

ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

“ΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΗΣ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ –ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ
ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ”

ΚΑΡΑΖΟΥΡΝΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ

ΣΚΕΝΤΖΟΥ ΙΩΑΝΝΑ

ΧΑΪΤΟΓΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: Βαλσάμη Ουρανία

Πάτρα, Ιανουάριος 2016

ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Σ.Ε.Υ.Π

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**«ΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΗΣ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ –ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ
ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ»**

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Καραζουρνιά Βασιλική

Σκέντζου Ιωάννα

Χαϊτόγλου Δέσποινα

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:

Βαλσάμη Ουρανία

**Πτυχιακή εργασία για τη λήψη πτυχίου στην Κοινωνική Εργασία από το τμήμα
Κοινωνικής Εργασίας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του
Ανώτατου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Πάτρας**

Πάτρα, Ιανουάριος 2016

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Για την ολοκλήρωση αυτής της πτυχιακής εργασίας συνέβαλλαν πολλοί και διαφορετικοί άνθρωποι, ο καθένας με το δικό του ξεχωριστό τρόπο. Αρχικά, θα θέλαμε να εκφράσουμε την ευγνωμοσύνη μας στις οικογένειές μας για τη συμπαράσταση και την ηθική υποστήριξη που μας προσέφεραν καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μας.

Ιδιαίτερα, όμως, ευχαριστίες θα θέλαμε να απονείμουμε στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μας, τόσο για την υπομονή και υποστήριξη, όσο και για τις εποικοδομητικές της υποδείξεις, που μας έδειξε στην προσπάθειά μας αυτή. Επίσης, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε και όλους τους καθηγητές μας για τις γνώσεις που μας μετέδωσαν όλα αυτά τα χρόνια.

Τέλος, δεν θα θέλαμε να παραλείψουμε τους φίλους μας και όσους συνέβαλλαν με το δικό τους τρόπο στην ολοκλήρωση της εργασίας μας.

Περιεχόμενα

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ	2
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	4
SUMMARY	4
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	5
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 ^ο : ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	6
1.1 ΟΡΙΣΜΟΙ	6
1.2 ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ	10
1.3 ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ.....	16
1.4 ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ	19
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 ^ο : ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	24
2.1 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΤΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ.....	24
2.2 ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ	26
2.3 ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ	27
2.4 ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ..	33
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 ^ο : Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	35
3.1 ΟΡΙΣΜΟΣ	35
3.2 ΜΟΝΤΕΛΑ ΚΑΙ ΘΕΩΡΙΕΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ ΣΤΗΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.....	37
3.3 ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥ	39
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 ^ο : ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ	41
4.1 ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	41
4.2 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	44
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	72
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	75
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	78

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα πτυχιακή εργασία αποτελείται από τέσσερα (4) κεφάλαια. Το πρώτο κεφάλαιο αφορά τα γενικότερα χαρακτηριστικά των φοιτητών στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, δηλαδή τα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά τους, τις ψυχοκοινωνικές ανάγκες τους καθώς και τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν. Στο δεύτερο κεφάλαιο παρουσιάζονται τα συμβουλευτικά κέντρα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, δηλαδή τα χαρακτηριστικά αυτών, οι υπηρεσίες που παρέχουν στον φοιτητικό πληθυσμό, η χαρτογράφηση των συμβουλευτικών κέντρων στην Ελλάδα, καθώς και η ιστορική αναδρομή της εξελικτικής πορείας των συμβουλευτικών κέντρων. Το τρίτο κεφάλαιο αναπτύσσει την συμβουλευτική διαδικασία, τα μοντέλα και τις θεωρίες λήψης αποφάσεων στην συμβουλευτική διαδικασία καθώς και τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα του συμβούλου. Το τέταρτο κεφάλαιο αφορά την ερευνητική μεθοδολογία και τα αποτελέσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια της παρούσας πτυχιακής εργασίας. Τέλος, παρατίθενται συμπεράσματα.

SUMMARY

This paper consists of four (4) chapters. The first chapter concerns the general characteristics of students in higher education, namely their growth characteristics, psychosocial needs and the problems they face. In the second chapter, the counseling centers of higher education, namely their characteristics, services provided to the student population, the mapping of counseling centers in Greece, and the history of evolutionary course of counseling centers. The third chapter develops the consultative process, models and decision making theories to counseling process and the features of the consultant. The fourth chapter concerns the research methodology and results of the survey conducted in the framework of this thesis. Finally, conclusions are given.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι φοιτητές κατά την εισαγωγή τους στην τριτοβάθμια εκπαίδευση διανύουν μια μεταβατική περίοδο στην οποία καλούνται να επιλύσουν τα προσωπικά τους προβλήματα και παράλληλα καλούνται να αντιμετωπίσουν και τις δυσκολίες που προκύπτουν από τις απαιτήσεις των σπουδών και των εξετάσεων, για τις οποίες συχνά δεν έχουν που να αποταθούν. Έτσι καταφεύγουν και αναζητούν υποστήριξη στους ομηλικούς τους χωρίς αυτό να έχει πάντα αποτελεσματικότητα. Η παροχή μιας υπηρεσίας ή αρμόδιας δομής θεωρείται αναγκαία σε αυτή την αναπτυξιακή περίοδο της ζωής τους.

Η συμβουλευτική φοιτητών εδώ και πολλά χρόνια αποτελεί ένα διεθνές γνωστό και καταξιωμένο θεσμό, ο οποίος συνδέεται άρρηκτα με τη συνολική λειτουργία των Ανώτερων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων. Η υπηρεσία παρέχεται μέσα από ειδικά κέντρα τα λεγόμενα Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών.

Ο σκοπός της παρούσας μελέτης αφορά την διερεύνηση της παροχής υπηρεσιών από τα συμβουλευτικά κέντρα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης στον ελληνικό χώρο, καθώς και την αποδοχή τους ή ακόμα και την επιθυμία δημιουργίας τους από τον φοιτητικό πληθυσμό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο: ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

1.1 ΟΡΙΣΜΟΙ

Είναι ευρέως αποδεκτό το γεγονός ότι η εισαγωγή στην τριτοβάθμια εκπαίδευση σηματοδοτεί ιδιαίτερες συνθήκες ζωής για τους νέους φοιτητές και φοιτήτριες που στην πλειονότητα τους έχουν ηλικία μεταξύ 18 έως 25 ετών καθώς συμπίπτει με το τέλος της εφηβείας τους και το πέρασμα σε μία νέα, και σύμφωνα με πολλούς εξελικτικούς ψυχολόγους ξεχωριστή αναπτυξιακή φάση τη λεγόμενη μετεφηβεία ή πρώτη νεότητα (Καλαντζή, & Χατζηδημού, 1996, Καλαντζή – Αζίζι, 1999, Κίσσας, & Καλαντζή - Αζίζι, 1997).

Σύμφωνα με τον ορισμό που δίνει η ΟΥΝΕΣΚΟ «νεότητα είναι η περίοδος της ζωής στη διάρκεια της οποίας αποκτώνται οι προϋποθέσεις για την ανάληψη ευθυνών και την αποδοτική για το άτομο ένταξη στον κόσμο των ενηλίκων» (Christopoulos, et al., 1997).

Σχετικά με τα βασικά χαρακτηριστικά των νέων, πέρα από αυτά που αφορούν στην κληρονομικότητα και στην ιδιοσυγκρασία τους ως άτομα, διαμορφώνονται και επηρεάζονται μέσα από διάφορους παράγοντες όπως είναι τα βιώματα της παιδικής τους ηλικίας, οι παρορμήσεις και οι ανάγκες της συγκεκριμένης ηλικίας την οποία διανύουν, αλλά και από τις περιβαλλοντολογικές και οικονομικές συνθήκες μέσα στις οποίες μεγαλώνουν, όπως για παράδειγμα το αν ζει ένας νέος σε μία πόλη ή χωριό ή το αν μεγάλωσε με οικονομική άνεση ή στερήσεις αυτό μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την διαμόρφωση του χαρακτήρα του. Επίσης το οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον, οι σχέσεις που διαμορφώνει με αυτό, οι αξίες και τα πιστεύω που δέχεται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του, αλλά και η εκπαίδευση που δίνεται μέσα από το σχολικό περιβάλλον αποτελούν παράγοντες που επηρεάζουν σημαντικά τη διαμόρφωση της προσωπικότητας του κάθε νέου και επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο σκέφτεται και λειτουργεί (Royal College of Psychiatrists London, 2003).

Για την καλύτερη κατανόηση των χαρακτηριστικών γνωρισμάτων των νέων αναπτύσσονται δύο αντιπροσωπευτικές θεωρίες ανάπτυξης της προσωπικότητας, η

θεωρία των ψυχοκοινωνικών σταδίων του Erik Erikson και η θεωρία της ιεράρχησης των αναγκών του Abraham Maslow.

Σύμφωνα με τον Erikson, κάθε άνθρωπος κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης του διέρχεται από οκτώ διαφορετικά στάδια, που το καθένα από αυτά περιλαμβάνει δυο εναλλακτικά στοιχεία τα οποία δείχνουν το πώς αλληλεπιδρά το άτομο με το κοινωνικό του περιβάλλον. Τα στάδια αυτά είναι εμπιστοσύνη - δυσπιστία, αυτονομία - αμφιβολία, πρωτοβουλία-ενοχή, φιλοπονία-κατωτερότητα, ταυτότητα - σύγχυση ρόλων, οικειότητα-απομόνωση, πανανθρώπινο ενδιαφέρον - αυτοαπορρόφηση, καταξίωση - απόγνωση. Κατά τον Erikson οι νέοι που βρίσκονται μεταξύ της ηλικίας των 18 - 25 ετών έχουν τα χαρακτηριστικά του πέμπτου σταδίου δηλαδή βρίσκονται στην προσπάθεια απόκτησης ταυτότητας ή σε αντίθετη περίπτωση της σύγχυσης ρόλων (Μαλικιώση, 1989).

Σύμφωνα με τον Maslow κάθε ενέργεια και πράξη των ατόμων συνδέεται με μία ανάγκη. Πιστεύει ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν ανάγκες αλλά οι ανάγκες αυτές έχουν μία ιεραρχική σχέση μεταξύ τους και ακολουθούν μία ορισμένη εξελικτική πορεία. Για τον Maslow οι ανάγκες του κάθε ανθρώπου είναι (Μαλικιώση, 1989):

- α) Η ανάγκη για φυσική επιβίωση, όπως το φαγητό, το νερό και ο ύπνος.
- β) Συναισθηματικές ανάγκες, που αφορούν την ανθρώπινη επαφή, την υποστήριξη καθώς και την ασφάλεια.
- γ) Κοινωνικές ανάγκες όπως, η επαγγελματική και η κοινωνική καταξίωση και η αναγνώριση.
- δ) Αισθητικές ανάγκες, όπως οι καλλιτεχνικές δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντα.
- ε) Και τέλος, οι πνευματικές ανάγκες που αφορούν θρησκευτικές και πνευματικές αναζητήσεις και αξίες.

Σύμφωνα με την θεωρία αυτή οι νέοι που διανύουν την μετεφηβική περίοδο και εφόσον καλύπτουν τις βασικές ανάγκες επιβίωσης, κινητοποιούν όλη τους τη συμπεριφορά προκειμένου να ικανοποιήσουν τις συναισθηματικές τους ανάγκες όπως το να ανήκουν κάπου, να αγαπιούνται, και να νιώθουν εκτίμηση τόσο για τον εαυτό

τους όσο και από το περιβάλλον μέσα στο οποίο βρίσκονται και αλληλεπιδρούν (Μαλικιώση, 1989).

Η περίοδος της νεότητας δεν είναι ένα απλό γεγονός, αλλά ούτε και μία ανώδυνη μεταβατική κατάσταση. Οι κρίσεις ταυτότητας οι οποίες προϋπάρχουν από την περίοδο της εφηβείας δεν έχουν ξεπεραστεί διότι υπάρχει έντονη σκέψη στο μυαλό του μετέφηβου για το αν αποτελεί ο ίδιος ή όχι έναν ώριμο ενήλικα με αυτόνομη προσωπικότητα ο οποίος μπορεί να αντεπεξέλθει στις απαιτήσεις της ζωής με επιτυχία (Καλαντζή, Μπεζεβέγκης, & Γιαννίτσας, 1989). Οι συγκρούσεις αυτές σύμφωνα με τον Erikson θεωρούνται υγιείς κρίσεις που υπάρχουν στην αναπτυξιακή φάση των ατόμων που ανήκουν σε αυτή την ηλικιακή ομάδα (Kaplan, 1976).

Ακόμα την περίοδο αυτή υπάρχει έντονη τάση για οικονομική και συναισθηματική ανεξαρτητοποίηση από την οικογένεια (Μαλικιώση, 1989). Η τάση για ανεξαρτητοποίηση θα μπορούσε να οριστεί σαν μία διαδικασία ή πορεία προς την ανεξαρτησία, δηλαδή το άτομο μπορεί να σκέπτεται, να αισθάνεται και να δρα με ένα ιδιαίτερο ατομικό τρόπο προσπαθώντας να γίνει μία αυτόνομη και ώριμη προσωπικότητα (Καλαντζή, Μπεζεβέγκης, & Γιαννίτσας, 1989).

Οι νεαροί μετέφηβοι προβληματίζονται σχετικά με την προσωπική τους αξία καθώς και με την εικόνα του σώματος τους, για τις φιλίες τους, για την οικογένεια τους, για τις επιτυχίες και τις αποτυχίες τους. Οι σχέσεις με το άλλο φύλο γίνονται πιο ουσιαστικές, ενώ η σκέψη για την επιλογή του επαγγέλματος έχει κεντρική θέση (Καλαντζή, 1996, Κισσάς, 1996).

Η περίοδος της μετεφηβείας αποτελεί μία κρίσιμη πορεία που θα επηρεάσει συνολικά το άτομο, αφού το τέλος της σημαδεύεται με την τελική ένταξη στην παραγωγική διαδικασία και την οριστική αποσαφήνιση των ιδεολογικών προσανατολισμών του (Καλαντζή, & Ματσακά, 1996).

Η μετεφηβεία αποτελεί ένα μεταβατικό στάδιο το οποίο εμφανίζει στοιχεία τόσο της εφηβείας όσο και της ενήλικης ζωής. Είναι μία περίοδος αντίφασης και αβεβαιότητας. Ο όρος «μετάβαση» χρησιμοποιείται γιατί η μετεφηβεία θεωρείται ως μία οριακή ζώνη μεταξύ των δύο σταδίων ζωής. Σύμφωνα με το Αγγλικό Λεξικό της Οξφόρδης είναι ένα «πέραςμα από μία κατάσταση ή δράση ή ένα σύνολο περιστάσεων κατά τη διάρκεια της οποίας ένας τρόπος ζωής αναπτύσσεται σε ένα

νέο». Τόσο η μετεφηβεία όσο και η μετάβαση είναι δύο χρονικές στιγμές που προκαλούν σύγχυση στο άτομο. Δεν υπάρχει σταθερό έδαφος, ενώ υπάρχει μία συνεχής αίσθηση μετακίνησης και αλλαγής (Clara, 2002).

Ο Levinson περιγράφει την περίοδο της μετεφηβείας σαν να είναι ταυτόχρονα «ένα τελείωμα και ένα ξεκίνημα, μία αναχώρηση και μία άφιξη, ένας θάνατος και μία γέννηση, μία συνάντηση του παρελθόντος και του μέλλοντος» (Clara, 2002).

Σύμφωνα με τον Erikson, η μετεφηβεία χαρακτηρίζεται σαν ένα ψυχοκοινωνικό 'moratorium', δηλαδή σαν μία παύση όπου δίνεται χρόνος στο νεαρό άτομο να προχωρήσει σε νέες δεσμεύσεις, να επεξεργαστεί τις δυσκολίες της ταυτότητας του και να πειραματιστεί με τις εναλλακτικές δυνατότητες και επιλογές που έχει σε σημαντικές αποφάσεις που αφορούν την ζωή του (Aherne, 2002).

1.2 ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Με την εισαγωγή τους οι νέοι στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, συναντούν σημαντικές αλλαγές σχετικά με τις συνθήκες ζωής τους και πιο συγκεκριμένα, σε εκπαιδευτικό, κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο. Η πλειονότητα των νέων που σπουδάζουν, δηλαδή οι φοιτητές, βρίσκονται σε ηλικία μεταξύ 18 - 25 ετών, έχουν ολοκληρώσει το βασικό κύκλο σπουδών, συμμετείχαν στις Πανελλαδικές εξετάσεις και έχουν καταφέρει επιτυχώς να εισαχθούν στον χώρο της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Οι φοιτητές, μπαίνοντας στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, έχουν ως απώτερο σκοπό να αποκτήσουν τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες, πάνω σε ένα εξειδικευμένο επάγγελμα, ώστε να μπορέσουν μακροπρόθεσμα να ενταχθούν στην παραγωγική διαδικασία και στην αγορά εργασίας (Ευσταθίου, 2007).

Κατά τη διάρκεια των σπουδών του φοιτητή, ολοκληρώνονται ορισμένες αναπτυξιακές διαδικασίες, οι οποίες αναφέρονται στη συμπλήρωση των νοητικών, κοινωνικών, ατομικών και ψυχολογικών ικανοτήτων του, στο σωστό χειρισμό και έλεγχο των συναισθημάτων του, το οποίο θα τον ευνοήσει σε διαπροσωπικό επίπεδο, στην απόκτηση αυτονομίας, ανεξαρτησίας, ταυτότητας και στην αποσαφήνιση των στόχων ζωής που θέτει. Καθώς επίσης η σημαντικότερη αναπτυξιακή διαδικασία είναι η αξιοποίηση όλων των προηγούμενων εξελικτικών διαδικασιών, οι οποίες θα διαδραματίσουν καθοριστικό ρόλο για την ολοκλήρωση της προσωπικότητας και της πορείας προς την ακεραιότητα του χαρακτήρα, όταν θα έχουν ολοκληρωθεί οι εσωτερικές του ανάγκες (Μαλικιώση-Λοϊζου, 1989).

Είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι, οι νέοι που σπουδάζουν διαφοροποιούνται μέσα από ορισμένα χαρακτηριστικά, από τον υπόλοιπο πληθυσμό και τους νέους που δεν σπουδάζουν. Ειδικότερα, η έναρξη της φοιτητικής ζωής θεωρείται μεταβατική περίοδος για τους νέους, καθώς διανύουν μια ξεχωριστή μεταβατική αναπτυξιακή φάση, την λεγόμενη μετεφηβεία. Επιπλέον, σε αυτή τη μεταβατική περίοδο συγκαταλέγεται μια ακόμη σημαντική αλλαγή, η εγγραφή και η φοίτηση σε Ανώτατες και Ανώτερες σχολές, γεγονός το οποίο αναφέρεται ως «κρίσιμο συμβάν» στη ζωή του κάθε νέου, καθώς επέρχονται ριζικές αλλαγές στον τρόπο ζωής του. Οι ριζικές αυτές αλλαγές αναφέρονται σε μια καινούρια διαδικασία «προσαρμογής»: όπου η κοινωνικοποίηση του ατόμου ως εκείνη τη στιγμή, οι τρόποι επίλυσης προβλημάτων

και αντιμετώπισης της ζωής και η βοήθεια από το περιβάλλον, οδηγούν σε θετική ή αρνητική προσαρμογή του νέου (Καλαντζή-Αζίζι, 1999).

Ένας άλλος θεωρητικός ο Robert Havighurst, πρωτοπόρος στην μελέτη της ανθρώπινης ανάπτυξης σε όλες τις ηλικιακές περιόδους, παραθέτει ότι κάθε περίοδος της ζωής είναι διαφορετική και περιλαμβάνει τα δικά της αναπτυξιακά καθήκοντα – απαιτήσεις. Κατά τη διάρκεια της μετεφηβικής περιόδου δεν έχουν ολοκληρωθεί οι αναπτυξιακές απαιτήσεις-καθήκοντα της εφηβείας (Ευθυμίου, Ευσταθίου & Καλαντζή-Αζίζι, 2007). *«Τα καθήκοντα αυτά είναι συγκεκριμένες γνώσεις, προσόντα, συμπεριφορές ή λειτουργίες, τα οποία αναμένεται από τα άτομα να έχουν επιτελέσει ή αναπτύξει σε συγκεκριμένα στάδια της ζωής τους και προέρχονται από τον συνδυασμό της προσωπικής προσπάθειας, της σωματικής ωρίμανσης και της κοινωνικής καταπίεσης»* (Κωσταρίδου – Ευκλείδη, 2002: 44).

Σύμφωνα με τον Harry Stack Sullivan, ο οποίος ασχολήθηκε με το θέμα του βιογενετικού προσδιορισμού της κλασικής ψυχανάλυσης, υποστήριξε ότι οι άνθρωποι είναι κοινωνικά όντα που η προσωπικότητά τους δεν διαμορφώνεται μόνο από τους τρόπους προσαρμογής σε βασικές δραστηριότητες, αλλά και από το πολιτισμικό και διαπροσωπικό τους περιβάλλον. Δηλαδή, η κάθε προσωπικότητα διαμορφώνεται ανάλογα με τον τρόπο που τα άτομα μαθαίνουν να προσαρμόζονται στο κοινωνικοπολιτισμικό τους περιβάλλον (Κωσταρίδου – Ευκλείδη, 2002)

Ο Robert Havighurst, προτείνει μια σειρά από αναπτυξιακά καθήκοντα, τα οποία αναφέρονται σε διάφορα στάδια της ζωής του ατόμου. Κάθε ηλικιακό στάδιο περιλαμβάνει τα δικά του αναπτυξιακά καθήκοντα. Για παράδειγμα, τα καθήκοντα της εφηβείας έπονται των καθηκόντων της μέσης παιδικής ηλικίας, έτσι στη συνέχεια ακολουθούν τα καθήκοντα των πρώτων χρόνων της ενηλικίωσης τα οποία έπονται των καθηκόντων της εφηβείας. Ενδεικτικά ο Havighurst, αναφέρει ορισμένα καθήκοντα τα οποία εμφανίζονται κατά την εφηβική ηλικία, μερικά από αυτά είναι πιθανό να εμφανιστούν και κατά τη μετεφηβική ακόμη και την ενήλικη ζωή. Αυτά τα καθήκοντα παρατίθενται ως εξής:

- ▼ *«Η επίτευξη δημιουργίας πιο ώριμων σχέσεων με συνομήλικους και των δυο φύλων.*
- ▼ *Η επίτευξη ενός δημιουργικού κοινωνικού ρόλου, ως άνδρα ή γυναίκα.*

- ✓ *Η επίτευξη της σωστής σωματικής διάπλασης και της αποτελεσματικής χρήσης του σώματος.*
- ✓ *Η επίτευξη της συναισθηματικής ανεξάρτησης από τους γονείς.*
- ✓ *Η προετοιμασία για γάμο και οικογενειακή ζωή.*
- ✓ *Η προετοιμασία για μια επιτυχή καριέρα.*
- ✓ *Η απόκτηση μιας σειράς αξιών και ενός ηθικού συστήματος που θα χρησιμεύσει ως οδηγός συμπεριφοράς καθώς επίσης και η αποδοχή μιας ιδεολογίας.*
- ✓ *Τέλος, η επιθυμία και η επίτευξη μιας κοινωνικά υπεύθυνης συμπεριφοράς» (Κωσταρίδου – Ευκλείδη, 2002: 45).*

Αναμφισβήτητα, έχουν επέλθει αρκετές αλλαγές με το πέρασμα των χρόνων στα παραπάνω καθήκοντα, όπως για παράδειγμα στο ρόλο του άνδρα και της γυναίκας ή στο γάμο και στην οικογενειακή ζωή, παρ' όλα αυτά τα καθήκοντα αυτά είναι συνήθως εκείνα που επιθυμεί κάποιος να εκπληρώσει κατά το διάστημα της εφηβικής -και όχι μόνο- ηλικίας του.

