



ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Η διερεύνηση της σχέσης διαστάσεων της φιλίας, με την αίσθηση της μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας σε μαθητές Γυμνασίου

Παρασκευή Σταύρου (Α.Μ.: ΣΧΨ 1011819)

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών “Σχολική Ψυχολογία”

Ακαδημαϊκό έτος: 2020-2021

Ειδίκευση: Σχολική Ψυχολογία

Τμήμα Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Εποπτεύουσα Καθηγήτρια: Αικατερίνη Λαμπροπούλου, Επίκουρη Καθηγήτρια

Μέλη Επιτροπής Εξέτασης: -Χρυσή Χατζηχρήστου, Καθηγήτρια

-Παναγιώτης Λιανός, Διδάκτωρ

Σημείωμα του Συγγραφέα

Το δοκίμιο αυτό αποτελεί διπλωματική εργασία που συντάχθηκε για το ΠΜΣ “Σχολική Ψυχολογία”, Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών και υποβλήθηκε τον Ιανουάριο του 2021.

Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

Περίληψη

Η παρούσα έρευνα μελετά τη σχέση διαστάσεων της φιλίας με τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα κατά την εφηβεία. Το δείγμα αποτέλεσαν 686 μαθητές και μαθήτριες Γυμνασίου. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς για την ποιότητα των φιλικών τους σχέσεων (Mendelson & Aboud, 2014), τη μοναξιά (Russell, 1996) και την ψυχική ανθεκτικότητα (Neil & Dias, 2001). Τα αποτελέσματα έδειξαν την ύπαρξη αρνητικής συνάφειας μεταξύ της ποιότητας φιλίας, της μοναξιάς και της ανθεκτικότητας ενώ θετικής συνάφειας μεταξύ της ποιότητας φιλίας και της ανθεκτικότητας. Επιπλέον, αναδείχθηκε η προβλεπτική αξία της ανθεκτικότητας, της μοναξιάς και του φύλου ως προς την ποιότητα φιλίας. Διαφορές φύλου παρατηρήθηκαν ως προς την ποιότητα φιλίας και ψυχική ανθεκτικότητα των εφήβων. Τα ευρήματα αναδεικνύουν τη σημασία της φιλίας και της ψυχικής ανθεκτικότητας για την ψυχοκοινωνική προσαρμογή των εφήβων καθώς και την ανάγκη περαιτέρω έρευνας αναφορικά με άλλους παράγοντες που προβλέπουν την ποιότητα φιλίας των εφήβων.

Λέξεις κλειδιά: ποιότητα φιλίας, μοναξιά, ψυχική ανθεκτικότητα, εφηβεία

Abstract

Interpersonal networks play a critical role in facilitating psychosocial adolescents' psychosocial development and mental health. The current study examined the associations among the concepts of friendship, loneliness and resilience during the adolescence. The sample of the study was 686 high school students. Participants completed self-referral questionnaires of the quality of their friendships (Mendelson & Aboud, 2014), loneliness (Russell, 1996) and resilience (Neil & Dias, 2001). The results of the present study indicated the association between quality of friendship, loneliness and resilience. This study showed also the predictive role of resilience, loneliness and gender in quality of friendship as well as gender differences in the levels of quality of friendship and resilience. The findings highlight the importance of friendship and resilience in adolescents' optimum psychosocial adjustment as well as the need for further research to study other factors which predict the quality of friendship.

Keywords: friendship quality, loneliness, resilience, adolescence

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	3
Εισαγωγή.....	8
Εφηβεία.....	8
Η έννοια της φιλίας.....	9
Δημιουργία και διατήρηση φιλικών σχέσεων.....	10
Ποιότητα φιλίας.....	11
Η φιλία κατά την προσχολική, παιδική και εφηβική ηλικία.....	12
Οφέλη των φιλικών σχέσεων.....	17
Η έννοια της μοναξιάς.....	19
Η μοναξιά κατά την προσχολική, παιδική και εφηβική ηλικία.....	23
Συνέπειες της μοναξιάς.....	27
Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας.....	28
Ψυχική ανθεκτικότητα στην παιδική και εφηβική ηλικία.....	32
Η σχέση ανάμεσα στη φιλία, τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα.....	37
Ερευνητικοί στόχοι και υποθέσεις.....	40
Μέθοδος.....	42
Μέσα συλλογής δεδομένων.....	42
Διαδικασία συλλογής δεδομένων.....	46
Συμμετέχοντες.....	46

Αποτελέσματα.....	50
Περιγραφικοί δείκτες.....	50
Έλεγχος ερευνητικών ερωτημάτων και υποθέσεων.....	51
Συζήτηση.....	58
Περιορισμοί και προτάσεις.....	65
Βιβλιογραφία.....	67

Κατάλογος Πινάκων

Πίνακας 1. Κατανομή συχνοτήτων του δείγματος ως προς το φύλο και την τάξη φοίτησης

Πίνακας 2. Κατανομή συχνοτήτων ως προς το μορφωτικό επίπεδο των γονέων

Πίνακας 3. Διάμεσοι, εύρη και δείκτες εσωτερικής συνέπειας για τους δείκτες της ποιότητας φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας

Πίνακας 4. Μέση κατάταξη και τιμές κριτηρίου για τον έλεγχο των διαφορών ως προς το φύλο των εφήβων αναφορικά με τους δείκτες ασφάλεια, εγγύτητα, αποδοχή, βοήθεια, ψυχική ανθεκτικότητα και μοναξιά

Πίνακας 5. Μέση κατάταξη, τιμές κριτηρίου για τον έλεγχο των διαφορών ανάλογα με τη χώρα γέννησης των γονέων ως προς τους δείκτες ασφάλεια, εγγύτητα, αποδοχή, βοήθεια, ψυχική ανθεκτικότητα και μοναξιά

Πίνακας 6. Δείκτες συνάφειας ως προς τη μοναξιά και την ασφάλεια, την εγγύτητα, την αποδοχή, τη βοήθεια και την ψυχική ανθεκτικότητα

Πίνακας 7. Στατιστική πρόβλεψη των παραγόντων της ποιότητας φιλίας από την ψυχική ανθεκτικότητα, τη μοναξιά, το φύλο και την οικογενειακή κατάσταση

Εισαγωγή

Η παρούσα ερευνητική μελέτη χωρίζεται σε τέσσερα μέρη που περιλαμβάνουν τη θεωρητική και ερευνητική παρουσίαση του θέματος. Στην εισαγωγή παρουσιάζονται και αναλύονται διεθνή και ελληνικά δεδομένα, αρχικά, ξεχωριστά για τις έννοιες της φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας. Η έννοια της φιλίας αναλύεται ως προς τη δημιουργία και διατήρηση των φιλικών σχέσεων, την ποιότητα της φιλίας και τα οφέλη της. Για την έννοια της μοναξιάς παρουσιάζονται οι διαφορετικές θεωρητικές προσεγγίσεις καθώς και οι συνέπειες της μοναξιάς ενώ η ψυχική ανθεκτικότητα αναλύεται εννοιολογικά και παρουσιάζονται διαφορετικά μοντέλα για τη διαδικασία ανάπτυξης ψυχικής ανθεκτικότητας από τα άτομα αλλά και οι προστατευτικοί παράγοντες που σχετίζονται με την ύπαρξη ψυχικής ανθεκτικότητας. Επιπλέον, στην παρουσίαση και των τριών εννοιών υιοθετείται μια αναπτυξιακή προσέγγιση για την καλύτερη κατανόηση τους καθώς η παρούσα ερευνητική εργασία αφορά στο αναπτυξιακό στάδιο της εφηβείας και εκπονείται στο πλαίσιο ειδίκευσης στη Σχολική Ψυχολογία. Κατόπιν αναλύεται η συσχέτιση κάθε μεταβλητής με τις άλλες αλλά και η σχέση μεταξύ των τριών μεταβλητών. Στο τέλος της εισαγωγής διατυπώνονται οι ερευνητικοί στόχοι καθώς επίσης τα ερευνητικά ερωτήματα και οι υποθέσεις.

Εφηβεία

Η περίοδος της εφηβείας χαρακτηρίζεται από μεταβάσεις στους βασικούς τομείς της ανάπτυξης. Στον γνωστικό τομέα, η ικανότητα των εφήβων να σκέφτονται αφηρημένα, ο εκτελεστικός έλεγχος αλλά και οι μεταγνωστικές δεξιότητες αυξάνονται σημαντικά. Οι αλλαγές αυτές φαίνεται να σχετίζονται με την εκτεταμένη ανάπτυξη του προμετωπιαίου φλοιού κατά την εφηβεία (Crone, 2009. Good & Willoughby, 2008. Luna et al., 2010. Weil et al., 2013). Στον ψυχοκοινωνικό τομέα, βασικοί στόχοι αυτής της αναπτυξιακής περιόδου

αποτελούν η ανάπτυξη της ταυτότητας, η επίτευξη της ανεξαρτησίας και η διαμόρφωση ρομαντικών σχέσεων ενώ η αποδοχή από τους συνομηλίκους και η διαμόρφωση φιλικών σχέσεων είναι εξαιρετικής σημασίας για την αυτοεκτίμηση και την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των εφήβων (Blakemore & Mills, 2014. Brizio et al., 2015. Corsano et al., 2017. Χατζηχρήστου, 2015).

Ωστόσο, ορισμένοι έφηβοι μπορεί να συναντήσουν δυσκολίες στην επίτευξη μερικών στόχων όπως είναι η ένταξη στην ομάδα των ομηλίκων και η δημιουργία φιλικών σχέσεων (Lessard & Junonen, 2018). Ταυτόχρονα, η εφηβεία αποτελεί μια περίοδο αυξημένου κινδύνου εμφάνισης προβλημάτων ψυχικής υγείας (Blakemore, 2019). Ένα τέτοιο ζήτημα ψυχικής υγείας που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι έφηβοι, αποτελεί και η μοναξιά, η οποία με τη σειρά της συνδέεται περαιτέρω με την ύπαρξη ψυχολογικών δυσκολιών, όπως τα καταθλιπτικά συμπτώματα που εμφανίζουν οι μοναχικοί έφηβοι αλλά και με σοβαρά επίπεδα μοναξιάς κατά την ενηλικίωση (Ladd & Ettekal, 2013. Lin & Chiao, 2020). Τα παραπάνω καθιστούν ιδιαίτερα σημαντική την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας που επιτρέπει στα άτομα να έχουν μια θετική προσαρμογή απέναντι στις δυσκολίες (Masten, 2015).

Η έννοια της φιλίας

Θέματα ορισμού. Η έννοια της φιλίας έχει μελετηθεί από την εποχή του Αριστοτέλη, αναγνωρίζοντας τη σημασία της στη ζωή των ανθρώπων (Rawlins, 2009). Ωστόσο, φαίνεται ότι δεν υπάρχει πάντα συναίνεση αναφορικά με το νόημα και τον ορισμό της φιλίας (Knickmeyer et al., 2002. Roach, 2019). Σύμφωνα με τον ορισμό των Knickmeyer και συν. (2002, σ. 38) “η φιλία ορίζεται ως ένας τύπος κοινωνικής υποστήριξης που χαρακτηρίζεται από εγγύτητα, αυτό-αποκάλυψη, αμοιβαία έγνοια, μοίρασμα πόρων, ισότητα δύναμης, και ουσιαστικά ενδυναμωτική.”

Άλλος ορισμός αναφέρει ότι η φιλία συνιστά μια απαραίτητη συνιστώσα της ψυχοκοινωνικής και σωματικής ευεξίας των ατόμων και ορίζει τη φιλία ως μια εκούσια μορφή σχέσης -σε αντίθεση με τις συγγενικές σχέσεις που βασίζονται σε δεσμούς αίματος-, μια προσωπική σχέση που βασίζεται σε έναν συναισθηματικό δεσμό και χαρακτηρίζεται από αμοιβαιότητα και ισότητα (Hojjat et al., 2017).

Δημιουργία και διατήρηση φιλικών σχέσεων

Όσον αφορά στην ανάπτυξη μιας φιλίας χρειάζεται να συνυπάρχουν περιβαλλοντικοί, ατομικοί, καταστασιακοί και δυαδικοί παράγοντες. Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες που φαίνεται να διευκολύνουν τη διαμόρφωση των φιλικών σχέσεων είναι η καθημερινή επαφή και η φυσική γειτνίαση. Στους ατομικούς παράγοντες συγκαταλέγονται η σωματική ελκυστικότητα, οι κοινωνικές δεξιότητες και η ευαισθησία ανταπόκρισης των εν δυνάμει φίλων. Στους καταστασιακούς παράγοντες περιλαμβάνονται η πιθανότητα μελλοντικής αλληλεπίδρασης και η διαθεσιμότητα του κάθε ατόμου για μια νέα σχέση ενώ στους δυαδικούς παράγοντες αναγνωρίζεται η σημασία της ομοιότητας, της αμοιβαίας αρέσκειας και της αυτοαποκάλυψης (Fehr, 2012).

Πρόσφατη έρευνα με φοιτητές ανέδειξε δύο βασικά κριτήρια επιλογής φίλων: α) για μια ομάδα φοιτητών ήταν η κοινή εθνική καταγωγή καθώς με τα άτομα αυτά ένιωθαν πως μοιράζονταν κοινές θρησκευτικές αξίες και τρόπο ζωής και β) για μια άλλη ομάδα φοιτητών η ύπαρξη κοινών ενδιαφερόντων και στάσεων, φανερώνοντας ξανά τη σημασία της ομοιότητας χωρίς όμως γι' αυτούς η εθνικότητα να συνιστά επαρκές κριτήριο για τη διαμόρφωση φιλικών σχέσεων (Colak et al., 2019).

Εκτός από την ανάπτυξη φιλικών σχέσεων είναι σημαντική και η διατήρηση αυτών. Η διατήρηση της φιλίας αφορά σε ενέργειες και συμπεριφορές του ατόμου που στοχεύουν στην διατήρηση της φιλίας σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο (Oswald et al., 2004). Για τη

διατήρηση της φιλίας έχουν αναγνωρισθεί τέσσερις σημαντικές διαστάσεις: η θετικότητα που σχετίζεται με συμπεριφορές που κάνουν τη φιλία ευχάριστη, η υποστήριξη που προσφέρουν οι φίλοι ο ένας στον άλλο, η ανοικτότητα που αφορά σε συζητήσεις και συμπεριφορές αυτό-αποκάλυψης μεταξύ των φίλων και η αλληλεπίδραση που αφορά σε δραστηριότητες που κάνουν μαζί οι φίλοι (Oswald, 2017).

Από την άλλη μεριά, στην πορεία του χρόνου, οι φιλικές σχέσεις μπορεί να αντιμετωπίσουν αλλαγές και δυσκολίες που να οδηγήσουν στη διάλυση των σχέσεων. Τα άτομα μπορεί να αναπτύξουν νέα ενδιαφέροντα και αξίες που διαφέρουν από αυτά των φίλων τους ενώ παράλληλα οι άνθρωποι έρχονται αντιμέτωποι με αναμενόμενες αναπτυξιακές αλλαγές σε περιβαλλοντικό επίπεδο, όπως μετακομίσεις που μπορεί να καθιστούν δύσκολη τη διατήρηση των φιλικών σχέσεων. Γενικώς, φαίνεται ότι ύπαρξη ασυμβατότητας μεταξύ των ατόμων επιδρά αρνητικά στη διατήρηση των φιλικών σχέσεων (Bowker, 2011. Hartl et al., 2015).

Ποιότητα φιλίας

Για την κατανόηση της σημασίας των φιλικών σχέσεων δεν αρκεί να ληφθεί υπόψη μόνο η ύπαρξη ή όχι φίλων στη ζωή των ατόμων αλλά έχουν σημασία και τα χαρακτηριστικά των φίλων καθώς επίσης η ποιότητα της φιλίας (Hartup, 1996). Η ποιότητα της φιλίας είναι αυτή που διαφοροποιεί τις λειτουργίες που θα επιτελέσει η φιλία στη ζωή των ατόμων λειτουργώντας ως προβλεπτικός παράγοντας της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής και ευεξίας των ατόμων (Locke και et al., 2010. Pittman & Richmond, 2008).

Η έννοια της ποιότητας της φιλίας μπορεί να διακριθεί σε τέσσερις βασικές διαστάσεις: α) στην εγγύτητα που αφορά στο δεσμό των ατόμων και περιλαμβάνει θετικά συναισθήματα ζεστασιάς και κοντινότητας, β) στη βοήθεια που προσφέρεται αμοιβαία μεταξύ των φίλων, γ) στην αποδοχή, συναισθηματική και κοινωνική και δ) στην ασφάλεια

που πηγάζει από τον βαθμό εμπιστοσύνης του ατόμου να βασιστεί στο φίλο του αλλά και από την εμπιστοσύνη του ατόμου ότι ο φίλος του θα είναι πιστός και θα του παρέχει υποστήριξη όταν χρειαστεί (Leung et al, 2018. Thien et al., 2012).

Ερευνητικές μελέτες έχουν τεκμηριώσει τη σημασία της ποιότητας των φιλικών σχέσεων στη ζωή των ατόμων. Έφηβοι που οι φίλιες του χαρακτηρίζονταν από υψηλότερη ποιότητα ανέφεραν και υψηλότερα επίπεδα ευτυχίας, ικανοποίησης από τη ζωή και αυτοεκτίμησης (Raboteg-Saric & Sakic, 2014). Αντιθέτως, η αρνητική ποιότητα φιλίας έχει συσχετιστεί με αύξηση των εσωτερικευμένων συμπτωμάτων αποτελώντας σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα (Havewala et al., 2019. Martin et al., 2016).

Επιπλέον, έχει μελετηθεί η επίδραση των παραγόντων της ποιότητας της φιλίας στο διαδικτυακό εκφοβισμό αναδεικνύοντας αφενός τον προστατευτικό ρόλο του παράγοντα της εγγύτητας απέναντι στη θυματοποίηση και αφετέρου τον ρόλο της ασφάλειας ως ενισχυτικό παράγοντα ως προς την εκδήλωση συμπεριφορών θυματοποίησης καθώς τα άτομα διατηρούν την πεποίθηση πως ό,τι και να κάνουν οι φίλοι τους θα είναι δίπλα τους (Leung et al, 2018).

Η φιλία κατά την προσχολική, παιδική και εφηβική ηλικία

Προσχολική ηλικία. Τα παιδιά περνούν το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου τους παίζοντας. Μέσω των δραστηριοτήτων παιχνιδιού τα παιδιά αναπτύσσουν τις γνωστικές, τις κοινωνικές και γλωσσικές τους δεξιότητες (Coplan & Arbeau, 2009). Το παιχνίδι προσφέρει στα παιδιά έναν σημαντικό χώρο κοινωνικών αλληλεπιδράσεων. Έτσι, το παιχνίδι με τους συνομηλίκους αποτελεί ένα εξαιρετικά σημαντικό πλαίσιο εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων. Επίσης, ο τρόπος που παίζουν τα παιδιά και συγκεκριμένα οι θετικές συμπεριφορές κατά το παιχνίδι σχετίζονται σημαντικά με την ανάπτυξη αμοιβαίων φιλικών σχέσεων δείχνοντας ότι η συμπεριφορά κατά το παιχνίδι λαμβάνεται υπόψη από τα παιδιά για την επιλογή φίλων (Coelho et al., 2017).

Αποτελέσματα πρόσφατης ερευνητικής μελέτης επιβεβαιώνουν ότι τα παιδιά, ήδη από την προσχολική ηλικία, δεν κάνουν τυχαίες επιλογές από την ομάδα συνομηλίκων αλλά προτιμούν συγκεκριμένους συνομηλίκους τους για να κάνουν παρέα. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά φάνηκε να αποφεύγουν την ετερογένεια επιλέγοντας τους φίλους τους με βάση το όμοιο φύλο και την ηλικία τους (Wang et al., 2019).

Κατά τη διάρκεια αυτής της αναπτυξιακής περιόδου, τα παιδιά θεωρούν ως φίλο τους κάποιον με τον οποίο παίζουν μαζί και έτσι οι φιλίες λειτουργούν ως μέσο ευχάριστης συναναστροφής στο πλαίσιο κοινών δραστηριοτήτων (Marcone & Caputo, 2019). Επιπλέον, σύμφωνα με ερευνητικά αποτελέσματα οι φιλικοί αυτοί δεσμοί τείνουν να είναι σταθεροί στην πορεία ενός χρόνου, δείχνοντας ότι οι παιδικές φιλίες μπορεί να έχουν διάρκεια ακόμα και στις μικρές ηλικίες (Wang et al., 2019). Ωστόσο, η σταθερότητα των φιλικών σχέσεων των παιδιών αυξάνεται καθώς αυτά μεγαλώνουν (Poulin & Chan, 2010).

Μέση παιδική ηλικία. Κατά τη μέση παιδική ηλικία, παρατηρούνται αλλαγές στα χαρακτηριστικά των φιλικών σχέσεων των παιδιών που αντανakλούν τις αναπτυσσόμενες γνωστικές, συναισθηματικές και κοινωνικές τους δεξιότητες. Οι προσδοκίες αλλάζουν, η κατανόηση των διαπροσωπικών σχέσεων, της προοπτικής και της συναισθηματικής κατάστασης των άλλων αυξάνει, οι ιδέες τους για τη φιλία γίνονται πιο αφηρημένες και θεωρούν ότι οι φίλοι εμπλέκονται σε κοινές δραστηριότητες και συμπεριφέρονται φιλικά μεταξύ τους (Bagwell, 2020. Marcone et al., 2015). Επίσης, έχει φανεί ότι ήδη από αυτή την ηλικία τα παιδιά ενδιαφέρονται για τα ηθικά χαρακτηριστικά των φίλων τους και τα λαμβάνουν υπόψη στις κρίσεις τους περί καλής φιλικής σχέσης (Walker et al., 2016). Παράλληλα, η τάση των παιδιών να διαχωρίζουν τις σχέσεις με τους συνομηλίκους τους με βάση το φύλο ενισχύεται, δείχνοντας σαφή προτίμηση για άτομα του ίδιου φύλου (Rose & Smith, 2018).

Οι λειτουργίες της φιλίας σε αυτό το αναπτυξιακό στάδιο αφορούν στην ενίσχυση της κοινωνικής και συναισθηματικής προσαρμογής επικυρώνοντας την αξία τους και προσφέροντας στα παιδιά παρέα, υποστήριξη, τρυφερότητα, εγγύτητα και αίσθημα ασφάλειας (Erdley & Day, 2017).

Συνολικά, οι φιλίες είναι μοναδικές σχέσεις στη ζωή των παιδιών που επιτελούν διαφορετικές λειτουργίες, επιδρούν θετικά στην προσαρμογή και ευεξία των παιδιών και προσφέρουν ένα πλαίσιο κοινωνικής, συναισθηματικής και γνωστικής ανάπτυξης (Bagwell, 2020).

Η φιλία κατά την εφηβεία. Κατά την εφηβεία τα άτομα τείνουν να αποζητούν όλο και περισσότερο την παρέα, την εκτίμηση, την υποστήριξη από τους συνομήλικους τους και τη διαμόρφωση φιλικών σχέσεων μαζί τους. Οι εφηβικές φιλίες χαρακτηρίζονται από υποστήριξη, χρόνο, εγγύτητα, εμπιστοσύνη, στοργή και ικανότητα διαχείρισης της σύγκρουσης (Roach, 2019).

Με την είσοδο στην εφηβεία αυξάνονται και οι διαφυλικές σχέσεις των εφήβων αλλά μπορεί να υπάρχουν διαφορές φύλου ως προς τις προσδοκίες τους από τις φιλικές σχέσεις. Τα αγόρια μπορεί να δίνουν περισσότερη σημασία στην ύπαρξη κοινών δραστηριοτήτων και στην συντροφιά ενώ τα κορίτσια φαίνεται να δίνουν έμφαση στην εγγύτητα, στην αφοσίωση και στην ειλικρίνεια (McDougall & Hymel, 2007). Σύμφωνα με άλλους μελετητές, τα έφηβα κορίτσια και αγόρια μπορεί να μην διαφέρουν τόσο σε ποιοτικό επίπεδο αναφορικά με τις προτιμήσεις τους για τις αξίες και τα χαρακτηριστικά των φιλικών σχέσεων όσο σε ποσοτικό. Για παράδειγμα, και οι μεν και οι δε φάνηκε ότι θεωρούν τις κοινωνικές δεξιότητες ως το πιο σημαντικό κριτήριο επιλογής φίλων αλλά τα κορίτσια σε μεγαλύτερο βαθμό από τα αγόρια ενώ τα αγόρια εκτιμούσαν περισσότερο τις επιδόσεις των συνομήλικων τους συγκριτικά με τα κορίτσια. Παράλληλα, στην εν λόγω μελέτη δεν αναδείχθηκαν διαφορές φύλου ως προς

την εμφάνιση, τα κοινά ενδιαφέροντα και τη δημοφιλία ως κριτήρια επιλογής φίλων (Mjaavatn et al., 2016).

