

Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης σε μαθητές και ενήλικες Αποσαφηνίσεις, εκπαιδευτικές πρακτικές και χρήσιμη βιβλιογραφία

Διονύσης Γουβιάς

Κοινωνιολόγος - Διδάσκων στο ΤΕΠΑΕΣ, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Εισαγωγή

Στην εποχή μας η όλο και συχνότερη ενασχόληση των επισήμων οργάνων χάραξης της εκπαιδευτικής πολιτικής σε παγκόσμιο επίπεδο με την επίτευξη υψηλών «μαθησιακών στόχων», πιστεύεται ότι θα επιτευχθεί μέσω της υιοθέτησης υψηλών προτύπων (*standards*), τα οποία όλοι οι μαθητές πρέπει να ακολουθούν και να αξιολογούνται με «ομοιόμορφους» και τυποποιημένους εξεταστικούς μηχανισμούς. Ο S. Ball (1998) έχει επισημάνει κάποιες κοινές «τάσεις» στη χάραξη εκπαιδευτικών πολιτικών, των Δυτικών και ανεπτυγμένων τεχνολογικά χωρών, ανάμεσα στις οποίες εξέχουσα θέση έχει η επικράτηση κριτηρίων «επιδειξιμότητας» και «αποτελεσματικότητας» (σύμφωνα με προκαθορισμένα, και γι' αυτό αδιαμφισβήτητα, κριτήρια-στόχους).

Οι «τάσεις» όμως αυτές δεν μας αποκαλύπτουν πολλά πράγματα για την «ποικιλία» και τη «διαφορετικότητα» που χαρακτηρίζουν τις διαδικασίες μάθησης. Ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι μαθαίνουν και συμπεριφέρονται εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από μια σειρά ατομικών (φυσιολογικών, ψυχοκινητικών, συναισθηματικών και γνωστικών) και κοινωνικών παραγόντων. Η αλληλεπίδραση όλων αυτών των παραγόντων παράγει πολύπλοκες ψυχο-κοινωνικές διαδικασίες και χαρακτηριστικά τα οποία, για χρόνια, οι διάφορες ειδικότητες των κοινωνικών επιστημών προσπαθούν να αποκωδικοποιήσουν μέσω συγκεκριμένων εννοιολογικών εργαλείων με μεγάλη αναλυτική και επεξηγητική ισχύ. Μια από αυτές τις έννοιες (ή ομάδα εννοιών) είναι και η «αυτοεκτίμηση».

Λέγεται (Bruner, 1986. Gurney, 1987 & 1988. Lawrence, 1987. Slavin, 1987 & 1990) ότι οι εκπαιδευτικοί μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την ανάπτυξη μιας θετικής αυτό-εικόνας στους μαθητές, και να τους προσφέρουν τη δυνατότητα για εμπειρίες που θα εμπλουτίσουν το επίπεδο αυτοεκτίμησης. Σε αυτή την προσπάθεια, φυσικά δεν πρέπει να αγνοηθεί και ο βαθμός αυτοεκτίμησης και

των ίδιων των εκπαιδευτικών.

Αυτό το άρθρο επιδιώκει να:

1. αποσαφηνίσει τους όρους, «αυτο-προσδιορισμός», ή «αυτο-ιδεασμός» (*self-concept*), «αυτο-εικόνα» (*self-image*), «ιδεατός εαυτός» (*ideal-self*) και «αυτο-εκτίμηση» (*self-esteem*).
2. προβεί σε μια θεωρητική προσέγγιση της ανάπτυξης μιας θετικής αυτοεκτίμησης, ανάλογης της ηλικιακής ωρίμανσης.
3. μελετήσει τους όρους οι οποίοι προωθούν την ανάπτυξη μιας θετικής αυτοεικόνας και την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης.
4. προτείνει αποτελεσματικές μεθόδους όσο αφορά το άτομο, την τάξη και το μαθησιακό περιβάλλον γενικά.
5. περιγράψει χρήσιμα εργαλεία τα οποία μπορούν βοηθήσουν στην πρακτική εφαρμογή των παραπάνω μεθόδων.

Αποσαφήνιση όρων

Η αποσαφήνιση της εξεταζόμενης ορολογίας έγινε ύστερα από χρόνιες διαφονίες μεταξύ των ερευνητών. Σε αυτό το άρθρο θα γίνουν κάποιες επεξηγήσεις οι οποίες κινούνται στα πλαίσια των απόψεων των Rosenberg (1979, 1986), Lawrence (1987) και Harter (1985 & 1996).

A. Αυτο-προσδιορισμός (*self-concept*)

«Αυτο-προσδιορισμός» είναι ένας όρος – «ομπρέλα» που περιλαμβάνει την «αυτο-εικόνα», τον «ιδεατό εαυτό» και την «αυτο-εκτίμηση». Αυτοπροσδιορισμός είναι το άθροισμα της άποψής μας για τα σωματικά και πνευματικά μας χαρακτηριστικά, και της εκτίμησής μας για αυτά σε σχέση με την αντίληψη που έχουμε για το «ιδεώδες». Σύμφωνα με τον Burns (1979), ο «αυτοπροσδιορισμός» ή «αυτοαντίληψη» αντιπροσωπεύει «μια δήλωση ή μια περιγραφή του ατόμου, ανεξάρτητα από το κατά πόσο η γνώση είναι σωστή ή λανθασμένη, βασισμένη σε αντικειμενικά στοιχεία ή σε υποκειμενική γνώμη». Δημιουργείται σταδιακά, από την αρχική συνειδητοποίηση εκ μέρους του βρέφους του φυσικού (σωματικού) του εαυτού, μέσω της αναγνώρισης (με την πάροδο των ετών) συγκεκριμένων ικανοτήτων σε διάφορες καταστάσεις, και μέσω της ανατροφοδότησης από «σημαντικούς άλλους» της κοινωνικής ζωής. Ο αυτοπροσδιορισμός συνεχίζει να μεταλλάσσεται καθόλη τη διάρκεια της ζωής του ατόμου.

B. Αυτο-εικόνα (*self-image*)

Η «αυτο-εικόνα» αποτελείται από ιδέες που έχουμε για την εμφάνιση, τις ικανότητες και τα χαρακτηριστικά μας. Οι νεότερες εντυπώσεις της αυτοεικόνας είναι κυρίως εκείνες της φυσικής (σωματικής) εικόνας, όπως αυτή ενισχύεται από τα σχόλια των γονέων, γύρω από το πόσο «μικρός» ή «μεγάλος», «χονδρός» ή «αδύνατος» είναι ο γιος / η κόρη τους. Αυτές οι εντυπώσεις συμπληρώνονται από το αίσθημα του να είσαι αγαπητός ή όχι ή εκείνο του να είσαι «έξυ-

πνος» ή «χαζός». Τέτοιες «εικόνες» μεταδίδονται, τόσο μέσω γλωσσικών (*verbal*), όσο και μη γλωσσικών μηνυμάτων από τους άλλους. Αυτές οι ιδέες αποκτούνται και επηρεάζονται από το πώς βλέπουμε τους εαυτούς μας να κρίνονται από τους τριγύρω μας, όπως επίσης και αργότερα από τις προσωπικές εκτιμήσεις των δυνατοτήτων μας. Είναι ενδιαφέρον να προσέξουμε ότι έρευνες (Harter, 1986) δείχνουν ότι μικρά παιδιά, μεταξύ 4 και 7 ετών, «τείνουν να διογκώνουν το αίσθημα αξιοσύνης τους», κάτι το οποίο μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι «σε αυτή την ηλικία το μικρό παιδί είναι ανίκανο να χρησιμοποιήσει με ακρίβεια πληροφορίες κοινωνικών συγκρίσεων για να προβεί σε αυτο-αξιολόγηση (*self-evaluation*), και οι «αγαθοί» κοινωνικοποιητικοί παράγοντες, συνήθως, παρέχουν υπερβολικά θετική ανατροφοδότηση.