Τα παραπάνω αναπτυξιακά καθήκοντα, πραγματοποιούνται από τους νέους σε τρία διαδοχικά στάδια της ζωής τους. Το πρώτο αναφέρεται στην «προεφηβική ηλικία», όπου ο νέος βρίσκεται στις τελευταίες τάξεις του δημοτικού ή στα χρόνια του γυμνασίου. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου οι νέοι αναπτύσσονται απότομα, σωματικά και πνευματικά και αρχίζουν να αποκτούν τα σεξουαλικά χαρακτηριστικά ενός ενήλικα. Το δεύτερο στάδιο ονομάζεται «πρώτη εφηβική ηλικία» και συμπίπτει με τα γυμνασιακά χρόνια του ατόμου. Εδώ συμπεριλαμβάνονται, η απόκτηση σωματικής αυτοδυναμίας και η επίτευξη ψυχικής αυτονομίας κυρίως από τους γονείς τους, η άνεση με την οποία μπορούν να επεκτείνουν τις γνωριμίες τους σχετικά με το αντίθετο φύλο, η απόκτηση δυνατότητας δημιουργίας στενών σχέσεων φιλίας καθώς επίσης και η εκμάθηση που έχει να κάνει με τον τρόπο χειρισμού των ετεροκοινωνικών σχέσεων, των ραντεβού με το άλλο φύλο και της σεξουαλικότητας. Τέλος, το τρίτο στάδιο που ονομάζεται «δεύτερη εφηβική ηλικία» και αρχίζει στα χρόνια του λυκείου και συνεχίζεται ώσπου οι νέοι να διαμορφώσουν μια πιο ξεκάθαρη και λογική εικόνα για την προσωπική τους ταυτότητα σε σχέση με τους άλλους, να αποκτήσουν απόλυτα καθορισμένους κοινωνικούς ρόλους και στόχους ζωής (Κωσταρίδου – Ευκλείδη, 2002).

Με δυσκολία μπορεί κανείς να προσδιορίσει το τέλος της εφηβείας με την έναρξη της ενήλικης ζωής. Συχνά αυτό καθορίζεται από ψυχοκοινωνικούς παράγοντες. Πολλοί είναι εκείνοι που παρομοιάζουν την εφηβεία, ως το δρόμο εκείνο που ενώνει την παιδική με την ενήλικη ζωή. Σύμφωνα με την παραδοσιακή άποψη του Hall, η εφηβεία είναι μια περίοδος που χαρακτηρίζεται από αναταραχές, άγχος, ακραίες αλλαγές στη διάθεση καθώς και από απρόβλεπτες συμπεριφορές. Ενώ από την άλλη πλευρά, οι σύγχρονοι ερευνητές, υποστηρίζουν ότι η περίοδος της εφηβείας όπως και οι άλλοι περίοδοι της ζωής, δεν χαρακτηρίζεται από περισσότερη αναστάτωση. «Από κοινωνιολογική άποψη, η εφηβεία είναι ένα φαινόμενο που διακρίνεται από τη διαφορετικότητα, σε ότι αφορά τη καθολικότητα και την ομοιογένεια των χαρακτηριστικών της. Διαφοροποιείται ανάλογα με το πολιτιστικό και κοινωνικό περιβάλλον και ως προς τη διάρκειά της και τις διαδικασίες ένταξης των εφήβων στην κοινωνία των ενηλίκων» (Μαλικιώση – Λοΐζου, 2009: 19).

Κατά τη διάρκεια της μεταβατικής αναπτυξιακής περιόδου των νέων, μεταξύ δηλαδή της εφηβικής και της ενήλικης ζωής, τα άτομα έρχονται αντιμέτωπα με κάποιες προκλήσεις και για να τις ξεπεράσουν θέτουν ορισμένους στόχους. Δεν είναι δυνατό να διευκρινιστεί αν αυτοί οι στόχοι αφορούν την εφηβική ή την ενήλικη ζωή, εξαιτίας της μεταβατικότητας και της ρευστότητας αυτού του σταδίου. Πιο συγκεκριμένα, οι στόχοι αυτοί έχουν να κάνουν με την απόκτηση ταυτότητας, τη σύναψη και διατήρηση ώριμων διαπροσωπικών σχέσεων, την επαγγελματική αποκατάσταση και την επίτευξη της αυτονομίας (Ευσταθίου, 2007).

Αναλυτικότερα, ο Erikson θεωρεί τη διαμόρφωση ταυτότητας, την κύρια αναπτυξιακή απαίτηση κατά την εφηβική ηλικία, καθώς αποτελεί τον σύνδεσμο ανάμεσα στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή, αφού λειτουργεί ως γέφυρα των παιδικών εμπειριών και των προσωπικών στόχων, των αξιών και των αποφάσεων, που επιτρέπουν σε ένα άτομο να πάρει τη δική του απόφαση μέσα στην κοινωνία (Καλαντζή, & Χατζηδήμου, 1996).

Συγκεκριμένα, θεωρείται απαραίτητο το άτομο να αποκτήσει μια σωστή και ολοκληρωμένη αντίληψη για τον εαυτό και την εικόνα του, που θα τον βοηθήσει να εξελιχθεί στον κοινωνικό του ρόλο και στις διαπροσωπικές του αλληλεπιδράσεις. Οι νεαροί φοιτητές, κατά τη διάρκεια της μετεφηβείας βιώνουν κρίση ταυτότητας, η οποία αναπόφευκτα οδηγεί στη λεγόμενη «κρίση γενεών». Γι' αυτό το λόγο, ένα

μεγάλο ποσοστό του φοιτητικού πληθυσμού χαρακτηρίζεται από ριζοσπαστικές και ουτοπιστικές αντιπαραθέσεις με το κοινωνικό κατεστημένο. Εφόσον έχει θεμελιωθεί πλήρως η αίσθηση της προσωπικής ταυτότητας των νέων που σημαίνει ότι ο πρώτος στόχος έχει ολοκληρωθεί με επιτυχία, μπορεί να πραγματοποιηθεί ο δεύτερος στόχος που αφορά τη σύνναψη και κυρίως τη διατήρηση ώριμων διαπροσωπικών σχέσεων είτε σε φιλικό είτε σε ερωτικό επίπεδο. Υπάρχει μια αμφίδρομη σχέση μεταξύ αυτών των δυο στόχων, επειδή η απόκτηση ταυτότητας συμβάλλει σημαντικά στη δημιουργία διαπροσωπικών σχέσεων οι οποίες βοηθούν στη θεμελίωση και διαμόρφωση της ταυτότητας.

Στον τρίτο στόχο μπορεί κανείς να αναφέρει τη θεωρία του Levinson, η οποία αφορά τις οκτώ περιόδους της ώριμης ηλικίας και η οποία σχετίζεται τόσο με τις διαπροσωπικές σχέσεις, όσο και με την επίτευξη και κατάρτιση των επαγγελματικών στόχων. Ειδικότερα, στο 17^ο έως και στο 22^ο έτος του ατόμου αναφέρεται η πρώτη μετάβαση στην ώριμη ηλικία. Εν συνεχεία, στο 22^ο έως το 28^ο έτος, το άτομο αρχίζει να κάνει τις πρώτες του επιλογές στις διαπροσωπικές του σχέσεις, στους επαγγελματικούς στόχους και στο σύστημα αξιών και ιδεών. Είναι έκδηλη η αμφίδρομη σχέση που υπάρχει μεταξύ του τρίτου και του τέταρτου στόχου, αφού η επίτευξη των επαγγελματικών στόχων και η εύρεση εργασίας, οδηγούν στην απόκτηση οικονομικής ανεξαρτησίας και στη συνέχεια στην απόκτηση αυτονομίας.

Ένα από τα καίρια ζητήματα που απασχολούν το φοιτητικό πληθυσμό, αφορά την ανεξαρτησία και την αυτονομία τους από το οικογενειακό τους περιβάλλον. Οι προσπάθειες των νέων, σύμφωνα με τον Erikson, για την επίτευξη της ανεξαρτησίας και της αυτονομίας τους, ξεκινά από την νηπιακή ηλικία και καταλήγει ως και την εφηβεία, μέχρι το άτομο να καταλήξει σε ένα δικό του σταθερό τρόπο ζωής.

Κατά τον Janig, οι νέοι με την ένταξή τους στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, γίνονται κοινωνικοί νέων γνώσεων, ιδεών και ιδεολογιών. Σε αυτό το πλαίσιο, δημιουργείται για τους φοιτητές το κατάλληλο έδαφος ώστε να διευρύνουν τους ορίζοντες τους, να καταφύγουν σε πνευματικές αναζητήσεις, ελεύθερη σκέψη, σύγκριση απόψεων και αμφισβήτηση. Έτσι, έχουν τη δυνατότητα να πειραματιστούν, να δοκιμάσουν και να τολμήσουν νέες εναλλακτικές λύσεις και επιλογές (Ευσταθίου, 2007). Επιπλέον, είναι φανερό ότι ο φοιτητής θα συναντήσει αρκετές δυσκολίες, εφόσον καλείται να προσαρμοστεί σε ένα νέο τρόπο ζωής, και σε ένα καινούριο

ακαδημαϊκό περιβάλλον. Μέχρι εκείνη τη στιγμή, το άτομο είχε συνηθίσει να ζει προστατευμένο κάτω από το πρίσμα της οικογενείας του, ακολουθώντας ένα αυστηρά δομημένο σχολικό πρόγραμμα, το οποίο περιλαμβάνει ένα συγκεκριμένο ωράριο και υποχρεώσεις. Με την εισαγωγή του στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση, όλα τα παραπάνω ανατρέπονται, καθώς καλείται να προσαρμοστεί σε ένα νέο περιβάλλον στο οποίο συμπεριλαμβάνονται τις περισσότερες φορές, μια νέα πόλη, η φροντίδα της νέας κατοικίας του, η διαχείριση των οικονομικών του, οι διατροφικές του συνήθειες και ο γενικότερος έλεγχος του τρόπου ζωής του. Επίσης, απαιτείται να προσαρμοστεί σε ένα διαφορετικό κύκλο σπουδών, ωράριο και υποχρεώσεις. Για να μπορέσει να εκπληρώσει το σκοπό του και να αποκτήσει το πτυχίο του, είναι απαραίτητη η ενεργή συμμετοχή του σε μαθήματα και εργαστήρια, η διεκπεραίωση των εργασιών του, η συμμετοχή του στις εξεταστικές περιόδους και το πιο σημαντικό, η ανάπτυξη της κριτικής του σκέψης (Καλαντζή-Αζίζι, 1996). Υπάρχουν βέβαια και οι φοιτητές εκείνοι που δεν έχουν εγκαταλείψει τον τόπο μόνιμης κατοικίας τους και αποφάσισαν να σπουδάσουν στην πόλη τους, οι οποίοι δεν υφίστανται τις παραπάνω αλλαγές που αφορούν την προσαρμογή στο νέο περιβάλλον, αλλά δεν παύουν και εκείνοι να βρίσκονται στο ίδιο αναπτυξιακό στάδιο και να εμφανίζουν τα ίδια χαρακτηριστικά και προβλήματα της μετεφηβικής περιόδου.

Εν κατακλείδι, οι νεαροί φοιτητές καλούνται να αντιμετωπίσουν τις όποιες δυσκολίες συναντήσουν κατά τη προσαρμογή τους, συχνά μόνοι τους χωρίς να υπάρχει κάποια αρμόδια δομή και υπηρεσία ώστε να απευθυνθούν, για να τους βοηθήσει. Το μεγαλύτερο ποσοστό στρέφεται προς τους συνομηλίκους τους για ψυχολογική υποστήριξη, οι οποίοι όμως πολλές φορές δεν καταφέρνουν να τη προσφέρουν, είτε γιατί δεν έχουν τις κατάλληλες εμπειρίες, είτε γιατί βρίσκονται στο ίδιο μεταβατικό στάδιο και αντιμετωπίζουν και εκείνοι τα ίδια προβλήματα και ανησυχίες. Αν ένας φοιτητής θα έχει θετική ή αρνητική προσαρμογή εξαρτάται από την κοινωνικοποίηση του ατόμου, από τους τρόπους με τους οποίους βρίσκει λύσεις και αντιμετωπίζει τα καθημερινά προβλήματα και από τη βοήθεια που δέχεται από τον κοινωνικό του περίγυρο (Καλαντζή – Αζίζι, 1996).

1.3 ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ

Η μετάβαση από την δευτεροβάθμια στην τριτοβάθμια εκπαίδευση χαρακτηρίζεται από πολλές αλλαγές οι οποίες έχουν αντίκτυπο στην εκπαιδευτική, κοινωνική και οικονομική ζωή των φοιτητών. Επίσης, συνήθως η περίοδος αυτή ταυτίζεται με την περίοδο του μετεφηβικού σταδίου η οποία περιλαμβάνει όλα τα χαρακτηριστικά που προαναφέραμε εφόσον το μεγαλύτερο ποσοστό των φοιτητών βρίσκονται στην ηλικία μεταξύ των 18 - 25 ετών (Καλαντζή - Αζίζι, Μπεζεβέγκης, & Γιαννίτσας, 1989).

Το σύνολό των φοιτητών αποτελείται από νέους και νέες οι οποίοι έχουν ολοκληρώσει τον βασικό κύκλο σπουδών και ύστερα από τη συμμετοχή τους σε Πανελλαδικές εξετάσεις έχουν κατορθώσει με επιτυχία να εισαχθούν στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση προκειμένου να αποκτήσουν γνώσεις σε ένα εξειδικευμένο επάγγελμα με στόχο να βοηθηθούν έτσι ώστε στο μέλλον να μπορέσουν να βρουν δουλειά και να ενταχθούν στην παραγωγική διαδικασία. (Καλαντζή - Αζίζι, Μπεζεβέγκης, & Γιαννίτσας, 1989).

Πολλοί ερευνητές ονομάζουν τους φοιτητές «ως μη ολοκληρωμένες προσωπικότητες» ή «ενδιάμεσες προσωπικότητες». Ο Berlin πιστεύει ότι «η φοιτητική ζωή αποτελεί μία περίοδο αυξημένου κινδύνου» Οι Sperling και Jahnke θεωρούν ότι η συμπεριφορά των φοιτητών είναι «μία ειδική μορφή απάθειας και αντίστασης» ενώ ο Beck αναφέρει ότι οι φοιτητές είναι ψυχικά ευάλωτοι καθώς «κινούνται μεταξύ ανολοκλήρωτης ταυτότητας και αποξένωσης» (Καλαντζή, & Ματσακά, 1996).

Η είσοδος του φοιτητή σε μία Ανώτερη ή Ανώτατη σχολή έχει χαρακτηριστεί ως «κρίσιμο συμβάν» στη ζωή του και αποτελεί μία πρόκληση για την ψυχική του ισορροπία. Είναι μία περίοδος όπου οι φοιτητές βρίσκονται σε μία ηλικία που βιολογικά θεωρούνται ενήλικες, συναισθηματικά όμως δεν συμπεριφέρονται όπως οι ενήλικες. Δεν έχουν δικαιώματα και ρόλους ούτε έφηβων, ούτε όμως ρόλους και προνόμια ενηλίκων γιατί κατά την περίοδο αυτή το μεγαλύτερο ποσοστό των φοιτητών συνειδητοποιεί ότι είναι εξαρτημένοι ακόμα από τους γονείς κυρίως οικονομικά, αλλά και ψυχολογικά (Παπαδιώτη, 1992).

Οι ακαδημαϊκές σπουδές αποτελούν για τους σπουδαστές μία χρονική ανάπαυλας (moratorium), δηλαδή μία περίοδο καθυστερημένης δράσης πριν βγουν στην καθημερινή παραγωγική ζωή. Όπως αναφέρει και ο Alpert Ellis «το 99% των φοιτητών αναβάλλουν, ξέρουν ότι αναβάλλουν και συνεχίζουν να αναβάλλουν» (Καλαντζή, 1996).

Ο φοιτητής καλείται να προσαρμοστεί σε ένα νέο τρόπο ζωής καθώς και σε ένα νέο ακαδημαϊκό περιβάλλον. Μέχρι εκείνη τη στιγμή ζούσε σε μία προστατευτική οικογενειακή και σχολική ατμόσφαιρα υπήρχε ένα αυστηρά δομημένο σχολικό πρόγραμμα υποχρεώσεων με συγκεκριμένο ωράριο, Με την εισαγωγή στο Πανεπιστήμιο ο φοιτητής έρχεται αντιμέτωπος με ένα περιβάλλον που του αφήνει περιθώρια επιλογών και κριτικής σκέψης, αλλά και που απαιτεί την κατάλληλη λήψη πρωτοβουλιών. Η απόκτηση ενός πτυχίου απαιτεί από το φοιτητή την ενεργή συμμετοχή του σε εργαστήρια, διεκπεραίωση κατάλληλων εργασιών, συχνό έλεγχο της αποκτηθείσας γνώσης μέσω εξετάσεων και ανάπτυξη κριτικής σκέψης (Παπαθεοδοσίου, 1991).

Επιπρόσθετα, ο φοιτητής τις περισσότερες φορές καλείται να προσαρμοστεί σε μία νέα πόλη, και να αναλάβει την φροντίδα της κατοικίας του, της διατροφής του, της διαχείρισης των οικονομικών του και γενικότερα τον έλεγχο του νέου τρόπου ζωής του. Η προσαρμογή του φοιτητή περιλαμβάνει και την αναζήτηση νέων φίλων και συντρόφων με τους οποίους έρχεται σε επαφή και θα επικοινωνεί στο νέο του περιβάλλον προκειμένου να μειώσει τα συναισθήματα μοναξιάς που δημιουργούνται ύστερα από τον αποχωρισμό από το οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον. (Παπαθεοδοσίου, 1991).

Όλα αυτά τα νέα δεδομένα και οι αλλαγές που δημιουργούνται στον τρόπο ζωής του φοιτητή και η προσπάθεια προσαρμογής του στις νέες συνθήκες ζωής του αποτελούν ένα κρίσιμο σημείο το οποίο μπορεί να διαταράξει τον ψυχικό του κόσμο. Το αν ο φοιτητής θα μπορέσει να έχει μία θετική ή αρνητική προσαρμογή εξαρτάται (Μαδιανός, 1996):

1. από την κοινωνικοποίηση του ατόμου μέχρι εκείνη τη στιγμή,
2. από τους τρόπους με τους οποίους βρίσκει λύσεις και αντιμετωπίζει τα καθημερινά προβλήματα της ζωής και
3. από την βοήθεια που δέχεται από το κοινωνικό του περιβάλλον.

Οι κατάλληλοι μηχανισμοί προσαρμογής κάποιες φορές δεν είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν από τους φοιτητές, γιατί δεν τους έχουν δοθεί οι κατάλληλες ευκαιρίες ή γιατί δεν έχουν αποκτήσει την κατάλληλη εμπειρία μέσα από τους βασικούς φορείς κοινωνικοποίησης, δηλαδή το σχολείο και την οικογένεια (Μαλικιώση – Λοΐζου, 1999).

Ακόμα πολλές φορές οι φοιτητές δεν έχουν ρεαλιστική αντίληψη της αλλαγής που γίνεται. Συχνά ακούμε μαθητές που προετοιμάζονται να περάσουν σε κάποιο Πανεπιστήμιο να κάνουν όνειρα για μία ιδανική, ανέμελη και ξέφρενη φοιτητική ζωή, χωρίς να αντιλαμβάνονται και τη σκληρή πραγματικότητα η οποία προϋποθέτει από τους φοιτητές να έχουν υπευθυνότητα και συνέπεια στα φοιτητικά τους καθήκοντα, αλλά και ωριμότητα έτσι ώστε να μπορούν να επιβιώσουν σε μία νέα πόλη. Βέβαια χρειάζεται να επισημάνουμε ότι υπάρχει ένα μέρος των φοιτητών το οποίο περνάει σε μία σχολή που βρίσκεται στον τόπο καταγωγής τους. Σε αυτή την περίπτωση το άτομο δεν υφίσταται τις αλλαγές που προαναφέραμε όσον αφορά την προσαρμογή σε μία νέα πόλη δεν παύουν όμως και οι φοιτητές αυτοί να βρίσκονται στο ίδιο αναπτυξιακό στάδιο και να εμφανίζουν κοινά χαρακτηριστικά αλλά και προβλήματα της μετεφηβικής περιόδου (Μαδιανός, 1996).

Ένας ακόμα λόγος για τον οποίο οι φοιτητές δεν μπορούν να χρησιμοποιήσουν τους κατάλληλους μηχανισμούς ώστε να προσαρμοστούν στο νέο τους περιβάλλον είναι γιατί οι δυνατότητες κατάλληλης κοινωνικής υποστήριξης είναι περιορισμένες. Αυτό συμβαίνει γιατί από τη μία πλευρά οι φοιτητές στην προσπάθεια τους να γίνουν ώριμοι ενήλικοι προσπαθούν να απομακρυνθούν από τους γονείς, ενώ από την άλλη πλευρά οι συνομήλικοι τους δεν μπορούν να τους προσφέρουν ψυχολογική στήριξη, είτε γιατί δεν έχουν τις κατάλληλες εμπειρίες είτε γιατί βρίσκονται στην ίδια μετεφηβική φάση και αντιμετωπίζουν τους δικούς τους προσωπικούς προβληματισμούς και ανησυχίες. Έτσι συχνά οι φοιτητές έρχονται αντιμέτωποι με ένα προσωπικό αδιέξοδο που συχνά καλούνται να το αντιμετωπίσουν μόνοι, εφόσον δεν υπάρχει το κατάλληλο υποστηρικτικό πλαίσιο να τους βοηθήσει (Μαδιανός, 1996).

1.4 ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΦΟΙΤΗΤΩΝ

Τα προβλήματα και οι ανησυχίες που παρουσιάζουν οι φοιτητές είναι αποτέλεσμα τόσο του ιδιαίτερου ψυχισμού τους, όσο και των αναπτυξιακών κρίσεων και αλλαγών της μετεφηβείας οι οποίες καθορίζονται από τους τρόπους με τους οποίους διαμορφώνουν τις διαπροσωπικές τους σχέσεις με άλλα άτομα όπως με τους γονείς, τα αδέρφια, τους συγγενείς, τους φίλους και τους συμφοιτητές αλλά είναι κείπιση και αποτέλεσμα του τρόπου με τον οποίο λειτουργεί η κοινωνία η οποία χαρακτηρίζεται από οικονομικούς, πολιτικούς, ιδεολογικούς, πολιτιστικούς, εργασιακούς και εκπαιδευτικούς θεσμούς. Οι θεσμοί αυτοί κάποιες φορές δεν δίνουν τις κατάλληλες ευκαιρίες στους φοιτητές έτσι ώστε να λειτουργήσουν αποδοτικά (Κωσταρίδου - Ευκλείδη, 2002).

Θα μπορούσαμε να διαχωρίσουμε τα προβλήματα των φοιτητών σε ατομικά ή ψυχολογικά και σε κοινωνικά τα οποία όμως συχνά είναι αλληλένδετα μεταξύ τους (Κωσταρίδου - Ευκλείδη, 2002).

Σύμφωνα με την Παπαφλέσσα «τα ατομικά προβλήματα δημιουργούνται όταν το άτομο βιώνει μία κατάσταση που την νιώθει σαν ακάλυπτη ανάγκη με αποτέλεσμα να δημιουργείται ένταση, οπότε το άτομο αναζητεί νέους τρόπους προκειμένου να απαλλαγεί από την ένταση και να ικανοποιήσει την ανάγκη. Το άτομο μπορεί να έχει μία ή περισσότερες ανάγκες οι οποίες μπορεί να είναι και αλληλοσυγκρουόμενες. Οι αιτίες για τις οποίες δεν ικανοποιεί τις ανάγκες του είναι είτε γιατί δεν διαθέτει τα κατάλληλα μέσα είτε γιατί δεν ξέρει τον τρόπο να τα αναζητήσει είτε γιατί δεν είναι διαθέσιμα στο περιβάλλον στο οποίο ζει» (Μαλικιώση – Λοΐζου, 1999).

Για την ερμηνεία των κοινωνικών προβλημάτων μπορούμε να παραθέσουμε τον ορισμό που αναφέρει ο Σταθόπουλος (1999) όπου σύμφωνα με τον οποίο «τα κοινωνικά προβλήματα αποτελούν μία ορισμένη κατάσταση για την οποία υπάρχει ένα σύνολο ατόμων το οποίο θεωρεί ότι αυτή η κατάσταση είναι πηγή κοινωνικής δυσλειτουργίας και δεινών». Τα κοινωνικά προβλήματα ουσιαστικά αποτελούν ανεπιθύμητες καταστάσεις τις οποίες τα άτομα επιδιώκουν να επιλύσουν με συλλογικά μέτρα (Μαλικιώση – Λοΐζου, 1999).

