



Θεματική Ενότητα: Αθλητική Ψυχολογία Προφορικές Ανακοινώσεις 20ου Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Section: Sports Psychology Oral Presentations of the 20th International Congress on Physical Education & Sport

15583

Η ΕΧΘΡΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑΞΥ ΔΥΟ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΤΗΣ ΙΔΙΑΣ ΠΟΛΗΣ ΚΑΙ Η ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΧΘΡΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΤΗΣ ΓΕΙΤΟΝΙΚΗΣ ΠΟΛΗΣ.

Βιολντζή Κ., Παπαδόπουλος Δ.

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΒΑΛΑΣ, ΤΕΙ ΚΑΒΑΛΑΣ

kristaliavel2@hotmail.com

THE HOSTILITY BETWEEN TWO SPORTS TEAMS CITY AND THE COMPARISON TO THE HOSTILITY TOWARD THE TEAM OF A NEIGHBORING CITY.

K. Violntzi, D. Papadopoulos

TECHNOLOGICAL EDUCATIONAL INSTITUTE OF KAVALA, TEI KAVALA

Στις μέρες μας η αντιπαλότητα μεταξύ γειτονικών πόλεων εκφράζεται κυρίως μέσω των αθλητικών τους ομάδων, σε τέτοιο μάλιστα βαθμό, που να αναπτύσσεται ισχυρή εχθρότητα ανάμεσα στους οπαδούς των ομάδων. Ωστόσο και η αντιπαλότητα μεταξύ των αθλητικών ομάδων της ίδιας πόλης και η εχθρότητα των οπαδών τους θεωρούνται εξαιρετικά υψηλές. Σύμφωνα με τον Tajfel (1982), η ανάπτυξη σύγκρουσης μεταξύ μελών κοινωνικών ομάδων οφείλεται στο ότι τα άτομα παρακινούνται να καθορίσουν τον εαυτό τους με βάση την ταύτισή τους με διάφορες κοινωνικές ομάδες, οι οποίες διαθέτουν θετική και διακριτή υπόσταση. Τα άτομα θέλουν να αισθάνονται ότι η ομάδα στην οποία ανήκουν είναι καλύτερη από τις άλλες, αφού μια τέτοια παραδοχή ενισχύει την αυτοεκτίμησή τους. Προϋποτίθεται επομένως μια σύγκριση με άλλη ή άλλες ομάδες. Ωστόσο, οι συγκρίσεις αυτές δεν είναι σχεδόν ποτέ αμερόληπτες και ως εκ τούτου επέρχονται οι συγκρούσεις. Η ταύτιση του οπαδού με την αθλητική ομάδα θεωρείται μια μορφή κοινωνικής ταύτισης (Jimenez και συν., 2007). Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να προσδιοριστεί η εχθρότητα των οπαδών προς τις αντίπαλες ομάδες της ίδιας και της γειτονικής πόλης και να καθοριστεί η επίδραση της ταύτισης με την ομάδα πάνω στην εχθρότητα που αισθάνονται οι οπαδοί. Για την επίτευξη του ερευνητικού σκοπού επελέγησαν ως δείγμα οπαδοί των ομάδων του Βόλου, Ολυμπιακού (Α' επαγγελματική κατηγορία ποδοσφαίρου) και Νίκης (Δ' κατηγορία ποδοσφαίρου). Ως ομάδα αναφοράς από γειτονική πόλη επιλέχθηκε η Α.Ε. Λάρισας (Α' επαγγελματική κατηγορία ποδοσφαίρου). Μεταξύ των δύο πόλεων αλλά και των ομάδων τους υπάρχει μια παραδοσιακή αντιπαλότητα. Ισχυρή αντιπαλότητα υπάρχει επίσης και μεταξύ των οπαδών του Ολυμπιακού και της Νίκης. Οι συμμετέχοντες στο δείγμα ήταν 300 οπαδοί (N=300), 150 του Ολυμπιακού και 150 της Νίκης. Η ταύτιση με την αθλητική ομάδα μετρήθηκε με το όργανο Sport Spectator Identification Scale, όπως προσαρμόστηκε για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Theodorakis και συν. (2007). Η εχθρότητα προς τις αντίπαλες ομάδες μετρήθηκε με μια κλίμακα που δημιουργήθηκε με βάση την έκφραση των συναισθημάτων των οπαδών για τις αντίπαλες ομάδες σε ιστοσελίδες. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι οπαδοί της μικρότερης σε αγωνιστικό κύρος ομάδας μιας πόλης, τρέφουν μεγαλύτερη εχθρότητα για την άλλη ομάδα της πόλης, παρά για αυτήν της γειτονικής πόλης. Οι οπαδοί της μεγαλύτερης σε αγωνιστικό κύρος ομάδας, τρέφουν ισόποση εχθρότητα για τις άλλες δύο ομάδες. Η ταύτιση με την ομάδα επιτείνει την εχθρότητα, αλλά δεν αλλάζει τις προαναφερθείσες σχέσεις.

