



Θεματική Ενότητα:  
Αθλητική Ψυχολογία

Αναρτημένες Ανακοινώσεις 21<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Section:

Sports Psychology

Poster Presentations of the 21<sup>st</sup> International Congress of Physical Education & Sport

18167

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΚΑΙ ΣΤΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΙΣ ΤΡΕΙΣ ΠΡΩΤΕΣ ΩΡΕΣ ΤΗΣ ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗΣ ΦΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΟΚΕΤΟΥ

Φιλippoπούλου Ν., Πολλάτου Ε., Κουτεντάκης Ι., Μπεμπέτσος Ε.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

[niki.filippopoulou@gmail.com](mailto:niki.filippopoulou@gmail.com)

THE IMPACT OF MUSIC ON THE SENSATION OF PAIN AND STRESS DURING THE FIRST THREE HOURS OF THE ACTIVE PHASE OF LABOUR

N. Filippopoulou, E. Pollatou, I. Koutedakis, E. Bebetsos

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Η παρέμβαση στον πόνο και στο στρες του τοκετού αποτελεί ένα μεγάλο νέο κομμάτι της σύγχρονης μαιευτικής, κάτι το οποίο μελέτησε και η παρούσα έρευνα που σκοπό είχε να αξιολογήσει την επίδραση της μουσικής στην αίσθηση του πόνου και στο στρες των πρωτοτόκων γυναικών κατά τις τρεις πρώτες ώρες του πρώτου σταδίου του τοκετού. Δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν σαράντα πρωτοτόκες έγκυες γυναίκες που προσήλθαν στην αίθουσα τοκετών του Γ.Ν. Παπαγεωργίου της Θεσσαλονίκης και βρίσκονταν στην αρχή του πρώτου σταδίου του τοκετού. Αφού ελέγχθηκαν ότι πληρούν τα κριτήρια εισόδου στην έρευνα, έγινε με τη μέθοδο της λοταρίας ο διαχωρισμός τους σε δύο ομάδες, μία πειραματική (N=20) και μία ελέγχου (N=20). Η πειραματική ομάδα είχε να επιλέξει ανάμεσα στα εξής πέντε είδη μουσικής: α) κλασική β) θρησκευτική κινέζικη, γ) ελαφριά μουσική πιάνου δ) ήχοι της φύσης και ε) σύγχρονη-ορχηστρική, την οποία και άκουγε με ατομικά ακουστικά. Για τρεις ώρες μετρήθηκε ο καρδιακός ρυθμός της επιτόκου με το ηλεκτρονικό πιεσόμετρο SC9000 ENG της SIEMENS και η αίσθηση του πόνου με την οπτική αναλογική κλίμακα του πόνου VAS. Πριν την έναρξη της ακρόασης έγινε μία αρχική μέτρηση και ακολούθησαν τρεις επιπλέον μετρήσεις, που διενεργήθηκαν στο τέλος κάθε ώρας. Στη ομάδα ελέγχου έγιναν οι ίδιες ακριβώς μετρήσεις, με τη διαφορά ότι οι επίτοκες δεν άκουγαν μουσική. Για τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων εφαρμόστηκε ανάλυση διακύμανσης για εξαρτημένα δείγματα. Από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι συνολικά τα επίπεδα της έντασης του πόνου και του στρες δε μειώθηκαν στατιστικά σημαντικά στην πειραματική ομάδα συγκρίνοντάς τη με την ομάδα ελέγχου. Επίσης, δε βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα πέντε είδη μουσικής σχετικά με την αίσθηση του πόνου και το στρες των επιτόκων. Στατιστική σημαντικότητα βρέθηκε μόνο μεταξύ των τεσσάρων μετρήσεων στα σκορ της αίσθησης του πόνου και του στρες, κάτι που δικαιολογείται απόλυτα από την κλιμακωτή αύξηση των δύο αυτών παραμέτρων σε κάθε επίτοκο. Όμως, τα σκορ των τεσσάρων μετρήσεων έδειξαν πως η ακρόαση της μουσικής φάνηκε πως συνέβαλε στην καθυστέρηση της εμφάνισης μεγάλων σκορ πόνου και χαρακτηριστικά αυτό εντοπίστηκε από την αρχική μέχρι την 1η επαναμέτρηση σε σχέση με την ομάδα ελέγχου, ενώ χαμηλότερα σκορ στο δείκτη του στρες καθ' όλη τη διάρκεια του πειράματος

διατήρησε σε όλες τις μετρήσεις η πειραματική ομάδα, χωρίς, όμως, αυτό να επιβεβαιώνεται με στατιστικά σημαντικές διαφορές. Στατιστικά σημαντική συσχέτιση βρέθηκε μεταξύ της έντασης του πόνου και των παραμέτρων της εθνικότητας, του επαγγέλματος και της συνολικής διάρκειας τοκετού. Βάσει των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας και της διεθνούς βιβλιογραφίας, οι οποίες καταλήγουν στην ευεργετική επίδραση που ασκεί η ακρόαση της μουσικής στον πόνο και το στρες του τοκετού, προτείνεται η ενσωμάτωση της στην καθημερινή κλινική πράξη με αντίστοιχη εκπαίδευση του προσωπικού.

**Λέξεις κλειδιά:** Οπτική αναλογική κλίμακα πόνου, Στρες, Καρδιακός ρυθμός

18360

### **ΟΙ ΣΤΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΠΡΟΣ ΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ**

Κασσέρη Μ., Μιχαλοπούλου Μ., Κούλη Ο., Διγγελίδης Ν., Παπαϊωάννου Α.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

[marikasseri@gmail.com](mailto:marikasseri@gmail.com)

### **THE ATTITUDES OF PARENTS OF PRESCHOOL CHILDREN ABOUT A PROGRAM ADVISORY FOR PHYSICAL ACTIVITY**

M. Kasseris, M. Michalopoulou, O. Kouli, N. Diggelidis, A. Papaioannou

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.