Μέσα από σχετικές έρευνες όμως που έχουν πραγματοποιηθεί τα τελευταία χρόνια, τόσο σε χώρες του εξωτερικού όσο και στην Ελλάδα, διαπιστώνεται ότι

υπάρχει ένα αρκετά μεγάλο ποσοστό νέων κατά τη διάρκεια της φοιτητικής ζωής αντιμετωπίζουν πάρα πολλές πιέσεις και προβλήματα που συχνά διαταράσσουν τον ψυχικό τους κόσμο. Σύμφωνα με στοιχεία που δίνει το Υπουργείο Παιδείας ο αριθμός φοιτητών που φοιτούσαν στα Ανώτερα και Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα στην Ελλάδα μέχρι το 2002 ήταν περίπου 328.100 φοιτητές. Σύμφωνα με την ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας υπολογίζεται ότι περίπου το 15 - 20% του φοιτητικού πληθυσμού έχει ανάγκη από ψυχολογική υποστήριξη ενώ σύμφωνα με επιδημιολογικές έρευνες και εκτιμήσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας ένα μικρότερο ποσοστό της τάξης του 4% αναμένεται ότι θα παρουσιάσει έντονη ψυχοπαθολογία κατά τη διάρκεια της φοιτητικής τους ζωής και ότι έχει ανάγκη από ποιο συστηματική ψυχοθεραπεία (Καλαντζή, 1996). Λαμβάνοντας υπόψη τον πληθυσμό των φοιτητών θα μπορούσαμε ίσως να πούμε κατά προσέγγιση ότι περίπου 65.600 φοιτητές χρειάζονται ψυχολογική υποστήριξη στην Ελλάδα ενώ 13.000 ενδέχεται να παρουσιάσουν έντονη ψυχοπαθολογία.

Τα τελευταία χρόνια έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες τόσο σε χώρες της Ευρώπης όσο και της Ελλάδας προκειμένου να διερευνηθούν τι είδους προβλήματα αντιμετωπίζουν οι φοιτητές. Μία μεγάλη έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Αυστρία το 1984 σε όλα τα Συμβουλευτικά Κέντρα της χώρας σε δείγμα 2000 φοιτητών έδειξε ότι το 65% των φοιτητών αντιμετωπίζουν ψυχοσωματικές διαταραχές, το 25% διαταραχές μάθησης και επίδοσης, 24% ψυχολογικά προβλήματα και 21% διαταραχές επικοινωνίας ή κοινωνικοποίησης. Επίσης έρευνα που έγινε σε έξι Συμβουλευτικά Κέντρα στη Δανία το 1994 αναφέρει ότι τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν συχνότερα οι σπουδαστές είναι άγχος εξετάσεων, παρεμπόδιση δραστηριοτήτων, προβλήματα προσαρμογής, κοινωνική απομόνωση, συναισθηματικές διαταραχές, σεξουαλικά προβλήματα, διαταραχές διατροφής, προβλήματα αυτονόμησης, φοβίες και κατάθλιψη (Καλαντζή, 1997).

Και στη χώρα μας μέσα από έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τα Συμβουλευτικά Κέντρα του Πανεπιστημίου Αθηνών και Θράκης σε 1184 φοιτητές το 2003 έδειξε ότι το 74% των σπουδαστών αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα. Οι κατηγορίες των προβλημάτων με τα μεγαλύτερα ποσοστά ήταν οι επαγγελματικές προοπτικές με 42,2%, τα προβλήματα σχέσεων με 29,5% ενώ σε ποσοστά της τάξης του 20 - 25% αντιμετώπιζαν ψυχολογικά, οργανωτικά προβλήματα, ποιότητας σπουδών και παροχών που αφορούσαν στο χώρο του Πανεπιστημίου (Κωσταρίδου -

Ευκλείδη, 2002). Ενώ σε έρευνα του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης που έγινε σε 1711 φοιτητές τα μεγαλύτερα ποσοστά από τα προβλήματα που αντιμετώπιζαν οι φοιτητές αφορούσαν προβλήματα προσαρμογής με ποσοστό 28,5%, προσωπικά και ψυχολογικά προβλήματα 15,4% ενώ 13,7% των φοιτητών αντιμετώπιζει προβλήματα σχέσεων. Τα παραπάνω ποσοστά εκφράζουν ενδεικτικά κάποια από τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι φοιτητές.

Πολλοί φοιτητές κατά τη διάρκεια των σπουδών τους και ιδιαίτερα οι πρωτοετείς εμφανίζουν προβλήματα συναισθηματικής και κοινωνικής προσαρμογής (Kaplan, 1976). Η μετάβαση σε ένα νέο χώρο αποτελεί μία διαδικασία η οποία αποσταθεροποιεί τον σπουδαστή και μπορεί να του δημιουργήσει άγχος και πολλές συναισθηματικές και ψυχολογικές δυσκολίες. Ιδιαίτερα αν η σχολή στην οποία έρχεται να σπουδάσει ο φοιτητής δεν αποτελεί πρώτη του επιλογή, αυτό μπορεί να αποτελέσει ένα ακόμα παράγοντα δημιουργίας άγχους και δυσκολίας προσαρμογής (Royal College of Psychiatrists London, 2003).

Τα προβλήματα σχέσεων αποτελούν μία ακόμα κατηγορία προβλημάτων εμφανίζεται με υψηλά ποσοστά στους φοιτητές. Η κατηγορία αυτή μπορεί να περιλαμβάνει προβλήματα με φίλους, συμφοιτητές, συγκατοίκους, καθηγητές, με πρόσωπά του αντίθετου φύλου δηλαδή προβλήματα ερωτικών σχέσεων αλλά και οικογενειακά προβλήματα (Clara, 2002).

Επιπρόσθετα, μέσα από τις διάφορες έρευνες οι φοιτητές αναφέρουν ψυχολογικά προβλήματα τα οποία περιλαμβάνουν άγχος, πίεση, φόβο, κατάθλιψη, έλλειψη αυτοεκτίμησης και αυτογνωσίας, μειωμένη αυτοπεποίθηση, ανησυχία, ανασφάλεια, αναβλητικότητα, μοναξιά καθώς και ψυχοσωματικά προβλήματα που εμφανίζονται σε διάφορα όργανα του σώματος λόγω έντονου στρες, όπως στο στομάχι, πονοκέφαλοι, χρόνιοι πόνοι, αϋπνία κ.α. (Clara, 2002).

Υπάρχουν ακόμα προβλήματα σωματικής υγείας τα οποία αναφέρονται από τους φοιτητές και επηρεάζουν τη λειτουργικότητα και την ψυχολογία τους. Στο σημείο αυτό χρειάζεται να αναφέρουμε ότι υπάρχει ένα μικρό ποσοστό μίας ειδικής ομάδας φοιτητών που αντιμετωπίζει σωματικές αναπηρίες όπως τύφλωση, κώφωση, κινητικά προβλήματα ή χρόνιες σωματικές ή ψυχικές ασθένειες. Οι φοιτητές αυτοί αντιμετωπίζουν ιδιαίτερες ψυχολογικές ή πρακτικές δυσκολίες που οφείλονται στην ιδιαιτερότητα της ασθένειας τους και μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα να τους

δημιουργήσουν έντονο στρες και ματαιώσεις, καθώς και στο να οδηγήσουν σε μαθησιακή - ακαδημαϊκή και κοινωνική απομόνωση (Καλαντζή, 1997, Κωσταρίδου, 2002, Aherne, 2002).

Εκτός από τα άτομα που έχουν αναπηρίες υπάρχει μία ακόμα ομάδα σπουδαστών οι οποίοι ενδέχεται να αντιμετωπίζουν ιδιαίτερα προβλήματα τα οποία προκύπτουν λόγω της ταυτότητας τους και αυτοί είναι οι αλλοδαποί, ομογενείς και γενικότερα φοιτητές που έρχονται από άλλες χώρες του εξωτερικού. Οι φοιτητές αυτοί καλούνται να ξεπεράσουν γλωσσικές δυσκολίες και δυσκολίες προσαρμογής διότι έρχονται να σπουδάσουν σε ένα νέο πολιτισμικό περιβάλλον με διαφορετική νοοτροπία και κουλτούρα, αλλά και την οποιαδήποτε περιθωριοποίηση ή προκαταλήψεις από μέρος του εκπαιδευτικού ή κοινωνικού περιβάλλοντος με το οποίο έρχονται σε επαφή (Royal College of Psychiatrists London, 2003).

Εντονότερα προβλήματα ψυχικών διαταραχών όπως σχιζοφρένεια, κατάθλιψη, κυκλοθυμικές και ιδεοψυχαναγκαστικές διαταραχές, διαταραχή πανικού, διαταραχές συμπεριφοράς, διάφορων ειδών φοβίες, νευρογενής ανορεξία και βουλιμία, απόπειρες αυτοκτονίας, αλκοολισμός και χρήση ουσιών εμφανίζονται συχνά μεταξύ των τελευταίων ετών της εφηβείας και των αρχών της ενήλικης ζωής. Στην ηλικία αυτή υπάρχει πολύ υψηλός κίνδυνος για την εκδήλωση κάποιας ψυχικής διαταραχής (Royal College of Psychiatrists London, 2003). Όσον αφορά το φύλο φαίνεται μέσα από έρευνες ότι οι αγχώδεις και καταθλιπτικές διαταραχές είναι συχνότερες μεταξύ των γυναικών, ενώ οι διαταραχές λόγω χρήσης ουσιών και η διαταραχή αντικοινωνικής συμπεριφοράς είναι συχνότερες μεταξύ των ανδρών (Christopoulos, et al., 1997).

Ακόμα υπάρχουν προβλήματα ψυχοσεξουαλικά τα οποία απασχολούν τους φοιτητές. Αυτά μπορεί να περιλαμβάνουν γενικά σεξουαλικά προβλήματα και φόβους, έλλειψη ενημέρωσης πάνω σε αυτά, δυσλειτουργία, ομοφυλοφιλία, σεξουαλική κακοποίηση, βιασμός, ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και εκτρώσεις. Ιδιαίτερα για τις εκτρώσεις παρατηρείται μία συνεχώς αυξανόμενη τάση. Μάλιστα σε έρευνα 300 σπουδαστών που πραγματοποιήθηκε από το Κέντρο Βρεφών Μητέρα βρέθηκε ότι 1 στις 4 κοπέλες (25%) με σεξουαλική δραστηριότητα είχε κάνει μία ή περισσότερες εκτρώσεις ενώ σε έρευνα των γυναικολόγων της Αθήνας βρέθηκε ότι

μέχρι την ηλικία των 24 ετών αντιστοιχεί το 75% του συνόλου των εκτρώσεων των ανύπανδρων (Christopoulos, et al., 1997).

Επιπλέον, υπάρχουν εκπαιδευτικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι φοιτητές και που αφορούν το Πανεπιστημιακό περιβάλλον και τις επαγγελματικές προοπτικές του φοιτητή όπως δυσκολίες μαθήσεως, άγχος εξετάσεων ή αποτυχία στις εξετάσεις, οργανωτικά προβλήματα, κακή ποιότητα σπουδών, έλλειψη παροχών, έλλειψη επαγγελματικής κατάρτισης και ενημέρωσης, ανασφάλεια και άγχος για επαγγελματική αποκατάσταση και εύρεσης εργασίας στο μέλλον το οποίο πολλές φορές δημιουργείται λόγω της γνώσης για το μεγάλο ποσοστό ανεργίας που υπάρχει στην παραγωγική διαδικασία. Υπολογίζεται ότι 11 - 20% είναι οι νέοι άνεργοι ενώ τέσσερις φορές περισσότερο είναι οι μη πτυχιούχοι (Καλαντζή, 1997). Ανησυχίες σχετικά με την επαγγελματική αποκατάσταση και τις επαγγελματικές προοπτικές φαίνεται να εμφανίζουν φοιτητές που βρίσκονται στα τελευταία εξάμηνα σπουδών (Aherne, 2002).

Μία άλλη κατηγορία αφορά τα κοινωνικοοικονομικά προβλήματα τα οποία μπορεί να περιλαμβάνουν γενικότερα οικονομικά προβλήματα στο οικογενειακό περιβάλλον του φοιτητή, φτώχεια, κοινωνική απομόνωση, ρατσισμός, βία, εγκληματικότητα κ.α. τα οποία δημιουργούν ιδιαίτερο στρες και δυσκολίες στους φοιτητές. Η μειωμένη ύπαρξη ή έλλειψη οικονομικών πόρων μπορεί να οδηγήσει κάποιους από τους φοιτητές στην αναζήτηση εργασίας κατά τη διάρκεια των σπουδών τους.

Τέλος, ορισμένες συνήθειες που υιοθετούνται κάποιες φορές από τους φοιτητές όπως η κακή διατροφή, με τις ακανόνιστες ώρες και τη συχνή χρήση έτοιμων και γρήγορων γευμάτων, η κατανάλωση εθιστικών ουσιών όπως τσιγάρα και αλκοόλ, τα ακανόνιστα ωράρια ή οι λιγοστές ώρες ύπνου που μπορεί να είναι συνέπεια των συχνών και μακράς διάρκειας νυχτερινών εξόδων διασκέδασης, αποτελούν επιβαρυντικούς παράγοντες που επηρεάζουν τόσο τη σωματική όσο και την ψυχολογική υγεία των φοιτητών (Κίσσας, & Καλαντζή - Αζίζι, 1997, Καλαντζή - Αζίζι, Καραδήμας, & Σωτηροπούλου, 2001).

Ένα γενικό συμπέρασμα στο οποίο καταλήγουν πολλές έρευνες είναι ότι τα προσωπικά και κοινωνικά προβλήματα των νέων έρχονται δεύτερα σε σπουδαιότητα σε σχέση με τα εκπαιδευτικά και επαγγελματικά (Μαλικιώση, 1999).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο: ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

2.1 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΤΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ

Σύμφωνα με την Καλαντζή-Αζίζι (1998), η Συμβουλευτική φοιτητών αναπτύχθηκε μετά το Β΄ Παγκόσμιο πόλεμο, παράλληλα με τη λειτουργία των υπηρεσιών Συμβουλευτικής σπουδών και προσανατολισμού, σε πολλά Πανεπιστήμια της Ευρώπης και της Βορείου Αμερικής. Σταδιακά ξεκίνησαν να δημιουργούνται ψυχολογικά Συμβουλευτικά Κέντρα για φοιτητές, τα οποία είτε ήταν ενταγμένα στις υπηρεσίες που ήδη υπήρχαν, είτε σε ανεξάρτητες δομές. Το 1950 σε χώρες όπως η Βρετανία, η Γαλλία και η Γερμανία, δημιουργήθηκαν Συμβουλευτικά Κέντρα φοιτητών, ύστερα από την αναγκαιότητα που προέκυψε για οργανωμένη ψυχολογική υποστήριξη των φοιτητών. Από τις τελευταίες χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης που αναπτύχθηκε ο θεσμός των Συμβουλευτικών Κέντρων, είναι η Ελλάδα και η Πορτογαλία.

Ο θεσμός των Συμβουλευτικών Κέντρων βασίστηκε στο γεγονός ότι, η ψυχολογική υποστήριξη των φοιτητών θα πρέπει να γίνεται σε δομές με κοινοτική και μη ιατροκεντρική φιλοσοφία (Καλαντζή-Αζίζι, 1998), οι οποίες σύμφωνα με τις αρχές της κοινοτικής ψυχολογίας, πρέπει να βρίσκονται κοντά στον πληθυσμό-στόχο.

«Τα Συμβουλευτικά Κέντρα είναι εξωνοσοκομειακές κοινοτικές υπηρεσίες με μη ιατροκεντρικό χαρακτήρα, οι οποίες βρίσκονται μέσα στα εκπαιδευτικά ιδρύματα και προσφέρουν υπηρεσίες πρόληψης, πρώιμης παρέμβασης, παρέμβασης σε κρίση, Συμβουλευτική και εξειδικευμένου τύπου παρεμβάσεις καλύπτοντας έτσι και τα τρία επίπεδα περίθαλψης: Πρωτοβάθμιας, Δευτεροβάθμιας και της Τριτοβάθμιας» (Καλαντζή-Αζίζι, 1996)» (Κουνένου & Παπαδάκη, 2007: 232). Όπως επισημαίνει η Καλαντζή-Αζίζι (1996), τα Συμβουλευτικά Κέντρα φοιτητών σκοπό έχουν την προσφορά άμεσης ψυχοκοινωνικής υποστήριξης στους φοιτητές, ώστε να μπορέσουν να ξεπεράσουν τις δυσκολίες προσαρμογής στο καινούριο εκπαιδευτικό περιβάλλον

έγκαιρα και με το καλύτερο τρόπο και ακόμη να βρουν τρόπους επίλυσης των αναπτυξιακών μετεφηβικών αναζητήσεων και προβληματισμών τους.

Η Elton-Wislon (1997) στην έρευνα της Καλαντζή- Αζίζι, αναφέρει ότι αυτό που ουσιαστικά γίνεται αποδεκτό είναι ότι η Συμβουλευτική αποτελεί «κάτι καλό». Η Συμβουλευτική είναι λιγότερο στιγματισμένη από την ψυχοθεραπεία, αλλά συνεχίζει να θεωρείται απαραίτητη μόνο όταν υπάρχει κάποια κρίση. Τα Συμβουλευτικά Κέντρα φοιτητών συχνά αντιμετωπίζονται ως αναγκαίο κακό. Τα αίτια για αυτή τη κατάσταση, εντοπίζονται στους οικονομικούς περιορισμούς, καθώς μειώνονται οι οικονομικές επιδοτήσεις για τέτοιου είδους δραστηριότητες καθώς και η στάση της κοινωνίας στην ψυχική υγεία (Καλαντζή-Αζίζι, 1996).

Στην Ελλάδα ο θεσμός της Ψυχολογικής Συμβουλευτικής φοιτητών άργησε να αναπτυχθεί. Καθοριστικός ήταν ο ρόλος της Γραμματείας της νέας γενιάς, στο πλαίσιο της πολιτικής ανάπτυξης θεσμών υποστήριξης των νέων, προκειμένου να στηρίξει την Ψυχολογική Συμβουλευτική φοιτητών, δημιουργώντας έτσι το Δίκτυο Κοινωνικής υποστήριξης νέων, σε συνεργασία με Συμβουλευτικά Κέντρα ,ημών και Πανεπιστημίων. Με αυτό τον τρόπο, έγιναν προσπάθειες ώστε να καλυφθούν σημαντικές ανάγκες των νέων, κρίσιμα θέματα που τους απασχολούν και επηρεάζουν τόσο τη συμπεριφορά όσο και την ψυχική τους υγεία. Το δίκτυο αυτό στοχεύει στην ανάπτυξη κοινών δράσεων με δομές όπως συμβουλευτικοί σταθμοί σε εκπαιδευτικά ιδρύματα και δήμους, ενισχύοντας με αυτό τον τρόπο την οργάνωση και την ανάληψη κοινών πρωτοβουλιών, δραστηριοτήτων και προγραμμάτων σχετικά με τη πληροφόρηση και την πρόληψη σε θέματα που αφορούν τους νέους.

Συγκεκριμένα, σύμφωνα με τα στοιχεία που παρουσιάζει η Καλαντζή (2001), αναφέρει ότι οι χώρες στις οποίες υπάρχει νομική κατοχύρωση των Συμβουλευτικών Κέντρων για φοιτητές και υποχρέωση της πολιτείας να καθοδηγεί και να συμβουλεύει τον φοιτητή καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών του, είναι: η Αγγλία, η Γερμανία, η Αυστρία, η Δανία, το Βέλγιο και η Ολλανδία, ενώ οι χώρες στις οποίες δεν υπάρχει νομική κατοχύρωση είναι: η Γαλλία, η Ιταλία, η Πορτογαλία, η Ισπανία και η Ελλάδα.

2.2 ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ

Σύμφωνα με τους Danon-Boileau (1984) οι αποδεκτές των υπηρεσιών ενός Συμβουλευτικού Κέντρου είναι οι φοιτητές, οι οποίοι ανήκουν σε μια ειδική κατηγορία νέων ηλικίας 18 - 25 ετών που παρουσιάζουν μια ιδιαίτερη αναπτυξιακή φάση τη μετεφηβεία ή πρώτη νεότητα. Βασικά χαρακτηριστικά της είναι η βιολογική και ψυχοσυναισθηματική ωρίμανση, ο προσδιορισμός της νέας τους ταυτότητας και του κοινωνικού ρόλου, η αυτονομία από την οικογένεια και η επιλογή επαγγελματικής σταδιοδρομίας (Δημητρόπουλος, 2003).

Η εισαγωγή των νέων στην Τριτοβάθμια εκπαίδευση είναι ένα σημαντικό γεγονός το οποίο αλλάζει τον μέχρι τότε τρόπο ζωής τους. Οι σπουδαστές έρχονται αντιμέτωποι με αυτή την πρόκληση, αλλά και την εξοικείωση στο νέο περιβάλλον. Η προσαρμογή τους στα νέα δεδομένα εξαρτάται από την ωριμότητα τους καθώς και από τις απαιτήσεις του νέου περιβάλλοντος τους, όπως αναφέρουν οι Καζαντζή-Αζίζι (1996) και Noonan (1983).

Με βάση τις ιδιαίτερες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι σπουδαστές τα Συμβουλευτικά Κέντρα φοιτητών έχουν σαν βασικούς στόχους την ολοκληρωμένη ανάπτυξη του ατόμου, την βελτίωση της ποιότητας εντός και εκτός της φοιτητικής κοινότητας, και την αλληλεπίδραση του εκπαιδευτικού χώρου με την ευρύτερη κοινότητα σε ψυχοκοινωνικό επίπεδο και πολιτισμικής παρέμβασης (Δημητρόπουλος, 2003).

Οι φοιτητές μέσω της επιτυχίας τους ένταξης στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση, τον εμπλουτισμό τους με δεξιότητες που διευκολύνουν την αποτελεσματικότητά τους στις σπουδές τους, τις προσωπικές και κοινωνικές τους σχέσεις, την καλλιέργεια αξιών και ιδεών, την κοινωνική αλληλοσύνδεση και την ευαισθησία απέναντι στην διαφορετικότητα θα εμπλουτίσουν τον εαυτό τους και θα αποτελέσουν άξιους πολίτες μιας καλύτερης κοινωνίας (Μαλικιώση – Λοΐζου, 2009).

2.3 ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ

Ενδεικτικές υπηρεσίες που παρέχονται στους φοιτητές κατά την διάρκεια της ακαδημαϊκής τους πορείας στα Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών είναι (Γιωτάκος, 2006):

Σεμινάρια πληροφόρησης και απόκτησης ειδικών γνώσεων και δεξιοτήτων. Αποτελούνται από οργανωμένα σεμινάρια που σαν σκοπό έχουν την πληροφόρηση των σπουδαστών για θέματα που αφορούν την ακαδημαϊκή τους καριέρα, την προσωπική και κοινωνική τους ζωή. Τα σεμινάρια είναι ένας τρόπος προσέγγισης των φοιτητών και γνωριμίας τους με το Συμβουλευτικό Κέντρο και τις υπηρεσίες τους. Τα σεμινάρια διαρκούν μιάμιση ώρα και παρέχεται στους φοιτητές σχετικές σημειώσεις και βιβλιογραφία. Ενδεικτικά σεμινάρια που έχουν πραγματοποιηθεί με μεγάλο αριθμό συμμετεχόντων είναι πρώτες βοήθειες, τρόποι καλύτερης διαβίωσης, ανάπτυξη ηγετικών ικανοτήτων, συγγραφή και παρουσίαση εργασιών, γλώσσα του σώματος, ομαδική συμπεριφορά και ανάπτυξη ικανοτήτων συνεργασίας, τεχνικές αποτελεσματικής μελέτης, ανάπτυξη ικανοτήτων διαπραγμάτευσης, η δύναμη της αυτοαποτελεσματικότητας, σεμινάρια ευαισθητοποίησης και πρόληψης (ΚΕ.ΘΕ.Α.) και αποδελτίωση.