Λέξεις κλειδιά: εχθρότητα, γειτονικών, ομάδων

15600

drsjalali@yahoo.com

RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND BURN OUT IN MALE ELITE JUDO ATHLETES

S. Jalali, L. sabbaghaian Rad, M. Sedighi, A. Movahedi

Assistant professor, Physical Education and Sport Science , Research and Science branch ,Islamic Azad University, Tehran , Isfahan university, Physical Education and Sport Science

The purpose of this study was to investigate the relationship between positive and negative perfectionism with burn-out of male elite judo athletes. 126 male judo athletes with the ages range from 21.95±3.82 and 15.76±4.34 years of athletic background and 10.57±4.21 years of competition background which were participating in premier league of male judo athletes in Iran in 2011 were selected voluntarily. they completed the revised form of positive and negative perfectionism (House and Papacies, 2004) and the athlete burn-out questionnaire (Ruddick and Smith, 2001). Spearman correlation coefficient and multivariate regression model were been applied to analyze the data using SPSS software ($p \leq 0.05$). The results revealed that the positive perfectionism has a significant and negative relation with the overall level of burn-out and all its aspects including less improvement mood, physical/emotional exhaustion and worthless sensation about the athletic activity ($p \leq 0.05$). Conversely there was a significant and negative relation between negative perfectionism and its dimensions ($p \leq 0.05$). Regression analysis results showed that positive perfectionism ($\beta = -0.741$, $\rho < 0.001$) and negative perfectionism ($\beta = 1.21$, $\rho < 0.002$) are significant determinants of the male elite judo athletes' burn out which absolutely explains the 24.2 percent of changes in this variable. The findings exhibit that burn-out and its dimensions had a reverse and a direct relation with the positive and negative perfectionism respectively.

Λέξεις κλειδιά: perfectionism, Burn out, Judo athletes

15777

ΘΕΤΙΚΗ ΚΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΑΥΤΟ-ΟΜΙΛΙΑ ΣΕ ΝΕΑΡΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ: ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟ ΣΤΟΧΩΝ ΚΑΙ ΚΛΙΜΑ ΠΑΡΑΚΙΝΗΣΗΣ

Τζατζάκη Θ., Χατζηγεωργιάδης Α., Ζουρμπάνος Ν., Παπαϊωάννου Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α .

theodoratza@yahoo.com

POSITIVE AND NEGATIVE SELF-TALK IN YOUNG ATHLETES: THE RELATIONSHIP WITH GOALS ORIENTATION AND MOTIVATIONAL CLIMATE

T. Tzatzaki, A. Hatzigeorgiadis, N. Zourbanos, A. Papaioannou

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

Μελετώντας την επιστημονική βιβλιογραφία διαπιστώνουμε το μεγάλο κενό όσον αφορά στους παράγοντες που επηρεάζουν την αυτο-ομιλία, αλλά και την σημαντική επίδραση αυτής στα συναισθήματα, στην συμπεριφορά και κατά κύριο λόγο στην απόδοση των αθλητών. Λαμβάνοντας, επίσης, υπόψη τον σημαντικό ρόλο των χαρακτηριστικών προδιάθεσης αλλά και των κοινωνικών παραγόντων του αθλητικού περιβάλλοντος στις γνωστικές διεργασίες των αθλητών η παρούσα έρευνα είχε σκοπό να εξετάσει σε ποιο βαθμό ο προσανατολισμός στόχων και το αντιλαμβανόμενο κλίμα παρακίνησης που δημιουργείται από τον προπονητή μπορούν να προβλέψουν την θετική και αρνητική αυτο-ομιλία νεαρών αθλητών. Το δείγμα αποτελούνταν από 381 νεαρούς αθλητές (μέσος όρος ηλικίας 14.17 χρόνια) που έπαιρναν μέρος σε ομαδικά και ατομικά αθλήματα. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την Κλίμακα Αυτο-ομιλίας στον Αθλητισμό (ΚΑΑ), το Ερωτηματολόγιο του Προσανατολισμού στο Εγώ και στο Καθήκον (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire - TEOSQ) και το Ερωτηματολόγιο του Αντιλαμβανόμενου Κλίματος Παρακίνησης στον Αθλητισμό (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2). Ανάλυση συσχέτισης έδειξε ότι το κλίμα παρακίνησης με έμφαση στην μάθηση σχετίζεται θετικά με διαστάσεις της αυτο-ομιλίας που αφορούνε εμπύχωση, αυτοπεποίθηση και καθοδήγηση. Ενώ αντίθετα, το κλίμα παρακίνησης με έμφαση στην απόδοση σχετίζεται θετικά με διαστάσεις της αυτο-ομιλίας που αφορούνε ανησυχία, σκέψεις εγκατάλειψης, μη σχετικές σκέψεις και σωματική κούραση. Επιπλέον, μετά από μια σειρά αναλύσεων παλινδρόμησης, το κλίμα παρακίνησης προέκυψε ως σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης της αυτο-ομιλίας των αθλητών απ' ότι ο προσανατολισμός στόχων. Συγκεκριμένα, τα ευρήματα μας έδειξαν ότι το κλίμα παρακίνησης με έμφαση στη μάθηση προέβλεψε θετικά διαστάσεις της θετικής αυτο-ομιλίας και αρνητικά διαστάσεις της αρνητικής αυτο-ομιλίας, ενώ το κλίμα παρακίνησης με έμφαση στην απόδοση προέβλεψε θετικά διαστάσεις της αρνητικής αυτο-