Οι φιλικές σχέσεις κατά την εφηβεία είναι μείζονος σημασίας καθώς επιτελούν σημαντικές προστατευτικές λειτουργίες. Η ύπαρξη φιλικών σχέσεων στη ζωή των εφήβων τους βοηθάει να αναπτύξουν δεξιότητες επίλυσης προβλήματος, εγγύτητα και να επικυρώσουν την αξία τους. Επιπρόσθετα, η φιλία λειτουργεί με τρόπο που ελαχιστοποιεί τις αρνητικές επιπτώσεις και μεγιστοποιεί την προσαρμογή των ατόμων. Πιο συγκεκριμένα, μελέτες δείχνουν ότι οι εφηβικές φίλιες μπορούν να μετριάσουν κινδύνους, όπως τα εσωτερικευμένα προβλήματα που συνεπάγονται οι αρνητικές οικογενειακές εμπειρίες, να ενισχύσουν την κοινωνική επάρκεια και την αυτοεκτίμηση αλλά και να προστατεύσουν έναντι της θυματοποίησης μετριάζοντας μάλιστα τις αρνητικές επιδράσεις της εμπειρίας της θυματοποίησης από συνομηλίκους (Bukowski et al., 2020. Cuadros & Berger, 2016. Roach, 2019. Rubin et al., 2004).

Αν και οι περισσότεροι έφηβοι αναφέρουν πως έχουν φίλους δεν είναι όλες οι φίλιες αμοιβαίες. Οι πιθανότητες για ανάπτυξη αμοιβαίων φιλικών σχέσεων επηρεάζονται από διάφορους παράγοντες όπως το κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο, το φύλο, η φυλή, ο διαφυλετικός ή μη χαρακτήρας της φιλίας, το πλαίσιο στο οποίο λαμβάνουν χώρα με έμφαση στο σχολείο και τα χαρακτηριστικά του. Η αμοιβαιότητα ή μη των φιλικών σχέσεων συνιστά μια σημαντική διάσταση στη ζωή των εφήβων καθώς επηρεάζει την ενσωμάτωσή τους στο σχολείο και τη συνολική ευεξία τους, με τους εφήβους που έχουν αμοιβαίες φίλιες να έχουν και καλύτερη μαθησιακή απόδοση (Vaquera & Kao, 2008).

Ωστόσο, οι φιλικές σχέσεις μπορεί να έχουν και μια αρνητική πλευρά. Οι έφηβοι που θεωρούν ότι η χρήση αλκοόλ είναι κοινή στους φίλους τους είναι πιο πιθανό να κάνουν και οι ίδιοι χρήση (Beckmeyer & Weybright, 2016) ενώ σύμφωνα με τα αποτελέσματα άλλης

έρευνας η παραβατικότητα σχετίζεται θετικά με την ποιότητα της φιλίας στην εφηβεία. Αυτό μπορεί να υποδεικνύει ότι οι παραβατικοί έφηβοι που συνάπτουν μεταξύ τους φιλίες μπορεί να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα φιλίας καθώς το γεγονός ότι μοιράζονται ως κοινό χαρακτηριστικό τις παραβατικές τάσεις μπορεί να λειτουργεί ως παράγοντας που ενισχύει το δεσμό και την εγγύτητα μεταξύ των εφήβων φίλων (Boman et al., 2012). Συνεπώς, η ύπαρξη κοινών ενδιαφερόντων και δραστηριοτήτων ακόμα και όταν παραβιάζουν τις κοινωνικές νόρμες μπορεί να λειτουργούν με τρόπο που ενισχύουν την ποιότητα της φιλικής σχέσης (Boman et al, 2013).

Διαδικτυακές φιλίες. Η εξέλιξη της τεχνολογίας επιτρέπει στους έφηβους να συνδέονται με τους συνομηλίκους τους με νέους τρόπους ενώ ταυτόχρονα τους παρέχει έναν νέο, ιδιωτικό χώρο (Nicol & Fleming, 2010. White et al., 2018). Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποτελούν ένα σημαντικό πλαίσιο για τις φιλικές σχέσεις και εν γένει για την κοινωνική ανάπτυξη κατά τη διάρκεια της εφηβείας (Manago & Vaughn, 2015).

Ως μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να θεωρηθούν ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης, τεχνολογίες που επιτρέπουν την κοινωνική αλληλεπίδραση, όπως αποστολή μηνυμάτων και φωτογραφιών αλλά και πλατφόρμες που αφορούν σε τέτοιες δραστηριότητες (όπως WhatsApp, Tinder κ.α.) (Nesi et al., 2018). Στο πλαίσιο της κουλτούρας του ψηφιακού κόσμου η λέξη “φίλοι” περιγράφει τη σχέση μεταξύ των ατόμων σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως το Facebook και το Instagram (Roach, 2019).

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αλλάζουν την ποιότητα των σχέσεων και δίνουν την ευκαιρία για ανάπτυξη φιλικών σχέσεων δημιουργώντας μια νέα εμπειρία φιλίας για τους εφήβους με άτομα που δεν έχουν συναντήσει δια ζώσης (Nesi et al., 2018). Ερευνητική μελέτη με εφήβους στην Αμερική, έδειξε ότι ένα σημαντικό ποσοστό αυτών χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης όχι μόνο για να επικοινωνήσουν με τους υπάρχοντες φίλους

τους αλλά και για να γνωρίσουν νέους. Το 57% των εφήβων ανέφερε ότι είχε γνωρίσει έναν νέο φίλο διαδικτυακά αλλά οι περισσότερες από αυτές τις φιλίες παρέμεναν στον διαδικτυακό χώρο καθώς το 20% είχε συναντήσει δια ζώσης έναν διαδικτυακό φίλο (Lenhart et al., 2015).

Έτσι, τα διαδικτυακά κοινωνικά δίκτυα δημιουργούν ένα νέο, ξεχωριστό κοινωνικό πλαίσιο που μεταμορφώνει τις εμπειρίες των εφήβων. Οι σχέσεις των εφήβων με τους συνομηλίκους τους φαίνεται να αλλάζουν με τους εξής τρόπους: αυξάνεται η συχνότητα ή η αμεσότητα της επικοινωνίας, ενισχύονται οι συνήθεις εμπειρίες και αυξάνουν οι προσδοκίες για διαθεσιμότητα, διαφοροποιείται η ποιοτική φύση των αλληλεπιδράσεων, προσφέρονται περισσότερες ευκαιρίες για ανταποδοτικές συμπεριφορές και δημιουργούνται νέες συμπεριφορές που δεν θα ήταν εφικτές εκτός διαδικτυακού χώρου. Αυτές οι αλλαγές μπορεί να είναι βοηθητικές ή και όχι για τους εφήβους αλλά σε κάθε περίπτωση δημιουργούν έναν ριζικά διαφορετικό κοινωνικό κόσμο που μεταμορφώνει τις εμπειρίες των εφήβων με τους συνομηλίκους τους (Nesi et al., 2018).

Ωστόσο, οι διαδικτυακές φιλίες των εφήβων δεν έχουν μόνο διαφορές με τις δια ζώσης αλλά και ομοιότητες. Πιο συγκεκριμένα, μεταανάλυση διερεύνησε την παρουσία έξι πυρηνικών ποιοτικών χαρακτηριστικών (αυτοαποκάλυψη, επιβεβαίωση, συντροφιά, υποστήριξη, σύγκρουση και επίλυση συγκρούσεων) των φιλικών σχέσεων στις αλληλεπιδράσεις των συνομηλίκων στον ψηφιακό χώρο. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι οι διαδικτυακές φιλίες μπορούν να έχουν τα ίδια βασικά χαρακτηριστικά με αυτές που λαμβάνουν χώρα δια ζώσης παρόλο που οι συμπεριφορές και οι δραστηριότητες στις οποίες επιδίδονται είναι καινούργιες (Yau & Reich, 2018).

Οφέλη των φιλικών σχέσεων

Οι φίλοι προσφέρουν πολλαπλά οφέλη και εκπληρώνουν διάφορες λειτουργίες. Πιο συγκεκριμένα, οι φίλοι προσφέρουν κοινωνική, συναισθηματική και υλική υποστήριξη, βοήθεια ως προς την επίλυση προβλημάτων, αυξάνουν τα συναισθήματα εμπιστοσύνης, το αίσθημα του ανήκειν και της ύπαρξης μιας κοινής ταυτότητας ενώ μειώνουν το στρες (Lewis et al., 2015. Sinanan & Gomes, 2020. van der Horst & Coffè, 2012).

Επίσης, από αποτελέσματα έρευνας φάνηκε ότι οι φιλικές σχέσεις ικανοποιούν βασικές ψυχολογικές ανάγκες των ατόμων γεγονός που εξηγεί γιατί σχετίζονται θετικά με συναισθήματα ευτυχίας (Demir & Özdemir, 2010). Μάλιστα, η αντιληπτή υποστήριξη από τους φίλους σε δύσκολες περιόδους ζωής κατά την ενήλικη ζωή μπορεί να προβλέψει περισσότερους τομείς ψυχολογικής ευεξίας από την υποστήριξη από την οικογένεια (Secor et al., 2017). Επιπλέον, πρόσφατη μεταανάλυση ανέδειξε ότι οι φιλικές σχέσεις σχετίζονται θετικά και σημαντικά τόσο με τις ακαδημαϊκές επιδόσεις όσο και με γνωστικές δεξιότητες που συνδέονται με ακαδημαϊκά επιτεύγματα (Wentzel et al., 2018).

Συνολικά, οι φιλικές σχέσεις αποτελούν πηγή νοήματος, αγάπης και ευχαρίστησης και επιδρούν θετικά και σημαντικά στην υγεία και ευεξία των ατόμων λειτουργώντας προστατευτικά έναντι σωματικών και ψυχικών ασθενειών και ενισχύοντας το αίσθημα ικανοποίησης από τη ζωή (Dunbar, 2018. Fehr, 2012). Ωστόσο, ορισμένες φορές τα άτομα δεν καταφέρνουν να οικοδομήσουν ικανοποιητικές διαπροσωπικές σχέσεις με αποτέλεσμα όχι μόνο να μην μπορούν να απολαύσουν τα οφέλη της φιλίας αλλά και να αναδύονται συναισθήματα μοναξιάς (Rode et al., 2015).

Η σχέση ανάμεσα στη φιλία και τη μοναξιά έχει μελετηθεί ερευνητικά και έχει φανεί ότι τόσο ο αριθμός των φίλων όσο και η αντιληπτή ποιότητα φιλίας σχετίζονται αρνητικά με τα επίπεδα μοναξιάς. Διαχρονική μελέτη με παιδιά στη Φινλανδία έχει δείξει ότι τα επίπεδα μοναξιάς και ο αριθμός φίλων που ανέφεραν παιδιά σχολικής ηλικίας παρέμεναν σχετικά

σταθερά για μια περίοδο 24 ετών ενώ η ύπαρξη υψηλότερων επιπέδων μοναξιάς σχετίζονταν με παρουσία ψυχιατρικών συμπτωμάτων (Lempinen et al., 2018. Lodder et al., 2017. Schwartz-Mette et al., 2020). Η σχέση της μοναξιάς με την ψυχική υγεία σε διαφορετικά αναπτυξιακά στάδια του ανθρώπου έχει τεκμηριωθεί και από άλλες ερευνητικές μελέτες γεγονός που καθιστά απαραίτητη την κατανόηση της έννοιας ιδιαίτερα σε περιόδους όπως αυτή που χαρακτηρίζεται από κοινωνική αποστασιοποίηση λόγω της κρίσης Covid-19 (Lee et al, 2020. Qualter et al, 2013. Richardson et al, 2017. Santini et al, 2016).

Η έννοια της μοναξιάς

Ορισμός. Ένας από τους πιο βασικούς ορισμούς για τη μοναξιά διατυπώθηκε από τους Perlman και Peplau (1982) και χρησιμοποιείται μέχρι και σήμερα (Gallardo et al., 2018. Gray et al., 2020. von Soest et al., 2020). Σύμφωνα με αυτόν, η μοναξιά ορίζεται ως η διαφορά ανάμεσα στις επιθυμητές και πραγματικές κοινωνικές σχέσεις του ατόμου (Perlman & Peplau, 1982). Επιπλέον, η μοναξιά σήμερα, ορίζεται συνήθως ως μια υποκειμενική, επώδυνη εμπειρία απουσίας κοινωνικών επαφών, του αισθήματος του ανήκειν ή ως μια αίσθηση απομόνωσης (Brown et al., 2018. Cacioppo et al., 2015. Mushtaq et al., 2014).

Θεωρητικές προσεγγίσεις. Η έννοια της μοναξιάς μπορεί να ιδωθεί θεωρητικά με διαφορετικούς τρόπους. Στη φιλοσοφία το βίωμα της ανθρώπινης μοναξιάς έχει αντιμετωπιστεί με διάφορους τρόπους αλλά συχνά συναντώνται ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά σύμφωνα με τα οποία η μοναξιά είναι: α) ένα θεμελιώδες στοιχείο της ανθρώπινης ύπαρξης, β) μια συνειδητοποίηση της μοναξιάς του ανθρώπου, γ) ένα κίνητρο για την αναζήτηση της σύνδεσης και του νοήματος, δ) μια πλευρά των σημαντικών μεταβάσεων της ζωής, ε) μια γέφυρα που μπορεί να οδηγήσει σε νέες δυνατότητες (Rosedale, 2007).

Η κοινωνιολογία προσεγγίζει τη μοναξιά από τη δική της σκοπιά ως ένα κοινωνικό πρόβλημα για τους λόγους ότι: σχετίζεται με τις κοινωνικές σχέσεις, τα επίπεδα μοναξιάς σε ορισμένες κοινωνικές ομάδες είναι υψηλότερα σε σύγκριση με άλλες, αλλά και γιατί έχει σοβαρές κοινωνικές προεκτάσεις (Yang, 2019).

Ψυχολογικές προσεγγίσεις. Οι ψυχολογικές προσεγγίσεις στη μοναξιά είναι ποικίλες. Στα ψυχαναλυτικά μοντέλα η έννοια της μοναξιάς περιγράφεται ως μια συναισθηματικά επώδυνη εμπειρία που συνδέεται με την ανάγκη του ανθρώπου για εγγύτητα. Θεμελιώδη ρόλο για την ανάπτυξη συναισθημάτων μοναξιάς στη ζωή του ατόμου παίζει η ύπαρξη ελλειμμάτων στις πρωταρχικές σχέσεις προσκόλλησης κατά τη βρεφική και παιδική ηλικία. Κύριοι εκφραστές της ψυχαναλυτικής προσέγγισης ως προς την έννοια της μοναξιάς υπήρξαν οι Sullivan και Fromm-Reichmann (Tzouvara et al., 2015).

Η θεωρία του δεσμού μελετά την ποιότητα των στενών διαπροσωπικών σχέσεων και τη συμπεριφορά των ατόμων σε αυτές. Σύμφωνα με αυτή, η ύπαρξη ανασφαλούς τύπου σύναψης δεσμού έχει ιδιαίτερα αρνητικές επιπτώσεις στις σχέσεις των ατόμων καθώς έχει σχετιστεί με σχεσιακές δυσκολίες, ασταθή μοτίβα και χαμηλή ποιότητα σχέσεων τα οποία συχνά έχουν ως αποτέλεσμα την εμφάνιση συναισθημάτων μοναξιάς. Η σχέση ανάμεσα στον μη ασφαλές τύπο σύναψης δεσμού και τη μοναξιά διαμεσολαβείται από γνωστικούς μηχανισμούς. Πιο συγκεκριμένα, τα άτομα που χαρακτηρίζονται από αγχώδη και από αποφευκτικό τύπο σύναψης δεσμού έχουν διαπροσωπικούς στόχους (επιθυμία για εγγύτητα ή για συναισθηματική απόσταση), αναπαραστάσεις για τον εαυτό (όπως αρνητικές πεποιθήσεις μη αποδοχής και κατανόησης από τους άλλους), για τους άλλους (προσδοκίες αρνητικών συμπεριφορών από τους άλλους) αλλά και νοητικά σενάρια για τους τρόπους που μπορούν να εξελιχθούν οι διαπροσωπικές σχέσεις (όπως σενάρια αποτυχίας συμπεριφορών αναζήτησης κοινωνικής υποστήριξης) που ενεργοποιούν συναισθήματα και συμπεριφορές με δυσλειτουργικό αντίκτυπο στις σχέσεις (Mikulincer & Shaver, 2014).

Μια άλλη προσέγγιση της μοναξιάς, υπήρξε η αλληλεπιδραστική με κύριο εκφραστή τον Weiss. Η προσέγγιση αυτή πηγάζει από τη θεωρία του δεσμού και υποστηρίζει ότι η μοναξιά είναι αποτέλεσμα ενός συνδυασμού έλλειψης μιας φιγούρας σύναψης δεσμού και ενός επαρκούς κοινωνικού δικτύου. Διέκρινε τη μοναξιά σε κοινωνική και συναισθηματική. Η κοινωνική μοναξιά πηγάζει από την αντιληπτή έλλειψη κοινωνικών σχέσεων ενώ η συναισθηματική από την απουσία συναισθηματικών δεσμών και στενών σχέσεων (Peerenboom et al., 2015. Sønderby & Wagoner, 2013).

Σύμφωνα με το γνωστικό μοντέλο, η μοναξιά προκύπτει ως αποτέλεσμα μιας απόκλισης ανάμεσα στα επιθυμητά με τα αντιληπτά επίπεδα κοινωνικής σύνδεσης. Η απόκλιση αυτή μπορεί να αφορά είτε τα ποσοτικά χαρακτηριστικά είτε τα ποιοτικά χαρακτηριστικά των σχέσεων. Έτσι, σε αυτή την προσέγγιση δίνεται έμφαση στον τρόπο που το άτομο αντιλαμβάνεται τις κοινωνικές του σχέσεις ως πηγή των συναισθημάτων της μοναξιάς και όχι σε αντικειμενικά μετρήσιμα χαρακτηριστικά (Asher & Weeks, 2014).

Στη σύγχρονη ψυχολογία, η έννοια της μοναξιάς θεωρείται πολυδιάστατη. Έτσι, έχει προταθεί ότι αποτελείται από τρεις διαστάσεις: μια συναισθηματική, μια γνωστική και μια υποκειμενική. Οι διαστάσεις αυτές εκπροσωπούνται αντίστοιχα από τρεις ψυχολογικές προσεγγίσεις: την ψυχοδυναμική, τη γνωστική και την υπαρξιακή. Η συναισθηματική διάσταση αφορά στην αρνητική συναισθηματική εμπειρία της μοναξιάς, η γνωστική δίνει έμφαση στην αντίληψη του ατόμου για τις κοινωνικές του σχέσεις και στην απόκλιση ανάμεσα στο πραγματικό από το επιθυμητό επίπεδο σχέσεων ενώ η υποκειμενική αφορά στο γεγονός ότι η μοναξιά είναι μια υποκειμενική εμπειρία τα ποιοτικά χαρακτηριστικά της οποίας μπορεί να διαφέρουν από άτομο σε άτομο (Sønderby & Wagoner, 2013). Επίσης, έχουν αναγνωριστεί δύο ακόμα σημαντικές διαστάσεις για την κατανόηση της έννοιας της μοναξιάς: η ένταση (υψηλή / χαμηλή) της συναισθηματικής δυσφορίας που βιώνει το άτομο

όταν νιώθει μοναξιά και η χρονική διάρκεια (περιστασιακά / το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου) των συναισθημάτων της μοναξιάς (Robertson, 2019).

Μια άλλη, σύγχρονη προσέγγιση είναι η εξελικτική. Η εξελικτική θεωρία της μοναξιάς υποστηρίζει ότι οι θετικές κοινωνικές σχέσεις μπορεί να συμβάλλουν στην πιθανότητα για επιβίωση, αναπαραγωγή και έτσι στη γενετική κληρονομιά. Η δυσφορία που νιώθουν τα άτομα για τη μοναξιά λειτουργεί ως σήμα που προειδοποιεί για τους πιθανούς κινδύνους αλλά και ως κίνητρο για την ενίσχυση των κοινωνικών σχέσεων. Η εξέλιξη του συστήματος της μοναξιάς ενισχύει την προστασία του κοινωνικού σώματος συμβάλλοντας έτσι στην εξέλιξη της ανθρωπότητας (Cacioppo & Cacioppo, 2018).

Διαπολιτισμική προσέγγιση. Η εμπειρία της μοναξιάς απαντάται σε όλες τις κοινωνίες αλλά τα επίπεδα μοναξιάς και ο τρόπος που εκφράζεται μπορεί να ποικίλλουν ανάμεσα στις διαφορετικές κουλτούρες (DiTommaso et al., 2005). Ένα τέτοιο παράδειγμα φαίνεται να είναι η Ιαπωνία στα αστικά κέντρα της οποίας, παρατηρείται μια ιδιαίτερη δυσκολία στη διαπροσωπική σύνδεση των ανθρώπων με αποτέλεσμα να αυξάνονται οι πιθανότητες τα άτομα να βιώσουν μοναξιά. Πιο συγκεκριμένα, έχουν αναδυθεί δύο σημαντικά ζητήματα που φέρουν τις ονομασίες “kodoku-shi” (μοναχικός θάνατος) και “hikikomori” (κοινωνική απόσυρση) (Kato et al., 2017).

Το kodoku-shi αναφέρεται στο μοναχικό και σε μερικές περιπτώσεις με καθυστέρηση αντιληπτό θάνατο των ηλικιωμένων στο σπίτι και συνδέεται με την αστικοποίηση και την ενίσχυση του προτύπου της πυρηνικής οικογένειας έναντι του εκτεταμένου τύπου οικογένειας που χαρακτήριζε παραδοσιακά την Ιαπωνία (Kato et al., 2017) .

Ως hikikomori ορίζεται η κατάσταση απόσυρσης του ατόμου από κοινωνικές συνθήκες όπως το σχολείο και η εργασία και η παραμονή του στο σπίτι για διάστημα που μπορεί να ξεπερνάει το εξάμηνο (Saito όπως αναφέρεται στο Kato et al., 2019). Πρόκειται

για μια κατάσταση που συχνά συνυπάρχει με ψυχιατρικές διαταραχές και θεωρείται ένα πολυπαραγοντικό φαινόμενο που σχετίζεται με βιοψυχοκοινωνικούς παράγοντες (Kato et al., 2019). Αρχικά, θεωρείτο ως ένα φαινόμενο που αφορούσε αποκλειστικά την κοινωνία της Ιαπωνίας, ωστόσο διεθνής μελέτη επιβεβαίωσε την ύπαρξη του φαινομένου και σε άλλα πολιτισμικά πλαίσια (Teo et al., 2015).

Ένας σημαντικός παράγοντας για τη σχέση της μοναξιάς με την κουλτούρα φαίνεται να είναι ο ατομικιστικός/συλλογικός προσανατολισμός μιας κοινωνίας (Rokach, 2018). Αναφορικά με τις διαπροσωπικές σχέσεις ο ατομικιστικός προσανατολισμός ενθαρρύνει τα άτομα να προσπαθούν να διατηρήσουν μια ισορροπία ανάμεσα στους προσωπικούς στόχους και τις σχέσεις αλλά αφήνοντας τις τελευταίες, όταν το κόστος είναι μεγαλύτερο από το όφελος με γνώμονα την επίτευξη των στόχων του ατόμου. Ο συλλογικός προσανατολισμός ενισχύει την μόνιμη παραμονή του ατόμου στις σχέσεις ακόμα και αν αυτό ενέχει κάποιο προσωπικό κόστος (Oyserman et al., 2002).

Ερευνητική μελέτη των Chen και συν., (2004) με παιδιά από πολιτισμικά πλαίσια με διαφορετικές κοινωνικές αξίες αναφορικά με τις σχέσεις (Βραζιλία, Καναδά, Κίνα και Ιταλία) έδειξε ότι τα επίπεδα μοναξιάς που ανέφεραν τα παιδιά των τεσσάρων πολιτισμικών ομάδων δεν διέφεραν σημαντικά μεταξύ τους. Συνεπώς, μπορεί οι κουλτούρες αλληλεξάρτησης να προστατεύουν τα παιδιά από το να είναι μόνα τους αλλά αυτό δεν είναι αρκετό για να τα προστατεύσουν από το να αισθανθούν μοναξιά (Chen et al., 2004).

Η μοναξιά κατά την προσχολική, παιδική και εφηβική ηλικία

Το ζήτημα της μοναξιάς κατά την παιδική ηλικία δεν είχε λάβει αρκετή προσοχή από τους ερευνητές κατά το παρελθόν. Ωστόσο, φαίνεται ότι πολλά παιδιά αναφέρουν ότι έχουν βιώσει μοναξιά (Maes et al., 2020. Qualter, 2003).

Προσχολική ηλικία. Ερευνητική μελέτη με παιδιά προσχολικής ηλικίας έδειξε ότι τα παιδιά σε ένα ποσοστό 25% αναφέρουν πως έχουν βιώσει μοναξιά ενώ το ποσοστό αυτό διπλασιάστηκε όταν ρωτήθηκαν αν νιώθουν μόνα στο σχολείο (Vellymalay, 2010). Η παρουσία παραγόντων όπως η μειωμένη εμπιστοσύνη στους άλλους, η χαμηλή αποδοχή από τους συνομηλίκους και το εσωτερικό ύφος απόδοσης κατά την προσχολική ηλικία λειτουργεί προβλεπτικά ως προς την ύπαρξη σταθερά υψηλών επιπέδων μοναξιάς κατά την παιδική και εφηβική ηλικία (Qualter et al., 2013).