Ομαδική Συμβουλευτική. Σύμφωνα με τον Hare (1962) Ομάδα είναι το σύνολο των ατόμων που βρίσκονται σε σχέση αλληλεπίδρασης το ένα με το άλλο, μοιράζονται έναν κοινό σκοπό και κοινούς κανόνες που κατευθύνουν αλλά και περιορίζουν την δραστηριότητα τους. Αναπτύσσουν επίσης ένα σύνολο ρόλων και ένα δίκτυο διαπροσωπικών δυνάμεων έλξης που τους διαφοροποιεί από ένα σύνολο ατόμων.

Η ομαδική συμβουλευτική είναι μια διαπροσωπική διαδικασία όπου ο σύμβουλος μαζί με την ομάδα μελετά θέματα ή προβλήματα των μελών και τους διευκολύνει στην επίλυση τους. Οι μέθοδοι και οι αρχές που χρησιμοποιούνται είναι παρόμοιες με την ατομική συμβουλευτική. Στην ομαδική συμβουλευτική αξιοποιείται η δυναμική της ομάδας ώστε να βοηθήσει τα μέλη να επιτύχουν τους στόχους τους. Διότι η δυναμική αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών της ομάδας έχει σημαντική επίδραση στην συμπεριφορά του κάθε μέλους. Κάθε άτομο που γίνεται μέλος μιας ομάδας προσαρμόζεται στο σύνολο, ακολουθεί κάποιους κανόνες, διευκολύνει και

διευκολύνεται, συνεργάζεται, ανταγωνίζεται, επικοινωνεί και τελικά διαμορφώνει μια κοινωνική ταυτότητα.

Η ομαδική συμβουλευτική αξιοποιώντας την δυναμική της ομάδας και με βάση τις αρχές της ενεργητικής μάθησης, βοηθάει τα μέλη να εκφράσουν τις ανησυχίες τους και να τις μοιραστούν με την υπόλοιπη ομάδα έχοντας την υποστήριξη της. Επίσης τους βοηθάει να αποκτήσουν κοινωνικές και διαπροσωπικές δεξιότητες, δημιουργώντας παράλληλα την αίσθηση του «ανήκει» στην ακαδημαϊκή κοινότητα. Ομάδες που δημιουργήθηκαν σε Συμβουλευτικά Κέντρα είναι για επικοινωνία και διαπροσωπικές σχέσεις, άγχος και τρόποι αντιμετώπισης του, σχέσεις δύο φύλων, αυτοανάλυση και αυτοέλεγχος της συμπεριφοράς, διεκδικητικότητα.

Ατομική Συμβουλευτική και Ψυχολογική υποστήριξη. Στόχος του Συμβουλευτικού Κέντρου με αυτή την υπηρεσία είναι να βοηθήσει τους φοιτητές να καταλάβουν και να γνωρίσουν τον εαυτό τους καλύτερα, να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα προσαρμογής τους στο νέο περιβάλλον, να αναπτύξουν δεξιότητες που να μπορούν να αντεπεξέρχονται στις δυσκολίες μάθησης, να βελτιώσουν τις διαπροσωπικές τους σχέσεις, να διαχειρίζονται το άγχος των εξετάσεων και να ενισχυθούν οι φοιτητές στην λήψη αποφάσεων σε κοινά ζητήματα που τους ενδιαφέρουν και τους απασχολούν άμεσα. Η παροχή της ατομικής συμβουλευτικής σε έναν χώρο κατάλληλο όπου ενισχύει την ανοιχτή δυναμική επικοινωνία δίνει την δυνατότητα στον φοιτητή όχι μόνο να εκφράσει τους προβληματισμούς του και τις ανησυχίες του, αλλά να επεκταθεί και στις δυσκολίες που αντιμετωπίζει τόσο στην προσωπική όσο και στην ακαδημαϊκή του ζωή , ενώ παράλληλα αξιοποιεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τις ευκαιρίες που του παρουσιάζονται. Αιτήματα που έχουν εκφράσει οι φοιτητές για ατομική συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη είναι τα ακόλουθα: πληροφόρηση, διαπροσωπικές σχέσεις, ΑμεΑ διαταραχή προσωπικότητας, ψυχιατρικά περιστατικά, χρήση ουσιών, μαθησιακές δυσκολίες, δυσκολίες προσαρμογής, κοινωνικά προβλήματα και αγχώδεις διαταραχές.

Συμβουλευτική συνομηλίκων. Όταν οι νέοι αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα συνήθως στρέφονται για βοήθεια στους φίλους τους, δηλαδή στους συνομηλικούς τους με τους οποίους μοιράζονται τους ίδιους προβληματισμούς, ανησυχίες και το ίδιο κοινωνικό πλαίσιο. Πρόκειται για Συμβουλευτική που παρέχεται από άτομα της ίδιας ηλικιακής ομάδας με την βοήθεια υποστηρικτικών συστημάτων προσφέροντας

στήριξη, φιλικότητα, παρηγοριά, ηρεμία, μεσολάβηση σε συγκρούσεις, σε ένα περιβάλλον όπου οι σχέσεις χαρακτηρίζονται από ισότητα και αμοιβαιότητα. Οι στόχοι της Συμβουλευτικής συνομηλίκων είναι: η υποστήριξη των συνομηλίκων, η ενίσχυση της προσωπικής ανάπτυξης των νέων που λειτουργούν ως σύμβουλοι αλλά και των ατόμων που ζητούν βοήθεια και τέλος η προώθηση του θετικού κλίματος στο εκπαιδευτικό ίδρυμα. Η συμβουλευτική συνομηλίκων επικεντρώνεται τόσο στην συναισθηματική στήριξη των νέων, που περιλαμβάνει την φιλικότητα, την επίλυση συγκρούσεων και τις ψυχολογικές Συμβουλευτικές προσεγγίσεις, όσο και ζητήματα που αφορούν την παιδεία και την παροχή εκπαιδευτικών πληροφοριών.

Ηλεκτρονική συμβουλευτική. Πρόκειται για ιστοσελίδα που είναι κατασκευασμένη από το Συμβουλευτικό κέντρο φοιτητών την οποία οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επισκεφθούν, να εκφράσουν τα ερωτήματα ή προβληματισμούς τους και να λάβουν απάντηση από το εξειδικευμένο προσωπικό. Η ηλεκτρονική συμβουλευτική αποτελεί υπηρεσία του Συμβουλευτικού Κέντρου και απευθύνεται κυρίως σε φοιτητές που δεν έχουν την δυνατότητα πρόσβασης στο Συμβουλευτικό Κέντρο φοιτητών ή δεν έχουν άλλο τρόπο έκφρασης.

Δίκτυο εθελοντών φοιτητών. Αποτελεί υπηρεσία του Συμβουλευτικού Κέντρου στην οποία δραστηριοποιούνται φοιτητές της εκάστοτε ακαδημίας. Η συμμετοχή των φοιτητών είναι εθελοντική. Για τις αρμοδιότητες τους ενημερώνονται από το αρμόδιο προσωπικό του κέντρου, οι οποίες εστιάζονται στην βοήθεια και την ενίσχυση των «ανεργών» φοιτητών και σε όσους αντιμετωπίζουν προβλήματα (εργαζόμενοι φοιτητές, και άτομα με ειδικές ανάγκες) στην παρακολούθηση των εισηγήσεων. Η ενίσχυση αναφέρεται στην διάθεση βιβλίων, σημειώσεων ή οδηγιών που αφορούν την ύλη των μαθημάτων.

Δίκτυο υποστήριξης «Ανεργών» Φοιτητών. Η υπηρεσία αυτή απευθύνεται στους φοιτητές που εγκαταλείπουν τις σπουδές τους πριν τις ολοκληρώσουν. Οι λόγοι που οι φοιτητές δεν μπορούν να παρακολουθήσουν τις εισηγήσεις των μαθημάτων και να συμμετέχουν στις εξετάσεις μπορεί να αφορούν προβλήματα υγείας, οικογενειακά ή ζητήματα εργασίας. Η αποχή από την παρακολούθηση των μαθημάτων έχει σαν αποτέλεσμα την ελλιπή ενημέρωσή τους για την εξεταστέα ύλη και την μη συμμετοχή τους στις εξετάσεις.

Θεσμός του Ακαδημαϊκού Συμβούλου. Ως ακαδημαϊκοί σύμβουλοι επιλέγονται ένα ή δύο μέλη Δ.Ε.Π. (Διδακτικό - Ερευνητικό Προσωπικό) από κάθε τμήμα και ορίζονται κατόπιν Γενικής Συνελεύσεως του εκάστοτε τμήματος. Οι Ακαδημαϊκοί Σύμβουλοι αποτελούν τον σύνδεσμο επικοινωνίας μεταξύ του τμήματος και του Συμβουλευτικού Κέντρου, ενώ παράλληλα είναι τα άτομα με τα οποία οι φοιτητές έρχονται σε επαφή για να ενημερωθούν πληρέστερα για το αντικείμενο των σπουδών τους, τις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις και τις προοπτικές σε σχέση με το γνωστικό αντικείμενο που σπουδάζουν. Γνωρίζοντας ότι οι καθηγητές μπορούν να επηρεάσουν τους φοιτητές τόσο σε θέματα βελτίωσης της ακαδημαϊκής τους επίδοσης όσο και σε ζητήματα που σχετίζονται με την μελέτη και την λήψη αποφάσεων. Ο θεσμός επίσης έχει και έναν παράλληλο στόχο που είναι η παρότρυνση για επαφή και χρήση των υπηρεσιών του Συμβουλευτικού Κέντρου από φοιτητές που αντιμετωπίζουν προβλήματα στην προσωπική και ακαδημαϊκή τους ζωή. Οι ακαδημαϊκοί σύμβουλοι είναι τα άτομα που έρχονται πρώτα σε επαφή οι νεοεισερχόμενοι φοιτητές και κυρίως οι σπουδαστές που αναζητούν στήριξη για την ομαλή προσαρμογή τους στο νέο τους περιβάλλον. Η στήριξη που παρέχεται είναι βασισμένη στις ανάγκες, τις δυνατότητες, τις αξίες και τις πεποιθήσεις των φοιτητών, λαμβάνοντας υπόψη τις επιθυμίες και τα οράματα τους, εκπληρώνοντας τρεις βασικές λειτουργίες:

- 1) την διερεύνηση και διασαφήνιση των αναγκών των φοιτητών
- 2) την βοήθεια που μπορεί να παρέχεται στους φοιτητές ώστε να εξελιχθούν και να ωριμάσουν και
- 3) την υποστήριξη σε δυσκολίες προσαρμογής των σπουδαστών κατά την διάρκεια της ακαδημαϊκής τους ζωής.

Οι ακαδημαϊκοί σύμβουλοι εκπαιδεύονται από αρμόδιο προσωπικό του Συμβουλευτικού Κέντρου για την ανάπτυξη Συμβουλευτικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων. Έρχονται σε επαφή με το Συμβουλευτικό Κέντρο όποτε θέλουν να παραπέμψουν κάποιο φοιτητή είτε όποτε θελήσουν βοήθεια ή ενημέρωση για τον χειρισμό περιστατικών σε περιπτώσεις όπου ο φοιτητής απευθύνεται σε αυτούς και δεν επιθυμούν να ζητήσουν βοήθεια από το Συμβουλευτικό Κέντρο.

Μαθήματα πρώτων βοηθειών. Το σεμινάριο αυτό οργανώνεται και διεξάγεται σε συνεργασία με τον Ερυθρό Σταυρό και απευθύνεται σε φοιτητές που

ενδιαφέρονται να μάθουν βασικούς τρόπους αντιμετώπισης ατυχημάτων και πρώτων βοηθειών. Το σεμινάριο πραγματοποιείται κάθε ακαδημαϊκό εξάμηνο.

Βασικές γνώσεις σε θέματα ουσιοεξάρτησης και πρόληψης. Το σεμινάριο διεξάγεται κάθε ακαδημαϊκό έτος και διοργανώνεται σε συνεργασία με τον Τομέα πρόληψης του Κ.Ε.Θ.Ε.Α. Σαν στόχο έχει την έγκυρη και τεκμηριωμένη ενημέρωση για τα ζητήματα ουσιοεξάρτησης, τα αίτια, την αντιμετώπιση τους και την ευαισθητοποίηση των φοιτητών στην πρόληψη της χρήσης ουσιών.

Πενθήμερο πολιτιστικών εκδηλώσεων ως αντιπρόταση στη χρήση ουσιών. Το πενήμερο πραγματοποιείται σε συνεργασία με τον Τομέα Πρόληψης του Κ.Ε.Θ.Ε.Α. τόσο στους φοιτητές της ακαδημαϊκής κοινότητας όσο και στον πληθυσμό της ευρύτερης περιοχής. Στόχος του είναι η προώθηση της πρωτογενής πρόληψης μέσα από την σωστή και επιστημονικά τεκμηριωμένη ενημέρωση σε συνδυασμό με πολιτιστικές και αθλητικές δραστηριότητες οι οποίες είναι μια «αντι-πρόταση» στην ανία και αδιαφορία των νέων που φαίνεται ότι αποτελεί βασικό παράγοντα στην χρήση ουσιών.

Φοιτητική εβδομάδα. Στόχος της είναι να προωθήσει τον πολιτισμό και την ειρήνη τόσο στην ακαδημαϊκή κοινότητα όσο και στην ευρύτερη κοινωνία και ενισχύει την προβολή των πολιτιστικών δραστηριοτήτων των φοιτητών. Στην φοιτητική εβδομάδα συμπεριλαμβάνονται εκδηλώσεις πολιτιστικές (θεάτρου, χορού μουσικής, εικαστικά, έντυπα, φωτογραφίες κ.α.), αθλητικές και γενικότερου προβληματισμού, εκδηλώσεις σε τρέχων κοινωνικά θέματα.

Διευκόλυνση φοιτητών με ειδικές ανάγκες. Μια ξεχωριστή δραστηριότητα των Συμβουλευτικών Κέντρων είναι η αντιμετώπιση των προβλημάτων των φοιτητών με ειδικές ανάγκες. Σε συνεργασία με την Πρυτανεία πραγματοποιείται καταγραφή των κτιριακών ρυθμίσεων που χρειάζεται για την διευκόλυνση των μετακινήσεων των ατόμων με κινητικά προβλήματα στα εκπαιδευτικά κτίρια. Ακόμη η χορηγία συσκευών που διευκολύνουν τις σπουδές τους όπως είναι ο φωνητικός αναγνώστης που είναι για τυφλούς φοιτητές και άλλες συσκευές που βοηθούν στην παρακολούθηση των μαθημάτων. Επίσης υπάρχει άμεση επαφή με τους Ακαδημαϊκούς Συμβούλους για θέματα σπουδών και επαγγελματικών προοπτικών των φοιτητών με ειδικές ανάγκες. Για την κινητοποίηση και την ενδυνάμωση της

κοινωνικής συμμετοχής στην ακαδημαϊκή τους πορεία διοργανώνονται πολιτιστικές εκδηλώσεις, συζητήσεις και εκδρομές.

Διευκόλυνση αλλοδαπών φοιτητών. Η υπηρεσία αυτή αναφέρεται στην στενή συνεργασία με τους αλλοδαπούς φοιτητές και την διοργάνωση τακτικών συναντήσεων τους με σκοπό τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση των δυσκολιών τους όσο αυτό είναι εφικτό. Τους διανέμετε δωρεάν βιβλίο μεταφρασμένο στα Αγγλικά και Γαλλικά, περιέχει τις νομικές διατάξεις που τους αφορά άμεσα για την διαμονή και τις σπουδές στην Ελλάδα, για να μην έρθουν αντιμέτωποι με προβλήματα παραμονής. Επίσης διοργανώνονται πολιτιστικές εκδηλώσεις σε συνεργασία με τους αλλοδαπούς φοιτητές τόσο για να αναδείξουν την παρουσία τους στην ακαδημαϊκή κοινότητα, όσο και για να γνωρίσουν τον πολιτισμό και την ιστορία της Ελλάδας.

Εθελοντισμός. Άλλος ένας στόχος των Συμβουλευτικών Κέντρων Φοιτητών είναι η καλλιέργεια του πνεύματος εθελοντισμού και κοινωνικής προσφοράς, αυτό προσεγγίζεται μέσα από ημερίδες και σεμινάρια όπως «Ημέρα Αιμοδοσίας», και οργάνωση τιμητικής εκδήλωσης για «Γιατρούς χωρίς σύνορα».

Τηλεσυμβουλευτική. Αποτελεί υπηρεσία που παρέχεται από τα Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών και είναι η εξ αποστάσεως παροχή εξειδικευμένης βοήθειας από άτομα κατάλληλα εκπαιδευμένα στην συμβουλευτική. ,εν είναι μια ολοκληρωμένη διαδικασία συμβουλευτικής. Παρά το γεγονός ότι οι πληροφορίες που περιέχουν οι απαντήσεις δίδονται από εξειδικευμένο προσωπικό δεν αποτελούν επίσημη διάγνωση ή γνωμάτευση, δεν προβλέπεται ολοκληρωμένη παροχή συμβουλευτικής και δεν αντικαθιστά την προσωπική επαφή με έναν ειδικό.

2.4 ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Κατα τη διάρκεια της ακαδημαϊκής πορείας το μεγαλύτερο ποσοστό των φοιτητών, όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, αντιμετωπίζουν ορισμένα προβλήματα τα οποία έχουν σοβαρή επίπτωση στην απόδοσή τους. μερικά από αυτά τα προβλήματα είναι το άγχος των εξετάσεων, η μοναξιά, η κατάθλιψη, η προσαρμογή στο νέο περιβάλλον, οικογενειακά προβλήματα, προβλήματα συναισθηματικών σχέσεων αλλά και ο φόβος για την ανάληψη ευθυνών. υπάρχει μεγάλη πιθανότητα μάλιστα να δηγήσουν όχι μόνο σε παράταση αλλά και διακοπή των σπουδών γεγονός που μπορεί να αυξήσει περισσότερο το άγχος των φοιτητών. Για τους λόγους αυτούς λειτουργούν στην χώρα μας Συμβουλευτικά κέντρα φοιτητών που σκοπό έχουν την αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων.

Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών λειτουργούν ανά την Ελλάδα σε διάφορα Ακαδημαϊκά Ιδρύματα Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης. Ενδεικτικά αναφέρουμε ορισμένα Συμβουλευτικά Κέντρα από τα οποία συγκεντρώθηκαν πληροφορίες για την ίδρυση τους και την λειτουργία τους.

1. Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών του Εθνικού και Καποδιστριακού Αθηνών: Ιδρύθηκε τον Οκτώβριο του 1990 και λειτουργεί από τον Ιανουάριο του 1992. Το 2002 έλαβε επίσημα το χαρακτήρα του Εργαστηρίου του Τομέα Ψυχολογίας του Τμήματος Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας με την επωνυμία «Εργαστήριο Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών» και έκτοτε καλείται να εξυπηρετήσει το σύνολο των φοιτητών του Πανεπιστημίου Αθηνών (Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, 2011).

2. Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών Πανεπιστημίου Κρήτης: Λειτουργεί από το Σεπτέμβριο του 2003, με σκοπό την ψυχολογική υποστήριξη όλων των φοιτητών του ιδρύματος, την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση της πανεπιστημιακής κοινότητας σε θέματα που αφορούν στον τομέα της ψυχικής υγείας και τη διαμόρφωση μιας γενικότερης πολιτικής ψυχικής υγείας (Πανεπιστήμιο Κρήτης, 2011).

3. Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών Χαροκόπειου Πανεπιστημίου: Το Κέντρο ιδρύθηκε με απόφαση της Συγκλήτου του Πανεπιστημίου και λειτουργεί από το

Σεπτέμβριο του 2001. Σκοπός του είναι να βοηθήσει τους φοιτητές να αποκτήσουν αυτογνωσία, να αντιμετωπίζουν προσωπικά προβλήματα και δυσκολίες μάθησης, να αποκτήσουν δεξιότητες επικοινωνίας και να προσαρμοστούν ομαλά στην ακαδημαϊκή τους ζωή (Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, 2011).

4. Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων: Αποτελεί την πρώτη Ελληνική Πανεπιστημιακή Υπηρεσία Ψυχικής Υγείας, η οποία συστάθηκε το 1989 που δημιουργήθηκε στα πλαίσια μιας Πανεπιστημιακής κοινότητας. Σκοπός της λειτουργίας του είναι η πρόληψη σε θέματα ψυχικής υγείας, μέσα από την παροχή συμβουλευτικών - υποστηρικτικών υπηρεσιών σε όλους τους φοιτητές του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων ατομικά ή και ομαδικά. Την υλοποίηση προγραμμάτων πρόληψης - ευαισθητοποίησης σε θέματα ψυχικής υγείας. Τη διεξαγωγή επιστημονικών - ερευνητικών δραστηριοτήτων και την συνεργασία με φορείς που έχουν αντίστοιχους στόχους. Το Συμβουλευτικό Κέντρο απευθύνεται σε όλο τον φοιτητικό πληθυσμό του Πανεπιστημίου, ακόμη και έξι μήνες μετά την ολοκλήρωση των σπουδών τους, διάστημα για το οποίο διατηρούν τη φοιτητική τους ιδιότητα (Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2011).

5. Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών Πανεπιστημίου Πειραιά: Το Συμβουλευτικό Κέντρο του Πανεπιστημίου Πειραιά ιδρύθηκε το 1995, κύριοι αποδέκτες των υπηρεσιών του είναι οι φοιτητές. Ο βασικός τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζουν τα προβλήματα είναι η ατομική και η ομαδική συμβουλευτική. Αποτελεί μια δυναμική διαδικασία επικοινωνίας και διεξάγεται από ειδικευμένους επιστήμονες, στοχεύοντας την βοήθεια του ατόμου σε θέματα που τον απασχολούν. Κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας ο εξυπηρετούμενος μπορεί να επικοινωνήσει εκφράζοντας σκέψεις, προβληματισμούς, ανησυχίες, φόβους σε ένα ασφαλές πλαίσιο όπου μπορεί να εκφράσει ότι αισθάνεται και να δηλώσει ότι χρειάζεται βοήθεια (Πανεπιστήμιο Πειραιά, 2011).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο: Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

3.1 ΟΡΙΣΜΟΣ

Η συμβουλευτική αναπτύχθηκε ως έννοια και διαδικασία, έστω και με τη μορφή που παρουσιάστηκε ιστορικά, τον 5^ο π.Χ. αιώνα από τον Σωκράτη. Ο αρχαίος Αθηναίος φιλόσοφος προσπάθησε να γνωρίσει τον εαυτό τους εις βάθος (γνώθι σαυτόν). Εφόσον λοιπόν κάποιος γνωρίσει ουσιαστικά τον εαυτό του και τις πτυχές της ψυχής του, μπορεί να αναδείξει τις ικανότητές του, τις επιθυμίες του, να ανακαλύψει τις δεξιότητές του και να γίνει κύριος του εαυτού του σε όλους τους τομείς της προσωπικής και κοινωνικής ζωής του. Η αναζήτηση της ψυχής είναι μια διαδικασία αυτοεξέτασης και αυτοανάλυσης που παραπέμπει στις σύγχρονες διαδικασίες της συμβουλευτικής ψυχολογίας (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2012: 30).

Η μέθοδος του Σωκράτη για την κατανόηση του εαυτού εμπεριέχει στοιχεία και επιμέρους διαδικασίες της συμβουλευτικής. Αυτά είναι η μαιευτική μέθοδος, η ενεργητική ακρόαση και η διαλεκτική. Ο Σωκράτης άφηνε τον συνομιλητή του να εκφράσει ελεύθερα την άποψή του για το θέμα που τον απασχολούσε θεωρώντας αρχικά αυτή την άποψη ως ολοκληρωμένη και στη συνέχεια με τη διαδικασία των διαδοχικών ερωτήσεων και απαντήσεων τον οδηγούσε σε νέα συμπεράσματα και σε νέες προσεγγίσεις της αλήθειας.

Αντιστοίχως, ο σύμβουλος έχει πλήρη άγνοια του προβλήματος που θα ακούσει από τον συμβουλευόμενο για την αναζήτηση της βέλτιστης λύσης. Έτσι, ο πρώτος θα προσπαθήσει να εκμαιεύσει τις εσωτερικές επιθυμίες και προτιμήσεις του δεύτερου ακούγοντάς τον προσεκτικά (ενεργητική ακρόαση) ώστε να τις αναδείξει και να τον βοηθήσει στην εύρεση της καλύτερης λύσης με βάση τα προσωπικά-ξεχωριστά χαρακτηριστικά του.

