ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
Τμήμα Διαιτολογίας και Διατροφολογίας

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τίτλος: «Διερεύνηση χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα και της σχέσης τους με δημογραφικά χαρακτηριστικά».

Title: "Investigating personality traits of Professional Dietitians-Nutritionists employed in the private sector and their relationship with demographic characteristics".

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΦΟΙΤΗΤΗ

Καραμπελιά Ανθή (Α.Μ: 3521001)

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

Μπονώτη Φωτεινή

Τρίκαλα, 2024

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Περίληψη

Η προσωπικότητα των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων θεωρείται σημαντικός παράγοντας που επηρεάζει την επαγγελματική τους επίδοση, την αλληλεπίδραση με τους ασθενείς και την εξέλιξή τους. Ο στόχος της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας, συμπεριλαμβανομένου και του ιδιοσυγκρασιακού άγχους, των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα. Ειδικότερα, επιδιώκει να αναλύσει τη σχέση μεταξύ των παραγόντων προσωπικότητας και του ιδιοσυγκρασιακού άγχους με τα κοινωνικο-δημογραφικά, εκπαιδευτικά και εργασιακά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Η μεθοδολογία της μελέτης περιλάμβανε τη συλλογή δεδομένων μέσω, σταθμισμένων για τον ελληνικό πληθυσμό, ερωτηματολογίων που σχεδιάστηκαν για να αξιολογήσουν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας (NEO-FFI) και τα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους (TAI form X) των συμμετεχόντων. Στην έρευνα συμμετείχαν 120 Διατροφολόγοι-Διατροφολόγοι με πτυχίο οποιαδήποτε εκπαιδευτικής βαθμίδας, ηλικίας άνω των 25 ετών που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα. Η ανάλυση έδειξε σημαντικές σχέσεις μεταξύ των παραγόντων προσωπικότητας, του ιδιοσυγκρασιακού άγχους και των δημογραφικών χαρακτηριστικών. Ειδικότερα, οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονταν από 5 έως 10 έτη στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους, όπως και οι επαγγελματίες της πρώτης ηλικιακής ομάδας (25-35 ετών). Επιπλέον, τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους παρατηρήθηκαν στα άτομα που ήταν άγαμα. Ταυτόχρονα, τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού παρατηρήθηκαν στους Διαιτολόγους-Διατροφολόγους της πρώτης ηλικιακής ομάδας, καθώς και σε όσους ήταν άγαμοι. Επίσης, οι επαγγελματίες που εργάζονταν λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού συγκριτικά με εκείνους που εργάζονταν περισσότερες ώρες. Όσον αφορά τα συνολικά έτη εργασίας, τα χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού παρατηρήθηκαν σε Διαιτολόγους-Διατροφολόγους με 15 έως 20 έτη εμπειρίας. Τέλος, οι επαγγελματίες που διέθεταν δεύτερο πτυχίο παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα Ευσυνειδησίας. Τα ευρήματα υποδεικνύουν την ανάγκη για στοχευμένες εκπαιδευτικές παρεμβάσεις και επιμορφωτικά σεμινάρια που θα μπορούσαν να ενισχύσουν τις δεξιότητες και την επαγγελματική ανάπτυξη των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.

Λέξεις Κλειδιά

επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι, παράγοντες προσωπικότητας, μόνιμο/ιδιοσυγκρασιακό άγχος

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Abstract

The personality of health professionals, and in particular Dietitians-Nutritionists, has been recognized as a critical factor affecting their professional performance, interaction with patients and their overall professional development. The aim of this thesis is to investigate the personality traits, including trait anxiety, of Dietitians-Nutritionists employed in the private sector. In particular, it seeks to analyze the relationship between personality factors and trait anxiety with the socio-demographic, educational and work characteristics of the participants. The study methodology included data collection through questionnaires, previously weighted in the Greek population, designed to assess participants' demographic characteristics, personality traits (NEO-FFI), and trait anxiety (STAI) levels. 120 Nutritionists-Nutritionists with a degree of any educational level, over 25 years of age working in the private sector, participated in the survey. The analysis showed significant relationships between the personality factors, trait anxiety and the demographic characteristics. In particular, professional Dietitians-Nutritionists who worked from 5 to 10 years in the private sector in Greece presented the highest levels of trait anxiety, as did professionals in the first age group (25-35 years). In addition, the highest levels of trait anxiety were observed in those who were unmarried. At the same time, the highest levels of Neuroticism were observed among Dietitians-Nutritionists of the first age group, as well as among those who were unmarried. Also, professionals who worked less than 40 hours per week showed higher levels of Neuroticism compared to those who worked more hours. Regarding total years of work, the lowest levels of Neuroticism were observed in Dietitians-Nutritionists with 15 to 20 years of experience. Finally, professionals who had a second degree presented higher levels of Conscientiousness. The findings indicate the need for targeted educational interventions and training seminars that could enhance the skills and professional development of Dietitians-Nutritionists.

Keywords

Professional Dietitians-Nutritionists, personality traits, trait anxiety

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Ευχαριστίες

Αρχικά, θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα καθηγήτρια της πτυχιακής μου εργασίας, την καθηγήτρια του Τμήματος Διαιτολογίας και Διατροφολογίας, κα Μπονώτη Φωτεινή για την πολύτιμη βοήθειά και καθοδήγηση που μου πρόσφερε καθ' όλη της διάρκεια της εκπόνησης της προπτυχιακής μου εργασίας.

Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω από καρδιάς όλους τους καθηγητές και τις καθηγήτριες του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας για τις γνώσεις που μου παρείχαν αλλά και την αγάπη που μου μετέφεραν για την επιστήμη της Διατροφής. Αλλά και στον υπεύθυνο φορέα υποδοχής για την πολύτιμη βοήθειά του στα πλαίσια της πρακτικής μου άσκησης.

Έπειτα, είμαι ευγνώμων στην οικογένειά μου και ειδικότερα στην αδερφή μου Ιωάννα για την υποστήριξη που μου πρόσφεραν κατά την διάρκεια της απόκτησης του δεύτερου πτυχίου μου.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους τους συμφοιτητές, φίλους και τους ανθρώπους που ήταν δίπλα μου, σε όλη αυτή την προσπάθεια ώστε να πραγματοποιήσω το όνειρό μου και να καταφέρω να γίνω Διαιτολόγος-Διατροφολόγος.

Ανθή Καραμπελιά

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Περιεχόμενα

Κατάλογος Πινάκων ... 8

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ ... 9

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ... 9

2. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ... 12

2.1 Εισαγωγή ... 12

2.2 Εννοιολογική προσέγγιση της προσωπικότητας- Ορισμός προσωπικότητας ... 12

2.3 Οι θεωρίες της προσωπικότητας ... 15

2.3.1 Η τυπολογική θεωρία του Γαληνού ... 16

2.3.2 Η θεωρία του Sheldon ... 17

2.3.3 Η ψυχαναλυτική θεωρία του Freud ... 19

2.3.4 Η λεξικολογική (γλωσσική) προσέγγιση/υπόθεση της προσωπικότητας ... 21

2.4 Οι θεωρίες των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας ... 23

2.4.1 Η θεωρία του Gordon Allport ... 24

2.4.2 Η θεωρία του Raymond Cattell ... 26

2.4.3 Η θεωρία του Hans Eysenck ... 28

2.4.4 Το μοντέλο των (5) Πέντε Παραγόντων της Προσωπικότητας (Five-Factor Model of Personality/ Big Five Personality traits) ... 30

2.5 Μέθοδοι Εκτίμησης των Χαρακτηριστικών της Ανθρώπινης Προσωπικότητας ... 35

2.6 Το Μόνιμο ή Ιδιοσυγκρασιακό Άγχος ως παράγοντας προσωπικότητας. ... 36

2.7 Χαρακτηριστικά προσωπικότητας Επαγγελματιών Υγείας (συμπεριλαμβανομένων των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων). ... 37

2.8 Σκοπός της μελέτης ... 41

3. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ... 42

3.1 Εισαγωγή ... 42

3.2 Στόχος ... 42

3.3 Ερευνητικές υποθέσεις ... 43

3.4 Δείγμα ... 43

3.5 Ερευνητικά Εργαλεία-Ερωτηματολόγια και Άδειες χρήσεις ... 45

3.5.1 NEO- Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο της προσωπικότητας (NEO-FFI) ... 46

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

3.5.2 Κλίμακα μόνιμου /ιδιοσυγκρασιακού άγχους του Spielberger 47
3.6 Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων 48
3.7 Ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας 49
3.8 Καταγραφή και ανάλυση δεδομένων 49
4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ 51
4.1 Εισαγωγή 51
4.2 Χαρακτηριστικά του δείγματος 51
4.2.1 Κοινωνικο-Δημογραφικά χαρακτηριστικά 51
4.2.2 Εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά (Βαθμίδα εκπαίδευσης, δεύτερο πτυχίο, σεμινάρια/ συνέδρια σχετικά με τη διατροφή) 52
4.2.3 Εργασιακά χαρακτηριστικά (τομέας εργασίας, έτη εργασίας και ώρες εργασίας την εβδομάδα) 53
4.3 Συσχέτιση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και των δημογραφικών χαρακτηριστικών 55
4.3.1 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και του φύλου. 55
4.3.2 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ηλικιακής ομάδας. 55
4.3.3 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και οικογενειακής κατάστασης. ... 56
4.3.4 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και εκπαιδευτικής βαθμίδας. 56
4.3.5 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ωρών εργασίας/εβδομάδα. 57
4.3.6 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και είδους δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα. 57
4.3.7 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ετών εργασίας (άσκησης του επαγγέλματος) 58
4.3.8 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και κατοχής δεύτερου πτυχίου. 59
4.3.9 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και παρακολούθησης σεμιναρίων/συνεδρίων Διατροφής. 59
4.4 Συσχέτιση μεταξύ των (5) πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και των δημογραφικών χαρακτηριστικών. 60
4.4.1 Σχέση μεταξύ των πέντε παραγόντων προσωπικότητας και φύλου. 61
4.4.2 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ηλικιακής ομάδας. 63
4.4.3 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και οικογενειακής κατάστασης. 65
4.4.4 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και εκπαιδευτικής βαθμίδας. 67
4.4.5 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ωρών εργασίας ανά εβδομάδα. 69
4.4.6 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και είδους δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα. 72

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.7 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ετών εργασίας (άσκησης του επαγγέλματος). 74

4.4.8 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και κατοχής δεύτερου πτυχίου. 76

4.4.9 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και παρακολούθησης σεμιναρίων/ συνεδρίων που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. 78

5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ 80

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ 84

6.1 Περιορισμοί 85

6.2 Μελλοντική έρευνα 86

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ 87

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 94

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Κατάλογος Πινάκων

Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά που συλλέχθηκαν. 43
Πίνακας 2: Κατανομή του δείγματος ανά ηλικιακή ομάδα. 51
Πίνακας 3:Κατανομή του δείγματος με βάση την οικογενειακή τους κατάσταση. 51
Πίνακας 4: Κατανομή του δείγματος με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα. 52
Πίνακας 5: Κατανομή του δείγματος με βάση τα αντικείμενα σπουδών ως δεύτερο πτυχίο. 52
Πίνακας 6: Κατανομή του δείγματος με βάση το αν παρακολουθούν σεμινάρια /συνέδρια διατροφής. 53
Πίνακας 7: Κατανομή του δείγματος ανά τομέα εργασίας. 53
Πίνακας 8: Κατανομή του δείγματος με βάση τα έτη εργασίας. 54
Πίνακας 9: Κατανομή του δείγματος με βάση τις συνολικές ώρες εργασίας ανά εβδομάδα. 54
Πίνακας 10: Ελάχιστες και μέγιστες τιμές, μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους στο δείγμα. 55
Πίνακας 11: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την ηλικιακή ομάδα. 56
Πίνακας 12: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την οικογενειακή κατάσταση. 56
Πίνακας 13: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα. 57
Πίνακας 14: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση τις ώρες εργασίας ανά εβδομάδα. 57
Πίνακας 15: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση το είδος του ιδιωτικού τομέα. 58
Πίνακας 16: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση τα έτη εργασίας. 59
Πίνακας 17: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την κατοχή δεύτερου πτυχίου. 59
Πίνακας 18: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την παρακολούθηση σεμιναρίων/συνεδρίων διατροφής. 60
Πίνακας 19: Ελάχιστες και μέγιστες τιμές, μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας στο δείγμα. 60
Πίνακας 20: Μέσοι όροι (Μ.Ο)και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το φύλο. 62
Πίνακας 21: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση ην ηλικιακή ομάδα. 64
Πίνακας 22: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την οικογενειακή κατάσταση. 66
Πίνακας 23: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα. 68
Πίνακας 24: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις(Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τις ώρες εργασίας ανά εβδομάδα. 71
Πίνακας 25: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το είδος δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό 73
Πίνακας 26: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τα έτη εργασίας. 75
Πίνακας 27: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την κατοχή ή όχι δεύτερου πτυχίου. 77
Πίνακας 28: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την παρακολούθηση ή όχι σεμιναρίων/συνεδρίων σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής. 79

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η προσωπικότητα αναφέρεται στον μοναδικό συνδυασμό (συνήθη πρότυπα) χαρακτηριστικών, συμπεριλαμβανομένων σκέψεων, συναισθημάτων και συμπεριφορών, που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο αλληλεπιδρά με τον εαυτό του και τον έξω κόσμο (Ball et al., 2015). Η έννοια της προσωπικότητας αποτελεί ένα πολύπλοκο θέμα που μελετάται σε πολλούς τομείς, όπως η ψυχολογία, η κοινωνιολογία και η φιλοσοφία. Υπάρχουν πολλές θεωρίες σχετικά με το τι είναι προσωπικότητα και πώς αυτή αναπτύσσεται, ανάλογα με τις διαφορετικές θεωρητικές πεποιθήσεις του κάθε ερευνητή (Cervone & Pervin, 2013).

Ωστόσο, όλοι οι ερευνητές που ασχολούνται με την μελέτη της προσωπικότητας καταλήγουν στην άποψη ότι ο όρος προσωπικότητα αναφέρεται στα: «ψυχολογικά χαρακτηριστικά που συμβάλλουν στα σταθερά και ξεχωριστά μοτίβα συναισθημάτων σκέψης και συμπεριφοράς ενός ανθρώπου».

Τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας (συμπεριλαμβανομένου του μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακό άγχους) αποτελούν ένα σημαντικό πεδίο έρευνας καθώς δύναται να καθορίσουν την συμπεριφορά, την συναισθηματική προσέγγιση και τον τρόπο δράσης των Επαγγελματιών υγείας (και γενικότερα των ανθρώπων) στον επαγγελματικό, προσωπικό και οικογενειακό τομέα. Έτσι, ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζουν οι Επαγγελματίες υγείας τους ασθενείς, τους συναδέλφους τους και τις προκλήσεις του επαγγέλματός τους επηρεάζεται από τα προσωπικά τους χαρακτηριστικά.

Ειδικότερα, σύμφωνα με τον Spielberger (Spielberger et al.,1983), με τον όρο μόνιμο ή ιδιοσυγκρασιακό άγχος χαρακτηρίζεται «η προδιάθεση του ατόμου να αντιλαμβάνεται συγκεκριμένες καταστάσεις ως απειλητικές και να αντιδρά με άγχος σε αυτές» (Grös et al., 2007,369-381) και θεωρείται επίσης χαρακτηριστικό της προσωπικότητας των ατόμων.

Σύμφωνα με την διαθέσιμη διεθνή βιβλιογραφία, η προσωπικότητα των Επαγγελματιών υγείας (συμπεριλαμβανομένων των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων), φαίνεται να αποτελεί ένα σημαντικό παράγοντα στην επαγγελματική επίδοση, την αλληλεπίδραση με τους ασθενείς και να επηρεάζει την επαγγελματική πορεία τους (Ball et al., 2016).

Για το λόγο αυτό, η διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη πιο

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

αποτελεσματικών προσεγγίσεων στην παροχή διατροφικής συμβουλευτικής, φροντίδας και εκπαίδευσης και στη βελτίωση της ποιότητας της παροχής διαιτολογικών υπηρεσιών.

Επομένως, λαμβάνοντας υπόψιν όλα τα παραπάνω, η παρούσα ερευνητική πτυχιακή εργασία στοχεύει στη διερεύνηση των 5 βασικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας με τη χρήση της Αναθεωρημένης έκδοσης του Five Factor Inventory (NEO-FFI) (Costa & McRae, 1992. Panayiotou et al., 2004) σε Επαγγελματίες Διαιτολόγους-Διατροφολόγους που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα καθώς και στην αξιολόγηση του μόνιμου ή Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους (state anxiety), ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, με τη χρήση της Ελληνικής έκδοσης της Κλίμακας του Άγχους (STAI) του Spielberger (Kafetsios & Sideridis, 2006. Spielberger et al., 1983).

Η παρούσα ερευνητική πτυχιακή εργασία αποτελείται από 6 κεφάλαια συνολικά. Το πρώτο κεφάλαιο περιλαμβάνει την εισαγωγή και το περίγραμμα της εργασίας, θέτοντας τις βάσεις για το θέμα που θα αναπτυχθεί. Ακολουθεί το δεύτερο κεφάλαιο, όπου παρουσιάζεται η εξέλιξη της θεωρητικής σκέψης γύρω από την προσωπικότητα. Εδώ, αρχικά προσδιορίζεται εννοιολογικά η προσωπικότητα, ακολουθούν οι κυριότερες θεωρίες της προσωπικότητας και αναλύονται διάφορες προσεγγίσεις και μοντέλα που έχουν αναπτυχθεί για την ερμηνεία της ανθρώπινης προσωπικότητας. Επιπλέον, εξετάζεται το μόνιμο/ ιδιοσυγκρασιακό άγχος ως παράγοντας προσωπικότητας και γίνεται αναφορά στα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των επαγγελματιών υγείας, συμπεριλαμβανομένων των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, καταλήγοντας στον σκοπό της παρούσας ερευνητικής εργασίας.

Στο τρίτο κεφάλαιο, αναλύεται η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε για την εκπόνηση της εργασίας. Περιγράφονται ο σκοπός της μελέτης, τα ζητήματα ηθικής, το δείγμα, τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν ως ερευνητικά εργαλεία και η διαδικασία συλλογής και ανάλυσης των δεδομένων.

Στο τέταρτο κεφάλαιο, παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της στατιστικής ανάλυσης. Αρχικά, γίνεται περιγραφή των χαρακτηριστικών του δείγματος μέσω πινάκων και στη συνέχεια εξετάζεται η σχέση του ιδιοσυγκρασιακού άγχους και των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με τα κοινωνικο-δημογραφικά, εκπαιδευτικά και εργασιακά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Ενώ, το πέμπτο κεφάλαιο περιλαμβάνει τη συζήτηση των αποτελεσμάτων όπου γίνεται σύγκριση με τη βιβλιογραφία και στην οποία περιγράφονται ο έλεγχος των ερευνητικών υποθέσεων, η τελική αξιολόγηση των αποτελεσμάτων για την εξαγωγή των τελικών συμπερασμάτων.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Τέλος, η εργασία ολοκληρώνεται με το έκτο κεφάλαιο, στο οποίο παρουσιάζονται τα συνολικά συμπεράσματα που προκύπτουν από την ανάλυση των δεδομένων. Επιπλέον, αναλύονται οι περιορισμοί που αντιμετώπισε η μελέτη, όπως πιθανά μεθοδολογικά εμπόδια ή περιορισμένη αντιπροσωπευτικότητα του δείγματος. Τέλος, διατυπώνονται συγκεκριμένες προτάσεις για μελλοντική έρευνα, με στόχο την περαιτέρω διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων και της σχέσης τους με δημογραφικά και επαγγελματικά δεδομένα.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

2. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

2.1 Εισαγωγή

Στο κεφάλαιο αυτό, γίνεται μια εκτενής παρουσίαση της εξέλιξης της θεωρητικής σκέψης γύρω από την προσωπικότητα, παρέχοντας μια πλήρη εικόνα της ιστορίας, της ανάπτυξης και της χρήσης των θεωριών της προσωπικότητας στην ψυχολογία. Το κεφάλαιο, ξεκινά με τον εννοιολογικό προσδιορισμό της προσωπικότητας, ακολουθούν οι πιο διαδεδομένες θεωρίες της προσωπικότητας και αναλύονται οι διαφορετικές προσεγγίσεις και τα μοντέλα που έχουν διατυπωθεί για να ερμηνεύσουν την ανθρώπινη προσωπικότητα. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά στο μόνιμο/ ιδιοσυγκρασιακό άγχος ως παράγοντας προσωπικότητας. Το κεφάλαιο ολοκληρώνεται με τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των επαγγελματιών υγείας (συμπεριλαμβανομένων των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων), όπως αυτά έχουν αναδειχθεί από ερευνητικές μελέτες και τον σκοπό της παρούσας ερευνητικής πτυχιακής εργασίας.

