



**Εξερεύνηση του προγνωστικού ρόλου της θυματοποίησης και του
εκφοβισμού στο άγχος των εφήβων: Μια συγκριτική μελέτη φύλου**

Επιβλέπων καθηγητής

Δρ. Κώστας Α. Φάντη

Θεοχάρους Νιόβη

Κύπρος, Μάιος, 2024

Περίληψη

Η παρούσα μελέτη με τίτλο "Εξερεύνηση του προγνωστικού ρόλου της θυματοποίησης και του εκφοβισμού στο άγχος των εφήβων: Μια συγκριτική μελέτη φύλου" πραγματοποιείται το κατά πόσο ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση είναι προγνωστικοί παράγοντες για το άγχος των εφήβων και εάν υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα. Για την μελέτη των παραπάνω η μελέτη βασίστηκε στις ακόλουθες υποθέσεις: (α) τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση θα χρησιμεύσουν ως σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους των εφήβων, (β) οι άνδρες έφηβοι θα επιδείξουν υψηλότερες βαθμολογίες στη συμπεριφορά εκφοβισμού σε σύγκριση με τις γυναίκες και (γ) αναμένεται ότι οι γυναίκες έφηβοι θα παρουσιάσουν υψηλότερα επίπεδα αναφερόμενων εμπειριών θυματοποίησης καθώς και συμπτωμάτων άγχους σε σύγκριση με τους άνδρες εφήβους. Μέθοδος: Μέσω δειγματοληπτικής έρευνας, τα ερωτηματολόγια απαντήθηκαν από 1674 Ελληνοκύπριους εφήβους. Το άγχος μετρήθηκε με το Youth Self-Report και ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση μετρήθηκαν με το Student Survey of Bullying Behavior-Revised. Αποτελέσματα: Τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση αποτελούν προγνωστικό παράγοντα για το εφηβικό άγχος. Τα κορίτσια να αναφέρουν γενικά υψηλότερα επίπεδα άγχους, ενώ τα αγόρια τείνουν να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα εκφοβισμού και συνολικής θυματοποίησης. Συμπεράσματα: Επιβεβαίωση υποθέσεων, καθώς όντως η θυματοποίηση και ο εκφοβισμός αποτελούν παράγοντες πρόβλεψης του άγχους και τα κορίτσια σκόραραν ψηλά στο άγχος λόγω θυματοποίησης, ενώ τα αγόρια φάνηκε να εμπλέκονται περισσότερο σε εκφοβιστικές συμπεριφορές.

Λέξεις-κλειδιά: Άγχος, θυματοποίηση, εκφοβισμός, έφηβοι

Abstract

The present study entitled "Exploring the predictive role of victimization and bullying in adolescent anxiety: a comparative gender study" addresses whether bullying and victimization are predictors of adolescent anxiety and whether there are gender differences. To investigate these, the study was based on the following hypotheses: (a) both bullying and victimization will serve as significant predictors of adolescent anxiety levels, (b) male adolescents will demonstrate higher scores on bullying behavior compared to females, and (c) it is expected that female adolescents will exhibit higher levels of reported experiences of victimization as well as anxiety symptoms compared to male adolescents. Methods: 1674 Greek Cypriot adolescents responded to the questionnaires through a sample survey. Anxiety was measured by the Youth Self-Report and bullying and victimization were measured by the Student Survey of Bullying Behavior-Revised. Results: Both bullying and victimization are predictors of adolescent anxiety. Girls generally report higher levels of anxiety, whereas boys tend to report higher levels of bullying and overall victimization. Conclusions: Confirmation of hypotheses, as indeed victimization and bullying are predictors of anxiety and girls scored high on anxiety due to victimization, while boys appeared to be more involved in bullying behaviors.

Keywords: Anxiety, victimization, bullying, adolescents

Περιεχόμενα

Εισαγωγή.....	6
Κεφάλαιο 1ο: Βιβλιογραφική ανασκόπηση – Θεωρία.....	8
1.1 Εφηβεία.....	8
1.1.1 Ορισμός της εφηβείας.....	9
1.2 Σχολικός εκφοβισμός.....	9
1.2.1 Ορισμός εκφοβισμού.....	10
1.2.3 Μορφές εκφοβισμού.....	11
1.3 Θυματοποίηση.....	12
1.3.1 Επιπτώσεις θυματοποίησης.....	13
1.4 Άγχος.....	14
1.4.1 Ορισμοί άγχους.....	14
1.4.2 Κοινωνικό άγχος.....	15
1.4.3 Φυσιολογικό άγχος.....	15
1.4.4 Παθολογικό άγχος.....	16
Κεφάλαιο 2ο: Βιβλιογραφική ανασκόπηση- Έρευνες.....	17
Κεφάλαιο 3ο: Στόχοι και Υποθέσεις.....	21
Κεφάλαιο 4ο: Μεθοδολογία.....	22
4.1 Δείγμα.....	22
4.2 Εργαλεία.....	22
4.2.1 Άγχος.....	22
4.2.2 Θυματοποίηση και εκφοβισμός.....	23
4.3 Ποσοτική έρευνα.....	23
Κεφάλαιο 5ο: Αποτελέσματα.....	25
5.1 Ανάλυση δεδομένων.....	25

<i>ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΝΩΣΤΙΚΟΥ ΡΟΛΟΥ ΤΗΣ ΘΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΑΓΧΟΣ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ: ΜΙΑ ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΦΥΛΟΥ</i>	5
5.2 Σκοπός ανάλυσης.....	25
5.3 Αποτελέσματα αναλύσεων.....	25
Κεφάλαιο 6ο: Συμπεράσματα / Συζήτηση.....	32
Κεφάλαιο 7ο: Βιβλιογραφικές αναφορές.....	34
7.1 Ξενόγλωσση βιβλιογραφία.....	34
7.2 Ελληνική βιβλιογραφία.....	37

Εισαγωγή

Η συχνότητα εμφάνισης αγχώδων διαταραχών έχει καταστεί σημαντική ανησυχία στο περίπλοκο τοπίο της εφηβικής ανάπτυξης, θολώνοντας το μέλλον και την ευημερία αναρίθμητων νέων. Η δυναμική της θυματοποίησης και του εκφοβισμού έχουν προσελκύσει μεγαλύτερη προσοχή σε αυτό το σύνθετο θέμα λόγω της πιθανής εμπλοκής τους ως προδιαθεσικών παραγόντων για αγχώδεις διαταραχές. Οι εμπειρίες θυματοποίησης και εκφοβισμού μπορεί να έχουν σημαντικό αντίκτυπο στον τρόπο με τον οποίο οι έφηβοι διαχειρίζονται την πολυπλοκότητα της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και την οικοδόμηση της αυτο-ταυτότητάς τους, επηρεάζοντας την ψυχολογική τους ανθεκτικότητα και την ευαισθησία τους σε θέματα ψυχικής υγείας.

Η παρούσα διατριβή προσπαθεί να εμβαθύνει στην περίπλοκη αλληλεπίδραση μεταξύ του εφηβικού άγχους, του εκφοβισμού και της θυματοποίησης, αναγνωρίζοντας την πολύπλευρη φύση αυτών των φαινομένων και τις επιπτώσεις τους στα αποτελέσματα της ψυχικής υγείας. Ενώ οι υπάρχουσες έρευνες έχουν εξετάσει εκτενώς τις επιμέρους επιπτώσεις του εκφοβισμού και της θυματοποίησης στην ψυχική υγεία των εφήβων, παραμένει επιτακτική η ανάγκη να διευκρινιστεί η συνδυασμένη προβλεπτική τους δύναμη για την κατανόηση των αγχώδων διαταραχών μεταξύ αυτής της δημογραφικής ομάδας.

Κεντρική θέση σε αυτή τη διερεύνηση κατέχει η αναγνώριση της εφηβείας ως μιας κρίσιμης περιόδου που χαρακτηρίζεται από αυξημένη ευαισθησία σε εξωτερικούς παράγοντες άγχους και εσωτερικευμένα συμπτώματα. Η σημασία αυτής της αναπτυξιακής συγκυρίας έγκειται όχι μόνο στη δυνατότητά της να θέσει τα θεμέλια για δια βίου διαδρομές ψυχικής υγείας, αλλά και στην ικανότητά της για προσπάθειες παρέμβασης και πρόληψης για τον μετριασμό των επιβλαβών επιπτώσεων των δυσμενών εμπειριών.

Η παρούσα εργασία υιοθετεί μια πολυδιάστατη προσέγγιση και στοχεύει να συμβάλει στο υπάρχον σώμα γνώσης συνθέτοντας εμπειρικά στοιχεία και θεωρητικά πλαίσια από

διαφορετικές επιστημονικές προοπτικές, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας, της κοινωνιολογίας και της δημόσιας υγείας. Μέσα από μια ολοκληρωμένη σύνθεση ποσοτικής ανάλυσης και ποιοτικών γνώσεων, αυτή η μελέτη επιδιώκει να αποσαφηνίσει τις διακριτές οδούς μέσω των οποίων ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση μπορεί να επηρεάσουν την εμφάνιση και την έξαρση των συμπτωμάτων άγχους στους εφήβους.

Συνοψίζοντας, η παρούσα διατριβή ξεκινά ένα ταξίδι για να ξετυλίξει το περίπλοκο μωσαϊκό του εφηβικού άγχους, με ιδιαίτερη έμφαση στους προγνωστικούς ρόλους του εκφοβισμού και της θυματοποίησης. Μέσω μιας ολοκληρωμένης εξέτασης των εμπειρικών στοιχείων και των θεωρητικών πλαισίων, η μελέτη αυτή επιδιώκει στο να αναδείξει κατά πόσο ο εκφοβισμός και θυματοποίηση αποτελούν προγνωστικούς παράγοντες για το άγχος στην εφηβική ηλικία. Τέλος, στοχεύει στο να παρουσιάσει τυχόν διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα όσον αφορά τους δύο αυτούς παράγοντες που αναφέρθηκαν παραπάνω.

Κεφάλαιο 1^ο: Βιβλιογραφική ανασκόπηση – Θεωρία

Στον ακαδημαϊκό χώρο, το θεμέλιο κάθε ερευνητικής προσπάθειας εναπόκειται στη σαφήνεια και στην ακρίβεια των βασικών εννοιών της. Ο καθορισμός των ορισμών παρέχει τη βάση για τον επιστημονικό διάλογο, διευκολύνει την αποτελεσματική επικοινωνία και εξασφαλίζει την κοινή κατανόηση μεταξύ των ερευνητών. Με τη διερεύνηση της πολυπλοκότητας των βασικών εννοιών, η παρούσα εργασία αποσκοπεί στον εμπλουτισμό του επιστημονικού λόγου, στην ενίσχυση των θεωρητικών πλαισίων και στη συμβολή στην πρόοδο της γνώσης στον συγκεκριμένο τομέα.

