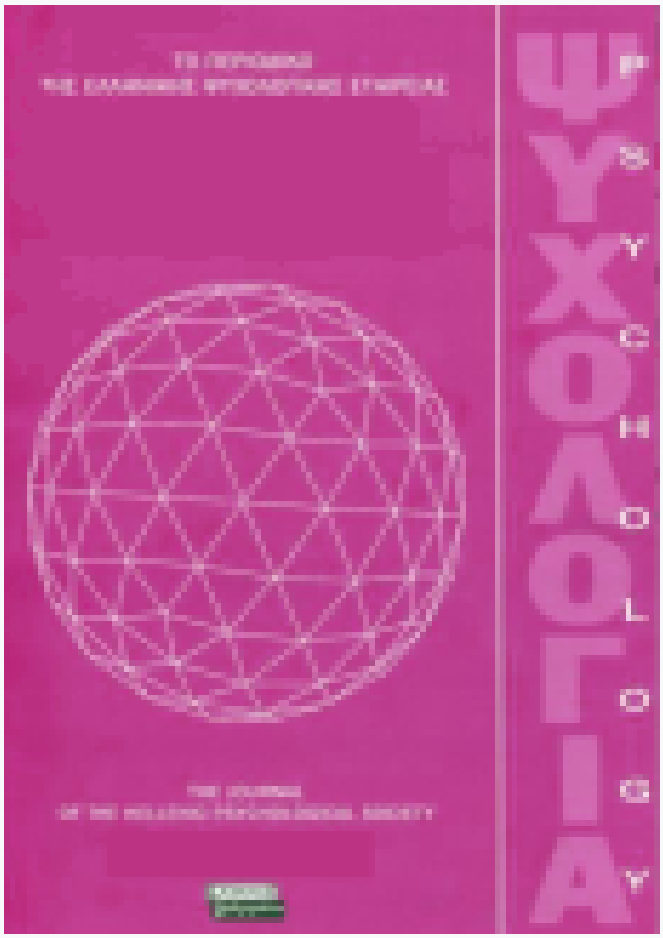
ePublishing

Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society

Vol 5, No 3 (1998)



Comparison of spheres of control with loneliness scores in young and older adults

Μαρία Μαλικιώση - Λοΐζου, Ιωάννα Τζονιχάκη, Γιώργος Κλεφτάρας

doi: 10.12681/psy_hps.24246

Copyright © 2020, Μαρία Μαλικιώση - Λοΐζου, Ιωάννα Τζονιχάκη, Γιώργος Κλεφτάρας

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0.

To cite this article:

Μαλικιώση - Λοΐζου Μ., Τζονιχάκη Ι., & Κλεφτάρας Γ. (2020). Comparison of spheres of control with loneliness scores in young and older adults. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, *5*(3), 274–283. https://doi.org/10.12681/psy_hps.24246

https://epublishing.ekt.gr | **e-Publisher:** EKT | **Downloaded at:** 25/01/2026 19:00:41

Σύγκριση σχέσεων πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς με τη μοναξιά σε νέα και ηλικιωμένα άτομα

ΜΑΡΙΑ ΜΑΛΙΚΙΩΣΗ-ΛΟΪΖΟΥ
Πανεπιστήμιο Αθηνών
ΙΩΑΝΝΑ ΤΖΟΝΙΧΑΚΗ
ΤΕΙ Αθηνών
ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΛΕΦΤΑΡΑΣ
Πανεπιστήμιο Κρήτης

ΠΕΡΙΛΗΨΗ Εξετάσθηκε η σχέση των αιτίων στα οποία αποδίδεται ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος με τη μοναξιά σε δείγματα νέων 18-22 ετών και ηλικιωμένων άνω των 60 ετών. Για την εκτίμηση του αντιλαμβανόμενου ελέγχου χρησιμοποιήθηκε η νέα Κλίμακα Πεδίων Ελέγχου που αναγνωρίζει τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο σε τρία πεδία: προσωπικό, διαπροσωπικό και κοινωνικο-πολιτικό. Για τη μέτρηση της μοναξιάς χρησιμοποιήθηκε η Αναθεωρημένη Κλίμακα της Μοναξιάς του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια Los Angeles (UCLA). Η έρευνα στόχευε επίσης στη διερεύνηση τυχόν επιδράσεων της ηλικίας στη μοναξιά και στα πεδία ελέγχου της συμπεριφοράς. Η ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι οι αποδόσεις αιτίων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου επιδρούν σημαντικά στη μοναξιά. Οι μοναχικοί άνθρωποι έχουν σημαντικά χαμηλότερους βαθμούς από τους μη-μοναχικούς στην κλίμακα των πεδίων ελέγχου και ιδιαίτερα στην υποκλίμακα του διαπροσωπικού ελέγχου. Επίσης, οι νέοι βρέθηκε να έχουν σημαντικά υψηλότερο βαθμό απο τους ηλικιωμένους ιδιαίτερα στον προσωπικό έλεγχο. Δε βρέθηκε στατιστικά σημαντική ηλικιακή διαφορά στην κλίμακα της μοναξιάς.

Λέξεις κλειδιά: Ηλικιωμένοι, μοναξιά, νέοι, πεδία ελέγχου.

Η μοναξιά ως στοιχείο ανθρώπινης εμπειρίας έχει απασχολήσει έντονα τους ερευνητές των κοινωνικών επιστημών ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια, γιατί πλήττει όλο και περισσότερους ανθρώπους, ανεξαρτήτως φύλου και ηλικίας. Η μοναξιά εμφανίζεται κυρίως στους κατοίκους των μεγαλουπόλεων όπου υπάρχει ανωνυμία και αδιαφορία για το συνάνθρωπο.