Μέση παιδική ηλικία. Όσον αφορά, τα επίπεδα μοναξιάς κατά τη σχολική ηλικία, οι έρευνες δείχνουν ότι υπάρχουν διακριτές κατηγορίες εμπειριών μοναξιάς στα παιδιά. Αναλυτικότερα, μια ομάδα παιδιών που αποτελεί και την πλειονότητα αναφέρουν πως βιώνουν χαμηλά επίπεδα μοναξιάς, μια άλλη μικρότερη ομάδα βιώνει αυξητικές τάσεις μοναξιάς και μια τρίτη ομάδα αναφέρει μείωση στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνει. Τέλος, μια ομάδα παιδιών βιώνει χρόνια ή υψηλά επίπεδα μοναξιάς (Jobe-Shields et al., 2011. Schinka et al., 2013).

Στο ζήτημα της μοναξιάς φαίνεται να είναι ιδιαίτερα σημαντικό το οικογενειακό περιβάλλον. Έτσι, οι θετικές εμπειρίες προσκόλλησης με τους γονείς που χαρακτηρίζονται από αξιοπιστία, εγγύτητα και υποστηρικτικότητα κατά την παιδική ηλικία σχετίζονται με μικρότερα επίπεδα μοναξιάς ενώ στρεσογόνες οικογενειακές εμπειρίες προβλέπουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς κατά την ενήλικη ζωή (Merz & Jak, 2013). Επίσης, σύμφωνα με άλλη ερευνητική μελέτη η ύπαρξη χαμηλών επιπέδων συνοχής στο οικογενειακό κλίμα αποτελεί προβλεπτικό παράγοντα παρουσίας υψηλότερων επιπέδων μοναξιάς στα παιδιά (Sharabi et al., 2012).

Αναφορικά με τους τρόπους αντιμετώπισης της μοναξιάς από τα παιδιά, ερευνητική μελέτη με παιδιά σχολικής ηλικίας από την Ελλάδα έδειξε ότι τα παιδιά προτιμούν την

αναζήτηση επαφής, την επίλυση προβλήματος, τη συμπεριφορική απόσπαση και τη γνωσιακή αναδόμηση. Καθώς τα παιδιά μεγάλωναν, φάνηκε ότι ανέπτυσαν περισσότερους τρόπους αντιμετώπισης και καλύτερες δεξιότητες ρύθμισης του συναισθήματος και της συμπεριφοράς, με τα κορίτσια να επιδεικνύουν ένα μεγαλύτερο φάσμα στρατηγικών με εστίαση στο συναίσθημα (Besevegis & Galanaki, 2010).

Όσον αφορά στους μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες φαίνεται ότι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο βίωσης έντονων συναισθημάτων μοναξιάς (Sharabi & Margalit, 2011). Αποτελέσματα μεταανάλυσης έδειξαν ότι τα παιδιά με χρόνιες σωματικές παθήσεις και ιδιαίτερα αυτά με προβλήματα όρασης και ακοής μπορεί να βιώνουν περισσότερη μοναξιά σε σχέση με συνομηλίκους χωρίς παθήσεις. Το γεγονός αυτό μπορεί να σχετίζεται με την πιθανή περιορισμένη συμμετοχή τους σε κοινωνικές δραστηριότητες με τους συνομηλίκους τους, με δυσκολίες στην επικοινωνία αλλά και με το στίγμα που μπορεί να βιώνουν (Maes et al., 2017).

Τα επίπεδα μοναξιάς, όπως έδειξε διαχρονική ερευνητική μελέτη, συνδέονται ακόμα με τα παιδικά ψυχιατρικά συμπτώματα σε μακροχρόνιο επίπεδο. Πιο συγκεκριμένα, η υπερκινητικότητα και τα προβλήματα συμπεριφοράς σχετίζονταν με τη μοναξιά τόσο στα αγόρια όσο και στα κορίτσια ενώ τα συναισθηματικά προβλήματα με τα συναισθήματα μοναξιάς των αγοριών (Lempinen et al., 2018). Ακόμα, η μοναξιά στα παιδιά σχετίζεται θετικά και σημαντικά με τα συμπτώματα κοινωνικού άγχους ενώ η μοναξιά φαίνεται να διαμεσολαβεί τη σχέση ανάμεσα στο άγχος και την κατάθλιψη δείχνοντας ότι είναι ένας παράγοντας κινδύνου που μπορεί να προκύπτει από άγχος και να αυξάνει τον κίνδυνο για εκδήλωση κατάθλιψης (Ebesutani et al., 2015. Maes et al., 2019).

Συνολικά, η συσχέτιση της παρουσίας σημαντικών επιπέδων μοναξιάς με την ύπαρξη ψυχολογικών συμπτωμάτων κατά την παιδική ηλικία μπορεί να ερμηνευθεί με διάφορους

τρόπους χωρίς να προσδιορίζεται μια συγκεκριμένη αιτιακή σχέση. Συνεπώς, μπορεί να συνιστά ένδειξη παρουσίας ψυχιατρικών συμπτωμάτων ή να αυξάνει την παρουσία θεμάτων ψυχικής υγείας είτε μπορεί να σημαίνει ότι ένα παιδί με ψυχολογικές δυσκολίες μπορεί να βιώνει απόρριψη από τους συνομηλίκους του και έτσι να νιώθει μοναξιά (Lempinen et al., 2018).

Μοναξιά κατά την εφηβεία. Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, παρατηρούνται σημαντικές αλλαγές στον κοινωνικό εγκέφαλο και παράλληλα στη συμπεριφορά που σχετίζεται με την κοινωνική νόηση. Ο όρος κοινωνικός εγκέφαλος αναφέρεται στο πολύπλοκο δίκτυο περιοχών του εγκεφάλου που εμπλέκονται στην κατανόηση των άλλων (Blakemore, 2008). Αναπτυξιακά, φαίνεται ότι τα συναισθήματα μοναξιάς είναι πιο έντονα και σε πιο υψηλά επίπεδα στους εφήβους συγκριτικά με άλλες ηλικιακές ομάδες με εξαίρεση τα άτομα τρίτης ηλικίας χωρίς να παρατηρούνται σημαντικές διαφορές φύλου (Qualter et al., 2015. Maes et al., 2019). Αυτό μπορεί να εξηγείται από το γεγονός ότι ο αναπτυσσόμενος κοινωνικός εγκέφαλος των εφήβων παίζει σημαντικό ρόλο στην αντίληψη της μοναξιάς, καθώς χαρακτηρίζεται από υπερευαισθησία στο κοινωνικό περιβάλλον που μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη εγρήγορση στην αντίληψη της μοναξιάς (Wong et al., 2018).

Τα αυξημένα επίπεδα μοναξιάς κατά την περίοδο της εφηβείας συνδέονται με ποικίλους παράγοντες. Πιο αναλυτικά, η κοινωνική και συναισθηματική μοναξιά σχετίζονται και μάλιστα μπορεί να οδηγούν σε θυματοποίηση από τους συνομηλίκους κατά την εφηβεία. Ωστόσο, η κοινωνική μοναξιά συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα θυματοποίησης γεγονός που υπογραμμίζει τη σημασία της αποδοχής από τους συνομηλίκους για τους εφήβους αλλά και την ανάγκη μελέτης και των δύο διαστάσεων της μοναξιάς (Acquah et al., 2015). Η μοναξιά συνδέεται επίσης, με χρήση ουσιών, ύπαρξη αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών και αυτοκτονικότητας στην εφηβεία αλλά και με ενδοατομικά χαρακτηριστικά όπως η

ντροπαλότητα και η χαμηλή αυτοεκτίμηση (Vanhalst et al., 2014. Rönkä et al., 2013. Schinka et al., 2012. Stickley et al., 2014).

Από την άλλη μεριά, οι έφηβοι που λαμβάνουν υψηλότερα επίπεδα κοινωνικής υποστήριξης από πολλαπλές πηγές (οικογένεια, συνομήλικοι, σχολείο) αναφέρουν και χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Το εύρημα αυτό υπογραμμίζει τη σημασία που έχει τα προληπτικά προγράμματα παρέμβασης να στοχεύουν στην ανάπτυξη υποστηρικτικών σχέσεων σε διάφορους τομείς της ζωής (Cavanaugh & Buehler, 2016). Επίσης, έχει φανεί ότι η εμπειρία τόσο της αποδοχής των συνομηλίκων όσο και της ικανοποίησης της ανάγκης για σχετίζεσθαι κατά την εφηβεία οδηγούσε μελλοντικά σε λιγότερα συναισθήματα μοναξιάς (Gallardo et al., 2018).

Συνέπειες της μοναξιάς

Πρόσφατη έρευνα στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής με 20.000 ενήλικες έδειξε ότι σχεδόν οι μισοί αναφέρουν πως βιώνουν μερικές φορές ή πάντα μοναξιά. Τέτοια υψηλά νούμερα αυξάνουν τους κινδύνους που σχετίζονται με τη μοναξιά (Cigna, 2018).

Μεταανάλυση έδειξε ότι η κοινωνική απομόνωση και η μοναξιά συνιστούν παράγοντες κινδύνου για πρόωρο θάνατο συγκρίσιμου μεγέθους με άλλους τεκμηριωμένους παράγοντες (παχυσαρκία, χρήση ουσιών, πρόσβαση στο σύστημα υγείας κ.α.) (Holt-Lunstad et al., 2015).

Ωστόσο, η μοναξιά δεν συνιστά παράγοντα επικινδυνότητας μόνο για τους ενήλικες αλλά και για τα παιδιά και τους εφήβους. Τα περισσότερα παιδιά βιώνουν περιστασιακά μοναξιά για βραχύ διάστημα αλλά μερικά μπορεί να βιώνουν σημαντικά επίπεδα χρόνιας μοναξιάς, γεγονός που έχει σημαντικές επιπτώσεις στην ανάπτυξη τους (Margalit, 2010). Πιο συγκεκριμένα, σε ερευνητική μελέτη με παιδιά σχολικής ηλικίας φάνηκε ότι η αντιληπτή μοναξιά ήταν σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας σωματικών και ψυχολογικών συμπτωμάτων ιδιαίτερα όσον αφορά στα κορίτσια (Lyyra et al., 2018).

Επιπλέον, σταθερά υψηλά και μέτρια με αυξητική τάση επίπεδα μοναξιάς κατά την σχολική ηλικία φαίνεται να σχετίζονται με καταθλιπτικά συμπτώματα, πιο συχνές επισκέψεις σε γιατρό και πιο φτωχή αντιλαμβανόμενη γενική υγεία στα 17 έτη (Qualter et al., 2013). Κατά την εφηβεία, η μοναξιά έχει συσχετισθεί επίσης με προβλήματα ύπνου και σωματικές ενοχλήσεις, ενώ έφηβοι που αναφέρουν υψηλά επίπεδα κοινωνικού αποκλεισμού βιώνουν και περισσότερη μοναξιά, περισσότερα προβλήματα ψυχικής υγείας και χαμηλότερο αίσθημα ευεξίας (Arslan, 2020. Eccles et al., 2020).

Συμπερασματικά, η μοναξιά δεν ταυτίζεται απαραίτητα με την έννοια της κοινωνικής απομόνωσης. Η κοινωνική απομόνωση αναφέρεται στην αντικειμενική πραγματικότητα απουσίας σχέσεων με άλλους ανθρώπους ενώ η μοναξιά στην υποκειμενική εμπειρία και εκτίμηση των ατόμων αναφορικά με τις κοινωνικές τους επαφές (de Jong Gierveld, & Havens, 2004). Οι άνθρωποι μπορεί να ζουν με έναν πιο μοναχικό τρόπο χωρίς να νιώθουν μοναξιά καθώς επίσης μπορεί να έχουν ένα ευρύ κοινωνικό δίκτυο και να νιώθουν μόνοι (de Jong Gierveld et al., 2016. Hawkey & Cacioporo, 2010). Το συναίσθημα της σύνδεσης με τους άλλους φαίνεται να είναι πιο σημαντικό από την ποσότητα των κοινωνικών σχέσεων. Έρευνα μελέτησε τις αλλαγές στα επίπεδα της μοναξιάς που βίωσαν τα άτομα κατά τη διάρκεια της κοινωνικής αποστασιοποίησης λόγω της κρίσης Covid-19 και έδειξε ότι τα περισσότερα άτομα δεν ανέφεραν μεγάλη αύξηση στη μοναξιά αλλά επέδειξαν σε σημαντικό βαθμό ψυχική ανθεκτικότητα ως απάντηση στην κρίση (Luchetti et al., 2020).

Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας

Οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν ποικίλες δυσκολίες κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Οι περισσότεροι άνθρωποι φαίνεται πως έχουν βιώσει τουλάχιστον ένα δυνητικά τραυματικό γεγονός στην πορεία των χρόνων (Keyes et al., 2013. Knipscheer et al., 2020. Ogle et al., 2013). Ως δυνητικά τραυματικά γεγονότα νοούνται η εμπειρία μιας ασθένειας, ενός

ατυχήματος, μιας φυσικής καταστροφής και γενικώς απειλητικών γεγονότων για τη ζωή, η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, η παιδική κακοποίηση, η σεξουαλική επίθεση, η εμπειρία επιθέσεων από τη θέση του μάρτυρα (Ogle et al., 2013). Ο όρος “δυναμικά τραυματικό” υπογραμμίζει τη σημασία των ατομικών διαφορών στον τρόπο που τα άτομα αντιδρούν σε δύσκολα γεγονότα ζωής με αποτέλεσμα να βιώνονται από κάποιους ως τραυματικά και από άλλους όχι (Bonanno & Mancini, 2008).

Ορισμός ψυχικής ανθεκτικότητας. Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας αναδύθηκε στο πλαίσιο της αναπτυξιακής ψυχολογίας καθώς παρατηρήθηκε ότι πολλά παιδιά παρόλο που έχουν βιώσει αντιξοότητες καταφέρνουν να αναπτύξουν το δυναμικό τους και να είναι λειτουργικά άτομα (Bonanno et al., 2015). Αρχικά, οι έρευνες που εξέταζαν το ζήτημα της ανθεκτικότητας εστίαζαν στους παράγοντες που προστατεύουν το άτομο έναντι στρεσογόνων καταστάσεων (Fletcher & Sarkar, 2013). Ωστόσο, αργότερα, η προσοχή μετατοπίστηκε στην κατανόηση της διαδικασίας και των μηχανισμών μέσω των οποίων τα άτομα αντεπεξέρχονται των δυσκολιών (Luthar et al., 2000).

Σήμερα, ως ψυχικά ανθεκτικά θεωρούνται τα άτομα που καταφέρνουν να επιδείξουν υγιή επίπεδα λειτουργικότητας παρόλη την ύπαρξη δύσκολων συνθηκών (Poole et al., 2017). Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας αναφέρεται σε μια δυναμική διαδικασία που περιλαμβάνει τη θετική προσαρμογή μέσα στο πλαίσιο μιας σημαντικής αντιξοότητας (Allan et al., 2014). Συνεπώς, η ψυχική ανθεκτικότητα προϋποθέτει την ύπαρξη μιας σημαντικής απειλής, ενός παράγοντα επικινδυνότητας, για την ανάπτυξη του ατόμου (Masten, 2001). Η ανθεκτικότητα συνιστά χαρακτηριστικό των πολύπλοκων προσαρμοστικών συστημάτων και δεν συναντάται μόνο στα άτομα αλλά και στις οικογένειες, στις οικονομίες, στους οργανισμούς και στα οικοσυστήματα (Masten & Barnes, 2018).

Η ψυχική ανθεκτικότητα θεωρείται μια πολυδιάστατη, δυναμική έννοια και όχι ένα σταθερό χαρακτηριστικό που προκύπτει μέσα από την αλληλεπίδραση καταστασιακών, βιολογικών, γνωστικών και διαπροσωπικών παραγόντων (Caspi et al., 2002. Feder et al., 2009. Wright et al., 2013). Έτσι, μπορεί κανείς να επιδεικνύει ψυχική ανθεκτικότητα έναντι μιας δυσκολίας σε μια συγκεκριμένη περίοδο της ζωής του και να μην επιδεικνύει ψυχική ανθεκτικότητα σε μια άλλη που οι συνθήκες έχουν αλλάξει (Fletcher & Sarkar, 2013).

Συνολικά, φαίνεται ότι ένας συνδυασμός παραγόντων που αφορούν στα προσωπικά χαρακτηριστικά, τις οικογενειακές συνθήκες και την ύπαρξη υποστηρικτικών δικτύων καθορίζουν την ανάπτυξη ανθεκτικότητας ή ευαλωτότητας απέναντι σε ένα δύσκολο γεγονός ζωής (Parsons et al., 2016). Στο πλαίσιο αυτό, έχουν αναπτυχθεί διαφορετικά μοντέλα που εστιάζουν σε διαφορετικούς παράγοντες με στόχο την καλύτερη κατανόηση της διαδικασίας ανάπτυξης ψυχικής ανθεκτικότητας από τα άτομα.

Γνωστικό μοντέλο. Οι γνωστικές λειτουργίες φαίνεται ότι παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία εκδήλωσης ψυχικής ανθεκτικότητας απέναντι σε μια αντιξοότητα. “Σε γνωστικό επίπεδο, η αντιξοότητα θεωρείται ως η αντιληπτή διαφορά ανάμεσα στην κατάσταση την οποία αντιμετωπίζει ένα άτομο και στην επιθυμητή σύλληψη της πραγματικότητας που συγκεκριμενοποιείται μέσα από στόχους, ανάγκες, επενδύσεις και προσδοκίες για το μέλλον” (Parsons et al., 2016, σ.297).

Το γνωστικό μοντέλο της ψυχικής ανθεκτικότητας δίνει έμφαση στην ικανότητα για ευέλικτη και κατάλληλη για την περίσταση γνωστική επεξεργασία. Η διαδικασία αυτή καθοδηγείται από ένα σύστημα χαρτογράφησης (mapping system) ανάλογα με την περίσταση, τις ανάγκες και τους στόχους, το οποίο ενσωματώνει πληροφορίες από την παρούσα κατάσταση, την προηγούμενη εμπειρία αλλά και από συνειδητές διεργασίες

γνωστικής επεξεργασίας. Η εύρυθμη λειτουργία αυτού του συστήματος είναι αναπόσπαστο κομμάτι της γνωστικής βάσης της ψυχικής ανθεκτικότητας (Parsons et al., 2016).

Ψυχοκοινωνικοί παράγοντες. Οι έρευνες έχουν αναγνωρίσει ποικίλους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που προωθούν τη θετική προσαρμογή απέναντι στο στρες. Πέντε βασικοί ψυχοκοινωνικοί παράγοντες που σχετίζονται με την ψυχική ανθεκτικότητα είναι: α) τα θετικά συναισθήματα, β) η γνωστική ευελιξία, γ) η νοηματοδότηση, δ) η κοινωνική υποστήριξη και ε) το ενεργητικό ύφος αντιμετώπισης του στρες (Ong et al., 2006. Southwick et al., 2004).

Στα θετικά συναισθήματα συμπεριλαμβάνονται και η ύπαρξη των χαρακτηριστικών της αισιοδοξίας και του χιούμορ, στη γνωστική ευελιξία το θετικό ερμηνευτικό ύφος, η θετική επαναξιολόγηση και αποδοχή των αντίξοων γεγονότων. Στη νοηματοδότηση περιλαμβάνονται επίσης, οι θρησκευτικές, πνευματικές στάσεις και ο αλτρουισμός, στην κοινωνική υποστήριξη και η ύπαρξη προτύπων ενώ στις ενεργητικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες (αναζήτηση βοήθειας, υιοθέτηση μιας μαχητικής στάσης κ.α.) και η σωματική άσκηση (Southwick et al., 2004).

Κοινωνική υποστήριξη. Όσον αφορά στην κοινωνική υποστήριξη φαίνεται να είναι ένας εξαιρετικά σημαντικός παράγοντας ανθεκτικότητας απέναντι στο στρες (Labrague & De los Santos., 2020. Sippel et al., 2015. Xu & Ou, 2014). “Η έννοια της κοινωνικής υποστήριξης αναφέρεται στην παροχή ψυχολογικών και υλικών πόρων από το κοινωνικό δίκτυο με σκοπό να ενισχυθεί η ικανότητα ενός ατόμου να αντεπεξέλθει στο στρες” (Cohen, 2004, σ. 676).

Η παρουσία ψυχικής ανθεκτικότητας σε ένα άτομο εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από την ύπαρξη υποστηρικτικών κοινωνικών συστημάτων (φίλοι, οικογένεια, συνάδελφοι, οργανισμοί, κοινότητα) τα οποία ενισχύουν την ανθεκτικότητα του ατόμου μέσα από

ψυχοκοινωνικούς και βιολογικούς μηχανισμούς (Sippel et al., 2015). Πιο συγκεκριμένα, σε νευροβιολογικό επίπεδο φαίνεται ότι οι εμπειρίες κοινωνικής υποστήριξης λειτουργούν αναστέλλοντας τις απαντήσεις σωματικού στρες μέσα από την ενεργοποίηση νευρικών περιοχών που σχετίζονται με την αναγνώριση της ασφάλειας (Eisenberger, 2013). Όσον αφορά στους ψυχοκοινωνικούς μηχανισμούς, φαίνεται ότι η κοινωνική υποστήριξη αυξάνει τα συναισθήματα του ανήκειν, ενισχύει την υιοθέτηση υγιών συμπεριφορών αντιμετώπισης του στρες και βελτιώνει τη δυνατότητα ρύθμισης των συναισθημάτων (Sippel et al., 2015).

Ψυχική ανθεκτικότητα στην παιδική και εφηβική ηλικία

Η ομαλή ανάπτυξη ορισμένων παιδιών βρίσκεται σε κίνδυνο καθώς βιώνουν στρεσογόνες και αντίξοες συνθήκες όπως φτώχεια, βία, ασθένεια και οικογενειακή δυσαρμονία. Ωστόσο, φαίνεται ότι πολλά παιδιά καταφέρνουν να αντεπεξέλθουν τις δυσκολίες αξιοποιώντας τόσο το δυναμικό τους όσο και τους προστατευτικούς παράγοντες που τα βοηθούν να ξεπεράσουν τις αντιξοότητες (Zolkoski & Bullock, 2012).

Η ψυχική ανθεκτικότητα στα παιδιά παρουσιάζει ορισμένες εννοιολογικές διαφορές συγκριτικά με την ψυχική ανθεκτικότητα στους ενήλικες στη σύγχρονη έρευνα. Αναφορικά με τα παιδιά, συνήθως, λαμβάνεται υπόψη η συμπεριφορά τους και ο βαθμός στον οποίο ανταποκρίνονται στις προσδοκίες της κοινωνίας όπως αυτά μετρούνται από τους εκπαιδευτικούς, τους γονείς και τους συμμαθητές. Αντιστρόφως, στην ενήλικη βιβλιογραφία η έμφαση δίνεται στο πως αισθάνεται το άτομο (Luthar et al., 2006).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα ερευνών, η παρουσία ψυχικής ανθεκτικότητας στα παιδιά μπορεί να προκύψει μέσα από διάφορες πηγές και είναι ένας σημαντικός παράγοντας που λειτουργεί προστατευτικά έναντι πολλαπλών δυσκολιών. Πιο αναλυτικά, φαίνεται ότι η ύπαρξη ψυχικής ανθεκτικότητας διαμεσολαβεί τη σχέση ανάμεσα στον εκφοβισμό και την κατάθλιψη προβλέποντας αρνητικά την ύπαρξη συμπτωμάτων κατάθλιψης στα παιδιά (Zhou

et al., 2017). Επίσης, έρευνα με παιδιά Παλαιστινιακής καταγωγής με εμπειρίες πολέμου από τη Λωρίδα της Γάζας έδειξε ότι η έκθεση σε σημαντικά τραυματικά γεγονότα μείωνε τη συνολική ανθεκτικότητα των παιδιών αυτών. Ωστόσο, επιστράτευσαν τρόπους αντιμετώπισης του στρες, με σημαντικότερο παράγοντα ανθεκτικότητας να αναδεικνύεται η ύπαρξη στοιχείων που ενισχύουν το αίσθημα του ανήκειν όπως η εθνική καταγωγή που συνδεόταν με αίσθημα υπερηφάνειας, οι θρησκευτικές πεποιθήσεις και η οικογένεια τους (Thabet & Thabet, 2015). Κατά τη διάρκεια της πανδημίας του κορωνοϊού φάνηκε ότι οι έφηβοι που διατηρούσαν μια αισιόδοξη στάση απέναντι στην κρίση είχαν χαμηλότερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης από τους συνομηλίκους τους (Zhou et al., 2020).

Συνολικά, φαίνεται ότι “η ανθεκτικότητα δεν προκύπτει μέσα από σπάνιες και ιδιαίτερες ποιότητες αλλά από την καθημερινή μαγεία των συνήθων, κανονιστικών ανθρώπινων πόρων [...] στα παιδιά, στις οικογένειες τους και στις σχέσεις και στην κοινότητα” (Masten, 2001, σ. 235).