Γ. Ιδεατός εαυτός (*ideal-self*)

Ο ιδεατός εαυτός είναι η εικόνα που κατασκευάζουμε κυρίως μέσα από τα σχόλια και τις αποτιμήσεις που κάνουν για μας κάποιοι «σημαντικοί άλλοι», και έχει να κάνει κυρίως με ιδεατά χαρακτηριστικά γνωρίσματα τα οποία επιδιώκουμε να αποκτήσουμε. Το παιδί συνειδητοποιεί τις συμπεριφορές και τις δεξιότητες εκείνες που ιδιαίτερα εκτιμώνται από τους γονείς, και αργότερα από τους δασκάλους, τους συνομηλίκους και τα ΜΜΕ. Ως ενήλικοι, δεν είμαστε ακόμα ελεύθεροι από την επίδραση των αξιολογικών κρίσεων των «σημαντικών άλλων», των ιεραρχικά ανώτερων συναδέλφων μας και των συντρόφων μας, όσο αφορά την επιρροή τους πάνω στην αντίληψη που έχουμε για τον ιδεατό εαυτό, αν και γινόμαστε ολοένα και εξαρτώμενοι από τη δική μας κρίση.

Δ. Αυτο-εκτίμηση (*self-esteem*)

Η αυτοεκτίμηση είναι μια αξιολογική κρίση γύρω από τον εαυτό μας. Η αυτοεκτίμησή μας εξαρτάται από την αξιολόγηση που κάνουμε πάνω στη διαφορά(ές) μεταξύ της αυτοεικόνας μας και του ιδεατού εαυτού μας. Αν η αυτοεικόνα μας είναι φτωχή, τότε υπάρχει μικρή ελπίδα να πετύχουμε ποτέ τον ιδεατό εαυτό, και η αυτοεκτίμηση είναι χαμηλή. Αν, παραταύτα, έχουμε μια αυτοεικόνα η οποία περικλείει «αποδεκτή» σωματική εμφάνιση, ικανότητες σε διάφορες περιστάσεις και, γενικά, χαρακτηριστικά που νιώθουμε ότι εκτιμώνται ευρύτατα, τότε η αυτοεκτίμησή μας θα είναι υψηλή. Ο James (1890/1963) μάλιστα πρότεινε μια μαθηματική σχέση η οποία ορίζει την αυτοεκτίμηση ως το πηλίκο των επιτυχιών του ατόμου προς τις επιδιώξεις ή φιλοδοξίες του (βλ. και Μακρή – Μπότσαρη, 2001ε, σ. 21):

$$\text{Αυτοεκτίμηση} = \frac{\text{Επιτυχίες}}{\text{Επιδιώξεις}}$$

Η έννοια της «αυτοεκτίμησης» σχετίζεται επίσης με μια νέα σχετικά έννοια στο χώρο της εκπαιδευτικής ψυχολογίας, την «αυτοαποτελεσματικότητα» (*self-efficacy*) (Bandura, 1986· Marsh *et al.*, 1985· Μακρή – Μπότσαρη, 2001). Η έν-

νοια αυτή έχει τις ρίζες της στη θεωρία της «κοινωνικής μάθησης» (Bandura, 1986). Παρουσιάζεται ως υποκείμενη της «αυτοεκτίμησης», από τη στιγμή που αυτή αναφέρεται σε ευρύτερες ικανότητες και χαρακτηριστικά του ατόμου, ενώ η «αυτοαποτελεσματικότητα» εστιάζεται στις «εκτιμήσεις του ατόμου αναφορικά με την ικανότητά του να οργανώσει και να εκτελέσει ένα σχέδιο δράσης για την επίτευξη προκαθορισμένων επιπέδων επίδοσης» (Μακρή – Μπότσαρη, 2001ε, σ. 24).

Η ανάπτυξη του αυτοπροσδιορισμού με τα χρόνια

Δεν γεννιόμαστε με τον αυτο-προσδιορισμό. Αυτός μαθαίνεται μέσα από τις εμπειρίες μας. Η έρευνα αποδεικνύει ότι η ανάπτυξη του αυτο-προσδιορισμού διέρχεται από τρία στάδια:

- Ο πρωτογενής εαυτός (0-2 ετών, περίπου).
- Ο έξω-εαυτός (2-13 ετών)
- Ο έσω-εαυτός (13 + ετών)

Η ανάπτυξη του αυτοπροσδιορισμού κινείται ανάμεσα στη συνειδητοποίηση των σωματικών χαρακτηριστικών και της παρατηρούμενης συμπεριφοράς, από τη μια, και μια εκτίμηση του έσω-εαυτού, που περιλαμβάνει ψυχολογικές διαδικασίες, αξίες και προσωπικές φιλοσοφικές θέσεις.

A. Αυτο-εικόνα (self-image)

Στην ηλικιακή περίοδο 4-7 ετών, τα παιδιά σχηματίζουν την αυτοεικόνα τους από τις κρίσεις στις οποίες προβαίνουν πάνω στις σωματικές και διανοητικές τους ικανότητες, την κοινωνική αποδοχή και τη συμπεριφορά.

Κατά τη διάρκεια της μέσης παιδικής ηλικίας (8-14 ετών), πέντε κύρια «πεδία» διαφοροποιούνται όσο αφορά την καθιέρωση της αυτοεικόνας: *σχολικές ικανότητες, αθλητικές επιδόσεις, σωματική εμφάνιση, αποδοχή από ομηλικούς και συμπεριφορά*. Στην εφηβεία, τρία επιπλέον πεδία συσχετίζονται με την αυτοεικόνα μας: *ισχυρές φιλίες, διαφυλικές σχέσεις και εργασιακές δεξιότητες* (βλ. Harter, 1985 & 1988).

Στην μετα-εφηβική ηλικία, υπάρχουν διαφοροποιήσεις σε ένα μεγαλύτερο εύρος πεδίων: *ικανότητες για ανώτερες σπουδές, διανοητική ωρίμανση, δημιουργικότητα, εργασιακές δεξιότητες, αθλητικές επιδόσεις, σωματική εμφάνιση, αποδοχή από ομηλικούς, ισχυρές φιλίες, ερωτικές σχέσεις, οικογενειακές σχέσεις και ανάπτυξη της αίσθησης του χιούμορ*.

Οι αυτοεικόνες των ενηλίκων βασίζονται λιγότερο σε καθαρά διανοητικούς παράγοντες, και περισσότερο σε πεδία που σχετίζονται με την εργασία και την οικογένεια. Αυτά μπορεί να είναι: *ευφυΐα, εργασιακές δεξιότητες, αθλητικές επιδόσεις, σωματική εμφάνιση, κοινωνικότητα, ισχυρές φιλίες, ερωτικές σχέσεις, ηθικές αρχές, αίσθηση του χιούμορ, διαχείριση νοικοκυριού και αίσθηση πληρότητας ως προστάτης/τρια*.