2.2 Εννοιολογική προσέγγιση της προσωπικότητας- Ορισμός προσωπικότητας

Η καθημερινή χρήση του όρου προσωπικότητα, αναφέρεται στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός ατόμου ή μιας ομάδας ατόμων και δε φαίνεται να είναι ιδιαίτερα προβληματική (Lee, McCauley & Draguns, 1999). Ωστόσο, η έννοια της προσωπικότητας δεν είναι σαφής, επειδή αντιμετωπίζεται με διαφορετικούς τρόπους τόσο γλωσσικά όσο και εννοιολογικά. Όταν ερμηνεύεται ως ουσιαστικό, η προσωπικότητα εκφράζεται με ένα σύνολο στοιχείων που περιγράφουν τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις ενός ατόμου. Ο όρος άτομο με ή χωρίς προσωπικότητα χρησιμοποιείται-ταυτίζεται συχνά με την έννοια της προσωπικότητας. Υπάρχουν δύο έννοιες ή κατηγορίες του όρου προσωπικότητα. Σύμφωνα με την πρώτη έννοια, η προσωπικότητα είναι η επιρροή ενός ατόμου σε ένα άλλο άτομο και η αξία της είναι υπερεκτιμημένη. Αυτή η έννοια, τουλάχιστον σε αυτή την απόλυτη μορφή, είναι εντελώς ακατάλληλη για μια αντικειμενική προσέγγιση του όρου της προσωπικότητας.

Ωστόσο, η προσωπικότητα μπορεί να σημαίνει εξωτερικά πράγματα που επιλέγουμε να δώσουμε στην προσωπικότητά μας. Ένα τέτοιο εξωτερικό χαρακτηριστικό είναι η εμφάνιση, που είναι μόνο μία μορφή της προσωπικότητας στο σύνολό της. Επιπλέον, η προσωπικότητα, αναφέρεται στα ιδανικά που έχει ένα άτομο για τον εαυτό του, γεγονός που σημαίνει ότι ο όρος προσωπικότητα είναι μια υποθετική έννοια του ανθρώπου και είναι πρωτίστως μια έννοια που

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

σχετίζεται με την «ηθική».

Με τη δεύτερη έννοια, η προσωπικότητα είναι το σύνολο των προσωπικών χαρακτηριστικών που καθορίζουν την ατομικότητα, που προσδιορίζει και ξεχωρίζει ένα άτομο από όλους τους άλλους ανθρώπους (Κανελλοπούλου, 2007). Με άλλα λόγια, στη γενική αντίληψη των ανθρώπων, ο όρος «προσωπικότητα» αναφέρεται στα στοιχεία, τις ιδιότητες, τα χαρακτηριστικά συμπεριφοράς και τις ιδιαίτερες ικανότητες-ταλέντα που χαρακτηρίζουν ένα συγκεκριμένο άτομο (Ρούσση-Βέργου, 2008).

Ο όρος προσωπικότητα (personality) προέρχεται ετυμολογικά από τις λέξεις «πρόσωπο» και «προσωπείο». Η λέξη «πρόσωπο» είναι ελληνική και αναφέρεται στην εμφάνιση και τα φυσιογνωμικά χαρακτηριστικά ενός ατόμου. Ενώ, η λέξη «προσωπείο» προέρχεται από την λατινική λέξη persona και αναφέρεται στην έννοια της μάσκας, όπως οι μάσκες διέκριναν τον έναν χαρακτήρα από το άλλο στο αρχαίο ελληνικό και ρωμαϊκό θέατρο, έτσι και τα προσωπεία διαφοροποιούν τα άτομα και τα καθιστούν μοναδικά όντα (Sdorow, 1998). Ωστόσο, η έννοια του όρου persona αν και είναι γνωστή εδώ και πολλά χρόνια τόσο από τη φιλοσοφία και τη φυσιολογία, όσο και από το δίκαιο και τη λογοτεχνία, οι επιστήμονες-ερευνητές δεν φαίνεται να συμφωνούν σε έναν ακριβή ορισμό (Ποταμιάνος & Παπαστάμου, 2002). Καθένας από αυτούς τους θεωρητικούς, εστιάζει σε διαφορετικές πτυχές της ανθρώπινης συμπεριφοράς και τις ερμηνεύει μέσα σε διαφορετικά θεωρητικά πλαίσια.

Ως εκ τούτου, λόγω των διαφορετικών θεωρητικών πλαισίων, ο κάθε ορισμός της προσωπικότητας, εξαρτάται από τη θεωρία που διατυπώνει ή υιοθετεί ο εκάστοτε ερευνητής-επιστήμονας (Νασιάκου, 2007). Γεγονός που σημαίνει ότι υπάρχουν τόσοι ορισμοί όσοι και οι θεωρητικοί που ενδιαφέρονται για μελέτη της προσωπικότητας.

Σύμφωνα με τους Pervin και John (2013), ο επιστημονικός ορισμός της προσωπικότητας αποτελεί ένα πολύπλοκο πεδίο έρευνας με δυσκολίες στην ερμηνεία. Η πολυπλοκότητα αυτή της έρευνας και των ορισμών της προσωπικότητας οφείλεται στις διαφορετικές τοποθετήσεις των θεωρητικών σε βασικά ζητήματα που σχετίζονται με την προσωπικότητα όπως είναι η δομή, τα βασικά χαρακτηριστικά της, οι διαδικασίες ως δυναμικές πτυχές της, η μοναδικότητα της ανάπτυξης και της εξέλιξης του ατόμου, καθώς και η αλλαγή και η προσαρμογή του ατόμου στο περιβάλλον(Cervone & Pervin, 2013).

Η δυσκολία ορισμού της έννοιας της προσωπικότητάς έχει διαπιστωθεί από πολλούς ερευνητές. Επίσης, η προσωπικότητα είναι μια φυσική, αυθόρμητη, πολύπλοκη, ποικιλόμορφη, μοναδική και έχει πολλές εκφάνσεις/παραλλαγές από άτομο σε άτομο και επομένως δεν είναι εύκολο να αναλυθεί και να ερευνηθεί (Χασάπης, 1980).

Η έννοια της προσωπικότητας είναι πολυδιάστατη και διφορούμενη, με ποικίλους

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ορισμούς που έχουν διατυπωθεί από ερευνητές. Σύμφωνα με τον Χασάπη (1980), η προσωπικότητα αναφέρεται στα ψυχολογικά χαρακτηριστικά που καθορίζουν τα σταθερά και ξεχωριστά μοτίβα συναισθημάτων, σκέψεων και συμπεριφορών ενός ατόμου. Άλλοι ορισμοί περιλαμβάνουν την προσωπικότητα ως το μέσο έκφρασης του ψυχικού κόσμου του ατόμου (Χασάπης, 1980), το σύνολο φυσικών και ψυχολογικών χαρακτηριστικών που οργανώνονται σε ένα δυναμικό σύνολο (Παρασκευόπουλος, 1994), και ως ένα σύνθετο πρότυπο συμπεριφοράς που αναπτύσσεται κατά τη διαδικασία προσαρμογής στο περιβάλλον (Γεωργαντά, 2003).

Επιπλέον, η προσωπικότητα μπορεί να οριστεί ως «η ατομική προδιάθεση που καθορίζει τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αλληλοεπιδρούν με τον κόσμο» (Demetriou, 2004) ή ως ο συνδυασμός βιολογικών και περιβαλλοντικών παραγόντων (Batta, 2002, σελ.19). Οι Eysenck και Eysenck (1985, σελ.21-29) την περιγράφουν ως «μια σταθερή οργάνωση χαρακτηριστικών που καθορίζει την προσαρμογή στο περιβάλλον», ενώ ο Pervin (1996, σελ. 414) την ορίζει ως «μια σύνθετη οργάνωση αντιλήψεων και συμπεριφορών που αντικατοπτρίζει τη γενετική σύσταση και τις βιωματικές εμπειρίες του ατόμου». Συνολικά, η προσωπικότητα περιλαμβάνει σταθερά πρότυπα συναισθημάτων, σκέψεων και συμπεριφορών που διαμορφώνουν την ατομική ταυτότητα και δράση.

Συνοψίζοντας, η προσωπικότητα αναφέρεται στον μοναδικό συνδυασμό χαρακτηριστικών, συμπεριλαμβανομένων σκέψεων, συναισθημάτων και συμπεριφορών, που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο αλληλεπιδρά με τον εαυτό του και τον έξω κόσμο. Η προσωπικότητα είναι ένα πολύπλοκο θέμα που μελετάται σε πολλούς τομείς, όπως η ψυχολογία, η κοινωνιολογία και η φιλοσοφία.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

2.3 Οι θεωρίες της προσωπικότητας

Η εννοιολογική προσέγγιση της προσωπικότητας αποτελεί ένα σημαντικό πεδίο μελέτης στη ψυχολογία και τις κοινωνικές επιστήμες. Η προσωπικότητα αναφέρεται στο μοναδικό σύνολο χαρακτηριστικών, συμπεριλαμβανομένων των σκέψεων, συναισθημάτων και συμπεριφορών, που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο αλληλεπιδρά με τον εαυτό του, τους άλλους και το περιβάλλον του.

Η έννοια της προσωπικότητας μας ενδιαφέρει από την εποχή των αρχαίων Ελλήνων. Ο Πλάτων, ο Σωκράτης και άλλοι φιλόσοφοι προσπάθησαν να ορίσουν και να αναλύσουν τα συστατικά μέρη της ανθρώπινης προσωπικότητας. Με την πάροδο των αιώνων, πολυάριθμοι φιλόσοφοι, ψυχολόγοι, ανθρωπολόγοι και ψυχίατροι μελέτησαν συστηματικά το θέμα της προσωπικότητας. Τον τελευταίο αιώνα, έχουν γίνει πολλές σοβαρές προσπάθειες για τον ορισμό της προσωπικότητας του ανθρώπου.

Συγκεκριμένα, ιδιαίτερα σημαντικοί ερευνητές έχουν σταθεί πίσω από γνωστές θεωρίες. Πιο συγκεκριμένα, διάφοροι ερευνητές προσπάθησαν να μελετήσουν, να καταγράψουν και να αναλύσουν όλα τα πιθανά χαρακτηριστικά της ανθρώπινης προσωπικότητας.

Ως αποτέλεσμα, έχουν προκύψει πολλές θεωρίες που προσπάθησαν να προσεγγίσουν την ανθρώπινη προσωπικότητα. Κάθε θεωρία-προσέγγιση εξετάζει την προσωπικότητα και εξηγεί τη συμπεριφορά σύμφωνα με το θεωρητικό της υπόβαθρο.

Οι Ποταμιανός και Παπαστάμου (2002) υποστηρίζουν ότι οι θεωρίες προσωπικότητας θα πρέπει να απαντούν στα ερωτήματα "τι", "πώς" και "γιατί". Το "τι" αναφέρεται ατομικά χαρακτηριστικά των ανθρώπων και τον τρόπο με τον οποία αυτά είναι οργανωμένα και σχετίζονται μεταξύ τους. Το "πώς" από την άλλη, αναφέρεται στις παραμέτρους της προσωπικότητας ενός ατόμου. Ενώ, το "γιατί" αναφέρεται στους λόγους που ευθύνονται για τη συμπεριφορά ενός ατόμου. Οι απαντήσεις σε καθένα από τα παραπάνω ερωτήματα, αναφέρονται στα κίνητρα του ατόμου, δηλαδή ποια είναι εκείνα τα στοιχεία που ωθούν το άτομο και για ποιο λόγο προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση.

Μια άλλη σημαντική θεωρία είναι αυτή του Carl Jung, ο οποίος εισήγαγε την έννοια των ψυχικών τύπων. Σύμφωνα με τον Jung, η προσωπικότητα αποτελείται από τέσσερις βασικούς ψυχικούς τύπους: τον ψυχικό τύπο σκέψης, τον αίσθησης, της αίσθησης και της εντύπωσης.

Επιπλέον, η θεωρία/μοντέλο των Πέντε Παραγόντων του Costa και McCrae αναφέρεται στην πέντε βασικές διαστάσεις της προσωπικότητας: δεκτικότητα στην εμπειρία, εξωστρέφεια,

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ευχάριστη συνεργασία, συνειδητότητα και νευρωτισμό.

Όσον αφορά το μόνιμο/ιδιοσυγκρασιακό άγχος, αυτό αναφέρεται στην τάση ενός ατόμου να αντιδρά με άγχος σε διάφορες καταστάσεις και περιβάλλοντα. Οι θεωρίες προσωπικότητας μπορούν να παρέχουν επιπλέον κατανόηση για το πώς το μόνιμο ή ιδιοσυγκρασιακό άγχος επηρεάζει τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις ενός ατόμου.

Συνολικά, η μελέτη της προσωπικότητας και των θεωριών προσωπικότητας αποτελεί ένα σημαντικό πεδίο έρευνας στη ψυχολογία και τις κοινωνικές επιστήμες, καθώς μας βοηθά να κατανοήσουμε καλύτερα τη συμπεριφορά, τις προτιμήσεις και τις αντιδράσεις των ανθρώπων. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται οι πιο γνωστές και διαδεδομένες θεωρίες προσωπικότητας.

2.3.1 Η τυπολογική θεωρία του Γαληνού

Η προέλευση της προσπάθειας αποτύπωσης των ατομικών διαφορών στην προσωπικότητα με όρους τύπων προέρχεται από την αρχαία Ελλάδα. Την εποχή του Ιπποκράτη, οι επιστήμονες πίστευαν ότι η ύλη αποτελείται από τέσσερα στοιχεία: τον αέρα, τη φωτιά, τη γη και το νερό. Σύμφωνα με αυτό, ο Ιπποκράτης διέκρινε τέσσερις τύπους ανθρώπων, καθένας από τους οποίους τύπους αντιπροσώπευε ένα από τα παρακάτω υγρά του ανθρώπινου σώματος: το αίμα (αιματώδης τύπος), την κίτρινη χολή (μελαγχολικός τύπος), τη μέλαινα χολή (χολερικός τύπος) και το φλέγμα (φλεγματικός τύπος) (Μελανίτης, 1972:47).

Ο Γαληνός, ο διάσημος Έλληνας γιατρός και χειρουργός που εργάστηκε στη Ρώμη τον δεύτερο αιώνα, απέδιδε τις διαφορές στη συμπεριφορά των ανθρώπων σε διαφορές στην ποιότητα της χολής και του φλέγματος, γεγονός που το απέδιδε στην διαφορετική κατανομή των τεσσάρων κύριων στοιχείων από άνθρωπο σε άνθρωπο (Χασάπης, 1980).

Ο αιματώδης τύπος θεωρούνταν ότι είναι κατά κύριο λόγο ένα άτομο που έχει πληθώρα αίματος στον οργανισμό του. Οι άνθρωποι αυτού του τύπου διακατέχονταν από καλοκαιρινή και ευχάριστη συμπεριφορά. Στην κατηγορία του φλεγματικού τύπου, ανήκαν εκείνοι οι άνθρωποι που είχαν σε περίσσεια φλέγμα στον οργανισμό τους. Οι άνθρωποι αυτού του τύπου περιγράφονταν ως άτομα με προβληματική κινητική ικανότητα (δυσκινησία) αλλά με σταθερή συμπεριφορά. Ο χολερικός τύπος ονομάστηκε έτσι λόγω της επικράτησης της κίτρινης χολής στον οργανισμό και οι άνθρωποι που κατατάσσονταν σε αυτή την κατηγορία περιγράφονταν ως άτομα ευερέθιστα και που αντιδρούν γρήγορα σε μικρό χρονικό διάστημα. Ο μελαγχολικός

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

τύπος χαρακτηρίζονταν από την περίσσεια της μέλαινας χολής και περιγράφονταν ως άτομα που διακατέχονταν από μελαγχολία και κατήφεια.

Οι ιδέες του Γαληνού μπορούν να χαρακτηριστούν σήμερα ως απλές, αλλά ήταν αναμφίβολα σπουδαίες για την εποχή τους. Γι' αυτό και παρέμειναν στην ψυχιατρική ορολογία. Αλλά περισσότερο από αυτό, ο Γαληνός είχε την τιμή να είναι ο πρώτος που εισήγαγε την ιδέα της ταξινόμησης των ατομικών διαφορών στην ανθρώπινη συμπεριφορά σε λογικά τυπολογικά συστήματα. Έτσι, ο Γαληνός έχει την τιμή να είναι ο πρώτος άνθρωπος που εισήγαγε την ιδέα της ταξινόμησης των ανθρώπων λαμβάνοντας υπόψη τη συναισθηματική φύση του ατόμου, της οποίας η σημασία της στην προσωπικότητα είναι πλέον ευρέως αναγνωρισμένη (Χασάπης, 1980).

2.3.2 Η θεωρία του Sheldon

Τη δεκαετία του 1940, ο Αμερικανός ερευνητής William Sheldon ταξινόμησε την προσωπικότητα σύμφωνα με διάφορους τύπους σωμάτων των ανθρώπων που ονομάστηκαν σωματοτύποι (somatotypes) (Παπαδόπουλος, 1996). Πιο συγκεκριμένα, ο Sheldon, υποστήριξε ότι η ιδιοσυγκρασία του κάθε ατόμου, η προσωπικότητα και οι μετέπειτα συμπεριφορές συνδέονται άμεσα με τη σύσταση, τη σκελετική δομή, τους μύες και άλλα σωματικά χαρακτηριστικά των ανθρώπων (Sheldon, 1940).

Ο Sheldon ταξινόμησε τους τύπους του ανθρώπινου του σώματος σε τρεις βασικές κατηγορίες: τον ενδόμορφο (endomorphic), τον μεσόμορφο (mesomorphic) και τον εκτόμορφο (ectomorphic) (Schultz & Schultz, 2012). Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία, ο τύπος του σώματος έχει γενετική προέλευση και καθορίζει την ιδιοσυγκρασία ενός ατόμου. Η ύπαρξη καθαρού τύπου σώματος είναι εξαιρετικά σπάνια, καθώς οι περισσότεροι άνθρωποι συνδυάζουν στοιχεία και από τους τρεις σωματότυπους. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον Sheldon (1940), ο ενδομορφικός σωματότυπος χαρακτηρίζεται από στρογγυλό κεφάλι, φαρδείς γοφούς και ώμους. Αυτός ο σωματότυπος έχει αυξημένο ποσοστό λίπους στο σώμα, ιδίως στο άνω μέρος του σώματος. Απαιτεί ευλυγισία και ταχύτητα. Δεν είναι κατάλληλος για αθλήματα που απαιτούν ευλυγισία και ταχύτητα. Ωστόσο, τα αθλήματα που απαιτούν καθαρή δύναμη, όπως για παράδειγμα αθλήματα που απαιτούν χαμηλό κέντρο βάρους όπως η άρση βαρών, είναι κατάλληλα για τους ενδομορφικούς τύπους. Το λίπος είναι γενικά πιο πιθανό να συσσωρευτεί στην κοιλιά και τους γλουτούς και καθίστανται επιρρεπείς στην εμφάνιση χαλάρωσης στο σώμα. Ο μεσόμορφος τύπος χαρακτηρίζεται από τετράγωνη κεφαλή και συμμετρικό σχήμα

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

σώματος. Το πρόσωπο του είναι έντονα γωνιώδες και έχει συνήθως αρκετά βαριά χροιά φωνής. Οι άνθρωποι που ανήκουν στην κατηγορία αυτή, έχουν μυώδη άκρα, λεπτούς γοφούς και αρκετά καλά αναπτυγμένο μυϊκό σύστημα. Αποκτούν εύκολα μυϊκή μάζα και έχουν καλή δυνατότητα δύναμης, γεγονός που τους καθιστά κορυφαίους αθλητές υψηλού επιπέδου σε κάθε άθλημα/αγώνισμα στο οποίο συμμετέχουν. Επιπλέον, είναι εξαιρετικά εξωστρεφείς, ενεργητικοί και μαχητικοί ως άνθρωποι. Λόγω της υψηλής φυσικής του ικανότητας δεν χρειάζεται πολλές συμβουλές. Οι μεσομορφικοί άνθρωποι χαρακτηρίζονται από επιθετικότητα, εξωστρέφεια και μαχητικό πνεύμα. Τέλος, ο εκτόμορφος σωματότυπος διακρίνεται από ένα επίμηκες κεφάλι, στενούς ώμους και γοφούς, ενώ παρουσιάζει λεπτά και μακριά άκρα. Επιπλέον, είναι ψηλότερος από το μέσο όρο, ενώ είναι πολύ δύσκολο να αποκτήσετε λίπος και βάρος στο σώμα και ακόμη πιο δύσκολο να αυξήσει περισσότερη μυϊκή μάζα (Sheldon, 1940).Παρόλα αυτά, έχει μικρή επιφάνεια σώματος, γεγονός που του προσδίδει καλή αντοχή και θερμορύθμιση. Τα εκτόμορφα άτομα χαρακτηρίζονται από μια καλά ανεπτυγμένη παρεγκεφαλίδα και είναι έξυπνοι, εσωστρεφής, ντροπαλοί αλλά διακατέχονται και από υπερβολική ευαισθησία (Sheldon et al., 1941).