Οι Peplau και Perlman (1982) έδωσαν έναν απο τους πιο γνωστούς ορισμούς της ψυχολογικής μοναξιάς σύμφωνα με τον οποίο ως μοναξιά ορίζεται η διαφορά ανάμεσα στην πραγματική και την επιθυμητή ποιότητα και ποσότητα των κοινωνικών σχέσεων. Η μοναξιά μπορεί να είναι μια θετική ή μια αρνητική συναισθηματική εμπειρία, όπως λέει και ο Polansky (1985): Η μοναξιά είναι ένα σχεδόν παγκόσμιο συναίσθημα ... στο οποίο μόνο οι πιο τυχεροί ... υπόκεινται (σ. 1). Μπορεί κανείς να σκεφθεί πολλές ερμηνείες για την εμφάνιση του συναισθήματος της μοναξιάς. Η ερευνητική βιβλιογραφία καταλήγει ότι υπάρχουν δύο κύριες προσεγγίσεις για την κατανόηση της ανθρώπινης μοναξιάς: οι θεωρίες των κοινωνικών δεξιοτήτων και οι θεωρίες των αποδόσεων αιτίων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου. Η πρώτη προσέγγιση βλέπει το μοναχικό άνθρωπο να έχει ανεπαρκές και ηττοπαθές αποθεματικό κοινωνικών δεξιοτήτων. Για παράδειγμα, οι

Διεύθυνση: Μαρία Μαλικιώση-Λοΐζου, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Εκπαίδευσης και Αγωγής στην Προσχολική Ηλικία (ΤΕΑΠΗ), Ιπποκράτους 33, 106 80 Αθήνα. Τηλ.: 01-3637397, Fax: 01-3605355, E-mail: mmalik@atlas.uoa.gr

Goswick & Jones (1981) βρήκαν πως οι μοναχικοί άνθρωποι κατά τη διάρκεια μιας κοινωνικής συζήτησης επικεντρώνονται κυρίως στη δική τους συμπεριφορά και προσέχουν ελάχιστα τη συμπεριφορά και τα σχόλια που κάνουν οι συνομιλητές τους.

Οι έρευνες που ακολουθούν τη δεύτερη προσέγγιση καταλήγουν, γενικά, ότι τα μοναχικά άτομα πιστεύουν ότι ελέγχουν ελάχιστα τη ζωή τους. Ο προσανατολισμός αυτός χαρακτηρίζεται από ένα εξωτερικό κέντρο ελέγχου γιατί οι άνθρωποι αυτοί πιστεύουν πως τα αποτελέσματα της συμπεριφοράς τους καθορίζονται από την τύχη, τις ευκαιρίες, τη μοίρα ή από άλλους ανθρώπους. Οι μοναχικοί άνθρωποι αισθάνονται αδύναμοι και απελπισμένοι όσον αφορά τον έλεγχο που μπορούν να ασκήσουν πάνω στα γεγονότα της ζωής τους. Αντίθετα, οι μη μοναχικοί άνθρωποι χαρακτηρίζονται από ένα εσωτερικό κέντρο ελέγχου της συμπεριφοράς τους και πιστεύουν ότι μπορούν να προσδιορίσουν οι ίδιοι την πορεία της ζωής τους καθώς και τις σχέσεις τους με τους άλλους ανθρώπους.

Οι ειδικοί στο χώρο της κοινωνικής ψυχολογίας και της γεροντολογίας συνειδητοποιούν όλο και περισσότερο ότι ο προσωπικός έλεγχος της συμπεριφοράς είναι ένας καθοριστικός παράγοντας για τη σωματική και ψυχική ευεξία των ανθρώπων κάθε ηλικίας (Brennan & Auslander, 1979. Schulz, 1976. Schulz & Brenner, 1977). Η επίδραση της αντίληψης που έχει ο άνθρωπος για το αν και κατά πόσο ελέγχει ή όχι τα γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή του στα συναισθήματα μοναξιάς, κατάθλιψης, και συστολής, έχει αποδειχθεί και μέσα από έρευνες (Johnson & Sarason, 1978). Τα αποτελέσματα σχετικών ερευνών καταλήγουν σταθερά ότι το εξωτερικό κέντρο ελέγχου της συμπεριφοράς παρουσιάζει σημαντική συνάφεια με τη μοναξιά και σε νέους (Hojat, 1982, 1983. Jones, Freemon & Goswick, 1981. Michela & Peplau, 1977) και σε ηλικιωμένους (Langer & Rodin, 1976. Schulz & Moore, 1983). Μπορεί κανείς λοιπόν να συμπεράνει από αυτές τις έρευνες ότι η μοναξιά συνδέεται με μια γενική πεποίθηση ότι τα αποτελέσματα των πράξεων του ανθρώπου ελέγχονται απο εξωτερικούς παράγοντες. Με βάση αυτά τα δεδομένα, η πρόβλεψη που έγινε σ' αυτή την έρευνα ήταν ότι ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος θα σχετίζονταν αρνητικά με τη μοναξιά και στους νέους και στους ηλικιωμένους του δείγματός μας.

Το δεύτερο θέμα που εξετάζεται σ' αυτή την έρευνα συνδέεται με τυχόν ηλικιακές διαφορές ως προς τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς. Παρά το ότι ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος θεωρείται ως ένα σταθερό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας (Wolfe & Robertshaw, 1982), εντούτοις ο προσανατολισμός αυτός μπορεί να αλλάξει ως αποτέλεσμα κάποιων γεγονότων ή εμπειριών. Καθώς ο άνθρωπος μεγαλώνει και από παιδί γίνεται ενήλικος, αποκτά ένα όλο και μεγαλύτερο εσωτερικό κέντρο ελέγχου της συμπεριφοράς του (Penk, 1969). Όσο όμως περνούν τα χρόνια, αρχίζει να πιστεύει πως εξωτερικοί παράγοντες ελέγχουν τη ζωή του (Lumpkin, 1986). Αυτό δε συμβαίνει απαραίτητα γιατί γερνά αλλά γιατί οι δυσκολίες της ζωής τον αναγκάζουν να αντιλαμβάνεται τα γεγονότα που του συμβαίνουν ότι προέρχονται από ένα εξωτερικό κέντρο ελέγχου (Langer, 1981). Επομένως, μπορεί κανείς να υποθέσει πως οι νέοι του δείγματος της έρευνας αυτής θα διακρίνονται από μεγαλύτερο εσωτερικό έλεγχο της συμπεριφοράς τους από ότι οι ηλικιωμένοι.