“Η Συμβουλευτική χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση προβληματικών καταστάσεων που ανήκουν σε ένα ευρύ φάσμα προβλημάτων και δυσκολιών που πιθανόν να αντιμετωπίζει το άτομο. Αναφέρεται σε προβλήματα της καθημερινότητας του ατόμου που σχετίζονται με τον κοινωνικό και οικογενειακό του περίγυρο, με προσωπικά προβλήματα, αλλά και πάσης φύσεως προβληματικές καταστάσεις” (Κασσωτάκης, 2004: 50).

“Η Συμβουλευτική είναι μια διαδικασία τακτικών και συστηματικών βημάτων κατά την οποία ο σύμβουλος βοηθά τον συμβουλευόμενο να κατανοήσει τα θέματα που τον απασχολούν και να τον κινητοποιήσει ώστε να βρει μια λύση στα προβλήματα και να αποκαλυφθεί το δυναμικό του. Παράλληλα αξιοποιούνται θεωρίες και τεχνικές των Ανθρώπινων Επιστημών και ειδικότερα της Ψυχολογίας” (Κασσωτάκης, 2004: 49).

“Σκοπός της Συμβουλευτικής δεν είναι ο σύμβουλος να δώσει έτοιμες συστάσεις, συμβουλές και υποδείξεις στον συμβουλευόμενο, αλλά να τον καθοδηγήσει έμμεσα μέσα από μια διαδικασία συζήτησης με ερωτήσεις και απαντήσεις ώστε να δραστηριοποιηθεί και να καταλήξει από μόνος του στη σωστή επιλογή” (Κασσωτάκης, 2004: 47).

Με άλλα λόγια, ο συμβουλευόμενος αντιλαμβάνεται ότι δυσκολεύεται να πάρει κάποιες αποφάσεις και θεωρεί ως καλή λύση να καταφύγει στον σύμβουλο. Ο σύμβουλος προσπαθεί να δημιουργήσει ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ακούει προσεκτικά τα όσα καταθέτει ο συμβουλευόμενος. Ο σύμβουλος προσπαθεί μέσα από τη συζήτηση που θα ακολουθήσει να διακρίνει ποια είναι τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του συμβουλευόμενου, όπως στάσεις, αξίες, πιστεύω, θέλω για να τον βοηθήσει να επιλέξει τη λύση στο πρόβλημα που τον απασχολεί ώστε να πετύχει τελικά στους στόχους του. Για να είναι ουσιαστική η διαδικασία της συμβουλευτικής ο συμβουλευόμενος πρέπει να έχει αποφασίσει την πραγματοποίηση συναντήσεων με

τον σύμβουλο και ο σύμβουλος να έχει αναπτύξει εκείνες τις δεξιότητες ώστε να μπορέσει να βοηθήσει με τον καλύτερο τρόπο τον συμβουλευόμενο. Επομένως, ο σύμβουλος πρέπει να είναι γνώστης όσων περισσότερων πτυχών του εαυτού του και να διακατέχεται από επίγνωση, ενσυναίσθηση και δεξιότητες ενεργητικής ακρόασης, ώστε να μπορέσει να κατανοήσει σε βάθος τα χαρακτηριστικά του συμβουλευόμενου και το πρόβλημά του.

3.2 ΜΟΝΤΕΛΑ ΚΑΙ ΘΕΩΡΙΕΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ ΣΤΗΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Οι θεωρίες λήψης επαγγελματικής απόφασης αποτελούν μια ξεχωριστή κατηγορία θεωριών στη συμβουλευτική για τη λήψη αποφάσεων. Κύριοι εκπρόσωποί τους είναι οι: Hilton (1962), Katz (1963), Kaldor και Zytowsky (1969), Gellat (1962), Vroom (1964), Tiedeman και O'Hara (1963), Harren (1979) και Gati (1986). Ακολουθεί επιγραμματικά χρονολογική αναφορά στις θεωρίες τους (Κασσωτάκης, 2004).

Hilton (1962): Ο Hilton κάνει ιδιαίτερο λόγο στην επιλογή επαγγελματικής κατεύθυνσης και έχει ως βασικές έννοιες τη λογική επιλογή που υπάρχει στη θεωρία των οικονομικών. Θεωρεί ότι όταν το άτομο καλείται να πάρει μια απόφαση έχει προηγηθεί κάποιο περιβαλλοντικό ερέθισμα, το οποίο οδηγεί το άτομο σε μια κατάσταση ψυχολογικής έντασης, σε μια κατάσταση μη ισορροπίας. Κατόπιν μέσα από μια σειρά διαδικασιών ενεργοποιείται ο μηχανισμός της νοητικής ισορροπίας.

Gellat (1962): Για τον Gellat το άτομο που θα πάρει κάποια απόφαση δίνει μεγάλη έμφαση στις διαθέσιμες πληροφορίες και πρέπει να καταλήξει σε δύο εναλλακτικές επιλογές.

Katz (1963): Ο Katz συνδέει τη λήψη αποφάσεων με τη σταδιοδρομία λαμβανομένου υπόψη του συστήματος αξιών του ατόμου, των πληροφοριών και της πρόβλεψης των πιθανών εκβάσεων.

Tiedeman και O'Hara (1963): Αναφέρονται στη διαδικασία λήψης επαγγελματικής απόφασης που διακρίνεται στη φάση προετοιμασίας και στη φάση υλοποίησης και προσαρμογής. Ιδιαίτερη σημασία έχουν οι μηχανισμοί ταύτισης και διαφοροποίησης με πρόσωπα και απόψεις.

Vroom (1964): Το μοντέλο χαρακτηρίζεται από ιδιαίτερα σύνθετα μαθηματικά και στατιστικά στοιχεία και υπάρχει διάκριση μεταξύ προτίμησης του ατόμου, επιλογής και κατάληξης σε λύση.

Kaldor και Zytowsky (1969): Το μοντέλο αναφέρεται στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Η λήψη της απόφασης εξαρτάται από το σύστημα προτιμήσεων του ατόμου, τα μέσα που διαθέτει εκείνη τη στιγμή και τον βαθμό ικανοποίησης του ατόμου από κάθε πιθανή επιλογή (Σιδηροπούλου-Δημάκου και συν., 2008: 9).

Harren (1979): Ο Harren στηρίχθηκε στη θεωρία των Tiedeman και O'Hara και ασχολήθηκε ιδιαίτερα με τον τρόπο που τα άτομα οδηγούνται στη λήψη των αποφάσεων.

Gati (1986): Το μοντέλου του Gati είναι γνωστό και ως μοντέλο διαδοχικού αποκλεισμού. Το άτομο εξετάζει τις ποιοτικές και ποσοτικές διαστάσεις κάθε εναλλακτικής επιλογής και οδηγείται στον αποκλεισμό κάποιων επιλογών.

3.3 ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥ

Ο σύμβουλος για να μπορέσει επιτυχώς να βοηθήσει τον συμβουλευόμενο πρέπει να έχει φτάσει ο ίδιος σε ένα στάδιο ικανοποιητικής προσωπικής ανάπτυξης. Καταρχάς, ο σύμβουλος προσεγγίζει πάντα την προβληματική κατάσταση από την πλευρά του συμβουλευόμενου και φροντίζει ώστε να δημιουργηθεί κλίμα ευχάριστο κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας. Με αυτόν τον τρόπο, ο συμβουλευόμενος δεν νιώθει ότι κρίνεται ή τιμωρείται και φανερώνει περισσότερες πτυχές του εσωτερικού του κόσμου. Ουσιαστικά ο σύμβουλος δέχεται τον συμβουλευόμενο όπως ακριβώς είναι, στο σύνολό του (άνευ όρων αποδοχής), χωρίς να προσπαθεί να αγνοήσει τα δύσκολα σημεία που συνήθως προκύπτουν, αλλά δεν συγκεντρώνει την προσοχή του ούτε σε συγκεκριμένες συμπεριφορές, αφού οι δυσκολίες προκύπτουν από το σύνολο της προσωπικότητας του ατόμου (Κασσωτάκης, 2004).

Ένα ερώτημα που δημιουργήθηκε σχεδόν από τα πρώτα βήματα εξέλιξης της Συμβουλευτικής είναι αν ο καλός Σύμβουλος γεννιέται ή αν γίνεται. Απλούστερα, αν το να λειτουργήσει ένα πρόσωπο αποτελεσματικά σε αυτόν τον ρόλο είναι περισσότερο συνάρτηση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητάς του ή συνάρτηση της ειδικής εκπαίδευσης και κατάρτισής του. Γνωρίζουμε από έρευνες ότι ο Σύμβουλος και κατ' επέκταση η θεραπευτική σχέση που θα συνάψει με τον συμβουλευόμενο καθορίζουν κατά ένα μεγάλο μέρος την έκβαση της συμβουλευτικής διαδικασίας, άρα τα χαρακτηριστικά του επαγγελματία επηρεάζουν σημαντικά τη δουλειά του (Δημητρόπουλος, 2005).

Ο σύμβουλος βοηθά τον συμβουλευόμενο να συνειδητοποιήσει και να ικανοποιήσει τις ανάγκες του ώστε να επιλύσει τα προβλήματά του με την καλύτερη για τον ίδιο τον συμβουλευόμενο λύση. Με δεδομένη τη μοναδικότητα του κάθε ατόμου, ο Σύμβουλος δεν υιοθετεί μια γενικευμένη συμπεριφορά για όλες τις περιπτώσεις. Οι δεξιότητες που ο σύμβουλος καλείται να αναπτύξει, εξυπηρετούν τόσο την πρόληψη και τη διάγνωση όσο και τη θεραπεία στη συμβουλευτική παρέμβαση. Η ενθάρρυνση του ατόμου είναι πολύ σημαντική στην συμβουλευτική. Ο σύμβουλος πρέπει να δείχνει εμπιστοσύνη στον συμβουλευόμενο, να τον τονίζει την αξία και τη μοναδικότητά του, να τον προτρέπει να λάβει αποφάσεις μετά από ώριμη σκέψη και παράλληλα να μην υποτιμά τη σοβαρότητα της προβληματικής

κατάστασης. Ο συμβουλευόμενος ανοίγεται στον σύμβουλο εφόσον νιώσει ότι υπάρχει κάποιος που τον πιστεύει, τον καταλαβαίνει, συμερίζεται το πρόβλημά του και προσπαθεί από κοινού μαζί του. Ο σύμβουλος επομένως πρέπει να διακατέχεται από ενσυναίσθηση, να εμπνέει εχεμύθεια, εμπιστοσύνη και να αποδέχεται άνευ όρων το πρόβλημα του συμβουλευόμενου (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2012).

Απαραίτητη προϋπόθεση είναι βέβαια ο συμβουλευόμενος να έχει αποφασίσει να συμμετέχει στη διαδικασία της συμβουλευτικής και να είναι ανοιχτός σε αλλαγές, παρά τις όποιες γνωστικές ή/και συναισθηματικές συγκρούσεις που δημιουργούν δυσφορία και περιορίζουν τις δυνατότητες του ατόμου (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2012). Ο σύμβουλος αναμένει ότι ο συμβουλευόμενος θα αλλάξει ως αποτέλεσμα της εφαρμογής διαφόρων τεχνικών ή χρήσης συγκεκριμένων μεθόδων και γι' αυτό επιμένει έντονα στην ενεργητική συμμετοχή του. Ο σύμβουλος δείχνοντας κατανόηση εις βάθος προσπαθεί να αναπτύξει σχέση εντιμότητας, κατανόησης και εμπιστοσύνης (Κασσωτάκης, 2004).

Ο αποτελεσματικός Σύμβουλος έχει δική του ταυτότητα χωρίς όμως αυτή να επισκιάζει ή να παρεμβαίνει στο ρόλο του. Σέβεται και εκτιμά τον εαυτό του και έχει πάθος για τη ζωή, ενώ δεν ξεχνά το χιούμορ. Δείχνει ενσυναίσθητη κατανόηση των νοημάτων, των σκέψεων, των συναισθημάτων και των βιωμάτων του άλλου και του εσωτερικού του κόσμου, χωρίς όμως να χάνεται μέσα σ' αυτόν, προσεγγίζει τις εκφρασμένες ιδέες και στάσεις από την οπτική του ατόμου, αισθάνεται πώς τις νιώθει εκείνο, μπαίνει στο δικό του πλαίσιο αναφοράς σε σχέση με το θέμα του. Κατέχει αποτελεσματικές διαπροσωπικές δεξιότητες και μπορεί να κρατήσει υγιή όρια στις σχέσεις του με τους άλλους (Σταλίκας, 2012; Μαλικιώση-Λοΐζου, 2012; Δημητρόπουλος 2005; Mcleod, 2005).

Τέλος, ο Σύμβουλος είναι επαγγελματικά καταρτισμένος, γνωρίζει θεωρητικά και πρακτικά το αντικείμενό του, είναι άνθρωπος, έχει την ικανότητα της συνεχούς εξέλιξης και αναπροσαρμογής, έχει την ικανότητα και τη θέληση να βοηθά τον άνθρωπο, διαθέτει νοημοσύνη τουλάχιστον στο επίπεδο του μέσου ατόμου, είναι αυθόρμητο άτομο, είναι ευέλικτος και ευπροσάρμοστος, δείχνει ενδιαφέρον για τον συνάνθρωπο, αποδέχεται τις αδυναμίες του άλλου και κατανοεί τα προβλήματά του (Σταλίκας, 2012)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

4.1 ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η ερευνητική μεθοδολογία αναφέρεται στον σχεδιασμό και την εφαρμογή της έρευνας, η οποία έχει ως αντικειμενικό σκοπό την διασφάλιση της συλλογής των κατάλληλων δεδομένων τόσο σε όρους αξιοπιστίας όσο και εγκυρότητας. Προκειμένου να συλλεχθούν αξιόπιστα δεδομένα είναι επιτακτική ανάγκη η κατάλληλη σχεδίαση του εργαλείου συλλογής δεδομένων, αλλά πρωτίστως η επιλογή της κατάλληλης μεθόδου συλλογής δεδομένων. Οι βασικές μέθοδοι συλλογής πρωτογενών δεδομένων είναι η ποσοτική, η ποιοτική έρευνα ή ο συνδυασμός ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας.

Στην επόμενη φάση, θα πρέπει να κατασκευαστεί το κατάλληλο ερευνητικό εργαλείο το οποίο μπορεί να βασίζεται σε προηγούμενες έρευνες από την διαθέσιμη βιβλιογραφία. Παράλληλα, θα πρέπει ξεκάθαρα να συνδέεται με τα ερευνητικά ερωτήματα της έρευνας, προκειμένου να συλλεχθούν τα κατάλληλα δεδομένα.

Η τελευταία απόφαση που εντάσσεται στην ερευνητική μεθοδολογία είναι η επιλογή του κατάλληλου δείγματος (ποιοτικά και ποσοτικά) και του σχεδίου δειγματοληψίας (με ποια διαδικασία θα συλλεχθεί το δείγμα).

Για την πραγματοποίηση της παρούσας έρευνας, προσδιορίστηκε αρχικά το αντικείμενό της, καθορίστηκε το πεδίο της και συντάχθηκε το πλάνο του ερωτηματολογίου με βάση τις ανάγκες της έρευνας και μερικές παρόμοιες δημοσιευμένες συζητήσεις. Έπειτα, συντάχθηκε το ερωτηματολόγιο. Η παρούσα έρευνα διεξήχθη εντός χρονικού διαστήματος δύο (2) μηνών. Η επεξεργασία των στοιχείων της έρευνας και η κατάρτιση των διαγραμμάτων, έγινε σε ηλεκτρονικό υπολογιστή μέσω της χρήσης του στατιστικού προγράμματος (SPSS). Με τη βοήθεια του προγράμματος αυτού πραγματοποιήθηκε η παρουσίαση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας.

Η αξιοπιστία και η εγκυρότητα της έρευνας είναι δυο πολύ σημαντικά σημεία μιας ερευνητικής προσπάθειας. Η διασφάλιση της αξιοπιστίας και της εγκυρότητας σε μια έρευνα εξασφαλίζει και τα ορθά αποτελέσματα της.

Μελετώντας αυτούς τους όρους αναλυτικότερα, η αξιοπιστία σχετίζεται με το βαθμό που μια έρευνα μπορεί να επαναληφθεί. Σύμφωνα με τον Bryman (2008), η επανάληψη μιας έρευνας έχει άμεση σχέση με την λεπτομερή περιγραφή που κάνει ο ερευνητής σχετικά με την ερευνητική του μεθοδολογία. Μπορεί να ισχυριστεί ότι το συγκεκριμένο σημείο εφαρμόζεται στην παρούσα πτυχιακή εργασία, καθώς υπάρχει μια εκτενής αναφορά στην ερευνητική μεθοδολογία περιγράφοντας αναλυτικά το κάθε σημείο.

Συνεχίζοντας, ο όρος εγκυρότητα αφορά την ακεραιότητα των αποτελεσμάτων τα οποία παράγονται από μια έρευνα. Σύμφωνα με τους Cohen et al. (2007), η εγκυρότητα έχει άμεση σχέση με το γεγονός εάν ένα συγκεκριμένο μέτρο μετράει στην πραγματικότητα αυτό που ισχυρίζεται ότι μετράει. Αυτό το γεγονός μπορεί να πάρει πολλές μορφές και περιλαμβάνει διάφορες παραμέτρους. Μια από τις σημαντικές παραμέτρους της εγκυρότητας αφορά το εάν ένα μέτρο αξιολόγησης το οποίο έχει κατασκευαστεί για τη μέτρηση μιας ιδέας πραγματοποιεί στην πράξη το σκοπό του. Δηλαδή, εάν ένα μέτρο αξιολόγησης μετράει στην πραγματικότητα αυτό για το οποίο έχει σχεδιαστεί. Στην παρούσα πτυχιακή εργασία η συγκεκριμένη παράμετρος καλύπτεται καθώς τα μέτρα αξιολόγησης έχουν χρησιμοποιηθεί και στο παρελθόν και σε άλλες ερευνητικές προσπάθειες για τη μέτρηση των ίδιων εννοιών. Αυτό απέτρεψε το γεγονός να υπάρχουν ασάφειες ή έλλειψη κατανόησης του περιεχομένου του μέτρου αξιολόγησης και συνεπώς οι απαντήσεις τους να μην είναι αντιπροσωπευτικές.

Η τήρηση των δεοντολογικών ζητημάτων σε μια ερευνητική διαδικασία σχετίζεται απευθείας με την ακεραιότητα της έρευνας και των αρχών που περιλαμβάνει. Σύμφωνα με τον Bryman (2008), για τη διαφύλαξη του συγκεκριμένου ζητήματος κάθε έρευνα θα πρέπει να μπορεί να απαντήσει τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Βλάπτω τους συμμετέχοντες;
- Έχω διασφαλίσει την ενημερωμένη συγκατάθεση των συμμετεχόντων;
- Παραβιάζω τα ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα;
- Εξαπατώ τους συμμετέχοντες;

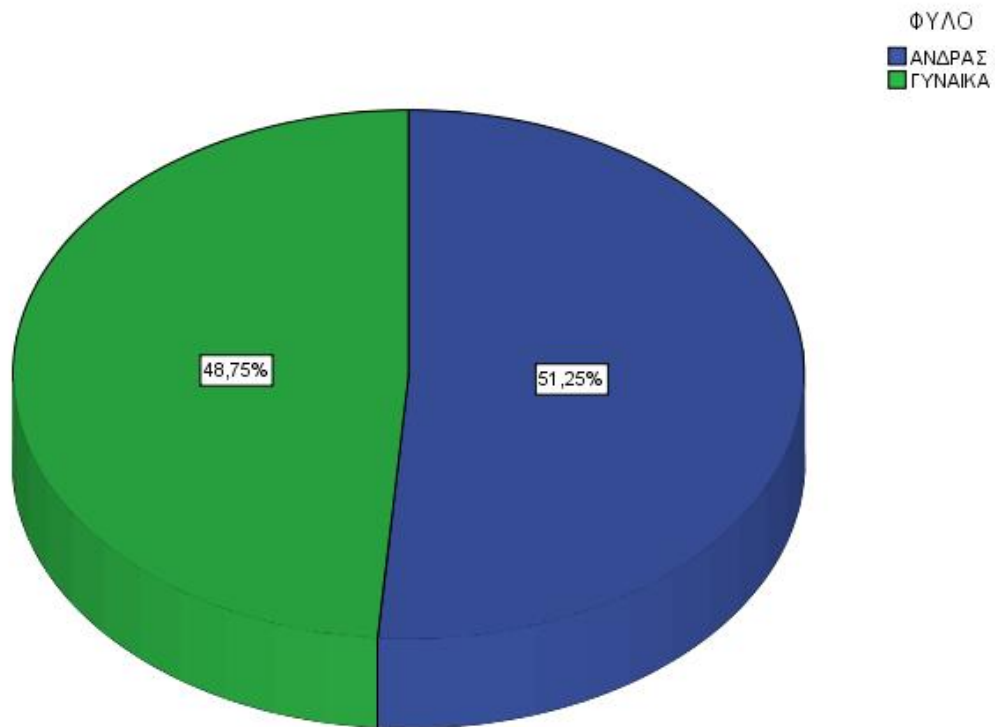
Η παρούσα πτυχιακή εργασία διασφαλίζει την ηθική της ερευνητικής διαδικασίας. Αυτό τεκμηριώνεται με το γεγονός ότι τα δεδομένα που καταγράφηκαν

παρουσιάζονται ανώνυμα και με τέτοιο τρόπο που δεν μπορούν να αναγνωριστούν οι συμμετέχοντες. Ειδικότερα, δεν αναφέρεται πουθενά το πραγματικό τους όνομα, ούτε ο συγκεκριμένος τόπος διαμονής τους. Τα μόνα προσωπικά στοιχεία που αναφέρονται είναι το φύλο και η ηλικία, τα οποία είναι σημαντικά στοιχεία για την μέτρηση και την παρουσίαση των αποτελεσμάτων. Συνεπώς, μπορεί να ισχυριστεί ότι δεν παραβιάζονται τα ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα ούτε υπάρχει περίπτωση επιβλαβών συνεπειών.

Η παρούσα έρευνα είναι ποσοτική και διεξήχθη σε διάστημα δύο μηνών. Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν στον φοιτητικό πληθυσμό του Ίνστιτούτου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Δυτικής Ελλάδας. Ο αριθμός των ερωτηματολογίων που μοιράστηκαν ήταν 100. Τα αποτελέσματα της ερευνητικής αυτής προσπάθειας παρατίθενται παρακάτω.