ομιλίας. Η υπεροχή του κλίματος παρακίνησης, σε σύγκριση με τον προσανατολισμό στόχων, στην πρόβλεψη της αυτο-ομιλίας αποτελεί σημαντικό εύρημα, αφού η διαμόρφωση κατάλληλου αθλητικού περιβάλλοντος μπορεί να υπερισχύσει της προδιάθεσης στην ενίσχυση της επιθυμητής αυτο-ομιλίας.

Λέξεις κλειδιά: περιεχόμενο σκέψεων, προπονητής, αθλητής

16085

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΥΤΟΟΜΙΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΕ ΝΕΑΡΟΥΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΕΣ

Γαλάνης Ε., Ζουρμπάνος Ν., Κρομμύδας Χ., Χατζηγεωργιάδης Α.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

v.galanis@hotmail.com

THE EFFECTS OF A SELF-TALK INTERVENTION PROGRAM ON SPORT PERFORMANCE IN YOUNG SWIMMERS

E. Galanis, N. Zourbanos, C. Krommidas, A. Hatzigeorgiadis

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

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εξετάσει την αποτελεσματικότητα ενός παρεμβατικού προγράμματος αποτελούμενο από την εκμάθηση και την εξάσκηση της γνωστικής στρατηγικής της αυτο-ομιλίας πάνω στην αθλητική απόδοση νεαρών κολυμβητών/τριών. Στη μελέτη συμμετείχαν 41 νεαροί κολυμβητές/τριες (21 ομάδα παρέμβασης, 20 ομάδα ελέγχου) με μέσο όρο ηλικίας 14,59 ($\pm 1,58$) χρόνια. Η ομάδα παρέμβασης διδάχτηκε και εξασκήθηκε πάνω στη γνωστική στρατηγική της αυτο-ομιλίας για 10 εβδομάδες, ενώ η ομάδα ελέγχου δέχθηκε μόνο την επίδραση της φυσικής προπόνησης της κολύμβησης. Μετρήσεις χρονομέτρου μέγιστης προσπάθειας πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια μίας προπόνησης πριν από το πρόγραμμα παρέμβασης και μίας προπόνησης μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος παρέμβασης. Οι μετρήσεις έγιναν στο περιβάλλον της προπόνησης, οι οποίες ωστόσο περιγράφηκαν ως τεστ για τους επικείμενους αγώνες στα αγωνίσματα 50μ. ελευθέρου και στα 50μ. του ατομικού στυλ του κάθε κολυμβητή/τριας. Αναλύσεις διακύμανσης έδειξαν ότι η ομάδα παρέμβασης είχε στατιστικά σημαντική βελτίωση τόσο στο τεστ των 50μ. ελευθέρου, όσο και στο τεστ των 50μ. του ατομικού στυλ του κάθε κολυμβητή/τριας. Συνολικά, τα αποτελέσματα ανέδειξαν ότι η συστηματική χρήση της γνωστικής στρατηγικής της αυτο-ομιλίας μπορεί να είναι αποτελεσματική για την βελτίωση της αθλητικής απόδοσης.

Λέξεις κλειδιά: προπόνηση ψυχολογικών δεξιοτήτων, αθλητική απόδοση - κολύμβηση, αυτο-ομιλία

16171

ΜΕΤΡΗΣΗ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΘΥΜΟΥ ΣΕ ΣΧΟΛΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Καζίλας Χ., Αθανηλίδης Ι., Πρώϊος Μ.