Ο ρόλος της οικογένειας στην προσχολική ηλικία είναι ιδιαίτερα σημαντικός για τη διαμόρφωση δραστήριου τρόπου ζωής από τα παιδιά καθώς οι στάσεις και οι πεποιθήσεις των γονέων για τη φυσική δραστηριότητα μεταβιβάζονται στα παιδιά τους. Επιπλέον, ρόλος της συμβουλευτικής γονέων στόχο έχει να αλλάξει και να βελτιώσει την στάση του γονέα πρότυπο θετικά την στάση του ως προς την Φυσική Δραστηριότητα. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να καταγράψει την επίδραση ενός προγράμματος συμβουλευτικής γονέων παιδιών προσχολικής ηλικίας, όσον αφορά τις στάσεις των γονέων προς το πρόγραμμα της συμβουλευτικής για τη Φυσική Δραστηριότητα. Το δείγμα αποτέλεσαν οι γονείς των παιδιών που πηγαίνουν στους 8 Βρεφονηπιακούς Σταθμούς που λειτουργούν στο Δήμο Κομοτηνής, από τους οποίους 49 άτομα αποτέλεσαν την πειραματική ομάδα οι οποίοι συμμετείχαν στο πρόγραμμα συμβουλευτικής γονέων για τη Φυσική Δραστηριότητα και 46 άτομα αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου. Για την αξιολόγηση του προγράμματος συμβουλευτικής γονέων, χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο «Στάσεις προς το πρόγραμμα» (Θεοδωράκης & Χασάνδρα, 2006). Για την στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος Cronbach's Alpha για τον έλεγχο της αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής των ερωτήσεων του ερωτηματολογίου, η οποία κατέληξε σε αποδεκτά αποτελέσματα. Επίσης, πραγματοποιήθηκε ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα στις αρχικές μετρήσεις μεταξύ των δύο ομάδων (πειραματική-ελέγχου), για να διαπιστωθεί εάν υπήρχαν διαφορές πριν την παρέμβαση και την εφαρμογή του προγράμματος, από την οποία δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Ακόμη, έγινε ανάλυση διακύμανσης με δύο παράγοντες εκ των οποίων ο ένας επαναλαμβάνεται, με εξαρτημένη μεταβλητή τις «στάσεις προς το πρόγραμμα» των γονέων και ανεξάρτητες την ομάδα με δύο επίπεδα (πειραματική – ελέγχου) και τη μέτρηση με δύο επίπεδα (πριν – μετά) το παρεμβατικό πρόγραμμα (παραγοντικός σχεδιασμός 2 x 2). Από την ανάλυση αυτή, δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αλληλεπίδραση των δύο παραγόντων (ομάδα \* μέτρηση). Για το λόγο αυτό, μελετώντας τις κύριες επιδράσεις, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση μεταξύ των μετρήσεων, με την δεύτερη μέτρηση μετά το πρόγραμμα παρέμβασης συμβουλευτικής, να εμφανίζει βελτιωμένα σκορ στους μέσους όρους. Αντιθέτως, δεν εμφανίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την κύρια επίδραση των ομάδων, μεταξύ της πειραματικής ομάδας και της ομάδας ελέγχου. Τα κυριότερα συμπεράσματα που προέκυψαν από την παρούσα έρευνα είναι ότι το πρόγραμμα συμβουλευτικής γονέων επηρέασε τη στάση των γονέων ως προς τη φυσική δραστηριότητα, μια και τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στο σύνολο του δείγματος για τις στάσεις των γονέων ως προς το πρόγραμμα συμβουλευτικής γονέων σχετικά με τη φυσική δραστηριότητα.

**Λέξεις κλειδιά:** στάσεις, πρόγραμμα συμβουλευτικής, προσχολική ηλικία

18367

**ΣΥΣΧΕΤΙΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ ΣΕ ΔΑΣΚΑΛΟΥΣ  
ΛΑΤΙΝ ΧΟΡΟΥ**

**Κατσαμπέρη Θ., Κούλη Ο., Ρόκκα Σ.**

**4ο Δημοτικό Σχολείο Ξάνθη, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

[theano11@hotmail.com](mailto:theano11@hotmail.com)