B. Ιδεατός εαυτός (*ideal-self*)

Ο ιδεατός-εαυτός που κατασκευάζουμε εξαρτάται από τη σημασία που αποδίδουμε στο κάθε χαρακτηριστικό της αυτοεικόνας μας. Τα σημαντικότερα πεδία αλλάζουν με την ηλικία, αλλά δείχνουν μια σταθερότητα ανάμεσα στα άτομα. Κατά τη διάρκεια της ζωής, η σωματική εμφάνιση και η κοινωνική αποδοχή πιστεύεται ότι αποτελούν τα σημαντικότερα συστατικά στοιχεία της εικόνας του ιδεατού-εαυτού.

Γ. Αυτό-εκτίμηση (*self-valuation* ή *self-esteem*)

Η αυτοεκτίμηση είναι ένας συνδυασμός μιας γενικής αίσθησης ανταρσκειας και ικανοποίησης με τον τρόπο ζωής μας (γενική αυτοεκτίμηση – *global self-esteem*), και της αποτίμησης που κάνουμε γύρω από τις ικανότητές μας σε συγκεκριμένες περιοχές οι οποίες είναι σημαντικές σε κάποιο στάδιο της ζωής μας.

Παιδιά με υψηλό βαθμό αυτοεκτίμησης βρέθηκε ότι προσπαθούν να μειώσουν τη σημασία πεδίων στα οποία είναι λιγότερο ικανά, όπως, για παράδειγμα, ένα παιδί το οποίο είναι πολύ καλό στον αθλητισμό, αλλά δεν ενδιαφέρεται για τη φτωχή του σχολική επίδοση. Παιδιά με χαμηλό βαθμό αυτοεκτίμησης δεν μπορούν να το κάνουν αυτό. Αποθαρρύνονται από κάθε δυσκολία που συναντούν, και έτσι διατηρούν μια μεγάλη διαφορά ανάμεσα στην αυτοεικόνα τους και τον ιδεατό-εαυτό τους. Όλοι μας επιζητούμε επιβεβαίωση αυτού που είμαστε, του αυτοπροσδιορισμού μας, ούτως ώστε να διατηρήσουμε μια σταθερότητα.

Παιδιά με χαμηλή αυτοεκτίμηση επισημαίνουν αρνητικά σχόλια, τα οποία επιβεβαιώνουν την αυτοεικόνα τους, αλλά δεν μπορούν να «ακούσουν» θετικά σχόλια, επειδή δεν πιστεύουν ότι τέτοια σχόλια συσχετίζονται με αυτούς.

Η στάση των «σημαντικών άλλων» είναι ένας σημαντικός παράγοντας επηρεασμού του επιπέδου αυτοεκτίμησής μας σε όλες τις φάσεις της ζωής μας, και λειτουργεί ανεξάρτητα από τη σημασία της σωματικής εμφάνισης ή τη σημασία που αποδίδουμε σε άλλα χαρακτηριστικά. Όσο περισσότερο νιώθουμε ότι οι «σημαντικοί άλλοι» (Cooley, 1902) μας εκτιμούν, μας αποδέχονται όπως είμαστε, μας ακούν και ενδιαφέρονται για τα αισθήματά μας, τόσο περισσότερο αναπτύσσεται η αυτοεκτίμησή μας.

Για τους μαθητές, μέχρι και την ηλικία των 16-17, οι «σημαντικοί άλλοι» είναι οι γονείς, οι συνομήλικοι, οι κοντινοί φίλοι και οι δάσκαλοι. Στην ανώτερη εκπαίδευση – για όσους την ακολουθούν – η σημασία των συνομηλίκων και των καθηγητών υπερσκελίζει εκείνη των γονέων και των κοντινών φίλων (εξαρτάται βέβαια από το αν σπουδάζει ο/η νέος/α κοντά ή μακριά από τον τόπο γέννησής του).

Για τους ενήλικους, οι σημαντικότερες συνεισφορές στην αυτοεκτίμηση από «σημαντικούς άλλους» είναι εκείνες των συνεργατών, των ομοϊδεατών σε συλλόγους ή συνδικαλιστικές οργανώσεις, των γονέων, του/της συντρόφου κλπ.. Λιγότερο αποφασιστικής σημασίας – αν και όχι άνευ σημασίας – για την αυτοεκτίμηση των ενηλίκων, είναι η υποστήριξη από στενούς φίλους και παιδιά.

Αξιολόγηση του βαθμού αυτο-εκτίμησης

Ανεπίσημες μέθοδοι

Διάφορες ανεπίσημες μέθοδοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν προκειμένου να αξιολογηθεί το επίπεδο αυτοεκτίμησης ενός ατόμου και, αν δεν έχουν την πληρότητα και την αξιοπιστία των συστηματικών και επιστημονικά τεκμηριωμένων οργάνων μέτρησης, μπορούν ωστόσο να φανούν χρήσιμα στον εκπαιδευτικό όσο αφορά την αποκάλυψη και τη διασαφήνιση διαφορών στο χρόνο. Εδώ αναφέρονται σύντομα μερικές μόνο από τις πολλές πιθανές τεχνικές.

- Λίστες καταγραφής συμπεριφορών (*behavioural checklists*): Αυτές μπορούν να συμπληρωθούν από τον εκπαιδευτικό. Παραδείγματα αυτών των λιστών μπορούν να βρεθούν στο βιβλίο του Gurney το οποίο θα παρατεθεί παρακάτω.
- Ταξινόμηση καρτών (ή *Qsort*): Σε αυτή την τεχνική, η οποία ενδείκνυται μόνο για εξατομικευμένη χρήση σε παιδιά, το κάθε παιδί λαμβάνει έναν αριθμό καρτών με γραμμένα επίθετα, και πρέπει να τις κατατάξει σε 3 κατηγορίες: «σαν κι εμένα», «όχι σαν εμένα» και «δεν ξέρω».
- Ζωγραφική: Τα παιδιά – ιδιαίτερα στις μικρές ηλικίες – αναμένεται να ζωγραφίσουν μια εικόνα, και ύστερα να προσθέσουν και τον εαυτό τους.
- Σημαιολογικές διαφοροποιήσεις: Ζευγάρια από αντίθετα επίθετα – π.χ. *καλός κακός, τεμπέλης εργατικός* - παρουσιάζονται. Ζητείται από τα παιδιά να εντοπίσουν τη θέση τους πάνω στη γραμμή που συνδέει τα δύο χαρακτηριστικά της προσωπικότητας.
- Κατηγορικό σύστημα λεκτικής συμπεριφοράς: Γίνεται καταγραφή – με βίντεο ή κασετόφωνο – ενός είδους μικρής συνέντευξης με παιδιά, και οι προτάσεις τους κατηγοριοποιούνται ανάλογα με την θετική / αρνητική, αυτο-αναφορική / ετερο-αναφορική φύση τους.