Τέλος, όσον αφορά τη μοναξιά, τα πορίσματα ερευνών που προσπαθούν να μετρήσουν ηλικιακές διαφορές είναι αντιφατικά. Κάποιες έρευνες βρίσκουν πως το 12% με 40% των ηλικιωμένων άνω των 65 ετών νιώθει μοναξιά (Creecy, Berg, & Wright, 1985. Schonfeld & Dupree, 1995), κάποιες άλλες πάλι καταλήγουν ότι οι ηλικιωμένοι νιώθουν λιγότερη μοναξιά απο τους νέους (Schmitt & Kurdek, 1985. Weiss, 1989). Η έρευνα αυτή έχει στόχο να ανιχνεύσει τη σχέση της μοναξιάς με την ηλικία. Αφού, όμως, η βιβλιογραφία είναι αντιφατική ως προς τα πορίσματά της δε θα υπάρξει υπόθεση με συγκεκριμένο προσανατολισμό, αλλά θα διερευνηθεί η σύνδεση της μοναξιάς με τις ηλικιακές ομάδες.

Σύμφωνα, λοιπόν, με όλα τα παραπάνω ο βασικός στόχος της έρευνας αυτής ήταν να εξετάσει τη σχέση των αποδόσεων αιτίων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου με τη μοναξιά σε δείγματα νέων και ηλικιωμένων ατόμων καθώς και

τυχόν ηλικιακές διαφορές ως προς τις δύο αυτές μεταβλητές. Για την εκτίμηση του αντιλαμβανόμενου ελέγχου χρησιμοποιήθηκε η Νέα Κλίμακα Πεδίων Ελέγχου (Paulhus, 1983. Paulhus & Van Selst, 1990) και για τη μέτρηση της μοναξιάς η Αναθεωρημένη Κλίμακα Μοναξιάς του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια Los Angeles (UCLA) (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980).

Μέθοδος

Δείγμα

Το δείγμα περιλάμβανε 175 φοιτητές απο το Παιδαγωγικό Τμήμα Νηπιαγωγών του Πανεπιστημίου Αθηνών, απο το Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, και από το Τμήμα Εργοθεραπείας του ΤΕΙ Αθηνών. Από αυτούς, 36 (21.1%) ήταν άνδρες και 138 (78.9%) γυναίκες. Οι ηλικίες τους κυμαίνονταν απο 17.5 ως 30 ετών και είχαν μέση ηλικία 20 ετών. Το δείγμα των ηλικιωμένων ήταν 221 άτομα και προέρχονταν απο διάφορα ΚΑΠΗ της Αττικής. Οι ηλικίες τους κυμαίνονταν από 60 ως 95 ετών με μέση ηλικία 68 ετών. Από αυτούς 132 (59.7%) ήταν άνδρες και 89 (40.3%) ήταν γυναίκες. Όσον αφορά το μορφωτικό τους επίπεδο, οι περισσότεροι από αυτούς (53%) είχαν φοιτήσει μόνο στο δημοτικό σχολείο, 22% στο σχολαρχείο και 12% ήταν εντελώς αγράμματοι.

Ερωτηματολόγια

Η αξιοπιστία της μετάφρασης των κλιμάκων που χρησιμοποιήθηκαν διασφαλίστηκε με τη συστηματική επεξεργασία τους, η οποία περιλάμβανε μετάφραση, αντίστροφη μετάφραση, παραγοντική ανάλυση, συσχετίσεις μεταξύ μεμονωμένων δηλώσεων και συνολικών τιμών και υπολογισμού του συντελεστή άλφα (Cronbach, 1951. Μαλικιώση - Λοΐζου & Anderson, 1992. Anderson & Malikiosi-Loizos, 1992).

α) *Κλίμακα Πεδίων Ελέγχου* (Spheres of Control Scale). Η κλίμακα αυτή αναγνωρίζει τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο (ή εσωτερικό κέντρο ελέγχου) σε τρία πεδία: το προσωπικό, το διαπροσωπικό, και το κοινωνικο-πολιτικό. Με βάση αυτή τη λογική η κλίμακα δίνει τρεις επιμέρους βαθμούς για κάθε μια από αυτές τις υποκλίμακες που θεωρούνται ότι είναι ανεξάρτητες μεταξύ τους. Η κλίμακα προσωπικού ελέγχου μετράει τον έλεγχο που ασκεί ο άνθρωπος σε προσωπικά θέματα όπως είναι αυτό του προσωπικού επιτεύγματος. Η κλίμακα διαπροσωπικού ελέγχου μετράει τον έλεγχο που μπορεί να ασκεί ο άνθρωπος σε άλλους ανθρώπους ή ομάδες. Και η κλίμακα του κοινωνικού-πολιτικού ελέγχου μετράει τον έλεγχο πάνω σε κοινωνικά και πολιτικά γεγονότα και καταστάσεις. Κάθε υποκλίμακα αποτελείται από 10 δηλώσεις που αξιολογούνται σύμφωνα με μια κλίμακα επτά διαβαθμίσεων (από 1 έως 7)· οι τιμές των υποκλιμάκων μπορούν να κυμαίνονται από 10 μέχρι 70 ή από 1 μέχρι 7 αν υπολογισθεί ο μέσος όρος για κάθε υποκείμενο.

β) *Αναθεωρημένη Κλίμακα Μοναξιάς UCLA* (Revised UCLA Loneliness Scale). Περιλαμβάνει 20 δηλώσεις-ερωτήσεις που αξιολογούνται σύμφωνα με μια κλίμακα τεσσάρων διαβαθμίσεων (από 1 μέχρι 4). Έτσι οι τιμές μπορούν να κυμαίνονται από 20 (που δείχνει χαμηλά επίπεδα μοναξιάς) μέχρι 80 (που δείχνει υψηλά επίπεδα μοναξιάς) ή από 1 μέχρι 4 αν υπολογισθεί ο μέσος όρος των αξιολογήσεων για κάθε υποκείμενο.