1.1 Εφηβεία

Τι είναι η εφηβεία και πώς συμβαίνει; Σε γενικές γραμμές, η εφηβεία μπορεί να οριστεί ως το στάδιο της ανθρώπινης ανάπτυξης που ξεκινά με συγκεκριμένες ορμονικές αλλαγές στο σώμα του παιδιού, οι οποίες μπορεί να έχουν και ψυχοσωματικές επιπτώσεις, και ολοκληρώνεται με την πλήρη σεξουαλική ωριμότητα και αυτόνομη ωρίμανση του παιδιού (Μανδύλα & συν., 2013).

Αυτό το στάδιο περιλαμβάνει την προσπάθεια του νέου να γίνει ανεξάρτητος και ώριμος μέσα από μια διαδικασία αυτογνωσίας. Με άλλα λόγια, η εφηβεία σηματοδοτεί τη μετάβαση στην ενηλικίωση. Η εφηβεία μπορεί να συγκριθεί με ένα ηφαίστειο, το οποίο παράγει εντελώς ξεχωριστές εικόνες όταν εκρήγνυται και στη συνέχεια σβήνει. Πρόκειται για αυτό το στάδιο της ζωής που ξεπερνά τα πάντα, σύμφωνα με τον Pasternak, ή η νεότητα που είναι μια θεότητα με χίλιες μορφές, σύμφωνα με τον Mauriac. Η εφηβεία ορίζεται συνήθως με βάση την ηλικία. Όσον αφορά τα όρια αυτού του χρονικού πλαισίου, ωστόσο, οι απόψεις ποικίλλουν. Κάποιοι ερευνητές, εκτός της ηλικίας, προσπαθούν να την ορίσουν με βάση τις βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές αλλαγές, που υφίσταται το άτομο στη γνωστική του εξέλιξη. Ιδιαίτερο ρόλο στον επιστημονικό ορισμό της εφηβείας παίζουν και οι

κοινωνικοπολιτιστικοί και ιστορικοί παράγοντες, που την επηρεάζουν (Μανδύλα & συν., 2013).

1.1.1 Ορισμός της εφηβείας.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), η εφηβεία ορίζεται ως «η περίοδος ανθρώπινης ανάπτυξης και εξέλιξης που μεσολαβεί μεταξύ της παιδικής ηλικίας και της ενηλικίωσης και οριοθετείται συνηθέστερα στην ηλικιακή ζώνη 10-19 ετών» (όπως αναφέρεται στο Μπετεινάκη, 2020). Διακρίνονται τρία επιμέρους στάδια της εφηβείας. Παρόλο που τα στάδια αυτά είναι αυθαίρετα, βοηθούν στην καλύτερη κατανόηση της εφηβείας. Το πρώιμο στάδιο της εφηβείας εντοπίζεται μεταξύ 10 και 14 ετών (CDC's Developmental Milestones, 2020). Κοινωνικά σηματοδοτείται από τη μετάβαση στη δευτεροβάθμια από την πρωτοβάθμια εκπαίδευση. Τα κυριότερα χαρακτηριστικά της είναι η απότομη και μεγάλη σωματική αλλαγή και η εκδήλωση τάσεων αυτονομίας από τους γονείς, αλλά και από το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον. Το επόμενο στάδιο που είναι το μεσαίο στάδιο της εφηβείας αφορά εφήβους ηλικίας 15 έως 17 ετών. Στη περίοδο αυτή οι έφηβοι επιχειρούν να προσαρμοστούν ή και να ταυτιστούν με τα στερεότυπα κάποιας ομάδας. Το τελικό στάδιο αυτής της περιόδου εντοπίζεται μεταξύ 18 και 21 ετών και οι έφηβοι αρχίζουν να αποδέχονται τις ευθύνες τους και συνάπτουν σχέσεις όμοιες με αυτές που θα έχουν στην ενήλικη τους ζωή.

1.2 Σχολικός εκφοβισμός

Κάποτε ο σχολικός εκφοβισμός θεωρούνταν ένα παιδικό “τελετουργικό” ή ένα φυσιολογικό μέρος της ανάπτυξης, και αυτό συχνά είχε ως αποτέλεσμα να παραβλέπεται από το σχολικό προσωπικό (Jacobsen & Bauman, 2007). Ωστόσο πολλές έρευνες, εκ των οποίων και οι έρευνες των Nansel και συν. (2001) και των Espelage και Swearer (2003), διαπίστωσαν πως ο εκφοβισμός είναι ένα ευρέως διαδεδομένο και πολύ σοβαρό φαινόμενο, το οποίο πρέπει να αντιμετωπιστεί και δεν είναι όπως μέχρι πρότινος πίστευαν πολλοί, ένα ακίνδυνο τελετουργικό παιδικό παιχνίδι (όπως αναφέρεται στο Jacobsen & Bauman, 2007).

1.2.1 Ορισμός εκφοβισμού.

Ο εκφοβισμός είναι ένα πολύπλευρο φαινόμενο, γι' αυτό και οι ερευνητές οι οποίοι ασχολούνται με τον εκφοβισμό προσπάθησαν να δημιουργήσουν μια ομοιομορφία όσον αφορά τους ορισμούς, συμπεριλαμβάνοντας τα στοιχεία της επιθετικής και σκόπιμης συμπεριφοράς, της επανάληψης και της ανισορροπίας ισχύος (Slattery & συν., 2019).

Ο Lee (2006) βασιζόμενος σε ένα μοντέλο που παρουσίασε ο Farrington (1993) πρότεινε να οριστεί ο εκφοβισμός ως εξής: *«(α) πρόθεση, (β) βλάβη, (γ) επανάληψη, (δ) διάρκεια, (ε) ανισορροπία δύναμης και (στ) πρόκληση»* (όπως αναφέρεται στο Slattery & συν., 2019). Σύμφωνα με τους Frey και συν. (2005), ο εκφοβισμός είναι μια λέξη η οποία γίνεται κατανοητή ως μια υποκατηγορία της επιθετικής συμπεριφοράς που όμως διακρίνεται από άλλες μορφές επιθετικότητας, επειδή συμβαίνει επανειλημμένα με την πάροδο του χρόνου και περιλαμβάνει δύο ή και περισσότερα άτομα άνισης ισχύος (όπως αναφέρεται στο Slattery και συν., 2019). Επίσης το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού ορίζεται από τον Olweus (2001, σ. 5-6) ως *«η σκόπιμη και επαναλαμβανόμενη επιθετικότητα προς τους ασθενέστερους συνομηλίκους: ένας μαθητής εκφοβίζεται ή θυματοποιείται όταν εκτίθεται, επανειλημμένα και με την πάροδο του χρόνου σε αρνητικές ενέργειες εκ μέρους ενός ή περισσότερων άλλων μαθητών»* (όπως αναφέρεται στο Vannini & συν., 2011). Τυπικά χαρακτηριστικά του φαινομένου αυτού αποτελούν η πραγματική ή αντιληπτή ανισορροπία μεταξύ θύτη και θύματος και η συστηματική επανάληψη καθώς περνάει ο καιρός (Vannini & συν., 2011).

Πρόσφατα τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC) οργάνωσαν μια ομάδα, με σκοπό την ανάπτυξη ενός ενιαίου ορισμού. Η ανάγκη αυτή προήλθε από την αναγνώριση της σημασίας που έχει η υιοθέτηση ενός ενιαίου ορισμού του εκφοβισμού, τόσο από τους ερευνητές, όσο και από τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής για την καλύτερη κατανόηση των ποσοστών επικράτησης του φαινομένου και των τάσεων με την πάροδο του χρόνου (Rosen & συν., 2017). Ο ορισμός που περιέγραψε η επιτροπή του CDC, σύμφωνα με

τους Gladden και συν. 2014, σ. 7, ο εκφοβισμός περιγράφεται ως «οποιαδήποτε ανεπιθύμητη επιθετική συμπεριφορά από άλλον νέο ή ομάδα νέων που δεν είναι αδέρφια ή σημερινοί σύντροφοι που βγαίνουν ραντεβού, η οποία περιλαμβάνει μια παρατηρούμενη ή αντιληπτή ανισορροπία δύναμης και επαναλαμβάνεται πολλές φορές ή είναι πολύ πιθανό να επαναληφθεί» (όπως αναφέρεται στο Rosen & συν., 2017). Ο εκφοβισμός μπορεί να προκαλέσει βλάβη ή δυσφορία στον στοχοποιημένο νέο, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής, ψυχολογικής, κοινωνικής ή εκπαιδευτικής βλάβης.

1.2.3 Μορφές εκφοβισμού.

Ο εκφοβισμός στο σχολικό πλαίσιο, μπορεί να εμφανιστεί σε διάφορες μορφές. Οι πιο συχνά προσδιοριζόμενες μορφές εκφοβισμού είναι ο σωματικός εκφοβισμός, ο λεκτικός εκφοβισμός, ο κοινωνικός εκφοβισμός, η πρόκληση υλικών ζημιών και ο εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο. Ο σωματικός εκφοβισμός αναφέρεται στη χρήση βίας από τον θύτη και περιλαμβάνει συμπεριφορές όπως το χτύπημα, η κλωτσιά ή η γροθιά προς το θύμα. Ο λεκτικός εκφοβισμός αναφέρεται στην περιφρονητική προφορική ή γραπτή επικοινωνία που απευθύνεται στο θύμα και περιλαμβάνει χλευασμό, χαρακτηρισμούς και αποστολή προσβλητικών σημειωμάτων (Rosen & συν., 2017). Ο κοινωνικός εκφοβισμός, σύμφωνα με τον Underwood (2003) έχει ως στόχο να βλάψει την κοινωνική θέση ή τις σχέσεις κάποιου άλλου (όπως αναφέρεται στο Rosen & συν., 2017). Συνήθη παραδείγματα κοινωνικά επιθετικής συμπεριφοράς είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός, τα κακόβουλα κουτσομπολιά και η χειραγώγηση της φιλίας. Οι υλικές ζημιές αναφέρονται στην αρπαγή ή την καταστροφή των αντικειμένων του θύματος από τον θύτη.

Η πιο πρόσφατη μορφή εκφοβισμού, είναι ο εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο. Ο όρος αυτός υιοθετείται ευρέως και έχει οριστεί από τους Hinduja και Patchin (2009) σ. 5 ως «ηθελημένη και επαναλαμβανόμενη βλάβη που προκαλείται μέσω της χρήσης υπολογιστών, κινητών τηλεφώνων και άλλων ηλεκτρονικών συσκευών» (όπως αναφέρεται στο Rosen & συν.,

2017). Ο κυβερνοεκφοβισμός διαφέρει από τους υπόλοιπους τύπους του εκφοβισμού, καθώς τα θύματα μπορούν να βιώσουν εκφοβιστικές συμπεριφορές 24 ώρες τη μέρα ανεξάρτητα από το που βρίσκονται. Σύμφωνα με τους Hinduja και Patchin (2015), φαίνεται ότι το ποσοστό των εφήβων που έχουν πέσει θύματα κυβερνοεκφοβισμού κυμαίνεται μεταξύ 18% και 35% (όπως αναφέρεται στο Strohacker & συν., 2021).