Επίσημες μέθοδοι

Η αυτοεκτίμηση γενικά αξιολογείται χρησιμοποιώντας αυτό-αναφορικά ερωτηματολόγια, τα οποία ζητούν από τους μαθητές να κατηγοριοποιήσουν συγκεκριμένες προτάσεις σε σχέση με το πόσο τους αφορούν ή όχι ή να πουν απλά πόσο συμφωνούν με συγκεκριμένες προτάσεις. Μερικά όργανα αξιολόγησης αναφέρονται παρακάτω, στο τμήμα για τις πηγές και μεθόδους αξιολόγησης. Μερικά από αυτά επιτρέπουν στους εκπαιδευτικούς να διαγνώσουν περιοχές όπου οι μαθητές νιώθουν ιδιαίτερα άβολα, όπως για παράδειγμα την αυτοεκτίμηση σχετικά με σχολικές εργασίες, τις σχέσεις με συνομηλίκους ή τη φυσική εμφάνιση. Αυτό μπορεί να βοηθήσει να αναγνωριστεί τι είδους επέμβαση θα ενδείκνυτο για κάθε μαθητή χωριστά. Μερικοί μαθητές, π.χ., οι οποίοι είναι κοινωνικά περιθωριοποιημένοι ή που παρουσιάζουν μη φυσιολογική σωματική ανάπτυξη, μπορεί να αναπτύξουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και να χρειάζονται σημαντική βοήθεια από τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς τους προκειμένου να αναγνωρίσουν θετικά στοιχεία στον εαυτό τους.

Συνθήκες που βοηθούν στην ανάπτυξη μιας θετικής αυτοεικόνας και αυτοεκτίμησης

Ως εκπαιδευτικοί, γιατί πρέπει να ασχοληθούμε με τον αυτοπροσδιορισμό και την αυτοεκτίμηση; Είναι σημαντικό να τονίζεται η σημασία του αυτοπροσδιορισμού (*self-concept*) των εκπαιδευτικών, γιατί έχει διαπιστωθεί ότι αυτοί που έχουν υψηλή αυτοεκτίμηση είναι και οι πιο αποτελεσματικοί στην ανύψωση, τόσο της αυτοεκτίμησης, όσο και της σχολικής επίδοσης των μαθητών. Εκπαιδευτικοί, οι οποίοι έχουν θετικές στάσεις έναντι του εαυτού τους, και νιώθουν αυτοπεποίθηση για τις ικανότητές τους ως παιδαγωγοί, είναι οι πιο ικανοί να προσεγγίζουν και να δέχονται τους άλλους. Είναι σημαντικό για τους εκπαιδευτικούς να ασχολούνται με τις διαδικασίες αυτοπροσδιορισμού των μαθητών γιατί:

- Αν ένα άτομο έχει χαμηλή αυτοεκτίμηση, τότε λειτουργούν και λιγότεροι περιορισμοί στη συμπεριφορά του. Πιστεύει ότι οι άλλοι «αναμένουν» ότι θα ενεργήσει με «άσχημο» τρόπο, και λίγο τον/την ενδιαφέρει πώς θα τον/την εκτιμήσουν οι τρίτοι, από τη στιγμή που ο/η ίδιος/ίδια δεν εκτιμά τον εαυτό του/της.
- Αν ένα άτομο έχει χαμηλή αυτοεκτίμηση και είναι διστακτικός στο να αντιμετωπίσει τις πιθανότητες αποτυχίας, θα προσπαθήσει να αποφύγει καταστάσεις οι οποίες πιθανώς θα τον/την εκθέσουν, π.χ., μαθαίνοντας κάτι νέο ή συμπεριφερόμενος/νη με τελείως ξεχωριστό τρόπο.
- Μια αναβαθμισμένη αυτοεκτίμηση θα δώσει στο παιδί την ασφάλεια να προσπαθήσει και να μάθει κάτι νέο. Μπορεί να αποτύχει, αλλά θα είναι αρκετά ασφαλές για να μη νιώσει την αποτυχία.
- Όταν ένα άτομο εκτιμά περισσότερο τον εαυτό του, τότε παλιές συμπεριφορές γίνονται ασύμβατες με τη βελτιωμένη εικόνα του εαυτού. Όταν ένα παιδί πιστεύει ότι είναι «καλό», τότε η αλλαγή μπορεί να επέλθει ευκολότερα. Όπως πρεσβεύει και ο Lawrence (1987): «Ένα παιδί με υψηλή αυτοεκτίμηση αναμένεται να έχει αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές του σχέσεις, όπως επίσης και στις σχολικές εργασίες. Θα επιδεικνύει μια φυσική περιέργεια για μάθηση και θα είναι ανυπόμονο και ενθουσιασμένο όταν αντιμετωπίζει νέες προκλήσεις. Το παιδί με χαμηλή αυτοεκτίμηση, αντίθετα, δεν θα έχει εμπιστοσύνη στις ικανότητές του. Ως αποτέλεσμα, θα προσπαθεί να αποφύγει καταστάσεις τις οποίες εκλαμβάνει ως δυνητικά αυτό-υποτιμητικές. Το να τιμωρηθεί και, ίσως, θεωρηθεί ως ένα είδος «ήρωα» από τους συμμαθητές του, είναι προτιμότερο από το να θεωρηθεί «ανόητος»».

Στρατηγικές οι οποίες προωθούν την αυτοεκτίμηση

Τα πορίσματα ερευνών δείχνουν ότι οι γονεϊκές στάσεις και ενέργειες διατηρούν μια ισχυρή επίδραση πάνω στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης κατά την εφηβεία και την ενήλικη ζωή.

Γι' αυτό είναι σημαντικό οι εκπαιδευτικοί να εντείνουν τις προσπάθειές τους ούτως ώστε να προκαλέσουν το αμεσότερο ενδιαφέρον των γονέων για τη σχολική πρόοδο των παιδιών τους.

Η αυτοεικόνα και η αυτοεκτίμηση ενισχύονται αν οι εκπαιδευτικοί:

- δρουν ως μοντέλα, μέσα από τα θετικά σχόλιά τους για τους εαυτούς τους¹.
- σχολιάζουν θετικά άλλους συναδέλφους.
- δείχνουν ενδιαφέρον για τους μαθητές ως άτομα.
- δείχνουν ειλικρινή αποδοχή των μαθητών.
- δημιουργούν ξεκάθαρους και σταθερούς στόχους και όρια.
- επιτρέπουν και σέβονται τις ατομικές – μαθητικές πρωτοβουλίες, μέσα στα παραπάνω όρια.
- προβάλλουν θετικές προσδοκίες στους μαθητές.
- παρέχουν θετική και ενημερωτική ανατροφοδότηση για τις επιδόσεις των μαθητών, αποφεύγοντας τη χρήση απλών λέξεων, όπως «καλό» – «κακό», «σωστό»- λάθος».

Απαραίτητες σχολικές συνθήκες

Το θετικό σχολικό «κλίμα» - με την έννοια του επικρατούντος αξιακού συστήματος – συνδέεται με τη σχολική επίδοση, την παρακολούθηση, τη συμπεριφορά και την παραβατικότητα. Αυτά, με τη σειρά τους, επιδρούν στην αυτοεκτίμηση των μαθητών.