Προστατευτικοί παράγοντες. Οι έρευνες έχουν αναδείξει μια σειρά από προστατευτικούς παράγοντες που σχετίζονται με την ύπαρξη ψυχικής ανθεκτικότητας στα παιδιά που έχουν βιώσει σημαντικές δυσκολίες. Οι παράγοντες αυτοί μπορούν να κατηγοριοποιηθούν ως εξής: ενδογενή χαρακτηριστικά, οικογενειακό περιβάλλον και κοινωνικό περιβάλλον (Agnafors et al., 2017).

Ενδογενή χαρακτηριστικά. Τα ενδογενή χαρακτηριστικά αφορούν το ίδιο το άτομο και αναφέρονται σε παράγοντες όπως η εύκολη ιδιοσυγκρασία, η καλή νοημοσύνη, η κοινωνικότητα, η υψηλή αυτοεκτίμηση, η κοινωνική και συναισθηματική επάρκεια, η ικανότητα ρύθμισης των συναισθημάτων και της συμπεριφοράς, η αισιόδοξία, το εσωτερικό κέντρο ελέγχου και οι δεξιότητες προσαρμογής (Agnafors et al., 2017. Aitcheson et al., 2017. Türk-Kurtça & Kocatürk, 2020. Zolkoski & Bullock, 2012). Ερευνητική μελέτη με εφήβους

στην Ιταλία ανέδειξε τη σημασία που έχουν η αισιόδοξη στάση και το αίσθημα αυτοαποτελεσματικότητας στην παρουσία ψυχικής ανθεκτικότητας. Οι έφηβοι που ανέφεραν πιο υψηλά επίπεδα αισιοδοξίας και θεωρούσαν ότι είναι πιο ικανοί να επιλύσουν αποτελεσματικά προβλήματα επεδείκνυαν και υψηλότερα επίπεδα ανθεκτικότητας. Οι έφηβοι αυτοί αξιοποιούσαν τις δυνατότητες τους, προσαρμοζόντουσαν στις δυσκολίες με χιούμορ και αναζητούσαν καλές λύσεις απέναντι σε διάφορες συνθήκες (Sagone & De Caroli, 2015).

Οικογενειακό περιβάλλον. Αναφορικά με το οικογενειακό περιβάλλον, ποικίλες πλευρές του έχουν σχετιστεί με την ύπαρξη ανθεκτικότητας στα παιδιά και τους εφήβους εν όψει μιας αντιξοότητας. Έτσι, προστατευτικοί παράγοντες θεωρούνται η ύπαρξη ενός δομημένου οικογενειακού συστήματος που χαρακτηρίζεται από συνοχή και προσαρμοστικότητα, η σχέση ανάμεσα στο γονέα και το παιδί, ο τύπος δεσμού, το γονικό ύψος και η ύπαρξη ενός επαρκούς εισοδήματος (Agnafors et al., 2017. Noltemeyer & Bush, 2013). Συγκριτική μελέτη με παιδιά σχολικής ηλικίας από την Ελλάδα και την Κύπρο έδειξε ότι η ύπαρξη υποστήριξης από την οικογένεια διαμεσολαβούσε τη σχέση ανάμεσα στα πραγματικά αρνητικά γεγονότα και στην προσαρμογή ενισχύοντας τη διαδικασία της ψυχικής ανθεκτικότητας ενώ ταυτόχρονα συνδεόταν τόσο με την αυτοεκτίμηση των παιδιών όσο και με την ύπαρξη ψυχοπαθολογίας (Leontoroulou, 2013).

Κοινωνικό περιβάλλον. Όσον αφορά στο κοινωνικό περιβάλλον, σε αυτό περιλαμβάνεται το σχολείο και οι εκπαιδευτικοί που λειτουργούν ως πρότυπα, οι φίλοι αλλά και η ευρύτερη κοινότητα μέσα από τα χαρακτηριστικά και τις κοινωνικές δομές που προσφέρει (Pieloch et al., 2016. Zolkoski & Bullock, 2012).

Πρόσφατη μεταανάλυση αναφορικά με τους προστατευτικούς παράγοντες και την ψυχική ανθεκτικότητα σε παιδιά έδειξε ότι τέσσερις παράγοντες είχαν σημαντικές επιδράσεις

τόσο σε σύγχρονες έρευνες όσο και σε διαχρονικές: η ικανότητα για αυτορρύθμιση, η ύπαρξη ενός υποστηρικτικού οικογενειακού περιβάλλοντος, η υποστήριξη από το σχολείο και από την ομάδα των συνομηλίκων (Yule et al., 2019).

Ο ρόλος του σχολείου. Η ψυχική ανθεκτικότητα δεν είναι μόνο ένα ατομικό χαρακτηριστικό αλλά και ένα συστημικό φαινόμενο. Επιπλέον, η ανθεκτικότητα μπορεί να περιγραφεί ως μια σχέση αμοιβαίας επιρροής ανάμεσα στο άτομο και το σύστημα (Lerner et al., 2013). Έτσι, τα σχολεία και οι τάξεις μπορεί να είναι ανθεκτικά συστήματα και να συμβάλλουν στην ανάπτυξη, προσαρμογή και ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών (Brehm & Doll, 2009. Hatzichristou et al, 2018. Stasinou et al, 2020).

Σε επίπεδο σχολείου έχουν περιγραφεί έξι σημαντικοί παράγοντες που συμβάλλουν στην προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας στη σχολική κοινότητα: α) η ύπαρξη συναισθηματικών δεσμών, β) η ύπαρξη σαφών και συνεπών ορίων, γ) η εκμάθηση δεξιοτήτων χρήσιμων για τη ζωή, δ) η παροχή φροντίδας και υποστήριξης, ε) η ύπαρξη υψηλών, θετικών προσδοκιών και στ) η παροχή ευκαιριών για συμμετοχή (Henderson & Milstein, 2008). Συνολικά, η ύπαρξη μιας ισχυρής αίσθησης σύνδεσης με το σχολείο σχετίζεται θετικά με την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας (Oldfield et al., 2018).

“Οι ανθεκτικές τάξεις είναι μέρη στα οποία όλα τα παιδιά μπορούν να είναι συναισθηματικά, ακαδημαϊκά και κοινωνικά επιτυχημένα” (Doll et al., 2014, σ.7). Σύμφωνα με τους ίδιους συγγραφείς, οι ανθεκτικές τάξεις ορίζονται ως αυτές που έχουν τα ακόλουθα χαρακτηριστικά: α) ακαδημαϊκή αποτελεσματικότητα, β) ακαδημαϊκό αυτοπροσδιορισμό, γ) αυτοέλεγχο της συμπεριφοράς, δ) οι σχέσεις μεταξύ των εκπαιδευτικών και των μαθητών χαρακτηρίζονται από γνησιότητα και φροντίδα, ε) ικανοποιητικές, φιλικές σχέσεις μεταξύ των συμμαθητών και στ) οι οικογένειες γνωρίζουν και τείνουν να ενισχύουν τη μάθηση των παιδιών (σχέσεις οικογένειας-σχολείου) (Doll et al., 2014).

Οι παρεμβάσεις που είναι εστιασμένες στην ανθεκτικότητα στοχεύουν στην ενίσχυση πολλαπλών προστατευτικών παραγόντων και φαίνεται να επιδρούν θετικά στην ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων (Dray et al., 2017).

Το σχολείο μπορεί να παίζει το δικό του ρόλο στην προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας, γι' αυτό χρειάζεται να επενδυθούν τα σχετικά προγράμματα παρέμβασης (Oldfield et al., 2018). Στο σχολείο αυτές οι παρεμβάσεις είναι προληπτικές και εφαρμόζονται καθολικά σε ολόκληρο τον πληθυσμό του σχολείου και όχι μόνο στα άτομα που θεωρείται πως βρίσκονται σε κίνδυνο ανάπτυξης προβλημάτων ψυχικής υγείας (Weisz et al., 2005).

Ωστόσο, είναι πιθανό τα παιδιά που εμφανίζουν κάποιους παράγοντες ευαλωτότητας να επωφεληθούν περισσότερο από τέτοια προγράμματα. Σε πρόγραμμα παρέμβασης που έλαβε χώρα σε ελληνικά σχολεία και στόχευε στην προώθηση της ψυχικής ανθεκτικότητας στη σχολική κοινότητα κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης στην Ελλάδα φάνηκε ότι τα παιδιά που είχαν πληγεί περισσότερο από την οικονομική κρίση ανέφεραν σημαντικά περισσότερα οφέλη από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα (Hatzichristou et al., 2017).

Επιπλέον, αποτελέσματα πρόσφατης μεταανάλυσης έδειξαν ότι η εφαρμογή προληπτικών παρεμβάσεων για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας σε σχολεία επέφερε μείωση των καταθλιπτικών, αγχωδών και γενικώς των εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων προβλημάτων κατά την παιδική και εφηβική ηλικία. Τα οφέλη αυτά φάνηκε να είναι μεγαλύτερα όταν το περιεχόμενο της παρέμβασης ήταν κατάλληλο αναφορικά με το ζήτημα της ψυχικής υγείας και την ηλικιακή ομάδα στην οποία στόχευε (Dray et al., 2017).

Τέλος, για την ενίσχυση της θετικής ανάπτυξης στο σχολείο, ιδιαίτερα σημαντικός είναι ο ρόλος των εκπαιδευτικών. Οι στρατηγικές που προτείνεται να ακολουθούνται

αφορούν στη δημιουργία ενός ασφαλούς σχολικού περιβάλλοντος που θα χαρακτηρίζεται από σαφείς κανόνες και ρόλους, στη δημιουργία θετικών σχέσεων με τους μαθητές, στην ενίσχυση των δεξιοτήτων ρύθμισης του συναισθήματος και στη μαθησιακή τους υποστήριξη και κινητοποίηση μέσα από τον έπαινο (Gardner & Stephens-Pisecco, 2019). Οι εκπαιδευτικοί μέσα από τον ρόλο τους δεν διδάσκουν μόνο αλλά συνιστούν και πρότυπα στάσεων και συμπεριφορών (Nolan et al., 2014).

Η σχέση ανάμεσα στη φιλία, τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα

Οι άνθρωποι χαρακτηρίζονται από μια θεμελιώδη ανάγκη ανάπτυξης και διατήρησης ισχυρών διαπροσωπικών σχέσεων. Όταν η ανάγκη αυτή δεν ικανοποιείται φαίνεται πως ανακύπτει το βίωμα της μοναξιάς ένα από τα χαρακτηριστικά της οποίας είναι η ανεπαρκής ποιότητα και ποσότητα των κοινωνικών σχέσεων (Luhmann & Hawkley, 2016. Weeks & Asher, 2012).

Ειδικότερα, κατά τη διάρκεια της εφηβείας, οι σχέσεις με τους συνομηλίκους παίζουν ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο καθώς οι έφηβοι ξοδεύουν ολοένα και περισσότερο χρόνο μαζί με τους συνομηλίκους τους και αυξάνουν οι προσδοκίες που έχουν από τις σχέσεις μαζί τους. Στο πλαίσιο αυτό, αναδύεται μια περισσότερο πολύπλοκη μορφή φιλικών σχέσεων σε σύγκριση με την παιδική ηλικία (Brown & Larson, 2009).

Ταυτόχρονα, κατά την ίδια αναπτυξιακή περίοδο παρατηρούνται υψηλά ποσοστά μοναξιάς αποτελώντας έτσι μια περίοδο αυξημένου κινδύνου ανάδυσης επίμονων συναισθημάτων μοναξιάς (Heinrich & Gullone, 2006. Qualter et al., 2015). Το γεγονός αυτό φαίνεται να εξηγείται τόσο μέσα από βιολογικούς παράγοντες (Wong et al., 2018) όσο και μέσα από ψυχοκοινωνικούς που σχετίζονται με την επίτευξη της αυτονομίας και ανάπτυξη της ταυτότητας ζητήματα που με τη σειρά τους συνδέονται με τις κοινωνικές σχέσεις, την

αποδοχή από την ομάδα συνομηλίκων και την ανάπτυξη και διατήρηση φιλικών σχέσεων (Heinrich & Gullone, 2006).

Σύμφωνα, με τα αποτελέσματα πρόσφατων μελετών με εφήβους, η εμπειρία της μοναξιάς φαίνεται να σχετίζεται σημαντικά με την ποιότητα, την ποσότητα των φιλικών σχέσεων αλλά και με τις προσδοκίες που έχουν οι έφηβοι από τις φίλιες τους (Lodder et al., 2017. MacEvoy et al., 2016).

Πιο συγκεκριμένα, τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς συνδέονταν με χαμηλότερη αντιληπτή ποιότητα φιλίας αλλά και με λιγότερες αμοιβαίες φιλικές σχέσεις. Ωστόσο, τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς των εφήβων δεν σχετίζονταν με χαμηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας όπως αυτά αναφέρονταν από τους καλύτερους τους φίλους. Το γεγονός αυτό υποδεικνύει ότι η μοναξιά μπορεί να σχετίζεται περισσότερο με την υποκειμενική αντίληψη της ποιότητας της φιλίας παρά με την αντικειμενική ποιότητα της φιλικής σχέσης (Lodder et al., 2017). Από την άλλη πλευρά, η ύπαρξη υψηλότερων προσδοκιών από τις φιλικές σχέσεις κατά την παιδική ηλικία σχετίζεται θετικά τόσο με την ύπαρξη περισσότερων φίλων όσο και με την ύπαρξη μεγαλύτερης ικανοποίησης από τις σχέσεις αυτές αλλά αρνητικά με τα επίπεδα μοναξιάς (MacEvoy et al., 2016).

Η έννοια της φιλίας και της μοναξιάς δεν συνδέονται μόνο μεταξύ τους αλλά και με την έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας. Η ανθεκτικότητα μπορεί να προκύψει τόσο μέσα από εσωτερικές πηγές όσο και μέσα από εξωτερικές πηγές ανθεκτικότητας. Οι εξωτερικές πηγές αφορούν σε κοινωνικούς παράγοντες που ενισχύουν την ψυχική ανθεκτικότητα κατά τη διάρκεια της ζωής ενός ατόμου και μέσα σε αυτούς συμπεριλαμβάνονται οι διαπροσωπικές σχέσεις και η κοινωνική υποστήριξη (Liu et al., 2017). Οι φιλικές σχέσεις με τη σειρά τους ως μια μορφή των διαπροσωπικών σχέσεων, συνιστούν μια σημαντική πηγή

υποστήριξης στη ζωή του ανθρώπου και φαίνεται ότι είναι εξέχουσας σημασίας για την ψυχική υγεία και ευεξία των ατόμων (Cleary et al., 2018. Knickmeyer et al., 2002).

Οι φίλιες αποτελούν μια ιδιαίτερα σημαντική πηγή υποστήριξης και κατά τη διάρκεια της εφηβείας λειτουργώντας μάλιστα ως προστατευτικός παράγοντας (Graber et al., 2016). Έτσι, φαίνεται ότι τα παιδιά με υψηλότερες προσδοκίες από τις φίλιες τους παρουσίαζαν και καλύτερη κοινωνικο-συναισθηματική λειτουργικότητα όπως και οι έφηβοι με περισσότερους φίλους (Kim, 2015. MacEnoy et al., 2016). Επιπλέον, σύμφωνα με ερευνητικά αποτελέσματα η αντιληπτή ποιότητα της φιλίας σχετίζεται θετικά με την ψυχική ανθεκτικότητα κατά την εφηβεία κυρίως μέσω της οικοδόμησης αποτελεσματικών στρατηγικών αντιμετώπισης του στρες που χαρακτηρίζονται από ενεργητικές στρατηγικές και από συμπεριφορές αναζήτησης υποστήριξης (Graber et al., 2016).

Αναφορικά με τη σχέση ανάμεσα στην ψυχική ανθεκτικότητα και τη μοναξιά φαίνεται ότι τα άτομα που αναφέρουν υψηλά επίπεδα μοναξιάς μπορεί να χαρακτηρίζονται από μια έλλειψη σε ενδοατομικούς και εξωτερικούς προστατευτικούς παράγοντες οι οποίοι τείνουν να αυξάνουν την ανθεκτικότητα των ατόμων. Ως αποτέλεσμα αυτού, η μοναξιά σχετίζεται αρνητικά με την ψυχική ανθεκτικότητα και μάλιστα αποτελεί σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα της ψυχικής ανθεκτικότητας των ατόμων (Yakici & Tras, 2018).

Παράλληλα, η φιλία, η μοναξιά και η ψυχική ανθεκτικότητα σχετίζονται σημαντικά μεταξύ τους. Τόσο η ψυχική ανθεκτικότητα όσο και οι σχέσεις με τους συνομηλίκους αποτελούν προστατευτικούς και προβλεπτικούς παράγοντες απέναντι στη μοναξιά κατά την παιδική ηλικία και μπορούν να μειώσουν τα επίπεδα της μοναξιάς (Ai & Hu, 2014. Chai et al., 2019). Επιπλέον, σύμφωνα με τα αποτελέσματα μελέτης με παιδιά και εφήβους στην Κίνα η ψυχική ανθεκτικότητα διαμεσολαβεί τη σχέση ανάμεσα στην παρουσία πηγών

κοινωνικής υποστήριξης (όπως γονείς, φίλοι και σημαντικοί άλλοι) στη ζωή των παιδιών και στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν (Ai & Hu, 2014).

Πιο συγκεκριμένα, όταν υπήρχαν υψηλά επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας, η επίδραση της κοινωνικής υποστήριξης στη μοναξιά σταδιακά μειωνόταν. Το εύρημα αυτό έχει σημαντικές προεκτάσεις καθώς δείχνει ότι με την αύξηση της ψυχικής ανθεκτικότητας μπορεί να μειωθεί η επίδραση της μειωμένης κοινωνικής υποστήριξης στη ζωή των παιδιών και των εφήβων (Ai & Hu, 2014). Ωστόσο, δεν έχουν μελετηθεί επαρκώς τόσο η σχέση μεταξύ της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας όσο και η σχέση μεταξύ της φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας σε εφηβικό πληθυσμό και ιδιαίτερα στο γενικό εφηβικό πληθυσμό. Η παρούσα ερευνητική μελέτη στοχεύει να διερευνήσει αυτές τις έννοιες στο γενικό πληθυσμό μαθητών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

Ερευνητικοί στόχοι και υποθέσεις

Σκοπός της παρούσας ερευνητικής μελέτης είναι η διερεύνηση ψυχοκοινωνικών μεταβλητών που αφορούν στη φιλία, τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα σε μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Επιπρόσθετα, στοχεύει στη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ αυτών των μεταβλητών καθώς επίσης στην ανάδειξη παραγόντων που προβλέπουν τη φιλία κατά την εφηβεία επιχειρώντας να συνθέσει προηγούμενα εμπειρικά δεδομένα. Με βάση τη βιβλιογραφική ανασκόπηση τίθενται τα εξής ερωτήματα και υποθέσεις στην παρούσα έρευνα:

Αρχικά, θα διερευνηθούν τα επίπεδα ποιότητας φιλίας, μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας στο παρόν δείγμα.

Ακολούθως, θα διερευνηθεί η σχέση μεταξύ της φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας ως προς τους δημογραφικούς παράγοντες του φύλου, της σχολικής επίδοσης

και της τάξης φοίτησης των μαθητών καθώς επίσης της οικογενειακής κατάστασης, του μορφωτικού επιπέδου και της χώρας γέννησης των γονέων.

Όσον αφορά στις ερευνητικές υποθέσεις, σύμφωνα με την πρώτη υπόθεση της έρευνας αναμένεται ότι η φιλία θα συσχετιστεί αρνητικά με τη μοναξιά. Σύμφωνα με τη δεύτερη υπόθεση, η φιλία θα συσχετιστεί θετικά με την ψυχική ανθεκτικότητα. Η τρίτη υπόθεση της έρευνας αφορά στην ύπαρξη αρνητικής συσχέτισης ανάμεσα στη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα των εφήβων.

Τέλος, θα διερευνηθούν οι προβλεπτικοί παράγοντες της φιλίας κατά την εφηβεία. Συγκεκριμένα, θα μελετηθούν οι εξής παράγοντες: η ψυχική ανθεκτικότητα, η μοναξιά, το φύλο και η οικογενειακή κατάσταση των εφήβων αναμένοντας η ψυχική ανθεκτικότητα να προβλέπει θετικά την ποιότητα φιλίας ενώ η μοναξιά και το αρσενικό φύλο αναμένεται να προβλέπουν αρνητικά την ποιότητα φιλίας.

Μέθοδος

Μέσα συλλογής δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων ήταν μέρος ενός ευρύτερου ερευνητικού προγράμματος του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας του ΕΚΠΑ. Η συλλογή των δεδομένων που αφορούσαν στην παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε μέσα από την χορήγηση τριών ερωτηματολογίων που αφορούσαν στις βασικές μεταβλητές της έρευνας: φιλία, μοναξιά και ψυχική ανθεκτικότητα.

A) McGill Κλίμακα Αξιολόγησης Φιλίας (Friendship Quality Scale-FQUA). Για την μέτρηση της ποιότητας της φιλίας με βάση τα θετικά χαρακτηριστικά της, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Friendship Quality (Mendelson & Aboud, 2014) και προσαρμόστηκε στα ελληνικά από το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ, (2018). Η κλίμακα αυτή αποτελείται από 21 προτάσεις αυτοαναφορών που εξετάζουν τα θετικά γνωρίσματα της φιλίας με βάση τέσσερις παράγοντες: την Εγγύτητα, την Ασφάλεια, την Αποδοχή και τη Βοήθεια. Χρησιμοποιήθηκε κλίμακα Likert τεσσάρων σημείων όπου οι μαθητές/τριες καλούνται να κυκλώσουν τον αριθμό που αντικατοπτρίζει την άποψη τους (1=διαφωνώ απόλυτα, 2=διαφωνώ, 3=συμφωνώ, 4=συμφωνώ απόλυτα). Η κλίμακα βασίστηκε κυρίως στις διαστάσεις που πρότειναν οι Bukowski & Hoza (1989), οι οποίοι θεωρούσαν σημαντικές διαστάσεις την Ασφάλεια, την Εγγύτητα και τη Βοήθεια αλλά και στη διάσταση που είχαν προτείνει οι Parker & Asher (1993), την Αποδοχή.

Ο παράγοντας Εγγύτητα (Closeness) αποτελείται από έξι προτάσεις και έχει δείκτη αξιοπιστίας $\alpha=0,66$. Ο παράγοντας αξιολογεί σε ποιο βαθμό ένας μαθητής συνδέεται με τον φίλο του. Παραδείγματα προτάσεων αποτελούν: «Μοιραζόμαστε με τους/τις φίλους/ες μου τις εμπειρίες μας», «Κουβεντιάζω πάντα με τους/τις φίλους/ες μου ακόμη κι αν είμαστε από διαφορετικές τάξεις» και «Μπορώ να καταλάβω τη διάθεση των φίλων μου».

Ο παράγοντας Ασφάλεια (Safety) αποτελείται από οκτώ προτάσεις με δείκτη εσωτερικής συνέπειας $\alpha=0,73$. Αυτός ο παράγοντας μετρά τον βαθμό της εμπιστοσύνης ενός μαθητή προς τον /τους φίλους του /της. Παραδείγματα προτάσεων είναι: «Πιστεύω ό,τι μου λένε οι φίλοι μου», «Οι φίλοι μου πάντα τηρούν τις υποσχέσεις τους», «Είμαι σίγουρος ότι οι φίλοι/ες μου δεν θα πουν το μυστικό μου» και «Πάντα ακούω τις συμβουλές των φίλων μου».

Ο παράγοντας Αποδοχή (Acceptance) αποτελείται από τέσσερις προτάσεις ($\alpha=0,58$) και αξιολογεί τον βαθμό στον οποίο ένας μαθητής είναι αποδεκτός από τον ή τους σχολικούς φίλους του είτε κοινωνικά είτε συναισθηματικά. Συγκεκριμένα, οι προτάσεις αυτές είναι «Οι φίλοι μου με συγχωρούν εύκολα», «Οι φίλοι μου και εγώ ξεπερνάμε αμέσως τις διαφορές στις απόψεις μας», «Οι φίλοι μου, μου συμπεριφέρονται καλά» και «Οι σχέσεις μου με τους/τις φίλες μου είναι αδερφικές».

Τέλος, ο παράγοντας Βοήθεια (Help) αποτελείται από τις εξής τρεις προτάσεις ($\alpha=0,68$): «Οι φίλοι/ες μου διορθώνουν τα λάθη στις εργασίες μου», «Οι φίλοι/ες μου με βοηθάνε πάντα όταν δυσκολεύομαι να ολοκληρώσω τις εργασίες μου» και «Οι φίλοι/ες μου με βοηθάνε να λύνω προβλήματα». Δηλαδή, ο παράγοντας αυτός αξιολογεί το βαθμό στον οποίο ένας μαθητής θα προσφέρει την αμοιβαία βοήθειά του σε φίλους που έχουν σχολικά προβλήματα.

Οι δείκτες αξιοπιστίας των ερωτηματολογίων έχουν υπολογιστεί στο πλαίσιο του ευρύτερου ερευνητικού προγράμματος. Ο γενικός δείκτης αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου Cronbach α είναι ίσος με 0,84 και θεωρείται πολύ ικανοποιητικός.