Διαδικασία

Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν από τους ίδιους τους νέους φοιτητές κατά τη διάρκεια μαθήματός τους κατόπιν αδείας από τον αρμόδιο καθηγητή. Για τη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων του δείγματος των ηλικιωμένων ακολουθήθηκε άλλη διαδικασία. Μετά από συνεννόηση και άδεια της κοινωνικού λειτουργού του κάθε ΚΑΠΗ που έλαβε μέρος στην έρευνα, κατάλληλα εκπαιδευμένοι φοιτητές έθεταν τα ερωτήματα στους ηλικιωμένους και συμπλήρωναν τις απαντήσεις που εκείνοι έδιναν στο απαντητικό φυλλάδιο. Η συμμετοχή στην έρευνα ήταν εθελοντική και για τις δύο ομάδες και τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα.

Αποτελέσματα

Έγινε κατ' αρχή ανάλυση διακύμανσης (ANOVA) 3 (πεδία ελέγχου) x 2 (ηλικία) για να διερευνηθεί η επίδραση της ηλικίας και των πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς στη μοναξιά (βλ. Πίνακα 1). Η ανάλυση έδειξε μόνο μια σημαντική κύρια επίδραση, αυτή του διαπροσωπικού ελέγχου στη μοναξιά ($F=27,261$, $p<0.0001$). Δε σημειώθηκαν σημαντικές αλληλεπιδράσεις των επιμέρους μεταβλητών των πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς και της ηλικίας με τη μοναξιά.

Υπολογίσθηκαν επίσης οι t-τιμές μεταξύ των μέσων όρων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου και της μοναξιάς των δύο ηλικιακών ομάδων (βλ. Πίνακα 2) για να βρεθούν τυχόν σημαντικές διαφορές μεταξύ τους ως προς τις μεταβλητές αυτές.

Όσον αφορά την Κλίμακα Πεδίων Ελέγχου (βλ. Πίνακα 3), οι νέοι είχαν σημαντικά υψηλότερο βαθμό από τους ηλικιωμένους στον προσωπικό έλεγχο αλλά όχι στις δύο άλλες υποκλίμακες όπου οι διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων δεν ήταν σημαντικές. Δε βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των δύο δειγμάτων στην κλίμακα της μοναξιάς. Και οι δύο ομάδες φαίνεται να κυμαίνονται στα ίδια περίπου επίπεδα που δεν είναι ούτε υψηλά ούτε χαμηλά.

Υπολογίσθηκαν, επίσης, συντελεστές συσχέτισης Pearson *r* ανάμεσα στις μεταβλητές των πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς και την εξαρτημένη μεταβλητή της μοναξιάς (βλ. Πίνακα 3). Και στους νέους και στους ηλικιωμένους παρατηρείται ότι οι υποκλίμακες των πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς συσχετίζονται σημαντικά

Πίνακας 1
Αποτελέσματα ανάλυσης διακύμανσης ως προς τη μοναξιά

Πηγές Διασποράς	SS	df	MS	F	p
Διαπροσωπικός έλεγχος	4209.020	2	2104,510	27,261	<.0001
Προσωπικός έλεγχος	539.658	2	269,829	3,495	μ.σ.
Κοινωνικο-πολιτικός έλεγχος	180.093	2	90,047	1,166	μ.σ.
Ηλικία	94.040	1	94,040	1,218	μ.σ.

Σημείωση: μ.σ. = μη σημαντική

Πίνακας 2
Μέσες τιμές, τυπικές αποκλίσεις και t-tests μεταξύ των μέσων όρων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου και της μοναξιάς για νέους και ηλικιωμένους

	Νέοι (N=175)		Ηλικιωμένοι (N=221)		
Μεταβλητή	Μέση τιμή	Τυπική Απόκλιση	Μέση τιμή	Τυπική Απόκλιση	t
Προσωπικός έλεγχος	52.49	6.84	49.47	9.72	3.48***
Διαπροσωπικός έλεγχος	48.65	8.16	47.70	10.21	0.98
Κοινωνικό -πολιτικός έλεγχος	41.38	9.00	40.24	10.07	1.15
Μοναξιά	38.30	9.32	38.50	11.25	0.19

Σημείωση: *** = $p<.001$

Πίνακας 3
Συντελεστές συσχέτισης Pearson r των μεταβλητών των πεδίων ελέγχου μεταξύ τους και με τη μοναξιά

	Μοναξιά	Προσωπ. έλεγχος	Διαπροσωπ. έλεγχος	Κ- Π
Νέοι (N=175)				
Προσωπικός έλεγχος	-.19*	–	- .35****	.21**
Διαπροσωπικός έλεγχος	-.47****		–	.09
Κοινωνικο -πολιτικός έλεγχος	-.05			–
Ηλικιωμένοι (N=221)				
Προσωπικός έλεγχος	-.39****	–	.49****	.32****
Διαπροσωπικός έλεγχος	-.64****		–	.27****
Κοινωνικο-πολιτικός έλεγχος	-.14*		–	