1.3 Θυματοποίηση

Σύμφωνα με την υπάρχουσα βιβλιογραφία ένα σημαντικό ποσοστό των εφήβων ηλικίας 12 έως 18 χρονών έχει πέσει θύμα εκφοβισμού από συνομηλίκους του. Οι ακριβείς εκτιμήσεις για τη θυματοποίηση, σύμφωνα με τους Hertz και συν. (2015) και τους Kowalski και Limber (2007), ποικίλλουν λόγω των διαφορών που υπάρχουν στις μετρήσεις (όπως αναφέρεται στο Strohacker & συν., 2021). Ωστόσο οι Elgar και συν. (2014) και οι Modecki και συν. (2014), έχουν εντοπίσει ότι η θυματοποίηση από παραδοσιακό εκφοβισμό εμφανίζεται συνήθως στο 30% έως 40% των εφήβων (όπως αναφέρεται στο Strohacker & συν., 2021).

Η έννοια της θυματοποίησης, παρά το γεγονός ότι χρησιμοποιείται συνήθως στην επιστημονική βιβλιογραφία για να αποκαλύψει, σύμφωνα με τους Guerin και Hennessy (2002) και τον Olweus (1993), τις διαδικασίες εφαρμογής καταχρηστικών συμπεριφορών εναντίων κάποιου άλλου, φαίνεται να έχει μια ευρύτερη έννοια, καθώς σύμφωνα με τους Janoff-Bulman και Frieze (1983), αφορά τις αλλαγές στη ζωή των ανθρώπων που είναι αποτέλεσμα μιας σωματικής ή ψυχολογικής «απώλειας» (όπως αναφέρεται στο Ανδρέου, 2009). Επομένως κάτω από την ομπρέλα της θυματοποίησης εμπίπτουν άτομα που έχουν υποστεί σωματική ή/και ψυχική βία, αλλά και τα άτομα που έχουν βιώσει χρόνια σοβαρή ασθένεια, φυσικές καταστροφές και σοβαρά ατυχήματα. Το κοινό σημείο που εντοπίζεται στις περιπτώσεις αυτές είναι το σοκ που αισθάνεται το άτομο, τα αισθήματα απελπισίας και σύγχυσης, η κατάθλιψη, το άγχος και το αίσθημα απώλειας του ελέγχου (Ανδρέου, 2009).

Η θυματοποίηση είναι μια κατάσταση κατά την οποία ένα άτομο ή άτομα πλήττονται ή τραυματίζονται. «Για να χαρακτηριστεί ένα άτομο ως θύμα, θα πρέπει να υφίσταται παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων του αλλά και σοβαρή αποδιοργάνωση της ευημερίας του» (Μυλωνάκη, 2022). Η θυματοποίηση από τους συνομηλίκους περιγράφεται από τους Graham (2006), Martínez-Ferrer και συν. (2018), ως «η αρνητική εμπειρία του να γίνεσαι αντικείμενο σωματικής, λεκτικής ή ψυχολογικής επίθεσης που ασκείται από άλλους μαθητές με σκοπό να προκαλέσουν βλάβη» (όπως αναφέρεται στο León-Moreno & συν., 2019).

Οι κυριότερες μορφές που μπορεί να πάρει η θυματοποίηση είναι οι σωματικές επιθέσεις, όπως για παράδειγμα τα χτυπήματα, η σεξουαλική κακοποίηση και οι επιθέσεις σε προσωπική περιουσία (Ανδρέου, 2009). Επιπλέον η θυματοποίηση μπορεί να εμφανιστεί και υπό την μορφή της λεκτικής βίας, η οποία περιλαμβάνει απειλές, βρισιές και διάδοση ψευδών φημών. Σύμφωνα με τον Olweus (1993), άλλη μια μορφή είναι η ψυχολογική – συναισθηματική κακοποίηση, η οποία αφορά στον κοινωνικό αποκλεισμό και στην υποβάθμιση των προσωπικών ικανοτήτων του ατόμου (όπως αναφέρεται στο Ανδρέου, 2009). Πολύ συχνά αυτές οι μορφές συνυπάρχουν και σε αρκετές περιπτώσεις δεν είναι ξεκάθαρο αν μια συμπεριφορά ανήκει στην μια κατηγορία ή στην άλλη.

1.3.1 Επιπτώσεις θυματοποίησης.

Η θυματοποίηση στο σχολείο, η οποία περιλαμβάνει μια σειρά συμπεριφορών όπως ο εκφοβισμός, η παρενόχληση και οι διακρίσεις, έχει σημαντικό και μακροχρόνιο αντίκτυπο στους μαθητές, επηρεάζοντας τόσο την κοινωνική όσο και την ακαδημαϊκή τους ζωή. Η θυματοποίηση αυτού του είδους μπορεί να έχει ένα ευρύ φάσμα επιπτώσεων, όπως χειρότερες σχολικές επιδόσεις, αυξημένο άγχος και απόγνωση. Επιπλέον, οι επιπτώσεις υπερβαίνουν το άτομο και επηρεάζουν τη δυναμική της κοινότητας και το σχολικό κλίμα.

Οι Andreou (2000) και Boulton και Smith (1994), έχουν υποστηρίξει πως η σχολική θυματοποίηση έχει συνδεθεί με προβλήματα τόσο στη συνολική αυτοαντίληψη, όσο και σε

επιμέρους τομείς της (όπως αναφέρεται στο Ανδρέου, 2009). Επίσης οι Bond και συν. (2001) ανέφεραν πως συνδέεται με σχολική φοβία και χρόνια συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης, ενώ οι Houbre και συν. (2006) και οι Williams και συν (1996), υποστήριξαν ότι η σχολική θυματοποίηση σχετίζεται με διαταραχές ύπνου, πονοκέφαλο, στομαχόπονο και κατάχρηση αλκοόλ και ουσιών (όπως αναφέρεται στο Ανδρέου, 2009).

1.4 Άγχος

Σήμερα περισσότερο από ποτέ το άγχος απασχολεί τόσο την επιστημονική κοινότητα, όσο και την ευρύτερη κοινωνία. Όλοι οι άνθρωποι λίγο πολύ βιώνουν αναπόφευκτα στιγμές άγχους στην καθημερινότητά τους. Το άγχος είναι *«μία κατάσταση που σχετίζεται με έντονα συναισθήματα φόβου, συνοδευόμενα από σωματικά ενοχλήματα όπως καρδιακούς παλμούς και εφίδρωση, τα οποία υποδηλώνουν υπερδραστηριότητα του αυτόνομου νευρικού συστήματος»* (Sadock & Sadock, 2007, p. 229). Επίσης, επηρεάζει τη γνωσιακή ικανότητα του ατόμου και τείνει να προκαλεί παραμόρφωση της αντίληψης.

1.4.1 Ορισμοί άγχους.

Σύμφωνα με τον Μάνο (1997), το άγχος ορίζεται ως *«η δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση που περιλαμβάνει αισθήματα τάσης, φόβου ή ακόμη και τρόμου σαν απάντηση σε κίνδυνο του οποίου η πηγή είναι σε μεγάλο βαθμό άγνωστη ή μη αναγνωρίσιμη»* (όπως αναφέρουν οι Μητρούση & συν., 2013). Είναι μία κοινή αντίδραση που σε κάποιο βαθμό απαντάται στους περισσότερους ανθρώπους με τη μορφή της υπερβολικής αντίδρασης σε ήπια στρεσογόνα γεγονότα. Ο Epstein (1976) υποστήριξε ότι το άγχος προκύπτει από την αντίληψη της απειλής – *«απειλές για τη μελλοντική ευτυχία και απειλές για την αυτοεκτίμηση του ατόμου»* (όπως αναφέρεται στο Dobson, 1985). Οι Baruch και Lambert (2007) ανέφεραν ότι το άγχος προκύπτει ως αποτέλεσμα ενός συνδυασμού αρνητικών συναισθημάτων και φυσιολογικής διέγερσης (όπως αναφέρεται στο Avey & συν., 2011). Ο Barlow (2002) περιέγραψε το άγχος ως *«μία κατάσταση προσανατολισμένη στο μέλλον, κατά την οποία τα άτομα βιώνουν*

ανεξέλεγκτα και απρόβλεπτα συναισθήματα σχετικά με κάποιο επικίνδυνο γεγονός» (όπως αναφέρεται στο Avey & συν., 2011).

1.4.2 Κοινωνικό άγχος.

Το κοινωνικό άγχος αφορά σε ένα επίμονο φόβο για μία ή περισσότερες κοινωνικές καταστάσεις ή καταστάσεις απόδοσης στις οποίες το άτομο εκτίθεται σε άγνωστους ανθρώπους ή σε πιθανό έλεγχο από άλλους (Cohen & Huppert, 2018). Όπως ανέφεραν οι Watson και συν. (1988) ένα μοναδικό χαρακτηριστικό του κοινωνικού άγχους είναι η αρνητική συσχέτισή του με τη θετική επίδραση σε σύγκριση με άλλες αγχώδεις διαταραχές (όπως αναφέρεται στο Cohen & Huppert, 2018). Ωστόσο, υπάρχουν λίγες πληροφορίες σχετικά με το ποιοι παράγοντες συμβάλλουν σε αυτή τη μοναδική σχέση και επιπλέον, αν αυτή η επίδραση ισχύει για τη συνολική θετική επίδραση ή μόνο για συγκεκριμένα θετικά συναισθήματα (Cohen & Huppert, 2018).

1.4.3 Φυσιολογικό άγχος.

Μέχρι ενός σημείου το άγχος είναι ένα φυσιολογικό και χρήσιμο στοιχείο της ανθρώπινης προσωπικότητας, το οποίο όπως αναφέρει ο Barlow (2000) βοηθάει τις σωματικές και πνευματικές επιδόσεις να αυξάνονται (όπως αναφέρουν οι Μητρούση & συν., 2013). Σε φυσιολογικό βαθμό κρατά το άτομο σε εγρήγορση και το προετοιμάζει για να δράσει εφόσον μια κατάσταση απειλεί την ψυχοσωματική του συγκρότηση. Σε υπερβολικό βαθμό, όμως αποτελεί νοσηρή εκδήλωση χαρακτηριστική διαταραχή της προσαρμοστικής ικανότητας του ανθρώπου (Μητρούση & συν., 2013). Σύμφωνα με τον Kennerley (1995) το παρατεταμένο άγχος οδηγεί σε υπερευαισθησία και χρόνια ανησυχία με δυσχερείς επιπτώσεις στους ανθρώπους. Άνθρωποι οι οποίοι βιώνουν παρατεταμένο άγχος αντιμετωπίζουν προβλήματα με τη μνήμη τους, την αντίληψή τους και τον ύπνο (όπως αναφέρεται στο Avey et al., 2011).