B) Κλίμακα Μοναξιάς UCLA (UCLA Loneliness Scale): Για τη διερεύνηση των επιπέδων της μοναξιάς των εφήβων στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα UCLA Loneliness Scale (Version3) (Russell, 1996) η οποία μεταφράστηκε και

προσαρμόστηκε από το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ, (2018). Πρόκειται για ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς που περιλαμβάνει 20 στοιχεία. Κάθε πρόταση είναι είτε θετικά είτε αρνητικά διατυπωμένη και αφορά στη συχνότητα κατά την οποία βιώνει κανείς αυτά που περιγράφονται. Οι συμμετέχοντες δηλώνουν πόσο συχνά βιώνουν κάποια συναισθήματα ή καταστάσεις. Χρησιμοποιήθηκε κλίμακα Likert (1=Ποτέ, 2=Σπάνια, 3=Μερικές φορές, 4=Συχνά). Η αρχική κατασκευή της κλίμακας έγινε από τους Russel και συν., (1978). Έκτοτε αναθεωρήθηκε δύο φορές. Η δεύτερη αναθεώρηση έγινε από τους Russel και συν., (1980). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από έναν παράγοντα (Russell, 1996).

Όσον αφορά στην εγκυρότητα του εργαλείου, η συγκλίνουσα εγκυρότητα έχει ελεγχθεί μέσω της συσχέτισης του εργαλείου με άλλες κλίμακες μέτρησης της μοναξιάς (NYU Loneliness Scale, Differential Loneliness Scale) και η εγκυρότητα εννοιολογικής δομής μέσω συσχετίσεων με μετρήσεις που αφορούσαν σε χαρακτηριστικά προσωπικότητας και δείκτες κοινωνικής υποστήριξης. Ο γενικός δείκτης αξιοπιστίας Cronbach α κυμαίνεται από 0.89 έως 0.94 και κρίνεται ως πολύ ικανοποιητικός (Russel, 1996). Στην παρούσα έρευνα ο γενικός δείκτης αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου Cronbach α είναι ίσος με 0,78 και θεωρείται ικανοποιητικός.

Ορισμένες προτάσεις που περιλαμβάνει η κλίμακα αυτή είναι: “Μου λείπουν οι παρέες”, “Είμαι ένα εξωστρεφές άτομο”, “Μπορώ να βρω παρέα όταν το θελήσω”, “Υπάρχουν άνθρωποι γύρω μου άλλα όχι κοντά μου”.

Γ) Κλίμακα Ψυχικής Ανθεκτικότητας των Neil και Dias (2001). Για την εκτίμηση των επιπέδων της ψυχικής ανθεκτικότητας των εφήβων χορηγήθηκε η Κλίμακα Ψυχικής Ανθεκτικότητας των Neil και Dias (2001) όπως μεταφράστηκε και προσαρμόστηκε στα ελληνικά από τη Λεοντοπούλου για μαθητές ηλικίας 9-17 ετών (2010). Η κλίμακα

αποτελείται από 15 προτάσεις αυτοαναφοράς θετικά διατυπωμένες και οι συμμετέχοντες καλούνταν να απαντήσουν σε τι βαθμό συμφωνούν ή διαφωνούν με αυτές σε μια κλίμακα Likert 7 σημείων (1 = Διαφωνώ απόλυτα-7 = Συμφωνώ απόλυτα). Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελεί μια συντομευμένη μορφή της Κλίμακας Ανθεκτικότητας των Wagnild και Young (1993) που αποτελείται από 25 προτάσεις. Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από έναν παράγοντα (Neil & Dias, 2001). Η συγχρονική εγκυρότητα της κλίμακας ελέγχθηκε μέσα από συσχετίσεις ανάμεσα στις μετρήσεις αυτής της κλίμακας με μετρήσεις που αφορούσαν στην ικανοποίηση από τη ζωή, την κατάθλιψη, τη διάθεση (Wagnild & Young, 1993). Σύμφωνα με έρευνα της Λεοντοπούλου (2010) η κλίμακα έχει δείκτη εσωτερικής συνέπειας Cronbach α ίσο με 0,73. Επίσης, η ίδια παραπέμπει στην έρευνα των Neil και Dias (2001) οι οποίοι αναφέρουν πως η εν λόγω κλίμακα έχει υψηλό δείκτη Cronbach α ίσο με 0,91. Στην παρούσα έρευνα ο γενικός δείκτης αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου Cronbach α είναι ίσος με 0,87 και θεωρείται ικανοποιητικός.

Ενδεικτικά, ορισμένες προτάσεις της κλίμακας είναι: “Όταν κάνω σχέδια φροντίζω να τα φέρνω σε πέρας”, “Αισθάνομαι ότι μπορώ να αντιμετωπίσω πολλά πράγματα μαζί”, “Η ζωή μου έχει νόημα”, “Ενδιαφέρομαι για διάφορα πράγματα”.

Δημογραφικά στοιχεία. Για τα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων δημιουργήθηκε ένα αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο. Σε αυτό ζητήθηκε από τους μαθητές/τριες να καταγράψουν την ημερομηνία γέννησης τους, το φύλο, την τάξη φοίτησης, τον γενικό τους βαθμό, τον βαθμό στη γλώσσα και στα μαθηματικά στο σχολείο, το μορφωτικό επίπεδο (δημοτικό, γυμνάσιο, λύκειο, ΑΕΙ) και την εργασιακή κατάσταση των γονέων τους, την οικογενειακή τους κατάσταση (παντρεμένοι, χωρισμένοι-διαζευγμένοι, δεύτερος γάμος, θάνατος γονέα) και πληροφορίες σχετικές με την χώρα γέννησης για όσους δεν είχαν γεννηθεί στην Ελλάδα.

Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε σε δημόσια Γυμνάσια της ευρύτερης περιοχής της Αττικής. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν μαθητές Α΄, Β΄ και Γ΄ Γυμνασίου. Για τη συμμετοχή των σχολείων στην έρευνα είχε εξασφαλιστεί η σχετική άδεια από το Υπουργείο Παιδείας.

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια των σχολικών μαθημάτων και διήρκησε 2 διδακτικές ώρες. Η χορήγηση ήταν ομαδική, σε επίπεδο τάξης και πραγματοποιήθηκε στις σχολικές αίθουσες εφόσον είχε εξασφαλιστεί η σχετική άδεια των γονέων για τη συμμετοχή των μαθητών στην έρευνα. Η συμμετοχή στην έρευνα ήταν εθελοντική και οι μαθητές ήταν ενήμεροι για τον σκοπό της έρευνας αλλά και για την διασφάλιση της ανωνυμίας τους ενώ τους δόθηκαν σαφείς οδηγίες για την ορθή συμπλήρωση των ερωτηματολογίων.

Συμμετέχοντες

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 686 μαθητές Α΄, Β΄ και Γ΄ Γυμνασίου από εννιά δημόσια σχολεία στην ευρύτερη περιοχή της Αττικής. Η επιλογή του δείγματος βασίστηκε σε δειγματοληψία κατά συστάδες για την εξασφάλιση της αντιπροσωπευτικότητάς του.

Αναφορικά με το φύλο των συμμετεχόντων 339 (49,4%) ήταν κορίτσια και 347 (50,6%) ήταν αγόρια. Το ηλικιακό εύρος κυμαίνεται από 12 έως 16 έτη και η μέση ηλικία των μαθητών ήταν τα 13,8 έτη ($T.A. = 0,9$). Η κατανομή του δείγματος ως προς την τάξη φοίτησης και το φύλο παρουσιάζεται στον Πίνακα 1.

Πίνακας 1

Κατανομή Συχνοτήτων (απόλυτων και σχετικών) του Δείγματος ως προς το Φύλο και την Τάξη Φοίτησης

Φύλο	Τάξη φοίτησης							
	Α΄ Γυμνασίου		Β΄ Γυμνασίου		Γ΄ Γυμνασίου		Σύνολο	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Αγόρια	137	39,5	106	30,5	104	30	347	100
Κορίτσια	128	37,8	118	34,8	93	27,4	339	100
Σύνολο	265	38,6	224	32,7	197	28,7	686	100

Σχετικά με τη χώρα γέννησης του πατέρα των συμμετεχόντων από τους 686 οι 134 (32,4%) είχαν γεννηθεί σε διαφορετική χώρα από την Ελλάδα. Σχετικά με τη χώρα γέννησης της μητέρας από το σύνολο των συμμετεχόντων οι 157 (36,4%) ανέφεραν ότι είχαν γεννηθεί σε άλλη χώρα.

Αναφορικά με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων, ως προς την εκπαίδευση της μητέρας η πλειονότητα των συμμετεχόντων (56%) ανέφεραν πως η μητέρα τους έχει ολοκληρώσει πανεπιστημιακές σπουδές. Όσον αφορά στην εκπαίδευση του πατέρα οι 361 (53%) έχουν ολοκληρώσει πανεπιστημιακές σπουδές (βλ. Πίνακα 2).

Πίνακας 2

Κατανομή Συχνοτήτων (απόλυτων και σχετικών) ως προς το Μορφωτικό Επίπεδο των Γονέων

Μορφωτικό επίπεδο γονέων				
Επίπεδο εκπαίδευσης	Πατέρας		Μητέρα	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Δημοτικό	40	5,8	41	6
Γυμνάσιο	118	17,2	87	12,7
Λύκειο	167	24,3	171	24,9
ΑΕΙ	361	52,6	387	56,4
Σύνολο	686	100	686	100

Σχετικά με την επαγγελματική κατάσταση των γονέων, από το σύνολο του δείγματος 52 (7,6%) συμμετέχοντες απάντησαν ότι ο πατέρας τους είναι άνεργος και 150 (21,9%) ότι η μητέρα τους είναι άνεργη.

Ως προς την οικογενειακή κατάσταση, οι γονείς των 530 (77,3%) συμμετεχόντων ήταν παντρεμένοι, οι 117 (17,1%) χωρισμένοι, οι 20 (2,9%) βρίσκονταν σε δεύτερο γάμο και οι 19 ανέφεραν την ύπαρξη θανάτου του γονέα. Από τους συμμετέχοντες οι 585 (85,3%) είχαν αδέρφια ενώ οι 101 (14,7%) όχι.

Όσον αφορά στη σχολική επίδοση των συμμετεχόντων όπως αυτή ομαδοποιήθηκε μέσα από τεταρτημόρια το 29,6 % είχε γενικό βαθμό μεταξύ 8-14, το 19,7% μεταξύ 15-16 και το 50,7% μεταξύ 17-20. Στο μάθημα της Γλώσσας το 35,7% μεταξύ 8-14, το 28,4%

μεταξύ 15-16 και το 36% 17-20. Στα Μαθηματικά το 25,6% μεταξύ 8-13, το 25,3% 14-16 και το 49,2% μεταξύ 17-20.

Αποτελέσματα

Για τον έλεγχο των ερευνητικών υποθέσεων της παρούσας μελέτης χρησιμοποιήθηκε το λογισμικό πακέτο SPSS 25.

Αρχικά, έγινε έλεγχος της κανονικότητας της κατανομής των μεταβλητών με τη χρήση του κριτηρίου Kolmogorov-Smirnov. Από το αποτέλεσμα φάνηκε ότι καμία μεταβλητή (συνολικό σκορ παραγόντων ποιότητας φιλίας, μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας) δεν ακολουθεί την κανονική κατανομή ($p < 0,001$). Για το λόγο αυτό, ο στατιστικός έλεγχος έγινε με τη χρήση μη παραμετρικών κριτηρίων. Για τη διενέργεια των συγκρίσεων μεταξύ των αριθμητικών μεταβλητών με τις δημογραφικές χρησιμοποιήθηκαν τα κριτήρια Mann-Whitney για δύο ανεξάρτητα δείγματα και Kruskal-Wallis. Για τον έλεγχο της σχέσης ανάμεσα στις μεταβλητές της ποιότητας της φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας επιλέχθηκε ο δείκτης συνάφειας του Spearman rho.

Περιγραφικοί δείκτες.

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζονται οι διάμεσοι, τα εύρη και οι δείκτες αξιοπιστίας των μεταβλητών που μελετώνται στην παρούσα έρευνα ως προς το σύνολο των συμμετεχόντων (βλ. Πίνακα 3).

Πίνακας 3

Διάμεσοι, Εύρη και Δείκτες Εσωτερικής Συνέπειας για τους Δείκτες της Ποιότητας Φιλίας (Ασφάλεια, Εγγύτητα, Αποδοχή, Βοήθεια), της Μοναξιάς και της Ψυχικής Ανθεκτικότητας

Ερευνητικές μεταβλητές	Διάμεσος	Εύρος	Cronbach's α
Ασφάλεια	2,9	3	0,73
Εγγύτητα	3,5	2,5	0,66
Αποδοχή	3	3	0,58
Βοήθεια	2,7	3	0,68
Μοναξιά	1,8	2,8	0,78
Ψυχική ανθεκτικότητα	5,6	5,7	0,87

Έλεγχος ερευνητικών ερωτημάτων και υποθέσεων

Για τη διερεύνηση των επιπέδων ποιότητας φιλίας, μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας των συμμετεχόντων υπολογίστηκε η διάμεσος των μεταβλητών. Από τα αποτελέσματα παρατηρείται ότι η υψηλότερη διάμεσος παρατηρείται στην ψυχική ανθεκτικότητα και η χαμηλότερη στη μοναξιά (βλ. Πίνακα 3).

Συγκρίσεις μεταξύ ερευνητικών και δημογραφικών μεταβλητών. Για τον έλεγχο ύπαρξης συστηματικών διαφορών ανάλογα με το φύλο, την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων, το μορφωτικό επίπεδο των γονέων, τη σχολική επίδοση, την τάξη φοίτησης και τη χώρα γέννησης των μαθητών ως προς τις διαστάσεις της ποιότητας της φιλίας, τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα διενεργήθηκαν μη παραμετρικός έλεγχος Mann-Whitney και Kruskal Wallis.

Φύλο. Διενεργήθηκε έλεγχος Mann Whitney προκειμένου να ελεγχθεί αν υπάρχουν διαφορές ως προς το φύλο αναφορικά με τις βασικές ερευνητικές μεταβλητές. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα παρατηρούνται συστηματικές διαφορές φύλου ως προς ορισμένες ερευνητικές μεταβλητές. Τα κορίτσια ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα Ασφάλειας, Εγγύτητας και Βοήθειας στις φιλίες τους σε σύγκριση με τα αγόρια. Τα αγόρια φάνηκε να έχουν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας συγκριτικά με τα κορίτσια. Ως προς τη διάσταση της Αποδοχής στην ποιότητα φιλίας και τη μοναξιά δεν παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές φύλου (βλ. Πίνακα 4).

Πίνακας 4

Μέση Κατάταξη, Τιμές Κριτηρίου Mann Whitney για τον Έλεγχο των Διαφορών ως προς το Φύλο των Εφήβων αναφορικά με τους Δείκτες Ασφάλεια, Εγγύτητα, Αποδοχή, Βοήθεια, Ψυχική Ανθεκτικότητα και Μοναξιά

	Κορίτσια (n=339)	Αγόρια (n=347)	U	p
	M.K.	M.K.		
Ασφάλεια	376,4	309,4,	47007,5	< 0,001
Εγγύτητα	369,9	316,09	49183,5	< 0,001
Αποδοχή	--	--	--	--
Βοήθεια	387	298,3	43720,5	< 0,001
Ψυχική ανθεκτικότητα	326,3	361,2	52826,	0,021
Μοναξιά	--	--	--	--

Σημείωση. M.K.= Μέση κατάταξη

Σχολική επίδοση. Για τον έλεγχο ύπαρξης διαφορών ανάλογα με τη σχολική επίδοση των συμμετεχόντων ως προς τις ερευνητικές μεταβλητές διενεργήθηκε ο έλεγχος Kruskal Wallis. Προέκυψαν συστηματικές διαφορές ως προς τα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας και

μοναξιάς. Οι έφηβοι που ανέφεραν την υψηλότερη επίδοση φάνηκε να έχουν και υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας (M.K. = 314,49) σε σύγκριση με αυτούς που είχαν τη χαμηλότερη σχολική επίδοση (M.K. = 274,36), $H = 6,360$, $p = 0,042$. Επίσης, οι έφηβοι με τη χαμηλότερη σχολική επίδοση ανέφεραν και υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (M.K. = 344,11) σε σύγκριση με αυτούς που είχαν την υψηλότερη επίδοση (M.K. = 266,9), $H = 22,958$, $p < 0,001$. Ως προς τους παράγοντες της ποιότητας των φιλικών σχέσεων δεν προέκυψαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές.

Μορφωτικό επίπεδο γονέων. Διενεργήθηκε έλεγχος Kruskal Wallis για τον έλεγχο ύπαρξης συστηματικών διαφορών ανάλογα με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων ως προς την ποιότητα φιλίας, την ψυχική ανθεκτικότητα και μοναξιά των συμμετεχόντων. Προέκυψαν συστηματικές διαφορές ως προς τα επίπεδα μοναξιάς, με τους μαθητές, ο πατέρας των οποίων είχε τελειώσει το Δημοτικό να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (M.K. = 432,15) σε σύγκριση με αυτούς των οποίων ο πατέρας είχε ολοκληρώσει το Λύκειο (M.K. = 315, 46), $H = 18,199$, $p < 0,001$. Οι μαθητές των οποίων η μητέρα είχε ολοκληρώσει το Γυμνάσιο ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (M.K. = 428,44) σε σύγκριση με τους μαθητές η μητέρα των οποίων είχε ολοκληρώσει πανεπιστημιακές σπουδές (M.K. = 324,04), $H = 22,954$, $p < 0,001$.

Χώρα γέννησης γονέων. Για την εκτίμηση ύπαρξης διαφορών ανάλογα με τη χώρα γέννησης των γονέων χρησιμοποιήθηκαν τρεις διαστάσεις: α) και οι δύο γονείς γεννήθηκαν στην Ελλάδα, β) και οι δύο γονείς γεννήθηκαν σε άλλη χώρα, γ) ο ένας γονιός γεννήθηκε στην Ελλάδα. Διενεργήθηκε έλεγχος Kruskal Wallis από τον οποίο προέκυψαν συστηματικές διαφορές στα επίπεδα μοναξιάς που βίωναν οι έφηβοι ανάλογα με τη χώρα γέννησης των γονέων. Οι έφηβοι οι γονείς των οποίων είχαν γεννηθεί σε άλλη χώρα βίωναν τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Ως προς τους δείκτες της ποιότητας φιλίας και της ψυχικής ανθεκτικότητας δεν παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές.

Πίνακας 5

Μέση Κατάταξη, Τιμές Κριτηρίου Kruskal Wallis για τον Έλεγχο των Διαφορών ανάλογα με τη Χώρα Γέννησης των Γονέων ως προς τους Δείκτες Ασφάλεια, Εγγύτητα, Αποδοχή, Βοήθεια, Ψυχική Ανθεκτικότητα και Μοναξιά

	Και οι δύο γονείς γεννήθηκαν στην Ελλάδα (n=501)	Και οι δύο γονείς γεννήθηκαν σε άλλη χώρα (n=107)	Ο ένας γονιός γεννήθηκε στην Ελλάδα (n=78)		
	M.K.	M.K.	M.K.	<i>H</i>	<i>p</i>
Ασφάλεια	--	--	--	--	--
Εγγύτητα	--	--	--	--	--
Αποδοχή	--	--	--	--	--
Βοήθεια	--	--	--	--	--
Ψυχική ανθεκτικότητα	--	--	--	--	--
Μοναξιά	337,51	392,90	314,18	8,815	0,012

Σημείωση. M.K. = Μέση Κατάταξη

Τάξη φοίτησης. Ως προς την τάξη φοίτησης των μαθητών δεν παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές για καμία από τις ερευνητικές μεταβλητές

Οικογενειακή κατάσταση. Αναφορικά με την ύπαρξη συστηματικών διαφορών ανάλογα με την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων ως προς τις βασικές ερευνητικές μεταβλητές δεν παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές.

Συσχετίσεις μεταξύ των διαστάσεων φιλίας, μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας. Για τον έλεγχο της συσχέτισης ανάμεσα στους παράγοντες που συνθέτουν την ποιότητα της φιλίας και τη μοναξιά επιλέχθηκε ο δείκτης συνάφειας του Spearman. Ειδικότερα,

παρατηρείται χαμηλή αρνητική συσχέτιση ανάμεσα στην Ασφάλεια και τη μοναξιά, στην Εγγύτητα και τη μοναξιά, στην Αποδοχή και τη μοναξιά καθώς επίσης στη Βοήθεια και τη μοναξιά (βλ. Πίνακα 6). Συνεπώς, όσο περισσότερο οι έφηβοι ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας τόσο χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς ανέφεραν.

Πίνακας 6

Δείκτες Συνάφειας Spearman's rho ως προς τη Μοναξιά και την Ασφάλεια, την Εγγύτητα, την Αποδοχή, τη Βοήθεια και την Ψυχική Ανθεκτικότητα

	1.	2.	3.	4.	5.
1. Μοναξιά	--				
2. Ασφάλεια	-0,296**	--			
3. Εγγύτητα	-0,223**	0,434**	--		
4. Αποδοχή	-0,297**	0,494**	0,449**	--	
5. Βοήθεια	-0,089*	0,369**	0,311**	0,383**	--
6. Ψυχική ανθεκτικότητα	-0,335**	0,233**	0,285**	0,306**	0,192**

Σημείωση: * $p < 0,05$. ** $p < 0,001$.

Όπως προέκυψε από τα αποτελέσματα η Ασφάλεια, η Εγγύτητα, η Αποδοχή και η Βοήθεια συσχετίστηκαν θετικά με την ψυχική ανθεκτικότητα. Συνεπώς, όσο οι έφηβοι ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας τόσο έτειναν να αναφέρουν και μεγαλύτερη ψυχική ανθεκτικότητα. Η μοναξιά και η ψυχική ανθεκτικότητα συσχετίστηκαν αρνητικά. Έτσι, οι έφηβοι που βίωναν μεγαλύτερη μοναξιά έτειναν να αναφέρουν και χαμηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας.

Στατιστική πρόβλεψη ποιότητας φιλίας. Για τη στατιστική πρόβλεψη της ποιότητας της φιλίας σχεδιάστηκαν τέσσερα μοντέλα ιεραρχικής πολλαπλής παλινδρόμησης

(μέθοδος *stepwise*) που αντιστοιχούν στους παράγοντες που συνθέτουν την ποιότητα της φιλίας, με ανεξάρτητες μεταβλητές την ψυχική ανθεκτικότητα, τη μοναξιά, το φύλο και την οικογενειακή κατάσταση. Κατά το πρώτο βήμα εισήχθη η ψυχική ανθεκτικότητα, κατά το δεύτερο η μοναξιά και κατά το τρίτο οι δημογραφικές μεταβλητές του φύλου και της οικογενειακής κατάστασης (βλ. Πίνακα 7).

Αναφορικά με την πρόβλεψη ύπαρξης του παράγοντα της Ασφάλειας στις φιλικές σχέσεις των εφήβων ο συντελεστής R^2 ισούται με 0,15. Δηλαδή, 15% της διακύμανσης της ύπαρξης Ασφάλειας στις φιλικές σχέσεις μπορεί να ερμηνευθεί από τις ανεξάρτητες μεταβλητές και στην πρόβλεψη της εξαρτημένης συνέβαλαν η μοναξιά ($\beta = -0,24, t = -6,4, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,10$), η ψυχική ανθεκτικότητα ($\beta = 0,19, t = 5,1, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,027$) και το φύλο ($\beta = -0,16, t = -4,6, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,026$).

Ως προς την πρόβλεψη του παράγοντα της Εγγύτητας ο συντελεστής R^2 ισούται με 0,14. Δηλαδή, 14% της διακύμανσης της παρουσίας του χαρακτηριστικού της Εγγύτητας στις φιλίες μπορεί να ερμηνευθεί από τις ανεξάρτητες μεταβλητές. Στην πρόβλεψη της εξαρτημένης συνέβαλαν η ψυχική ανθεκτικότητα ($\beta = 0,27, t = 7, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,095$), το φύλο ($\beta = -0,16, t = -4,4, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,028$) και η μοναξιά ($\beta = -0,14, t = -3,7, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,017$).

Ως προς την πρόβλεψη του παράγοντα της Αποδοχής ο συντελεστής R^2 είναι ίσος με 0,16 που σημαίνει ότι 16% της διακύμανσης της παρουσίας του παράγοντα της Αποδοχής στις φιλικές σχέσεις εξηγείται μέσα από τις ανεξάρτητες μεταβλητές. Στην πρόβλεψη της εξαρτημένης συνέβαλαν η μοναξιά ($\beta = -0,25, t = -6,8, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,11$), η ψυχική ανθεκτικότητα ($\beta = 0,23, t = 6,8, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,043$) και το φύλο ($\beta = -0,07, t = -1,9, p = 0,05, \Delta R^2 = 0,005$).