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

Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

kazilasb107@yahoo.gr

MEASUREMENT OF AGGRESSION AND ANGER AT SCHOOL GAMES BASKETBALL

C. Kazilas, I. Athanailidis, M. Proios

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

Η σχέση μεταξύ αθλητισμού και επιθετικότητας είναι ιδιαίτερα σημαντική, για όσους επιθυμούν να χρησιμοποιούν τον αθλητισμό ως τρόπο εκτόνωσης και ηθικής ανάπτυξης. Προηγούμενες έρευνες έχουν αποκαλύψει αντιφατικά συμπεράσματα. Η παρούσα μελέτη αξιολόγησε το σύνολο των κοινωνικών και αντικοινωνικών συμπεριφορών και την επιθετικότητα σε ομαδικά αθλήματα σε 150 αθλητές-μαθητές/τριες σε σχολικούς αγώνες. σχολικούς αγώνες μπάσκετ και ποδοσφαίρου. Εξετάστηκαν. η επιθετικότητα των παικτών, η εξαπάτηση και η ασέβεια απέναντι στους κανονισμούς ανάλογα με το φύλο, Τα ευρήματα της μελέτης έδειξαν ότι η επιθετικότητα των αθλητών ήταν περισσότερο αποδεκτή από ότι των αθλητριών Σε ότι αφορά τον παράγοντά θυμό βρέθηκαν διαφορές στον θυμό προσανατολισμένος προς το εγώ, όπου τα αγόρια έδειξαν χαμηλότερες τιμές από τα κορίτσια, ενώ στον παράγοντα θυμό που συνδέεται με επιθετικότητα υψηλότερες τιμές από τα κορίτσια Σύμφωνα δε με τα συμπεράσματα της έρευνας φαίνεται ότι το ερωτηματολόγιο το οποίο χρησιμοποιήθηκε και σε άλλες διεθνείς έρευνες, είναι ένα χρήσιμο όργανο για τη μέτρηση του θυμού και της επιθετικότητας των αθλητών ,συμφωνώντας με τα αποτελέσματα της έρευνας των Maxwell & Moores (2005) όπου και χρησιμοποιήθηκε

Λέξεις κλειδιά: social and antisocial behaviors, aggression, anger

16414

ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΟΜΑΔΑΣ & ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Κούπας Δ., Μπεμπέτσος Ε., Μαυρίδης Γ., Ρόκκα Σ., Καμπάς Α.

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

srokka@phyed.duth.gr

RELATIONSHIPS BETWEEN GROUP ENVIRONMENT AND COACHING BEHAVIOUR IN FEMALE HANDBALL PLAYERS

D. Koupas, E. Bebetsos, G. Mavridis, S. Rokka, A. Kambas

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

Η σχέση που αναπτύσσουν οι αθλητές/τριες με τους προπονητές τους είναι πολύ σημαντική, γιατί επηρεάζει την ποιότητα της προπόνησης, τη διαμόρφωση του κλίματος της ομάδας, τους προσωπικούς προσανατολισμούς των αθλητών/τριών και την απόδοσή τους στον αγώνα. Οι προπονητές συνήθως αποφασίζουν για τη μέθοδο προπόνησης, ρυθμίζουν τους κανόνες μέσα στην ομάδα και επειδή οι αποφάσεις τους αφορούν κυρίως τις ενέργειες των αθλητών/τριών, είναι σημαντικό αυτές να γίνονται αποδεκτές. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εξετάσει τη σχέση μεταξύ του κλίματος περιβάλλοντος ομάδας και της αντιλαμβανόμενης συμπεριφοράς του προπονητή σε αθλήτριες χειροσφαίρισης εθνικών κατηγοριών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 122 αθλήτριες, από την Α1 (n=64), Α2 (n=36) και Β' (n=22) εθνική κατηγορία γυναικών, με μέσο όρο ηλικίας $23,76 \pm 6,84$ έτη, και χρόνων παραμονής στην ίδια ομάδα $6,5 \pm 2,31$ έτη. Για την αξιολόγηση του περιβάλλοντος ομάδας χρησιμοποιήθηκε το Group Environment Questionnaire (Eys, Carron, Bray & Brawley, 2007), τροποποιημένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Αγγελονίδη, Κάκκο, Ζέρβα και Ψυχουντάκη (1994). Το ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει 18 ερωτήσεις και 4 παράγοντες: ατομική έλξη/εμπλοκή στο ομαδικό έργο, ατομική έλξη/εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις, ομαδικό έργο και κοινωνικές σχέσεις. Επίσης, για την αξιολόγηση της αντιλαμβανόμενης συμπεριφοράς του προπονητή χρησιμοποιήθηκε το Coaching Behaviour Questionnaire (CBQ, Williams, Jerome, Kenow, Rogers, Sartain & Darland, 2003), το οποίο έχει προσαρμοστεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Zourbanos, Hatzigeorgiadis & Theodorakis, 2007) με 15 ερωτήσεις και δύο παράγοντες: υποστηρικτική συμπεριφορά και αρνητική συμπεριφορά. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν ανώνυμα από τις αθλήτριες στην προπόνηση, απουσία του προπονητή στην αρχή της αγωνιστικής περιόδου 2011. Οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των κλιμάκων των δύο ερωτηματολογίων κυμάνθηκαν σε αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's α από .76 έως .84). Από την ανάλυση συσχετίσεων προέκυψε ότι η υποστηρικτική συμπεριφορά του προπονητή, είχε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με την ατομική έλξη/εμπλοκή στο ομαδικό έργο ($p < .01$), ατομική έλξη/εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις ($p < .01$), καθώς και με το ομαδικό έργο ($p < .01$). Αντίστοιχα, η αρνητική συμπεριφορά του προπονητή δεν σχετιζόταν με κανέναν παράγοντα του περιβάλλοντος ομάδας. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με αυτά ανάλογων ερευνών που υποστηρίζουν ότι οι προπονητές έχουν την ικανότητα να εμπνέουν κάθε αθλητή να εκτελεί στο καλύτερο δυνατό επίπεδο, είναι υπεύθυνοι για το σωστό σχεδιασμό της προπόνησης και της απόδοσης των αθλητών/τριών, για τη δημιουργία ενός αθλητικού περιβάλλοντος που θα οδηγήσει στην επίτευξη των στόχων και την καλή ατμόσφαιρα της ομάδας.