**CORRELATIONS BETWEEN ORGANIZATIONAL FACTORS AND BURNOUT IN LATIN DANCE TEACHERS**

**T. Katsamperi O. Kouli, S. Rokka**

**4th Elementary School of Xanthi, Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Το σύνδρομο επαγγελματικής εξουθένωσης, είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό φαινόμενο της σύγχρονης εποχής, είναι η σχέση που αναπτύσσει ο άνθρωπος με την εργασία του και τα προβλήματα που ενδέχεται να ανακύψουν όταν αυτή η σχέση διαταραχθεί από τους οιοσδήποτε παράγοντες και προτείνει ότι ένας εργαζόμενος που βρίσκεται σε μία κατάσταση εξουθένωσης βιώνει συμπτώματα συναισθηματικής εξάντλησης και χαμηλών εργασιακών κινήτρων. Η εφαρμογή της εργασιακής σχέσης είναι δυνατό να διακριθεί σε δύο είδη καταστάσεων: την ασάφεια ρόλων και τη σύγκρουση ρόλων. Ασάφεια ρόλων υπάρχει όταν δεν είναι ξεκάθαρα στον εργαζόμενο τα εργασιακά του καθήκοντα. Σύγκρουση ρόλων εμφανίζεται, όταν υπάρχουν αντικρουόμενες προσδοκίες σχετικά με την αναμενόμενη συμπεριφορά των εργαζομένων. Προηγούμενες έρευνες έχουν δείξει ότι όσο πιο έντονη είναι η σύγκρουση ρόλων, τόσο πιο αναποτελεσματικός είναι ο οργανισμός στο σύνολό του. Σκοπός της εργασίας ήταν η διερεύνηση της σχέσης της επαγγελματικής εξουθένωσης με την ασάφεια και τη σύγκρουση ρόλων που βιώνουν οι δάσκαλοι λάτιν χορών. Το δείγμα αποτέλεσαν 84 δάσκαλοι λάτιν χορών (μέσος όρος ηλικίας  $32.22 \pm 5.71$ ). Για την αξιολόγηση της επαγγελματικής εξουθένωσης, χρησιμοποιήθηκε το Burnout Inventory (MBI, Maslach & Jackson, 1986), που έχει τροποποιηθεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Tsigilis, Koustelios & Togia, 2004). Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτελείται από 22 ερωτήσεις και μετρά τις τρεις διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης: «συναισθηματική εξάντληση», «αποπροσωποποίηση», «έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων». Οι έννοιες της ασάφειας ρόλων και η σύγκρουση ρόλων μετρήθηκαν με δύο κλίμακες έξι και οκτώ ερωτημάτων αντίστοιχα (Rizzo, House & Lirtzman, 1970; Turbe & Collins, 2000), οι οποίες είναι διαδοσόμενες και κοινά αποδεκτές. Από την ανάλυση αξιοπιστίας (Reliability Analysis) προέκυψε ότι, οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων ήταν σε ικανοποιητικά επίπεδα (Cronbach's alpha από .67 έως .72). Επίσης, έγινε ανάλυση συσχετίσεων (Pearson Correlation Analysis), η οποία έδειξε ότι η ασάφεια ρόλων συσχετιζόταν αρνητικά με τη «συναισθηματική εξάντληση» και την «αποπροσωποποίηση» και θετικά με την «έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων». Αντίστοιχα η σύγκρουση ρόλων είχε αρνητική συσχέτιση με τη «συναισθηματική εξάντληση» και την «αποπροσωποποίηση» και θετική με την «έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων». Από τα παραπάνω αποτελέσματα, που συμφωνούν και με προηγούμενες παρόμοιες έρευνες, φαίνεται ότι η επαγγελματική εξουθένωση των δασκάλων λάτιν χορού δεν επηρεάζεται άμεσα από την ασάφεια και τη σύγκρουση ρόλων. Συνεπώς, καλό θα ήταν όσον αφορά στο χώρο των εργασιακών σχέσεων, να γίνει περαιτέρω έρευνα και σε άλλους τομείς, ώστε οι δάσκαλοι λάτιν χορού σε αυτό το τόσο ιδιαίτερο και απαιτητικό επάγγελμα, να μπορούν να είναι όσο το δυνατόν αποδοτικότεροι και πιο ποιοτικοί.

**Λέξεις κλειδιά:** επαγγελματική εξουθένωση, ασάφεια ρόλων, σύγκρουση ρόλων

18369

**ΟΙ ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ Η ΠΡΟΘΕΣΗ ΩΣ ΜΕΣΟ ΠΡΟΒΛΕΨΗΣ ΤΗΣ ΤΑΥΤΙΣΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ  
ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ & ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ**

**Κατσαμπέρη Θ., Κούλη Ο., Ρόκκα Σ.**

**4ο Δημοτικό Σχολείο Ξάνθης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

[theano11@hotmail.com](mailto:theano11@hotmail.com)

## ATTITUDES AND INTENTIONS AS PREDICTORS OF EXERCISE IDENTITY OF ELEMENTARY & HIGH SCHOOL STUDENTS

T. Katsamperi, O. Kouli, S. Rokka

4th Elementary School of Xanthi, Democritus University of Thrace

Η σωματική δραστηριότητα είναι ένας πολύ σημαντικός παράγοντας που καθορίζει το επίπεδο της υγείας και της ποιότητας ζωής των νέων ατόμων. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα παιδιά που παίρνουν μέρος σε τακτική φυσική δραστηριότητα, έχουν πνευματική, ψυχολογική και σωματική υγεία. Οι στάσεις και η πρόθεση, επηρεάζουν τη συμπεριφορά των ατόμων, για το λόγο αυτό, εάν οι μαθητές αγαπήσουν πραγματικά τον αθλητισμό και κατανοήσουν την αξία και τα πολλαπλά οφέλη της άσκησης, θα θέλουν να ασχολούνται συστηματικά με τον αθλητισμό και θα ακολουθήσουν έναν δια βίου αθλητικό τρόπο ζωής. Σύμφωνα με τη θεωρία, η ταύτιση μπορεί να επηρεάζει κάποιους παράγοντες της συμπεριφοράς, όπως την πρόθεση και τα πιστεύω ενός ατόμου. Σκοπός της εργασίας ήταν να διερευνηθεί εάν οι στάσεις προς την άσκηση και η πρόθεση για άσκηση προβλέπουν την ταύτιση με την άσκηση, σε μαθητές και μαθήτριες δημοτικού σχολείου και γυμνασίου. Το δείγμα αποτέλεσαν 86 μαθητές/τριες (35 αγόρια & 51 κορίτσια) δημοτικών σχολείων και γυμνασίων της Ξάνθης (40 Στ' δημοτικού & 46 Α' γυμνασίου, τα οποία συμπλήρωσαν ανώνυμα ερωτηματολόγια. Συγκεκριμένα, για την αξιολόγηση των στάσεων αλλά και της πρόθεσης για άσκηση, χρησιμοποιήθηκαν οι ανάλογες κλίμακες που αποτελούνταν από 4 και 3 ερωτήσεις αντίστοιχα (Theodorakis, 1994). Επίσης, για την αξιολόγηση της ταύτισης με την άσκηση, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Exercise Identity Scale (EIS, Vlachopoulos, 2008), με 9 ερωτήσεις. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης αξιοπιστίας, προέκυψε ότι οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων κυμάνθηκαν σε αποδεκτά επίπεδα ( $\alpha=.77$  έως  $\alpha=.86$ ). Ακόμη, η ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης έδειξε ότι οι στάσεις προς την άσκηση προέβλεψαν το 47% της ταύτισης με την άσκηση των μαθητών/τριών και η πρόθεση για άσκηση προέβλεψε το 13%. Επίσης και οι δύο παράγοντες μαζί (στάσεις και πρόθεση) προέβλεψαν συνολικά το 60% της ταύτισης με την άσκηση των μαθητών/τριών. Τέλος, οι στάσεις καθώς και η πρόθεση προς την άσκηση, είχαν θετική σχέση με την ταύτιση των μαθητών/τριών προς την άσκηση. Συνεπώς, ο ρόλος του Καθηγητή Φυσικής Αγωγής είναι να δημιουργεί τις κατάλληλες προϋποθέσεις ώστε οι μαθητές/τριες από μικρή ηλικία να έρθουν σε επαφή και να γνωρίσουν πολλά και διαφορετικά αθλήματα, με στόχο να τα αγαπήσουν και να θέλουν να ασχολούνται με αυτά.