Αναφορικά με την πρόβλεψη του παράγοντα της Βοήθειας ο συντελεστής R^2 είναι ίσος με 0,093, δηλαδή, το 9,3% της διακύμανσης της παρουσίας του χαρακτηριστικού της Βοήθειας εξηγείται από τις ανεξάρτητες μεταβλητές. Στην πρόβλεψη της εξαρτημένης συνέβαλαν το φύλο ($\beta = -0,23, t = -6,5, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,05$) και η ψυχική ανθεκτικότητα ($\beta = 0,21, t = 5,8, p < 0,001, \Delta R^2 = 0,046$).

Πίνακας 7

Στατιστική Πρόβλεψη των Παραγόντων της Ποιότητας Φιλίας (Ασφάλεια, Εγγύτητα, Αποδοχή, Βοήθεια) από την Ψυχική Ανθεκτικότητα, τη Μοναξιά, το Φύλο και την Οικογενειακή Κατάσταση

Μεταβλητές πρόβλεψης	Ασφάλεια		Εγγύτητα		Αποδοχή		Βοήθεια	
	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β
<i>Βήμα 1</i>								
Ψυχική ανθεκτικότητα	0,027	0,19	0,095	0,27	0,043	0,23	0,046	0,21
<i>Βήμα 2</i>								
Μοναξιά	0,10	-0,24	0,017	-0,14	0,11	-0,25	--	--
<i>Βήμα 3</i>								
Φύλο (Αγόρι)	0,026	-0,16	0,028	-0,16	0,005	-0,07	0,05	-0,23
Οικογενειακή κατάσταση	--	--	--	--	--	--	--	--
	$R^2 = 0,15$		$R^2 = 0,14$		$R^2 = 0,16$		$R^2 = 0,093$	

Σημείωση. Φύλο (1=Αγόρι, 0=Κορίτσι).

Συζήτηση

Στόχος της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της σχέσης των διαστάσεων της ποιότητας φιλίας με τη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα των εφήβων. Επιμέρους στόχοι ήταν η ανάδειξη της προβλεπτικής αξίας της μοναξιάς, της ψυχικής ανθεκτικότητας και των δημογραφικών παραγόντων αναφορικά με την ποιότητα των φιλικών σχέσεων των εφήβων. Στο παρόν κεφάλαιο θα συζητηθούν τα αποτελέσματα της έρευνας σε αντιστοιχία με τις ερευνητικές υποθέσεις και τα ερευνητικά ερωτήματα.

Αναφορικά με τη διερεύνηση των επιπέδων ποιότητας φιλίας, ψυχικής ανθεκτικότητας και μοναξιάς των συμμετεχόντων φάνηκε ότι οι συμμετέχοντες ανέφεραν μέτρια προς υψηλά επίπεδα ποιότητας φιλίας, μέτρια επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας και χαμηλά επίπεδα μοναξιάς. Το εύρημα ως προς την ποιότητα φιλίας επιβεβαιώνεται και από άλλες έρευνες που δείχνουν ότι οι έφηβοι αναφέρουν ικανοποιητικά επίπεδα ποιότητας φιλίας (Rubin et al., 2004. Tipton et al., 2013). Όσον αφορά στα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας του δείγματος φαίνεται ότι το αποτέλεσμα βρίσκεται σε αντιστοιχία με άλλες μελέτες που δείχνουν ότι οι έφηβοι τείνουν να έχουν μέτρια προς υψηλά επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας (Sagone & De Caroli, 2015. Sakka et al, 2020. Stratta et al, 2013). Ως προς το εύρημα ύπαρξης χαμηλών επιπέδων μοναξιάς στους συμμετέχοντες αυτό δεν συνάδει με τη βιβλιογραφία που δείχνει ότι στην εφηβεία παρατηρούνται πιο αυξημένα επίπεδα μοναξιάς (Qualter et al., 2013, 2015. Maes et al., 2019). Τα χαμηλά επίπεδα μοναξιάς στο παρόν δείγμα πιθανώς να εξηγούνται από τα σχετικά υψηλά επίπεδα ποιότητας φιλίας καθώς οι έννοιες αυτές σχετίζονται μεταξύ τους αρνητικά αλλά και με πολιτισμικούς παράγοντες. Έρευνα μελέτησε τα επίπεδα μοναξιάς σε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες και ευρωπαϊκές χώρες και έδειξε ότι η χώρα στην οποία ζούσαν τα άτομα ασκούσε μεγαλύτερη επίδραση από την ηλικία στα αναφερόμενα επίπεδα μοναξιάς των ατόμων, με τις χώρες τις Νότιας Ευρώπης να συγκεντρώνουν τα χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Yang & Victor, 2011).

Σύμφωνα με την πρώτη ερευνητική υπόθεση αναμένεται ότι η φιλία θα συσχετίζεται αρνητικά με τη μοναξιά. Η υπόθεση αυτή επιβεβαιώθηκε από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας καθώς αναδείχθηκε μια αρνητική συσχέτιση μεταξύ της ποιότητας της φιλίας που ανέφεραν οι έφηβοι και των επιπέδων της μοναξιάς που βίωναν. Η αρνητική αυτή σχέση επιβεβαιώθηκε και μέσα από το προβλεπτικό μοντέλο, γεγονός που φανερώνει πως όχι μόνο σχετίζονται αρνητικά αυτές οι δύο έννοιες αλλά και πως η μοναξιά αποτελεί αρνητικό προβλεπτικό παράγοντα αναφορικά με τα επίπεδα ποιότητας φιλίας που βιώνουν οι έφηβοι. Τα ευρήματα αυτά επιβεβαιώνονται και από άλλες έρευνες που δείχνουν ότι υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς στην εφηβεία σχετίζονται με εμπειρίες χαμηλότερης ποιότητας φιλικών σχέσεων τόσο σε συγχρονικό όσο και σε διαχρονικό επίπεδο (Lodder et al., 2017. Schwartz-Mette et al., 2020. Spithoven et al, 2017. Woodhouse et al, 2012).

Η δεύτερη ερευνητική υπόθεση αφορούσε στην ύπαρξη θετικής συσχέτισης ανάμεσα στη φιλία και την ψυχική ανθεκτικότητα. Η υπόθεση αυτή επιβεβαιώθηκε, καθώς φάνηκε ότι υψηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας σχετίζονταν θετικά με υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας. Το εύρημα αυτό, αναδεικνύει τη σημασία ύπαρξης κοινωνικών υποστηρικτικών δικτύων στη ζωή των εφήβων. Οι σύγχρονες έρευνες επιβεβαιώνουν την άμεση και έμμεση σχέση μεταξύ αυτών των εννοιών δείχνοντας ότι η ύπαρξη υψηλότερων επιπέδων ποιότητας φιλίας σχετίζεται άμεσα και θετικά με την ψυχολογική ευεξία και ανθεκτικότητα λειτουργώντας ως προστατευτικός παράγοντας έναντι δυνητικών παραγόντων κινδύνου. Επίσης, υψηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας σχετίζονται με πιο αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες που χαρακτηρίζονται από ενεργητικές στρατηγικές αναζήτησης υποστήριξης εκ μέρους των εφήβων και που σχετίζονται με την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των ατόμων (Bagci et al, 2014. Graber et al., 2016. van Harmelen et al, 2016. Shepherd et al, 2010).

Σύμφωνα με την τρίτη ερευνητική υπόθεση που διατυπώθηκε, τα επίπεδα μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας των εφήβων θα συσχετίζονται αρνητικά. Η ερευνητική υπόθεση επιβεβαιώθηκε από τις στατιστικές αναλύσεις δείχνοντας ότι οι έφηβοι που βιώνουν περισσότερη μοναξιά διαθέτουν και χαμηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας. Η συσχέτιση αυτών των εννοιών συνάδει με τη βιβλιογραφία (Cao et al., 2020. Perron et al., 2014). Επιπλέον, φαίνεται ότι η ψυχική ανθεκτικότητα μπορεί να λειτουργεί ως προστατευτικός παράγοντας απέναντι στη μοναξιά διαμεσολαβώντας μάλιστα τη σχέση ανάμεσα στις διαθέσιμες πηγές κοινωνικής υποστήριξης και των επιπέδων μοναξιάς που βιώνουν τα άτομα (Ai & Hu, 2016). Ωστόσο, η σχέση ανάμεσα στη μοναξιά και την ψυχική ανθεκτικότητα δεν έχει μελετηθεί επαρκώς (Jakobsen et al, 2020), ιδιαίτερα όσον αφορά στο γενικό πληθυσμό των εφήβων.

Σύμφωνα με την υπόθεση που αφορούσε στους προβλεπτικούς παράγοντες της ποιότητας των φιλικών σχέσεων των εφήβων αναμένονταν ότι η ψυχική ανθεκτικότητα, η μοναξιά και το φύλο αλλά όχι η οικογενειακή κατάσταση θα αποτελούσαν σημαντικούς προβλεπτικούς παράγοντες. Τα αποτελέσματα της στατιστικής πρόβλεψης επιβεβαίωσαν την υπόθεση καθώς έδειξαν ότι η ψυχική ανθεκτικότητα αποτελούσε θετικό προβλεπτικό παράγοντα ενώ η μοναξιά και το αρσενικό φύλο αποτελούσαν αρνητικούς προβλεπτικούς παράγοντες της ποιότητας της φιλίας. Συνεπώς, οι έφηβοι που ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας έτειναν να αναφέρουν και υψηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας ενώ αυτοί που ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς και τα αγόρια έτειναν να αναφέρουν και χαμηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας. Η οικογενειακή κατάσταση των εφήβων δεν φάνηκε να ασκεί κάποια σημαντική επίδραση στην πρόβλεψη της ποιότητας των φιλικών τους σχέσεων σε αντίθεση με παλαιότερες έρευνες που συνέδεαν την ύπαρξη διαζυγίου με την παρουσία δυσκολιών στις σχέσεις με τους συνομηλίκους (Forehand et al., 1986. Lindsey et al, 2006). Άρα, η οικογενειακή κατάσταση των εφήβων δεν φαίνεται να παίζει ρόλο στην

ποιότητα της φιλίας των εφήβων. Σύμφωνα με την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας αλλά και τα προαναφερθέντα ευρήματα της έρευνας αυτής όσο αυξάνει η ψυχική ανθεκτικότητα τόσο αυξάνει και η αντιληπτή ποιότητα φιλίας ενώ όσο αυξάνει η μοναξιά τόσο μειώνεται η ποιότητα των φιλικών σχέσεων (Graber et al., 2016. Lodder et al, 2017). Επίσης, σε άλλες ερευνητικές μελέτες έχει επιβεβαιωθεί ότι η μοναξιά αποτελεί αρνητικό προβλεπτικό παράγοντα των φιλικών σχέσεων ενώ οι υποστηρικτικές εφηβικές φιλικές σχέσεις αποτελούν θετικό προβλεπτικό παράγοντα ύπαρξης ψυχικής ανθεκτικότητας (Lempinen et al, 2018. van Harmelen et al, 2017). Συνεπώς, η μοναξιά και η ψυχική ανθεκτικότητα αποτελούν σημαντικούς προβλεπτικούς παράγοντες της ποιότητας φιλίας των εφήβων.

Αναφορικά με τα αποτελέσματα που αφορούν στην προβλεπτική αξία του φύλου και την απουσία επίδρασης της οικογενειακής κατάστασης αυτά συνάδουν και με τα αποτελέσματα από τις συγκρίσεις μεταξύ των δημογραφικών μεταβλητών με τις ερευνητικές. Φαίνεται ότι τα αγόρια αναφέρουν χαμηλότερα επίπεδα ποιότητας φιλίας σε σύγκριση με τα κορίτσια ενώ δεν παρατηρήθηκαν συστηματικές διαφορές ανάλογα με την οικογενειακή κατάσταση των εφήβων. Άρα μόνο το φύλο επιδρά σημαντικά στην ποιότητα των φιλικών σχέσεων των εφήβων. Η επίδραση του φύλου στην ποιότητα των φιλικών σχέσεων επιβεβαιώνεται από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που δείχνει ότι τα αγόρια αναφέρουν πιο χαμηλά επίπεδα ποιότητας φιλίας συγκριτικά με τα κορίτσια (Bastin et al, 2018. Chow et al, 2013. Foody et al, 2019).

Όσον αφορά στην απουσία στατιστικά σημαντικών αποτελεσμάτων αναφορικά με την επίδραση της οικογενειακής κατάστασης τόσο στην πρόβλεψη της ποιότητας της φιλίας όσο και στην ύπαρξη συστηματικών διαφορών αναφορικά με τα επίπεδα ποιότητας φιλίας, μοναξιάς και ψυχικής ανθεκτικότητας αυτό συνάδει με σύγχρονες έρευνες που δείχνουν ότι τα χαρακτηριστικά λειτουργίας της οικογένειας (συγκρούσεις των γονέων, γονικό ύψος ανατροφής) παρά η οικογενειακή κατάσταση αυτή καθαυτή σχετίζονται σημαντικά με την

ψυχοκοινωνική προσαρμογή των εφήβων (Lan, 2020. Schwarz et al, 2012). Τέτοια ευρήματα είναι ιδιαίτερης σημασίας καθώς μπορούν να συμβάλλουν στη μείωση της προκατάληψης και του στίγματος που μπορεί να συνοδεύουν τους διαζευγμένους γονείς αναφορικά με την λειτουργία των οικογενειών τους.

Ακόμα και στις περιπτώσεις εμπειρίας θανάτου του γονέα-γεγονός που έχει συσχετιστεί με την ύπαρξη διαπροσωπικών δυσκολιών- φαίνεται ότι η γονική λειτουργικότητα και οικογενειακή συνοχή διαμεσολαβούν τις αναπτυξιακές επιπτώσεις της γονικής απώλειας (Brent et al, 2012). Στην παρούσα έρευνα, το ποσοστό των συμμετεχόντων που δήλωσε την ύπαρξη θανάτου γονέα ήταν εξαιρετικά μικρό γεγονός που δεν επιτρέπει την εξαγωγή ασφαλών συμπερασμάτων.

Αναφορικά με το εύρημα ύπαρξης υψηλότερων επιπέδων ψυχικής ανθεκτικότητας στα αγόρια συγκριτικά με τα κορίτσια αυτό φαίνεται να έχει επιβεβαιωθεί και σε άλλες ερευνητικές μελέτες και πιθανώς σχετίζεται με τη χρήση στρατηγικών διαχείρισης του στρες που εστιάζουν στο πρόβλημα και όχι στο συναίσθημα (Dell’Osso et al, 2011. Stratta et al, 2012). Ωστόσο, δεν πρόκειται για ένα σταθερό εύρημα στη βιβλιογραφία καθώς υπάρχουν έρευνες στις οποίες δεν αναφέρονται στατιστικά σημαντικές διαφορές φύλου (Murphy et al, 2017. Sevil-Gülen & Demir, 2020. Tian et al, 2018) αλλά και άλλες που αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας στα κορίτσια (Dias & Cadime, 2017).

Ως προς τα επίπεδα μοναξιάς δεν βρέθηκαν συστηματικές διαφορές φύλου. Από την βιβλιογραφική ανασκόπηση προκύπτει ότι και άλλες έρευνες δεν βρήκαν σημαντικές διαφορές φύλου (Putarek & Keresteš, 2015) αλλά πρόσφατη μεταανάλυση έδειξε την ύπαρξη μιας μικρής διαφοράς φύλου στα επίπεδα μοναξιάς κατά τη διάρκεια της εφηβείας, με τα αγόρια να αναφέρουν λίγο υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Maes et al, 2019).

Προέκυψαν συστηματικές διαφορές για τους δείκτες της ψυχικής ανθεκτικότητας και μοναξιάς με όσους μαθητές ανέφεραν καλύτερη σχολική επίδοση να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ανθεκτικότητας και όσους ανέφεραν χαμηλή σχολική επίδοση να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σύγκριση με αυτούς που είχαν υψηλότερη σχολική επίδοση. Τα ευρήματα αυτά έχουν επιβεβαιωθεί και σε άλλες έρευνες που δείχνουν τόσο τις αρνητικές επιδράσεις της μοναξιάς όσο και τον θετικό αντίκτυπο της ψυχικής ανθεκτικότητας στη σχολική επίδοση (Benner, 2011. Deb & Arora, 2012. Zeng et al, 2016). Αναφορικά με την ποιότητα της φιλίας δεν παρατηρήθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές ανάλογα με την σχολική επίδοση. Το εύρημα αυτό δεν επιβεβαιώνεται από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που αναδεικνύει τη σημασία των φιλικών σχέσεων στην καλύτερη σχολική επίδοση των μαθητών (Vaquera & Kao, 2008. Wentzel, 2017).

Αναφορικά με τη διερεύνηση ύπαρξης συστηματικών διαφορών ανάλογα με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων προέκυψαν σημαντικές διαφορές μόνο ως προς τα επίπεδα μοναξιάς καθώς οι μαθητές οι γονείς των οποίων είχαν χαμηλότερο μορφωτικό επίπεδο έτειναν να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σύγκριση με τους μαθητές οι γονείς των οποίων είχαν υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο. Ως προς τα επίπεδα της ποιότητας φιλίας και της ψυχικής ανθεκτικότητας δεν υπήρξαν σημαντικές διαφορές ανάλογα με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων. Τα ευρήματα αυτά βρίσκονται σε συμφωνία με την βιβλιογραφία (Lempinen et al, 2018. Skrove et al, 2013) αν και ως προς το ρόλο του μορφωτικού επιπέδου των γονέων στη μοναξιά έχει παρατηρηθεί και η απουσία σημαντικών διαφορών (Vanhalst et al, 2013).

Επιπλέον, η χώρα γέννησης των γονέων φάνηκε να παίζει ρόλο στα επίπεδα μοναξιάς των εφήβων, με αυτούς των οποίων και οι δύο γονείς είχαν γεννηθεί σε άλλη χώρα να αναφέρουν τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Το εύρημα αυτό πιθανώς να σχετίζεται με στρατηγικές επιπολιτισμοποίησης της οικογένειας που δεν ενθαρρύνουν την ένταξη στην

κυρίαρχη κουλτούρα αλλά και με μειωμένες κοινωνικές επαφές που μπορεί να έχουν οι οικογένειες μεταναστών. Σύμφωνα με άλλη ερευνητική μελέτη, οι έφηβοι που δεν ανήκουν στην πολιτισμική πλειονότητα έχουν αυξημένες πιθανότητες να βιώσουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σύγκριση με αυτούς που ανήκουν (Madsen et al, 2016α). Ωστόσο, άλλη έρευνα σε εφηβικό πληθυσμό έχει δείξει ότι οι μετανάστες και όχι οι απόγονοι των μεταναστών έχουν πιο αυξημένο κίνδυνο να βιώσουν μοναξιά σε σύγκριση με τους γηγενείς (Madsen et al, 2016β).

Ως προς τα επίπεδα της ποιότητας φιλίας και ψυχικής ανθεκτικότητας των μαθητών δεν προέκυψαν συστηματικές διαφορές ανάλογα με τη χώρα γέννησης των γονέων. Η απουσία διαφορών ως προς την ψυχική ανθεκτικότητα συνάδει με τα αποτελέσματα άλλης έρευνας με εφήβους στον ελληνικό πληθυσμό (Motti-Stefanidi, 2014) ενώ ως προς την φιλία φαίνεται πως έχει επιβεβαιωθεί η ύπαρξη διαφορών ανάλογα με την πλειονοτική / μειονοτική πολιτισμική υπαγωγή των εφήβων με τους δεύτερους να αναφέρουν μειωμένα επίπεδα αριθμού φίλων (Cherng et al, 2014). Ωστόσο, δεν φαίνεται να έχει μελετηθεί επαρκώς η ύπαρξη διαφορών ως προς την ποιότητα των φιλικών σχέσεων των εφήβων ανάλογα με τη χώρα γέννησης των γονέων τους.

Τέλος, αναφορικά με την τάξη φοίτησης δεν προέκυψαν συστηματικές διαφορές για καμία από τις ερευνητικές μεταβλητές. Αναφορικά με τη μοναξιά, το εύρημα αυτό φαίνεται να συνάδει με τη βιβλιογραφία που δείχνει ότι τα επίπεδα μοναξιάς μένουν σχετικά σταθερά με την πορεία του χρόνου (Laurson & Hartl, 2013. Lempinen et al, 2018). Αντιθέτως, άλλες έρευνες έχουν επιβεβαιώσει την ύπαρξη διαφορών ανάμεσα στα πρώτα χρόνια της εφηβείας και στη μέση εφηβεία ή και ύστερη εφηβεία ως προς τη θετική αυτοαντίληψη των φιλικών σχέσεων και την ψυχική ανθεκτικότητα (De Goede et al, 2009. Sagone & Caroli, 2014). Ωστόσο, η απουσία διαφορών ως προς τη φιλία και την ανθεκτικότητα ανάλογα με την τάξη φοίτησης στην παρούσα έρευνα μπορεί να σχετίζεται με το γεγονός ότι το δείγμα της

έρευνας αποτέλεσαν μόνο μαθητές Γυμνασίου και έτσι δεν υπάρχουν δεδομένα για όλο το αναπτυξιακό φάσμα της εφηβείας.

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας μπορούν να αξιοποιηθούν στον εφαρμοσμένο κλάδο της σχολικής ψυχολογίας. Η κατανόηση της σημασίας των φιλικών σχέσεων στην εφηβεία, των αρνητικών επιδράσεων της μοναξιάς, του ρόλου της ψυχικής ανθεκτικότητας στην ψυχοκοινωνική προσαρμογή των εφήβων αλλά και της σύνδεσης αυτών των εννοιών μπορεί να είναι ιδιαίτερα χρήσιμη στο σχεδιασμό αποτελεσματικών προγραμμάτων πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης σε επίπεδο σχολείου, τάξης και μικρών ομάδων μαθητών.

Οι σχολικές ψυχολογικές υπηρεσίες είναι πολυεπίπεδες και λαμβάνουν υπόψη τα υποσυστήματα που δημιουργούνται στη σχολική κοινότητα. Στο πλαίσιο αυτό περιλαμβάνεται και η παροχή διαλεκτικής συμβουλευτικής προς τους εκπαιδευτικούς καθώς και η παροχή συμβουλευτικής στους γονείς και στους μαθητές. Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας θα μπορούσαν να είναι ιδιαίτερα χρήσιμα και στο πλαίσιο της παροχής αυτών των υπηρεσιών στις οποίες απαιτείται να ληφθούν υπόψη παράγοντες κινδύνου όπως μπορεί να είναι το φύλο των μαθητών, η μοναξιά και η υπαγωγή σε πολιτισμική μειονότητα όπως αναδείχθηκε από τα ευρήματα. Επίσης, η απουσία επίδρασης της οικογενειακής κατάστασης των μαθητών συνιστά ένα σημαντικό εύρημα που θα μπορούσε να αξιοποιηθεί στη συνεργασία με εκπαιδευτικούς και γονείς στο πλαίσιο παροχής πληροφοριών όταν αναδύονται προβληματισμοί των γονέων για την οικογενειακή τους κατάσταση ή/και προκαταλήψεις των εκπαιδευτικών απέναντι σε μη πυρηνικές οικογένειες.

Περιορισμοί και προτάσεις

Είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι η παρούσα έρευνα έχει ορισμένους περιορισμούς οι οποίοι θα πρέπει να ληφθούν υπόψη στην αξιολόγηση των ευρημάτων. Αρχικά, στην

έρευνα συμμετείχαν μόνο σχολεία της γεωγραφικής περιφέρειας της Αττικής και έτσι δεν μπορεί να ειπωθεί ότι το δείγμα αντιπροσωπεύει τα χαρακτηριστικά του γενικού μαθητικού πληθυσμού στην Ελλάδα. Επιπλέον, η παρούσα μελέτη είναι συγχρονική και συναφειακή. Συνεπώς, δεν μπορούν να εξαχθούν από τα αποτελέσματα αιτιώδεις σχέσεις παρά μόνο να παρατηρηθούν συμμεταβολές.

Στην παρούσα έρευνα μελετήθηκε η συσχέτιση μεταξύ της ποιότητας της φιλίας, της μοναξιάς και της ψυχικής ανθεκτικότητας. Μελλοντικές έρευνες θα ήταν χρήσιμο να διερευνήσουν την αμοιβαιότητα των φιλικών σχέσεων και τον ρόλο που παίζει αυτή στην αντιληπτή ποιότητα φιλίας, το ρόλο των κοινωνικών μέσων δικτύωσης στην ποιότητα των φιλικών σχέσεων αλλά και των επιπέδων μοναξιάς των εφήβων.