Σημείωση: * = p<.05, ** = p<.01, *** = p<.001, **** = p<.0001

μεταξύ τους ενώ θα έπρεπε να είναι σχετικά ανεξάρτητες σύμφωνα με τη λογική του εμπνευστή της κλίμακας (Paulhus, 1983) που εκτιμά ότι υπάρχουν τρία διαφορετικά πεδία ελέγχου. Μόνο στους νέους δε βρέθηκε στατιστικά σημαντική συνάφεια μεταξύ διαπροσωπικού και κοινωνικο-πολιτικού ελέγχου. Το αποτέλεσμα αυτό των νέων συμπίπτει με εκείνο που είχε βρεθεί σε προηγούμενη έρευνα (Anderson & Μαλικιώση-Λοΐζου, 1995) όπου το ελληνικό δείγμα αποτελούσαν φοιτήτριες. Όσον αφορά τις συσχετίσεις μεταξύ των τριών υποκλιμάκων των πεδίων ελέγχου και της μοναξιάς, στους ηλικιωμένους ήταν όλες σημαντικές, ενώ στους νέους μόνο ο κοινωνικο-πολιτικός έλεγχος δεν έδειξε σημαντική συσχέτιση. Όλες οι συσχετίσεις ήταν αρνητικές υποδηλώνοντας πως όσο μεγαλύτερο έλεγχο ασκεί ο άνθρωπος σε θέματα προσωπικά, διαπροσωπικά κα κοινωνικο-πολιτικά τόσο λιγότερη μοναξιά νιώθει. Η ισχυρότερη αρνητική συσχέτιση βρέθηκε μεταξύ του διαπροσωπικού ελέγχου και της μοναξιάς. Όμως και ο προσωπικός έλεγχος, ιδιαίτερα στα ηλικιωμένα άτομα, έδειξε στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τη μοναξιά. Τα αποτελέσματα αυτά συμπίπτουν με εκείνα προηγούμενων ερευνών που υποστηρίζουν ότι τα συναισθήματα μοναξιάς επηρεάζονται σημαντικά από την αντίληψη που έχει ο άνθρωπος για το αν και κατά πόσο ελέγχει τα γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή του (Anderson & Μαλικιώση-Λοΐζου, 1995. Hojat, 1982, 1983. Jones et al., 1981).

Με περαιτέρω αναλύσεις υπολογίσθηκαν οι κατά βήμα παλινδρομήσεις των τριών υποκλιμάκων του πεδίου ελέγχου της συμπεριφοράς σε σχέση με τη μοναξιά για τους νέους και για τους ηλικιωμένους. Όπως φαίνεται και από τον Πίνακα 4, ο διαπροσωπικός έλεγχος εισέβαλε στο πρώτο στάδιο κάθε σταδιακής παλινδρόμησης και παρήγαγε μια σημαντική μεταβολή στο συντελεστή R^2 για τη μοναξιά. Αυτή ήταν και η μόνη μεταβλητή που προέβλεψε σημαντικά τη μοναξιά. Και οι νέοι αλλά και οι ηλικιωμένοι που είχαν υψηλό αντιλαμβανόμενο έλεγχο στο χώρο του διαπροσωπικού ελέγχου, παρουσίασαν σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Το αποτέλεσμα αυτό οδηγεί στο συμπέρασμα ότι ο διαπροσωπικός έλεγχος μειώνει το μέγεθος της μοναξιάς.

Συζήτηση

Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν, ενμέρει τουλάχιστον, την υπόθεση ότι οι νέοι νιώθουν ότι ελέγχουν τα γεγονότα της ζωής τους πολύ περισσότερο από ό,τι οι ηλικιωμένοι. Και οι τρεις μέσες τιμές των υποκλιμάκων της

Πίνακας 4
Παλινδρομίσεις των πεδίων ελέγχου της συμπεριφοράς στη μοναξιά

Ανεξ./Εξαρτ. Μεταβλητή	Μοναξιά R^2
Νέοι (N=175)	
Διαπροσωπικός έλεγχος	.228****
Προσωπικός έλεγχος	μ.σ.
Κοινωνικο -πολιτικός έλεγχος	μ.σ.
Ηλικιωμένοι (N=221)	
Διαπροσωπικός έλεγχος	.412****
Προσωπικός έλεγχος	μ.σ.
Κοινωνικο-πολιτικός έλεγχος	μ.σ.

Σημείωση: μ.σ.= μη σημαντική διαφορά, **** = p<.0001

Κλίμακας Πεδίων Ελέγχου της συμπεριφοράς ήταν υψηλότερες στους νέους. Βέβαια, μόνο μια από αυτές διέφερε σημαντικά από αυτή των ηλικιωμένων: η υποκλίμακα του προσωπικού ελέγχου, ενώ στο διαπροσωπικό και στον κοινωνικο-πολιτικό έλεγχο δε βρέθηκαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων. Το εύρημα αυτό μπορεί να θεωρηθεί αναμενόμενο αφού η υποκλίμακα του προσωπικού ελέγχου αφορά την προσωπική αποτελεσματικότητα, τον έλεγχο, δηλαδή, που ασκεί ο άνθρωπος σε θέματα που αφορούν προσωπικά επιτεύγματα. Ο νέος άνθρωπος νιώθει δυνατός, έτοιμος να αγωνισθεί για να εκπληρώσει τα οράματα, τα σχέδιά του. Είναι υγιής, πιστεύει στον εαυτό του και στις δυνατότητές του. Ο ηλικιωμένος άνθρωπος, εκ των πραγμάτων, δεν μπορεί να νιώθει το ίδιο. Έχει διάφορα μικρά ή μεγάλα προβλήματα υγείας (όπως μειωμένη όραση, ακοή, κινητικότητα) που δεν του επιτρέπουν να πιστεύει ότι έχει τον απόλυτο έλεγχο της προσωπικής του ζωής και αποτελεσματικότητας. Ήδη έχει εισέλθει σε ένα δεύτερο, επικουρικό, επίπεδο όσον αφορά την οικογένειά του: είναι παππούς ή γιαγιά. Οι λέξεις αυτές από μόνες τους υποδηλώνουν μια αδυναμία, μια εξάρτηση, και ένα βοηθητικό ρόλο. Επίσης, είναι συνταξιούχος, που σημαίνει ότι η ίδια η κοινωνία τον έχει βάλει στο περιθώριο, τον συντηρεί. Είναι επομένως αναμενόμενο να νιώθει ότι ελέγχει λιγότερο τα προσωπικά του θέματα από τον νέο, από τον οποίο άλλωστε η κοινωνία έχει προσδοκίες.