**Λέξεις κλειδιά:** στάσεις, πρόθεση, ταύτιση με την άσκηση

18371

### ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ ΣΕ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ ZUMBA

Κούλη Ο., Κατσαμπέρη Θ., Ρόκκα Σ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 4ο Δημοτικό Σχολείο Ξάνθης

[okouli@phyed.duth.gr](mailto:okouli@phyed.duth.gr)

### RELATIONSHIPS BETWEEN JOB SATISFACTION AND BURNOUT IN ZUMBA ISTRUCTORS

O. Kouli, T. Katsamperi, S. Rokka

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., 4th Elementary School of Xanthi,

Ο βαθμός ικανοποίησης που έχει ένα άτομο από τη δουλειά του, συνδέεται με την αποδοτικότητα, την αποτελεσματικότητα στο χώρο εργασίας και τη βελτίωση των σχέσεων μεταξύ των εργαζομένων. Η επαγγελματική εξουθένωση αναφέρεται σαν ένα σύνδρομο σωματικής και ψυχικής εξάντλησης στο οποίο ο εργαζόμενος χάνει το ενδιαφέρον του και τα θετικά συναισθήματα που είχε για την εργασία του. Προηγούμενες έρευνες έχουν διαπιστώσει ότι τόσο η επαγγελματική ικανοποίηση, όσο και η επαγγελματική εξουθένωση, συσχετίζονται και επηρεάζουν τη δουλειά των εκπαιδευτικών, τόσο στον διεθνή, όσο και στον ελληνικό χώρο. Σκοπός της εργασίας ήταν να ερευνηθεί τη σχέση της επαγγελματικής ικανοποίησης με την επαγγελματική εξουθένωση σε εκπαιδευτές Zumba. Στην έρευνα συμμετείχαν 55 εκπαιδευτές Zumba (μέσος όρος ηλικίας  $25.21 \pm 3.54$ ). Για την αξιολόγηση της επαγγελματικής ικανοποίησης των εκπαιδευτών, χρησιμοποιήθηκε το Employee Satisfaction Inventory (ESI, Koustelios, 1991; Koustelios & Bagiatas, 1997), προσαρμοσμένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Koustelios και

Koustelίου (1998), με 24 ερωτήσεις, που αντιπροσωπεύουν 6 διαστάσεις της επαγγελματικής ικανοποίησης: συνθήκες εργασίας, μισθός, προαγωγή, φύση της εργασίας, προϊστάμενος, οργανισμός συνολικά. Για την επαγγελματική εξουθένωση, χρησιμοποιήθηκε το Burnout Inventory (MBI, Maslach & Jackson, 1986), που έχει τροποποιηθεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Tsigilis, Koustelios & Togia, 2004), που αποτελείται από 22 ερωτήσεις και μετρά τις τρεις διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης: συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση, έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων. Από την ανάλυση αξιοπιστίας, προέκυψε ότι οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των ερωτηματολογίων ήταν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .65 έως .74). Ακόμη, η ανάλυση συσχετίσεων έδειξε ότι η συναισθηματική εξάντληση, του ερωτηματολογίου επαγγελματικής εξουθένωσης, είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τους παράγοντες συνθήκες εργασίας, προαγωγή, φύση της εργασίας, προϊστάμενος και οργανισμός συνολικά, του ερωτηματολογίου επαγγελματικής ικανοποίησης. Επίσης, η έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων συσχετιζόταν θετικά με τους παράγοντες συνθήκες εργασίας, προϊστάμενος και οργανισμός συνολικά, ενώ η αποπροσωποποίηση συσχετιζόταν αρνητικά με τους παράγοντες φύση της εργασίας, προϊστάμενος και οργανισμός συνολικά. Από τα παραπάνω αποτελέσματα που συμφωνούν και με προηγούμενες ανάλογες έρευνες στο χώρο του αερόμπικ, φαίνεται ότι η επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτών Zumba έχει άμεση σχέση με την επαγγελματική τους ικανοποίηση. Συνεπώς, καλό θα ήταν να τους παρέχονται όσο το δυνατόν περισσότερα κίνητρα και εξειδίκευση, ώστε να είναι ικανοποιημένοι, ικανοί και ποιοτικοί εκπαιδευτικοί, σε ένα τόσο ιδιαίτερο και απαιτητικό τομέα όπως το Zumba.