Βιβλιογραφία

- Acquah, E. O., Topalli, P.-Z., Wilson, M. L., Junttila, N., & Niemi, P. M. (2016). Adolescent loneliness and social anxiety as predictors of bullying victimisation. *International Journal of Adolescence and Youth, 21*(3), 320–331.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2015.1083449>
- Agnafors, S., Svedin, C. G., Orelund, L., Bladh, M., Comasco, E., & Sydsjö, G. (2017). A biopsychosocial approach to risk and resilience on behavior in children followed from birth to age 12. *Child Psychiatry & Human Development, 48*(4), 584–596.
<https://doi.org/10.1007/s10578-016-0684-x>
- Ai, H., & Hu, J. (2014). Psychological resilience moderates the impact of social support on loneliness of “left-behind” children. *Journal of Health Psychology, 21*(6), 1066–1073.
<https://doi.org/10.1177/1359105314544992>
- Aitcheson, R. J., Abu-Bader, S. H., Howell, M. K., Khalil, D., & Elbedour, S. (2017). Resilience in Palestinian adolescents living in Gaza. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 9*(1), 36–43.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/tra0000153>
- Allan, J. F., McKenna, J., & Dominey, S. (2014). Degrees of resilience: profiling psychological resilience and prospective academic achievement in university inductees. *British Journal of Guidance & Counselling, 42*(1), 9–25.
<https://doi.org/10.1080/03069885.2013.793784>

- Arslan, G. (2020). School belongingness, well-being, and mental health among adolescents: Exploring the role of loneliness. *Australian Journal of Psychology*, 1-10.
<https://doi.org/doi:10.1111/ajpy.12274>
- Asher, S. R., & Weeks, M. S. (2014). Loneliness and belongingness in the college years. In R. J. Coplan & J. C. Bowker (Eds.), *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*, (pp.283–301). John Wiley & Sons.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/9781118427378#page=297>
- Bagci, S. C., Rutland, A., Kumashiro, M., Smith, P. K., & Blumberg, H. (2014). Are minority status children's cross-ethnic friendships beneficial in a multiethnic context? *British Journal of Developmental Psychology*, 32(1), 107–115.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/bjdp.12028>
- Bagwell, C. L. (2020). Friendship in childhood. In S. Hupp & J. Jewell (Eds.), *The encyclopedia of child and adolescent development*. John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9781119171492.wecad278>
- Bastin, M., Vanhalst, J., Raes, F., & Bijttebier, P. (2018). Co-brooding and co-reflection as differential predictors of depressive symptoms and friendship quality in adolescents: Investigating the moderating role of gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5), 1037–1051. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0746-9>
- Beckmeyer, J. J., & Weybright, E. H. (2016). Perceptions of alcohol use by friends compared to peers: Associations with middle adolescents' own use. *Substance Abuse*, 37(3), 435–440. <https://doi.org/10.1080/08897077.2015.1134754>

- Benner, A. D. (2011). Latino adolescents' loneliness, academic performance, and the buffering nature of friendships. *Journal of Youth and Adolescence*, *40*(5), 556–567.
<https://doi.org/10.1007/s10964-010-9561-2>
- Besevegis, E., & Galanaki, E. P. (2010). Coping with loneliness in childhood. *European Journal of Developmental Psychology*, *7*(6), 653–673.
<https://doi.org/10.1080/17405620903113306>
- Blakemore, S.-J. (2008). The social brain in adolescence. *Nature Reviews Neuroscience*, *9*(4), 267–277. <https://doi.org/10.1038/nrn2353>
- Blakemore, S.-J. (2019). Adolescence and mental health. *The Lancet*, *393*(10185), 2030–2031. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(19\)31013-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(19)31013-x)
- Blakemore, S.-J., & Mills, K. L. (2014). Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing? *Annual Review of Psychology*, *65*(1), 187–207.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115202>
- Boman, J. H., Krohn, M. D., Gibson, C. L., & Stogner, J. M. (2012). Investigating friendship quality: An exploration of self-control and social control theories' friendship hypotheses. *Journal of Youth and Adolescence*, *41*(11), 1526-1540.
<https://doi.org/10.1007/s10964-012-9747-x>
- Boman, J. H., Stogner, J., & Lee Miller, B. (2013). Binge drinking, marijuana use, and friendships: The relationship between similar and dissimilar usage and friendship quality. *Journal of Psychoactive Drugs*, *45*(3), 218–226.
<https://doi.org/10.1080/02791072.2013.803646>

- Bonanno, G. A., & Mancini, A. D. (2008). The human capacity to thrive in the face of potential trauma. *Pediatrics*, *121*(2), 369-375. <https://doi.org/10.1542/peds.2007-1648>
- Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2015). The temporal elements of psychological resilience: An integrative framework for the study of individuals, families, and communities. *Psychological Inquiry*, *26*(2), 139–169.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2015.992677>
- Bowker, J. C. (2010). Examining two types of best friendship dissolution during early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, *31*(5), 656–670.
<https://doi.org/10.1177/0272431610373103>
- Brehm, K., & Doll, B. (2009). Building resilience in schools. A focus on population-based prevention. In R. W., Christner & R. B. Mennuti (Eds), *School-based mental health: A practitioner's guide to comparative practices*, (pp.55-86). Routledge.
- Brent, D. A., Melhem, N. M., Masten, A. S., Porta, G., & Payne, M. W. (2012). Longitudinal effects of parental bereavement on adolescent developmental competence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, *41*(6), 778–791.
<https://doi.org/10.1080/15374416.2012.717871>
- Brizio, A., Gabbatore, I., Tirassa, M., & Bosco, F. M. (2015). “No more a child, not yet an adult”: studying social cognition in adolescence. *Frontiers in Psychology*, *6*, 1011.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01011>
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on*

adolescent development, (3rd ed., pp. 74–103). John Wiley & Sons.

<https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy002004>

Brown, E. G., Gallagher, S., & Creaven, A.-M. (2018). Loneliness and acute stress reactivity: A systematic review of psychophysiological studies. *Psychophysiology*, *55*(5), e13031. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/psyp.13031>

Bukowski, W. M., & Hoza, B. (1989). Popularity and friendship: Issues in theory, measurement, and outcome. In T. Berndt & G. W. Ladd (Eds.), *Wiley series on personality processes. Peer relationships in child development* (pp. 15–45). John Wiley & Sons. <https://psycnet.apa.org/record/1988-98843-001>

Bukowski, W. M., Bagwell, C., Castellanos, M., & Persram, R. J. (2019). Friendship in adolescence. In S. Hupp & J. Jewell, *The encyclopedia of child and adolescent development* (pp. 1–11). John Wiley & Sons. <https://doi.org/doi:10.1002/9781119171492.wecad403>

Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). Loneliness in the modern age: An evolutionary theory of loneliness (ETL). *Advances in Experimental Social Psychology*, *58*, 127–197. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2018.03.003>

Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 238–249. <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>

Cao, Q., An, J., Yang, Y., Peng, P., Xu, S., Xu, X., & Xiang, H. (2020). Correlation among psychological resilience, loneliness, and internet addiction among left-behind children in

- China: A cross-sectional study. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00970-3>
- Caspi, A., McClay, J., Moffitt, T. E., Mill, J., Martin, J., Craig, I. W., Taylor, A., & Poulton, R. (2002). Role of genotype in the cycle of violence in maltreated children. *Science*, 297(5582), 851- 854. <https://doi.org/10.1126/science.1072290>
- Cavanaugh, A. M., & Buehler, C. (2015). Adolescent loneliness and social anxiety: The role of multiple sources of support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(2), 149–170. <https://doi.org/10.1177/0265407514567837>
- Chai, X., Du, H., Li, X., Su, S., & Lin, D. (2019). What really matters for loneliness among left-behind children in rural china: A meta-analytic review. *Frontiers in Psychology*, 10, 774. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00774>
- Chen, X., He, Y., Oliveira, A. M. De, Coco, A. Lo, Zappulla, C., Kaspar, V., Schneider, B., Valdivia, I. A., Tse, H. C.-H., & DeSouza, A. (2004). Loneliness and social adaptation in Brazilian, Canadian, Chinese and Italian children: a multi-national comparative study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(8), 1373–1384. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00329.x>
- Cherng, H., Turney, K., & Kao, G. (2014). Less socially engaged? Participation in friendship and extracurricular activities among racial/ethnic minority and immigrant adolescents. *Teachers College Record*, 116(3), 1–28. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.941.728&rep=rep1&type=pdf>
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. (2013). The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach.

Journal of Adolescence, 36(1), 191–200.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.10.004>

Cigna. (2018). *Cigna U.S. loneliness index. Survey of 20,000 Americans examining behaviors driving loneliness*. https://www.multivu.com/players/English/8294451-cigna-us-loneliness-survey/docs/IndexReport_1524069371598-173525450.pdf

Cleary, M., Lees, D., & Sayers, J. (2018). Friendship and mental health. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(3), 279–281. <https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1431444>

Coelho, L., Torres, N., Fernandes, C., & Santos, A. J. (2017). Quality of play, social acceptance and reciprocal friendship in preschool children. *European Early Childhood Education Research Journal*, 25(6), 812–823.
<https://doi.org/10.1080/1350293X.2017.1380879>

Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676–684.
<http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>

Colak, F. Z., Van Praag, L., & Nicaise, I. (2019). A qualitative study of how exclusion processes shape friendship development among Turkish-Belgian university students. *International Journal of Intercultural Relations*, 73, 1–10.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2019.08.002>

Coplan, R. J., & Arbeau, K. A. (2009). Peer interactions and play in early childhood. In B. L. Kenneth H. Rubin, William M. Bukowski (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 143–161). Guilford Press.
<https://books.google.gr/books?hl=el&lr=&id=6x9cfetz->

3kC&oi=fnd&pg=PA143&dq=(Coplan+and+Arbeau+2009&ots=13xVdAB7fX&sig=ZuZ2A1mrepeUmR-CYPjy8pi1VhI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Corsano, P., Musetti, A., Caricati, L., & Magnani, B. (2017). Keeping secrets from friends: Exploring the effects of friendship quality, loneliness and self-esteem on secrecy. *Journal of Adolescence*, *58*, 24–32.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.04.010>
- Crone, E. A. (2009). Executive functions in adolescence: inferences from brain and behavior. *Developmental Science*, *12*(6), 825–830. <https://doi.org/10.1111/j.1467-7687.2009.00918.x>
- Cuadros, O., & Berger, C. (2016). The protective role of friendship quality on the wellbeing of adolescents victimized by peers. *Journal of Youth and Adolescence*, *45*(9), 1877–1888. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0504-4>
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Developmental changes and gender differences in adolescents' perceptions of friendships. *Journal of Adolescence*, *32*(5), 1105–1123. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.002>
- de Jong Gierveld, J., & Havens, B. (2004). Cross-national comparisons of social isolation and loneliness: introduction and overview. *Canadian Journal on Aging/La Revue Canadienne Du Vieillissement*, *23*(2), 109–113. <https://doi.org/10.1353/cja.2004.0021>
- de Jong Gierveld, J., Van Tilburg, T., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In A. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *Cambridge handbook of personal relationships*, (pp. 485–500). Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1353/cja.2004.0021>

Deb, A., & Arora, M. (2012). Resilience and academic achievement among adolescents.

Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 38,(1), 93-101.

https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Resilience%20and%20academic%20achievement%20among%20adolescents&publication_year=2012&author=A.A.%20Deb

Dell’Osso, L., Carmassi, C., Massimetti, G., Daneluzzo, E., Di Tommaso, S., & Rossi, A.

(2011). Full and partial PTSD among young adult survivors 10 months after the

L’Aquila 2009 earthquake: Gender differences. *Journal of Affective Disorders*, 131(1),

79–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.11.023>

Demir, M., & Özdemir, M. (2010). Friendship, need satisfaction and happiness. *Journal of*

Happiness Studies, 11(2), 243–259. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9138-5>

Dias, P. C., & Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The

mediating role of self-regulation. *Psicología Educativa*, 23(1), 37–43.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.09.003>

DiTommaso, E., Brannen, C., & Burgess, M. (2005). The universality of relationship

characteristics: A cross-cultural comparison of different types of attachment and

loneliness in Canadian and visiting Chinese students. *Social Behavior and Personality:*

An International Journal, 33(1), 57–68. <https://doi.org/10.2224/sbp.2005.33.1.57>

Doll, B., Brehm, K., & Zucker, S. (2014). *Resilient classrooms: Creating healthy*

environments for learning. Guilford Publications.

Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R. K., McElwaine,

K., Tremain, D., Bartlem, K., Bailey, J., Small, T., Palazzi, K., Oldmeadow, C., &

Wiggers, J. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions

targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813–824.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.780>

Dunbar, R. I. M. (2018). The anatomy of friendship. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(1), 32–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.tics.2017.10.004>

Ebesutani, C., Fierstein, M., Viana, A. G., Trent, L., Young, J., & Sprung, M. (2015). The role of loneliness in the relationship between anxiety and depression in clinical and school based youth. *Psychology in the Schools*, 52(3), 223–234.

<https://doi.org/doi:10.1002/pits.21818>

Eccles, A. M., Qualter, P., Madsen, K. R., & Holstein, B. E. (2020). Loneliness in the lives of Danish adolescents: Associations with health and sleep. *Scandinavian Journal of Public Health*, 48(8), 877–887. <https://doi.org/10.1177/1403494819865429>

Eisenberger, N. I. (2013). Social ties and health: a social neuroscience perspective. *Current Opinion in Neurobiology*, 23(3), 407–413.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.conb.2013.01.006>

Erdley, C. A., & Day, H. J. (2017). Friendship in childhood and adolescence. In M. Hojjat, A. Moyer, & A. M. Halpin (Eds.), *The psychology of friendship* (pp. 3–19). Oxford University Press.

Feder, A., Nestler, E. J., & Charney, D. S. (2009). Psychobiology and molecular genetics of resilience. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 446–457.

<https://doi.org/10.1038/nrn2649>

- Fehr, B., (2012). Ο κύκλος ζωής της φιλίας. Στο Π. Κορδούτης (Επιμ.), *Στενές σχέσεις. Θεμελιώδη ζητήματα της ψυχολογίας των διαπροσωπικών σχέσεων* (σσ. 121–133). Πεδίο.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist, 18*(1), 12-23.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1027/1016-9040/a000124>
- Foody, M., McGuire, L., Kuldass, S., & O'Higgins Norman, J. (2019). Friendship quality and gender differences in association with cyberbullying involvement and psychological well-being. *Frontiers in Psychology, 10*, 1723.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01723>
- Forehand, R., Brody, G., Long, N., Slotkin, J., & Fauber, R. (1986). Divorce/divorce potential and interparental conflict: The relationship to early adolescent social and cognitive functioning. *Journal of Adolescent Research, 1*(4), 389–397.
<https://doi.org/10.1177/074355488614004>
- Gallardo, L. O., Martín-Albo, J., & Barrasa, A. (2018). What leads to loneliness? An integrative model of social, motivational, and emotional approaches in adolescents. *Journal of Research on Adolescence, 28*(4), 839–857.
<https://doi.org/doi:10.1111/jora.12369>
- Gardner, R., & Stephens-Pisecco, T. L. (2019). Empowering educators to foster student resilience. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas, 92*(4–5), 125–134. <https://doi.org/10.1080/00098655.2019.1621258>

- Good, M., & Willoughby, T. (2008). Adolescence as a sensitive period for spiritual development. *Child Development Perspectives*, 2(1), 32–37.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2008.00038.x>
- Graber, R., Turner, R., & Madill, A. (2016). Best friends and better coping: Facilitating psychological resilience through boys' and girls' closest friendships. *British Journal of Psychology*, 107(2), 338–358. <https://doi.org/doi:10.1111/bjop.12135>
- Gray, T. F., Azizoddin, D. R., & Nersesian, P. V. (2020). Loneliness among cancer caregivers: A narrative review. *Palliative & Supportive Care*, 18(3), 359–367.
https://www.researchgate.net/profile/Desiree_Azizoddin2/publication/336264133_Loneliness_among_cancer_caregivers_A_narrative_review/links/5e82559792851caef4aff258/Loneliness-among-cancer-caregivers-A-narrative-review.pdf
- Hartl, A. C., Laursen, B., & Cillessen, A. H. N. (2015). A survival analysis of adolescent friendships: The downside of dissimilarity. *Psychological Science*, 26(8), 1304–1315.
<https://doi.org/10.1177/0956797615588751>
- Hartup, W. W. (1996). The company they keep: Friendships and their developmental significance. *Child Development*, 67(1), 1–13. <https://doi.org/doi:10.1111/j.1467-8624.1996.tb01714.x>
- Hatzichristou, C., Lianos, P., & Lampropoulou, A. (2017). Cultural construction of promoting resilience and positive school climate during economic crisis in Greek schools. *International Journal of School & Educational Psychology*, 5(3), 192–206.
<https://doi.org/10.1080/21683603.2016.1276816>

- Hatzichristou, C., Stasinou, V., Lampropoulou, A., & Lianos, P. (2018). Adolescents' perceptions of school climate: Exploring its protective role in times of economic recession. *School Psychology International, 39*(6), 606–624.
<https://doi.org/10.1177/0143034318803666>
- Havewala, M., Felton, J. W., & Lejuez, C. W. (2019). Friendship quality moderates the relation between maternal anxiety and trajectories of adolescent internalizing symptoms. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 41*(3), 495–506.
<https://doi.org/10.1007/s10862-019-09742-1>
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine, 40*(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2008). Στο Χ. Χατζηχρήστου (Επιμ.), *Σχολεία που προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα: Πώς μπορεί να γίνει πραγματικότητα για τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς*. (Β. Βασσαρά, μετ.). Τυπωθήτω.
- Hojjat, M., Moyer, A., & Halpin, A. M. (2017). *The psychology of friendship*. Oxford University Press.
http://scholar.google.com/scholar_lookup?hl=en&publication_year=2017&author=Mahzad%2C+Hojjat&author=Anne+Moyer&title=The+Psychology+of+Friendship
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 227–237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>

- Jakobsen, I. S., Madsen, L. M. R., Mau, M., Hjemdal, O., & Friborg, O. (2020). The relationship between resilience and loneliness elucidated by a Danish version of the resilience scale for adults. *BMC Psychology*, 8(1), 131. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00493-3>
- Jobe-Shields, L., Cohen, R., & Parra, G. R. (2011). Patterns of change in children's loneliness: Trajectories from third through fifth grades. *Merrill-Palmer Quarterly*, 57, 25–47. <https://www.jstor.org/stable/23098054>
- Kato, T. A., Shinfuku, N., Sartorius, N., & Kanba, S. (2017). Loneliness and single-person households: Issues of kodokushi and hikikomori in Japan. In N. Okkels, C. B. Kristiansen, & P. Munk-Jørgensen (Eds.), *Mental health and illness worldwide. Mental health and illness in the city* (pp. 205–219). Springer Science & Business Media. https://doi.org/10.1007/978-981-10-2327-9_9
- Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2019). Hikikomori: Multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 73(8), 427–440. <https://doi.org/10.1111/pcn.12895>
- Keyes, K. M., McLaughlin, K. A., Demmer, R. T., Cerdá, M., Koenen, K. C., Uddin, M., & Galea, S. (2013). Potentially traumatic events and the risk of six physical health conditions in a population-based sample. *Depression and Anxiety*, 30(5), 451–460. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/da.22090>
- Kim, H. H.-S. (2015). School context, friendship ties and adolescent mental health: A multilevel analysis of the Korean Youth Panel Survey (KYPS). *Social Science & Medicine*, 145, 209–216. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.05.002>

- Knickmeyer, N., Sexton, K., & Nishimura, N. (2002). The impact of same-sex friendships on the well-being of women. *Women & Therapy, 25*(1), 37–59.
https://doi.org/10.1300/J015v25n01_03
- Knipscheer, J., Sleijpen, M., Frank, L., de Graaf, R., Kleber, R., ten Have, M., & Dückers, M. (2020). Prevalence of potentially traumatic events, other life events and subsequent reactions indicative for posttraumatic stress disorder in the Netherlands: a general population study based on the trauma screening questionnaire. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(5), 1-15.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17051725>
- Labrague, L. J., & De los Santos, J. A. A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *Journal of Nursing Management, 28*(7), 1653–1661.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jonm.13121>
- Ladd, G. W., & Ettekal, I. (2013). Peer-related loneliness across early to late adolescence: Normative trends, intra-individual trajectories, and links with depressive symptoms. *Journal of Adolescence, 36*(6), 1269–1282.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.05.004>
- Lan, X. (2020). Disengaged and highly harsh? Perceived parenting profiles, narcissism, and loneliness among adolescents from divorced families. *Personality and Individual Differences, 110*466. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110466>
- Laursen, B., & Hartl, A. C. (2013). Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of*

Adolescence, 36(6), 1261–1268.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.06.003>

Lee, C. M., Cadigan, J. M., & Rhew, I. C. (2020). Increases in loneliness among young adults during the COVID-19 pandemic and association with increases in mental health problems. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 714–717.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.009>

Lempinen, L., Junttila, N., & Sourander, A. (2018). Loneliness and friendships among eight-year-old children: time-trends over a 24-year period. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(2), 171–179. <https://doi.org/doi:10.1111/jcpp.12807>

Lenhart, A., Smith, A., Anderson, M., Duggan, M., & Perrin, A. (2015). *Teens, technology & friendship*. Pew Research Center. <http://www.pewinternet.org/2015/08/06/teens-technology-and-friendships/>

Leontopoulou, S. (2013). A comparative study of resilience in Greece and Cyprus: The effects of negative life events, self-efficacy, and social support on mental health. In A. Efklides & D. Moraitou (Eds.), *A positive psychology perspective on quality of life* (pp. 273–294). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-007-4963-4_15

Lerner, R. M., Agans, J. P., Arbeit, M. R., Chase, P. A., Weiner, M. B., Schmid, K. L., & Warren, A. E. A. (2013). Resilience and positive youth development: A relational developmental systems model. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 293–308). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_17

- Lessard, L. M., & Juvonen, J. (2018). Friendless adolescents: Do perceptions of social threat account for their internalizing difficulties and continued friendlessness? *Journal of Research on Adolescence*, *28*(2), 277–283.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jora.12388>
- Leung, A. N. M., Wong, N., & Farver, J. M. (2018). Cyberbullying in Hong Kong Chinese students: Life satisfaction, and the moderating role of friendship qualities on cyberbullying victimization and perpetration. *Personality and Individual Differences*, *133*, 7–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.016>
- Lewis, D. M. G., Al-Shawaf, L., Russell, E. M., & Buss, D. M. (2015). Friends and happiness: An evolutionary perspective on friendship. In M. Demir (Eds.), *Friendship and happiness: Across the life-span and cultures* (pp. 37–57). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-94-017-9603-3_3
- Lin, W.-H., & Chiao, C. (2020). Adverse adolescence experiences, feeling lonely across life stages and loneliness in adulthood. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *20*(3), 243–252. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.07.006>
- Lindsey, E. W., Colwell, M. J., Frabutt, J. M., & MacKinnon-Lewis, C. (2006). Family conflict in divorced and non-divorced families: Potential consequences for boys' friendship status and friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, *23*(1), 45–63. <https://doi.org/10.1177/0265407506060177>
- Liu, J. J. W., Reed, M., & Girard, T. A. (2017). Advancing resilience: An integrative, multi-system model of resilience. *Personality and Individual Differences*, *111*, 111–118.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.007>

- Locke, J., Ishijima, E. H., Kasari, C., & London, N. (2010). Loneliness, friendship quality and the social networks of adolescents with high-functioning autism in an inclusive school setting. *Journal of Research in Special Educational Needs, 10*(2), 74–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1471-3802.2010.01148.x>
- Lodder, G. M. A., Scholte, R. H. J., Goossens, L., & Verhagen, M. (2017). Loneliness in early adolescence: Friendship quantity, friendship quality, and dyadic processes. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 46*(5), 709–720. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1070352>
- Luchetti, M., Lee, J. H., Aschwanden, D., Sesker, A., Strickhouser, J. E., Terracciano, A., & Sutin, A. R. (2020). The trajectory of loneliness in response to COVID-19. *American Psychologist, 75*(7), 897–908. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0000690>
- Luhmann, M., & Hawkey, L. C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Developmental Psychology, 52*(6), 943–959. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/dev0000117>
- Luna, B., Padmanabhan, A., & O’Hearn, K. (2010). What has fMRI told us about the development of cognitive control through adolescence? *Brain and Cognition, 72*(1), 101–113. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.bandc.2009.08.005>
- Luthar, S. S., Sawyer, J. A., & Brown, P. J. (2006). Conceptual issues in studies of resilience: past, present, and future research. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1094*, 105–115. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.009>

- Lyyra, N., Välimaa, R., & Tynjälä, J. (2018). Loneliness and subjective health complaints among school-aged children. *Scandinavian Journal of Public Health, 46*(20), 87–93. <https://doi.org/10.1177/1403494817743901>
- MacEvoy, J., Papadakis, A., Fedigan, S., & Ash, S. (2016). Friendship expectations and children's friendship-related behavior and adjustment. *Merrill-Palmer Quarterly, 62*, 74. <https://doi.org/10.13110/merrpalmquar1982.62.1.0074>
- Madsen, K. R., Damsgaard, M. T., Rubin, M., Jervelund, S. S., Lasgaard, M., Walsh, S., Stevens, G. G. W. J. M., & Holstein, B. E. (2016 α). Loneliness and ethnic composition of the school class: A nationally random sample of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 45*(7), 1350–1365. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0432-3>
- Madsen, K. R., Damsgaard, M. T., Jervelund, S. S., Christensen, U., Stevens, G. G. W. J. M., Walsh, S., Koushede, V., Nielsen, L., Due, P., & Holstein, B. E. (2016 β). Loneliness, immigration background and self-identified ethnicity: a nationally representative study of adolescents in Denmark. *Journal of Ethnic and Migration Studies, 42*(12), 1977–1995. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2015.1137754>
- Maes, M., Nelemans, S. A., Danneel, S., Fernández-Castilla, B., Van den Noortgate, W., Goossens, L., & Vanhalst, J. (2019). Loneliness and social anxiety across childhood and adolescence: Multilevel meta-analyses of cross-sectional and longitudinal associations. *Developmental Psychology, 55*(7), 1548–1565. <https://doi.org/10.1037/dev0000719>
- Maes, M., Qualter, P., Vanhalst, J., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2019). Gender differences in loneliness across the lifespan: A meta-analysis. *European Journal of Personality, 33*(6), 642–654. <https://doi.org/doi:10.1002/per.2220>