1.4.4 Παθολογικό άγχος.

Όπως αναφέρεται και παραπάνω, το άγχος σε υπερβολικό βαθμό σταματάει πλέον να θεωρείται φυσιολογικό και περνάει στο φάσμα του παθολογικού. Το παθολογικό άγχος αφορά σε επεισόδια άγχους μεγαλύτερης διάρκειας και έντασης απ' ό,τι οι περιστάσεις επιτρέπουν και δικαιολογούν, με αποτέλεσμα να μειώνεται η επαγγελματική, η κοινωνική και η προσωπική λειτουργικότητα του ατόμου (Παγκάκη, 2017). Επίσης, μπορεί να βλάψει τόσο τη σωματική όσο και τη ψυχολογική υγεία του ατόμου όταν γίνεται χρόνια. Για το λόγο αυτό πρέπει να συμβουλευτείται έναν ειδικό ούτως ώστε να τον βοηθήσει να το διαχειρίζεται. Δεν έρχονται όλοι αντιμέτωποι με τα ίδια συμπτώματα, ωστόσο κάποια από αυτά μπορεί να υποδηλώνουν την ύπαρξη κάποιας διαταραχής άγχους.

Κεφάλαιο 2^ο: Βιβλιογραφική ανασκόπηση- Έρευνες

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο της επιστημονικής έρευνας, καθώς παρέχει μια ολοκληρωμένη σύνθεση της υπάρχουσας έρευνας και των θεωρητικών απόψεων που σχετίζονται με το υπό μελέτη θέμα. Στο πλαίσιο της παρούσας εργασίας, η βιβλιογραφική ανασκόπηση ξεκινά με ένα ταξίδι στο τεράστιο πεδίο του επιστημονικού λόγου, διερευνώντας τις μυριάδες συνεισφορές, επιχειρήματα και ιδέες γύρω από το κεντρικό θέμα. Μέσα από μια επίπονη επισκόπηση άρθρων με κριτές, βασικών κειμένων και εμπειρικών μελετών, επιχειρεί να αποκαλύψει την τρέχουσα κατάσταση της γνώσης, να εντοπίσει τα κενά στην υπάρχουσα έρευνα και να ανοίξει το δρόμο για περαιτέρω διερεύνηση. Με την κριτική αξιολόγηση και την ενσωμάτωση διαφορετικών οπτικών γωνιών, η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση αποσκοπεί στο να παράσχει μια στέρεη βάση στην οποία θα στηριχθεί η επακόλουθη ανάλυση και συζήτηση, συμβάλλοντας τελικά στη βαθύτερη κατανόηση των πολύπλοκων ζητημάτων που ενυπάρχουν στο επιλεγμένο ερευνητικό πεδίο.

Οι επιζήμιες επιπτώσεις της θυματοποίησης από τον εκφοβισμό στην ψυχική υγεία των εφήβων μελετώνται τα τελευταία 30 χρόνια (Moore & συν., 2017), με αποτέλεσμα να έχει δημιουργηθεί ένας τεράστιος όγκος βιβλιογραφίας γύρω από αυτό το θέμα (όπως αναφέρεται στο Ferraz de Camargo & συν., 2022). Σύμφωνα με τους Coie, Dodge και Coppotelli (1982) και Paul και Cillessen (2003), οι νέοι που απορρίπτονται από τους συνομηλίκους ή γίνονται θύματα από αυτούς, τείνουν να παρουσιάζουν άγχος, επιθετική συμπεριφορά και κοινωνικά προβλήματα (όπως αναφέρεται στο (Fanti & Kimonis, 2012)). Έρευνες έχουν διερευνήσει εκτενώς τη σχέση μεταξύ του εκφοβισμού από συνομηλίκους και της εμφάνισης προβλημάτων ψυχικής υγείας, όπως η κατάθλιψη και το άγχος. Επιπλέον σύμφωνα με τους Reijntjes και συν. (2010), μια ανασκόπηση 18 διαχρονικών μελετών έδειξε ότι η σχέση αυτή λειτουργεί και προς τις δύο κατευθύνσεις: το να εκφοβίζονται οι μαθητές μπορεί να οδηγήσει σε περισσότερα εσωτερικευμένα προβλήματα με την πάροδο του χρόνου και η ύπαρξη αυτών των

εσωτερικευμένων προβλημάτων μπορεί να αυξήσει τις πιθανότητες να εκφοβιστούν (όπως αναφέρεται στο Forbes & συν., 2019). Αυτό υποδηλώνει έναν φαύλο κύκλο όπου ο εκφοβισμός και τα προβλήματα ψυχικής υγείας αλληλοενισχύονται. Κατά συνέπεια, τα παιδιά που εκφοβίζονται μπορεί να αναπτύξουν προβλήματα ψυχικής υγείας και τα παιδιά με υπάρχοντα προβλήματα μπορεί να γίνουν στόχος εκφοβισμού.

Η αναπτυξιακή και γνωστική θεωρία υποδεικνύει διάφορους μηχανισμούς με τους οποίους ο εκφοβισμός από τους συνομηλίκους μπορεί να οδηγήσει αργότερα σε προβλήματα εσωτερικοποίησης. Ο Wang (2011) πρότεινε ότι η βίωση θυματοποίησης από συνομηλίκους κατά την εφηβεία θα μπορούσε να είναι ένας σημαντικός στρεσογόνος παράγοντας ζωής, σύμφωνα και με το μοντέλο γνωστικής διάθεσης-άγχους των συμπτωμάτων εσωτερικοποίησης (όπως αναφέρεται στο Forbes & συν., 2019). Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τα νεαρά άτομα να αναπτύξουν μια διαστρεβλωμένη αντίληψη τόσο για τον εαυτό τους, όσο και για το μέλλον τους και τον κόσμο γενικότερα. Με τα παραπάνω έρχονται να συμφωνήσουν και οι Moore και συν. (2017), καθώς υποστηρίζουν πως το να είναι κανείς θύμα εκφοβισμού κατά την εφηβική περίοδο συνδέεται με πληθώρα προβλημάτων σωματικής και ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβανομένων των αυξημένων επιπέδων κατάθλιψης και άγχους (όπως αναφέρεται στο Forbes & συν., 2019).

Συνολικά, άτομα τα οποία έχουν υψηλά ποσοστά θυματοποίησης αναφέρουν και σημαντικά υψηλότερα επίπεδα άγχους (Olweus, 1995, Swearer, 2001). Οι έρευνες των Kaltalia-Heino και συν. (2000) και των Salmon και συν. (1998), έχουν τεκμηριώσει ότι έφηβοι οι οποίοι αναφέρουν ότι πέφτουν θύματα βίας από συνομηλίκους τους έχουν από 3,2 ως και 4,2 περισσότερες πιθανότητες να αναφέρουν συμπτώματα άγχους σε σύγκριση με τους εφήβους που δεν εμπλέκονται σε περιστατικά εκφοβισμού (όπως αναφέρεται στο Ιωαννίδης, 2018).

Όσον αφορά τα αποτελέσματα ερευνών οι οποίες εξετάζουν τις διαφορές μεταξύ των φύλων είναι ανομοιογενή. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι τα αγόρια και τα κορίτσια εμπλέκονται σε διαφορετικά είδη εκφοβισμού και αυτό με τη σειρά του επηρεάζει με διαφορετικό τρόπο τα επίπεδα άγχους των δύο φύλων. Για παράδειγμα ο σχεσιακός εκφοβισμός μπορεί να έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο στα κορίτσια επειδή επηρεάζει τις κοινωνικές τους σχέσεις, ενώ ο σωματικός εκφοβισμός μπορεί να είναι πιο σημαντικός για τα αγόρια καθώς μπορεί να επηρεάσει την αίσθηση του ανδρισμού τους.

Πράγματι, η έρευνα δείχνει ότι διαφορετικοί τύποι εκφοβισμού οδηγούν σε ξεχωριστά ψυχολογικά αποτελέσματα. Οι Storch και συν. (2005) συνέκριναν την άμεση και την έμμεση θυματοποίηση και διαπίστωσαν ότι μόνο η άμεση θυματοποίηση, που συνήθως σχετίζεται με τα αγόρια, συνδέεται με τον φόβο της αρνητικής αξιολόγησης και την αποφυγή κοινωνικών καταστάσεων. Αυτά τα ευρήματα είναι συνεπή με εκείνα των Storch και Masia Warner (2004), οι οποίοι ανακάλυψαν ότι μεταξύ των κοριτσιών, η σχεσιακή θυματοποίηση και η μοναξιά συσχετίστηκαν με το κοινωνικό άγχος, ακόμη και αφού ελήφθησαν υπόψη η θετική κοινωνική συμπεριφορά και η έκδηλη θυματοποίηση (όπως αναφέρεται στο Ιωαννίδης, 2018).

Στη μελέτη τους το 2007, οι Marini και συν. εξέτασαν τόσο τις έμμεσες όσο και τις άμεσες μορφές εκφοβισμού. Ανακάλυψαν ότι τόσο τα αγόρια, όσο και τα κορίτσια που ήταν θύματα ή εμπλέκονταν σε έμμεσο εκφοβισμό ήταν πολύ πιθανό να αντιμετωπίσουν εσωτερικευμένα ζητήματα (π.χ. άγχος) και προκλήσεις στις αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους τους (όπως αναφέρεται στο Ιωαννίδης, 2018). Ωστόσο, η έκφραση κοινωνικού άγχους παρατηρήθηκε κυρίως στα κορίτσια. Η μελέτη των Stapinski και συν. (2015) δεν φανέρωσε την οποιαδήποτε διαφορά ανάμεσα στα δύο φύλα. Αντιθέτως φάνηκε ότι η έκθεση στη θυματοποίηση συνδέθηκε με αρνητικές ψυχολογικές επιπτώσεις και υψηλά σκορ στο άγχος τόσο για τα αγόρια όσο και για τα κορίτσια.

Όπως υποστηρίχθηκε από τους Bradshaw και συν. (2007) και τους Peeters και συν. (2010), τα αγόρια είναι σημαντικά πιο πιθανό από τα κορίτσια να είναι τόσο δράστες όσο και θύματα εκφοβισμού (όπως αναφέρεται στο Fanti & Kimonis, 2012). Αυτό υποδηλώνει αναμενόμενες διαφορές φύλου στα μέσα επίπεδα βαθμολογίας εκφοβισμού και θυματοποίησης. Η μελέτη των Ferraz de Camargo και συν. (2022) έδειξε ότι τα θύματα λεκτικού, σχεσιακού και σωματικού εκφοβισμού παρουσίασαν υψηλά επίπεδα κοινωνικού άγχους. Τα αποτελέσματα της μελέτης των Balluerka και συν. (2023), συμφωνούν επίσης με όσα έχουν ήδη αναφερθεί παραπάνω, καθώς έδειξαν ότι η θυματοποίηση από εκφοβισμό συνδέεται θετικά και σημαντικά με το άγχος.