Μελέτες που έγιναν στη Βρετανία τις δεκαετίες '70 και '80 (ILEA, 1985. Gurney, 1987. Lawrence, 1987) κατέδειξαν μερικούς βασικούς παράγοντες που συνεισφέρουν στην ανύψωση της αυτοεκτίμησης των μαθητών:

- έμφαση στην ενθάρρυνση και την ανταμοιβή.
- ενθάρρυνση του αυτοελέγχου, αντί της προσοχής στην παραβατικότητα της συμπεριφοράς.
- αυστηρός αλλά δίκαιος έλεγχος της σχολικής συμπεριφοράς.
- αντιμετώπιση των παιδιών ως ατόμων και όχι ως «μάζας».
- οργάνωση δημοφιλών – ανάμεσα στους μαθητές – εκδηλώσεων, στις εκτός σχολικού προγράμματος ώρες.
- σχολικές εκδρομές και επιμορφωτικές επισκέψεις.
- συγχρωτισμός του εκπαιδευτικού προσωπικού με μαθητές και τις ελεύθερες ώρες.

Στρατηγικά πλαίσια για ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης

1. Επίπεδο μαθητή

Παρακάτω προτείνονται κάποιες στρατηγικές, οι οποίες έχουν προκύψει από

1. Βλέπε και τη μάθηση διαμέσω της μίμησης της ανθρώπινης (πρότυπης) συμπεριφοράς (Bandura, 1986).

τα πορίσματα διαφόρων μελετών, και έχουν βασιστεί στο πώς έχουν αξιολογήσει οι ίδιοι οι μαθητές συγκεκριμένες ενέργειες που τους κάνουν - στον ένα ή στον άλλο βαθμό - να νιώσουν όμορφα. Τέτοιες στρατηγικές μπορεί να είναι:

- παροχή ενός προγράμματος σπουδών το οποίο να είναι σχετικό, και δραστηριοτήτων που να ταιριάζουν στο επίπεδο ικανοτήτων, όπως αυτοπροσδιορίζεται από τους ίδιους τους μαθητές.²
- επίδειξη θετικών προσδοκιών για τη σχολική δουλειά και την εν γένει συμπεριφορά.
- απόρριψη των αρνητικών συμπεριφορών, και όχι των παιδιών ως ατόμων. Για παράδειγμα, εκφράσεις όπως «αυτό δεν το περίμενα από εσένα Κώστα» ή «σίγουρα μπορείς να πετύχεις πολύ περισσότερα από αυτά Δήμητρα», βοηθούν τον/τη μαθητή/τρια να διατηρήσει και να αναπτύξει μια θετική αυτοεικόνα.
- παροχή ποιοτικού χαρακτήρα θετικής ανατροφοδότησης.
- παροχή δυνατοτήτων για παιχνίδι ρόλων (*role-playing*) και σχεδιασμός δραστηριοτήτων οι οποίες τονίζουν την αυτενέργεια των μαθητών.
- «απόσπαση» και ενίσχυση θετικών αυτο-σχολίων από τους μαθητές.
- ενθάρρυνση θετικών σχολίων για άλλους, κυρίως για άτομα με χαμηλή αυτοεκτίμηση ή χαμηλή αποδοχή από συνομηλίκους.
- προσπάθεια για ανάδειξη των πρωτοβουλιών των μαθητών - μέσα και έξω από την τάξη.

2. Επίπεδο τάξης

Παροχή ευκαιριών για:

- δραστηριότητες εμπιστοσύνης.
- έκφραση συναισθημάτων.
- δραστηριότητες θετικής ανατροφοδότησης.
- ασκήσεις εναλλαγής ρίσκων.
- ενθάρρυνση αυτονομίας μέσω αυτό-καταγραφής και αξιολόγησης.
- αυτόνομη μάθηση.
- ανάπτυξη κανόνων από όλη την τάξη.

3. Επίπεδο σχολείου

- Προσοχή στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης του προσωπικού - κυρίως του εκπαιδευτικού - του σχολείου.
- Καθαρή και σταθερή πολιτική πειθαρχίας, καθώς και οργάνωση συνεχούς συμβουλευτικής φροντίδας από όλο το προσωπικό.
- Υιοθέτηση διαδικασιών «διευθέτησης», η οποία να εγγυάται ότι όλες οι διαφορές μεταξύ των μαθητών θα ακούγονται με τον πρέποντα σεβασμό.
- Ενεργητική συμμετοχή των γονέων.

2. Βέβαια, αυτό είναι πολύ δύσκολο σε ένα συγκεντρωτικό εκπαιδευτικό σύστημα όπως είναι το Ελληνικό.

- Διευθετήσεις χωρο-χρονικές, οι οποίες φέρνουν πιο συχνά σε επαφή εκπαιδευτικούς και μαθητές.

Εργαλεία αξιολόγησης

Ο κατάλογος που ακολουθεί, πέραν του ότι δεν είναι εξαντλητικός των υπαρχόντων ερευνητικών πορισμάτων, πρέπει να τονιστεί ότι απεικονίζει την Αγγλοσαξονική εμπειρία (για την Ελλάδα παρακάτω). Περισσότερα παραδείγματα μπορούν να βρεθούν στο βιβλίο του P. Gurney (1988), που παρατίθεται στη Βιβλιογραφία:

Τεστ και κλίμακες

- **«Κλίμακα Αυτοεκτίμησης του Rosenberg (διάφορες εκδόσεις για εφηβική, μετα-εφηβική ηλικία και ενηλίκους) (1965 & 1986).** [Είναι μια προσπάθεια καταγραφής μιας σφαιρικής αντίληψης που έχει το άτομο για την αυτοεικόνα του και την αυτοεκτίμησή του. Αποτελείται από 10 ερωτήσεις (πέντε με θετική και πέντε με αρνητική νοηματοδότηση) στις οποίες καλείται να απαντήσει ο/η ερωτώμενος/η χρησιμοποιώντας μια κλίμακα Likert (από 1 = «διαφωνώ απόλυτα», μέχρι 4 = «συμφωνώ απόλυτα») Είναι ένα από τα πιο δημοφιλή ψυχομετρικά μέσα στον τομέα της (αυτο)αξιολόγησης της έννοιας του εαυτού.]
- **Τεστ «αυτοεκτίμησης» Coopersmith (σχολική έκδοση) (1967).** Oxford Psychologists Press. [Αυτό είναι σύντομες φόρμες αναφοράς για παιδιά (μια στις ηλικίες 8–15 ετών και μια στις άνω των 16 ετών) και οδηγεί στην κατασκευή σκορ για μια πλήρη κλίμακα και 4 υπο-κλίμακες: *Γενικός Εαυτός, Κοινωνικός Εαυτός, Σπίτι, Σχολείο*. Η αξιοπιστία του έχει επαρκώς τεκμηριωθεί στη διεθνή ερευνητική βιβλιογραφία, αλλά η εγκυρότητά του στερείται από «σύγχρονα και επαρκή δεδομένα παραγοντικής, συγχρονικής, προβλεπτικής και διακρίνουσας εγκυρότητας» (Μακρή-Μπότσαρη, 2001α, σελ. 166-167).]
- **«Πώς είμαι!» Ερωτηματολόγιο(α) της Harter (εκδόσεις για ηλικίες 4-7, 8-14 και 15-18) (1985).** University of Denver Press. [Αυτό το ερωτηματολόγιο/α μπορεί να δοθεί τόσο σε ατομικό όσο και σε συλλογικό επίπεδο, ενώ για τη μικρότερη ηλικιακή ομάδα διατίθεται σε δύο εκδόσεις: μια για *αγόρια* και μια για *κορίτσια*. Περιγράφεται ως «έρευνα» και όχι ως «τεστ». Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 36 προτάσεις με τις αντίθετές τους, και οι οποίες πρέπει να χαρακτηριστούν, είτε ως «απόλυτα αληθινές για μένα», ή «σχετικά αληθινές για μένα». Τα πεδία που καλύπτονται είναι: *γενική αυτο-αξιόσυνή (global self-worth), σχολική επίδοση, κοινωνική αποδοχή, αθλητική επίδοση, σωματική εμφάνιση και εκδήλωση συμπεριφοράς*. Είναι λοιπόν δυνατό – μέσω αυτού του ερωτηματολογίου - να περιγραφούν τα προφίλ της αίσθησης των μαθητών για την επάρκειά τους σε ένα ευρύ φάσμα