Αντίθετα, στο διαπροσωπικό έλεγχο που αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται ότι μπορεί να επηρεάσει περιστάσεις που περιλαμβάνουν και άλλα άτομα, όπως, π.χ., η διατήρηση μιας ήρεμης ατμόσφαιρας και αρμονίας στην οικογενειακή ζωή ή η επίδραση που μπορεί να ασκήσει σε έναν άλλο άνθρωπο, και στον κοινωνικο-πολιτικό έλεγχο που αξιολογεί την πεποίθηση του ατόμου να επηρεάζει κοινωνικά και πολιτικά γεγονότα και θεσμούς, όταν οι προσωπικοί του στόχοι έρχονται σε σύγκρουση με αυτούς, οι δύο ηλικιακές ομάδες δε διέφεραν σημαντικά. Οπωσδήποτε η βαθμολογία και των δύο ομάδων ήταν αρκετά υψηλότερη στο διαπροσωπικό από ότι στον κοινωνικο-πολιτικό έλεγχο, γεγονός που δείχνει την πεποίθηση της μειωμένης δυνατότητας που διαθέτουν να επηρεάσουν πολιτικές καταστάσεις. Βέβαια τα αποτελέσματα αυτά είναι ενδεικτικά και πρέπει να ερμηνεύονται με προσοχή αφού από τις συσχετίσεις μεταξύ τών τριών μεταβλητών των Πεδίων Ελέγχου βρέθηκε πως αυτές δεν είναι ανεξάρτητες και άρα ίσως να μη μετρούν τόσο διαφορετικά πράγματα. Η αδυναμία αυτή της κλίμακας επισημάνθηκε ήδη σε προηγούμενη έρευνα (Anderson & Μαλικιώση-Λοΐζου, 1995).

Όσον αφορά τη Μοναξιά, δε βρέθηκαν διαφορές μεταξύ νέων και ηλικιωμένων. Και οι δύο ομάδες νιώθουν μοναξιά αλλά όχι και τόσο έντονη. Για τους ηλικιωμένους μπορεί να δοθεί η ερμηνεία πως το δείγμα προέρχονταν από τα ΚΑΠΗ. Στα ΚΑΠΗ τα ηλικιωμένα άτομα νιώθουν λιγότερη μοναξιά γιατί τους δίνεται η ευκαιρία να συναναστρέφονται πολλούς άλλους ομηλίκους τους. Αν το δείγμα μας προερχόταν από μη μέλη ΚΑΠΗ, ίσως τα αποτελέσματα να ήταν διαφορετικά. Είναι κάτι που πρέπει να διερευνηθεί στο μέλλον.

Η μέση τιμή της μοναξιάς των νέων του παρόντος δείγματος συγκρινόμενη με εκείνη ελληνίδων φοιτητριών σε προηγούμενη έρευνα που έγινε προ πέντε ετών (Anderson & Μαλικιώση-Λοΐζου, 1995), είναι πολύ υψηλότερη, οδηγώντας έτσι στην υπόθεση ότι ίσως οι νέοι μας να νιώθουν όλο και περισσότερη μοναξιά στην εποχή μας. Μπορεί όμως η διαφορά αυτή να οφείλεται και στο ότι το δείγμα της παλαιότερης έρευνας αποτελούνταν μόνο από γυναίκες ενώ αυτό της παρούσας ήταν μικτό, αν και η σύνθεση ως προς τα δύο φύλα δεν ήταν ισόρροπη. Γεννάται το ερώτημα μήπως είναι οι νέοι άνδρες εκείνοι που νιώθουν μεγαλύτερη μοναξιά στο δείγμα μας και προκαλούν αυτή τη διαφορά με το δείγμα των φοιτητριών της προηγούμενης έρευνας. Προηγούμενες έρευνες έχουν δείξει πως το συναίσθημα της μοναξιάς μπορεί να είναι εντονότερο σε νέους άνδρες απ' ό,τι σε νέες γυναίκες (Joubert, 1989), άλλες όμως έχουν βρεί το αντίθετο. Επομένως δεν μπορεί κανείς εύκολα να καταλήξει σε συμπεράσματα ως προς το φύλο πριν προβεί και σε άλλες έρευνες. Άρα, η διαφορά των φύλων ως προς τη μοναξιά είναι ένα θέμα που θα πρέπει να διερευνηθεί σε μελλοντική έρευνα. Ένα ερώτημα που τίθεται εδώ είναι τι είδους μοναξιά μετράμε: Διότι έχει αποδειχθεί ότι υπάρχει κοινωνική και συγκινησιακή μοναξιά (Weiss, 1973). Άρα μπορεί τα φύλα να διαφοροποιούνται και ως προς το είδος μοναξιάς που βιώνουν.

Το βασικό ερώτημα της έρευνας και η υπόθεση ότι θα υπάρχει σημαντική αρνητική σχέση ανάμεσα στον αντιλαμβανόμενο έλεγχο και στη μοναξιά επαληθεύτηκε και για τις δύο ηλικιακές ομάδες, τουλάχιστον ως προς το διαπροσωπικό έλεγχο, ενισχύοντας έτσι και τα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών που καταλήγουν πως οι άνθρωποι που πιστεύουν πως ελέγχουν οι ίδιοι τα γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή τους νιώθουν λιγότερη μοναξιά από εκείνους που πιστεύουν πως τα αποτελέσματα της συμπεριφοράς τους καθορίζονται από την τύχη, τη μοίρα, ή άλλους ανθρώπους. Οι συσχετίσεις και των τριών υποκλιμάκων της Κλίμακας Πεδίων Ελέγχου της συμπεριφοράς με τη Μοναξιά ήταν σημαντικά αρνητικές, εκτός από τον κοινωνικο-πολιτικό έλεγχο στους νέους. Αλλά και στους ηλικιωμένους ο συντελεστής συσχέτισης Pearson r του κοινωνικο-πολιτικού ελέγχου με τη μοναξιά, αν και βρέθηκε σημαντικός, εντούτοις δεν ήταν πολύ ισχυρός (Πίνακας 3). Λόγω του ότι υπάρχει επικάλυψη των τριών υποκλιμάκων της Κλίμακας Πεδίων Ελέγχου, όπως προαναφέρθηκε, ίσως οι επιμέρους συσχετίσεις τους με την Κλίμακα UCLA της μοναξιάς δεν πρέπει να μας απασχολήσουν τόσο όσο το ότι σαφώς υπάρχει ισχυρή αρνητική συσχέτιση μεταξύ της Κλίμακας Πεδίων Ελέγχου της συμπεριφοράς και της Κλίμακας της Μοναξιάς.