**Λέξεις κλειδιά:** επαγγελματική ικανοποίηση, επαγγελματική εξουθένωση, εκπαιδευτές Zumba

**18373**

#### **PILATES ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ**

**Κούλη Ο., Κατσαμπέρη Θ., Ρόκκα Σ.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., 4ο Δημοτικό Σχολείο Ξάνθης**

[okouli@phyed.duth.gr](mailto:okouli@phyed.duth.gr)

#### **PILATES AND PSYCHOLOGICAL MOOD STATE OF ADULTS PARTICIPANTS'**

**O. Kouli, T. Katsamperi, S. Rokka**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., 4th Elementary School of Xanthi**

Η συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης μειώνει το άγχος και βελτιώνει τη Ψυχολογική Διάθεση. Η άσκηση προσφέρει κινητοποίηση, δραστηριοποίηση προστατεύει από χρόνιες παθήσεις και γενικά βελτιώνει την ποιότητα ζωής. Πιο συγκεκριμένα, τα προγράμματα Pilates μπορούν να βοηθήσουν στη βελτίωση της ψυχολογικής διάθεσης ασκούμενων, μια και παρέχουν ηρεμία, χαλάρωση και συγκέντρωση, μέσω της ρυθμισμένης και σωστής αναπνοής. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να διερευνηθεί η ψυχολογική διάθεση ασκούμενων, μετά τη συμμετοχή τους σε πρόγραμμα άσκησης Pilates. Συμμετείχαν 203 υγιής ενήλικες ασκούμενοι 20 έως 60 ετών (Μ.Ο. = 36,8, Τ.Α. = 9.81). Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο «Προφίλ Καταστάσεων Διάθεσης» (POMS: McNair, Lorr & Droppleman 1971), με 37 θέματα, τροποποιημένο στον ελληνικό πληθυσμό από τους Zerva, Ekkekaki, Psychoudaki και Kakkos (1993), το οποίο αξιολογεί: άγχος-ένταση, κατάθλιψη, επιθετικότητα, ενεργητικότητα, κόπωση, σύγχυση, για να ελέγξει τη συνολική ψυχολογική διάθεση. Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από τους ασκούμενους, πριν και μετά τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα άσκησης Pilates. Από την ανάλυση αξιοπιστίας, προέκυψε ότι οι δείκτες εσωτερικής συνοχής των θεμάτων του ερωτηματολογίου ήταν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .75 έως .92). Ακόμη, από την πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης επαναλαμβανομένων μετρήσεων, προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την αλληλεπίδραση της μέτρησης (πριν – μετά) με τις διαφορετικές ηλικιακές κατηγορίες (20-30, 30-40, 40-50, 50-60), ως προς το άγχος, την κατάθλιψη, την ενεργητικότητα, την κόπωση, τη σύγχυση και τη συνολική ψυχολογική διάθεση. Αντίθετα, ως προς την επιθετικότητα δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την αλληλεπίδραση, αλλά ως προς την κύρια επίδραση της μέτρησης. Πιο συγκεκριμένα μετά το πρόγραμμα Pilates, μειώθηκε το άγχος, η κατάθλιψη, η επιθετικότητα, η κόπωση και η σύγχυση, αυξήθηκε η ενεργητικότητα και βελτιώθηκε η συνολική

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with a poster presentation is certified through this electronic file.

ψυχολογική διάθεση. Όσον αφορά τις διαφορές μεταξύ των ηλικιακών κατηγοριών, μεγαλύτερη μείωση του άγχους – έντασης, της επιθετικότητας και της κόπωσης, παρουσιάστηκαν στις ηλικίες 20-30 και 30-40 ετών, ενώ μεγαλύτερη μείωση της κατάθλιψης, αύξηση της ενεργητικότητας και βελτίωση της συνολικής ψυχολογικής διάθεσης, εμφανίστηκαν στις κατηγορίες 30-40 και 50-60 ετών. Από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε ότι τα προγράμματα άσκησης Pilates είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικά για τη συνολική ψυχολογική διάθεση ασκούμενων τόσο μικρότερων, όσο και μεγαλύτερων ηλικιακών κατηγοριών. Συμπερασματικά, τα προγράμματα άσκησης Pilates ενισχύουν τη θετική ψυχολογική διάθεση, συνεπώς μπορούν να χρησιμοποιηθεί για τη βελτίωση της διάθεσης των ασκούμενων.

**Λέξεις κλειδιά:** ψυχολογική διάθεση, πρόγραμμα άσκησης Pilates, υγιής ενήλικες ασκούμενοι

18576

## Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΙΣΩΣ ΚΑΙ ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΗ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ

Χαρτοματζίδης Θ., Κεχαγιάς Δ., Καλαθάς Θ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

[kehagiasdimitris@windowslive.com](mailto:kehagiasdimitris@windowslive.com)