περιστάσεων. Ένα δεύτερο ερωτηματολόγιο επίσης περιλαμβάνεται, το οποίο ερωτά τους μαθητές να ιεραρχήσουν, με παρόμοιο τρόπο, τη σημασία που έχουν για αυτούς τα διάφορα πεδία αναφορών, όπως αυτά καταγράφονται στο αρχικό ερωτηματολόγιο. Γίνεται έτσι δυνατό να κατασκευαστούν υποθέσεις γύρω από εκείνη την κατηγορία ικανοτήτων των μαθητών οι οποίες πρέπει να προσεχτούν περισσότερο, αν στοχεύουμε στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους. Το ερωτηματολόγιο αυτό έχει χρησιμοποιηθεί σε πολλές έρευνες καταγραφής και ανάλυσης εννοιών γύρω από τον «εαυτό», και κυμάνθηκε σε ικανοποιητικά επίπεδα αξιοπιστίας και εγκυρότητας.]

- **Ερωτηματολόγιο των Messer & Harter για ενήλικους 20-55 ετών (1986).** University of Denver Press. [Εδώ αυξήθηκε ο αριθμός των επιμέρους τομέων αυτοαντίληψης, με κυριότερη έμφαση στις διακρίσεις στους τομείς των εργασιακών ικανοτήτων και των οικογενειακών σχέσεων.]
- **Lawseq, ερωτηματολόγιο μαθητών, όπως περιγράφεται στο D. Lawrence (1987).** *Enhancing Self-esteem in the Classroom*. London: Paul Chapman Publishing Ltd. [Αυτό είναι μια μικρή κλίμακα με 16 ερωτήσεις, με εκδόσεις για πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση, σταθμισμένη σε Βρετανούς & Αυστραλούς μαθητές.]
- **«Τεστ Αυτο-εκτίμησης», στο P.W. Gurney (1988),** *Self-esteem in children with special needs*. London: Routledge. [Αυτή η κλίμακα αποτελείται από 32 ερωτήσεις, καθώς και 5 ερωτήσεις ανίχνευσης ψεύδους. Είναι μια διασκευη του τεστ Coopersmith για να μπορεί να εφαρμοστεί σε Βρετανούς μαθητές.]
- **Ερωτηματολόγιο αυτό-περιγραφής του Marsh (για προ-εφηβική, εφηβική και μετα-εφηβική ηλικία).** (1992a-c). [Ομοιάζει στις θεωρητικές παραδοχές με εκείνα της Harter, και τονίζει τον πολυδιάστατο χαρακτήρα του «αυτοπροσδιορισμού». Τα δείγματά του εντοπίζονται αποκλειστικά στην Αυστραλία, αλλά έχουν τύχει ευρείας χρήσης στη ερευνητική πρακτική και η παραγοντική τους εγκυρότητα έχει τεκμηριωθεί σε πλήθος μελετών με δείγματα από διαφορετικές γεωγραφικές-πολιτιστικές ζώνες (Byrne, 1996).]

Εισαγωγικά Βιβλία

- **Gurney, P.W. (1988).** *Self-esteem in children with special needs*. London: Routledge.

Αν και αυτό το βιβλίο αναφέρεται κυρίως στα παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, οι ιδέες που αναπτύσσονται έχουν εφαρμογή σε όλους τους μαθητές. Προσφέρει θεωρητική θεμελίωση στον ορισμό του «αυτοπροσδιορισμού», και περιγράφει τη σύγχρονη γνώση γύρω από την ανάπτυξή του, από τη γέννησή του μέχρι την ενηλικίωση. Δίνεται βαρύτητα στη συσχέτιση μεταξύ αυτο-εκτίμησης και επιτυχίας, καθώς και στις επιπτώσεις της συσχέτισης αυτής στην ο-

μαλή ενσωμάτωση μαθητών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. Το κεφάλαιο γύρω από την αξιολόγηση δίνει λεπτομέρειες για μια σειρά από κλίμακες αυτο-αξιολόγησης, καθώς και για άλλες ανεπίσημες μεθόδους. Προτείνονται στρατηγικές και δραστηριότητες για την ανάπτυξη της αυτο-εκτίμησης μέσα στη σχολική τάξη. Η σημασία της αυτο-εκτίμησης των ίδιων των εκπαιδευτικών τονίζεται ιδιαίτερα, και γίνονται κάποιες προτάσεις για εσωσχολική επιμόρφωση.

- **Lawrence, D. (1987).** *Enhancing Self-esteem in the Classroom*. London: Paul Chapman Publishing Ltd.

Αυτό το βιβλίο έχει γραφεί ειδικά για εκπαιδευτικούς. Περιγράφει σε γενικές γραμμές, τόσο την ορολογία, όσο και τα πορίσματα των ερευνών στις οποίες ο συγγραφέας συμμετείχε στο παρελθόν. Μια σύντομη αναφορά στην αξιολόγηση των προβλημάτων χαμηλής αυτό-εκτίμησης γίνεται αρχικά. Γίνονται επίσης κάποιες προτάσεις για την ανάπτυξη της αυτό-εκτίμησης σε εκπαιδευτικούς και μαθητές. Οι προτάσεις καλύπτουν προσεγγίσεις που αναφέρονται και στο σχολείο ως σύνολο, αλλά και στις δραστηριότητες της τάξης ως αυτόνομης οντότητας. Συγκεκριμένες πρακτικές εφαρμογές αναλύονται σε σχέση με τα παιδιά με προβλήματα συμπεριφοράς και δυσκολίες στην ανάγνωση.

- **Harter, S. (1999).** *The construction of the self: a developmental perspective*. New York: Guilford.

Σε αυτό το βιβλίο η συγγραφέας, πολυγλωσσότατη σε θέματα εκπαιδευτικής ψυχολογίας, κάνει – ανάμεσα σε άλλα – μια ανασκόπηση όλων των σημαντικών θεωρητικών προσεγγίσεων γύρω από ζητήματα προσδιορισμού του «εαυτού», καθώς και των πιο χρήσιμων ψυχομετρικών εργαλείων για τη μέτρηση των διαφορών διαστάσεών του.