Λέξεις κλειδιά: περιβάλλον ομάδας, συμπεριφορά προπονητή, αθλήτριες χάντμπολ

15566

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΙΔΙΩΤΙΚΟΥ - ΔΗΜΟΣΙΟΥ ΤΟΜΕΑ

Κρούπης Η., Κούλη Ο., Τσακογιάννης Ι., Μαυρομάτης Γ., Κουρτέσης Θ.

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

ikroupis@phyed.duth.gr

JOB SATISFACTION AND BURNOUT AMONG PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN PRIVATE AND PUBLIC SECTOR

I. Kroupis, O. Kouli, I. Tsakogiannis, G. Mavrommatis, T. Kourtessis

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

Οι επαγγελματικά ικανοποιημένοι εκπαιδευτικοί φαίνεται να επηρεάζουν θετικά την απόδοση των μαθητών/τριών. Επίσης φαίνεται ότι η εμφάνιση επαγγελματικής εξουθένωσης σε εκπαιδευτικούς επηρεάζει αρνητικά την ακαδημαϊκή επίδοση μαθητών/τριών. Ο σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να ερευνηθεί πιθανές διαφορές και σχέσεις ως προς την αντιλαμβανόμενη επαγγελματική ικανοποίηση και επαγγελματική εξουθένωση καθηγητών φυσικής αγωγής (Κ.Φ.Α.) ιδιωτικών και δημοσίων σχολείων, καθώς και σε σχέση με τις αθλητικές υποδομές των σχολείων τους. Συμμετείχαν 282 Κ.Φ.Α. άνδρες και γυναίκες (Μ.Ο. = 43,6, Τ.Α. = 5,45), π/βάθμιας και δ/βάθμιας