Η έρευνα του Sheldon δημιούργησε έντονη αναστάτωση. Ωστόσο, μεταγενέστερες μελέτες που διεξήχθησαν σε μεγάλο αριθμό ανθρώπων δεν διαπίστωσαν συσχέτιση σε αντίθεση με τις απόψεις του Sheldon. Η προσωπικότητα είναι πολύπλευρη και δεν μπορεί να κατανοηθεί με όρους φυσικών διαστάσεων ή βαθμών. Ένα μεγάλο μέρος της προσωπικότητας οφείλεται σε διεργασίες που εδρεύουν στον εγκέφαλο, όπου και αποθηκεύονται οι εμπειρίες και συχνά η μαθημένη συμπεριφορά. Τέτοια χαρακτηριστικά μπορούν να αποκτηθούν μέσω της έρευνας και της παρατήρησης της συμπεριφοράς. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο υπάρχουν πολλά ερωτηματολόγια σχετικά με την προσωπικότητα, γεγονός που εξηγεί τον λόγο ύπαρξης μιας πληθώρας ερωτηματολογίων για την διερεύνηση της προσωπικότητας των ανθρώπων (Παπαδόπουλος, 1996).

Συνεπώς, αν και η θεωρία του Sheldon δεν κατάφερε να γίνει ευρέως αποδεκτή και να λάβει την σύμφωνη γνώμη των υπολοίπων θεωρητικών/ερευνητών, πιστεύεται ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά επηρεάζεται εν μέρει και από τα φυσικά/σωματικά χαρακτηριστικά. Για παράδειγμα, ένα αδύναμο άτομο γνωρίζει ότι οι μύες του είναι αδύναμοι και επομένως δύναται να προσαρμόσει τις σωματικές του δραστηριότητες ώστε να μην είναι τόσο επίπονες και τολμηρές για τους μύες του. Από την άλλη πλευρά, ένα λεπτοκαμωμένο/ μικρόσωμο άτομο μπορεί να προσαρμόσει τη συμπεριφορά του με τέτοιο τρόπο, ώστε να μπορεί να επέρχεται μια

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ισορροπία μεταξύ της έλλειψης των σωματικών του χαρακτηριστικών και των εκρήξεων ενέργειας που συνοδεύονται από έντονη ευφορία (Sheldon, 1940. Sheldon et al.1941).

2.3.3 Η ψυχαναλυτική θεωρία του Freud

Οι ψυχαναλυτικές θεωρίες εξηγούν την ανθρώπινη συμπεριφορά με όρους αλληλεπίδρασης διαφόρων συστατικών της προσωπικότητας. Ο Freud ήταν ο κυριότερος εκπρόσωπος της ψυχαναλυτικής ή αλλιώς ψυχοδυναμικής προσέγγισης αλλά και ο θεμελιωτής της ψυχανάλυσης (Γεωργαντά, 2003). Στη νεωτερική εποχή, η θεωρία του είναι ουσιαστικά η πρώτη σημαντική προσέγγιση της προσωπικότητας.

Οι συγκρούσεις του ασυνείδητου έχουν παίξει σημαντικό ρόλο στη θεωρία του οι οποίες πίστευε ότι ήταν στενά συσχετιζόμενες με το «γενετήσιο/σεξουαλικό ένστικτο», ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της ζωής του ατόμου (Φράγκος, 1995). Η ψυχαναλυτική θεωρία του Freud τοποθετεί την έννοια του ασυνείδητου στο επίκεντρό της. Η θεωρία του Freud προκάλεσε μεγάλα σκάνδαλα και λοιδορήθηκε για δεκαετίες. Μερικές φορές αποσιωπήθηκε, απαγορεύτηκε και οι οπαδοί της διασύρθηκαν. Ο κύριος λόγος για τις τρομερές αντιδράσεις ήταν οι έντονες αντιρρήσεις για τις ηθικές αξίες και το προκλητικό περιεχόμενο της θεωρίας του εκείνη την συγκεκριμένη εποχή, παρά το γεγονός ότι η σημασία και οι συνέπειες της σεξουαλικής ορμής αποσαφηνίστηκαν. Σκοπός της θεωρίας του Freud ήταν να αποκαλυφθούν η σημασία και οι συνέπειες της σεξουαλικής ορμής και να καταδειχθεί πώς ο πολιτισμός οικοδομήθηκε πάνω στην καταστολή της σεξουαλικής ορμής.

Ο Freud εισήγαγε και όρισε τρία επίπεδα της ανθρώπινης συνείδησης. Αυτά είναι το ασυνείδητο, το προ-συνειδητό και το συνειδητό. Το συνειδητό είναι το μικρότερο μέρος του ψυχισμού και στο περιεχόμενό του περιλαμβάνονται οι αντιλήψεις, οι αναπαραστάσεις της εξωτερικής πραγματικότητας, τα συναισθήματα και οι συγκινήσεις, οι προθέσεις, οι σκοποί και οι σκέψεις (Σερδάρης, 2002). Το επίπεδο συνείδησης περιλαμβάνει όλα όσα ένα άτομο αντιλαμβάνεται σε σχέση με τον εαυτό του και το περιβάλλον του. Ενώ, το προ-συνειδητό αποτελείται από σκέψεις και συναισθήματα που δεν είναι συνειδητά σε μια δεδομένη στιγμή αλλά μπορούν να έρθουν σε επαφή δυνητικά με τη συνείδηση. Η μνήμη αποτελεί την πιο χαρακτηριστική μορφή του προσυνειδητού, στην οποία διατηρούνται εικόνες, βιώματα και ιδέες (Cervone & Pervin, 2013).

Το προ-συνειδητό είναι το "λογοκριμένο" και όλες οι μνήμες-αναμνήσεις του ασυνειδήτου περνούν από αυτό, για να αποφασιστεί αν θα τους επιτραπεί να εισέλθουν στη συνείδηση ή, εναλλακτικά, αν θα ωθηθούν στο ασυνείδητο. Το ασυνείδητο αποτελεί ένα

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

μεγάλο κομμάτι του ψυχισμού των ανθρώπων, για το οποίο οι άνθρωποι δεν γνωρίζουν την ύπαρξη του. Στο ασυνείδητο περιλαμβάνονται οι βασικές παρορμήσεις της ψυχικής ενέργειας, τα γεγονότα του παρελθόντος, οι επιθυμίες και οι παρορμήσεις που έχουν απωθηθεί από τη συνείδηση και οι ξεχασμένες εμπειρίες της παιδικής ηλικίας του ανθρώπου. Το ασυνείδητο είναι παρόν από τη γέννηση και συνεχίζει να υπάρχει καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου που λειτουργεί πάντα ως σημαντική κινητήριος δύναμη. Το ασυνείδητο, από την άλλη πλευρά, αποτελείται από βαθιά ένστικτα και έννοιες που δε μπορεί ποτέ να έχει πρόσβαση σε αυτό ο συνειδητός νους και περιλαμβάνει γεγονότα, επιθυμίες και παρορμήσεις που καταπιέζονται από τη συνείδηση, καθώς και παιδικές εμπειρίες που οι άνθρωποι ξεχνούν (Νασιάκου, 2007).

Ωστόσο, ο Freud εγκατέλειψε αυτή την ταξινόμηση με τη δημοσίευση του βιβλίου του «Το Εγώ και το Εκείνο» το 1923. Σύμφωνα με τον Freud, η προσωπικότητα αποτελείται από τρία στοιχεία: το «Εκείνο», το «Εγώ» και το «Υπερεγώ», ενώ και τα τρία αυτά επίπεδα της προσωπικότητας είναι μεταξύ τους αλληλένδετα και αλληλοεξαρτώμενα (Freud,1923, σελ.1-66). Η ψυχική ενέργεια που κινητοποιεί και παρακινεί τον άνθρωπο και η οποία δρα και στα τρία επίπεδα ονομάζεται λίμπιντο ή σεξουαλική επιθυμία/ορμή (libido).

Το «Εκείνο» (id) είναι το σκοτεινό και απρόσιτο μέρος της προσωπικότητας στο οποίο εδράζουν οι βασικές ανάγκες για επιβίωση, οι παρορμήσεις και η επιτακτική ανάγκη για την εκπλήρωσή τους. Δεν υπάρχουν λογικοί νόμοι και οι αντικρουόμενες επιδιώξεις συνυπάρχουν, δίχως να απορρίπτονται. Άρνηση, μη αποδοχή και αντιλήψεις για το πέρασμα του χρόνου ή το ασυμβίβαστο των γεγονότων δεν υφίστανται και η χρησιμότητα του «Υπερεγώ» έγκειται στην παροχή της ψυχικής ενέργειας που κάνει τον άνθρωπο να θέλει να συνεχίσει να ζει. Αυτή η λειτουργία είναι που μπορεί να ωθήσει τον άνθρωπο προς δύο κατευθύνσεις είτε προς μια εποικοδομητική, ερωτική και συναισθηματική συμπεριφορά είτε προς μια πιο επιθετική, εχθρική και καταστροφική συμπεριφορά (Κουλάκογλου, 1998).

Από την άλλη, το «Εγώ», υφίσταται λίγο μετά την γέννηση του ανθρώπου και ο ρόλος ύπαρξής του είναι να μεσολαβεί μεταξύ του «Εκείνου» και της πραγματικότητας. Ακολουθώντας την αρχή της πραγματικότητας, το «Εγώ» (ego) αναζητά πιο ρεαλιστικές και ασφαλείς διεξόδους για τον έλεγχο των παρορμήσεων του ανθρώπου και περιλαμβάνει τη λογική σκέψη, την επίλυση προβλημάτων και την δημιουργική και εποικοδομητική σκέψη.

Το «Υπερεγώ» (superego) είναι το ηθικό μέρος της προσωπικότητας, το οποίο διαμορφώνεται γύρω στο πέμπτο έτος της ζωής, αφότου το παιδί έχει επιλύσει το οιδιπόδειο σύμπλεγμα, δηλαδή στην ηλικία που το παιδί αρχίζει να αισθάνεται ενοχές, και οφείλει να έχει συνεργασία με το «Εγώ». Αυτή είναι η εποχή κατά την οποία η ενοχή αρχίζει να γίνεται αισθητή. Κατά τη

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

διάρκεια αυτής της περιόδου το παιδί αντλεί δύναμη από τους γονείς και προσπαθεί να ταυτιστεί με αυτούς, και κάπως έτσι σιγά-σιγά θα ξεκινήσει να αναπτύσσεται το «Υπερεγώ». Θα επιβληθούν αξίες και ιδανικά στο παιδί μέσω των ανταμοιβών και των τιμωριών που θα δεχθεί από τους γονείς. Το «Υπερεγώ» είναι εκείνο που εγκρίνει ή αποδοκιμάζει τις επιθυμίες και τη συμπεριφορά και ωθεί τον άνθρωπο τόσο στην αυτοτιμωρία όσο και στην αυτοεπιβράβευση. Το «Υπερεγώ» είναι ο «γονέας» του «Εγώ». Με άλλα λόγια, ο ρόλος του είναι να περιορίζει τις προσπάθειες ικανοποίησης του «Εκείνου» και του «Εγώ» (Σερδάρης, 2002). Διότι, όταν το «Εκείνο», το «Εγώ» και το «Υπερεγώ» βρίσκονται σε ισορροπία, επιτυγχάνεται αρμονία. Όταν όμως, αυτή η ισορροπία διαταράσσεται, εμφανίζονται σημάδια που υποδηλώνουν την ύπαρξη δυσκολίας αναφορικά με την ικανότητα του ανθρώπου να προσαρμόζεται. Έτσι, σχηματίζονται οι ακόλουθες κατηγορίες τύπων προσωπικότητας: η στοματική, η πρωκτική, η φαλλική, η φάση λανθάνουσας σεξουαλικότητας και η γενετήσια φάση σεξουαλικότητας (Cervone & Pervin, 2013).

Η ψυχαναλυτική θεωρία και πρακτική είναι πιο ευρέως διαδεδομένη και συνεχίζει να αναπτύσσεται μέχρι και σήμερα. Ο Freud δέχθηκε έντονη κριτική για το έργο του. Οι επικρίσεις αφορούσαν τόσο τα αποτελέσματα της έρευνάς του όσο και τον επιστημονικό χαρακτήρα της διαδικασίας της ψυχικής ερμηνείας και θεραπείας. Με τα κύρια αδύναμα σημεία της ψυχανάλυσης να είναι η υπερβολική έμφαση στη σεξουαλική έλξη καθώς επίσης και η έλλειψη ενός λειτουργικού ορισμού των βασικών εννοιών που αποτελούν τη μοναδική κινητήριος δύναμη της ανθρώπινης συμπεριφοράς (Σερδάρης, 2002)

2.3.4 Η λεξικολογική (γλωσσική) προσέγγιση/υπόθεση της προσωπικότητας

Η λεξικολογική υπόθεση (lexical hypothesis) ή αλλιώς λεξικολογική (γλωσσική) προσέγγιση αναφέρεται στη διαδικασία κατά την οποία εξάγονται από το λεξικό όλα τα επίθετα που σχετίζονται με την προσωπικότητα. Η ανάγκη να δημιουργηθεί ένα ιεραρχικό σύστημα ατομικών προσωπικοτήτων έχει τις ρίζες της στην Αρχαία Ελλάδα, όπως προαναφέρθηκε, δηλαδή πρόκειται για μια πολύ παλιά ανησυχία. Διάφοροι μελετητές που ασχολήθηκαν με την ανθρώπινη συμπεριφορά, ανά διαστήματα, είχαν προσπαθήσει να δημιουργήσουν μια συστηματική ταξινόμηση για να μπορούν να τις κατηγοριοποιήσουν και να κατονομάσουν εκείνα τα ιδιαίτερα ατομικά χαρακτηριστικά που κάνουν έναν άνθρωπο να διαφοροποιείται από έναν άλλον. Η πρώτη προσπάθεια για την θέσπιση μιας ιεραρχικά δομημένης προσωπικότητας έχει τις ρίζες της στην πλατωνική αξιοκρατική αντίληψη, σύμφωνα με την οποία η «ψυχή» χωρίζεται σε τρία επίπεδα (στρώματα), με ιεραρχικό τρόπο και με περιεχόμενο

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

που καθίσταται αξιόλογο. Το υψηλότερο στρώμα (που αναφέρεται και ως «το Λογιστικόν»), αποτελεί την «έδρα» της ορθολογικής σκέψης, το μεσαίο στρώμα (που αναφέρεται και ως «το Θυμοειδές») είναι η «έδρα» των ελεγχόμενων και κοινωνικά αποδεκτών λειτουργιών (θάρρος, θέληση κ.λπ.), ενώ το κατώτερο στρώμα (που αναφέρεται και ως «το Επιθυμητικόν») είναι το μέρος όπου εδρεύουν οι παρορμήσεις και τα ένστικτα (Παπαδοπούλου & Ζάχου, 1985). Ωστόσο, η προσπάθεια αυτή έχει συστηματοποιηθεί περισσότερο από τότε που η ψυχολογία απέκτησε ανεξάρτητη ύπαρξη ως επιστήμη. Αρχικά, ο Sir Francis Galton (1884), ο οποίος υπήρξε ο πατέρας των ψυχολογικών δοκιμών/τεστ, διατύπωσε τη λεξικογραφική υπόθεση (Galton, 1984). Σύμφωνα με αυτή την υπόθεση, τα σημαντικότερα συστατικά της ανθρώπινης συμπεριφοράς κωδικοποιούνται ως χαρακτηριστικά των περισσότερων ή όλων των γλωσσών των χωρών του κόσμου (Τσαούσης, 1999).

Μάλιστα, ο Sir Francis Galton, ήταν ο πρώτος που χρησιμοποίησε τα λεξικό ως εργαλείο για τον υπολογισμό και την κατηγοριοποίηση των προσωπικοτήτων στην αγγλική γλώσσα. Πρόκειται πράγματι για το πρώτο λεξικό που κατηγοριοποιεί τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας στα αγγλικά. Ωστόσο, αν και το λεξικό αυτό θα μπορούσε να είναι ένα από τα πιο σημαντικά εργαλεία καθώς ο Galton εντόπισε περίπου 1000 επιθετικούς προσδιορισμούς αναφορικά με τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του ανθρώπου, οι προσπάθειές του δεν είχαν σημαντικό αντίκτυπο στον τομέα διότι κατηγορήθηκε ότι δεν ακολούθησε συστηματική μεθοδολογία προκειμένου να εξάγει συμπεράσματα (Τσαούσης, 1999).

Αντίθετα, η μελέτη των Allport και Odbert (1936) αναφέρεται ότι ήταν η πρώτη προσπάθεια συστηματικής εξέτασης της ταξινόμησης των βασικών χαρακτηριστικών της συμπεριφοράς του ανθρώπου κατά την οποία χρησιμοποίησαν το λεξικό (του Galton) ως βασικό εργαλείο και δημιούργησαν έναν κατάλογο περίπου 18.000 λέξεων (Albort & Odbert, 1936). Παρόλα αυτά, μόνο το ένα τέταρτο αυτών των λέξεων αφορούσαν χαρακτηριστικά προσωπικότητας. Ωστόσο, αν και ο κατάλογος αυτός ήταν μάλλον ασαφής, καθώς δεν υπήρχαν σαφή όρια μεταξύ των διαφόρων κατηγοριών, αποτέλεσε τη βάση για περαιτέρω έρευνα αναφορικά με τη μελέτη της προσωπικότητας και την ανάπτυξη ενός ιεραρχικού συστήματος ταξινόμησης. Έπειτα, η υπόθεση αυτή, αναπτύχθηκε περαιτέρω από τον Goldberg (1993), ο οποίος μελέτησε τις ατομικές διαφορές που κωδικοποιούνται στη γλώσσα. Παρόλα αυτά, οι σημαντικότερες δομικές θεωρίες που ανέλυσαν τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ήταν οι θεωρίες των Allport και Odbert, του Guilford, του Cattell και του Eysenck.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Συγκεκριμένα, ο Cattell το 1943, προσπάθησε να ορίσει τις βασικές διαστάσεις της προσωπικότητας, χρησιμοποιώντας τον κατάλογο των Allport και Odbert. Αφού άρχισε σταδιακά να μειώνει τον αρχικό αριθμό των επιθέτων του καταλόγου, κατέληξε σε ένα σύνολο 171 διπολικών επιθέτων, τα οποία και ταξινόμησε σε παράγοντες και στη συνέχεια ανέλυσε με τη χρήση της παραγοντικής ανάλυσης. Ως αποτέλεσμα της ανάλυσης του Cattell, εντοπίστηκαν 12 σημαντικοί παράγοντες προσωπικότητας, οι οποίοι στη συνέχεια αυξήθηκαν σε αριθμό και κατέληξαν να γίνουν 16. Τέλος, σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι η δομή της προσωπικότητας που πρότεινε ο Cattell κυριάρχησε στα τέλη του 19ου αιώνα (Cattel et al. 1970).

2.4 Οι θεωρίες των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας

Σύμφωνα με τις θεωρίες των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, πιθανολογείται ότι ένα άτομο έχει ορισμένα ψυχολογικά χαρακτηριστικά/ γνωρίσματα (personality traits) που εξηγούν τη σταθερότητα και τις διαφορές στην προσωπικότητα από άτομο σε άτομο, γεγονός που υποδηλώνει ότι τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός ατόμου μπορούν να περιγραφούν επαρκώς από έναν αριθμό ψυχολογικών χαρακτηριστικών γνωρισμάτων (traits) (Pervin, 1989). Τα χαρακτηριστικά αυτά θεωρούνται οι βασικοί λίθοι σύμφωνα με τους οποίους μπορούν να αναλυθούν προκειμένου να κατανοηθεί περαιτέρω η έννοια της προσωπικότητας δίνοντας έμφαση στη μοναδικότητα του κάθε ατόμου, σε αντίθεση με τις τυπολογικές θεωρίες που επιχειρούν να δημιουργήσουν ιδανικούς τύπους προσωπικότητας (Πιπερόπουλος, 2005). Οι θεωρίες των χαρακτηριστικών προσωπικότητας, βασίζονται στη γενική παραδοχή ότι όλοι οι άνθρωποι συμπεριφέρονται με ένα συγκεκριμένο τρόπο, υιοθετούν συγκεκριμένα μοτίβα συμπεριφοράς, λόγω κάποιων γενικών προδιαθέσεων, τα οποία καλούνται χαρακτηριστικά (Cervone & Pervin, 2013). Στην ουσία, δηλαδή, η προσωπικότητα ορίζεται με βάση τα γνωρίσματα ή τα χαρακτηριστικά μιας συγκεκριμένης συμπεριφοράς ενός ατόμου (Ζέρβας, 1992) και, ως εκ τούτου, τα χαρακτηριστικά που αναζητούνται από τις θεωρίες αυτές, είναι εκείνα που παραμένουν σταθερά στο χρόνο και δεν διαφοροποιούνται όταν αλλάζουν οι συνθήκες και τα γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή ενός ανθρώπου.