### PSYCHOLOGY IS A KEY FACTOR IN TAEKWONDO PRE-COMPETITION PREPARATION

T. Hartomatzidis , D. Kechagias, T. Kalathas

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Οι απαιτήσεις του αγωνιστικού αθλητισμού ζητούν δύο πράγματα από τον αθλητή, την ενέργεια και την συγκέντρωση. Είναι δύο έννοιες που αλληλοεπηρεάζονται και δημιουργούν τις κατάλληλες συνθήκες για την ιδανική απόδοση. Για να απελευθερωθεί η ενέργεια του αθλητή στο μέγιστο την ώρα που αγωνίζεται, θα πρέπει να βρίσκεται σε καλή κατάσταση η ψυχοπνευματική του κατάσταση. Γιατί με την καλύτερη συναισθηματική κατάσταση έχει την δυνατότητα να κάμψει τις όποιες αμφιβολίες, να αισθανθεί σίγουρος και να αφοσιωθεί ολοκληρωτικά στην αγωνιστική του αναμέτρηση. Η ψυχολογία του αθλητή κτίζεται αργά αλλά σταθερά με απώτερο σκοπό το αίσθημα της υπεροχής μέσα στον αγώνα. Όλα τα μέσα και οι μέθοδοι που χρησιμοποιεί ο προπονητής στη διάρκεια της προετοιμασίας έχουν να κάνουν με την ανοδική αλλά επίπονη πορεία προς την κατάκτηση της αθλητικής φόρμας που αποκτιέται δύσκολα αλλά χάνεται και εύκολα, εάν η ψυχολογία δεν είναι σταθερή και η προσπάθεια αναβάλλεται λόγω κακής διάθεσης. Έτσι λοιπόν ο προπονητής ο ίδιος αναλαμβάνει αυτή τη λεπτή ισορροπία της καταπόνησης με την σταθερότητα της ψυχολογικής κατάστασης. Οι ιδιαιτερότητες του κάθε αθλητή είναι σημεία αναφοράς, όπου θα δώσει βάση ο προπονητής, για να αναπτυχθούν τα μειονεκτήματα και να ενισχυθούν τα πλεονεκτήματα, ώστε με την πάροδο του χρόνου να του δώσουν το αίσθημα της υπεροχής. Οι προσωπική επαφή είναι μία υπεύθυνη και δύσκολη διαδικασία, όπου θα παίξει μεγάλο ρόλο η προσωπικότητα του προπονητή και κατά πόσο υπάρχει η εμπιστοσύνη στις συμβουλές και στις προτάσεις για ένα καλύτερο αποτέλεσμα. Σκοπός της εργασίας ήταν να ανιχνεύσει το ποσοστό των προπονητών που αναλαμβάνουν οι ίδιοι την ψυχολογική υποστήριξη των αθλητών τους με προσωπικές επαφές στη διάρκεια της προετοιμασίας τους. Η έρευνα διεξάγει το 2011 από τους Φοιτητές ερευνητές της Ειδικότητας Ταεκβοντό του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ. σε 42 αθλητικούς συλλόγους αγωνιστικού Ταεκβοντό σε όλη την Ελλάδα και 4 στη Κύπρο. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν με την μορφή ερωτηματολογίου που μοιράσθηκαν σε 74 προπονητές εκ των οποίων το 9,09% είναι γυναίκες και το 90,91% άνδρες. Ηλικιακά το 18,18% είναι από 21 έως 30 χρόνων, 24,24% 31 έως 40, το 36,36% είναι 41 έως 50 χρόνων και το 21,21% είναι 51 έως 65 χρόνων. Η στατιστική ανάλυση έγινε με το πακέτο MS-EXCEL 2002. Ως όργανο μέτρησης, χρησιμοποιήθηκε η Κλίμακα αξιολόγησης Αθλητικών Ψυχολογικών Δεξιοτήτων [Smith, Schutz, Smoll & Ptatek, 1995]. Η προσαρμογή της Κλίμακας στον Ελληνικό πληθυσμό έγινε από τους Γούδας, Θεοδωράκης & Αντωνίου, 1996. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι σχεδόν όλοι οι προπονητές με ποσοστό 93,94% αναλαμβάνουν οι ίδιοι την ψυχολογική προετοιμασία των αθλητών τους, και μία πολύ μικρή μερίδα που αγγίζει το 6,06% αφήνουν την ψυχολογία των αθλητών τους στις διαδικασίες της προπόνησης. Συμπερασματικά, παρατηρούμε ότι οι

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with a poster presentation is certified through this electronic file.

προπονητές συμμετέχουν και προσωπικά στην ψυχολογική ενίσχυση πέρα από την διαδικασία της τεχνικοτακτικής προετοιμασίας. Αφουγκράζονται, παρατηρούν και επεμβαίνουν όταν το απαιτεί η κατάσταση. Προτρέπουν τους αθλητές τους σε διάλογο, ώστε από κοινού να αντιμετωπίζονται όλα τα προβλήματα των αθλητών.

**Λέξεις κλειδιά:** προπονητής, Ψυχολογία, Ταεκβοντό

**18172**

#### **ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΥΛΟΥ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΑ ΕΠΙΠΕΔΑ ΘΥΜΟΥ ΚΑΙ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ**

**Μπρισίμης Ε., Μπεμπέτσος Ε., Ζέτου Ε., Τσαμουρτζής Ε.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

**[vaggelismpr@yahoo.gr](mailto:vaggelismpr@yahoo.gr)**

#### **GENDER DIFFERENCES ON THE LEVELS OF ANGER AND AGGRESSION AMONG FOOTBALL PLAYERS**

**E. Brisimis, E. Bebetsos, E. Zetou, E. Tsamourtzis**

**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εξετάσει τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας σε αθλητές ποδοσφαίρου και να διερευνήσει αν και σε ποιο βαθμό οι ανωτέρω μεταβλητές διαφοροποιούνται από μία ομάδα τεσσάρων παραγόντων, όπως το φύλο, η ηλικία, η αγωνιστική κατηγορία και η συμμετοχή των αθλητών στο παιχνίδι. Το δείγμα αποτέλεσαν 263 αθλητές ποδοσφαίρου (166 άνδρες, 97 γυναίκες), ηλικίας 16-35 ετών με Μ.Ο. ηλικίας 24.2 έτη (Τ.Α.=5.72). Οι μετρήσεις πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια διεξαγωγής των πρωταθλημάτων της Α' και Β' Εθνικής κατηγορίας Ποδοσφαίρου. Για τη συλλογή δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η «Κλίμακα Θυμού και Επιθετικότητας» (CAAS) των Maxwell και Moores (2007), η οποία έχει μεταφραστεί στην ελληνική γλώσσα από τους Μπεμπέτσο, Χριστοφορίδη και Μάντη (2008). Οι 12 ερωτήσεις της συγκεκριμένης κλίμακας συνιστούν δύο παράγοντες: (α) τον "θυμό" (6 ερωτήματα) και (β) την "επιθετικότητα" (6 ερωτήματα) Οι απαντήσεις των αθλητών δόθηκαν σε πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από "1" που αντιστοιχούσε στο «Ποτέ» έως "5" που αντιστοιχούσε στο «Συνέχεια». Η στατιστική ανάλυση περιελάμβανε: α) τον δείκτη του Cronbach's για τον έλεγχο αξιοπιστίας της εξεταζόμενης Κλίμακας, β) την ανάλυση διακύμανσης με ένα παράγοντα (One Way ANOVA) για τον έλεγχο των διαφορών μεταξύ ομάδων φύλου, ηλικίας, αγωνιστικής κατηγορίας και συμμετοχής αθλητών στο παιχνίδι ως προς τον "θυμό" και την "επιθετικότητα" και γ) τον συντελεστή συσχέτισης (Pearson's r) για την διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ "θυμού" και "επιθετικότητας". Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι δείκτες αξιοπιστίας κρίθηκαν ικανοποιητικοί τόσο για το θυμό (.81) όσο και για την επιθετικότητα (.76). Παράλληλα, μέσω της ανάλυσης διακύμανσης διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές, ( $p < .001$ ), με τους άνδρες αθλητές ποδοσφαίρου να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας από τις γυναίκες. Αντίθετα, δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ηλικιακών ομάδων, ομάδων αγωνιστικών κατηγοριών και ομάδων συμμετοχής ως προς τον θυμό και την επιθετικότητα. Τέλος, εντοπίστηκε στατιστικά σημαντική συσχέτιση μεταξύ θυμού και επιθετικότητας των αθλητών ποδοσφαίρου ( $r = .66$ ,  $p < .01$ ). Συμπερασματικά, διαπιστώθηκε ότι το φύλο διαφοροποιείται όσον αφορά στην επιθετικότητα στους αθλητές ποδοσφαίρου. Οι προπονητές ποδοσφαίρου - κυρίως ανδρικών ομάδων - θα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης, προκειμένου να διαχειρίζονται σωστά την πιθανώς εμφανιζόμενη επιθετικότητα των αθλητών τους.