εκπαίδευσης του Νομού Αττικής, 100 από τον ιδιωτικό και 182 από το δημόσιο τομέα. Για την αξιολόγηση της επαγγελματικής ικανοποίησης, χρησιμοποιήθηκε το Employee Satisfaction Inventory (ESI, Koustelios, 1991; Koustelios & Bagiatis, 1997), το οποίο είναι προσαρμοσμένο για τον ελληνικό πληθυσμό (Koustelios & Kousteliou, 1998). Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελείται από 24 ερωτήσεις, που αντιπροσωπεύουν 6 διαστάσεις της επαγγελματικής ικανοποίησης: «συνθήκες εργασίας», «μισθός», «προαγωγή», «φύση εργασίας», «προϊστάμενος», «οργανισμός συνολικά». Για την επαγγελματική εξουθένωση, χρησιμοποιήθηκε το Maslach Burnout Inventory (MBI, Maslach & Jackson, 1986), το οποίο έχει τροποποιηθεί για τον ελληνικό πληθυσμό (Kantas & Vassilaki, 1997). Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελείται από 22 ερωτήσεις και μετρά τις τρεις διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης: «συναισθηματική εξάντληση», «έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων» και «αποπροσωποποίηση». Στη συγκεκριμένη έρευνα οι ανεξάρτητες μεταβλητές ήταν 4: ο τομέας εκπαίδευσης (ιδιωτικό, δημόσιο), οι αθλητικές υποδομές, (φτωχή, ικανοποιητική και πολύ ικανοποιητική), το φύλο και η βαθμίδα εκπαίδευσης (π/βάθμια, δ/βάθμια, π+δ/βάθμια). Οι εξαρτημένες μεταβλητές ήταν 9. Οι 6 από το ερωτηματολόγιο ESI και 3 από το ερωτηματολόγιο MBI. Από τα αποτελέσματα προέκυψε αρνητική συσχέτιση επαγγελματικής ικανοποίησης και επαγγελματικής εξουθένωσης, γεγονός που φαίνεται να επιβεβαιώνεται και από άλλες έρευνες. Οι Κ.Φ.Α του ιδιωτικού τομέα καθώς και σχολείων με πολύ ικανοποιητική υποδομή εμφάνισαν υψηλότερη επαγγελματική ικανοποίηση και χαμηλότερη επαγγελματική εξουθένωση. Οι Κ.Φ.Α της π+δ/βάθμιας εκπαίδευσης εμφάνισαν υψηλότερη επαγγελματική ικανοποίηση και της δ/θμιας χαμηλότερη επαγγελματική εξουθένωση. Αναφορικά με το φύλο, δεν προέκυψαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την επαγγελματική ικανοποίηση και εξουθένωση. Από τα αποτελέσματα προκύπτουν τα συμπεράσματα ότι οι Κ.Φ.Α. που εργάζονται σε ιδιωτικά σχολεία ή σε σχολεία με πολύ ικανοποιητική υποδομή ή ανήκουν στη δ/βάθμια εκπαίδευση φαίνεται να εμφανίζονται περισσότερο επαγγελματικά ικανοποιημένοι και λιγότερο επαγγελματικά εξουθενωμένοι. Άρα η βελτίωση των αθλητικών υποδομών και ίσως η συμμετοχή των Κ.Φ.Α και στις δύο βαθμίδες εκπαίδευσης, ενδεχομένως να αύξαναν την επαγγελματική τους ικανοποίηση και να μείωναν την επαγγελματική τους εξουθένωση. Αυτό με τη σειρά του θα μπορούσε να συνδράμει θετικά ως προς το στόχο για ένα ποιοτικότερο μάθημα, κάτι που θα είχε αντίκτυπο στην επίδοση και απόδοση των μαθητών/τριών.

Λέξεις κλειδιά: αθλητική υποδομή, ιδιωτικό σχολείο, δημόσιο σχολείο

16037

ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ & ΒΑΣΙΚΩΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΣΤΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΕΡΟΜΠΙΚ

Λάσκαρη Μ., Σουφλήρη Π., Τσαμίλης Β., Ρόκκα Σ., Μαυρίδης Γ., Τσίτσκαρη Ε.

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

srokka@phyed.duth.gr

RELATIONSHIPS BETWEEN MOTIVES FOR EXERCISE & BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS TO WARD GROUP AEROBIC PROGRAMS

M. Laskari, P. Soufleri, V. Tsamilis, s. Rokka, G. Mavridis, E. Tsitskari

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

Σύμφωνα με τη θεωρία του αυτοκαθορισμού, ο βαθμός στον οποίο ικανοποιούνται οι βασικές ψυχολογικές ανάγκες καθορίζει το βαθμό στον οποίο τα κίνητρα του ατόμου για άσκηση, θα είναι αυτοκαθοριζόμενα ή όχι. Σκοπός της εργασίας, ήταν να διερευνήσει τη σχέση ανάμεσα στην ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών και τους τύπους ρύθμισης της συμπεριφοράς ως προς την άσκηση, από την προοπτική της θεωρίας του αυτοκαθορισμού. Στην έρευνα συμμετείχαν 149 γυναίκες, από ιδιωτικά γυμναστήρια του Ν. Δράμας, με ηλικία 22 έως 41 έτη (Μ.Ο. ηλικίας $29 \pm 6,53$ έτη), και μέσο όρο χρόνων συστηματικής συμμετοχής σε οργανωμένα προγράμματα χορευτικού αερόμπικ $3,5 \pm 1,2$ χρόνια. Ως όργανα μέτρησης χρησιμοποιήθηκαν: α) η κλίμακα Ρύθμισης της Συμπεριφοράς στην Άσκηση (BREQ-2; Markland & Tobin, 2004), τροποποιημένη για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Moustaka, Vlachoroulo, Vazou, Kaperoni και Markland (2010), με 19 θέματα σε πέντε υποκλίμακες: εξωτερική ρύθμιση, εσωτερική πίεση, αναγνωρίσιμη ρύθμιση, ολοκληρωμένη ρύθμιση και έλλειψη παρακίνησης. Οι απαντήσεις δίνονταν σε 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert από το 0 (σίγουρα όχι) έως το 4 (σίγουρα ναι). Και β) η κλίμακα Βασικών Ψυχολογικών Αναγκών στην Άσκηση (Vlachoroulos & Michailidou, 2006), με 12 θέματα ομαδοποιημένα σε 3 παράγοντες: Αυτονομία, Ικανότητα και Κοινωνικές Σχέσεις και τις απαντήσεις να δίνονται σε 5βάθμια κλίμακα από το 1 (δε συμφωνώ) έως το 5 (συμφωνώ πάρα πολύ). Η ανάλυση αξιοπιστίας έδειξε ότι οι δείκτες εσωτερικής συνέπειας των υποκλιμάκων και των δύο οργάνων μέτρησης, κυμάνθηκαν σε

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

* The participation in the congress with an oral presentation is certified through this electronic file.