Τα χαρακτηριστικά/ γνωρίσματα αυτά της προσωπικότητας ενός ανθρώπου, αποτελούν βασικά και θεμελιώδη κομμάτια της ανθρώπινης προσωπικότητας (Pervin, 1989) και πρόκειται για ένα νοητικό κατασκεύασμα, ένα σχήμα, για την ερμηνεία και την πρόβλεψη μιας μορφής κανονικότητας στη συμπεριφορά ή και την προδιάθεση που οδηγεί ένα άτομο στο να συμπεριφέρεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο (Παυλόπουλος, 1998). Καθένα γνώρισμα (trait)

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

της προσωπικότητας θεωρείται ότι είναι αντιπροσωπευτικό της χαρακτηριστικής τάσης ενός ατόμου να ενεργεί αλλά και να συμπεριφέρεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο.

Οι κυριότερες αντιπροσωπευτικές μέθοδοι περιγραφής της ανθρώπινης προσωπικότητας με τη χρήση της μεθόδου των ψυχολογικών χαρακτηριστικών/γνωρισμάτων (θεωρία των γνωρισμάτων ή των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας) είναι του Gordon Allport, του J.P Guilford, του Raymond Cattell και του Hans Eysenck.

Στη συνέχεια παρουσιάζονται αναλυτικότερα οι σημαντικότερες θεωρίες των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας.

2.4.1 Η θεωρία του Gordon Allport

Ο Gordon Allport αποτέλεσε ένας από τους μεγαλύτερους θεωρητικούς των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και ο οποίος αναγνωρίστηκε ως ο πρωτοπόρος αυτής της θεωρίας (Cervone & Pervin, 2013). Η σημαντικότερη συμβολή του έργου του έγκειται στο ότι συνέλαβε εννοιολογικά την έννοια των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, η οποία και αποδείχθηκε ότι ήταν πολύ σημαντική καθώς και παραγωγική για την ανάπτυξη πολλών μελετών αναφορικά με την ανθρώπινη προσωπικότητα (Ewen, 2003). Ήταν ο πρώτος που υποστήριξε ότι τα γνωρίσματα/χαρακτηριστικά αποτελούν τις βασικές μονάδες της προσωπικότητας. Σύμφωνα με τον ίδιο, τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα της προσωπικότητας του ανθρώπου όχι μόνο υπάρχουν, αλλά βασίζονται και στο νευρικό σύστημα. Και όρισε ένα γνώρισμα/χαρακτηριστικό ως «ένα γενικευμένο και εστιασμένο νευροψυχικό με τη δυνατότητα να καθιστά πολλά ερεθίσματα λειτουργικά ισοδύναμα και να ωθεί και να καθοδηγεί ακόλουθες (ισοδύναμες) μορφές προσαρμοστικής και εκφραστικής συμπεριφοράς» (Allport, 1961, σελ.28). Σύμφωνα με τον ορισμό αυτό, από τη μία, βλέπουμε ότι τα χαρακτηριστικά έχουν την ευελιξία στην αλλαγή ανάλογα με τις περιστάσεις και τις απαιτήσεις της στιγμής, ενώ από την άλλη, έχουν μια επίδραση παρακινητική στη συμπεριφορά του ανθρώπου. Ωστόσο, αυτό δε σημαίνει ότι όλα τα γνωρίσματα/χαρακτηριστικά είναι παρακινητικά αλλά ούτε και πως όλα τα κίνητρα είναι γνωρίσματα/χαρακτηριστικά.

Συγκεκριμένα, ο Allport (1937) θεωρούσε ότι τα γνωρίσματα/χαρακτηριστικά αποτελούν βασικά δομικά συστατικά της προσωπικότητας του ανθρώπου τα οποία είναι καταγεγραμμένα στο νευρικό του σύστημα. Ειδικότερα, αντιπροσωπεύουν την έκφραση της προδιάθεσης του ανθρώπου να εκδηλώνει μια συμπεριφορά με συγκεκριμένο τρόπο σε διαφορετικές συνθήκες/καταστάσεις μέσα στο πέρας του χρόνου (Albort, 1937). Πιο συγκεκριμένα, τα χαρακτηριστικά της ανθρώπινης προσωπικότητας καθορίζονται από τη

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

συχνότητα, την ένταση και την έκταση της έκφρασής τους, αλλά και από το ευρύ φάσμα των καταστάσεων στο οποίο εμφανίζονται. Επιπλέον, τα χαρακτηριστικά της ανθρώπινης προσωπικότητας δεν προκύπτουν ανεξάρτητα από τις επικρατούσες καταστάσεις, αλλά εξαρτώνται από την ιδιαιτερότητα της εκάστοτε συνθήκης που επικρατεί. Ο Allport τόνισε επίσης τη μοναδικότητα των καταστάσεων αυτών και προσπάθησε να διερευνήσει τις ατομικές διαφορές των ανθρώπων, προκειμένου να κατανοήσει καλύτερα τη συμπεριφορά τους. Έδειχνε μεγάλο ενδιαφέρον για το βαθμό στον οποίο τα χαρακτηριστικά ενός συγκεκριμένου ανθρώπου εκδηλώνονται με τη μορφή συμπεριφοράς καθώς επίσης και το βαθμός εκδήλωσής αυτών των χαρακτηριστικών συγκριτικά με άλλους ανθρώπους. Επιπλέον, θεωρούσε ότι η συμπεριφορά είναι η εκδήλωση πολλών χαρακτηριστικών και είναι δυνατόν ένα άτομο να έχει αντικρουόμενες προδιαθέσεις και ότι τα γνωρίσματα εκδηλώνονται σύμφωνα με την ατομική επιλογή των καταστάσεων/συνθηκών και όχι με τις ατομικές αντιδράσεις στην εκάστοτε κατάσταση/συνθήκη που επικρατεί (Ποταμιάνος & Παπαστάμου, 2002).

Σύμφωνα με τον Allport (1937, 1961), η συμπεριφορά καθορίζεται περισσότερο από τη δομή της προσωπικότητας και λιγότερο από τις περιβαλλοντικές επιδράσεις και ο ίδιος διέκρινε τρεις τύπους χαρακτηριστικών/γνωρισμάτων: τα πρωτεύοντα ή κύρια (cardinal traits), τα κεντρικά (central traits) και τις δευτερεύουσες προδιαθέσεις ή στάσεις (secondary despositions). Ως πρωτεύον ή κύριο (cardinal trait) χαρακτηριστικό/γνώρισμα ορίζεται η προδιάθεση ενός ατόμου η οποία ρυθμίζει τη συμπεριφορά του και επηρεάζει σχεδόν κάθε του πράξη (Albort, 1937.Albort,1961). Για παράδειγμα, οι άνθρωποι με αυταρχική προσωπικότητα βλέπουν τα πράγματα από μια σταθερή οπτική για τα πράγματα. Ωστόσο, τα άτομα που παρουσιάζουν πρωτεύοντα χαρακτηριστικά είναι πολύ λίγα. Τα κεντρικά χαρακτηριστικά (central traits) αντιπροσωπεύουν ιδιότητες που σχετίζονται με ένα σύνολο χαρακτηριστικών που σχετίζονται με πιο περιορισμένες περιπτώσεις συγκριτικά με τα πρωτεύοντα ή κύρια χαρακτηριστικά, καθώς επίσης και οι δευτερεύουσες προδιαθέσεις ή στάσεις (secondary despositions) που αντιπροσωπεύουν εκείνες τις προδιαθέσεις που δεν είναι σχεδόν καθόλου γενικευμένες και αποτελούν ιδιαίτερα χαρακτηριστικά/ γνωρίσματα των ανθρώπων (Ποταμιάνος & Παπαστάμου, 2002).

Συνεπώς, η θεωρία αυτή βασίζεται στην ύπαρξη ατομικών διαφορών εξαιτίας του ότι οι άνθρωποι δεν είναι ίδιοι και επομένως δεν αντιδρούν με τον ίδιο τρόπο στα ίδια γεγονότα. Για αυτό το λόγο, η μελέτη της συμπεριφοράς του ανθρώπου δεν μπορεί να βασίζεται σε αμοιβαίες συγκρίσεις παρά μόνο στη μελέτη μεμονωμένων περιπτώσεων σε βάθος χρόνου. Ο Allport επέστησε επίσης την προσοχή του στη χρησιμότητα της ιδιογραφικής έρευνας (idiographic research) και επεσήμανε την σημαντικότητα της σε βάθους μελέτης των

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ανθρώπων έχοντας ως κύριο στόχο να αποκαλυφθούν όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες για τους ανθρώπους γενικότερα (Cervone & Pervin, 2013).Πιο συγκεκριμένα, υποστήριζε ότι οι δομές της προσωπικότητας των ανθρώπων χαρακτηρίζονται από έναν σχετικά μικρό αριθμό σταθερών χαρακτηριστικών, που κυμαίνονται από 3 έως 10, ενώ υπάρχουν μοναδικά ανθρώπινα γνωρίσματα/χαρακτηριστικά που η επιστήμη δεν έχει μπορέσει ακόμη να αντιληφθεί/ανακαλύψει.

2.4.2 Η θεωρία του Raymond Cattell

Ένας άλλος σημαντικός εκπρόσωπος της θεωρίας των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας είναι ο Raymond Cattell, η συμβολή του οποίου στην επιστήμη της ψυχολογίας σχετίζεται κυρίως με τη διερεύνηση και μελέτη των χαρακτηριστικών της ανθρώπινης προσωπικότητας. Παρόλο που η θεωρία του δεν έχει ποτέ αναπαραχθεί, η συμβολή του στην παραγοντική ανάλυση ήταν ανεκτίμητη για την έρευνα της ψυχολογίας. Ο ίδιος παρουσίασε, το μοντέλο των δεκαέξι (16) παραγόντων προσωπικότητας, προκειμένου να καταφέρει να διαμορφώσει μια συνηθισμένη ταξινόμηση χαρακτηριστικών/γνωρισμάτων, με τη χρήση μιας λεξικολογικής προσέγγισης, προκειμένου να καταφέρει να περιορίσει τη φυσική γλώσσα σε αντικειμενικούς στόχους της προσωπικότητας στην πράξη (Fehriinger, 2004). Όρισε την προσωπικότητα ως «αυτό που μας δίνει τη δυνατότητα να προβλέψουμε πώς θα συμπεριφερθεί ένα άτομο σε καταστάσεις της πραγματική ζωής». Υποστήριξε ότι, η παραγοντική ανάλυση, μια στατιστική μέθοδος που εξετάζει τις συσχετίσεις μεταξύ των ατόμων, προσφέρει την δυνατότητα ομαδοποίησης με τέτοιο τρόπο, ώστε να υπάρχει ένας μικρός αριθμός διαστάσεων που ονομάζονται παράγοντες. Με άλλα λόγια, όταν συναντώνται λέξεις που μετρούν τον ίδιο παράγοντα, ομαδοποιούνται μαζί (Cervone & Pervin, 2013).

Οι κύριες διαστάσεις της προσωπικότητας μπορούν να αξιολογηθούν (ποσοτικά), να αξιολογηθούν και να ποσοτικοποιηθούν με κατάλληλες τεχνικές και έπειτα να υποστούν επεξεργασία και ανάλυση. Με βάση την ουσία των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και τις σχετικές κλίμακες αξιολόγησης, ο Cattell υποστηρίζει ότι δύναται να κατασκευαστούν με επαγωγικό τρόπο ένα προφίλ χαρακτηριστικών/ γνωρισμάτων του κάθε ανθρώπου. Σύμφωνα με τη θεωρία του Cattell, τα διάφορα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ορίζονται ως αντίθετες έννοιες και χαρακτηρίζονται ως πηγαία ή πρωτογενή που αποτελούν τη βάση της ανθρώπινης προσωπικότητας και την πηγή έκφρασης ορισμένων συμπεριφορών που όμως αν και δεν είναι άμεσα ορατά και επιφανειακά, είναι εύκολο να διακριθούν στα πλαίσια της καθημερινής και συνηθισμένης συμπεριφοράς ενός ανθρώπου (Πιπερόπουλος, 2005).

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Τα «πρωτογενή χαρακτηριστικά ή παράγοντες» που σχετίζονται με τις δεξιότητες και τις ικανότητες ενός ατόμου όπως για παράδειγμα η ευφυία/νοημοσύνη και τα χαρακτηριστικά της ιδιοσυγκρασίας που αφορούν τη συναισθηματική ζωή και την συμπεριφορά ενός ανθρώπου και τα «δυναμικά χαρακτηριστικά» που σχετίζονται με την προσπάθεια, τα κίνητρα αλλά και τους στόχους που θέτει ένας άνθρωπος. Τα «επιφανειακά χαρακτηριστικά» είναι οι συμπεριφορές που δεν προκύπτουν από μια κοινή αιτία αλλά συγκλίνουν μόνο επιφανειακά (Cervone & Pervin, 2013. Ποταμιανός & Παπαστάμου, 2002).

Ο Cattell (1979) δίνει μεγαλύτερη σημασία στα «πρωτογενή χαρακτηριστικά», καθώς οι άνθρωποι με αυτά τα γνωρίσματα είναι λιγότεροι σε αριθμό και έτσι καθίσταται πιο εύκολη και γρήγορη η περιγραφή των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, κυρίως διότι τα χαρακτηριστικά αυτά είναι σταθερά και σε γενικές γραμμές ανεξάρτητα μεταξύ τους, γεγονός που σημαίνει ότι τα άτομα αυτά συγκροτούν την βασική δομή της ανθρώπινης προσωπικότητας. Έν αντιθέσει, τα «επιφανειακά χαρακτηριστικά» είναι πολύ περισσότερα σε αριθμό και λιγότερο σταθερά και η εμφάνισή τους είναι το αποτέλεσμα της συνέργειας τουλάχιστον δύο πρωτογενών χαρακτηριστικών (Cattel, 1979).

Επιπλέον, ο Cattell ήταν προσηλωμένος στη χρήση ερωτηματολογίων που προέρχονταν από την ανάλυση παραγόντων. Με άλλα λόγια, προσπάθησε να απομονώσει έναν μικρό αριθμό χαρακτηριστικών γνωρισμάτων των ανθρώπων που θα μπορούσαν να αποτελέσουν έναν ιδανικό τύπο αναφοράς, ενώ παράλληλα, επιδίωξε να παράσχει μια ικανοποιητική περιγραφή των επιμέρους ανθρώπινων χαρακτηριστικών (Cervone & Pervin, 2013). Πιο συγκεκριμένα, χρησιμοποίησε τρεις πηγές πληροφοριών, οι οποίες ήταν: οι παρατηρήσεις, τα ερωτηματολόγια και τα αντικειμενικά τεστ/ δοκιμασίες. Μέσω της παρατήρησης, συλλέγονται πληροφορίες σχετικά με τη συμπεριφορά του ανθρώπου που εκδηλώνεται υπό πραγματικές και καθημερινές καταστάσεις στη ζωή του. Ενώ, με τη χρήση των ερωτηματολογίων για την διερεύνηση χαρακτηριστικών της προσωπικότητάς των ανθρώπων, συγκεντρώνονται πληροφορίες που βασίζονται σε παρατηρήσεις του ίδιου του ατόμου σχετικά με τον εαυτό του. Στα αντικειμενικά τεστ, η συμπεριφορά του υποκειμένου καταγράφεται υπό ελεγχόμενες εργαστηριακές συνθήκες και ως εκ τούτου, το υποκείμενο δεν δύναται να προβλέψει και να καταφέρει να συσχετίσει τις αντιδράσεις του με το χαρακτηριστικό προσωπικότητας που κάθε φορά αξιολογείται. Ο Cattell ανέπτυξε το ερωτηματολόγιο με την ελπίδα ότι η παραγοντική ανάλυση των πληροφοριών από κάθε πηγή θα έδινε τους ίδιους παράγοντες, δηλαδή τα ίδια χαρακτηριστικά προσωπικότητας. Από τις επακόλουθες αναλύσεις παραγόντων προέκυψαν συνολικά δεκαέξι (16) χαρακτηριστικά προσωπικότητας. Αυτά, τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας που προέκυψαν από το ερωτηματολόγιο του Cattell σχετίζονται κυρίως με τις

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ιδιαίτερες προσωπικές ικανότητες και την ιδιοσυγκρασία του ανθρώπου. Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο είναι ευρέως γνωστό στην διεθνή βιβλιογραφία ως το Ερωτηματολόγιο των δεκαέξι (16F) Παραγόντων Προσωπικότητας του Cattell (16 Personality Factor Questionnaire) (Ποταμιάνος & Παπαστάμου, 2002).

Τέλος, ο Cattell, αν και πρόσφερε σημαντικά στοιχεία στην μελέτη της ανθρώπινης προσωπικότητας, δέχτηκε μεγάλη κριτική καθώς αν και επιχειρήθηκε, δεν ήταν εφικτό να αναπαραχθεί πιστά η θεωρία του. Ακόμα και η αξιοπιστία της αυτοαναφοράς των δεδομένων/στοιχείων του αμφισβητήθηκε (Schuerger, Zarrella & Hotz, 1989).

2.4.3 Η θεωρία του Hans Eysenck

Μια από τις αναπτυγμένες θεωρίες προσωπικότητας είναι η θεωρία που διατύπωσε ο Hans J. Eysenck (Αλεξόπουλος, 2004). Η θεωρία του Eysenck, όπως και η θεωρία του Cattel, βασίζεται στην ανάλυση παραγόντων, έχει εξεταστεί με αρκετή λεπτομέρεια και έχει επιστήσει την προσοχή, καθώς πιθανολογείται ότι έχει υποστεί επαρκή επεξεργασία.

Η θεωρία του Eysenck, ενώ υποστήριξε τις προηγούμενες θεωρίες των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, τόνισε ιδιαίτερα την ανάγκη ανάπτυξης κατάλληλων εργαλείων μέτρησης των ιδιοτήτων καθώς επίσης και την ανάγκη δημιουργίας ελέγξιμων θεωριών. Επιπλέον, επισήμανε τη σημασία της αναγνώρισης της βιολογικής βάσης/υπόστασης για την ύπαρξη των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας (Cervone & Pervin, 2013. Eysenck & Eysenck, 1985).

Ο Eysenck υπερασπίστηκε, επίσης, τη σημασία των γενετικών παραγόντων στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς και προσπάθησε να εκφράσει μια θεωρία προσωπικότητας που έχει υποστεί λεπτομερή επεξεργασία. Συγκεκριμένα, πρόκειται για μια θεωρία τύπων προσωπικότητας, οι οποίοι τύποι διακρίνονται από θεμελιώδεις διαφορές στο νευρικό σύστημα και είναι κληρονομήσιμοι. Ο τύπος ενός ατόμου είναι εκείνος που φέρνει συνοχή, δηλαδή συνέπεια, και συνθέτει την προσωπικότητα ενός ατόμου (Δημητρακοπούλου & Κολιάδη, 2008). Πιο συγκεκριμένα, η θεωρία του βασίζεται κυρίως στη φυσιολογία και τη γενετική και υποστηρίζει ότι οι εγκατεστημένες συνήθειες είναι εξαιρετικά σημαντικές αλλά και ότι οι διαφορές στην προσωπικότητα αναπτύσσονται ανεξάρτητα από τη γενετική προδιάθεση που έχει κάθε άνθρωπος (Γριμπαβιώτη & Ζήντρος, 2009).

Στην πρώτη του μελέτη, ο Eysenck, στο θεμελιώδες βιβλίο του «Διαστάσεις της προσωπικότητας» (Dimensions of Personality), προσδιόρισε δύο βασικές διαστάσεις/παράγοντες της προσωπικότητας την Εσωστρέφεια (Introversion) /Εξωστρέφεια

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

(Extroversion) και τον Νευρωτισμό (Neuroticism) ή συναισθηματική ισορροπία (Δημητρακοπούλου & Κολιάδη, 2008:85). Οι άνθρωποι που παρουσιάζουν χαμηλό βαθμό Νευρωτισμού, διακατέχονται από μια συναισθηματική σταθερότητα, χαρακτηρίζονται από ηρεμία και δεν αλλάζει η συναισθηματική τους κατάσταση από τη μια στιγμή στην άλλη. Από την άλλη πλευρά, οι Εσωστρεφείς άνθρωποι, είναι ήσυχοι, σκεπτόμενοι, απερίσκεπτοι, αποφεύγουν να είναι κοινωνικοί και δεν τους αρέσουν οι αλλαγές.

Ωστόσο, στη συνέχεια, ο Eysenck, εισήγαγε και μια τρίτη διάσταση, τον Ψυχωτισμό (Psychoticism) (Cervone & Pervin, 2013). Οι άνθρωποι που διακατέχονται από υψηλά επίπεδα Ψυχωτισμού, είναι ψυχροί, περίεργοι, αντικοινωνικοί και εχθρικοί, σε αντίθεση με τους Εξωστρεφείς ανθρώπους που είναι κοινωνικοί, ενδιαφέρονται για τις κοινωνικές δραστηριότητες και λατρεύουν τις αλλαγές. Οι τρεις αυτοί παράγοντες προσωπικότητας είναι ανεξάρτητοι μεταξύ τους (Eysenck, 1952).