Ερευνητικά δεδομένα στην Ελλάδα

Στην Ελλάδα η έρευνα για την αυτο-εκτίμηση βρίσκεται σε εμβρυακό στάδιο. Πέρα από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, – όπου η συζήτηση εξαντλείται σε «λαϊκίστικες» (βλ. «αστρολόγους») ή «σωτηριολογικές» προσεγγίσεις (βλ. θρησκευτική κατήχηση) –, το θέμα μελετάται κυρίως ως ένα «πρόβλημα» που αντιμετωπίζουν ειδικές κατηγορίες του πληθυσμού (άτομα με ειδικές σωματικές ή διανοητικές ανάγκες, «παραβατικοί» νέοι κλπ.). Παρακάτω αναφέρουμε ορισμένες σοβαρές επιστημονικές μελέτες, είτε καθαρά ψυχομετρικής κατεύθυνσης, είτε ενός συνδυασμού θεωρητικής ανάλυσης με δημιουργία οργάνων μέτρησης της αυτοεκτίμησης.

Φλουρής Γ. Σ. Στο έργο του *Αυτοαντίληψη, σχολική επίδοση και επίδραση γονέων* (Εκδ. Γρηγόρη, 1989), αναφέρεται εκτενώς στην «αυτοαντίληψη» και παρουσιάζει διεθνή και ελληνικά ερευνητικά δεδομένα πάνω, τόσο στη θεωρητική θεμελίωση της έννοιας, όσο και στη σχέση της με τη σχολική επίδοση και τις οικογενειακές επιρροές. Η έρευνα έγινε την άνοιξη του 1987 σε πανελλαδικό

δείγμα μαθητών της Ε' και ΣΤ' τάξης δημοτικού, και χρησιμοποιήθηκαν συνδυαστικά: α) η κλίμακα μέτρησης της αυτοεκτίμησης (*self-esteem*) των Davidson & Greenberg (1967), β) η κλίμακα της αυτοαντίληψης (*self-concept*) που αναπτύχθηκε από τον Cambell και τους συνεργάτες του (1987a) για την αριθμητική και τη γλώσσα, γ) διάφορα γλωσσικά και αριθμητικά τεστ που ανέπτυξε ο ίδιος ο συγγραφέας, δ) ένα ερωτηματολόγιο για την εξακριβωση της επίδρασης των γονέων στη σχολική επίδοση των παιδιών τους, που διαμόρφωσε ο Cambell και οι συνεργάτες του (1987b), και ε) ένα ερωτηματολόγιο για την καταγραφή δημογραφικών χαρακτηριστικών των μαθητών και των γονέων τους. Τα πιο ενδιαφέροντα συμπεράσματα της μελέτης αυτής ήταν:

- Το κοινωνικο-οικονομικό και το μορφωτικό επίπεδο των γονέων δεν έδειξε να έχει μια πολύ σημαντική επίδραση, τόσο στην αυτοεκτίμηση, όσο και στην επίδοση των μαθητών (στα συγκεκριμένα μαθήματα, φυσικά, δηλαδή *μαθηματικά και γλώσσα*), και όπου υπάρχει, αυτή είναι έμμεση.
- Η έμμεση επίδραση των παραπάνω μεταβλητών διαμεσολαβείται από τις λεγόμενες «ενδογενείς» ή «παρεμβλλόμενες» μεταβλητές, όπως οι *τρόποι υποστήριξης των γονέων, τα κίνητρα επιτυχίας που παρέχουν στα παιδιά τους, καθώς και το κλίμα που επικρατεί μέσα στην οικογένεια*.
- Η υπέρμετρη γονεϊκή πίεση και η επιβολή κανόνων και περιορισμών ασκεί αρνητική επίδραση στις επιδόσεις των μαθητών και μειώνει την αυτοεκτίμησή τους.
- Η σχέση της αυτοαντίληψης που έχει κάθε παιδί για την ικανότητα σε ένα μάθημα με την πραγματική επίδοσή του/της στο μάθημα αυτό είναι πολύ μεγάλη, και μάλιστα – μέσω *path analysis* – η επίδραση της πρώτης φάνηκε να είναι άμεση.
- Γενικά υποστηρίχθηκε ότι υψηλά επίπεδα επίδοσης στη γλώσσα και την αριθμητική (τα πλέον «βασικά» μαθήματα στο δημοτικό) θα προκύψουν «μόνο όταν ασκείται από τους γονείς *χαμηλή πίεση, βοήθεια και έλεγχος ή επίβλεψη της σχολικής εργασίας*, καθώς και όταν υπάρχει *υψηλή ψυχολογική υποστήριξη και υψηλή αυτοαντίληψη της ικανότητας των μαθητών για την επίδοσή τους στη γλώσσα και την αριθμητική*.

Τσαούσης Ι. Έχει κάνει στάθμιση του Ερωτηματολογίου Αυτοεκτίμησης του Rosenberg στον Ελληνικό πληθυσμό. Στη συγκεκριμένη έρευνα στάθμισης συμμετείχαν 229 άτομα από διάφορες περιοχές της Ελλάδας. Από αυτά 47 (20,5%) ήταν άνδρες και 182 (79,5%) ήταν γυναίκες. Ο μέσος όρος ηλικίας του δείγματος στάθμισης ήταν 23,23 χρόνια (τ.α. = 6,07). Το μεγαλύτερο ποσοστό (83,40%) ήταν ανύπαντροι, 15 (6,6%) ήταν παντρεμένοι, 2 (0,6%) ήταν αρραβωνιασμένοι, 13 (5,7%) συζούσαν με κάποιο σύντροφο και 8 (3,5%) ήταν χωρισμένοι. Αναφορικά με το κοινωνικο-οικονομικό (ΚΟΕ) τους επίπεδο, 2 (0,9%) ήταν ανώτερου ΚΟΕ, 25 (11,0%) ανώτερου-μέσου ΚΟΕ, 177 (78,0%) μέσου ΚΟΕ, 22 (9,7%), και 1 άτομο (0,4%) χαμηλού ΚΟΕ. Αναφορικά με τον τόπο κατοικίας

τους, 25 άτομα (11,0%) ήταν από αγροτικές περιοχές, 155 (68,3%) ήταν από αστικές περιοχές και 47 άτομα (20,7%) ήταν από ημιαστικές περιοχές. Τέλος, κατά μέσο όρο τα άτομα του δείγματος είχαν 14,92 χρόνια εκπαίδευσης (τ.α.=2,12). Από τα αποτελέσματα της παραγοντικής ανάλυσης με τη μέθοδο των κυρίων συνιστωσών μετά από ορθογώνια περιστροφή, διαπιστώθηκε ένας γενικός παράγοντας που ερμηνεύει το 45,9% της συνολικής διακύμανσης. Ο συνολικός δείκτης αξιοπιστίας εσωτερικής συνοχής (alpha) της κλίμακας ήταν 0.86. Για την κλίμακα αυτοεκτίμησης του Rosenberg υπάρχουν νόρμες εκφρασμένες τόσο σε εκατοστημόρια όσο και σε T-τιμές. Διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες [$t(227)=-2,32, p=.021$] με τις γυναίκες να παρουσιάζουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση από τους άνδρες (Μ.Ο= 19,22>17,43). Βρέθηκε επίσης, αρνητική αλλά χαμηλή συσχέτιση τόσο με την ηλικία ($R=-.18$) όσο και με τα χρόνια εκπαίδευσης ($r=-.21$). Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να σημειωθεί ότι η διαδικασία σθάμισης της κλίμακας συνεχίζεται.