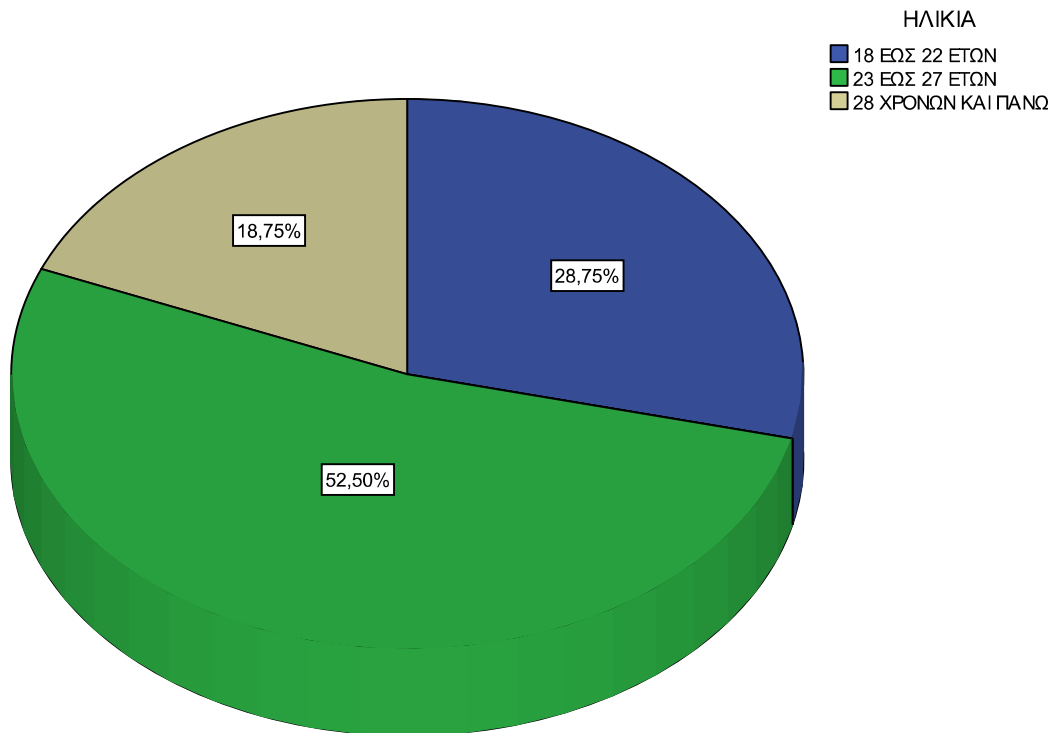
4.2 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

Ερώτηση 1^η: Φύλο:



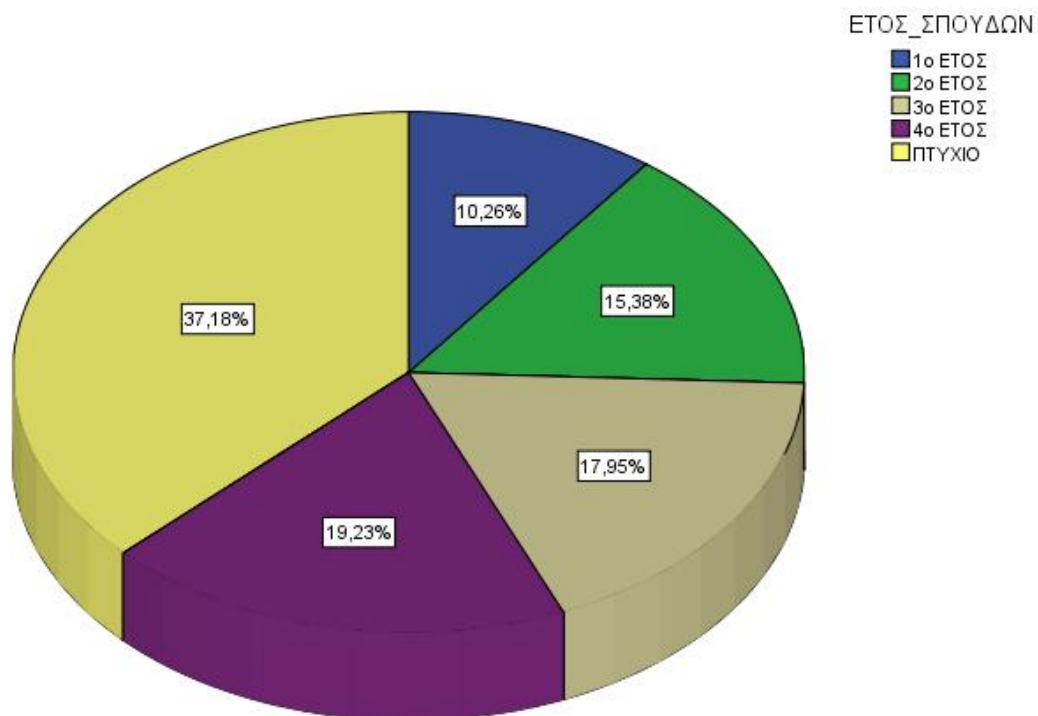
Το δείγμα της έρευνας μας αποτελείται 51,25% από άνδρες και 48,75% από γυναίκες.

Ερώτηση 2^η: Ηλικία:



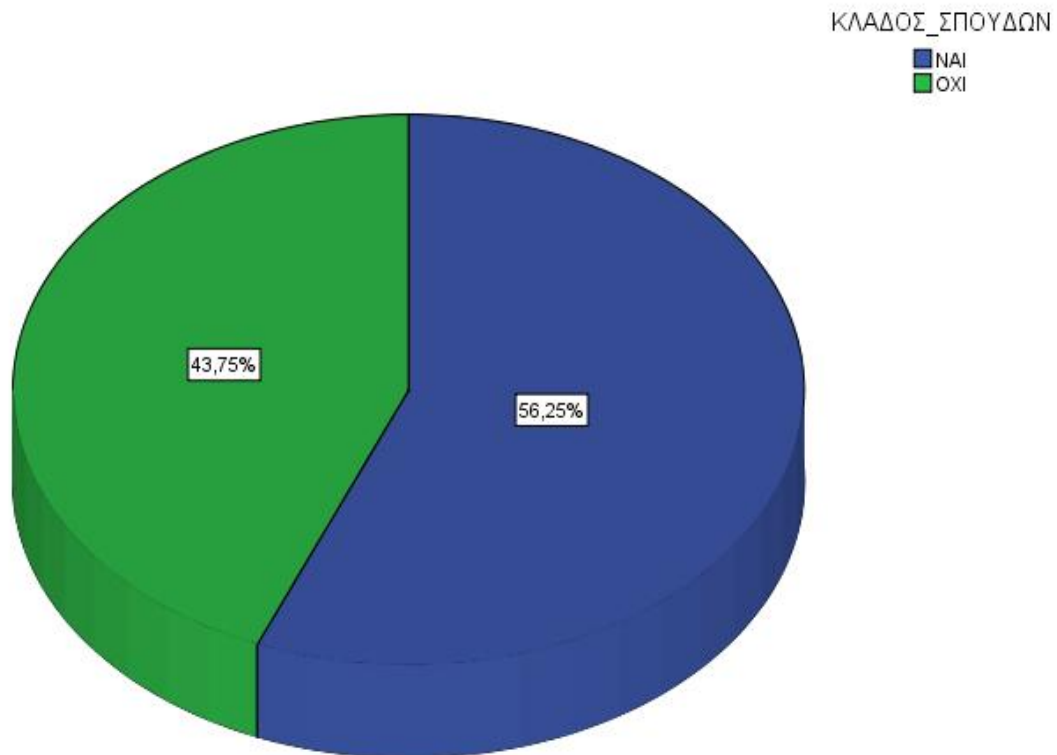
Η ηλικία του δείγματος της έρευνας μας αφορά 52,50% από 23 έως 27 ετών, 28,75% από 18 έως 22 ετών και τέλος 18,75% είναι 28 ετών και άνω.

Ερώτηση 3^η: Έτος σπουδών:



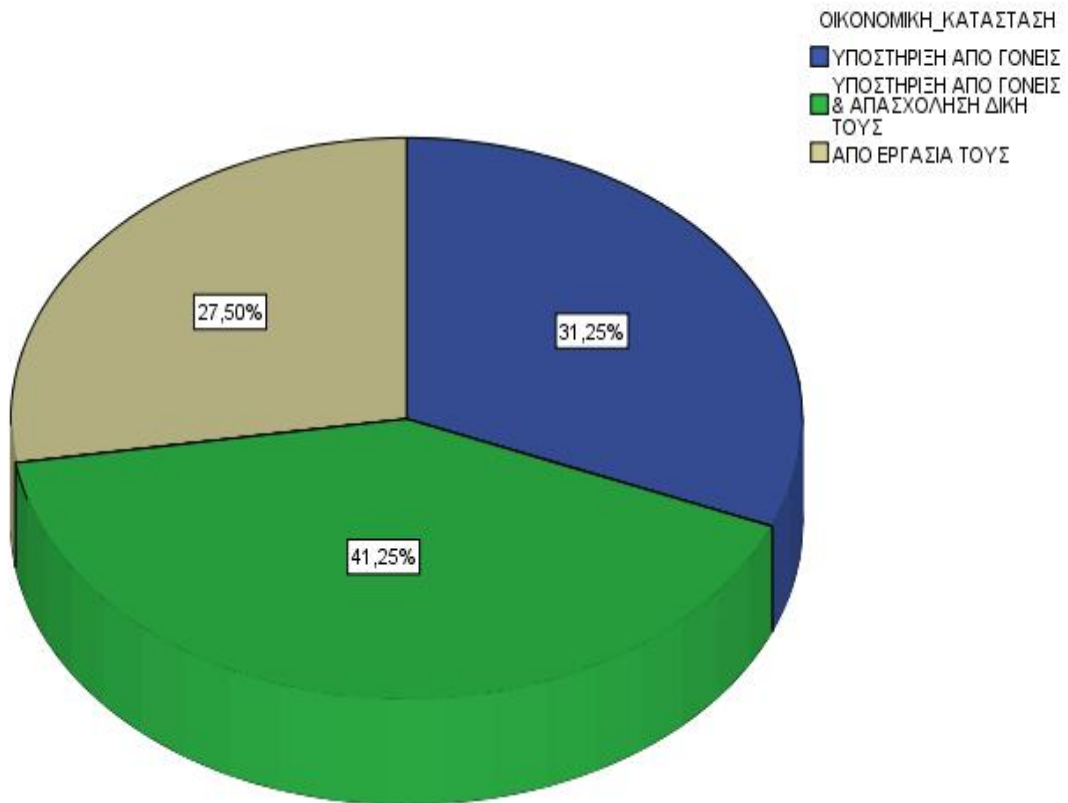
Στην παραπάνω ερώτηση το 37,18% απάντησε στο πτυχίο, το 19,23% απάντησε στο τέταρτο έτος, το 17,95% απάντησε στο τρίτο έτος, το 15,38% απάντησε στο δεύτερο έτος και τέλος το υπόλοιπο 10,26% απάντησε στο πρώτο έτος.

Ερώτηση 4^η: Ακολουθείτε τον κλάδο σπουδών που επιθυμείτε;



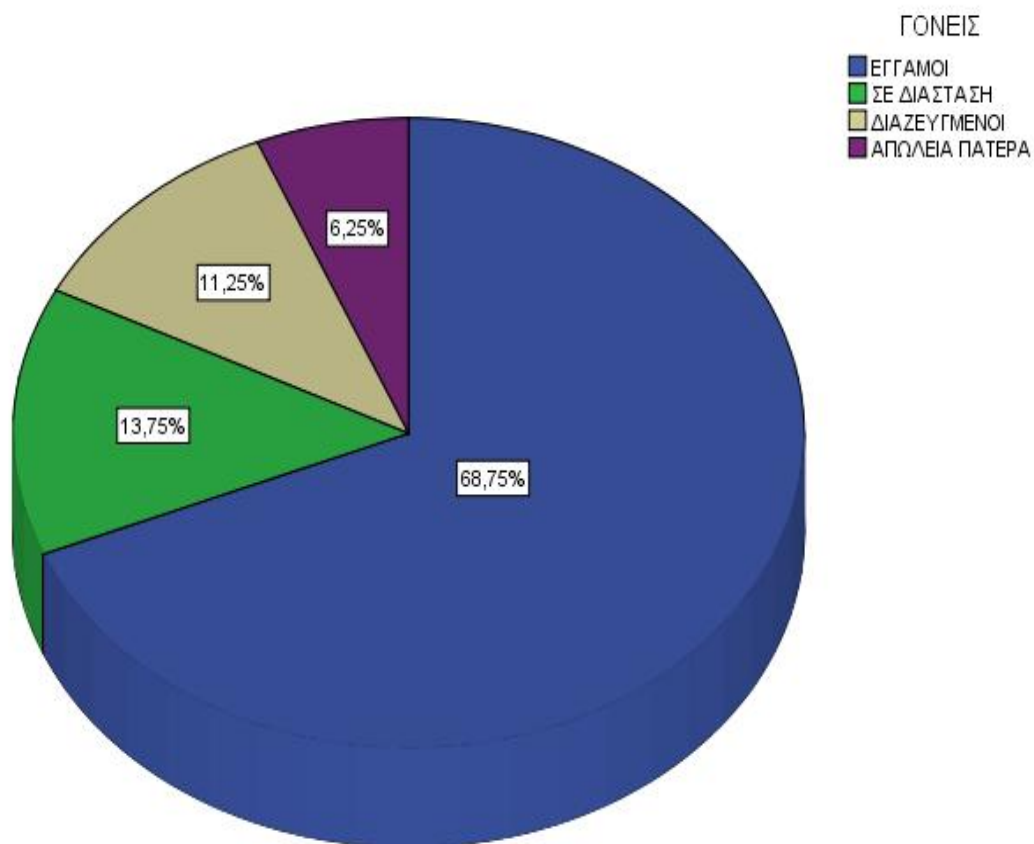
Στην παραπάνω ερώτηση το 56,25% απάντησε ναι και το υπόλοιπο 43,75% απάντησε όχι.

Ερώτηση 5^η: Η οικονομική σας κατάσταση:



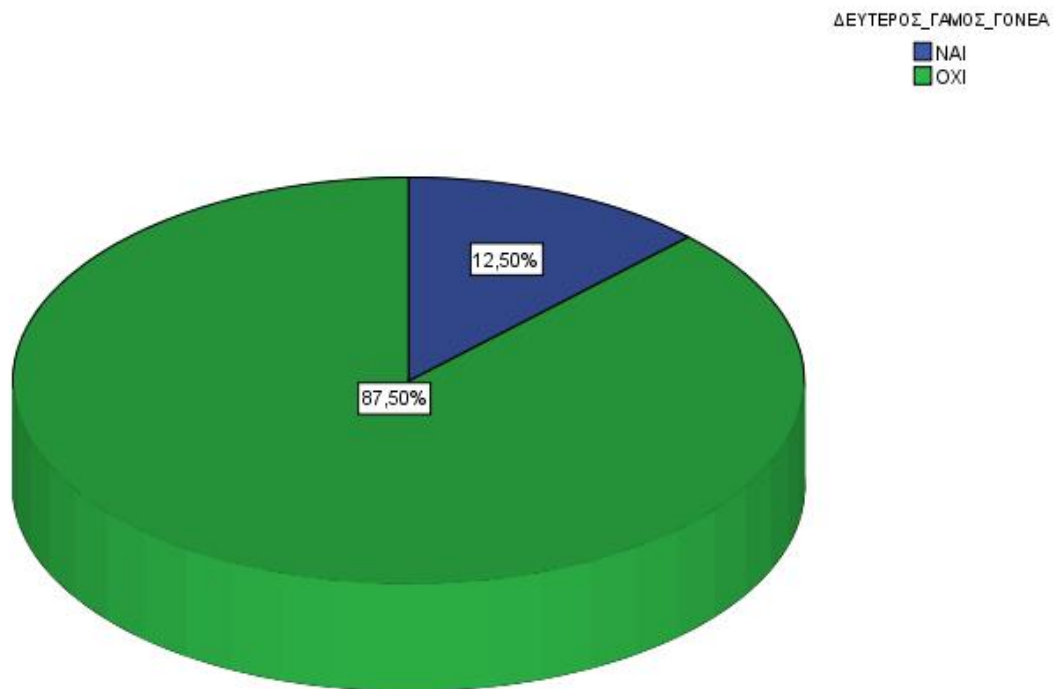
Στην παραπάνω ερώτηση το 41,25% απάντησε πως έχει υποστήριξη από τους γονείς, το 31,25% απάντησε πως έχει υποστήριξη από τους γονείς και ταυτόχρονα δική τους απασχόληση και τέλος το υπόλοιπο 27,50% απάντησε πως στηρίζεται στην δική του εργασία.

Ερώτηση 6^η: Οι γονείς είναι:



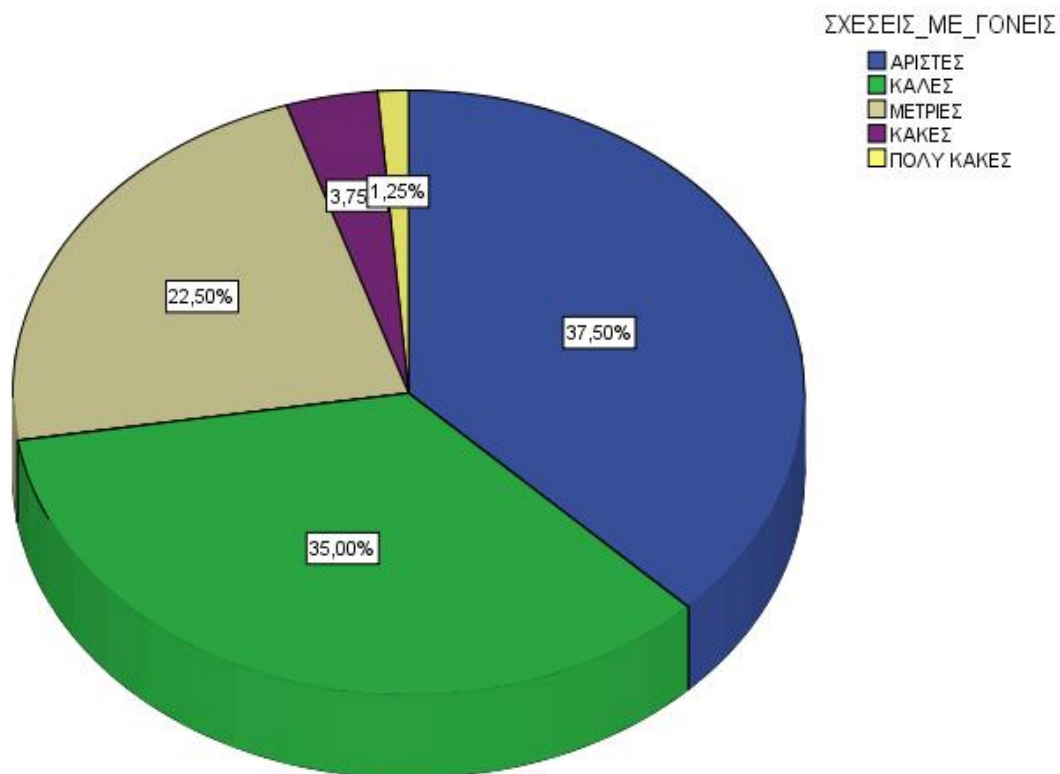
Στην παραπάνω ερώτηση το 68,75% απάντησε έγγαμοι, το 13,75% απάντησε σε διάσταση, το 11,25% απάντησε διαζευγμένοι και τέλος το υπόλοιπο 6,25% δηλώνει απώλεια του πατέρα.

Ερώτηση 7^η: Έχει παντρευτεί ξανά κάποιος από τους γονείς σας;



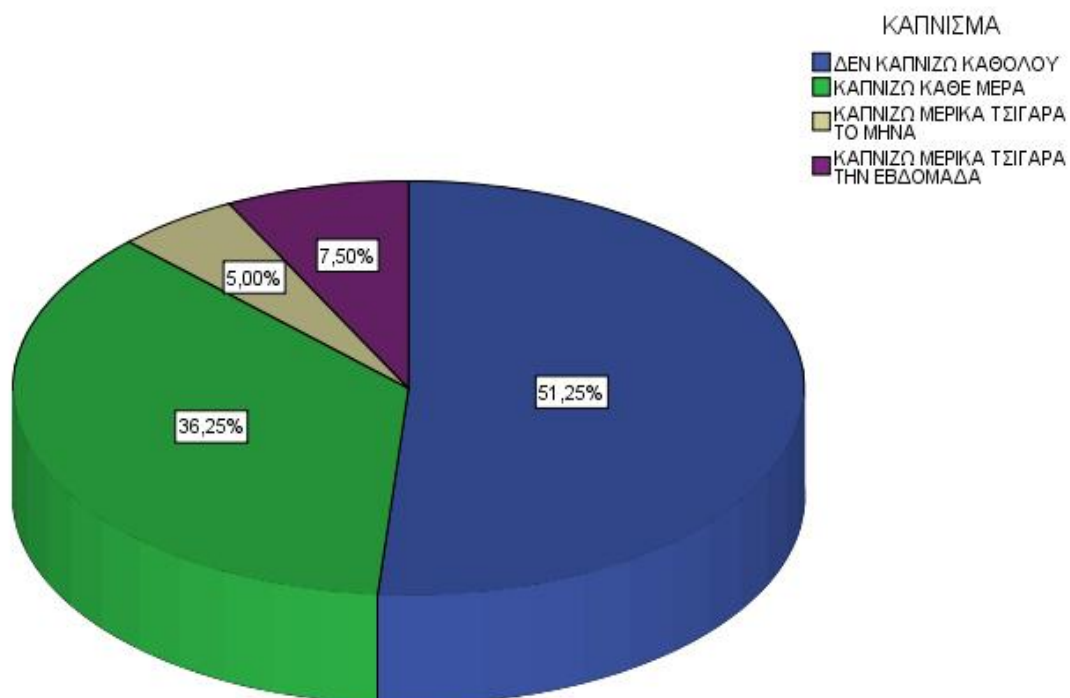
Στην παραπάνω ερώτηση το 87,50% απάντησε όχι και το υπόλοιπο 12,50% απάντησε ναι.

Ερώτηση 8^η: Πώς θα χαρακτηρίζατε τις σχέσεις με την οικογένεια σας;



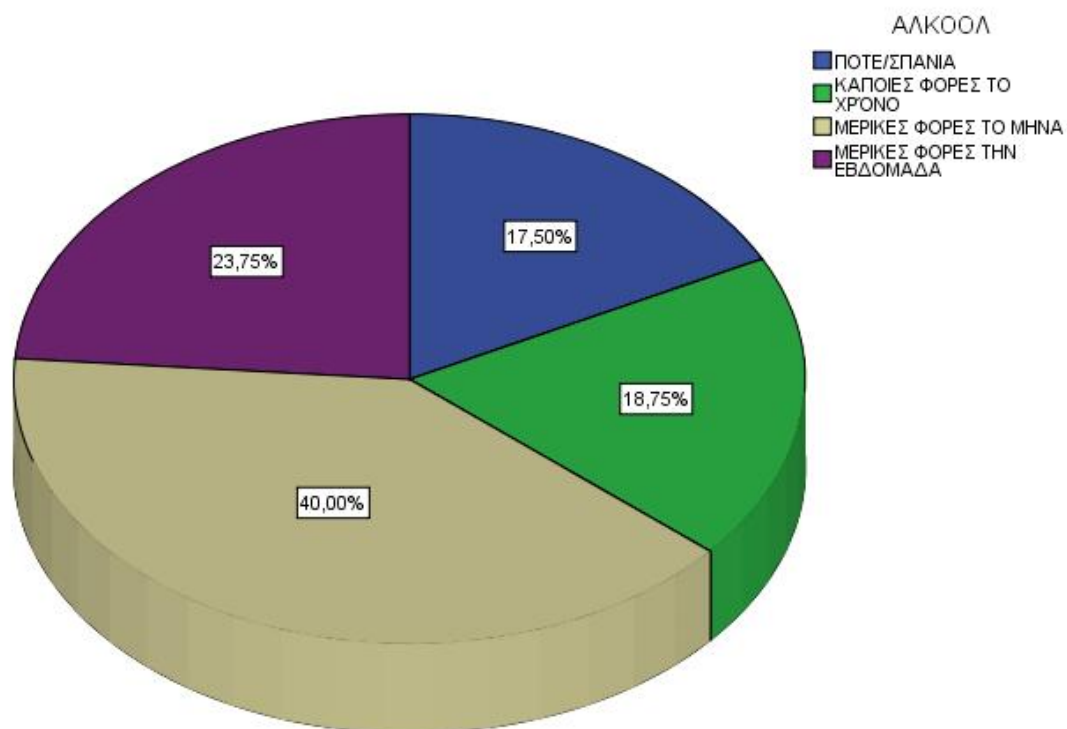
Στην παραπάνω ερώτηση το 37,50% απάντησε άριστες, το 35% απάντησε καλές, το 22,50% απάντησε μέτριες, το 3,75% απάντησε κακές και τέλος το υπόλοιπο 1,25% απάντησε πολύ κακές.