αποδεκτά επίπεδα (Cronbach's alpha από .72 έως .92). Από την ανάλυση περιγραφικής στατιστικής, διαπιστώθηκε ότι οι ασκούμενες παρουσίασαν υψηλό επίπεδο κινήτρων συμμετοχής, χαμηλό σκορ απουσίας παρακίνησης και υψηλούς μέσους όρους στην ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών. Η ανάλυση συσχέτισης (correlations), έδειξε ότι η αυτονομία και η ικανότητα είχαν σημαντική θετική συσχέτιση με την αναγνωρίσιμη και την ολοκληρωμένη ρύθμιση και αρνητική με την εξωτερική ρύθμιση και την έλλειψη παρακίνησης. Αντίστοιχα, οι κοινωνικές σχέσεις σχετίζονταν αρνητικά με την έλλειψη παρακίνησης και θετικά με την αναγνωρίσιμη και την ολοκληρωμένη ρύθμιση. Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας προέκυψε ότι η ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών έχει ως αποτέλεσμα την ενεργοποίηση των αυτο-καθοριζόμενων εξωτερικών κινήτρων, την αυτοκαθοριζόμενη συμπεριφορά του ασκούμενου για το πρόγραμμα και τη συστηματική συμμετοχή. Επίσης, δίνει το έναυσμα για περαιτέρω μελέτη στο πως οι άνθρωποι θα υιοθετήσουν και θα εσωτερικεύσουν συμπεριφορές υγείας όπως η τακτική συμμετοχή στα ομαδικά προγράμματα αερόμπικ και στη φυσική δραστηριότητα.

Λέξεις κλειδιά: θεωρία του αυτοκαθορισμού, αυτονομία, κίνητρα συμμετοχής στην άσκηση

16838

ΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΡΥΘΜΙΣΗΣ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ-2 ΣΕ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ ΑΣΚΟΥΜΕΝΟΥΣ

Καπράλου Α., Μπεμπέτσος Ε., Βλαχόπουλος Σ., Αντωνίου Π.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών
akapralo@phyed.duth.gr