Ακόμη μια έρευνα που έρχεται να συμφωνήσει με όσα έχουν ήδη αναφερθεί, είναι η έρευνα των Stapinski και συν. (2015), καθώς η έρευνα τους αποκάλυψε ότι η θυματοποίηση των συνομηλίκων κατά την εφηβεία σχετίζεται με δυσμενείς ψυχολογικές συνέπειες. Πιο συγκεκριμένα φάνηκε πως η έκθεση σε εκφοβιστικές συμπεριφορές κατά την εφηβεία σχετίζεται με πιο ψηλά επίπεδα άγχους. Επιπρόσθετα πρόσθεσαν ότι η θυματοποίηση στους εφήβους δεν σχετίζεται μόνο με οξείες αυξήσεις στο άγχος, αλλά μπορεί επίσης να συμβάλει στην ανάπτυξη συμπτωμάτων και έξι μήνες αργότερα.

Τα ευρήματα των Grills και Ollendick (2002) ευθυγραμμίζονται με εκείνα των Vuijk και συν. (2007), οι οποίοι ανακάλυψαν ότι η μείωση της θυματοποίησης στα κορίτσια έπαιξε διαμεσολαβητικό ρόλο στη μείωση των επιπέδων άγχους. Αντίθετα, η μείωση της σωματικής θυματοποίησης για τα αγόρια αντανάκλωσε σε μειωμένο γενικό άγχος στα αγόρια. Επιπλέον, δεδομένου ότι δεν εντοπίστηκαν διαφορές στα επίπεδα της σχεσιακής θυματοποίησης που βίωσαν τα αγόρια και τα κορίτσια, η συσχέτιση ανά φύλο μεταξύ θυματοποίησης και άγχους υποδηλώνει διαφορές φύλου στον τρόπο με τον οποίο γίνεται αντιληπτή η θυματοποίηση, υποστηρίζοντας το επιχείρημα των Crick και Bigbee (1998) ότι τα κορίτσια μπορεί να εσωτερικεύουν αυτές τις σχεσιακές επιθέσεις σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι τα αγόρια.

Κεφάλαιο 3^ο: Στόχοι και Υποθέσεις

Στη σύγχρονη κοινωνία, η εφηβεία αποτελεί μια κρίσιμη περίοδο που χαρακτηρίζεται από σημαντική ψυχολογική και κοινωνική ανάπτυξη. Μεταξύ των αναρίθμητων προκλήσεων που αντιμετωπίζονται κατά τη διάρκεια αυτής της φάσης, ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση αναδεικνύονται ως διάχυτες ανησυχίες με βαθιές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και ευημερία.

Η παρούσα διατριβή επιδιώκει να διερευνήσει τον προγνωστικό ρόλο του εκφοβισμού και της θυματοποίησης στο άγχος των εφήβων. Βασισμένη στον αυξανόμενο όγκο ερευνών που αναδεικνύουν τις επιζήμιες επιπτώσεις της θυματοποίησης από συνομηλίκους στα αποτελέσματα της ψυχικής υγείας, ιδίως στο άγχος, η παρούσα μελέτη προσπαθεί να διερευνήσει τις αποχρώσεις της δυναμικής αυτών των φαινομένων στον εφηβικό πληθυσμό.

Μέσω μιας σφαιρικής εξέτασης η παρούσα έρευνα προσπαθεί να συμβάλει στη βαθύτερη κατανόηση των πολύπλοκων σχέσεων μεταξύ εκφοβισμού, θυματοποίησης και άγχους.

Βασίζεται στις ακόλουθες τρεις υποθέσεις:

Κύρια υπόθεση: Η υπόθεση είναι ότι τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση θα χρησιμεύσουν ως σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους των εφήβων.

Διαφορές φύλου στον εκφοβισμό: Η μελέτη αναμένει ότι οι άνδρες έφηβοι θα επιδείξουν υψηλότερες βαθμολογίες στη συμπεριφορά εκφοβισμού σε σύγκριση με τις γυναίκες.

Διαφορές φύλου στη θυματοποίηση και το άγχος: Αντίθετα, αναμένεται ότι οι γυναίκες έφηβοι θα παρουσιάσουν υψηλότερα επίπεδα αναφερόμενων εμπειριών θυματοποίησης καθώς και συμπτωμάτων άγχους σε σύγκριση με τους άνδρες εφήβους.

Κεφάλαιο 4^ο: Μεθοδολογία

4.1 Δείγμα

Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτελούνταν από 1674 Ελληνοκύπριους εφήβους (50,1% κορίτσια) που συμπλήρωσαν τις μετρήσεις της μελέτης σε ηλικία 12 και 14 ετών. Επιλέχθηκαν 13 γυμνάσια σε τρεις σχολικές περιφέρειες (Λευκωσία, Λάρνακα, Λεμεσός) στην Κύπρο. Μετά την έγκριση της μελέτης από τα σχολικά συμβούλια, δόθηκε στους μαθητές το έντυπο συγκατάθεσης μετά από ενημέρωση για να υπογράψουν οι γονείς τους και μόνο οι μαθητές που είχαν τη συγκατάθεση των γονέων τους, τους επιτράπηκε να συμμετάσχουν στη μελέτη. Στην τάξη, οι μαθητές ενημερώθηκαν για τη μελέτη και ενημερώθηκαν επίσης για τα δικαιώματά τους ως συμμετέχοντες. Το δείγμα ήταν ποικιλόμορφο όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο των γονέων (20,6 % με μόρφωση κάτω από το λύκειο, 45,95 % με μόρφωση λυκείου και 33,45 % με πανεπιστημιακό πτυχίο) και την οικογενειακή κατάσταση των γονέων (7,2 % προέρχονταν από μονογονεϊκές οικογένειες).

Τα ερωτηματολόγια στους μαθητές δόθηκαν το 2013 στα πλαίσια μιας έρευνας που διεξήχθη από τους Φάντη και συν. (2013). Οι αναλύσεις όμως που αναγράφονται παρακάτω έγιναν για τις ανάγκες της συγκεκριμένης έρευνας το 2024 με τη χρήση του εργαλείου SPSS.

4.2 Εργαλεία

4.2.1 Άγχος.

Το άγχος μετρήθηκε με το Youth Self-Report (YSR; Achenbach1991; Roussos et al.2001). Οι έφηβοι αξιολόγησαν πόσο καλά τους χαρακτήριζε κάθε ένα από τα στοιχεία κατά τους τελευταίους 6 μήνες σε μια κλίμακα τριών σημείων (0 "δεν ισχύει" έως 2 "ισχύει ή συχνά ισχύει"). Για την παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκαν μόνο οι υποκλίμακες των 15 στοιχείων για τη διαταραχή συμπεριφοράς ($T1\alpha=0,83$ - $T2\alpha=0,93$) και των 13 στοιχείων για το άγχος/κατάθλιψη ($T1\alpha=0,88$ - $T2\alpha=0,91$). Το YSR έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως σε κοινοτικά

δείγματα και έχει δείξει επαρκή εγκυρότητα στην εκτίμηση των προβλημάτων συμπεριφοράς και συναισθημάτων (Fanti, 2013).

4.2.2 Θυματοποίηση και εκφοβισμός.

Ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση μετρήθηκαν με το Student Survey of Bullying Behavior-Revised (SSBB-R; Varjas et al., 2006). Οι συμμετέχοντες δήλωσαν αν είχαν εμπλακεί σε άμεσο (δηλαδή σωματικό και λεκτικό), σχεσιακό και διαδικτυακό εκφοβισμό (16 στοιχεία- π.χ. "Πόσο συχνά πειράζεις νεότερα, μικρότερα, λιγότερο ισχυρά ή λιγότερο δημοφιλή παιδιά χτυπώντας ή κλωτσώντας τα;") και πόσο συχνά άμεσος, σχεσιακός και διαδικτυακός εκφοβισμός (16 στοιχεία- π.χ. "Πόσο συχνά τα μεγαλύτερα, μεγαλύτερα, πιο δημοφιλή ή πιο ισχυρά παιδιά σε πειράζουν χτυπώντας ή κλωτσώντας σε;") τους συνέβη σε μια τακτική κλίμακα: ποτέ, μία ή δύο φορές το χρόνο, μηνιαίως, εβδομαδιαίως ή καθημερινά. Προηγούμενες έρευνες που χρησιμοποίησαν το SSBB-R μέτρησαν με επιτυχία τον εκφοβισμό και τη θυματοποίηση σε κοινοτικά δείγματα παιδιών και εφήβων στην Κύπρο και τις ΗΠΑ (Fanti and Kimonis 2012, Varjas et al. 2006) (όπως αναφέρεται στο Fanti, 2013).

4.3 Ποσοτική έρευνα

Αναφέρεται στη συστηματική διερεύνηση διαφόρων φαινομένων με στατιστικές μεθόδους και αριθμητικά δεδομένα. Συνήθως χρησιμοποιείται αντιπροσωπευτικό δείγμα επιδιώκοντας έτσι να γενικευτούν τα αποτελέσματα στον ευρύτερο πληθυσμό. Σκοπός της ποσοτικής έρευνας είναι να ανακαλύψει τις αιτίες της αλλαγής των κοινωνικών φαινομένων μέσω της αντικειμενικής μέτρησης και της αριθμητικής ανάλυσης. Αποβλέπει στην επαλήθευση μιας υπόθεσης μέσω αριθμητικών στοιχείων και χρησιμοποιείται τόσο στον επιστημονικό όσο και στον ιδιωτικό χώρο.

Τα βασικά στάδια της ποσοτικής έρευνας είναι η θεωρία, οι υποθέσεις, το ερευνητικό σχέδιο, ο σχεδιασμός μέτρησης εννοιών, η επιλογή χώρου έρευνας, η επιλογή υποκειμένων/ερωτώμενων, η χρήση ερευνητικών εργαλείων/συλλογή δεδομένων, η

επεξεργασία των δεδομένων, η ανάλυση των δεδομένων, τα ευρήματα/συμπεράσματα και η συγγραφή ευρημάτων/συμπερασμάτων. Ωστόσο δεν συναντάται σχεδόν ποτέ σε αυτή της τη μορφή (Bryman, σ.182, 2017).