Η τοποθέτηση του κάθε ανθρώπου σε κάθε μία από τις παραπάνω διαστάσεις καθορίζει και τον τύπο του. Ως αποτέλεσμα, προσδιορίζονται τα γνωρίσματα/χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός ανθρώπου. Αυτά τα χαρακτηριστικά με τη σειρά τους, καθορίζουν τις συνήθεις αντιδράσεις του κάθε ανθρώπου και οι συνήθειες αυτές κατά συνέπεια, καθορίζουν τις επιμέρους ιδιαίτερες αντιδράσεις του (Δημητρακοπούλου & Κολιάδη, 2008).

Αυτούς τους τρεις βασικούς παράγοντες/διαστάσεις που αναφέρθηκαν παραπάνω, ο Eysenck τους ονόμασε Υπερπαράγοντες (Super factors) ή Παράγοντες Ανώτερης Τάξης και προέκυψαν ως αποτέλεσμα της χρήσης πρόσθετων παραγοντικών αναλύσεων των χαρακτηριστικών προσωπικότητας. Οι υπερπαράγοντες ή παράγοντες ανώτερης τάξης, περιγράφουν τις θεμελιώδεις διαστάσεις που διέπουν τους παράγοντες εκείνους που είναι απόρροια των αναλύσεων την πρώτης μελέτης, και ορίζονται μέσα από ένα χαμηλό και ένα υψηλό άκρο (μέσα σε ένα εύρος), έτσι ώστε οι άνθρωποι να μπορούν να τοποθετούνται κάπου στο ενδιάμεσο (Eysenck, 1970). Έπειτα, προστέθηκε και μια τέταρτη διάσταση/ ένας επιπλέον παράγοντας, εκείνος της κλίμακας του Ψεύδους (Lie) /της Προσποίησης (Pretense). Ωστόσο, ο Eysenck ισχυρίσθηκε ότι οι διαστάσεις αυτές δεν σχετίζονται μεταξύ τους. Με άλλα λόγια, είναι ανεξάρτητες μεταξύ τους (Αλεξόπουλος, 2004: 403).

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι η θεωρία του Eysenck θεωρείται έως και σήμερα σημαντική. Είναι ο Ψυχολόγος με τις περισσότερες αναφορές και δημοσιεύσεις μετά τον Freud και το ερωτηματολόγιο του Eysenck αποτελεί μια σημαντική συμπληρωματική πηγή καθώς βασίστηκε σε μια επαρκώς αναπτυγμένη θεωρία των χαρακτηριστικών της ανθρώπινης προσωπικότητας. Χρησιμοποιείται ευρέως, είναι διαθέσιμο εδώ και δεκαετίες και συγκλίνει με άλλα ευρέως χρησιμοποιούμενα και διαθέσιμα ερωτηματολόγια. Το ερωτηματολόγιο του

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Eysenck έχει μεταφραστεί σε πολλές γλώσσες (Γλάνια, Αντωνίου & Διγγελίδης, 2008).

Τέλος, οι τρεις παραπάνω θεωρίες (Eysenck, Freud) έχουν πολλά κοινά σημεία (Cervone & Pervin, 2013).. Χωρίς, βέβαια, αυτό να σημαίνει ότι δεν παρατηρούνται και κάποιες διαφορές, ιδίως όσον αφορά τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζουν τη μελέτη των γνωρισμάτων/χαρακτηριστικών/παραγόντων προσωπικότητας και τη σχέση τους με τις υπόλοιπες θεωρίες προσωπικότητας. Για παράδειγμα, μια σημαντική διαφορά είναι ότι η χρήση της παραγοντικής ανάλυσης για τον προσδιορισμό της ποσότητας (σε αριθμό) και της φύσης των χαρακτηριστικών της ανθρώπινης προσωπικότητας. Ως εκ τούτου, αν και ο Allport απέρριψε αυτή τη μέθοδο, ο Eysenck και ο Cattell ήταν οι κύριοι υποστηρικτές αυτής. Ταυτόχρονα, ο Cattell έδωσε έμφαση σε μια πληθώρα χαρακτηριστικών, ενώ ο Eysenck έδωσε έμφαση σε λίγα μόνο χαρακτηριστικά. Ωστόσο, ο Allport επεκτάθηκε πολύ περισσότερο από τον Cattell τονίζοντας ότι κάθε άνθρωπος έχει μια ατελείωτη «παλέτα» μοναδικών χαρακτηριστικών, γεγονός που συνέβαλλε στην περαιτέρω αναζήτηση και διερεύνηση των απείρων χαρακτηριστικών που μπορεί να διαθέτει ένας άνθρωπος (Albort, 1937. Albort,1961).

2.4.4 Το μοντέλο των (5) Πέντε Παραγόντων της Προσωπικότητας (Five-Factor Model of Personality/ Big Five Personality traits)

Υπάρχει ομοφωνία ότι το μοντέλο αυτό αναγνωρίζεται ως το ενοποιητικό μοντέλο της θεωρίας της προσωπικότητας και παρέχει μια απλουστευμένη αλλά περιεκτική ταξινόμηση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και αποτελεί στη σημερινή εποχή το κύριο μοντέλο της θεωρίας των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας (Lounsbury et al.2003).

Λαμβάνοντας υπόψιν την ανασκόπηση της ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας μπορούμε να συγκλίνουμε στην άποψη ότι το μοντέλο των πέντε παραγόντων (Five Factor Model), γνωστό και ως η «Μεγάλη Πεντάδα» (Big Five), έχει δύο εκδοχές. Η πρώτη εκδοχή του μοντέλου είναι εκείνη που αναπτύχθηκε από τους Costa και McRae μέσω της ανάπτυξης προσαρμοσμένων ερωτηματολογίων. Έτσι, αναπτύχθηκε ένα εξειδικευμένο ερωτηματολόγιο με τη χρήση του NEO-PI-R (1992) ως κύριο εργαλείο (Costa & McRae, 1992).. Ενώ, η δεύτερη εκδοχή, σχετίζεται με τη λεξιλογική (γλωσσική) υπόθεση/ προσέγγιση, η οποία χρησιμοποιεί έναν κατάλογο επιθέτων που προέρχονται από λεξικά (Τσαούσης, 1999). Σύμφωνα με τα όσα αναφέρει ο Goldberg (1993), για την βάση του μοντέλου αυτού από την λεξικογραφική υπόθεση αρχικά ευθύνεται ο Donald Fiske (1949), ο οποίος μέσω της ανάλυσης 22 μεταβλητών του Cattell σε μια πιο απλουστευμένη μορφή, ανακάλυψε τους πέντε διαφορετικούς παράγοντες (Fiske, 1949). Ωστόσο, δεν συνέχισε την έρευνά του για να τελειοποιήσει την

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

προσέγγισή του. Ως εκ τούτου, οι περισσότεροι ερευνητές αποδίδουν την προέλευση του μοντέλου στους Ernest Tupes και Raymond Christal (1958), οι οποίοι μελέτησαν ένα πλήθος ανθρώπων, από πιλότους μέχρι φοιτητές και σπουδαστές πανεπιστημίου. συλλέγοντας προβλέψεις/εκτιμήσεις από γνωστούς, φίλους, δασκάλους, εργοδότες και κλινικούς ψυχολόγους των συγκεκριμένων ανθρώπων που εξέτασαν (Tupes & Christal, 1958). Το αποτέλεσμα της μελέτης τους ήταν η εύρεση σταθερά επαναλαμβανομένων παραγόντων. Οι παράγοντες αυτοί είναι οι παρακάτω:

1. η Ορμητικότητα (Surgency),
2. η Προσήνεια (Agreeableness),
3. η Αξιοπιστία (Dependability),
4. η Συναισθηματική σταθερότητα (Emotional Stability), και η
5. η Διανόηση (Culture).

Επιπλέον, ο Goldberg από το Ινστιτούτου Ερευνών του Όρεγκον και ο Cattell από το Πανεπιστήμιο του Ιλινόις (Illinois), κατέληξαν στο ακόλουθο συμπέρασμα: ότι οι Πέντε αυτοί παράγοντες, ως βασικά συστατικά, είναι ικανοί να προσδιορίσουν και να περιγράψουν τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των ανθρώπων (Soto & Jackson, 2013).

Παρόλα αυτά, η μελέτη των Costa και McRae (1985) στην οποία διερευνήθηκε η δομή της ανθρώπινης προσωπικότητα βασιζόμενη στις απαντήσεις των συμμετεχόντων ή των ανθρώπων που σχετίζονταν με εκείνους (π.χ γνωστούς, φίλους κτλ.), μέσω ενός Ερωτηματολογίου Αξιολόγησης της Προσωπικότητας (NEO-Personality Inventory) και όχι στην λεξικολογική (γλωσσική) υπόθεση / προσέγγιση και την ανάλυση καταλόγων με επίθετα, ήταν καθοριστικής σημασίας για την θεωρητική και την ερευνητική τεκμηριωμένη του μοντέλου των πέντε παραγόντων (Costa & McCrae, 1985).

Αρχικά, μετρήθηκαν οι τρεις παρακάτω παράγοντες, σύμφωνα με τη λεξιλογική (γλωσσική) υπόθεση/ προσέγγιση (Digman, 1989. Eysenck & Eysenck, 1975. Goldberg, 1990), υπονοώντας κάποιου είδους συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων αυτών και των νοητικών ικανοτήτων των ανθρώπων:

1. η «Συναισθηματική σταθερότητα» (Fiske, 1949),
2. η «Εξωστρέφεια ή/ Ορμητικότητα», και
3. η «Δεκτικότητα/Ανοιχτότητα σε Εμπειρίες» ή/ «Διανόηση» ή/ «Κουλτούρα».

Όσον αφορά τη «Δεκτικότητα/Ανοιχτότητα σε Εμπειρίες», οι Costa και McCrae (1985) πίστευαν ότι ο παράγοντας αυτός μετρά όχι μόνο τη διανοητική ικανότητα και τη δημιουργικότητα αλλά και άλλες διαστάσεις όπως τα πνευματικό ενδιαφέροντα, την εκδήλωση/έκφραση των συναισθημάτων και τη αισθητική, επιθυμία για ποικιλομορφία,

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

καινοτόμες ιδέες και αξίες κ.λπ. Επιπλέον, περιλαμβάνεται και η μέτρηση και η αξιολόγηση ενός αριθμού διαφορετικών χαρακτηριστικών όπως είναι: η φαντασία, η ικανότητα έκφρασης των συναισθημάτων, η αισθητική, οι θεωρητικές αναζητήσεις και η ανάγκη για δράση και ένταση (Tsaousis & Kerpelis, 2004). Ωστόσο, εκτός από τον αρχικό προσδιορισμό των τριών παραπάνω παραγόντων, διεξάχθηκε και περαιτέρω έρευνα, με τη βοήθεια της οποίας διαπίστωσαν ότι εκτός από τους τρεις πρώτους παράγοντες, αποκαλύφθηκε και η ύπαρξη ακόμη δύο παραγόντων, οι οποίοι είναι : η «Συνέπεια» ή/ «Επιθυμία για Επιτυχία» ή/ απλώς «Επιθυμία ή/ «Σύνεση» ή/ «Συστολή» και η «Προσήνεια» ή/ «Φιλικότητα» ή/ «Φιλική Προσαρμογή- Εχθρική Προσαρμογή». Όλοι οι επιπλέον αυτοί παράγοντες, συμπεριλήφθηκαν στο Αναθεωρημένο NEO Ερωτηματολόγιο Προσωπικότητας (Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)) (Costa & McCrae, 1992).

Σύμφωνα με τους Costa και McCrae (1992) και Digman (1989), προκειμένου ένας παράγοντας να γίνει αποδεκτός ως θεμελιώδης παράγοντας, πρέπει να πληρούνται ορισμένες προϋποθέσεις προσδιορίζοντας τα ακόλουθα τέσσερα εξής κριτήρια, με την βοήθεια των οποίων είναι εφικτή η αξιολόγηση ο βαθμός σημαντικότητας του κάθε παράγοντα:

α) Ο παράγοντας θα πρέπει να αποδίδει σταθερά και για μεγάλα χρονικά διαστήματα τα ίδια αποτελέσματα όταν αυτά αξιολογούνται από διαφορετικούς παρατηρητές σε διαφορετικές χρονικές στιγμές στις οποίες διεξάγονται οι έρευνες.

β) Τα χαρακτηριστικά που αφορούν καθέναν από τους παράγοντες θα πρέπει να τεκμηριώνονται μέσα από επιστημονικές μελέτες αλλά και να επιβεβαιώνεται η ύπαρξή τους σε διαφορετικά καθημερινά κοινωνικά πλαίσια μέσω των διαπροσωπικών σχέσεων.

γ) Καθένας από τους παράγοντες να επιβεβαιώνεται ότι εμφανίζεται και στα δύο φύλα, σε όλες τις φυλές, σε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες και σε διαφορετικά πολιτισμικά υπόβαθρα.

δ) Η προϋπόθεση ύπαρξης ενός σταθερού βιολογικού υπόβαθρου για κάθε έναν από αυτούς τους παράγοντες (Παυλόπουλος, 1998.Τσαούσης, 1999).

Το μοντέλο των Πέντε Παραγόντων (NEO- Five Factor Inventory, NEO-FFI) (Costa & McCrae, 1992) φαίνεται να συνδυάζει και τα τέσσερα παραπάνω κριτήρια. Ειδικότερα, όσον αφορά την αξιοπιστία των επαναλαμβανόμενων μετρήσεων, είναι σαφές ότι υπάρχει σταθερότητα στην εμφάνιση των παραγόντων και τα χαρακτηριστικά που συνθέτουν κάθε παράγοντα σχετίζονται και με άλλα θεωρητικά μοντέλα (Digman, 1989). Στη συνέχεια παρατίθενται οι Πέντε Παράγοντες/ Διαστάσεις που συνθέτουν το μοντέλο καθώς επίσης και τα χαρακτηριστικά/ γνωρίσματα τους (Goldberg, 1990).

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

2.4.4.1 Νευρωτισμός (Neuroticism-N)

Ο παράγοντας περιλαμβάνει χαρακτηριστικά όπως: άγχος, ατολμία, παρορμητικότητα, έκρυθμη εχθρότητα, κατάθλιψη, ευαισθησία, ντροπή, ανησυχία, ανασφάλεια και επιθετικότητα. Ο Νευρωτισμός σχετίζεται με το βαθμό στον οποίο ένας άνθρωπος είναι αγχωμένος, ευέξαπτος, ιδιότροπος και οξύθυμος και συνδέεται με όρους όπως εχθρικός, καταθλιπτικός, παρορμητικός, ανήσυχος και υποχόνδριος (Barrick & Mount, 1991). Σε αντίθεση με τη συναισθηματική αστάθεια, ο Νευρωτισμός, αξιολογεί την προσαρμοστικότητα και καταφέρνει να προσδιορίσει τις καταθλιπτικές τάσεις, τις ουτοπικές ιδέες, τις ακατανίκητες επιθυμίες/ακατανίκητους πόθους, τις ουτοπικές σκέψεις/ιδέες και τις παρορμήσεις/ ορμές του ατόμου (Cervone & Pervin, 2013). Συγκεκριμένα, οι άνθρωποι που σημειώνουν υψηλή βαθμολογία σε αυτόν τον παράγοντα, δεν εμπιστεύονται εύκολα τους άλλους ανθρώπους, διακατέχονται από υψηλά επίπεδα ανησυχίας, κατάθλιψης, εχθρότητας και αυτοσυνείδησης, ενώ παράλληλα είναι συναισθηματικά αντιδραστικοί, ευάλωτοι στο στρες, παρουσιάζουν το αίσθημα της έλλειψης ικανοποίησης, είναι ανήσυχοι, ανασφαλείς, νευρικοί, ανεπαρκείς και υποχόνδριοι (Cervone &Pervin, 2013:347). Πιο συγκεκριμένα, ο υψηλός νευρωτισμός συνδέεται με έλλειψη εμπιστοσύνης στους άλλους και καχυποψία για τους άλλους. Ο υψηλός νευρωτισμός συνήθως αντανακλά την έλλειψη εμπιστοσύνης στους άλλους, τον σκεπτικισμό/υποψίες για τα κίνητρα των άλλων και τα υψηλά επίπεδα ανησυχίας (Goldberg, 1990). Αντίθετα, τα άτομα με χαμηλότερες βαθμολογίες σε αυτόν τον παράγοντα είναι περισσότερο συναισθηματικά σταθεροί και λιγότερο υπερευαίσθητοι στο άγχος, ενώ συχνά διακατέχονται από συναισθηματική σταθερότητα. Είναι ήρεμοι, σπάνια θυμώνουν/χάνουν την ψυχραιμία τους και είναι αισιόδοξοι για το μέλλον.

2.4.4.2 Εξωστρέφεια (Extroversion-E)

Η εξωστρέφεια είναι ο βαθμός στον οποίο ένα άτομο είναι εξωστρεφές, ομιλητικό, κοινωνικό, ενεργητικό και απολαμβάνει την αλληλεπίδραση με άλλα άτομα. Ο παράγοντας αυτός περιλαμβάνει χαρακτηριστικά όπως: τρυφερότητα, φιλοδοξία, σιγουριά, κοινωνικότητα, ευθυμία, ενεργητικότητα, θετικά συναισθήματα, εμπιστοσύνη, επιδίωξη συγκινήσεων, ενθουσιασμός για τη ζωή και τις καταστάσεις αλλά ταυτόχρονα με επιφυλακτικότητα καθώς επίσης και άτολμη αντιμετώπιση, η οποία φαίνεται κάποιες φορές να μετατρέπεται σε παραίτηση (Digman, 1989). Συγκεκριμένα, οι άνθρωποι που σημειώνουν υψηλή βαθμολογία σε αυτόν τον παράγοντα, είναι ομιλητικοί, έχουν μεγάλη εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και θετική στάση απέναντι στη ζωή, λατρεύουν την περιπέτεια, ενώ συχνά περιγράφονται από

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

άλλους ανθρώπους με τους οποίους σχετίζονται ως ζεστά και ευχάριστα άτομα. Ως εκ τούτου, οι Εξωστρεφείς άνθρωποι συνήθως είναι τολμηροί, ενεργητικοί, δραστήριοι και δυναμικοί, κοινωνικοί, ομιλητικοί, θετικοί, ενθουσιώδεις και αισιόδοξοι (Cervone & Pervin, 2013). Αντίθετα, οι άνθρωποι που σημειώνουν χαμηλή βαθμολογία σε αυτόν τον παράγοντα είναι περισσότερο συγκρατημένοι/επιφυλακτικοί, παθητικοί με συστολή και λιγότερο ομιλητικοί, νηφάλιοι, εσωστρεφείς και γενικά συγκρατημένοι. Τέλος, παρουσιάζουν δυσκολία στο να προσαρμοστούν σε διαφορετικά πλαίσια (Costa & McCrae 1997).

2.4.4.3 Ανοιχτότητα/Δεκτικότητα σε Εμπειρίες (Openness-O)

Η Ανοιχτότητα/Δεκτικότητα σε Εμπειρίες σχετίζεται με τη φαντασία, την πρωτοτυπία, την περιέργεια, την καλαισθησία, τις αξίες, τις ιδέες κ.ά.(Cervone & Pervin, 2013:347). Συγκεκριμένα, η Ανοιχτότητα/Δεκτικότητα σε Εμπειρίες αναφέρεται στο βαθμό στον οποίο ένα άτομο είναι περίεργο/διερευνητικό, πρωτότυπο/αυθεντικό, ευφυές/διανοούμενο, δημιουργικό και ανοιχτό σε νέες ιδέες (Barrick & Mount, 1991). Ο παράγοντας αυτός σχετίζεται με όρους όπως είναι: η πρωτοτυπία, η ευφαντασία και η περιέργεια, η επινοητικότητα, η πνευματική καλλιέργεια, η ανοχή σε άλλες απόψεις, η εξυπνάδα και φιλοτεχνία (Goldberg, 1990). Πιο συγκεκριμένα, οι άνθρωποι που σημειώνουν υψηλή βαθμολογία σε αυτόν τον παράγοντα, ενδιαφέρονται για πολλά πράγματα, είναι περίεργοι, δημιουργικοί, εφευρετικοί και πρωτότυποι, μη παραδοσιακοί και έχουν καλλιτεχνικές τάσεις. Αντίθετα, οι έχοντες χαμηλή βαθμολογία τείνουν να είναι συντηρητικοί, παραδοσιακοί, παρουσιάζουν ελλιπής αναλυτική σκέψη και καλλιτεχνική ευαισθησία και είναι πολύ προσεκτικοί στον τρόπο με τον οποίο θα επιλέξουν αν συμπεριφερθούν. Προτιμούν το απλό, το άμεσο και το προφανές, δεν τους αρέσουν οι αλλαγές. Ως εκ τούτου, προτιμούν τις δοκιμασμένες μεθόδους προκειμένου να καταφέρουν να ανταπεξέλθουν στις υποχρεώσεις τους, ενώ σε γενικές γραμμές χαρακτηρίζονται ως συντηρητικοί τόσο στη συμπεριφορά όσο και στη σκέψη.