Μακρή – Μπότσαρη. Τα ερωτηματολόγια *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου (PLATEM)* αποτελούν την ελληνική έκδοση αντίστοιχων ερωτηματολογίων της Harter και έχουν σταθμιστεί για χρήση με Έλληνες μαθητές (Εκδ. Ελληνικά Γράμματα, 2001 α - δ). Καλύπτονται μαθητές από την Α' Δημοτικού μέχρι την Γ' Λυκείου. Τα ευρήματα των ερωτηματολογίων *PLATEM* είναι συνεπή με τα ευρήματα αντίστοιχων μελετών στο διεθνή χώρο (Byrne, 1986· Marsh, 1989), που έχουν τεκμηριώσει την προοδευτική εξασθένηση των συναφειών μεταξύ των επιμέρους τομέων αυτοαντίληψης. Κατά τους ερευνητές, η εξασθένηση των συναφειών αυτών, η οποία αποτελεί ένδειξη αυξανόμενης διαφοροποίησης, «έχει ως αποτέλεσμα την προοδευτική εξασθένηση της ιεραρχικής δομής του εαυτού. Έτσι, ενώ στα παιδιά της προεφηβικής ηλικίας, τα οποία διακρίνουν μικρότερο αριθμό επιμέρους τομέων αυτοαντίληψης, οι τομείς αυτοί έχουν σαφή ιεραρχική οργάνωση, στην εφηβεία η ιεραρχική δομή εξασθενεί εξαιτίας της αυξανόμενης ανεξαρτησίας των επιμέρους τομέων αυτοαντίληψης» (Μακρή – Μπότσαρη, 2001α, σελ. 48).

Γενική Βιβλιογραφία

Ξένη

- Ball, S. (1998) Big Policies / Small World: an introduction to international perspectives in education policy, *Comparative Education*, 34(2), pp.119-130.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of thought and action. A social – cognitive theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Bruner, J.S. (1986). *Actual Minds, Possible Worlds*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J.S. (1990). *Acts of Meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Burns, R. B. (1979). *The Self Concept*. New York: Longman Group Limited.
- Byrne, B.M. (1986). "Self-concept / academic achievement relations: An investigation of

- dimensionality, stability and causality". *Canadian Journal of Behavioural Science*, 18, 173-186.
- Cooley, C. H. (1902). *Human Nature and the social order*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco, CA: Freeman.
- Coopersmith, S. (1984). *Coopersmith self-esteem inventories*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Entwistle, N. (1985). *New Directions in Educational Psychology*. London: The Falmer Press.
- Gagne, R. (1985). *The Conditions of Learning and Theory of Instruction*. New York: Holt & Wilson.
- Gregory, R. P. (1984). "Streaming, setting and mixed ability grouping in primary and secondary school: some research findings". *Review of Educational Research*, 57, 415-435.
- Gurney, P.W. (1987). "Self-Esteem in the Classroom". *Social Psychology International*, 8, 21-29.
- Gurney, P.W. (1988). *Self-Esteem in Children with Special Educational Needs*. London: Routledge.
- Hallam, S., Ireson, J., Mortimore, P., Hack, S. & Clarke, H. (1999). "Teachers' attitudes towards ability grouping in the secondary school". Paper presented at the 8th European conference for Research on Learning and Instruction, Goteborg, Sweden, August 1999.
- Hallam, S. & Toutounji, I. (1996). "What do we know about the grouping of pupils by ability?" London: Institute of Education.
- Harter, S. (1985). "Competence as a Dimension of Self-Evaluation: Toward a Comprehensive Model of Self-Worth". In R. L. Leahy (ed.). *The Development of the Self*. Orlando, FL: Academic Press.
- Harter, S. (1988). *Manual for the Self-Perception Profile for Adolescents*. Denver, Co: University of Denver Press.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: a developmental perspective*. New York: Guilford.
- Inner London Education Authority (1985). *The Junior School Project*. Athens: ILEA.
- Ireson, J. & Hallam, S. (1999) "Raising standards: is ability grouping the answer?" *Oxford Review of Education*.
- James, W. (1890/1963). *The principles of psychology*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Lawrence, D. (1987). *Enhancing Self-Esteem in the Classroom*. London: Paul Chapman Publishing Ltd.
- Marsh, H.W. (1986). "Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance". *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1224-1236.
- Marsh, H.W. (1989). "Age and sex effects in multiple dimensions of self-concept: Preadolescence to early adulthood". *Journal of Educational Psychology*, 81, 417-430.
- Marsh, H. W., Parker, J. & Barnes, J. (1985) "Multi-dimensional adolescent self-concepts: their relationship to age, sex and academic measures". *American Educational Research Journal*, 22, 422-444.
- Rosenberg, M. (1986). *Conceiving the Self*. Malabar, FL: Robert E. Krieger.

- Rosenberg, M. (1989). *Society and the Adolescent Self-Image*. Middletown, CT: Wesleyan University Press.
- Rosenberg, M. and Pearlin L. I. (1978). "Social Class and Self-Esteem among Children and Adults". *American Journal of Sociology*, 84, 53-57.
- Slavin, R. E. (1987) "Ability grouping and student achievement in elementary schools: a best evidence synthesis". *Review of Educational Research*, 57(3), 293-336.
- Slavin, R. E. (1990) "Achievement effects of ability grouping in secondary schools: a best evidence synthesis". *Review of Educational Research*, 60, 471-490.

Ελληνική

- Λεονταρή, Α. (1996). *Αυτοαντίληψη*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (1999). «Σχολική αποτυχία, αξίες του σχολικού συστήματος και αυτοαντίληψη». Στο βιβλίο Χ. Κωνσταντίνου & Γ. Πλειός (επιμ.) *Σχολική αποτυχία και κοινωνικός αποκλεισμός: Αιτίες, συνέπειες και αντιμετώπιση* (σσ. 59-73). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2000). «Έννοια του εαυτού, σχέσεις με τους γονείς και γονεϊκή στήριξη κατά την εφηβεία». *Παιδαγωγική Επιθεώρηση*, 30, 163-191.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2001α): *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου (ΠΑΤΕΜ) – Ερωτηματολόγιο με εικόνες για την αξιολόγηση των μαθητών Α', Β' και Γ' Δημοτικού*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2001β): *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου (ΠΑΤΕΜ) – Ερωτηματολόγιο με εικόνες για την αξιολόγηση των μαθητών Δ', Ε' και ΣΤ' Δημοτικού*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2001γ): *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου (ΠΑΤΕΜ) – Ερωτηματολόγιο με εικόνες για την αξιολόγηση των μαθητών Γυμνασίου*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2001δ): *Πώς Αντιλαμβάνομαι Τον Εαυτό Μου (ΠΑΤΕΜ) – Ερωτηματολόγιο με εικόνες για την αξιολόγηση των μαθητών Α', Β' και Γ' Λυκείου*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μακροή – Μπότσαρη, Ε. (2001ε). *Αυτοαντίληψη και αυτοεκτίμηση: Μοντέλα, ανάπτυξη, λειτουργικός ρόλος και αξιολόγηση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Φλουρής, Γ. Σ. (1989). *Αυτοαντίληψη, σχολική επίδοση και επίδραση γονέων*. Αθήνα: Εκδ. Γρηγόρη.