memory for four early life events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 122, 155-165.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge: MIT Press.
- Weiss, R. S. (1974). The provisions of social re-

relationships. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others: Joining, molding, conforming, helping, loving* (pp. 17-26). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. New York: International Universities Press.

## Young adults' memories of childhood loneliness

EVANGELIA GALANAKI  
University of Athens, Greece

### ABSTRACT

The aim of this study was to examine whether the only existing, to date, model for the explanation of children's understanding and experience of loneliness – a model proposed by Hymel, Tarulli, Hayden Thomson, and Terrell-Deutsch (1999), and documented in Greece by Besevegis and Galanaki (2003) and Galanaki (2004a, 2004b) – is supported through the use of the retrospective method and, more specifically, through memories of childhood loneliness. The participants were 203 students from the University of Athens (Greece), who were asked to write down a memory of childhood loneliness (6-12 years). Results showed that the above model fits, with some differentiations, the loneliness memories. The individual differences in the experience of childhood loneliness, the stability of loneliness across time and situation, the relevant attributions, and the issue of beneficial aloneness are also discussed.

*Key words:* Loneliness, Solitude, Childhood memories, Young adults.

*Address:* Evangelia Galanaki, Faculty of Primary Education, University of Athens, Navarinou 13A, 106 80 Athens, Greece. Tel.: 0030-210-3688089, Fax: 0030-210-3688088. E-mail: egalanaki@primedu.uoa.gr