Επίσης, ο διαπροσωπικός έλεγχος, καταρχήν, και κατόπιν ο προσωπικός έλεγχος είναι οι δύο μεταβλητές που παρουσιάζουν την ισχυρότερη συσχέτιση με τη μοναξιά και στους νέους αλλά και στους ηλικιωμένους. Για να ερμηνευθούν περαιτέρω οι συσχετίσεις αυτές υπολογίσθηκαν οι κατά βήμα παλινδρομήσεις των τριών τιμών του αντιλαμβανόμενου ελέγχου ως προς τη μοναξιά. Οι αναλύσεις αυτές έδειξαν πως μόνο η τιμή του διαπροσωπικού ελέγχου εισέβαλε στην παλινδρομική εξίσωση και παρήγαγε σημαντικές μεταβολές στο δείκτη πολλαπλής συνάφειας (R^2) για τη μοναξιά (Πίνακας 4). Άρα φαίνεται ότι οι άνθρωποι που πιστεύουν ότι ελέγχουν και επηρεάζουν περιστάσεις που περιλαμβάνουν και άλλα άτομα δε νιώθουν πολλή μοναξιά. Πρέπει εδώ να σημειωθεί πως στο δείγμα των ηλικιωμένων η αρνητική συσχέτιση του προσωπικού ελέγχου με τη μοναξιά ήταν πιο ισχυρή από ό,τι στους νέους. Είναι λογικό ένας ηλικιωμένος που αισθάνεται ότι έχει τον έλεγχο των θεμάτων που τον αφορούν, άρα νιώθει αρκετά

δυνατός και ανεξάρτητος, να μην αισθάνεται και έντονη μοναξιά.

Τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής, που βρήκε τις αποδόσεις αιτίων του αντιλαμβανόμενου ελέγχου να έχουν ισχυρές σχέσεις με τη μοναξιά και σε νέους και σε ηλικιωμένους, οδηγούν στο συμπέρασμα ότι τα άτομα με έντονα συναισθήματα μοναξιάς μπορούν να βοηθηθούν να τα ξεπεράσουν βρίσκοντας νέους τρόπους αντιμετώπισης των γεγονότων που συμβαίνουν στη ζωή τους. Άτομα, ειδικευμένα και μη, που θα επιθυμούσαν να βοηθήσουν τους μοναχικούς ανθρώπους θα πρέπει να κατευθύνουν τις προσπάθειές τους προς μια αύξηση της αίσθησης του ελέγχου τους πάνω στα καθημερινά γεγονότα της ζωής τους. Η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία (Beck, 1982. Meichenbaum, 1977) είναι μία από τις προσεγγίσεις που προσφέρεται για μια τέτοια βοήθεια, αφού επικεντρώνεται στο να διδάξει στο μοναχικό άνθρωπο τους τρόπους ενίσχυσης της πεποίθησής του για τον έλεγχο που μπορεί να ασκεί σε ό,τι άπτεται του εαυτού του και των σχέσεών του με άλλα άτομα (Young, 1982). Η γνωστικο-συμπεριφοριστική προσέγγιση στοχεύει στην αλλαγή του τρόπου σκέψης του μοναχικού ανθρώπου, η οποία στη συνέχεια, αν επιτευχθεί, θα οδηγήσει σε αλλαγή της διάθεσης και των συναισθημάτων του και άρα, στη μείωση των συναισθημάτων μοναξιάς. Βέβαια, τέτοιες παρεμβάσεις δεν μπορούν να επιτευχθούν εύκολα διότι ο μοναχικός άνθρωπος έχει οπωσδήποτε ενσωματώσει αυτά τα συναισθήματα ανικανότητας και χαμηλού αντιλαμβανόμενου ελέγχου σε ένα γενικό πλαίσιο διαβίωσης που αποφεύγει συνειδητά να έχει τον έλεγχο της προσωπικής και της διαπροσωπικής του ζωής. Έρευνες (Solano, 1989) επιβεβαίωσαν αυτή τη λογική γιατί έδειξαν πως οι μοναχικοί άνθρωποι είχαν σημαντικά χαμηλότερους βαθμούς από τους μη μοναχικούς σε δοκιμασίες που μετρούσαν επιθυμία για έλεγχο.

Μια άλλη θεραπευτική προσέγγιση για την αντιμετώπιση της μοναξιάς προέρχεται από τις θεωρίες των κοινωνικών δεξιοτήτων. Σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση η θεραπεία θα πρέπει να επικεντρώνεται στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων που συνδέονται με την εποικοδομητική συζήτηση -ιδιαίτερα εκείνων των δεξιοτήτων που συνδέονται με την αρμόζουσα αυτο-αποκάλυψη και τα αμοιβαία επίπεδα οικειότητας κατά τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης. Θα πρέπει επίσης να δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη δεξιοτήτων προσεκτικής παρακολούθησης, που θα διδάξουν στα μοναχικά άτομα τρόπους με τους οποίους θα μπορούν να παρακολουθούν προσεκτικά τη συμπεριφορά και τη συζήτηση άλλων ανθρώπων, ιδιαίτερα σε σχέση με το επίπεδο οικειότητας που χρησιμοποιούν οι άλλοι στις αρχικές τους αλληλεπιδράσεις.

Βιβλιογραφία

Anderson, L. R., & Malikiosi-Loizos, M. (1992). Reliability data for a Greek translation of the Revised UCLA Loneliness scale: Comparisons with data from the U.S.A. *Psychological Reports, 71,* 665-666.

Anderson, L. R., & Μαλικιώση-Λοϊζου, M. (1995). Σύγκριση σχέσεων κέντρου ελέγχου της συμπεριφοράς και αυτο-καταγραφής με την μοναξιά και την ικανοποίηση απο τη ζωή μεταξύ Ελληνίδων και Αμερικανίδων φοιτητριών. *Ψυχολογία, 2* (1), 107-126.