FACTOR STRUCTURE OF THE BEHAVIORAL REGULATION IN EXERCISE QUESTIONNAIRE-2 IN ELDERLY EXERCISE PARTICIPANTS

A. Kapralou, E. Bebetos, S. Vlachopoulos, P. Antoniou

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S. of Serres

Παρά τα ψυχολογικά και σωματικά οφέλη, που συνδέονται με τη συμμετοχή των ηλικιωμένων ατόμων σε τακτική σωματική άσκηση, τα άτομα δεν υιοθετούν θετική συμπεριφορά προς την άσκηση, και για το λόγο αυτό γίνεται εμφανής η ανάγκη για αποτελεσματικές παρεμβάσεις ώστε να αντιστραφούν αυτές οι τάσεις. Σκοπός αυτής της μελέτης ήταν να εξετάσει την παραγοντική δομή της Κλίμακας Ρύθμισης της Συμπεριφοράς στην Άσκηση-2 (Markland & Tobin, 2004) σε άτομα τρίτης ηλικίας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 148 ηλικιωμένοι ασκούμενοι, (16 άνδρες & 132 γυναίκες) με ηλικία από 64 έως 81 ετών, οι οποίοι συμμετείχαν σε προγράμματα άσκησης στο Κ.Α.Π.Η του Δήμου Ξάνθης. Ως όργανο μέτρησης, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Ρύθμισης Συμπεριφοράς στην Άσκηση-2, προσαρμοσμένη για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Moustaka, Vlachopoulos, Vazou, Kareroni και Markland (2010), σε ενήλικες. Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 19 δηλώσεις αυτό-αναφοράς και αναπτύχθηκε για να μετρήσει τα κίνητρα συμμετοχής για άσκηση. Αποτελείται από πέντε υποκλίμακες που μετρούν: α) την εξωτερική ρύθμιση, β) την εσωτερική πίεση, γ) την αναγνωρίσιμη ρύθμιση, δ) την εσωτερική παρακίνηση και ε) την έλλειψη κινήτρων. Οι απαντήσεις δίνονταν σε μία 5-βάθμια κλίμακα από το 0 ("Σίγουρα όχι") έως το 4 ("Σίγουρα ναι"). Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου έγινε με τη μέθοδο της συνέντευξης πρόσωπο με πρόσωπο (face-to-face interview) καθώς είναι λιγότερο επιβαρυντική από τη μέθοδο της αυτό-συμπλήρωσης και προτείνεται για ηλικιωμένα άτομα με χαμηλό μορφωτικό επίπεδο και προβλήματα όρασης όπως τα περισσότερα άτομα του δείγματος. Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από τους συμμετέχοντες τον πρώτο μήνα έναρξης των προγραμμάτων στο χώρο άσκησης. Τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την παραγοντική δομή της κλίμακας σε ηλικιωμένους ασκούμενους και ενισχύουν τα αποτελέσματα των Moustaka, Vlachopoulos, Vazou, Kareroni και Markland (2010), οι οποίοι εξέτασαν την παραγοντική δομή της κλίμακας σε ενήλικες ασκούμενους. Συγκεκριμένα, η παραγοντική ανάλυση και η ανάλυση αξιοπιστίας επιβεβαίωσαν την ύπαρξη πέντε παραγόντων της Κλίμακας Ρύθμισης της Συμπεριφοράς στην Άσκηση-2 σε ηλικιωμένους ασκούμενους. Η αξιολόγηση της αξιοπιστίας της κλίμακας έγινε με την εκτίμηση της εσωτερικής συνοχής των υποκλιμάκων. Επίσης, οι δείκτες εσωτερικής συνοχής Cronbach α βρίσκονταν σε ικανοποιητικά επίπεδα και για τις πέντε υποκλίμακες ($\alpha > .75$). Τα ευρήματα αυτά προσφέρουν υποστήριξη στα ψυχομετρικά χαρακτηριστικά της Κλίμακας Ρύθμισης της Συμπεριφοράς στην Άσκηση-2 και πιστοποιούν τη δυνατότητα χρήσης της σε ηλικιωμένους ασκούμενους.

Λέξεις κλειδιά: κλίμακα ρύθμισης της συμπεριφοράς, Τρίτη ηλικία, άσκηση

16928

Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟ-ΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΜΕ ΤΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟ-ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ

Λεπτοκαριδου Ε., Βλαχόπουλος Σ., Γιαγκάζογλου Π.

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών

leptokar@yahoo.gr

THE RELATIONSHIP OF PFYSICAL SELF-PERCEPTIONS WITH FREQUENCY OF EXERCISE PARTICIPATION BASED ON THE SELF-ENHANCEMENT HYPOTHESIS

E. Leptokaridou, S. Vlachopoulos, P. Giagazoglou

Aristotle University of Thessaloniki, D.P.E.S.S. of Serres

Σκοπός της συγκεκριμένης έρευνας ήταν η διερεύνηση της σχέσης των τεσσάρων διαστάσεων της σωματικής αυτο-εκτίμησης με την εβδομαδιαία συχνότητα της άσκησης με βάση την υπόθεση της αυτο-ενίσχυσης. Το δείγμα αποτέλεσαν 595 ενήλικες Έλληνες, (268 άνδρες και 327 γυναίκες), η ηλικία των οποίων ήταν μεταξύ 18 και 64 ετών. Η αντίληψη της αθλητικής ικανότητας, της φυσικής κατάστασης, της ελκυστικότητας του σώματος και της σωματικής δύναμης αξιολογήθηκαν με το Μοντέλο της Σωματικής Αυτό-αντίληψης (PSPP) και η εβδομαδιαία συμμετοχή σε ήπιας, μέτριας και έντονης έντασης άσκησης με το ερωτηματολόγιο της Φυσικής Δραστηριότητας (GLTEQ). Για τη στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκαν τρεις αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης, μία για κάθε τύπο άσκησης, για τους άνδρες και τις γυναίκες αντίστοιχα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η υποκλίμακα της φυσικής κατάστασης έκανε ισχυρή πρόβλεψη της συχνότητας συμμετοχής στην έντονη άσκηση στους άνδρες και μέτρια πρόβλεψη στις γυναίκες. Επιπλέον η υποκλίμακα της αθλητικής ικανότητας έκανε χαμηλή πρόβλεψη της συμμετοχής των γυναικών στην έντονη άσκηση. Συμπερασματικά, φάνηκε ότι η φυσική κατάσταση αποτελεί σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης της συμμετοχής σε σωματική δραστηριότητα έντονης άσκησης και στα δύο φύλα.

Λέξεις κλειδιά: σωματική αυτο-αντίληψη, σωματική αυτο-εκτίμηση, σωματική δραστηριότητα