Ερώτηση 9^η: Πόσα τσιγάρα καπνίζετε;



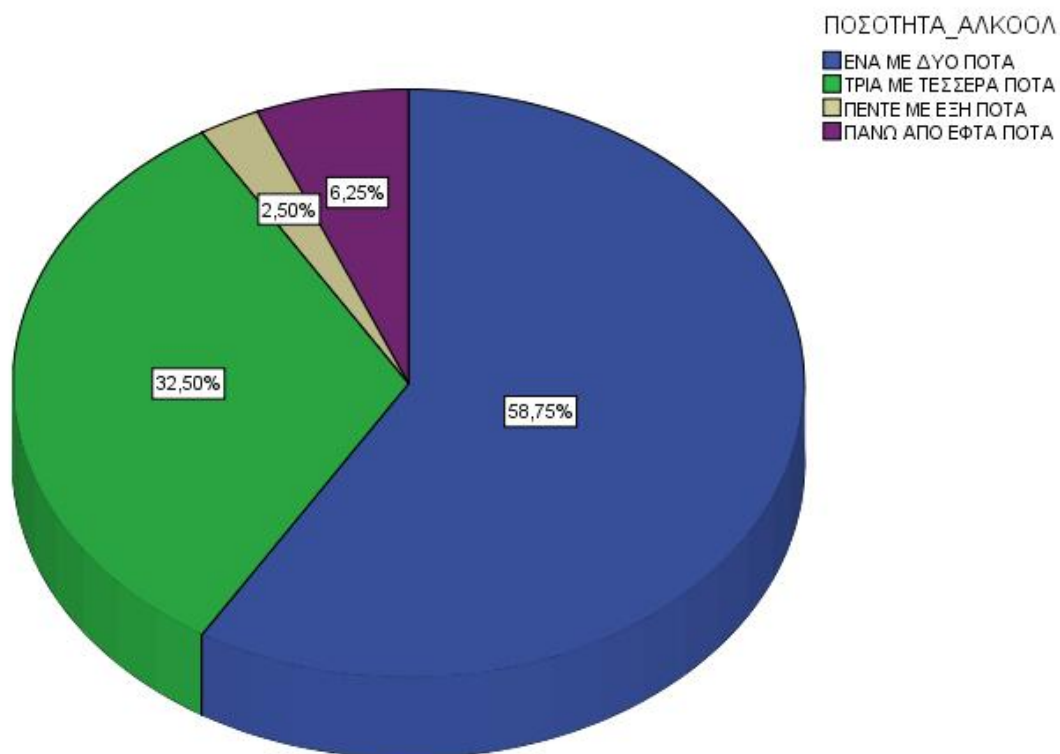
Στην παραπάνω ερώτηση το 51,25% απάντησε δεν καπνίζω καθόλου, το 36,25% απάντησε καπνίζω κάθε μέρα, το 7,50% απάντησε καπνίζω μερικά τσιγάρα την εβδομάδα και τέλος το υπόλοιπο 5% απάντησε καπνίζω μερικά τσιγάρα το μήνα.

Ερώτηση 10^η: Πόσο συχνά καταναλώνετε αλκοόλ;



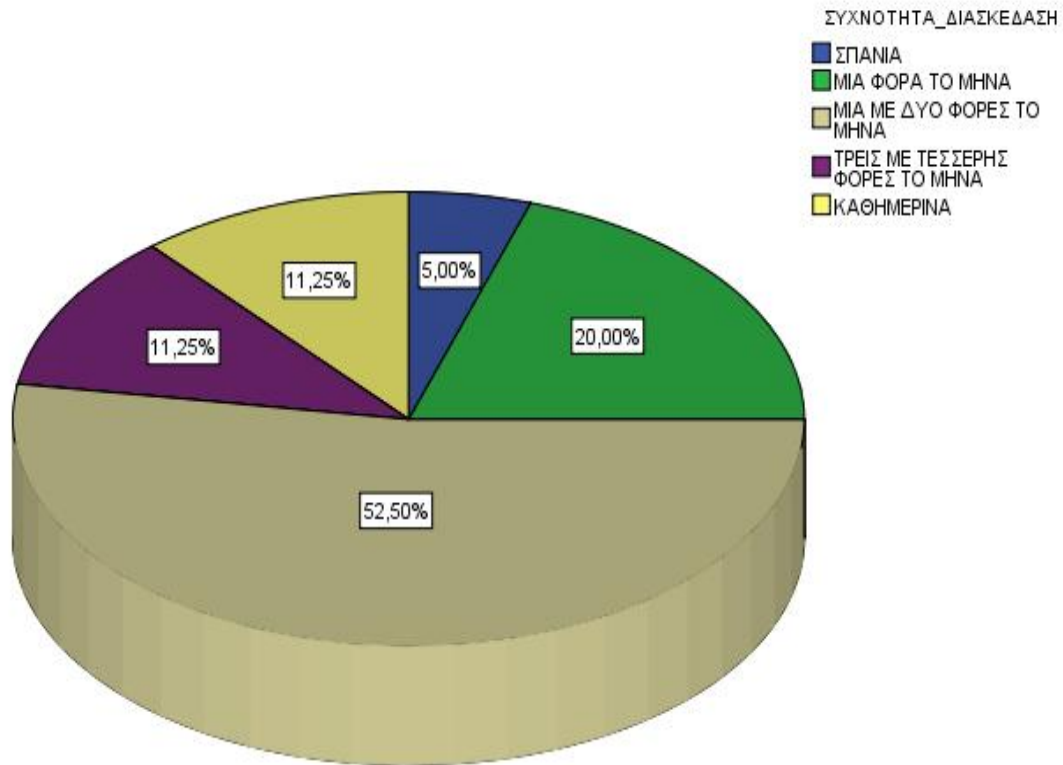
Στην παραπάνω ερώτηση το 40% απάντησε μερικές φορές το μήνα, το 23,75% απάντησε μερικές φορές την εβδομάδα, το 18,75% απάντησε κάποιες φορές τον χρόνο, και το υπόλοιπο 17,50% απάντησε ποτέ/σπάνια.

Ερώτηση 11^η: Όταν καταναλώνετε αλκοόλ, συνήθως όσα ποτά πίνετε την φορά;



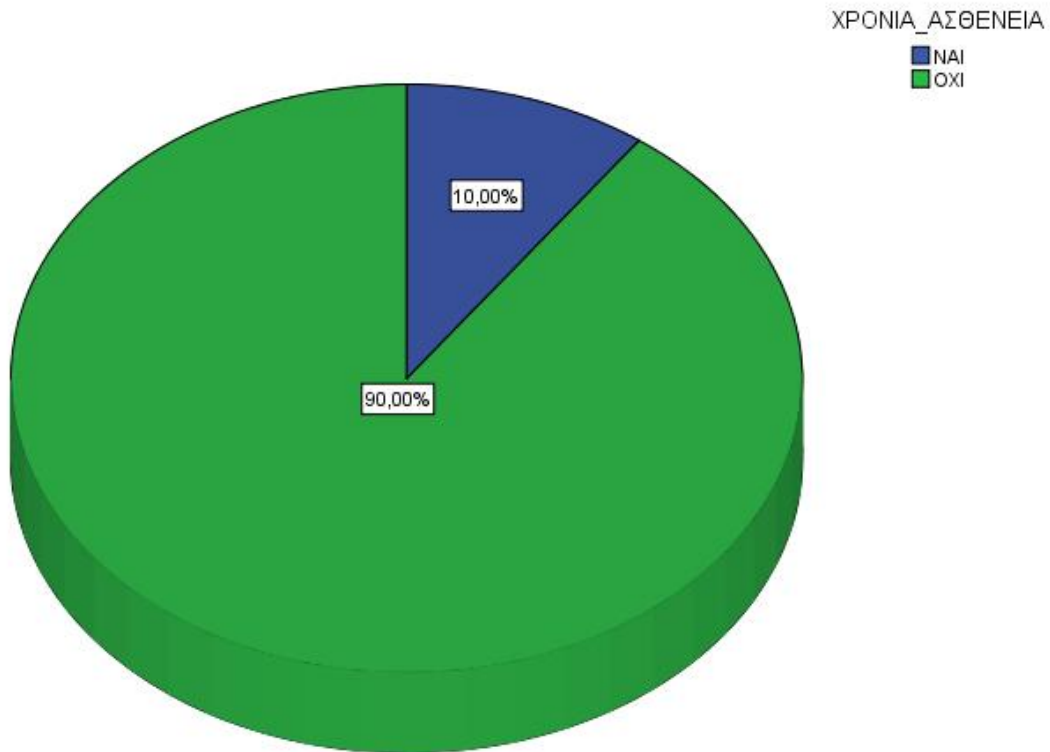
Στην παραπάνω ερώτηση το 58,75% απάντησε ένα με δυο ποτά, το 32,50% απάντησε τρία με τέσσερα ποτά, το 6,25% απάντησε πάνω από εφτά ποτά και τέλος το υπόλοιπο 2,50% απάντησε πέντε με έξι ποτά.

Ερώτηση 12^η: Πόσο συχνά βγαίνετε έξω για διασκέδαση; (για καφέ, κλαμπ, κλπ.)



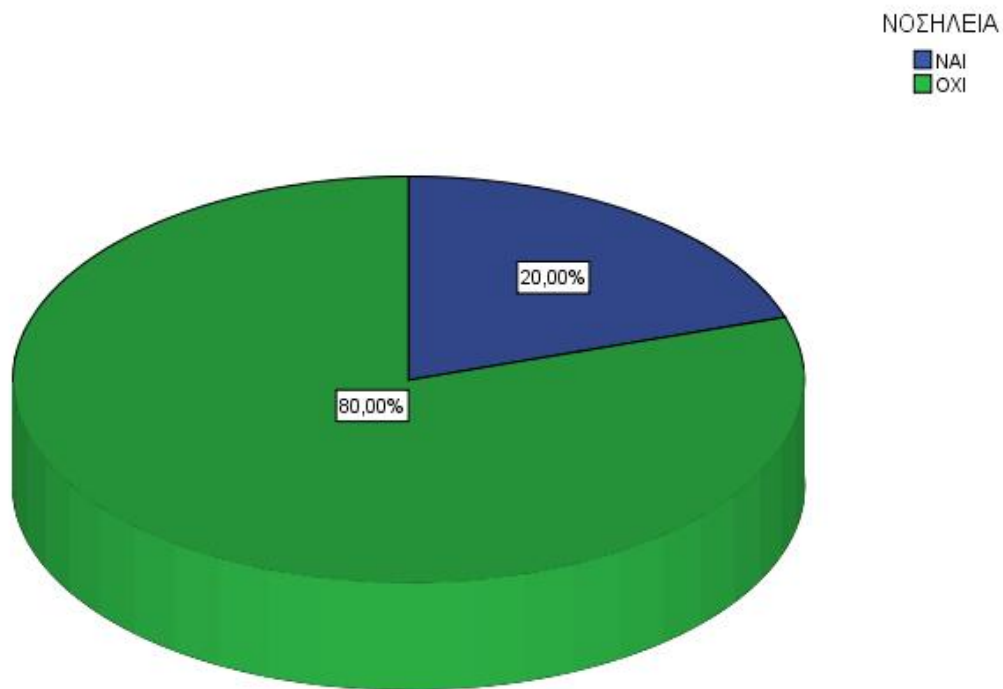
Στην παραπάνω ερώτηση το 52,50% απάντησε μια με δυο φορές το μήνα, το 20% απάντησε μια φορά το μήνα, το 11,25% απάντησε καθημερινά επίσης το 11,25% απάντησε τρεις με τέσσερις φορές το μήνα και τέλος το υπόλοιπο 5% απάντησε σπάνια.

Ερώτηση 13^η: Υποφέρετε από κάποια χρόνια ασθένεια, σωματική ή ψυχική (δηλαδή ασθένεια για την οποία πρέπει να σας παρακολουθεί συχνά γιατρός ή για την οποία χρειάζεται να παίρνετε φάρμακα), ή έχετε κάποια αναπηρία;



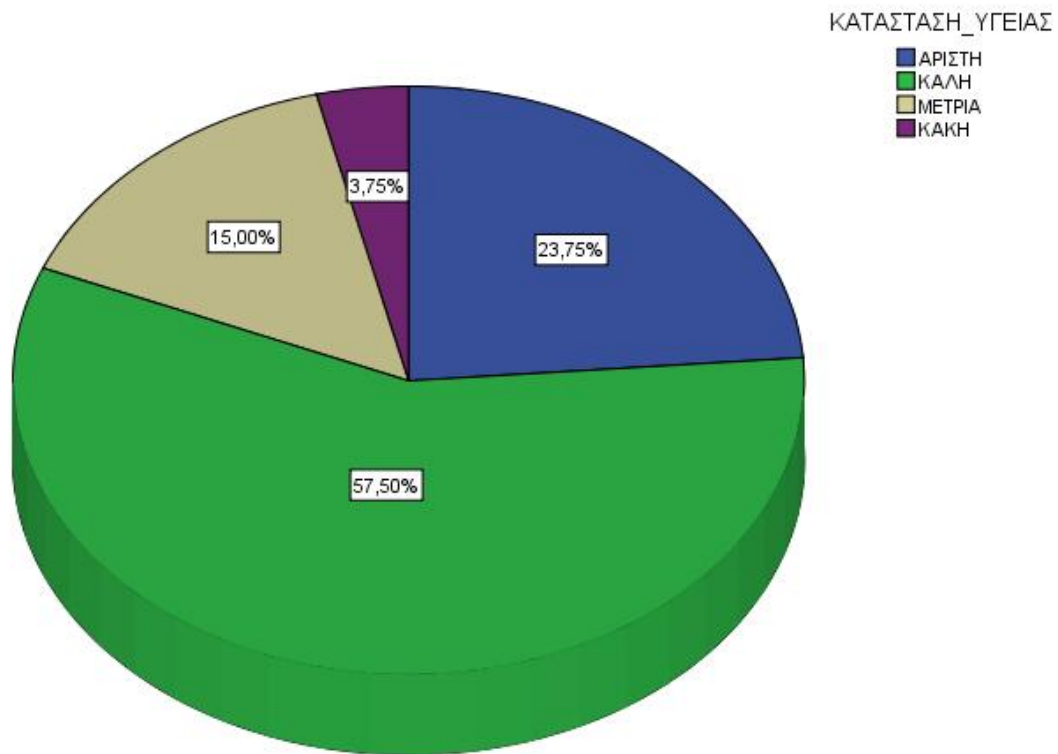
Στην παραπάνω ερώτηση το 90% του δείγματος απάντησε όχι και το υπόλοιπο 10% απάντησε ναι.

Ερώτηση 14^η: Έχετε νοσηλευτεί ποτέ στο νοσοκομείο για σοβαρά προβλήματα υγείας;



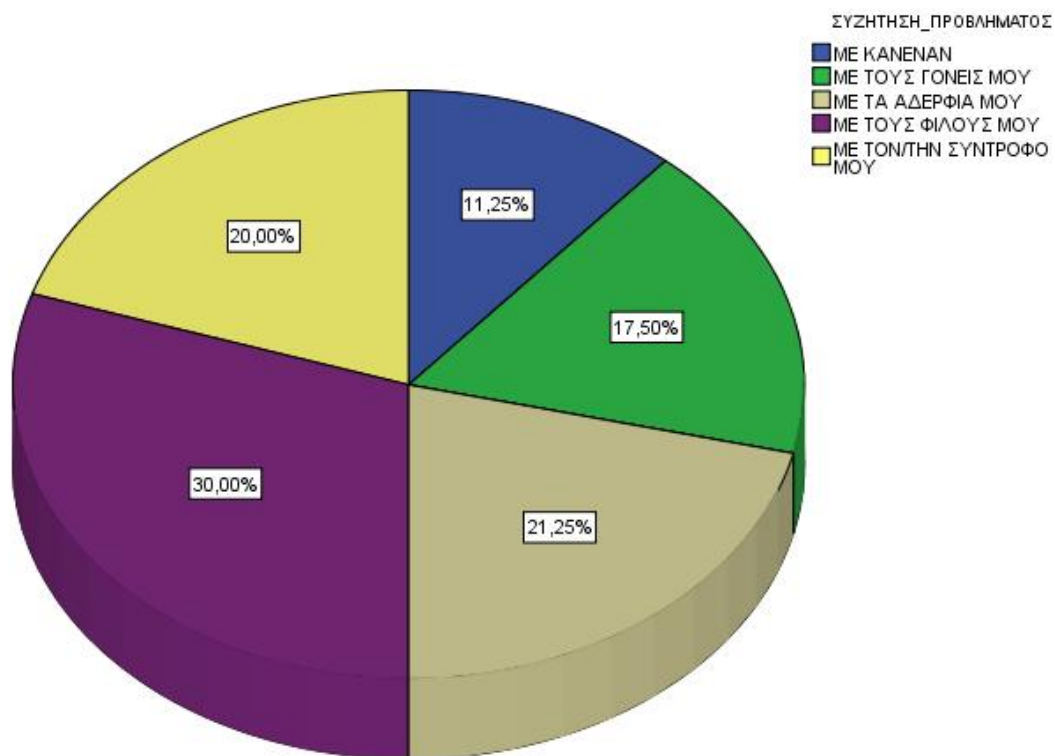
Στην παραπάνω ερώτηση το 80% του δείγματος απάντησε όχι και το υπόλοιπο 20% απάντησε ναι.

Ερώτηση 15^η: Πως θα αξιολογούσατε γενικότερα την κατάσταση της υγείας σας τον τελευταίο χρόνο;



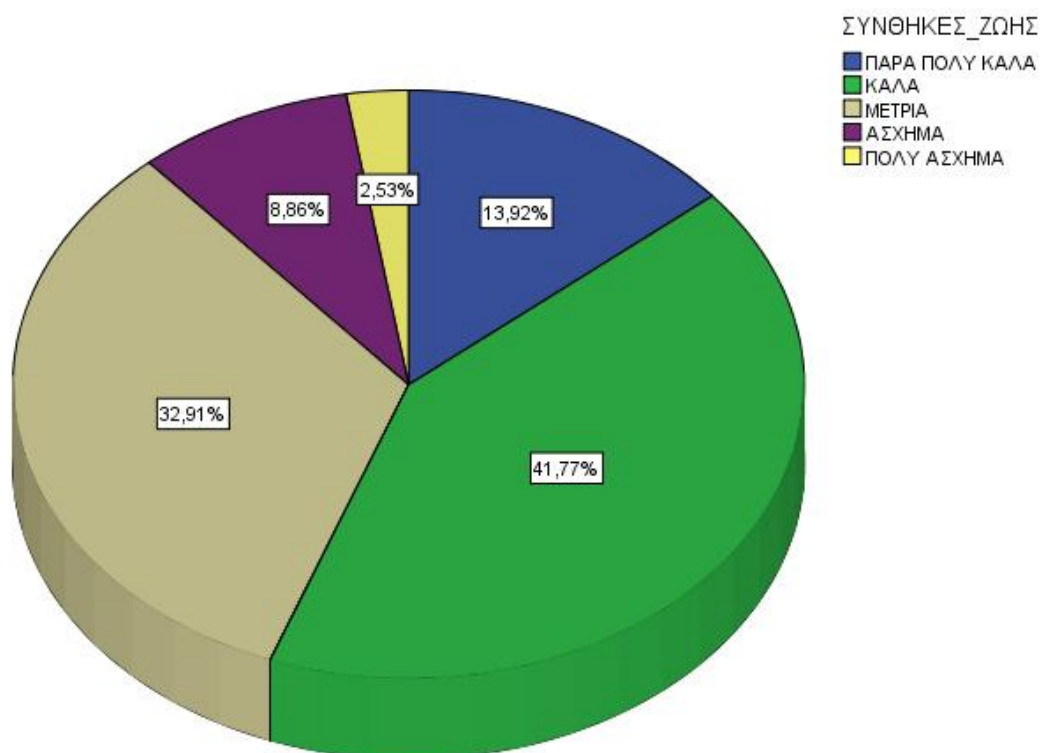
Στην παραπάνω ερώτηση το 57,50% απάντησε καλή, το 23,75% απάντησε άριστη, το 15% απάντησε μέτρια και τέλος το υπόλοιπο 3,75% απάντησε κακή.

Ερώτηση 16^η: Αν έχετε κάποιο πρόβλημα που σας απασχολεί με ποιόν το συζητάτε συνήθως;



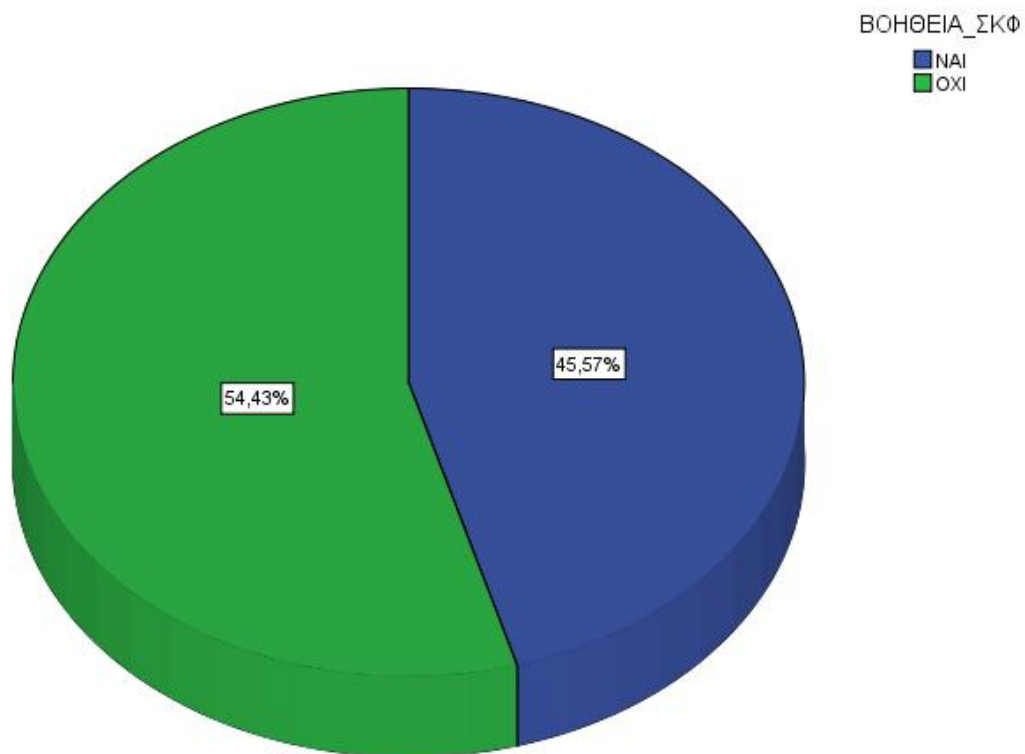
Στην παραπάνω ερώτηση το 30% απάντησε με τους φίλους μου, το 21,25% απάντησε με τα αδέλφια μου, το 20% απάντησε με τον/την σύντροφο μου, το 17,50% απάντησε με τους γονείς μου και τέλος το υπόλοιπο 11,25% απάντησε με κανέναν.

Ερώτηση 17^η: Γενικότερα πως θα αξιολογούσατε τα συναισθήματα σας γύρω από τις συνθήκες ζωής σας ως φοιτητής/τρια;



Στην παραπάνω ερώτηση το 41,77% απάντησε καλά, το 32,91% απάντησε μέτρια, το 13,92% απάντησε πάρα πολύ καλά, το 8,86% απάντησε άσχημα και τέλος το υπόλοιπο 2,53% απάντησε πολύ άσχημα.

Ερώτηση 18^η: Θα ζητούσατε τη βοήθεια ενός ειδικού σε ένα Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών;



Στην παραπάνω ερώτηση το 54,43% απάντησε όχι και το υπόλοιπο 45,57% απάντησε ναι.

Ερώτηση 19^η: Αισθάνεσαι εντελώς καλά και απολύτως υγιής;

Πίνακας 1: ΑΙΣΘΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	1	1,3
ΣΠΑΝΙΑ	1	1,3
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	13	16,3
ΣΥΧΝΑ	47	58,8
ΠΑΝΤΑ	18	22,5
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 58,8% απάντησε συχνά, το 22,5% απάντησε πάντα, το 16,3% απάντησε μερικές φορές, το 1,3% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 1,3% απάντησε σπάνια.

Ερώτηση 20^η: Νιώθεις την ανάγκη για κάτι τονωτικό; (π.χ. βιταμίνες)

Πίνακας 2: ΧΡΗΣΗ_ΤΟΝΩΤΙΚΟΥ

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	9	11,3
ΣΠΑΝΙΑ	29	36,3
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	24	30,0
ΣΥΧΝΑ	15	18,8
ΠΑΝΤΑ	3	3,8
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 36,3% απάντησε σπάνια, το 30% απάντησε μερικές φορές, το 18,8% απάντησε συχνά, το 11,3% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 3,8% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 21^η: Έχεις αισθανθεί πως είσαι άρρωστος/η;

Πίνακας 3: Αισθάνεστε άρρωστος

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	5	6,3
ΣΠΑΝΙΑ	41	51,3
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	30	37,5
ΣΥΧΝΑ	4	5,0
Σύνολο	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 51,3% απάντησε σπάνια, το 37,5% απάντησε μερικές φορές, το 5% απάντησε συχνά, και τέλος το υπόλοιπο το 6,3% απάντησε ποτέ.