- Maes, M., Van den Noortgate, W., Fustolo-Gunnink, S. F., Rassart, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2017). Loneliness in children and adolescents with chronic physical conditions: A meta-analysis. *Journal of Pediatric Psychology, 42*(6), 622–635. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsx046>
- Manago, A. M., & Vaughn, L. (2015). Social media, friendship, and happiness in the millennial generation. In M. Demir (Eds.), *Friendship and happiness: Across the life-span and cultures*, (pp. 187–206). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9603-3_11
- Marcone, R., & Caputo, A. (2019). Is a friend truly a treasure? Evolution of friendship competence from pre-school up to the last year of primary school. *Early Child Development and Care, 189*(1), 43–55. <https://doi.org/10.1080/03004430.2017.1299147>
- Marcone, R., Caputo, A., & della Monica, C. (2015). Friendship competence in kindergarten and primary school children. *European Journal of Developmental Psychology, 12*(4), 412–428. <https://doi.org/10.1080/17405629.2015.1031215>
- Margalit, M. (2010). *Lonely children and adolescents: Self-perceptions, social exclusion, and hope*. Springer Science & Business Media. <https://www.google.com/books?hl=el&lr=&id=LEp3h-bgrwMC&oi=fnd&pg=PR8&dq=margalit+loneliness&ots=bM1DS68x-P&sig=JXODzbUS-8qhFsgBeWpfmUNcePg>
- Martin, N. C., Felton, J. W., & Cole, D. A. (2016). Predictors of youths' posttraumatic stress symptoms following a natural disaster: The 2010 Nashville, Tennessee, flood. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 45*(3), 335–347. <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.982279>

- Masten, A. S. (2015). Pathways to integrated resilience science. *Psychological Inquiry*, 26(2), 187–196. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2015.1012041>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children* 5(7) 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- McDougall, P., & Hymel, S. (2007). Same-gender versus cross-gender friendship conceptions: similar or different? *Merrill-Palmer Quarterly*, 53(3), 347–380. <http://www.jstor.org/stable/23096125>
- Mendelson, M., & Aboud, F. (2014). *McGill friendship questionnaire-friendship functions*. <http://www.midss.org/mcgill-friendship-questionnaire-friendship-functions>
- Merz, E.-M., & Jak, S. (2013). The long reach of childhood. Childhood experiences influence close relationships and loneliness across life. *Advances in Life Course Research*, 18(3), 212–222. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.alcr.2013.05.002>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2014). An attachment perspective on loneliness. In R. J. Coplan & J.C. Bowker, *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*, (pp. 34–50). John Wiley & Sons. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/9781118427378#page=51>
- Mjaavatn, P. E., Frostad, P., & Pijl, S. J. (2016). Adolescents: Differences in friendship patterns related to gender. *Issues in Educational Research*, 26(1), 45–64. <http://www.iier.org.au/iier26/mjaavatn.pdf>

- Motti-Stefanidi, F. (2014). Immigrant youth adaptation in the greek school context: A risk and resilience developmental perspective. *Child Development Perspectives, 8*(3), 180–185. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cdep.12081>
- Murphy, L. K., Bettis, A. H., Gruhn, M. A., Gerhardt, C. A., Vannatta, K., & Compas, B. E. (2017). Resilience in adolescents with cancer: Association of coping with positive and negative affect. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics, 38*(8). https://journals.lww.com/jrnldb/Fulltext/2017/10000/Resilience_in_Adolescents_with_Cancer__Association.10.aspx
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T., & Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health ? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research : JCDR, 8*(9), 1-4. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2014/10077.4828>
- Neill, J. T., & Dias, K. L. (2001). Adventure education and resilience: The double-edged sword. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning, 1*(2), 35–42. <https://doi.org/10.1080/14729670185200061>
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of adolescent peer relations in the social media context: A theoretical framework and application to dyadic peer relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review, 21*(3), 267–294. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0261-x>
- Nicol, A., & Fleming, M. J. (2010). “i h8 u”: The influence of normative beliefs and hostile response selection in predicting adolescents’ mobile phone aggression—A pilot study. *Journal of School Violence, 9*(2), 212–231. <https://doi.org/10.1080/15388220903585861>

- Nolan, A., Taket, A., & Stagnitti, K. (2014). Supporting resilience in early years classrooms: the role of the teacher. *Teachers and Teaching, 20*(5), 595–608.
<https://doi.org/10.1080/13540602.2014.937955>
- Noltemeyer, A. L., & Bush, K. R. (2013). Adversity and resilience: A synthesis of international research. *School Psychology International, 34*(5), 474–487.
<https://doi.org/10.1177/0143034312472758>
- Ogle, C. M., Rubin, D. C., Berntsen, D., & Siegler, I. C. (2013). The frequency and impact of exposure to potentially traumatic events over the life course. *Clinical Psychological Science : A Journal of the Association for Psychological Science, 1*(4), 426–434.
<https://doi.org/10.1177/2167702613485076>
- Oldfield, J., Stevenson, A., Ortiz, E., & Haley, B. (2018). Promoting or suppressing resilience to mental health outcomes in at risk young people: The role of parental and peer attachment and school connectedness. *Journal of Adolescence, 64*, 13–22.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.01.002>
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*(4), 730-749.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.91.4.730>
- Oswald, D. L. (2017). Maintaining long-lasting friendships. In M. Hojjat, A. Moyer, & A. M. Halpin (Eds.), *The psychology of friendship* (pp. 267–282). Oxford University Press.

- Oswald, D. L., Clark, E. M., & Kelly, C. M. (2004). Friendship maintenance: An analysis of individual and dyad behaviors. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(3), 413–441. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.3.413.35460>
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin, 128*(1), 3–72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.1.3>
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin, 128*(1), 3–72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.1.3>
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology, 29*(4), 611–621. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0012-1649.29.4.611>
- Parsons, S., Kruijt, A.-W., & Fox, E. (2016). A cognitive model of psychological resilience. *Journal of Experimental Psychopathology, 7*(3), 296–310. <https://doi.org/10.5127/jep.053415>
- Peerenboom, L., Collard, R. M., Naarding, P., & Comijs, H. C. (2015). The association between depression and emotional and social loneliness in older persons and the influence of social support, cognitive functioning and personality: A cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders, 182*, 26–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.04.033>

- Perlman, D., & Peplau, L. (1982). Theoretical approaches to loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). Wiley
- Perron, J. L., Cleverley, K., & Kidd, S. A. (2014). Resilience, loneliness, and psychological distress among homeless youth. *Archives of Psychiatric Nursing*, 28(4), 226–229. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.apnu.2014.05.004>
- Pieloch, K. A., McCullough, M. B., & Marks, A. K. (2016). Resilience of children with refugee statuses: A research review. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 57(4), 330–339. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cap0000073>
- Pittman, L. D., & Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality, and psychological adjustment during the transition to college. *The Journal of Experimental Education*, 76(4), 343–362. <https://doi.org/10.3200/JEXE.76.4.343-362>
- Poole, J. C., Dobson, K. S., & Pusch, D. (2017). Childhood adversity and adult depression: The protective role of psychological resilience. *Child Abuse & Neglect*, 64, 89–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.12.012>
- Poulin, F., & Chan, A. (2010). Friendship stability and change in childhood and adolescence. *Developmental Review*, 30(3), 257–272. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.01.001>
- Putarek, V., & Keresteš, G. (2015). Self-perceived popularity in early adolescence: Accuracy, associations with loneliness, and gender differences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(2), 257–274. <https://doi.org/10.1177/0265407515574465>

- Qualter, P., Brown, S. L., Rotenberg, K. J., Vanhalst, J., Harris, R. A., Goossens, L., Bangee, M., & Munn, P. (2013). Trajectories of loneliness during childhood and adolescence: Predictors and health outcomes. *Journal of Adolescence*, *36*(6), 1283–1293. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.01.005>
- Qualter, P. (2003). Loneliness in Children and Adolescents: What do schools and teachers need to know and how can they help? *Pastoral Care in Education*, *21*(2), 10–18. <https://doi.org/doi:10.1111/1468-0122.00257>
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., & Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 250–264. <https://doi.org/10.1177/1745691615568999>
- Raboteg-Saric, Z., & Sakic, M. (2014). Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, *9*(3), 749–765. <https://doi.org/10.1007/s11482-013-9268-0>
- Rawlins, W. K. (2009). *The compass of friendship: Narratives, identities, and dialogues*. Sage.
- Richardson, T., Elliott, P., & Roberts, R. (2017). Relationship between loneliness and mental health in students. *Journal of Public Mental Health*, *16*, 48-54. <https://www.tandfonline.com/servlet/linkout?suffix=CIT0037&dbid=16&doi=10.1080%2F09638237.2018.1470319&key=10.1108%2FJPMH-03-2016-0013>
- Roach, A. (2019). A concept analysis of adolescent friendship. *Nursing Forum*, *54*(3), 328–335. <https://doi.org/10.1111/nuf.12332>

- Robertson, G. (2019). Understanding the psychological drivers of loneliness: the first step towards developing more effective psychosocial interventions. *Quality in Ageing and Older Adults*, 20(3), 143–154. <https://doi.org/10.1108/QAOA-03-2019-0008>
- Rode, V., Rotsaert, M., & Delhaye, M. (2015). Loneliness and adolescence: Clinical implications and outlook. Literature review. *Revue medicale de Bruxelles*, 36(5), 415–420. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26749631>
- Rokach, A. (2018). The effect of gender and culture on loneliness: A mini review. *Emerging Science Journal*, 2(2), 59–64. <https://doi.org/10.28991/esj-2018-01128>
- Rönkä, A. R., Taanila, A., Koiranen, M., Vappu, K., & Rautio, A. (2013). Associations of deliberate self-harm with loneliness, self-rated health and life satisfaction in adolescence: Northern Finland birth cohort 1986 study. *International Journal of Circumpolar Health*, 72(1), 21085. <https://doi.org/10.3402/ijch.v72i0.21085>
- Rose, A. J., & Smith, R. L. (2018). Gender and peer relationships. In L. & Bukowski, William M & Rubin (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups*, (2nd ed., pp. 571–589). The Guilford Press.
- Rosedale, M. (2007). Loneliness: An exploration of meaning. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 13(4), 201–209. <https://doi.org/10.1177/1078390307306617>
- Rubin, K., Dwyer, K., Kim, A., Burgess, K., Booth-LaForce, C., & Rose-Krasnor, L. (2004). Attachment, friendship, and psychosocial functioning in early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 24, 326–356. <https://doi.org/10.1177/0272431604268530>

- 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*(3), 472.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment, 42*(3), 290–294.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11
- Russell, D. W. (1996). UCLA loneliness scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment, 66*(1), 20–40.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Sagone, E., & Caroli, M. E. De. (2014). Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 141*, 881–887. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2015). Positive personality as a predictor of high resilience in adolescence. *Journal of Psychology and Behavioral Science, 3*(2), 45–53.
<https://doi.org/10.15640/jpbs.v3n2a6>
- Sakka, S., Nikopoulou, V. A., Bonti, E., Tatsiopoulou, P., Karamouzi, P., Giazkoulidou, A., Tsipropoulou, V., Parlapani, E., Holeva, V., & Diakogiannis, I. (2020). Assessing test anxiety and resilience among Greek adolescents during COVID-19 pandemic. *Journal of Mind and Medical Sciences, 7*(2), 173–178.
<https://scholar.valpo.edu/jmms/vol7/iss2/8>
- Santini, Z. I., Fiori, K. L., Feeney, J., Tyrovolas, S., Haro, J. M., & Koyanagi, A. (2016). Social relationships, loneliness, and mental health among older men and women in

- Ireland: A prospective community-based study. *Journal of Affective Disorders*, 204, 59–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.032>
- Schinka, K. C., van Dulmen, M. H. M., Mata, A. D., Bossarte, R., & Swahn, M. (2013). Psychosocial predictors and outcomes of loneliness trajectories from childhood to early adolescence. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1251–1260. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.08.002>
- Schinka, K. C., VanDulmen, M. H. M., Bossarte, R., & Swahn, M. (2012). Association between loneliness and suicidality during middle childhood and adolescence: Longitudinal effects and the role of demographic characteristics. *The Journal of Psychology*, 146(1–2), 105–118. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.584084>
- Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of friendship experiences with depressive symptoms and loneliness in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(8), 664–700. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000239>
- Schwarz, B., Stutz, M., & Ledermann, T. (2012). Perceived interparental conflict and early adolescents' friendships: The role of attachment security and emotion regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(9), 1240–1252. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9769-4>
- Secor, S. P., Limke-McLean, A., & Wright, R. W. (2017). Whose support matters? Support of friends (but not family) may predict affect and wellbeing of adults faced with negative life events. *Journal of Relationships Research*, 8(10), 1–10. [doi:10.1017/jrr.2017.10](https://doi.org/10.1017/jrr.2017.10)

- Sevil-Gülen, Ö., & Demir, A. (2020). Resilience in socioeconomically disadvantaged Turkish adolescents: An ecological perspective. *Youth & Society*, 1-20.
<https://doi.org/10.1177/0044118X20959535>
- Sharabi, A., Levi, U., & Margalit, M. (2012). Children's loneliness, sense of coherence, family climate, and hope: Developmental risk and protective factors. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 61-83. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.568987>
- Sharabi, A., & Margalit, M. (2010). The mediating role of internet connection, virtual friends, and mood in predicting loneliness among students with and without learning disabilities in different educational environments. *Journal of Learning Disabilities*, 44(3), 215-227.
<https://doi.org/10.1177/0022219409357080>
- Shepherd, C., Reynolds, F. A., & Moran, J. (2010). 'They're battle scars, I wear them well': a phenomenological exploration of young women's experiences of building resilience following adversity in adolescence. *Journal of Youth Studies*, 13(3), 273-290.
<https://doi.org/10.1080/13676260903520886>
- Sinanan, J., & Gomes, C. (2020). 'Everybody needs friends': Emotions, social networks and digital media in the friendships of international students. *International Journal of Cultural Studies*, 23(5), 674-691. <https://doi.org/10.1177/1367877920922249>
- Sippel, L. M., Pietrzak, R. H., Charney, D. S., Mayes, L. C., & Southwick, S. M. (2015). How does social support enhance resilience in the trauma-exposed individual? *Ecology and Society*, 20(4). <http://www.jstor.org/stable/26270277>
- Skrove, M., Romundstad, P., & Indredavik, M. S. (2013). Resilience, lifestyle and symptoms of anxiety and depression in adolescence: the Young-HUNT study. *Social Psychiatry*

and Psychiatric Epidemiology, 48(3), 407–416. <https://doi.org/10.1007/s00127-012-0561-2>

Sønderby, L. C., & Wagoner, B. (2013). Loneliness: An integrative approach. *Journal of Integrated Social Sciences*, 3(1), 1–29.
[http://www.jiss.org/documents/volume_3/issue_1/JISS%202013%203\(1\)%201-29%20Loneliness.pdf](http://www.jiss.org/documents/volume_3/issue_1/JISS%202013%203(1)%201-29%20Loneliness.pdf)

Southwick, S. M., Vythilingam, M., & Charney, D. S. (2004). The psychobiology of depression and resilience to stress: Implications for prevention and treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1(1), 255–291.
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143948>

Spithoven, A. W. M., Lodder, G. M. A., Goossens, L., Bijttebier, P., Bastin, M., Verhagen, M., & Scholte, R. H. J. (2017). Adolescents' loneliness and depression associated with friendship experiences and well-being: A person-centered approach. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 429–441. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0478-2>

Stasinou, V., Hatzichristou, C., Lampropoulou, A., & Lianos, P. (2020). Adolescents' perceptions of covitality and academic performance: The moderating role of school climate. *Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society*, 25(1), 55-71.
https://doi.org/10.12681/psy_hps.25336

Stickley, A., Koyanagi, A., Kuposov, R., Schwab-Stone, M., & Ruchkin, V. (2014). Loneliness and health risk behaviours among Russian and U.S. adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 14(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-366>

- Stratta, P., Capanna, C., Patriarca, S., de Cataldo, S., Bonanni, R. L., Riccardi, I., & Rossi, A. (2013). Resilience in adolescence: Gender differences two years after the earthquake of L'Aquila. *Personality and Individual Differences, 54*(3), 327–331.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.09.016>
- Teo, A. R., Feters, M. D., Stufflebam, K., Tateno, M., Balhara, Y., Choi, T. Y., Kanba, S., Mathews, C. A., & Kato, T. A. (2014). Identification of the hikikomori syndrome of social withdrawal: Psychosocial features and treatment preferences in four countries. *International Journal of Social Psychiatry, 61*(1), 64–72.
<https://doi.org/10.1177/0020764014535758>
- Thabet, A. M., & Thabet, S. S. (2015). Trauma, PTSD, anxiety, and resilience in Palestinian children in the Gaza strip. *Journal of Education, Society and Behavioural Science, 11*(1), 1–13. <https://doi.org/10.9734/BJESBS/2015/19101>
- Thien, L. M., Razak, N. A., & Jamil, H. (2012). *Friendship quality scale: Conceptualization, development and validation* (ED542465). ERIC.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED542465.pdf>
- Tian, L., Liu, L., & Shan, N. (2018). Parent–child relationships and resilience among Chinese adolescents: The mediating role of self-esteem. *Frontiers in Psychology, 9*, 1030.
<https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2018.01030>
- Tipton, L. A., Christensen, L., & Blacher, J. (2013). Friendship quality in adolescents with and without an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 26*(6), 522–532. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jar.12051>

Türk-Kurtça, T., & Kocatürk, M. (2020). The role of childhood traumas, emotional self-efficacy and internal-external locus of control in predicting psychological resilience.

International Journal of Education and Literacy Studies, 8(3), 105–115.

<http://dx.doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.8n.3p.105>

Tzouvara, V., Papadopoulos, C., & Randhawa, G. (2015). A narrative review of the theoretical foundations of loneliness. *British Journal of Community Nursing*, 20(7),

329–334. <https://doi.org/10.12968/bjcn.2015.20.7.329>

van der Horst, M., & Coffé, H. (2012). How friendship network characteristics influence subjective well-being. *Social Indicators Research*, 107(3), 509–529.

<https://doi.org/10.1007/s11205-011-9861-2>

van Harmelen, A.-L., Kievit, R. A., Ioannidis, K., Neufeld, S., Jones, P. B., Bullmore, E., Dolan, R., Fonagy, P., & Goodyer, I. (2017). Adolescent friendships predict later resilient functioning across psychosocial domains in a healthy community cohort. *Psychological Medicine*, 47(13), 2312–2322.

<https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/servlet/linkout?suffix=null&dbid=16&doi=10.1111%2Fjcpp.12841&key=10.1017%2FS0033291717000836>

van Harmelen, A.-L., Gibson, J. L., St Clair, M. C., Owens, M., Brodbeck, J., Dunn, V., Lewis, G., Croudace, T., Jones, P. B., Kievit, R. A., & Goodyer, I. M. (2016).

Friendships and family support reduce subsequent depressive symptoms in at risk adolescents. *PLoS One*, 11(5), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153715>

Vanhalst, J., Goossens, L., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., & Engels, R. C. M. E. (2013). The development of loneliness from mid- to late adolescence: Trajectory classes, personality

- traits, and psychosocial functioning. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1305–1312.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.002>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2014). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development*, 23(1), 100–118. <https://doi.org/doi:10.1111/sode.12019>
- Vaquera, E., & Kao, G. (2008). Do you like me as much as I like you? Friendship reciprocity and its effects on school outcomes among adolescents. *Social Science Research*, 37(1), 55–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.11.002>
- Vellymalay, S. K. N. (2010). Loneliness and social dissatisfaction among preschool children. *Canadian Social Science*, 6(4), 167–174.
<http://dx.doi.org/10.3968/j.css.1923669720100604.017>
- von Soest, T., Luhmann, M., & Gerstorf, D. (2020). The development of loneliness through adolescence and young adulthood: Its nature, correlates, and midlife outcomes. *Developmental Psychology*, 56(10), 1919–1934. <https://doi.org/10.1037/dev0001102>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178. <https://cyberleninka.org/article/n/255719.pdf>
- Walker, D. I., Curren, R., & Jones, C. (2016). Good friendships among children: A theoretical and empirical investigation. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 46(3), 286–309. <https://doi.org/doi:10.1111/jtsb.12100>
- Wang, Y., Palonen, T., Hurme, T.-R., & Kinos, J. (2019). Do you want to play with me today? Friendship stability among preschool children. *European Early Childhood*

Education Research Journal, 27(2), 170–184.

<https://doi.org/10.1080/1350293X.2019.1579545>

Weeks, M. S., & Asher, S. R. (2012). Loneliness in childhood: Toward the next generation of assessment and research. *Advances in Child Development and Behavior*, 42, 1–40.

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&dopt=Abstract&list_uids=22675902

Weil, L. G., Fleming, S. M., Dumontheil, I., Kilford, E. J., Weil, R. S., Rees, G., Dolan, R. J., & Blakemore, S.-J. (2013). The development of metacognitive ability in adolescence.

Consciousness and Cognition, 22(1), 264–271.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.concog.2013.01.004>

Weisz, J. R., Sandler, I. N., Durlak, J. A., & Anton, B. S. (2005). Promoting and protecting youth mental health through evidence-based prevention and treatment. *American Psychologist*, 60(6), 628–648.

<https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.6.628>

Wentzel, K. R. (2017). Peer relationships, motivation, and academic performance at school.

In A. J. Elliot, C. S. Dweck, & D. S. Yeager (Eds.), *Handbook of competence and motivation: Theory and application*, (pp. 586–603). The Guilford Press.

<https://psycnet.apa.org/record/2017-17591-031>

Wentzel, K. R., Jablansky, S., & Scalise, N. R. (2018). Do friendships afford academic

benefits? A meta-analytic study. *Educational Psychology Review*, 30(4), 1241–1267.

<https://doi.org/10.1007/s10648-018-9447-5>

- White, A. E., Weinstein, E., & Selman, R. L. (2016). Adolescent friendship challenges in a digital context: Are new technologies game changers, amplifiers, or just a new medium? *Convergence*, 24(3), 269–288. <https://doi.org/10.1177/1354856516678349>
- Wong, N. M. L., Yeung, P. P. S., & Lee, T. M. C. (2018). A developmental social neuroscience model for understanding loneliness in adolescence. *Social Neuroscience*, 13(1), 94–103. <https://doi.org/10.1080/17470919.2016.1256832>
- Woodhouse, S. S., Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2012). Loneliness and peer relations in adolescence. *Social Development*, 21(2), 273–293. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>
- Wright, M. O., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 15–37). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_2
- Χατζηχρήστου, Χ. (2015). *Πρόληψη και προαγωγή της ψυχικής υγείας στο σχολείο και στην οικογένεια*. Gutenberg
- Xu, J., & Ou, L. (2014). Resilience and quality of life among Wenchuan earthquake survivors: the mediating role of social support. *Public Health*, 128(5), 430–437. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.puhe.2014.03.002>
- Yakici, E., & Traş, Z. (2018). Life satisfaction and loneliness as predictive variables in psychological resilience levels of emerging adults. *Research on Education and Psychology*, 2(2), 176–184. <https://dergipark.org.tr/en/pub/rep/issue/39782/488782>

- Yang, K. (2019). *Loneliness: A social problem*. Routledge.
https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Loneliness%3A%20A%20social%20problem&publication_year=2019&author=K.%20Yang
- Yang, K., & Victor, C. (2011). Age and loneliness in 25 European nations. *Ageing and Society*, 31(8), 1368–1388. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1000139X>
- Yau, J. C., & Reich, S. M. (2018). Are the qualities of adolescents' offline friendships present in digital interactions? *Adolescent Research Review*, 3(3), 339–355.
<https://doi.org/10.1007/s40894-017-0059-y>
- Yule, K., Houston, J., & Grych, J. (2019). Resilience in children exposed to violence: A meta-analysis of protective factors across ecological contexts. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 22(3), 406–431. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00293-1>
- Zeng, G., Hou, H., & Peng, K. (2016). Effect of growth mindset on school engagement and psychological well-being of Chinese primary and middle school students: The mediating role of resilience. *Frontiers in Psychology*, 7, 1873.
<https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2016.01873>
- Zhou, S.-J., Zhang, L.-G., Wang, L.-L., Guo, Z.-C., Wang, J.-Q., Chen, J.-C., Liu, M., Chen, X., & Chen, J.-X. (2020). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(6), 749–758. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4>
- Zhou, Z.-K., Liu, Q.-Q., Niu, G.-F., Sun, X.-J., & Fan, C.-Y. (2017). Bullying victimization and depression in Chinese children: A moderated mediation model of resilience and

mindfulness. *Personality and Individual Differences*, 104, 137–142.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.07.040>

Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review.

Children and Youth Services Review, 34(12), 2295–2303.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2012.08.009>