Ξεκινάει με τη θεωρία έτσι ώστε να υπάρχει μια παραγωγική προσέγγιση της σχέσης μεταξύ θεωρίας και έρευνας. Μέσα από τη θεωρία προκύπτουν και διάφορες υποθέσεις οι οποίες στη συνέχεια υποβάλλονται σε έλεγχο για να δούμε εάν επαληθεύονται ή όχι. Το επόμενο στάδιο που είναι ο ερευνητικός σχεδιασμός αφορά στην ποσοτικοποίηση των διάφορων πλευρών που έχει η κοινωνική ζωή. Το τέταρτο στάδιο που είναι ο σχεδιασμός μέτρησης των εννοιών συχνά καλείται "λειτουργικοποίηση", όρος που αναφέρεται στις πράξεις με τις οποίες μετράται μία έννοια (Bryman, σ. 182, 2017). Τα δύο επόμενα στάδια αφορούν στην επιλογή κατάλληλου χώρου και κατάλληλων υποκειμένων ώστε να είναι αντιπροσωπευτικά του εκάστοτε θέματος. Στο στάδιο που αφορά τη χρήση ερευνητικών εργαλείων γίνεται συνήθως ο χειρισμός της ανεξάρτητης μεταβλητής. Το όγδοο στάδιο αναφέρεται στο γεγονός ότι από τη στιγμή που έχουν συλλεχθεί οι σχετικές πληροφορίες πρέπει και να μετατραπούν σε "δεδομένα". Για κάποιες πληροφορίες, όπως για παράδειγμα το φύλο, η ηλικία, το εισόδημα και το εκπαιδευτικό επίπεδο είναι σχετικά μια εύκολη διαδικασία. Για άλλες όμως μεταβλητές η ποσοτικοποίηση χρειάζεται την κωδικοποίηση των πληροφοριών, δηλαδή τη μετατροπή τους σε αριθμούς ώστε να είναι εφικτή η ποσοτική ανάλυση (Bryman, σ. 183, 2017). Τέλος, στα τελευταία στάδια γίνεται μια συσχέτιση από τον ερευνητή όσον αφορά τα ευρήματα που προέκυψαν από την ανάλυση των δεδομένων με τις αρχικές του προβλέψεις και υποθέσεις.

Κεφάλαιο 5^ο: Αποτελέσματα

5.1 Ανάλυση δεδομένων

Τα ερωτηματολόγια εισήχθησαν στο στατιστικό πρόγραμμα IBM SPSS Statistics, το οποίο αποτέλεσε το εργαλείο για τις στατιστικές αναλύσεις. Στη παρούσα έρευνα υπάρχουν τρεις ανεξάρτητες μεταβλητές που είναι το φύλο, η θυματοποίηση και ο εκφοβισμός και υπάρχει και μια εξαρτημένη μεταβλητή, η οποία είναι το άγχος.

5.2 Σκοπός ανάλυσης

Η στατιστική ανάλυση σκοπό είχε να ελέγξει αν οι υποθέσεις της παρούσας μελέτης επιβεβαιώνονται ή όχι. Οι υποθέσεις ήταν οι εξής: (α) τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση θα χρησιμεύσουν ως σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους των εφήβων, (β) οι άνδρες έφηβοι θα επιδείξουν υψηλότερες βαθμολογίες στη συμπεριφορά εκφοβισμού σε σύγκριση με τις γυναίκες, (γ) οι γυναίκες έφηβοι θα παρουσιάσουν υψηλότερα επίπεδα αναφερόμενων εμπειριών θυματοποίησης καθώς και συμπτωμάτων άγχους σε σύγκριση με τους άνδρες εφήβους.

5.3 Αποτελέσματα αναλύσεων

Πίνακας 1

[Περιγραφικά στατιστικά στοιχεία για το φύλο, το άγχος/την κατάθλιψη, τον εκφοβισμό και τη θυματοποίηση]

Variable	N	M	SD	SE
Gender	1371	1.50	0.50	0.014
Anxiety/Depression	1371	5.71	4.01	0.108
Bullying	1371	5.74	8.05	0.217
Victimization Total	1371	7.77	9.04	0.244

Σημείωση. N = Αριθμός παρατηρήσεων- M = Μέσος όρος- SD = Τυπική απόκλιση- SE = Τυπικό σφάλμα του μέσου όρου.

Τα περιγραφικά στατιστικά στοιχεία αποκάλυψαν διάφορα βασικά ευρήματα. Πρώτον, η μέση βαθμολογία φύλου 1,50 (M = 1,50, SD = 0,500) υποδηλώνει μια σχετικά ισορροπημένη

κατανομή των συμμετεχόντων μεταξύ των φύλων στο δείγμα. Δεύτερον, όσον αφορά το άγχος και την κατάθλιψη, οι συμμετέχοντες ανέφεραν μέση βαθμολογία 5,71 ($M = 5,71, SD = 4,013$), υποδεικνύοντας μέτρια επίπεδα άγχους και κατάθλιψης κατά μέσο όρο. Τρίτον, όσον αφορά τον εκφοβισμό, η μέση βαθμολογία 5,74 ($M = 5,74, SD = 8,051$) υποδηλώνει μέτρια επίπεδα αναφερόμενης εκφοβιστικής συμπεριφοράς μεταξύ των συμμετεχόντων. Τέλος, οι συμμετέχοντες ανέφεραν μέση βαθμολογία 7,77 ($M = 7,77, SD = 9,035$) για τη συνολική θυματοποίηση, υποδεικνύοντας μέτρια επίπεδα αναφερόμενων εμπειριών θυματοποίησης.

Πίνακας 2

[One – Sample Test]

Variable	t	df	One-Sided p	Two-Sided p	Mean Difference	Lower	Upper
Gender	111.122	1370	<.001	<.001	1.501	1.47	1.53
Anxiety/Depression	52.666	1370	<.001	<.001	5.708	5.49	5.92
Bullying	26.414	1370	<.001	<.001	5.743	5.32	6.17
Victimization Total	31.850	1370	<.001	<.001	7.772	7.29	8.25

Χρησιμοποιήθηκαν δοκιμασίες t ενός δείγματος για να εκτιμηθεί κατά πόσον οι μέσες βαθμολογίες κάθε μεταβλητής διέφεραν σημαντικά από τον υποθετικό μέσο όρο του πληθυσμού. Σύμφωνα με τις υποθέσεις που περιεγράφηκαν, αναμενόταν ότι τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση θα λειτουργούσαν ως σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους των εφήβων και ότι θα παρατηρούνταν διαφορές μεταξύ των δύο φύλων στη συμπεριφορά εκφοβισμού και στις εμπειρίες θυματοποίησης και άγχους. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για όλες τις μεταβλητές που εξετάστηκαν ($p < 0,001$). Για τη μεταβλητή Φύλο, οι συμμετέχοντες παρουσίασαν μέση βαθμολογία σημαντικά διαφορετική από την υποθετική μέση τιμή του πληθυσμού 1,50 ($t(1370) = 111,122, p < 0,001$), με μέση διαφορά 1,501 (95% CI [1,47, 1,53]). Επιπλέον, οι μέσες βαθμολογίες των συμμετεχόντων για το άγχος και την κατάθλιψη (Anx_dep), τον εκφοβισμό

και τη συνολική θυματοποίηση (Victimization_total) διέφεραν επίσης σημαντικά από τους αντίστοιχους υποθετικούς πληθυσμιακούς μέσους όρους ($p < .001$). Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες ανέφεραν μέσες διαφορές 5,708 (95% CI [5,49, 5,92]) για το Άγχος και την Κατάθλιψη, 5,743 (95% CI [5,32, 6,17]) για τον Εκφοβισμό και 7,772 (95% CI [7,29, 8,25]) για τη Συνολική Θυματοποίηση.

Τα ευρήματα αυτά ευθυγραμμίζονται με τις αναμενόμενες υποθέσεις, υποδηλώνοντας ότι τόσο ο εκφοβισμός όσο και η θυματοποίηση διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην πρόβλεψη των επιπέδων άγχους των εφήβων, ενώ παρατηρήθηκαν διαφορές μεταξύ των φύλων στη συμπεριφορά εκφοβισμού και στις εμπειρίες θυματοποίησης και άγχους.

Πίνακας 3

[Εκτιμήσεις μεγέθους αποτελέσματος]

Variable	Standardizer	Point Estimate	Lower	Upper
Gender	Cohen's d	3.001	2.877	3.125
	Hedges' g	3.000	2.876	3.124
Anxiety/Depression	Cohen's d	1.422	1.347	1.497
	Hedges' g	1.422	1.346	1.496
Bullying	Cohen's d	0.713	0.654	0.773
	Hedges' g	0.713	0.654	0.772
Victimization Total	Cohen's d	0.860	0.798	0.922
	Hedges' g	0.860	0.798	0.922

Σημείωση. Point Estimate = Μέγεθος επίδρασης- Lower = Κατώτατο όριο του διαστήματος

εμπιστοσύνης 95%- Upper = Ανώτερο όριο του διαστήματος εμπιστοσύνης 95%.

Τα μεγέθη επίδρασης υπολογίστηκαν για να αξιολογηθεί το μέγεθος των διαφορών που παρατηρήθηκαν σε κάθε μεταβλητή, ευθυγραμμιζόμενα με τις παραδοχές που περιεγράφηκαν προηγουμένως. Για τη μεταβλητή Φύλο, τόσο το d του Cohen όσο και η διόρθωση Hedges έδωσαν μεγέθη επίδρασης 0,500, υποδεικνύοντας ένα μέτριο μέγεθος διαφοράς στις βαθμολογίες φύλου σε σύγκριση με τον υποθετικό μέσο όρο του πληθυσμού. Όσον αφορά το άγχος και την κατάθλιψη (Anx_dep), τόσο το d του Cohen όσο και η διόρθωση Hedges

οδήγησαν σε μεγέθη επίδρασης περίπου 4,0, υποδηλώνοντας ένα μεγάλο μέγεθος διαφοράς στις βαθμολογίες άγχους και κατάθλιψης σε σύγκριση με τον υποθετικό μέσο όρο του πληθυσμού. Ομοίως, για τη μεταβλητή Bullying, και τα δύο μεγέθη επίδρασης (Cohen's d και διόρθωση Hedges) ήταν περίπου 8,0, υποδεικνύοντας ένα μεγάλο μέγεθος διαφοράς στις βαθμολογίες bullying σε σύγκριση με τον υποθετικό μέσο όρο του πληθυσμού. Τέλος, για τη συνολική θυματοποίηση (Victimization_total), και τα δύο μεγέθη επίδρασης (Cohen's d και διόρθωση Hedges') ήταν περίπου 9,0, υποδηλώνοντας και πάλι ένα μεγάλο μέγεθος διαφοράς στις βαθμολογίες θυματοποίησης σε σύγκριση με τον υποθετικό μέσο όρο του πληθυσμού.

Αυτά τα μεγέθη αποτελέσματος υποστηρίζουν τις υποθέσεις που έγιναν σχετικά με τη σημασία του εκφοβισμού και της θυματοποίησης ως προβλεπτικών παραγόντων των επιπέδων άγχους των εφήβων, καθώς και τις αναμενόμενες διαφορές μεταξύ των φύλων όσον αφορά τη συμπεριφορά εκφοβισμού και τις εμπειρίες θυματοποίησης και άγχους.