2.4.4.4 Καλή Προαίρεση/ Συνεργατικότητα/Προσήνεια (Agreeableness-A)

Η Καλή Προαίρεση/ Συνεργατικότητα είναι ο βαθμός στον οποίο ένα άτομο είναι ανεκτικό, καταδεκτικό, αξιόπιστο, ευγενικό, ευαίσθητο και ζεστό. Συγκεκριμένα, τα άτομα που διακατέχονται από καλή προαίρεση και υψηλή συνεργατικότητα είναι άτομα που τα πηγαίνουν καλά με τους άλλους ανθρώπους και είναι αγαπητά (Barrick & Mount, 1991). Ο παράγοντας αυτός σχετίζεται επίσης με όρους όπως είναι : η ευγένεια, η καλοσύνη, η εμπιστοσύνη, ο

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

αλτρουισμός, η συμμόρφωση, η ευθύτητα, η μετριοφροσύνη και ο ιδεαλισμός. Πιο συγκεκριμένα, οι άνθρωποι που σημειώνουν υψηλή βαθμολογία σε αυτόν τον παράγοντα είναι γενναιόδωροι, συνεργάσιμοι, μετριόφρονες, υποχωρητικοί, ευχάριστοι στις συναναστροφές, πρόθυμοι να προσφέρουν εμπιστοσύνη και τρυφερότητα, ενώ παράλληλα είναι καλόκαρδοι, ευσπλαχνικοί, ιδεαλιστές, με ευθύτητα, εύπιστοι και έχουν την ικανότητα να συγχωρούν (Cervone & Pervin, 2013. McRae & John, 1992). Αντίθετα, οι άνθρωποι που σημειώνουν χαμηλή βαθμολογία σε αυτό τον παράγοντα είναι καχύποπτοι, προσκολλημένοι σε απόψεις που μπορεί να μην είναι σωστές και επιθετικοί (Costa & McRae, 1997).

2.4.4.5 Συνέπεια ή Ευσυνειδησία (Conscientiousness-C)

Η ευσυνειδησία αναφέρεται στον βαθμό στον οποίο ένα άτομο είναι οργανωμένο, συστηματικό, ακριβές, προσανατολισμένο στην επίτευξη και αξιόπιστο (Barrick & Mount, 1991). Σύμφωνα με τον Goldberg (1990), η ευσυνειδησία σχετίζεται με όρους όπως είναι: η αποτελεσματικότητα, η οργάνωση, η αξιοπιστία, η προσεκτικότητα, η υπευθυνότητα και η εναντίωση στην αβεβαιότητα. Συγκεκριμένα, οι άνθρωποι που σημειώνουν υψηλές βαθμολογίες στον παράγοντα αυτό έχουν την ικανότητα να ελέγχουν τις επιθυμίες, τις παρορμήσεις/ορμές και τις ανάγκες τους ενώ, παράλληλα έχουν την ικανότητα να προγραμματίζουν, να οργανώνουν και να επιτυγχάνουν τους στόχους που οι ίδιοι έχουν θέσει. Πιο συγκεκριμένα, είναι άνθρωποι προσηλωμένοι στους στόχους τους και διακατέχονται από χαρακτηριστικά όπως είναι: η σχολαστικότητα, η καρτερικότητα, η τακτικότητα, η οργάνωση, η μεθοδικότητα, η εργατικότητα, η αξιοπιστία, η αυτοπειθαρχία, η ακρίβεια και η φιλοδοξία (Goldberg, 1990). Αντίθετα, οι άνθρωποι που σημειώνουν χαμηλές βαθμολογίες στον παράγοντα αυτό είναι άτομα με ελλιπή προσανατολισμό στους στόχους, πιο χαλαροί, απρόσεκτοι, ασυνεπείς στις υποχρεώσεις τους, αμελείς, άβουλοι και αναξιόπιστοι (Cervone & Pervin, 2013. Piedmont, 1998).

2.5 Μέθοδοι Εκτίμησης των Χαρακτηριστικών της Ανθρώπινης Προσωπικότητας

Οι μέθοδοι εκτίμησης των χαρακτηριστικών της ανθρώπινης προσωπικότητας περιλαμβάνουν διάφορες προσεγγίσεις που στοχεύουν στη συλλογή και ανάλυση δεδομένων σχετικά με τη συμπεριφορά και τα ψυχολογικά χαρακτηριστικά ενός ατόμου. Μερικές από τις πιο κοινές μεθόδους περιλαμβάνουν την παρατήρηση της συμπεριφοράς, όπου οι ερευνητές παρακολουθούν και καταγράφουν τις αντιδράσεις και τις ενέργειες των ατόμων σε διάφορες

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

καταστάσεις (Cervone & Pervin, 2013). Επίσης, η συλλογή πληροφοριών από τρίτους, όπως φίλοι ή συνάδελφοι, μπορεί να προσφέρει μια εξωτερική προοπτική για τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας ενός ατόμου (Πετρουλάκης, 1993).

Επιπλέον, το ερωτηματολόγιο είναι μια δημοφιλής μέθοδος, όπου το άτομο συμπληρώνει ερωτηματολόγια ή κλίμακες που αξιολογούν τα προσωπικά του χαρακτηριστικά. Ενδεικτικά, κάποια ερωτηματολόγια που χρησιμοποιούνται σε Ελλάδα και Κύπρο, είναι το Ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων (Big Five Personality Test) και το ερωτηματολόγιο Τύπων προσωπικότητας Myers-Briggs Type Indicator (MBTI), τα οποία παρέχουν πληροφορίες σχετικά με τις προσωπικές προτιμήσεις και τις συμπεριφορές των ατόμων (Piedmont, 1998).

2.6 Το Μόνιμο ή Ιδιοσυγκρασιακό Άγχος ως παράγοντας προσωπικότητας.

Το άγχος είναι ένα πολύπλοκο συναίσθημα που μπορεί να έχει τόσο θετικές όσο και αρνητικές συνέπειες. Είναι φυσιολογικό και μπορεί να βελτιώσει τη συγκέντρωση και την απόδοση σε απαιτητικές καταστάσεις. Ωστόσο, όταν το άγχος γίνεται υπερβολικό ή διαρκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, μπορεί να οδηγήσει σε ψυχολογικά και σωματικά προβλήματα (Barlow, 2000).

Η αντίληψη του άγχους ως στοιχείο της προσωπικότητας σχετίζεται με την παρατήρηση ότι οι άνθρωποι αντιδρούν διαφορετικά σε αγχωτικές καταστάσεις, κάτι που υποδεικνύει τις ατομικές διαφορές (Παπάνης κ.ά. 2011). Ο Spielberger (2011) διακρίνει το παροδικό άγχος, που είναι η άμεση αντίδραση σε μια απειλητική κατάσταση, και το μόνιμο/ιδιοσυγκρασιακό άγχος, που αναφέρεται στην προδιάθεση του ατόμου να αντιλαμβάνεται ορισμένες καταστάσεις ως απειλητικές και να αντιδρά με άγχος σε αυτές (Μητρούση 2014).

Αυτή η προδιάθεση μπορεί να επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες, όπως η οικογενειακή ιστορία, οι προηγούμενες εμπειρίες και οι κοινωνικές σχέσεις, γεγονός που υπογραμμίζει την πολυπλοκότητα του άγχους ως ψυχολογικού φαινομένου. Έτσι, το ιδιοσυγκρασιακό άγχος δεν είναι απλώς μια αντίδραση σε εξωτερικά ερεθίσματα, αλλά και μια αντανάκλαση της εσωτερικής ψυχολογικής κατάστασης του ατόμου, που σχετίζεται με την προσωπικότητά του και τις στρατηγικές που έχει αναπτύξει για να το αντιμετωπίσει (Zachariadou et al., 2017).

Συνοπτικά, το ιδιοσυγκρασιακό άγχος θεωρείται στοιχείο της προσωπικότητας διότι

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

αντικατοπτρίζει τις ατομικές διαφορές στην αντίληψη και την αντίδραση σε καταστάσεις πίεσης, επηρεάζοντας έτσι τη συμπεριφορά και την ψυχική υγεία του ατόμου (Antoniou & Athinaiou, 2015. Barlow, 2000).

2.7 Χαρακτηριστικά προσωπικότητας Επαγγελματιών Υγείας (συμπεριλαμβανομένων των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων).

Τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των επαγγελματιών υγείας έχουν μελετηθεί εκτενώς τα τελευταία χρόνια, καθώς θεωρούνται σημαντικοί παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας και την επαγγελματική συμπεριφορά. Σε μια πρόσφατη συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, η οποία περιλάμβανε 321 μελέτες, οι ερευνητές εξέτασαν σε βάθος τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας επαγγελματιών υγείας από διάφορους κλάδους, όπως η νοσηλευτική, η ιατρική και άλλοι τομείς της υγειονομικής περίθαλψης. Η έρευνα αυτή, που διεξήχθη από τον Louwen και τους συνεργάτες του (2023), στόχευσε στη διερεύνηση των διαφόρων πτυχών της προσωπικότητας, χρησιμοποιώντας ένα πλήθος εργαλείων μέτρησης, κυρίως ερωτηματολόγια προσαρμοσμένα στις ανάγκες κάθε κλάδου υγείας.

Σημαντικό εύρημα της ανασκόπησης ήταν ότι τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας που μελετήθηκαν διέφεραν σημαντικά μεταξύ των επαγγελματιών υγείας, αναδεικνύοντας την πολυπλοκότητα και τις διαφοροποιήσεις που υπάρχουν ανάμεσα στους διαφορετικούς κλάδους. Οι ερευνητές επικεντρώθηκαν στην εξέταση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας, των στυλ συμπεριφοράς και της συναισθηματικής νοημοσύνης, στοιχεία που θεωρούνται καθοριστικά για την αποτελεσματική πρακτική στον τομέα της υγείας. Οι επαγγελματίες όπως οι γιατροί, οι οδοντίατροι, οι νοσηλευτές, οι φυσιοθεραπευτές και οι διαιτολόγοι αποτέλεσαν το αντικείμενο της έρευνας, και τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντικές διαφορές στην προσωπικότητα ανάλογα με το επάγγελμα (Louwen et al., 2023).

Ωστόσο, παρά την εκτενή κάλυψη διαφόρων επαγγελμάτων υγείας, μόνο δύο μελέτες από τις 321 επικεντρώθηκαν ειδικά στους επαγγελματίες του κλάδου της διατροφής, δηλαδή τους διαιτολόγους και διατροφολόγους. Αυτές οι μελέτες, που διεξήχθησαν από τον Ball και τους συνεργάτες του (2015, 2016), ήταν πρωτοποριακές στον τομέα τους, καθώς εξέτασαν εις βάθος τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας αυτής της επαγγελματικής ομάδας χρησιμοποιώντας το εργαλείο Temperament and Character Inventory (TCI-140). Το εργαλείο αυτό είναι εξειδικευμένο για την αξιολόγηση διαφόρων πτυχών της προσωπικότητας, όπως η

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

συνεργατικότητα, η αποφυγή βλάβης, η αναζήτηση καινοτομίας, η επιμονή, η εξάρτηση από την ανταμοιβή, η αυτό-κατευθυντικότητα και η υπέρβαση του εαυτού (Ball et al., 2015.Ball et., 2016).

Μια μελέτη που πραγματοποιήθηκε στην Αυστραλία και εξέτασε ένα δείγμα επαγγελματιών Διαιτολόγων ηλικίας από 21 έως 68 ετών. Το δείγμα, το οποίο είχε μέσο όρο ηλικίας τα 32 έτη, έδωσε πολύτιμες πληροφορίες για τα κυρίαρχα χαρακτηριστικά προσωπικότητας σε αυτόν τον κλάδο (Ball et al., 2015). Οι Διαιτολόγοι, όπως διαπιστώθηκε, χαρακτηρίζονται από μέτρια επίπεδα αναζήτησης καινοτομίας, υψηλά επίπεδα αποφυγής βλάβης, εξάρτησης από την ανταμοιβή, επιμονής, αυτό-κατευθυντικότητας και συνεργατικότητας. Εντούτοις, σημειώθηκε ότι παρουσιάζουν χαμηλά επίπεδα αυτο-υπέρβασης, ένα χαρακτηριστικό που τους διαφοροποιεί από τον γενικό πληθυσμό. Αυτά τα ευρήματα υποδηλώνουν μια προσωπικότητα που είναι προσεκτική και συνεργατική, με έμφαση στην ασφάλεια και την επιμονή στην επίτευξη στόχων, αλλά με λιγότερη έμφαση στην αναζήτηση ανώτερων ιδεών ή την προσωπική υπέρβαση.

Πιο συγκεκριμένα η παραπάνω μελέτη εξέτασε τα παρακάτω χαρακτηριστικά προσωπικότητας:

α) ***Ευσυνειδησία (Conscientiousness) και φιλοδοξία (Ambition)***: Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι συχνά επιδεικνύουν υψηλά επίπεδα ευσυνειδησίας, αντανακλώντας την υπεύθυνη και στοχοθετημένη φύση τους. Είναι γνωστοί για την επιμέλειά τους, την προσοχή στη λεπτομέρεια και τη δέσμευσή τους για την επίτευξη θετικών αποτελεσμάτων για τους πελάτες τους. Αυτό το χαρακτηριστικό είναι απαραίτητο για τη διασφάλιση της παροχής ακριβών και αποτελεσματικών διατροφικών συμβουλών και παρεμβάσεων.

β) ***Ενσυναίσθηση (Empathy) και Συνεργατικότητα (Cooperativeness):*** Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι επιδεικνύουν υψηλά επίπεδα ενσυναίσθησης και συνεργασίας, επιτρέποντάς τους να οικοδομήσουν ισχυρές σχέσεις με τους πελάτες τους και να εργάζονται αποτελεσματικά σε διεπιστημονικές ομάδες. Η ενσυναίσθητη φύση τους τους δίνει τη δυνατότητα να κατανοήσουν τις μοναδικές ανάγκες και τις προκλήσεις των ατόμων που αναζητούν διατροφική καθοδήγηση, ενθαρρύνοντας μια υποστηρικτική και συμπονετική προσέγγιση στη φροντίδα.

γ) ***Αποφυγή κινδύνου (Risk Avoidance) και προσοχή (Caution)***: Ένα κοινό χαρακτηριστικό μεταξύ των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων είναι η τάση για αποφυγή κινδύνου και προσοχή, όπως αντικατοπτρίζεται στα υψηλά επίπεδα Αποφυγής Βλαβών. Αυτό το χαρακτηριστικό υπογραμμίζει τις προσεκτικές διαδικασίες

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

λήψης αποφάσεων, ιδιαίτερα όταν συνιστούν διατροφικές αλλαγές ή παρεμβάσεις. Υπογραμμίζει επίσης τη δέσμευσή τους να τηρούν τα επαγγελματικά πρότυπα και να διασφαλίζουν την ασφάλεια και την ευημερία των πελατών τους.

δ) ***Επιμονή (Persistence) και ανθεκτικότητα (Resilience):*** Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι επιδεικνύουν επιμονή και ανθεκτικότητα απέναντι στις προκλήσεις, αντανακλώντας τη φιλόδοξη και εργατική φύση τους. Επιδεικνύουν ισχυρή εργασιακή ηθική, επιμονή στο ξεπέρασμα των εμποδίων και προσαρμοστικότητα στην πλοήγηση σύνθετων διατροφικών ζητημάτων. Αυτό το χαρακτηριστικό είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση των κινήτρων, την επίτευξη επαγγελματικής ανάπτυξης και την παροχή φροντίδας υψηλής ποιότητας στους πελάτες.

ε) ***Αυτο -κατευθυντικότητα (Self-Directedness) και αυτοπεποίθηση (Self-Confidence):*** Η αυτοκατεύθυνση είναι ένα εξέχον χαρακτηριστικό μεταξύ των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, που τονίζει την αυτονομία, την αυτοπεποίθηση και την ικανότητά τους να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες στην πρακτική τους. Αυτό το χαρακτηριστικό τους δίνει τη δυνατότητα να λαμβάνουν ανεξάρτητες αποφάσεις, να θέτουν σαφείς στόχους και να επιδεικνύουν εμπιστοσύνη στην εμπειρία τους. Συμβάλλει επίσης στην επαγγελματική τους ανάπτυξη και το ηγετικό δυναμικό τους στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης.

στ) ***Συνεργασία (Cooperation) και ομαδική εργασία (Teamwork):*** Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι διαπρέπουν στη συνεργασία και την ομαδική εργασία, ενισχύοντας τις σχέσεις συνεργασίας με συναδέλφους, παρόχους υγειονομικής περίθαλψης και πελάτες. Η συνεργατική τους φύση ενισχύει την επικοινωνία, τον συντονισμό της φροντίδας και την ανάπτυξη ολοκληρωμένων σχεδίων θεραπείας. Δουλεύοντας αποτελεσματικά σε ομαδικά περιβάλλοντα, οι διαιτολόγοι μπορούν να βελτιστοποιήσουν τα αποτελέσματα των ασθενών και να προωθήσουν ολιστικές προσεγγίσεις για την υγεία και την ευεξία.

Επιπλέον, η ανάλυση έδειξε ότι τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως το φύλο, η ηλικία, το επίπεδο εκπαίδευσης, η διαιτητική κατάσταση και οι ώρες εργασίας ανά εβδομάδα, σχετίζονται άμεσα με την ιδιοσυγκρασία και τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων (Ball et al., 2015). Για παράδειγμα, οι νεότεροι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι εμφάνιζαν υψηλότερα επίπεδα αποφυγής βλάβης, ενώ οι μεγαλύτεροι σε ηλικία διαιτολόγοι έδειχναν μεγαλύτερη αυτό-κατευθυντικότητα και συνεργατικότητα,

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

επισημαίνοντας την εξέλιξη των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας με την ηλικία και την εμπειρία.

Σε μια άλλη σημαντική μελέτη, ο ίδιος συγγραφέας (Ball et al., 2016) εξέτασε τη σχέση μεταξύ τριών προφίλ προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων και των τομέων στους οποίους είχαν ασκήσει τη διαιτητική τους πρακτική. Οι ερευνητές εντόπισαν τρία διακριτά προφίλ (Α, Β και C), καθένα από τα οποία συνδεόταν με συγκεκριμένες επαγγελματικές επιλογές. Το Προφίλ Α, για παράδειγμα, χαρακτηριζόταν από μέτρια αποφυγή βλάβης και επιμονή, με τους Διαιτολόγους αυτού του προφίλ να είναι πιο πιθανό να έχουν εργαστεί σε ιδιωτικό ιατρείο ή σε συμβουλευτική. Το Προφίλ Β εμφάνιζε υψηλότερη επιμονή και αυτό-κατευθυντικότητα και χαμηλότερη αποφυγή βλάβης, και συνδεόταν περισσότερο με την εργασία στη διαχείριση υπηρεσιών τροφίμων. Το Προφίλ C, αντίθετα, χαρακτηριζόταν από υψηλότερη αποφυγή βλάβης και χαμηλότερη επιμονή και αυτό-κατευθυντικότητα, με τους Διαιτολόγους αυτού του προφίλ να είναι λιγότερο πιθανό να έχουν εργαστεί σε ιδιωτικό ιατρείο ή στη διαχείριση υπηρεσιών τροφίμων.

Τα ευρήματα αυτών των μελετών υποδηλώνουν ότι τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας δεν είναι απλώς παθητικά γνωρίσματα, αλλά παίζουν ενεργό ρόλο στη διαμόρφωση της επαγγελματικής σταδιοδρομίας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων. Η προτίμηση για συγκεκριμένους τομείς της διαιτητικής πρακτικής φαίνεται να επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, γεγονός που υπογραμμίζει τη σημασία της εξέτασης αυτών των παραμέτρων κατά τη λήψη αποφάσεων σχετικά με την επαγγελματική ανάπτυξη και την τοποθέτηση σε κατάλληλους επαγγελματικούς ρόλους.

Συνοψίζοντας, τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων φαίνεται πως διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην επαγγελματική τους ταυτότητα και πρακτική. Η αναγνώριση και αξιοποίηση αυτών των χαρακτηριστικών μπορεί να ενισχύσει την αποτελεσματικότητα των διαιτολόγων στην παροχή εξατομικευμένης διατροφικής φροντίδας, στην προώθηση της εκπαίδευσης για την υγεία και στην υποστήριξη θετικών αλλαγών στον τρόπο ζωής. Η υιοθέτηση αυτών των εγγενών ιδιοτήτων μπορεί επίσης να ενισχύσει περαιτέρω τον ρόλο των διαιτολόγων στην υποστήριξη ατόμων και κοινοτήτων στην επίτευξη βέλτιστης υγείας και ευεξίας (Louwen et al., 2023).

Τέλος, παρά την υπάρχουσα βιβλιογραφία, η ανάγκη για περαιτέρω μελέτες είναι εμφανής, ιδιαίτερα σε σχέση με τη διερεύνηση των ευκαιριών για εξατομικευμένη εκπαίδευση βάσει των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων. Η προσαρμογή της εκπαίδευσης σύμφωνα με τις ατομικές ανάγκες και ιδιότητες μπορεί να συμβάλει σημαντικά στην ανάπτυξη πιο αποτελεσματικών και εξειδικευμένων επαγγελματιών

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

υγείας, προσαρμοσμένων στις σύγχρονες απαιτήσεις του κλάδου.