**Λέξεις κλειδιά:** θυμός, επιθετικότητα, ποδόσφαιρο

**18242**

#### **ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΥΠΟΠΟΙΗΣΗΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΙΜΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**

**Λεμονίδης Ν., Τζιουμάκης Ι., Καρυπίδης Α., Μιχαλοπούλου Μ., Γούργουλης Β.**

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

**[nlemonid@phyed.duth.gr](mailto:nlemonid@phyed.duth.gr)**

#### **STANDARDIZATION PROCESS FOR COACHING OBSERVABLE BEHAVIORAL DATA IN BASKETBALL**

\* Η συμμετοχή στο συνέδριο με αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

\* The participation in the congress with a poster presentation is certified through this electronic file.

**N. Lemonidis, Y. Tzioumakis, A. Karipidis, M. Michalopoulou, V. Gourgoulis**  
**Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., University of Thessaly, D.P.E.S.S.**

Το μεγαλύτερο μέρος επιστημονικών ερευνών στο πεδίο της προπονητικής συμπεριφοράς διεξάγεται με τη χρήση κλιμάκιων αυτοαναφοράς. Για την εξαγωγή συμπερασμάτων στα πλαίσια των παραπάνω ερευνών, εξετάζονται τα ψυχομετρικά χαρακτηριστικά των κλιμάκιων αυτών. Στην προσπάθεια τυποποίησης αυτών των ψυχομετρικών χαρακτηριστικών χρησιμοποιούνται κλίμακες τύπου Likert. Στην παρούσα μελέτη δέκα προπονητές καλαθοσφαίρισης της Α1 κατηγορίας ανδρών, μέσου όρου προπονητικής εμπειρίας 18.20 ετών, παρατηρήθηκαν με διαδικασίες συστηματικής παρατήρησης με τη χρήση βιντεοκάμερας και ασύρματου μικροφώνου. Για την καταγραφή των 13506 συμπεριφορών τους, λεκτικών και μη, χρησιμοποιήθηκε η Ελληνική εκδοχή του Coaching Behavior Assessment System (Gr-CBAS). Η αξιοπιστία του οργάνου κυμάνθηκε σε αποδεκτά επίπεδα τόσο μεταξύ ανεξάρτητων παρατηρητών (Interobserver agreement, .74), όσο και μεταξύ παρατηρήσεων του ίδιου παρατηρητή (Intraobserver agreement, .79). Το CBAS περιλαμβάνει 12 κατηγορίες αντιδραστικών και αυθόρμητων συμπεριφορών. Βιντεοσκοπήθηκαν 30 προπονητικές μονάδες, τρεις για κάθε ομάδα. Οι δέκα προπονητές και 110 επαγγελματίες αθλητές των δέκα ομάδων που συμμετείχαν εθελοντικά, συμπλήρωσαν την αντίστοιχη Ελληνική έκδοση της κλίμακας αντίληψης της προπονητικής συμπεριφοράς (Gr-CBAS-PBS). Η ανωτέρω κλίμακα αξιολογεί την αντιλαμβανόμενη προπονητική συμπεριφορά μέσω μιας εφταβάθμιας κλίμακας Likert (1=ποτέ, 7=σχεδόν πάντα) που δηλώνει το πόσο συχνά επιδεικνύει ο προπονητής μια δεδομένη συμπεριφορά. Ωστόσο, κατά τη βιντεοσκόπηση της προπονητικής διαδικασίας και την καταγραφή των παρατηρήσεων χαρακτηριστικών της προπονητικής συμπεριφοράς μπορεί να καταγραφεί μόνο η συχνότητα εμφάνισης της κάθε συμπεριφοράς. Για να είναι εφικτή η συσχέτιση δεδομένων που αποκτήθηκαν από διαδικασίες συστηματικής παρατήρησης με την αντίληψη της προπονητικής συμπεριφοράς από μέρους των ίδιων των παικτών και των προπονητών, θα πρέπει να εκφράζονται όλα τα χαρακτηριστικά σε συγκρίσιμες μονάδες μέτρησης. Για τη συσχέτιση λοιπόν των ανωτέρω δεδομένων προτείνεται η μετατροπή των συχνοτήτων εμφάνισης της κάθε συμπεριφοράς σε εφταβάθμια κλίμακα. Η γενική τεχνική οδηγία, ήταν η προπονητική συμπεριφορά που κυριάρχησε από το σύνολο των καταγεγραμμένων συμπεριφορών (42,4%), ενώ ακολούθησαν η θετική ενίσχυση (15,3%) και οργάνωση (14,5%) καθώς και η γενική ενθάρρυνση και διορθωτική οδηγία (10,4% και 8% αντίστοιχα. Με τη διαδικασία της μετατροπής, τυποποιούνται τα παρατηρήσιμα χαρακτηριστικά της προπονητικής συμπεριφοράς, ώστε να είναι πλέον εφικτή η συσχέτισή τους με τις αντίστοιχες αντιλήψεις παικτών και προπονητών. Η παρούσα διαδικασία θα αποτελέσει σημαντικό εργαλείο στην προσπάθεια σύγκρισης των αποτελεσμάτων μικτών προσεγγίσεων μέτρησης στο πεδίο της έρευνας στην προπονητική και θα συμβάλει στην προσπάθεια εξαγωγής περισσότερο αξιόπιστων συμπερασμάτων από έρευνες οι οποίες χρησιμοποιούν μικτή μεθοδολογία συλλογής δεδομένων από συστηματική παρατήρηση και ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς.