Brennan, T., & Auslander, N. (1979). *Adolescent loneliness: An exploratory study of social and psychological predispositions and theory.* (Vol. 1). Prepared for the National Institute of Mental Health. Juvenile Problems Division, Grant No. R01-MH 289 12-10, Behavioral Research Institute.

Beck, A. T. (1982). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects.* New York: Harper & Row.

Creecy, R. F., Berg, W. E., & Wright, R. (1985). Loneliness among the elderly: A positive approach. *Journal of Gerontology, 40,* 487-493.

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika, 16,* 297-334.

Goswick, R. A., & Jones, W. H. (1981). Loneliness, self-concept and adjustment. *Journal of Psychology, 107,* 237-240.

Hojat, M. (1982). Loneliness as a function of selected personality variables. *Journal of Clinical Psychology, 38,* 137-141.

Hojat, M. (1983). Comparison of transitory and chronic loners on selected personality variables. *British Journal of Psychology, 74,* 199-202.

Johnson, J., & Sarason, I. (1978). Life stress, depression and anxiety: Internal-external control as a moderator variable. *Journal of Psychosomatic Research, 22,* 205-208.

Jones, W. H., Freemon, J. E., & Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality, 49,* 27-48.

Joubert, C. E. (1989). Need for uniqueness, correlates of loneliness and social interest. In Hojat, M., & Crandall, R. (Eds.), *Loneliness: Theory, research and applications* (pp. 187-190). London, UK: Sage.

Langer, E. J. (1981). Old age: An artifact? In J. McGaush & S. Kiesler (Eds.), *Aging: Biology and behavior.* New York: Academic Press.

Langer, E. J., & Rodin, J. (1976). The effects of choice and enhanced personal responsibility for the aged: A field experiment in an institutional setting. *Journal of Personality and Social Psychology, 34,* 191-198.

Lumpkin, J. R. (1986). The relationship between locus of control and age: New evidence. *Journal of Social Behavior and Personality, 1,* 245-252.

Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ., & Anderson, L. R. (1992). Κλίμακα σφαίρας ελέγχου. Στοιχεία αξιοπιστίας της μεταφοράς της στα Ελληνικά. *Ψυχολογικά Θέματα, 5,* 203-210.

Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive behavior modification: An integrative approach.* New York: Plenum.

Michela, J. L., & Peplau, L. A. (1977, April). *Applying attributional models of achievement to social settings.* Paper presented at the Western Psychological Association Convention, Seattle, USA.

Paulhus, D. L. (1983). Sphere-specific measures of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 1253-1265.

Paulhus, D. L., & Van Selst, M. (1990). The Spheres of Control Scale: 10 years of research. *Personality and Individual Differences, 11,* 1029-1036.

Penk, W. (1969). Age changes and correlates of internal-external locus of control scales. *Psychological Reports, 25,* 856.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.) (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy.* New York: Wiley.

Polansky, N. A. (1985). Determinants of loneliness among neglectful and other low-income mothers. *Journal of Social Service Research, 8,* 1-15.

Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 39,* 472-480.

Schmitt, J. P., & Kurdek, L. A. (1985). Age and gender differences and personality correlates of loneliness in different relationships. *Journal of Personality Assessment, 49* (5), 485-496.

Schonfeld, L., & Dupree, L. W. (1995). Treatment approaches for older problem drinkers. *International Journal of the Addictions, 30* (13+14), 1819-1842.

Schultz, N., & Moore, D. (1984). Loneliness: Correlates, attributions and coping among older adults. *Personality and Social Psychology Bulletin, 10,* 67-77.

Schulz, R. (1976). The effects of control and predictability on the physical and psychological well-being of the institutionalized aged. *Journal of Personality and Social Psychology, 33,* 563-573.

Schulz, R., & Brenner, G. (1977). Relocation of the aged: A review and theoretical analysis. *Journal of Gerontology, 32,* 323-333.

Solano, C. H. (1989). Loneliness and perceptions of control: General traits versus specific attributions. In M. Hojat & R. Crandall (Eds.), *Loneliness: Theory, research and applications* (pp. 201-214). Newbury Park, CA: Sage.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience*

of emotional and social isolation. Cambridge, MA: MIT Press.

Weiss, R. S. (1989). Reflections on the present state of loneliness research. In M. Hojat & R. Crandall (Eds.), *Loneliness: Theory, research and applications* (pp. 1-16). Newbury Park, CA: Sage.

Wolfe, L. M., & Robertshaw, D. (1982). Effects of college attendance on locus of control. *Journal of Personality and Social Psychology, 43,* 802-810.

Young, J. E. (1982). Loneliness, depression, and cognitive therapy: Theory and application. In L. A. Peplau, & Perlman, D. (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy.* New York: Wiley.

Comparison of spheres of control with loneliness scores in young and older adults

MARIA MALIKIOSI-LOIZOS
University of Athens, Greece
IOANNA TZONICHAKI
Technological Institute (TEI) of Athens, Greece
GEORGE KLEFTARAS
University of Crete, Greece

ABSTRACT The present research has attempted to assess the relationship of attributions of perceived control with loneliness among samples of young students 18-22 years of age and elderly over the age of 60. The new Spheres of Control Scale was used to measure perceived control in three domains: personal, interpersonal, and socio-political. The Revised UCLA Loneliness Scale was used to measure loneliness. This research has also attempted to examine age differences in loneliness and spheres of control. The analysis of variance showed an interpersonal control main effect which indicated that attributions of perceived control were strongly related to loneliness. Lonely people scored significantly lower than non-lonely on the spheres of control scale especially in the interpersonal domain. Young people scored significantly higher in the personal domain of the Spheres of Control Scale than older people. No significant age difference was found in terms of loneliness.

Key words: Elderly, loneliness, spheres of control, young.

Address: Maria Malikiosi-Loizos, University of Athens, Department of Early Childhood Education, 33 Hippocrates street, 106 80 Athens, Greece. Tel.: *30-1-3637397, Fax: *30-1-3605355, Email: mmalik@atlas.uoa.gr