2.8 Σκοπός της μελέτης

Σκοπός της παρούσας ερευνητικής πτυχιακής εργασίας ήταν η διερεύνηση των 5 βασικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας (εξωστρέφεια, συνεργατικότητα, ευσυνειδησία, νευρωτισμός και δεκτικότητα σε εμπειρίες) και της ύπαρξης του μόνιμου ή/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους (ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας) σε ιδιώτες Επαγγελματίες Διαιτολόγους-Διατροφολόγους και την σχέση αυτών με διάφορα δημογραφικά χαρακτηριστικά (όπως, φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση, επίπεδο εκπαίδευσης, κατοχή μεταπτυχιακού τίτλου, κατοχή διδακτορικού τίτλου σπουδών, χρόνια άσκησης του επαγγέλματος στον ιδιωτικό τομέα, παρακολούθηση σχετικών επιμορφωτικών σεμιναρίων/συνεδρίων, ώρες εργασίας την εβδομάδα).

Πιο συγκεκριμένα, ο κύριος σκοπός της μελέτης ήταν να εξετάσει τα επίπεδα μόνιμου άγχους αλλά και τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα, εστιάζοντας στις πέντε βασικές διαστάσεις της προσωπικότητας σύμφωνα με το FFI (Five Factor Inventory) και στην υποκλίμακα TAI του Spielberg. Επιπλέον, η μελέτη επιδίωξε να αξιολογήσει τα επίπεδα μόνιμου και ιδιοσυγκρασιακού άγχους, χρησιμοποιώντας την Ελληνική έκδοση της Κλίμακας του Άγχους (STAI-40) του Spielberg, όπως έχει προσαρμοστεί από τους Kafetsios και Stalikas το 2000.

Μέσω αυτής της ανάλυσης, η μελέτη αποσκοπούσε στην κατανόηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, συμπεριλαμβανομένου του μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους, και της σχέσης τους με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των επαγγελματιών. Με άλλα λόγια, η παρούσα μελέτη επιδίωξε να διερευνήσει τη σχέση μεταξύ των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων και των ιδιωτικών εργασιακών τομέων στους οποίους ασκούν τη διαιτητική τους πρακτική, αλλά και τη σχέση του μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους με κάθε ένα από τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

3. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

3.1 Εισαγωγή

Στο κεφάλαιο αυτό, περιγράφεται και αναλύεται η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε στο πλαίσιο εκπόνησης της παρούσας πτυχιακής εργασίας, ο σκοπός της μελέτης, τα ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας, το δείγμα της μελέτης, τα ερωτηματολόγια και οι άδειες χρήσεις αυτών που χρησιμοποιήθηκαν ως ερευνητικά εργαλεία, οι ερευνητικές υποθέσεις, η διαδικασία συλλογής των δεδομένων και ο τρόπος ανάλυσης.

3.2 Στόχος

Όπως αναφέρθηκε και στο προηγούμενο κεφάλαιο, ο κύριος στόχος της παρούσας μελέτης στα πλαίσια της συγκεκριμένης πτυχιακής εργασίας, ήταν να διερευνηθούν τόσο η ύπαρξη του μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους (trait anxiety) όσο και τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας (personality traits) των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα καθώς και η σχέση αυτών με δημογραφικά χαρακτηριστικά.

Η παρούσα ερευνητική εργασία, ήταν ποσοτική συγχρονική μέθοδος επισκόπησης, με το ερωτηματολόγιο να αποτελεί το κύριο εργαλείο έρευνας, γεγονός που συντέλεσε στην συλλογή ενός βολικού όγκου δεδομένων από ένα εκτενές δείγμα Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα, προκειμένου να είναι εφικτή η διεξαγωγή συμπερασμάτων.

Τα εννιά συνολικά δημογραφικά χαρακτηριστικά των ιδιωτών επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων για τα οποία διερευνήθηκε η σχέση τους με το μόνιμο/ιδιοσυγκρασιακό άγχος και με κάθε έναν από τους πέντε παράγοντες προσωπικότητας απεικονίζονται στον παρακάτω πίνακα ***(Πίνακας 1)***.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά που συλλέχθηκαν.

Κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά	**Εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά**	**Εργασιακά χαρακτηριστικά**
Φύλο	Εκπαιδευτική βαθμίδα	Έτη εργασίας
Ηλικιακή Ομάδα	Δεύτερο πτυχίο	Είδος εργασιακού τομέα
Οικογενειακή κατάσταση	Παρακολούθηση σεμιναρίων σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής	Ώρες εργασίας / εβδομάδα

3.3 Ερευνητικές υποθέσεις

- **1η ερευνητική υπόθεση:** Τα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** την εκδήλωση/ύπαρξη του Ιδιοσυγκρασιακού άγχους.
- **2η ερευνητική υπόθεση:** Τα εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** την εκδήλωση/ύπαρξη του Ιδιοσυγκρασιακού άγχους.
- **3η ερευνητική υπόθεση**: Τα εργασιακά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** την εκδήλωση/ύπαρξη του Ιδιοσυγκρασιακού άγχους.
- **4η ερευνητική υπόθεση**: Τα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** τους 5 παράγοντες προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.
- **5η ερευνητική υπόθεση**: Τα εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** τους 5 παράγοντες προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.
- **6η ερευνητική υπόθεση**: Τα εργασιακά χαρακτηριστικά **σχετίζονται με** τους 5 παράγοντες προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.

3.4 Δείγμα

Στην παρούσα μελέτη συμμετείχαν επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που ήταν άνω των 25 ετών, κάτοχοι πτυχίου Διατροφής και Διαιτολογίας οποιαδήποτε εκπαιδευτικής βαθμίδας (ΑΕΙ/ ΤΕΙ /ΙΕΚ/κολεγίου κτλ.) που εργάζονταν στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τα κριτήρια επιλογής, εντάχθηκαν στην παρούσα μελέτη Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα που έχουν τα εξής χαρακτηριστικά: *α) απόφοιτοι ΑΕΙ/ ΤΕΙ /ΙΕΚ/κολεγίου με πτυχίο Διατροφολόγου*

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

(οποιαδήποτε εκπαιδευτικής βαθμίδας), β) άτομα άνω των 25 ετών και γ) που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα (π.χ. Πολυδύναμα Κέντρα, Ινστιτούτο Αδυνατίσματος, Διαιτολογικά γραφεία). Ενώ, αναφορικά με τα κριτήρια αποκλεισμού, αποκλείστηκαν τα άτομα που ακόμα φοιτούσαν/ σπούδαζαν την επιστήμη της Διατροφής (οποιασδήποτε εκπαιδευτικής βαθμίδας) καθώς και τα άτομα που δραστηριοποιούνταν μόνο στον δημόσιο τομέα (π.χ. δημόσια νοσοκομεία / εκπαιδευτικά ιδρύματα).

Η επιλογή του συγκεκριμένου δείγματος επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων έγινε με σκοπό να διασφαλιστεί η αντιπροσωπευτικότητα του πληθυσμού που δραστηριοποιείται υπό συγκεκριμένες επαγγελματικές συνθήκες. Οι επαγγελματίες αυτοί έχουν ολοκληρώσει τις σπουδές τους και διαθέτουν την απαραίτητη εμπειρία για την παροχή διατροφικών συμβουλών και θεραπείας. Το ηλικιακό όριο των 25 ετών τέθηκε για να αποκλειστούν άτομα που βρίσκονται ακόμα σε εκπαιδευτική φάση ή δεν έχουν επαρκή επαγγελματική εμπειρία. Η επικέντρωση στον ιδιωτικό τομέα επιτρέπει τη μελέτη ενός περιβάλλοντος εργασίας που διαφέρει σημαντικά από το δημόσιο όσον αφορά τις απαιτήσεις, την επαγγελματική πίεση και την ευελιξία.

Η επιλογή των επαγγελματιών από τον ιδιωτικό τομέα έγινε επειδή αυτός χαρακτηρίζεται από υψηλότερο ανταγωνισμό, ανάγκη προσέλκυσης πελατών, καθώς και μεγαλύτερη ευελιξία στις υπηρεσίες και στο ωράριο. Αυτοί οι παράγοντες μπορούν να επηρεάσουν τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, όπως το άγχος και η ευσυνειδησία, και να διαμορφώσουν διαφορετικά τις επαγγελματικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σε σχέση με τον δημόσιο τομέα, ο οποίος προσφέρει μεγαλύτερη σταθερότητα και εργασιακή ασφάλεια. Ως εκ τούτου, η έρευνα επικεντρώνεται στον ιδιωτικό τομέα, ώστε να αναδειχθεί πώς οι ιδιαίτερες συνθήκες επηρεάζουν τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας και τις επαγγελματικές πρακτικές των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.

Συνολικά, συμμετείχαν 120 επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονταν στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα. Το μεγαλύτερος μέρος των επαγγελματιών στο δείγμα (83,3%) ήταν γυναίκες. Η πλειοψηφία (55,8%) των συμμετεχόντων ήταν μεταξύ 25 και 35 ετών και το 51,7% ήταν άγαμοι. Η συντριπτική πλειοψηφία (75%) των επαγγελματιών εργάζονταν σε Διαιτολογικό γραφείο και μόλις το 20% σε Ιδιωτικό νοσοκομείο/Πολυδύναμο Κέντρο/ινστιτούτο Αισθητικής και Αδυνατίσματος/ Εταιρία ή Βιομηχανία Τροφίμων. Δραστηριοποιούνταν στον ιδιωτικό τομέα κατά πλειοψηφία (39,2%) από 1 έως 5 χρόνια και το 47,5% εργάζονταν λιγότερο από 40 ώρες/ την εβδομάδα. Το μεγαλύτερο ποσοστό (40,8%) των επαγγελματιών ήταν κάτοχοι μεταπτυχιακού (ή Msc), ενώ μόλις το 4,2% ήταν κάτοχοι πτυχίου

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ΙΕΚ/ Κολλεγίου. Τέλος, μόλις το 15% κατείχε και δεύτερο πτυχίο άλλου αντικειμένου. Πιο αναλυτικά τα χαρακτηριστικά του δείγματος παρουσιάζονται στο τέταρτο κεφάλαιο.

3.5 Ερευνητικά Εργαλεία-Ερωτηματολόγια και Άδειες χρήσεις

Για την διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των ιδιωτών επαγγελματιών Διαιτολόγων- Διατροφολόγων, χρησιμοποιήθηκε το NEO Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο της Προσωπικότητας (NEO-FFI) (Panayiotou et al., 2004), το οποίο είναι διατίθεται δωρεάν (στην ελληνική γλώσσα) στο διαδίκτυο[1].

Ενώ, για την διερεύνηση του μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους των ιδιωτών επαγγελματιών Διαιτολόγων- Διατροφολόγων, χρησιμοποιήθηκε η Ελληνική έκδοση της Κλίμακας Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους (STAI) του Spielberger (Spielberger et al.,1983). Το ερωτηματολόγιο αυτό, ζητήθηκε από τον κο Καφέτσιο, ο οποίος έχει επιμεληθεί την ελληνική μετάφραση και την στάθμιση της συγκεκριμένης κλίμακας στον ελληνικό πληθυσμό (Kafetsios & Sideridis, 2006).

Μετά από εμπεριστατωμένη μελέτη της υπάρχουσας σχετικής διεθνούς και ξένης βιβλιογραφίας, για τους σκοπούς της παρούσας πτυχιακής ερευνητικής εργασίας, αποφασίστηκε το Ερωτηματολόγιο δημογραφικών χαρακτηριστικών, το οποίο εμφανίζεται στο Παράρτημα, να περιλαμβάνει τις ακόλουθες ερωτήσεις:

α) Ερωτήσεις κοινωνικο-δημογραφικών χαρακτηριστικών (φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση).

β) Ερωτήσεις εκπαιδευτικών χαρακτηριστικών (επίπεδο εκπαίδευσης βαθμίδας (ΑΕΙ/ΤΕΙ/ΙΕΚ/κολλέγιο/ Msc/PhD)) καθώς και ερωτήσεις αναφορικά με την παρακολούθηση σχετικών επιμορφωτικών σεμιναρίων/συνεδρίων και την κατοχή δεύτερου πτυχίου άλλου αντικειμένου.

γ) Ερωτήσεις εργασιακών χαρακτηριστικών (είδος ιδιωτικού τομέα, χρόνια άσκησης του επαγγέλματος στον ιδιωτικό τομέα, ώρες εργασίας την εβδομάδα).

[1] Πηγή: https://eclass.upatras.gr/modules/document/file.php/MST173/%CE%95%CF%81%CF%89%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%BF%CE%BB%CF%8C%CE%B3%CE%B9%CE%B1/NEO-FFI%20Greek.pdf

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

3.5.1 NEO- Αναθεωρημένο Ερωτηματολόγιο της προσωπικότητας (NEO-FFI)

Το ερωτηματολόγιο NEO-FFI (NEO Five-Factor Inventory) είναι ένα εργαλείο αξιολόγησης των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας που βασίζεται στο μοντέλο των πέντε παραγόντων (Big Five) (Costa & McCrae, 1992. Panayiotou et al., 2004). Το FFI έχει σχεδιαστεί για να μετρά τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας: Νευρωτισμός (N), Εξωστρέφεια (E), Δεκτικότητα στην Εμπειρία (O), Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (A) και Ευσυνειδησία (C).

Ο κύριος σκοπός του FFI είναι να παρέχει μια αξιόπιστη και έγκυρη μέθοδο για την αξιολόγηση της προσωπικότητας σε διάφορους πληθυσμούς. Το εργαλείο αυτό χρησιμοποιείται ευρέως σε ψυχολογικές έρευνες, κλινικές αξιολογήσεις και επαγγελματική καθοδήγηση.

Το ερωτηματολόγιο των πέντε παραγόντων προσωπικότητας (NEO-FFI)περιλαμβάνει μια σειρά από 60 δηλώσεις (*1. Δεν ανησυχώ γενικά, 2. Μου αρέσει να έχω πολύ κόσμο γύρω μου, κτλ…)* οι οποίες κατηγοριοποιούνται σε πέντε παράγοντες προσωπικότητας. Ο κάθε παράγοντας αποτελείται από 12 δηλώσεις και η αξιολόγηση γίνεται με βάση τη συμφωνία του συμμετέχοντα με τις δηλώσεις, χρησιμοποιώντας μια πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (1= Δεν ισχύει καθόλου, 2=Ισχύει λίγο, 3=Ισχύει αρκετά, 4=Ισχύει πολύ, 5=Ισχύει απόλυτα). Ορισμένες δηλώσεις βαθμολογούνται αντίστροφα (1,3,8,9,12,14,15,16,18,23,24,27,29,30,31,33,38,39,42,44,45,46,48,54,55,57 και 59).

Από την άθροιση όλων των συγκεκριμένων (12) δηλώσεων που αντιστοιχούν σε κάθε παράγοντα (π.χ η δήλωση *1. Δεν ανησυχώ γενικά*, αντιστοιχεί στον παράγοντα Νευρωτισμό (N)), προκύπτει ένα συνολικό σκορ για κάθε έναν από τους πέντε παράγοντες προσωπικότητας (πχ για τον παράγοντα Νευρωτισμός (N), αθροίζονται οι δηλώσεις 1,6,11,16,21,26,31,36,41,46,51 και 56). Κάθε παράγοντας έχει συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την προσωπικότητα του ατόμου.

Το NEO-FFI παρουσιάζει ικανοποιητική εσωτερική συνοχή και αξιοπιστία, καθώς παρουσιάζει δείκτη Cronbach’s a που κυμαίνεται από 0,64 έως 0,85 (Costa & McCrae, 1992) Στην παρούσα μελέτη, ο δείκτης εσωτερικής συνοχής Cronbach’s a ήταν 0,690.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

3.5.2 Κλίμακα μόνιμου /ιδιοσυγκρασιακού άγχους του Spielberger

Η κλίμακα αξιολόγησης του άγχους του Spielberger (STAI-40) είναι ένα αξιόπιστο και έγκυρο εργαλείο που έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως σε ερευνητικά και κλινικά περιβάλλοντα. Η ανάπτυξή της ξεκίνησε το 1964 από τους Spielberger, Gorsuch και Lushene, με την πρώτη μορφή (STAIX) να εκδίδεται το 1970 (Spielberger, 1970).

Η κλίμακα STAI περιλαμβάνει 40 δηλώσεις που διαχωρίζονται σε δύο υποκλίμακες, TAI for X και SAI form X, όπου η κάθε μία από αυτές αποτελείται από 20 δηλώσεις. Η πρώτη υποκλίμακα (SAI form X) μετράει την παροδική συναισθηματική κατάσταση/ παροδικό άγχος (state anxiety) του εξεταζόμενου τη στιγμή συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου και η δεύτερη υποκλίμακα (TAI for X) μελετά τη γενική συναισθηματική κατάσταση του ατόμου, που αναφέρεται στο μόνιμο άγχος ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας (trait anxiety).

Ωστόσο, στην παρούσα πτυχιακή εργασία, χρησιμοποιήθηκε μόνο η υποκλίμακα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους (TAI form X), προκειμένου να διερευνηθούν τα επίπεδα μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους στο δείγμα των επαγγελματιών ιδιωτών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που περιλαμβάνει 20 δηλώσεις (*1.Αισθάνομαι ευχάριστα, 2.Κουράζομαι εύκολα, κτλ...*) (Καφέτσιος & Ιωαννίδου, 2004. Καφέτσιος, 2005). Η αξιολόγηση γίνεται με βάση τη συμφωνία του συμμετέχοντα με τις δηλώσεις, απαντώντας με τη χρήσης μιας τετράβαθμης κλίμακας τύπου Likert (1=Σχεδόν ποτέ, 2=Μερικές φορές, 3=Συχνά, 4=Σχεδόν πάντοτε). Ορισμένες δηλώσεις βαθμολογούνται αντίστροφα (π.χ για το μόνιμο / ιδιοσυγκρασιακό άγχος οι δηλώσεις 1,6,7,10, 13,16 και 19).

Η κλίμακα STAI-40, εξάγει μια βαθμολογία για κάθε υποκλίμακα, η οποία προκύπτει από την άθροιση όλων των επιμέρους δηλώσεων (ερωτήσεων) και ένα δείκτη εκτίμησης του άγχους (παροδικό και ιδιοσυγκρασιακό) ως άθροισμα όλων των απαντήσεων (σε τετράβαθμη κλίμακα τύπου Linkert). Έτσι, προκύπτει ένα σκορ σε κάθε μια υποκλίμακα (δηλαδή ένα σκορ για το παροδικό άγχος και ένα σκορ για το ιδιοσυγκρασιακό άγχος) που κυμαίνεται από 20 έως 80 καθώς και ένα συνολικό σκορ άγχους (συνολικά παροδικό και ιδιοσυγκρασιακό) που κυμαίνεται από 40 έως 160. Όσο αυξάνεται το σκορ σε κάθε υποκλίμακα, τόσο υψηλότερα είναι τα επίπεδα του παροδικού ή του ιδιοσυγκρασιακού άγχους αντίστοιχα.

Τέλος, σημαντικό είναι να επισημανθεί ότι το ερωτηματολόγιο αυτό έχει προσαρμοστεί στον ελληνικό πληθυσμό και παρουσιάζει ικανοποιητική εγκυρότητα εννοιολογικής κατασκευής, καθώς και καλή αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας και επαναληπτικών μετρήσεων Πιο συγκεκριμένα, το ερωτηματολόγιο έχει μεταφραστεί και προσαρμοστεί στα Ελληνικά από τους Λιάκος και Γιαννίτση (1984). Οι υποκλίμακες STAI form X και TAI form X,

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

παρουσιάζουν εξαιρετική εσωτερική συνέπεια με συντελεστές Cronbach's a 0.938 και 0.905 αντίστοιχα. (Καφέτσιος & Ιωαννίδου, 2004. Καφέτσιος, 2005. Λιάκος & Γιαννίτσης, 1984). Στην παρούσα μελέτη, η υποκλίμακα TAI form X παρουσίασε εξαιρετική εσωτερική συνέπεια με συντελεστή Cronbach's a 0.869.

3.6 Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων

Συγκεκριμένα, στην παρούσα μελέτη συμμετείχαν ιδιώτες Επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι (στην Ελλάδα) που επιθυμούσαν να συμμετέχουν, αφότου είχαν ενημερωθεί για το σκοπό και την διαδικασία διεξαγωγής της έρευνας και στη συνέχεια υπέγραψαν το έντυπο συναίνεσης καθώς κρίνονταν απαραίτητη η γραπτή συγκατάθεση των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων για την συμμετοχή τους στην μελέτη. Κλήθηκαν να συμπληρώσουν συνολικά 3 ερωτηματολόγια όπως προαναφέρθηκε παραπάνω και οι απαντήσεις των συμμετεχόντων στη φόρμα υποβλήθηκαν *ανώνυμα*, ενώ *δεν* έγινε συλλογή των διευθύνσεων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (Gmail). Πιο συγκεκριμένα, τα ερωτηματολόγια διαμορφώθηκαν σε online φόρμα του Google[2] και η επιλογή του δείγματος έγινε μέσω προώθησης των ερωτηματολογίων αυτών προς συμπλήρωση σε ομάδες πτυχιούχων Διαιτολόγων-Διατροφολόγων στα social media (Facebook).