**Λέξεις κλειδιά:** Τυποποίηση παρατηρήσιμων χαρακτηριστικών, coaching behavior assessment system, καλαθοσφαίριση

18299

## **ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΝ ΘΥΜΟ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ**

**Καζίλας Χ., Αθανηλίδης Ι., Μπεμπέτσος Ε.**

**Γερμανική Σχολή Θεσσαλονίκης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

**[kazilasb107@gmail.com](mailto:kazilasb107@gmail.com)**

## **COMPARISON BETWEEN ATHLETES AND STUDENTS TO AGGRESSION ANGER SOCIAL AND ANTISOCIAL BEHAVIOR**

**H. KazILAS , I. Athanailidis, E. Bebetsos**

**German School of Thessaloniki, Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.**

Σκοπός της έρευνας αυτής είναι να μελετήσει τον θυμό και την επιθετικότητα, την κοινωνική και αντικοινωνική συμπεριφορά μαθητών και αθλητών και να διαπιστώσει εάν υπάρχουν διαφορές μεταξύ τους, σε



σχέση με την ηλικία και το φύλο Στην έρευνα συμμετείχαν 156 μαθητές ηλικίας 16-18 χρόνων και 369 αθλητές 19-28 χρόνων και των δύο φύλων στα ομαδικά αθλήματα του ποδοσφαίρου, της καλαθοσφαίρισης, της χειροσφαίρισης και της υδατοσφαίρισης Όργανο μέτρησης ήταν τα ερωτηματολόγια των Maxwell & Moores, το οποίο χρησιμοποιήθηκε σε έρευνα(2005) για τη μέτρηση επιθετικότητας και οργής στον αγωνιστικό αθλητισμό και το ερωτηματολόγιο της κοινωνικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς στον αθλητισμό Kavussanu M(2009) Η στατιστική ανάλυση έγινε με το στατιστικό πακέτο του SPSS και τα αποτελέσματά έδειξαν: 1.Την ύπαρξη χαμηλών αλλά στατιστικά σημαντικών συσχετίσεων μεταξύ της αυτοεκτίμηση και των υπολοίπων μεταβλητών (κοινωνική και αντικοινωνική συμπεριφορά, και επιθετικότητα). Η κοινωνική συμπεριφορά εμφάνισε χαμηλή αλλά στατιστικά σημαντική συσχέτιση με την αντικοινωνική συμπεριφορά αλλά όχι με την επιθετικότητα. Η αντικοινωνική συμπεριφορά είχε υψηλή και θετική συσχέτιση με την επιθετικότητα. 2.Το t-test έδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αθλητών και μαθητών σε όλες τις μεταβλητές. Οι αθλητές εμφάνισαν υψηλότερες τιμές σε όλες τις μεταβλητές σε σχέση με τους μαθητές. 3.Το t-test μεταξύ των δύο φύλων στους αθλητές έδειξε την ύπαρξη στατιστικά σημαντικών διαφορών μόνο στην αυτοεκτίμηση. Στη μεταβλητή αυτή τα αγόρια εμφάνισαν στατιστικά σημαντικά χαμηλότερες τιμές από τα κορίτσια. 4.Η ανάλυση διακύμανσης έδειξε την ύπαρξη στατιστικά σημαντικών διαφορών μεταξύ των ηλικιακών ομάδων του δείγματος ως προς την επιθετικότητα ,το θυμό, την ταυτότητα και την αντικοινωνική συμπεριφορά Σε όλες τις περιπτώσεις μαθητές ηλικίας 15-18 χρονών και οι αθλητές 23-26 χρονών εμφάνισαν χαμηλότερες τιμές σε σχέση με τους αθλητές ηλικίας 19-22 χρονών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι στους αθλητές τα φαινόμενα θυμού ,επιθετικότητας κοινωνικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς παρατηρούνται συχνότερα από ότι στους μαθητές, ενώ στους αθλητές ηλικίας 19-22 χρόνων, ο θυμός, η επιθετικότητα ,η κοινωνική και αντικοινωνική συμπεριφορά βρίσκονται σε υψηλότερο βαθμό από τις άλλες ηλικιακές κατηγορίες. Από τα αποτελέσματα της στατιστικής ανάλυσης συμπεραίνουμε ότι: Στο μαθητικό αθλητισμό τα φαινόμενα αθλητικής και αντιαθλητικής συμπεριφοράς, είναι σπανιότερα από αυτά που συμβαίνουν στον συλλογικό αθλητισμό. Αύξηση της επιθετικότητας παρατηρείται στους αθλητές ηλικίας 19-22 χρόνων, φαινόμενο που έχει σχέση με την ανάδειξη, η την αναγνώριση του αθλητή, για την δημιουργία αθλητικής σταδιοδρομίας στο μέλλον

**Λέξεις κλειδιά:** επιθετικότητα, θυμός, αθλητές