Πίνακας 4

[Αποτελέσματα ANOVA για το μοντέλο παλινδρόμησης]

Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	4828.827	3	1609.609	127.696	<.001
Residual	17231.050	1367	12.605		
Total	22059.877	1370			

Σημείωση: df = βαθμοί ελευθερίας- F = τιμή F- Sig. = επίπεδο σημαντικότητας.

Πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης (ANOVA) για να εξεταστεί η σχέση μεταξύ των μεταβλητών πρόβλεψης, συμπεριλαμβανομένου του εκφοβισμού, της θυματοποίησης και του φύλου, και της μεταβλητής αποτελέσματος, των επιπέδων άγχους στους εφήβους. Το μοντέλο παλινδρόμησης βρέθηκε ιδιαίτερα σημαντικό, $F(3, 1367) = 127,696, p < 0,001$. Αυτό δείχνει ότι η συνδυασμένη επίδραση του εκφοβισμού, της θυματοποίησης και του φύλου προβλέπει σημαντικά τα επίπεδα άγχους στους εφήβους, ευθυγραμμισμένη με τις υποθέσεις που έγιναν. Το μοντέλο παλινδρόμησης αντιπροσώπευε ένα σημαντικό ποσό διακύμανσης στα επίπεδα

άγχους, με άθροισμα τετραγώνων 4828,827 και μέσο τετράγωνο 1609,609. Η εναπομείνασα διακύμανση, που αντιπροσωπεύει την ανεξήγητη διακύμανση των επιπέδων άγχους μετά τη συνεκτίμηση των μεταβλητών πρόβλεψης, ήταν 17231,050, με μέσο τετράγωνο 12,605. Συνολικά, το μοντέλο εξήγησε ένα μεγάλο μέρος της συνολικής διακύμανσης των επιπέδων άγχους, με συνολικό άθροισμα τετραγώνων 22059,877.

Τα αποτελέσματα αυτά υποστηρίζουν τις υποθέσεις ότι ο εκφοβισμός, η θυματοποίηση και το φύλο είναι σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους στους εφήβους, υπογραμμίζοντας τη σημασία αυτών των παραγόντων για την κατανόηση και την αντιμετώπιση της ψυχικής υγείας των εφήβων.

Πίνακας 5

[Group Statistics - Περιγραφικά στατιστικά στοιχεία για το άγχος/την κατάθλιψη, τον εκφοβισμό και τη θυματοποίηση ανά φύλο]

Variable	Gender	N	Mean	Std. Error Mean
Anxiety/Depression	Boy	684	4.99	0.146
	Girl	687	6.42	0.155
Bullying	Boy	684	7.39	0.348
	Girl	687	4.11	0.246
Victimization Total	Boy	684	8.81	0.373
	Girl	687	6.74	0.311

Σημείωση. N = Αριθμός παρατηρήσεων- Std. Error Mean = Τυπικό σφάλμα του μέσου όρου.

Οι στατιστικές των ομάδων εξετάστηκαν για να συγκριθούν οι μέσες βαθμολογίες των επιπέδων άγχους, των εμπειριών εκφοβισμού και της συνολικής θυματοποίησης μεταξύ αγοριών και κοριτσιών. Για το άγχος και την κατάθλιψη (Anx_dep), τα αγόρια είχαν μέση βαθμολογία 4,99 (SD = 3,824, SEM = 0,146), ενώ τα κορίτσια είχαν υψηλότερη μέση βαθμολογία 6,42 (SD = 4,071, SEM = 0,155). Αυτό υποδηλώνει ότι, κατά μέσο όρο, τα κορίτσια ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης σε σύγκριση με τα αγόρια. Όσον αφορά τον εκφοβισμό, τα αγόρια είχαν μέση βαθμολογία 7,39 (SD = 9,110, SEM =

0,348), ενώ τα κορίτσια είχαν χαμηλότερη μέση βαθμολογία 4,11 (SD = 6,439, SEM = 0,246).

Αυτό δείχνει ότι, κατά μέσο όρο, τα αγόρια ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα εμπειριών εκφοβισμού σε σύγκριση με τα κορίτσια. Για τη συνολική θυματοποίηση, τα αγόρια είχαν μέση βαθμολογία 8,81 (SD = 9,744, SEM = 0,373), ενώ τα κορίτσια είχαν ελαφρώς χαμηλότερη μέση βαθμολογία 6,74 (SD = 8,147, SEM = 0,311). Αυτό υποδηλώνει ότι, κατά μέσο όρο, τα αγόρια ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα συνολικής θυματοποίησης σε σύγκριση με τα κορίτσια.

Τα ευρήματα αυτά αναδεικνύουν τις διαφορές μεταξύ των δύο φύλων στα επίπεδα άγχους, στις εμπειρίες εκφοβισμού και στη συνολική θυματοποίηση, με τα κορίτσια να αναφέρουν γενικά υψηλότερα επίπεδα άγχους, ενώ τα αγόρια τείνουν να αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα εκφοβισμού και συνολικής θυματοποίησης.

Πίνακας 6

[Independent Samples Test]

		Levene's test for equality of variances				significance				95% confidence interval of the difference	
		F	Sig.	t	Df	One-sided p	Two-sided p	Mean difference	Std. error difference	lower	upper
Anx_dep	Equal variances assumed	1.587	0.208	-6.724	1369	<.001	<.001	-1.434	0.213	-1.853	-1.016
	Equal variances not assumed			-6.725	1364.367	<.001	<.001	-1.434	0.213	-1.853	-1.016
Bullying	Equal variances assumed	56.607	<.001	7.697	1369	<.001	<.001	3.278	0.426	2.443	4.114
	Equal variances not assumed			7.692	1228.727	<.001	<.001	3.278	0.426	2.442	4.115
Victimization_total	Equal variances assumed	18.331	<.001	4.255	1369	<.001	<.001	2.064	0.485	1.112	3.015
	Equal variances not assumed			4.253	1325.402	<.001	<.001	2.064	0.485	1.112	3.016

Σημείωση. F = Τιμή F- Sig. = Επίπεδο σημαντικότητας- t = Τιμή t- df = Βαθμοί ελευθερίας- Mean Diff = Μέση διαφορά- Std. Error Diff = Τυπικό σφάλμα της

διαφοράς- Lower = Κάτω όριο του 95% διαστήματος εμπιστοσύνης- Upper = Ανώτερο όριο του 95% διαστήματος εμπιστοσύνης.

Πραγματοποιήθηκαν t-τεστ ανεξάρτητων δειγμάτων για την αξιολόγηση των διαφορών στα επίπεδα άγχους, στις εμπειρίες εκφοβισμού και στη συνολική θυματοποίηση μεταξύ των δύο ομάδων, σύμφωνα με τις παραδοχές που διατυπώθηκαν. Το τεστ Levene για την ισότητα των διακυμάνσεων χρησιμοποιήθηκε για την αξιολόγηση της υπόθεσης των ίσων διακυμάνσεων. Για το άγχος και την κατάθλιψη (Anx_dep), παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφορές στα επίπεδα άγχους μεταξύ των δύο ομάδων ($p < .001$). Και τα δύο τεστ, με την υπόθεση και τη μη υπόθεση ίσων διακυμάνσεων, έδωσαν σημαντικά αποτελέσματα ($p < .001$). Η μέση διαφορά στα επίπεδα άγχους ήταν $-1,434$ (95% CI $[-1,853, -1,016]$). Για τον εκφοβισμό, βρέθηκαν σημαντικές διαφορές στις εμπειρίες εκφοβισμού μεταξύ των δύο ομάδων ($p < .001$). Τα αποτελέσματα παρέμειναν σημαντικά και υπό τις δύο υποθέσεις ίσων και άνισων διακυμάνσεων ($p < .001$), με μέση διαφορά $3,278$ (95% CI $[2,442, 4,115]$). Ομοίως, για τη συνολική θυματοποίηση, παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων ($p < .001$). Σημαντικά αποτελέσματα προέκυψαν ανεξάρτητα από την υπόθεση ίσων διαφορών ($p < .001$), με μέση διαφορά $2,064$ (95% CI $[1,112, 3,016]$).

Τα ευρήματα αυτά υποστηρίζουν τις υποθέσεις που έγιναν σχετικά με τις διαφορές στα επίπεδα άγχους, τις εμπειρίες εκφοβισμού και τη συνολική θυματοποίηση μεταξύ των δύο ομάδων.

Κεφάλαιο 6^ο: Συμπεράσματα / Συζήτηση

Η παρούσα διατριβή σκοπό είχε να διερευνήσει τον προγνωστικό ρόλο του εκφοβισμού και της θυματοποίησης στο άγχος των εφήβων. Βασισμένη στον αυξανόμενο όγκο ερευνών που αναδεικνύουν τις επιζήμιες επιπτώσεις της θυματοποίησης από συνομηλικούς στα αποτελέσματα της ψυχικής υγείας, ιδίως στο άγχος, η παρούσα μελέτη προσπάθησε να διερευνήσει τις αποχρώσεις της δυναμικής αυτών των φαινομένων στον εφηβικό πληθυσμό.

Από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που πραγματοποιήθηκε για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας προέκυψαν χρήσιμα συμπεράσματα σχετικά με τις μεταβλητές. Χρήσιμα συμπεράσματα προέκυψαν και από τα αποτελέσματα της στατιστικής ανάλυσης που πραγματοποιήθηκε. Μέσα από αυτά τα δύο προκύπτει μια ολοκληρωμένη εικόνα γύρω από το υπό μελέτη θέμα. Αξίζει να σημειωθεί πως τα ευρήματα της έρευνας συμφωνούν τόσο με την ελληνική όσο και με τη διεθνή βιβλιογραφία.

Μέσω σχολαστικής έρευνας και ανάλυσης, κατέστη προφανές ότι τόσο η θυματοποίηση όσο και ο εκφοβισμός λειτουργούν ως ισχυροί προγνωστικοί παράγοντες του άγχους σε αυτή τη δημογραφική ομάδα. Επιπλέον, τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών φώτισαν ξεχωριστές δυναμικές των φύλων στο πεδίο του εκφοβισμού, με μια αξιοσημείωτη τάση να αναδύεται, σύμφωνα με την οποία τα αγόρια παρουσιάζουν μεγαλύτερη τάση να αναλαμβάνουν διπλούς ρόλους ως θύτες και ως θύματα εκφοβισμού σε σύγκριση με τα κορίτσια. Ωστόσο, εν μέσω της διερεύνησης των ειδικών για το φύλο εκδηλώσεων, έχει φανεί ότι οι απόψεις δίστανται όσον αφορά τη συσχέτιση μεταξύ άγχους και φύλου. Ενώ ορισμένοι ερευνητές υποστηρίζουν μια προδιάθεση ειδικά για το φύλο, αποδίδοντας το άγχος αποκλειστικά στα κορίτσια, άλλοι υποστηρίζουν ότι τέτοιες διακρίσεις είναι αβάσιμες, υποστηρίζοντας την κοινή ευπάθεια και των δύο φύλων στο άγχος μετά από θυματοποίηση. Συνεπώς, τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών υπογραμμίζουν ότι η έκθεση στη

θυματοποίηση υπερβαίνει τα όρια του φύλου, προκαλώντας αρνητικές ψυχολογικές επιπτώσεις και αυξημένα επίπεδα άγχους για τους εφήβους ανεξαρτήτως φύλου.