Ερώτηση 22^η: Έχεις ξαγρυπνήσει επειδή ήσουν ανήσυχος/η;

Πίνακας 4: Ξαγρυπνάτε από ανησυχία

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	10	12,5
ΣΠΑΝΙΑ	31	38,8
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	25	31,3
ΣΥΧΝΑ	13	16,3
ΠΑΝΤΑ	1	1,3
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 38,8% απάντησε σπάνια, το 31,3% απάντησε μερικές φορές, το 16,3% απάντησε συχνά, το 12,5% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 1,3% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 23^η: Είσαι οξύθυμος και αρπάζεσαι εύκολα;

Πίνακας 5: Είστε οξύθυμος

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	8	10,0
ΣΠΑΝΙΑ	30	37,5
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	23	28,8
ΣΥΧΝΑ	17	21,3
ΠΑΝΤΑ	2	2,5
Σύνολο	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 37,5% απάντησε σπάνια, το 28,8% απάντησε μερικές φορές, το 21,3% απάντησε συχνά, το 10% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 2,5% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 24^η: Έχεις αισθανθεί να βρίσκεσαι συνεχώς κάτω από πίεση;

Πίνακας 6: Αισθάνεστε πίεση

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	8	10,0
ΣΠΑΝΙΑ	22	27,5
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	37	46,3
ΣΥΧΝΑ	11	13,8
ΠΑΝΤΑ	2	2,5
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 27,5% απάντησε σπάνια, το 46,3% απάντησε μερικές φορές, το 13,8% απάντησε συχνά, το 10% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 2,5% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 25^η: Φοβάσαι ή πανικοβάλλεσαι χωρίς σοβαρό λόγο;

Πίνακας 7: Φόβος χωρίς σοβαρό λόγο

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	13	16,3
ΣΠΑΝΙΑ	32	40,0
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	23	28,8
ΣΥΧΝΑ	10	12,5
ΠΑΝΤΑ	2	2,5
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 40% απάντησε σπάνια, το 28,8% απάντησε μερικές φορές, το 12,5% απάντησε συχνά, το 16,3% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 2,5% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 26^η: Αισθάνεσαι ικανός/η να παίρνεις αποφάσεις για διάφορα θέματα;

Πίνακας 8: Αισθάνεστε ικανός για σοβαρές αποφάσεις

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΣΠΑΝΙΑ	5	6,3
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	19	23,8
ΣΥΧΝΑ	42	52,5
ΠΑΝΤΑ	14	17,5
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 6,3% απάντησε σπάνια, το 23,8% απάντησε μερικές φορές, το 52,5% απάντησε συχνά, και τέλος το υπόλοιπο 17,5% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 27^η: Σκέφτεσαι πως δεν αξίζεις τίποτα;

Πίνακας 8: Σκέφτεστε ότι δεν αξίζετε τίποτα

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	49	61,3
ΣΠΑΝΙΑ	24	30,0
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	5	6,3
ΣΥΧΝΑ	1	1,3
ΠΑΝΤΑ	1	1,3
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 30% απάντησε σπάνια, το 6,3% απάντησε μερικές φορές, το 1,3% απάντησε συχνά, το 61,3% απάντησε ποτέ και τέλος το υπόλοιπο 1,3% απάντησε πάντα.

Ερώτηση 28^η: Υπήρχαν φορές που ένιωσες πως δεν μπορούσες να κάνεις τίποτα;

Πίνακας 9: Υπήρχαν φορές που αισθανθήκατε πως δεν μπορείτε να κάνετε τίποτα

	Συχνότητα	Ποσοστό
ΠΟΤΕ	24	30,0
ΣΠΑΝΙΑ	35	43,8
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	18	22,5
ΣΥΧΝΑ	3	3,8
ΣΥΝΟΛΟ	80	100,0

Στην παραπάνω ερώτηση το 43,8% απάντησε σπάνια, το 22,5% απάντησε μερικές φορές, το 3,8% απάντησε συχνά, και τέλος το υπόλοιπο το 30% απάντησε ποτέ.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στο δείγμα της παρούσας έρευνας υπερτερούν οι άνδρες ως προς το πλήθος, ηλικιακά το μεγαλύτερο ποσοστό ανήκει στην ηλικία των 23 έως 27 ετών και σχετικά με τα έτη σπουδών, οι περισσότεροι φοιτητές ανήκουν στην ομάδα των «επί πτυχίο φοιτητών». Στο ερώτημα αν ακολουθείτε τον κλάδο σπουδών που επιθυμείτε, το μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε καταφατικά και αυτό είναι πολύ θετικό καθώς ακολουθούν κάτι που έχουν επιλέξει οι ίδιοι.

Όσο αναφορά την οικονομική κατάσταση των φοιτητών, το μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε ότι στηρίζεται σε συνδυασμό τόσο σε δίκη τους εργασία όσο και στην συνδρομή κάποιου ποσοστού από τους γονείς τους. Ακόμα, οι περισσότεροι συμμετέχοντες στην έρευνας ανέφεραν ότι οι γονείς τους είναι έγγαμοι και ως αποτέλεσμα αυτού δεν έχουν κάνει δεύτερο γάμο το οποίο είναι βασικό για την ψυχολογία των φοιτητών και του κάθε ατόμου ξεχωριστά. Όπως επίσης σημαντικό είναι το στοιχείο ότι το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος αναφέρει άριστες σχέσεις με τους γονείς του.

Όσον αφορά το κάπνισμα, πάνω από το 50% του δείγματος δηλώνει ότι δεν καπνίζει καθόλου. Για το αλκοόλ, αναφέρθηκε ότι οι περισσότεροι καταναλώνουν μερικές φορές το μήνα και όσον αφορά την ποσότητα οι περισσότεροι ανέφεραν ένα με δυο ποτά. Σχετικά με την έξοδο, οι περισσότεροι ερωτώμενοι αναφέρουν ότι βγαίνουν για διασκέδαση μια με δύο φορές το μήνα.

Η συντριπτική πλειοψηφία ανέφερε ότι δεν έχει νοσηλευτεί για κάποιο σοβαρό πρόβλημα υγείας και προσδιορίζει την κατάσταση υγείας ως καλή στο μεγαλύτερο ποσοστό.

Σε περίπτωση που ανακύψει κάποιο πρόβλημα υγείας το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος ανέφερε πως το συζητά με τους φίλους τους, και αυτό είναι κάτι που μας προβληματίσε καθώς οι φίλοι είναι συνήθως συνομήλικοι και δεν έχουν την εμπειρία να αντιμετωπίζουν καταστάσεις που μπορεί να θεωρούνται πιο σοβαρές.

Για τις συνθήκες ζωής, το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος τις χαρακτηρίζει ως καλές. Κλείνοντας το πρώτο μέρος τη έρευνας ρωτήθηκαν αν θα ζητήσουν την βοήθεια από κάποιο ειδικό από ένα συμβουλευτικό κέντρο φοιτητών τα ποσοστά έδειχναν να είναι μοιρασμένα, με μικρή διάφορα να προηγείται το ναι, αυτό

θα θέλαμε να αλλάξει και οι φοιτητές να στρέφονται πιο εύκολα σε ειδικούς και στο συμβουλευτικό κέντρο της σχολής τους όταν χρειάζονται βοήθεια και να μην διστάζουν να ζητήσουν την συμβουλή από κάποιον ειδικό.

Όσον αφορά το δεύτερο μέρος της έρευνας το δείγμα υποβλήθηκε σε ερωτήσεις που αφορούσαν συναισθήματα και αντιδράσεις που αφορούσαν το τελευταίο μήνα. Στο πρώτο ερώτημα αυτού του ερευνητικού μέρους αρχικά ρωτήθηκαν αν αισθάνονται υγιείς και το μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε συχνά, για την χρήση κάποιου τονωτικού το μεγαλύτερο ποσοστό ανέφερε πως σπάνια έκανε χρήση τον τελευταίο μήνα. Για τον αν αισθάνονται άρρωστοι το τελευταίο μήνα το μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε σπάνια, όπως και για το αν τον τελευταίο μήνα ξαγρυπνούν από κάποια ανησυχία. Σπάνια ήταν και η απάντηση που επικρατούσε για το αν είναι οξύθυμη και αν αρπάζονται εύκολα για το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος μας. Ακόμη, πίεση ανέφερε ότι νοιώθει μερικές φορές τον τελευταίο μήνα το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος μας. Για φοβίες χωρίς να υπάρχει λόγος τον τελευταίο μήνα το μεγαλύτερο ποσοστό ανέφερε ότι αυτό γίνεται σπάνια. Στο ερώτημα αν αισθάνονται ικανοί για σοβαρές αποφάσεις, το μεγαλύτερο ποσοστό ανέφερε πως αυτό γίνεται συχνά τον τελευταίο μήνα. Ποτέ απάντησε το μεγαλύτερο ποσοστό στο ερώτημα αν αισθάνεται ότι δεν αξίζει τίποτα. Τέλος, στο δεύτερο μέρος της έρευνας ρωτήθηκαν αν κατά τον τελευταίο μήνα δεν ήταν σε θέση να κάνουν τίποτα και το μεγαλύτερο ποσοστό ανέφερε ότι σπάνια συμβαίνει κάτι τέτοιο.

Συμπερασματικά θα μπορούσαμε να πούμε ότι τα προβλήματα των φοιτητών μπορούν να χωριστούν σε δύο κατηγορίες, σε ατομικά ή ψυχολογικά και σε κοινωνικά τα οποία όμως μπορεί να είναι σε μεγάλο βαθμό αλληλένδετα μεταξύ τους.

Ένα γενικό συμπέρασμα στο οποίο καταλήγουν πολλές έρευνες είναι ότι τα προσωπικά και κοινωνικά προβλήματα των νέων έρχονται δεύτερα σε σπουδαιότητα σε σχέση με τα εκπαιδευτικά και επαγγελματικά (Καλαντζή - Αζίζι, Μπεζεβέγκης, & Γιαννίτσας, 1989, Παπαδιώτη, 1992, Μαλικιώση, 1999).

Μέσα από τις διάφορες έρευνες οι φοιτητές αναφέρουν ψυχολογικά προβλήματα τα οποία περιλαμβάνουν άγχος, πίεση, φόβο, κατάθλιψη, έλλειψη αυτοεκτίμησης και αυτογνωσίας, μειωμένη αυτοπεποίθηση, ανησυχία, ανασφάλεια, αναβλητικότητα, μοναξιά καθώς και ψυχοσωματικά προβλήματα που εμφανίζονται

σε διάφορα όργανα του σώματος λόγω έντονου στρες, όπως στο στομάχι, πονοκέφαλοι, χρόνιοι πόνοι, αϋπνία κ.α. (Clara, 2002, Declan, 2002).

Τέλος θα μπορούσαμε να πούμε ότι ορισμένες συνήθειες που αποκτούν οι φοιτητές όπως η κακή διατροφή, οι ακανόνιστες ώρες ύπνου στην καθημερινότητά τους και το ανοργάνωτο πρόγραμμά τους ή ακόμα η κατανάλωση εθιστικών ουσιών όπως τσιγάρα και αλκοόλ είναι παράγοντες που επηρεάζουν αρνητικά τόσο την σωματική όσο και την ψυχολογική υγεία των φοιτητών.

Συνοψίζοντας, η συμβουλευτική φοιτητών εδώ και πολλά χρόνια αποτελεί ένα διεθνές γνωστό και καταξιωμένο θεσμό, ο οποίος συνδέεται άρρηκτα με τη συνολική λειτουργία των Ανώτερων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων. Κατ' επέκταση, η παροχή υπηρεσιών από τα Συμβουλευτικά Κέντρα κρίνεται ιδιαίτερης σημασίας στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Α. Ελληνική

Γιωτάκος Ο., (2006). *Η ψυχική υγεία των σπουδαστών*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Δημητρόπουλος Ε., (2003). *Συμβουλευτική και Συμβουλευτική Ψυχολογία: Η θεωρία της, η πράξη της, οι εφαρμογές της*, Εκδόσεις: Γρηγόρη, Αθήνα.

Ευσταθίου Γ., (2007). *Εργαστήριο Ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών 2003-06. Απολογισμός δραστηριοτήτων*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Καλαντζή - Αζίζι Α., Μπεζεβέγκης Η., & Γιαννίτσας Ν., (1989). Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις και προβλήματα στη διαμόρφωση της μετεφηβικής προσωπικότητας, *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής - Προσανατολισμού*, τ.10 - 11, σελ: 32 - 44.

Καλαντζή - Αζίζι Α., & Χατζηδήμου Σ., (1996). Ερμηνευτική προσέγγιση της αναβλητικότητας στα μαθητικά - φοιτητικά καθήκοντα, *Νέα Παιδεία*, τ. 80, σελ: 89 - 111.

Καλαντζή - Αζίζι Α., & Ματσακά Ι., (1996). Φοιτητές με προβλήματα στην οργάνωση της μελέτης και διάσπαση προσοχής: πιθανά εξελικτικά οφέλη ως αποτέλεσμα της συμμετοχής τους σε πρόγραμμα αυτοελέγχου βασισμένο στη θεραπεία της συμπεριφοράς, *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής - Προσανατολισμού*, τ. 36 - 37, σελ: 126 - 140.

Καλαντζή - Αζίζι Α., (1997). *Ψυχολογική Συμβουλευτική Φοιτητών: Ευρωπαϊκή διάσταση - Ελληνική Εμπειρία*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Καλαντζή - Αζίζι Α., (1999). Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών: Ένας θεσμός εκπέμπει SOS, *Τετράδια Ψυχιατρικής*, 68: 38 - 51.

Καλαντζή - Αζίζι Α., Καραδήμας Ε., & Σωτηροπούλου Γ., (2001). Ένα πρόγραμμα γνωσιακής - συμπεριφοριστικής ομαδικής παρέμβασης σε φοιτητικό πληθυσμό για την ενίσχυση των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας, *Ψυχολογία*, 8(2): 267 - 280.

Κασσωτάκης Μ., (2004). *Συμβουλευτική και Επαγγελματικός Προσανατολισμός*, Εκδόσεις: Τυπωθήτω-Γιώργος Δαρδάνος, Αθήνα, 43 - 59.

Κίσσας Γ., & Καλαντζή - Αζίζι Α., (1997). Ψυχολογικό-κοινωνικοί παράγοντες που σχετίζονται με την πορεία των σπουδών των φοιτητών, *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής - Προσανατολισμού*, 40 – 41: 87 - 111.

Κωσταρίδου - Ευκλείδη Α., (2002). *Σπουδές και ζωή των νέων με ειδικές ανάγκες στο πανεπιστήμιο: Διαπιστώσεις – Προτάσεις*, Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Μαδιανός Μ., (1996). *Κοινωνία και Ψυχική Υγεία*, Εκδόσεις: Καστανιώτης, Αθήνα. 232-234

Μαλικιώση – Λοΐζου Μ., (1989). Ψυχολογικά - εκπαιδευτικά - κοινωνικά πρόβλημα των φοιτητών - σπουδαστών της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής - Προσανατολισμού*, 10 - 11: 23 - 31.

Μαλικιώση – Λοΐζου Μ., (1999). *Συμβουλευτική Ψυχολογία*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Μαλικιώση – Λοΐζου Μ., (2009). *Η συμβουλευτική ψυχολογία στην εκπαίδευση*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Μαλικιώση-Λοΐζου Μ., (2012). *Συμβουλευτική Ψυχολογία*, Εκδόσεις: ΠΕΔΙΟ, Αθήνα, 25 - 49.

Παπαδιώτη Β., (1992). Εμπειρίες από το Συμβουλευτικό Κέντρο Ιωαννίνων, *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής – Προσανατολισμού*, τ. 60 - 61, σελ: 61 – 75.

Παπαθεοδοσίου Θ. (1991). *Τεχνολογία, Εκπαίδευση, Ανάπτυξη*, Εκδόσεις: Λύχνος, Αθήνα.

1. Σταλίκας, Αν. (2012). *Θεραπευτικές Παρεμβάσεις*. Αθήνα: Τόπος

B. Ξενόγλωσση – Μεταφρασμένη

Aherne Declan, (2002). Student Stress in the Context of Attachment and Separation, *Separation and Attachment in Higher Education*, Fedora Psyche Conference in Copenhagen 1999, Fedora.

Clara Ann, (2002). University Life and the Delay to Adulthood, *Separation and Attachment in Higher Education*, Fedora Psyche Conference in Copenhagen 1999, Fedora.

Christopoulos A.L., Konstantinidou M., Lambiri V., Leventidou M., Manou T., Mavroidi K., Pappas V., & Tzoumalakis L., (1997). University Students in Athens: Mental Health and Attitudes toward Psychotherapeutic Intervention, Στο A. Kalantzi - Azizi, G. Rott, & D. Aherne, *Psychological Counselling in Higher Education: Practice and Research* (σελ. 176 -1 91). Athens: FEDORA - Ellinika Grammata.

Cohen L. , Manion L.& Morrison K. (2007). Research Methods in Education, *Oxford London UK*

Geldard K., & Geldard D., (2004). *Η Συμβουλευτική Ψυχολογία στα παιδιά: Θεωρία και εφαρμογές*, Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Kaplan Fine Mildred, (1976). Συμβουλευτική Εργασία με Φοιτητές Πανεπιστημίου, *Εκλογή* , τεύχη: 38 - 39, Αθήνα.

Mcleod, J. (2005). *Εισαγωγή στην Συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

Royal College of Psychiatrists London, (2003). The mental health of students in higher education, *Royal College of Psychiatrists London*, London.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ

Ερώτηση 1^η: Φύλο:

Άνδρας

Γυναίκα

Ερώτηση 2^η: Ηλικία:

18 – 22

23 – 27

28 +

Ερώτηση 3^η: Έτος σπουδών:

1^ο έτος

2^ο έτος

3^ο έτος

4^ο έτος

> 5^ο έτος

Ερώτηση 4^η: Ακολουθείτε τον κλάδο σπουδών που επιθυμείτε;

Ναι

Όχι

Ερώτηση 5^η: Η οικονομική σας κατάσταση:

Έχετε οικονομική υποστήριξη αποκλειστικά από τους γονείς σας

Έχετε οικονομική υποστήριξη από τους γονείς και από τη δική σας απασχόληση

Καλύπτετε τα έξοδα σας από την εργασία σας

Ερώτηση 6^η: Οι γονείς είναι:

Έγγαμοι Σε διάσταση Διαζευγμένοι Έχω χάσει τον πατέρα μου

Έχω χάσει την μητέρα μου Δεν ζει κανείς από τους γονείς μου

Ερώτηση 7^η: Έχει παντρευτεί ξανά κάποιος από τους γονείς σας;

Ναι

Όχι

Ερώτηση 8^η: Πώς θα χαρακτηρίζατε τις σχέσεις με την οικογένεια σας;

Άριστες

Καλές

Μέτριες

Κακές

Πολύ κακές

Ερώτηση 9^η: Πόσα τσιγάρα καπνίζετε;

Δεν καπνίζω καθόλου Καπνίζω κάθε μέρα Καπνίζω μερικά τσιγάρα το μήνα

Μερικά τσιγάρα την εβδομάδα

Ερώτηση 10^η: Πόσο συχνά καταναλώνετε αλκοόλ;

Ποτέ/Σπάνια Κάποιες φορές το χρόνο Μερικές φορές το μήνα

Μερικές φορές την εβδομάδα

Ερώτηση 11^η: Όταν καταναλώνετε αλκοόλ, συνήθως όσα ποτά πίνετε την φορά;

1 – 2

3 – 4

5 – 6

> 7

Ερώτηση 12^η: Πόσο συχνά βγαίνετε έξω για διασκέδαση; (για καφέ, κλαμπ, κλπ.)

Σπάνια

1 φορά το μήνα

1 - 2 φορές την εβδομάδα

3 – 4 φορές την εβδομάδα

Καθημερινά

Ερώτηση 13^η: Υποφέρετε από κάποια χρόνια ασθένεια, σωματική ή ψυχική (δηλαδή ασθένεια για την οποία πρέπει να σας παρακολουθεί συχνά γιατρός ή για την οποία χρειάζεται να παίρνετε φάρμακα), ή έχετε κάποια αναπηρία;

Ναι

Όχι

Ερώτηση 14^η: Έχετε νοσηλευτεί ποτέ στο νοσοκομείο για σοβαρά προβλήματα υγείας;

Ναι

Όχι

Ερώτηση 15^η: Πως θα αξιολογούσατε γενικότερα την κατάσταση της υγείας σας τον τελευταίο χρόνο;

Άριστη Καλή Μέτρια Κακή Πολύ κακή

Ερώτηση 16^η: Αν έχετε κάποιο πρόβλημα που σας απασχολεί με ποιόν το συζητάτε συνήθως;

Με κανέναν Με τους γονείς μου Με τα αδέρφια μου

Με τους φίλους μου Με τον/την σύντροφο μου

Ερώτηση 17^η: Γενικότερα πως θα αξιολογούσατε τα συναισθήματα σας γύρω από τις συνθήκες ζωής σας ως φοιτητής/τρια;

Πάρα πολύ καλά Καλά Μέτρια Άσχημα Πολύ άσχημα

Ερώτηση 18^η: Θα ζητούσατε τη βοήθεια ενός ειδικού σε ένα Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών;

Ναι

Όχι

Ερώτηση 19^η: Απαντήσετε στις παρακάτω ερωτήσεις σημειώνοντας στο αντίστοιχο κουτί με (X) την απάντηση που πιστεύετε ότι σας ταιριάζει καλύτερα.

ΤΟΝ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΗΝΑ:

	Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Πάντα
<i>Αισθάνεσαι εντελώς καλά και απολύτως υγιής;</i>					
<i>Νιώθεις την ανάγκη για</i>					

<i>κάτι τονωτικό; (π.χ. βιταμίνες)</i>					
<i>Έχεις αισθανθεί πως είσαι άρρωστος/η;</i>					
<i>Έχεις ξαγρυπνήσει επειδή ήσουν ανήσυχος/η;</i>					
<i>Είσαι οξύθυμος και αρπάζεσαι εύκολα;</i>					
<i>Έχεις αισθανθεί να βρίσκεσαι συνεχώς κάτω από πίεση;</i>					
<i>Φοβάσαι ή πανικοβάλλεσαι χωρίς σοβαρό λόγο;</i>					
<i>Αισθάνεσαι ικανός/η να παίρνεις αποφάσεις για διάφορα θέματα;</i>					
<i>Σκέφτεσαι πως δεν αξίζεις τίποτα;</i>					
<i>Υπήρχαν φορές που ένιωσες πως δεν μπορούσες να κάνεις τίποτα;</i>					

Σας ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας!

Νόμος 4009/2011

Άρθρο 52

Λοιπές υπηρεσίες υποστήριξης

1. Με τον Οργανισμό κάθε ιδρύματος προβλέπεται η σύσταση και λειτουργία ενιαίας ή αυτοτελούς ανά σχολή υπηρεσίας υποστήριξης φοιτητών, με σκοπό την παροχή συμβουλευτικών υπηρεσιών προς αυτούς για την ομαλή ένταξή τους στην ανώτατη εκπαίδευση, την ενημέρωση για τη συνολική λειτουργία του ιδρύματος και την υποστήριξη φοιτητών με αναπηρία ή φοιτητών που αντιμετωπίζουν δυσκολίες για την επιτυχή περάτωση των σπουδών τους. Η υπηρεσία αυτή μπορεί να λειτουργεί καθ' όλη τη διάρκεια του έτους για την παροχή πληροφοριών σε υποψήφιους φοιτητές. Με τον Οργανισμό του ιδρύματος καθορίζονται οι ειδικότερες αρμοδιότητες της υπηρεσίας και ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας της.

2. Σε κάθε ίδρυμα, στο πλαίσιο του Γραφείου Καινοτομίας και Διασύνδεσης που προβλέπεται στο άρθρο 60, παρέχονται υπηρεσίες πληροφόρησης για ζητήματα σταδιοδρομίας, καθώς και υπηρεσίες συμβουλευτικής σταδιοδρομίας, για την υποστήριξη των φοιτητών τόσο στη διάγνωση κλίσεων και δεξιοτήτων όσο σε ζητήματα επιλογής σταδιοδρομίας ή/και περαιτέρω σπουδών αλλά και στην εξεύρεση εργασίας.