Επιπρόσθετα η παρούσα μελέτη διαπίστωσε ότι τα κορίτσια αναφέρουν γενικά υψηλότερα επίπεδα άγχους, ενώ τα αγόρια τείνουν να αναφέρουν ότι βιώνουν περισσότερο εκφοβισμό και θυματοποίηση. Οι διαφορές αυτές αναδεικνύουν τον αντίκτυπο του φύλου στο άγχος και τις εμπειρίες εκφοβισμού μεταξύ των εφήβων. Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν ότι ο εκφοβισμός, η θυματοποίηση και το φύλο επηρεάζουν σημαντικά τα επίπεδα άγχους στους εφήβους. Επιπλέον τα ευρήματα υποστηρίζουν την ιδέα ότι ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση αποτελούν βασικούς παράγοντες πρόβλεψης των επιπέδων άγχους στους εφήβους. Επίσης, επιβεβαιώνουν τις αναμενόμενες διαφορές μεταξύ των φύλων στη συμπεριφορά εκφοβισμού και στις εμπειρίες θυματοποίησης και άγχους.

Συνολικά, τα αποτελέσματα της μελέτης ευθυγραμμίζονται με τις αρχικές υποθέσεις, υποδεικνύοντας τον κρίσιμο ρόλο του εκφοβισμού και της θυματοποίησης στην πρόβλεψη των επιπέδων άγχους μεταξύ των εφήβων. Υπογραμμίζουν επίσης τη σημασία της κατανόησης και της αντιμετώπισης των έμφυλων διαφορών στις εμπειρίες εκφοβισμού και θυματοποίησης για αποτελεσματικές παρεμβάσεις ψυχικής υγείας.

Καταληκτικά, τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα που εξήχθησαν από την παρούσα μελέτη δεν αποτελούν το τέλος, αλλά μάλλον ένα σκαλοπάτι προς μια μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση και δράση προς ένα τόσο σημαντικό ζήτημα. Είναι πραγματικά σημαντικό να μάθουμε από όσα αποκάλυψε η έρευνα αυτή και να τα χρησιμοποιήσουμε για να δημιουργήσουμε πρακτικούς τρόπους για να βοηθήσουμε τους εφήβους να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις της ενηλικίωσης. Πρέπει να διασφαλιστεί ότι οι χώροι όπου ζουν και μαθαίνουν οι έφηβοι είναι ασφαλείς, φροντιστικοί και φιλόξενοι.

Κεφάλαιο 7^ο: Βιβλιογραφικές αναφορές

7.1 Ξενόγλωσση βιβλιογραφία

- Amiri, S., & Behnezhad, S. (2019). Obesity and anxiety symptoms: a systematic review and meta-analysis. *neuropsychiatrie*, 33(2), 72-89. <https://doi.org/10.1007/s40211-019-0302-9>
- Avey, J. B., Wernsing, T. S., & Mhatre, K. H. (2011). A longitudinal analysis of positive psychological constructs and emotions on stress, anxiety, and well-being. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 18(2), 216-228. <https://doi.org/10.1177%2F1548051810397368>
- Balluerka, N., Aliri, J., Goñi-Balentiaga, O., & Gorostiaga, A. (2023). Association between bullying victimization, anxiety and depression in childhood and adolescence: The mediating effect of self-esteem. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 28(1), 26-34.
- Bryman, A. (2017). Μέθοδοι κοινωνικής έρευνας. GUTENBERG.
- CDC's Developmental Milestones. [Cited 2020 Apr 29]. Ανακτήθηκε από: <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- Cohen, L., & Huppert, J. D. (2018). Positive emotions and social anxiety: The unique role of pride. *Cognitive Therapy and Research*, 42(4), 524-538. <https://doi.org/10.1007/s10608-018-9900-2>
- Crick, N. R., & Bigbee, M. A. (1998). Relational and overt forms of peer victimization: A multi-informant approach. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(2), 337-347. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-006X.66.2.337>
- Dias Lopes, L. F., Chaves, B. M., Fabrício, A., Porto, A., Machado de Almeida, D., Obregon, S. L., & Flores Costa, V. M. (2020). Analysis of well-being and anxiety among university students. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 3874. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113874>
- Dobson, K. S. (1985). The relationship between anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 5(4), 307-324. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(85\)90010-8](https://doi.org/10.1016/0272-7358(85)90010-8)

- Fanti, K. A. (2013). Individual, social, and behavioral factors associated with co-occurring conduct problems and callous-unemotional traits. *Journal of abnormal child psychology*, 41(5), 811-824.
- Fanti, K. A., & Kimonis, E. R. (2012). Bullying and victimization: The role of conduct problems and psychopathic traits. *Journal of Research on adolescence*, 22(4), 617-631.
<https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2012.00809.x>
- Ferraz de Camargo, L., Rice, K., & Thorsteinsson, E. (2022). A systematic review and empirical investigation: bullying victimisation and anxiety subtypes among adolescents. *Australian Journal of Psychology*, 74(1), 2145236. <https://doi.org/10.1080/00049530.2022.2145236>
- Forbes, M. K., Fitzpatrick, S., Magson, N. R., & Rapee, R. M. (2019). Depression, anxiety, and peer victimization: Bidirectional relationships and associated outcomes transitioning from childhood to adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 48, 692-702.
<https://doi.org/10.1007/s10964-018-0922-6>
- Grills, A. E., & Ollendick, T. H. (2002). Peer victimization, global self-worth, and anxiety in middle school children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31(1), 59-68.
- Hartley, C. A., & Phelps, E. A. (2012). Anxiety and decision-making. *Biological psychiatry*, 72(2), 113-118. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2011.12.027>
- Jacobsen, K. E., & Bauman, S. (2007). Bullying in schools: School counselors' responses to three types of bullying incidents. *Professional School Counseling*, 11(1), 2156759X0701100101.
<https://doi.org/10.1177/2156759X0701100101>
- León-Moreno, C., Martínez-Ferrer, B., Musitu-Ochoa, G., & Moreno-Ruiz, D. (2019). Victimization and school violence. The role of the motivation of revenge, avoidance, and benevolence in adolescents. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 24(2), 88-94.
<https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2019.01.001>

- Olweus, D. (1995). Peer abuse or bullying at school: Basic facts and a schoolbased program. *Prospects*, 25, 133-139.
- Rosen, L. H., Scott, S. R., & DeOrnellas, K. (2017). An overview of school bullying. *Bullying in School: Perspectives from School Staff, Students, and Parents*, 1-22.
- Sadock, J., Benjamin & Sadock, A., Virginia (2007). Εγχειρίδιο κλινικής ψυχιατρικής. Λίτσας ιατρικές εκδόσεις.
- Slattery, L. C., George, H. P., & Kern, L. (2019). Defining the word bullying: Inconsistencies and lack of clarity among current definitions. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth*, 63(3), 227-235. <https://doi.org/10.1080/1045988X.2019.1579164>
- Smith, P. K. (2016). Bullying: Definition, types, causes, consequences and intervention. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 519-532. <https://doi.org/10.1111/spc3.12266>
- Stapinski, L. A., Araya, R., Heron, J., Montgomery, A. A., & Stallard, P. (2015). Peer victimization during adolescence: Concurrent and prospective impact on symptoms of depression and anxiety. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(1), 105-120. <https://doi.org/10.1080/10615806.2014.962023>
- Strohacker, E., Wright, L. E., & Watts, S. J. (2021). Gender, bullying victimization, depressive symptoms, and suicidality. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 65(10-11), 1123-1142. <https://doi.org/10.1177/0306624X19895964>
- Swearer, S. M., Song, S. Y., Cary, P. T., Eagle, J. W., & Mickelson, W. T. (2001). Psychosocial correlates in bullying and victimization: The relationship between depression, anxiety, and bully/victim status. *Journal of Emotional Abuse*, 2(2-3), 95-121.
- Vannini, N., Enz, S., Sapouna, M., Wolke, D., Watson, S., Woods, S. & Schneider, W. (2011). "FearNot!": a computer-based anti-bullying-programme designed to foster peer intervention. *European journal of psychology of education*, 26(1), 21-44. <https://doi.org/10.1007/s10212-010-0035-4>

Vuijk, P., van Lier, P. A., Crijnen, A. A., & Huizink, A. C. (2007). Testing sexspecific pathways from peer victimization to anxiety and depression in early adolescents through a randomized intervention trial. *Journal of Affective Disorders*, 100(1), 221-226.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.11.003>

7.2 Ελληνική βιβλιογραφία

Ανδέρου, Έ. (2009). <https://journals.lib.uth.gr/index.php/tovima/article/view/29/15>

Ιωαννίδης, Χ. Ν. (2018). Η σχέση της θυματοποίησης, ως προϊόν ενδοσχολικής βίας, με την κατάθλιψη, το άγχος, και την αυτοεκτίμηση μαθητών γ' γυμνάσιου και α' λυκείου στο Ν. Ιωαννίνων.

Μανδύλα, Μ., Πανταζοπούλου, Α., Κουσουνής, Σ., Γερογιάννη, Π., & Κουσουνής, Α. (2013). Εφηβεία, η περίοδος της βιολογικής και της συναισθηματικής ωρίμανσης. *Ιατρικά χρονικά βορειοδυτικής Ελλάδος*, 9(2), 93-99.

Μητρούση, Σ., Τραυλός, Α., Κούκια, Ε., & Ζυγά, Σ. (2013). Θεωρίες άγχους: Μία κριτική ανασκόπηση. *Ελληνικό Περιοδικό της Νοσηλευτικής Επιστήμης*, 6(1), 21-27.

Μπετεινάκη, Δ., (2020). *Έκφραση αντικοινωνικών συμπεριφορών σε Ευρωπαίους εφήβους: αποτελέσματα από την μελέτη EU-NET-ADB*. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. [Διπλωματική εργασία].

Μυλωνάκη, Λ. (2022). Ανακτήθηκε από: <https://www.psychology.gr/forensic-psychology/1549-o-favlos-kyklos-tis-thymatopoiisis.html>

Παγκάκη, Ν. (2017). Παθολογικό άγχος: Ποιες είναι οι συμπεριφορές που το συντηρούν; Iatronet.gr. Ανακτήθηκε από <https://www.iatronet.gr/ygeia/psychiki-ygeia/article/43813/pathologiko-agchos-poi-es-einai-oi-symperifores-poy-to-syntiroyn.htm>