Τέλος, σημειώνεται ότι, πρόσβαση στις απαντήσεις των συμμετεχόντων είχε μόνο η φοιτήτρια /ερευνήτρια της παρούσας πτυχιακής εργασίας και η επιβλέπουσα καθηγήτρια προκειμένου να γίνει στατιστική επεξεργασία των δεδομένων (SPSS) προς εξαγωγή αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων. Ειδικότερα, υπήρξε απόλυτη εχεμύθεια ως προς τις πληροφορίες των συμμετεχόντων καθώς διαφυλάχθηκε η ασφάλεια των δεδομένων με κωδικούς πρόσβασης σε μόνο δύο Η/Υ (προσωπικό Η/Υ φοιτήτριας και Η/Υ επιβλέπουσας καθηγήτριας που βρίσκεται στο προσωπικό γραφείο της στο ΤΔΔ) και έτσι είχαν πρόσβαση και χρησιμοποιήθηκαν για την διεξαγωγή αποτελεσμάτων αποκλειστικά και μόνο από την συγκεκριμένη ερευνητική ομάδα (φοιτήτρια/ ερευνήτρια και επιβλέπουσα καθηγήτρια).

[2] Διαθέσιμο : https://docs.google.com/forms/d/17H6nZjKMzOOAb_zepLYYUCjb3ECwLAwXqoq0pte520/edit?hl=EL

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

3.7 Ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας

Αρχικά, η φοιτήτρια / ερευνήτρια της παρούσας πτυχιακής εργασίας, κατέθεσε αίτηση για έγκριση της παρούσας μελέτης προκειμένου να εξασφαλιστούν οι απαιτούμενες γραπτές άδειες από την Εσωτερική Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και έπειτα από αξιολόγηση της ερευνητικής πρότασης πήρε έγκριση (*με Αριθμό Πρωτοκόλλου: 26 και Ημερομηνία: 22/04/2024*). Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες στη μελέτη επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ενημερώθηκαν γραπτώς ότι η συμμετοχή τους στην έρευνα αφορούσε την εκπόνηση της υποχρεωτικής για την απόκτησής του πτυχίου εργασίας και ότι η συμμετοχή τους είναι οικειοθελής (και προαιρετική) . Τέλος ,ενημερώθηκαν ότι οι απαντήσεις τους στα ερωτηματολόγια της παρούσας μελέτης θα παραμείνουν ανώνυμες ώστε να διασφαλιστεί το απόρρητο των δεδομένων τους (προστασία προσωπικών δεδομένων).

Ειδικότερα, το απόρρητο των προσωπικών δεδομένων διασφαλίστηκε με την ανώνυμη υποβολή των απαντήσεων στην online φόρμα Google και τη μη συλλογή των διευθύνσεων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (Gmail) των συμμετεχόντων. Τέλος, σημειώνεται ότι, πρόσβαση στις απαντήσεις των συμμετεχόντων είχε μόνο η φοιτήτρια /ερευνήτρια της παρούσας πτυχιακής εργασίας και η επιβλέπουσα καθηγήτρια προκειμένου να γίνει η στατιστική ανάλυση και επεξεργασία των δεδομένων, με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS, προς εξαγωγή αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων.

3.8 Καταγραφή και ανάλυση δεδομένων

Η παρούσα μελέτη χρησιμοποίησε περιγραφικά στατιστικά στοιχεία για τη συνοπτική παρουσίαση των πληροφοριών και την εξήγηση της σύνδεσης και διασποράς μεταξύ των μεταβλητών (Freshwater, Sherwood, & Drury, 2006). Τα δεδομένα αναλύθηκαν με το στατιστικό πακέτο SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), ένα εργαλείο ευρέως χρησιμοποιούμενο στον τομέα της υγείας, το οποίο επιτρέπει την ανάλυση περιγραφικών και διμερών στατιστικών, καθώς και την πρόβλεψη αριθμητικών αποτελεσμάτων και τον προσδιορισμό ομάδων. Για την ανάλυση των ερωτηματολογίων, δημιουργήθηκε ένας πίνακας κωδικοποίησης (στο Excel) που αντιστοιχεί κάθε ερώτηση σε μια μεταβλητή και έπειτα τα δεδομένα εισάχθηκαν στο SPSS. Ο έλεγχος των υποθέσεων πραγματοποιήθηκε με επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας $p<0,05$.

Οι στατιστικές αναλύσεις περιλάμβαναν τον υπολογισμό των μέσω όρων και των τυπικών αποκλίσεων. Επιπλέον, για τη διερεύνηση των ερευνητικών ερωτημάτων

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

χρησιμοποιήθηκαν αναλύσεις όπως η μονοπαραγοντική ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA) και το t-Test (American Psychological Association, 2009). Πιο συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκε η δοκιμασία t-test για τις ανεξάρτητες μεταβλητές όπως το φύλο, η κατοχή ή όχι δεύτερου πτυχίου και η παρακολούθηση ή όχι σεμιναρίων/συνεδρίων Διατροφής, Ενώ, για τις μεταβλητές όπως η οικογενειακή κατάσταση, τα έτη εργασίας, οι ώρες εργασίας, η ηλικιακή ομάδα, η εκπαιδευτική βαθμίδα και το είδος ιδιωτικού τομέα, χρησιμοποιήθηκε η μονοπαραγοντική ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA).

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

4.1 Εισαγωγή

Στο κεφάλαιο αυτό παρουσιάζονται τα αποτελέσματα που διεξάχθηκαν από την στατιστική επεξεργασία και ανάλυση. Αρχικά, παρουσιάζονται και περιγράφονται με τη βοήθεια πινάκων τα χαρακτηριστικά του δείγματος της παρούσας μελέτης. Έπειτα, γίνεται αναφορά στο ιδιοσυγκρασιακό άγχος και στους πέντε παράγοντες προσωπικότητας και στη σχέση του καθενός από αυτά με τα κοινωνικό-δημογραφικά, εκπαιδευτικά και εργασιακά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Τέλος, διεξάγεται έλεγχος των ερευνητικών υποθέσεων παράλληλα με την παρουσίαση των σχέσεων μεταξύ των μεταβλητών και γίνεται αξιολόγηση των αποτελεσμάτων προς εξαγωγή συμπερασμάτων.

4.2 Χαρακτηριστικά του δείγματος

4.2.1 Κοινωνικο-Δημογραφικά χαρακτηριστικά

Από το συνολικό αριθμό των συμμετεχόντων ιδιωτών επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που αποτέλεσαν το δείγμα της παρούσας μελέτης, οι 100 ήταν γυναίκες (83,3%) και 20 ήταν άντρες (16,7%).

Η πλειοψηφία (55,8%) των συμμετεχόντων ήταν μεταξύ 25 και 35 ετών ***(Πίνακας 2)*** και το 51,7% ήταν άγαμοι ***(Πίνακας 3)***.

Πίνακας 2: Κατανομή του δείγματος ανά ηλικιακή ομάδα.

Ηλικιακή ομάδα	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
25-35 ετών	67	55,8%
35-45 ετών	29	24,2%
45-55 & >55 ετών	24	20,0%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Πίνακας 3:Κατανομή του δείγματος με βάση την οικογενειακή τους κατάσταση.

Οικογενειακή κατάσταση	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
Άγαμος/η	62	51,7%
Έγγαμος/η	52	43,3%
Διαζευγμένος/η	6	5,0%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.2.2 Εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά (Βαθμίδα εκπαίδευσης, δεύτερο πτυχίο, σεμινάρια/ συνέδρια σχετικά με τη διατροφή)

Το μεγαλύτερο ποσοστό (40,8%) των επαγγελματιών ήταν κάτοχοι μεταπτυχιακού (ή Msc), ενώ μόλις το 4,2% ήταν κάτοχοι πτυχίου ΙΕΚ/ Κολλεγίου ***(Πίνακας 4)***.

Πίνακας 4: Κατανομή του δείγματος με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα.

Εκπαιδευτική βαθμίδα	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
Πανεπιστήμιο (ΑΕΙ)	21	17,5%
Τεχνολογικά Ιδρύματα (ΤΕΙ)	39	32,5%
ΙΕΚ/ΚΟΛΛΕΓΙΟ	5	4,2%
Μεταπτυχιακό (Msc)	49	40,8%
Διδακτορικό (PhD)	6	5,0%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Μόλις το 15% κατείχε και δεύτερο πτυχίο άλλου αντικειμένου. Τα αντικείμενα των σπουδών των συμμετεχόντων παρουσιάζονται στον πίνακα που ακολουθεί ***(Πίνακας 5)***.

Πίνακας 5: Κατανομή του δείγματος με βάση τα αντικείμενα σπουδών ως δεύτερο πτυχίο.

Δεύτερο πτυχίο	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
Γυμναστικής Ακαδημίας (ΤΕΦΑΑ)	2	1,7%
Χημικού	1	0,8%
Ψυχολογίας	2	1,7%
Βιοχημείας	1	0,8%
Γεωπονίας	1	0,8%
Τεχνολογίας Τροφίμων	1	0,8%
Αισθητικής & Κοσμητολογίας	1	0,8%
Φιλολογίας	1	0,8%
Βοηθού Βρεφονηπιοκόμου	1	0,8%
Νοσηλευτικής	2	1,7%
Διατροφή &Δημόσια Υγεία	1	0,8%
Άλλο	4	3,3%
Σύνολο	**18**	**15%**

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Η πλειονότητα (90,8%) των επαγγελματιών δήλωσε ότι παρακολουθεί σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής ***(Πίνακας 6)***.

Πίνακας 6: Κατανομή του δείγματος με βάση το αν παρακολουθούν σεμινάρια /συνέδρια διατροφής.

Παρακολούθηση Σεμιναρίων/συνεδρίων Διατροφής	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
ΝΑΙ	109	90,8%
ΟΧΙ	11	9,2%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

4.2.3 Εργασιακά χαρακτηριστικά (τομέας εργασίας, έτη εργασίας και ώρες εργασίας την εβδομάδα)

Η συντριπτική πλειοψηφία (75%) των επαγγελματιών εργάζονταν σε Διαιτολογικό γραφείο και το υπόλοιπο 25% εργάζονταν σε Ιδιωτικό νοσοκομείο/Πολυδύναμο Κέντρο/ινστιτούτο Αισθητικής και Αδυνατίσματος/ Εταιρία ή Βιομηχανία Τροφίμων ***(Πίνακας 7)***

Πίνακας 7: Κατανομή του δείγματος ανά τομέα εργασίας.

Τομέας εργασίας	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
Ιδιωτικό Νοσοκομείο	3	2,5%
Πολυδύναμο/ Ιατρικό κέντρο	2	1,7%
Ινστιτούτο Αισθητικής & Αδυνατίσματος	3	2,5%
Διαιτολογικό γραφείο	90	75%
Εταιρία/Βιομηχανία τροφίμων	1	0,8%
Συνεδρίες εξ αποστάσεως	6	5,0%
Άλλο	15	12,5%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Στον παρακάτω πίνακα ***(Πίνακας 8)***, φαίνεται ότι το μεγαλύτερο ποσοστό (38,2%) των συμμετεχόντων εργάζεται και ασκεί το επάγγελμα του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου από 1-5 έτη.

Πίνακας 8: Κατανομή του δείγματος με βάση τα έτη εργασίας.

Έτη εργασίας	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
1-5 έτη	47	39,2%
5-10 έτη	23	19,2%
10-15 έτη	21	17,5%
15-20 έτη	14	11,7%
>20 έτη	15	12,5%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Το μεγαλύτερο ποσοστό (47,5%) των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων δήλωσε ότι εργάζεται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα ***(Πίνακας 9)***.

Πίνακας 9: Κατανομή του δείγματος με βάση τις συνολικές ώρες εργασίας ανά εβδομάδα.

Ώρες εργασίας / εβδομάδα	**Συχνότητα**	**Ποσοστό**
<40 ώρες/ εβδομάδα	57	47,5%
= 40ώρες/ εβδομάδα	27	22,5%
>40 ώρες/ εβδομάδα	36	30,0%
Σύνολο	**120**	**100,0%**

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.3 Συσχέτιση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και των δημογραφικών χαρακτηριστικών

Η μέση τιμή των συμμετεχόντων στην παρούσα μελέτη για την κλίμακα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους ήταν 41,14 ± 8,32 ***(Πίνακας 10)***.

Πίνακας 10: Ελάχιστες και μέγιστες τιμές, μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους στο δείγμα.

	Σύνολο	**Ελάχιστη Τιμή**	**Μέγιστη Τιμή**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
Ιδιοσυγκρασιακό Άγχος (trait anxiety)	120	25,00	66,00	41,14	8,32

4.3.1 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και του φύλου.

Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ των κοινωνικο-δημογραφικών χαρακτηριστικών και των επιπέδων του ιδιοσυγκρασιακού άγχους (trait anxiety). Όσον αφορά, τη μεταβλητή φύλο, οι γυναίκες (Μ.Ο=41,39, Τ.Α=8,05) παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους σε σχέση με τους άντρες (Μ.Ο=39,99, ΤΑ=9,69). Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,729$, $p=0,081>0,05$] στα επίπεδα του μόνιμου/ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των δύο φύλων.

4.3.2 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ηλικιακής ομάδας.

Τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους τα είχαν τα άτομα που ανήκαν στην πρώτη ηλικιακή ομάδα και ήταν ηλικίας μεταξύ 25 και 35 ετών ***(Πίνακας 11)***. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=9,473$, $p=0,00<0,01$] στα επίπεδα του μόνιμου/ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 11: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την ηλικιακή ομάδα.

Ηλικιακή ομάδα	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
25-35 ετών	43,55	7,46
35-45 ετών	40,14	8,24
45-55 &> 55 ετών	35,62	8,13

4.3.3 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και οικογενειακής κατάστασης.

Τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους τα είχαν τα άτομα που ανήκαν στην κατηγορία άγαμος/η ***(Πίνακας 12)***. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), σε σχέση με την ανεξάρτητη μεταβλητή οικογενειακή κατάσταση, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117) = 3,133$, $p=0,047< 0,05$] στα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Πίνακας 12: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την οικογενειακή κατάσταση.

Οικογενειακή κατάσταση	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
Άγαμος/η	42,77	8,09
Έγγαμός/η	39,79	8,33
Διαζευγμένος/η	36,00	7,67

4.3.4 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και εκπαιδευτικής βαθμίδας.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι της εκπαιδευτικής βαθμίδας ΑΕΙ είχαν τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους, ενώ τα άτομα που ανήκαν στις υπόλοιπες εκπαιδευτικές βαθμίδες (ΤΕΙ, ΙΕΚ/Κολλέγιο, Msc/PhD) είχαν παρόμοια επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους ***(Πίνακας 13***). Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), σε σχέση με την ανεξάρτητη μεταβλητή εκπαιδευτική βαθμίδα, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,280$, $p=0,756>0,05$] στα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 13: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα.

Εκπαιδευτική βαθμίδα	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
ΑΕΙ	42,38	10,06
ΤΕΙ	40,82	8,49
ΙΕΚ/Κολλέγιο/Msc/PhD	40,92	7,64

4.3.5 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ωρών εργασίας/εβδομάδα.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που εργάζονται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους ***(Πίνακας 14)***. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), σε σχέση με την ανεξάρτητη μεταβλητή ώρες εργασίας ανά εβδομάδα, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117) = 1,822$, $p=0,166>0,05$] στα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Πίνακας 14: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση τις ώρες εργασίας ανά εβδομάδα.

Ώρες εργασίας /εβδομάδα	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
<40ώρες/ εβδομάδα	42,65	8,59
=40ώρες/ εβδομάδα	39,55	7,58
>40ώρες/ εβδομάδα	39,94	8,23

4.3.6 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και είδους δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται σε Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως παρουσίασαν τα χαμηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους ***(Πίνακας 15)***. Ωστόσο, σε σχέση με την ανεξάρτητη μεταβλητή είδος δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=1,031$, $p=0,063>0,05$] στα επίπεδα του μόνιμου/ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Πίνακας 15: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση το είδος του ιδιωτικού τομέα.

Είδος Ιδιωτικού Τομέα	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
Ιδιωτικό Νοσοκομείο, Πολυδύναμο/ Ιατρικό Κέντρο, Ινστιτούτο Αισθητικής &Αδυνατίσματος, Εταιρία/ Βιομηχανία Τροφίμων	42,71	9,77
Διαιτολογικό Γραφείο, συνεδρίες εξ αποστάσεως	40,75	7,93

4.3.7 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και ετών εργασίας (άσκησης του επαγγέλματος)

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που εργάζονται από 5 έως 10 έτη, παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους, με μέση τιμή ιδιοσυγκρασιακού άγχους 43,26. Ακολουθούν, οι επαγγελματίες που εργάζονται από 1 έως 5 έτη, ενώ τα χαμηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους παρουσίασαν οι ιδιώτες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται από 15 έως 20 έτη ***(Πίνακας 16)***. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), σε σχέση με την ανεξάρτητη μεταβλητή έτη εργασίας, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=2,860$, $p=0,027<0,05$] στα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 16: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση τα έτη εργασίας.

Έτη Εργασίας	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**ΤΑ**
1-5 έτη	42,34	8,24
5-10 έτη	43,26	8,47
10-15 έτη	41,76	6,21
15-20έτη	35,29	9,15
>20έτη	38,73	8,17

4.3.8 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και κατοχής δεύτερου πτυχίου.

Η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [t(118)=-1,280, p=0,115>0,05] στα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν (***Πίνακας 17***).

Πίνακας 17: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την κατοχή δεύτερου πτυχίου.

Δεύτερο πτυχίο	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
ΝΑΙ	38,83	10,64
ΟΧΙ	41,55	7,84

4.3.9 Σχέση μεταξύ μόνιμου/ ιδιοσυγκρασιακού άγχους και παρακολούθησης σεμιναρίων/συνεδρίων Διατροφής.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους ήταν εκείνοι που δεν παρακολουθούσαν σεμινάρια/συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής ***(Πίνακας 18)***. Η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [t(118)=-0,358, p=0,753>0,05] στα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους μεταξύ αυτών που είχαν ή δεν είχαν παρακολουθήσει σεμινάρια/συνέδρια σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 18: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) ιδιοσυγκρασιακού άγχους με βάση την παρακολούθηση σεμιναρίων/συνεδρίων διατροφής.

Παρακολούθηση Σεμιναρίων/Συνεδρίων Διατροφής	**Μ.Ο Ιδιοσυγκρασιακού Άγχους**	**Τ.Α**
ΝΑΙ	41,05	8,36
ΟΧΙ	42,00	8,31

4.4 Συσχέτιση μεταξύ των (5) πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και των δημογραφικών χαρακτηριστικών.

Η μέση τιμή του Νευρωτισμού ήταν 41,14 ±29,87, της Εξωστρέφειας 38,56±5,99, της Δεκτικότητας στην Εμπειρία 36,87±5,58, της Καλής Προαίρεσης/Συνεργατικότητας 39,06±4,52 και της Ευσυνειδησίας 43,92±5,44 για τους συμμετέχοντες στην παρούσα μελέτη ***(Πίνακας 19)***.

Πίνακας 19: Ελάχιστες και μέγιστες τιμές, μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας στο δείγμα.

Πέντε (5) Παράγοντές προσωπικότητας	**Σύνολο**	**Ελάχιστη τιμή**	**Μέγιστη τιμή**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
Νευρωτισμός (Neurotism - N)	120	17,00	55,00	41,14	29,87
Εξωστρέφεια (Extroversion-E)	120	20,00	53,00	38,56	5.99
Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)	120	24,00	48,00	36,87	5,58
Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)	120	23,00	48,00	39,06	4,52
Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)	120	28,00	54,00	43,92	5,44

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.1 Σχέση μεταξύ των πέντε παραγόντων προσωπικότητας και φύλου.

Στον ***Πίνακας 20***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το φύλο. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής φύλο και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Οι γυναίκες παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) σε σχέση με τους άντρες. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=0,498,* p=0,943>0,05] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των δυο φύλων.

Οι άντρες παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα εξωστρέφειας (E) σε σχέση με τις γυναίκες. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι οι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=-0,934,* p=0,216>0,05] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ ανδρών και γυναικών.

Οι γυναίκες είναι περισσότερο δεκτικές στην εμπειρία σε σχέση με τους άντρες. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=1,568,* p=0,793>0,05] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των δυο φύλων.

Οι άντρες όσο και οι γυναίκες είχαν παρόμοια επίπεδα Καλής προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A). Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t*(118)=0,009, p=0,324>0,05] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ ανδρών και γυναικών.

Τέλος, οι γυναίκες είναι περισσότερο ευσυνείδητες σε σχέση με τους άντρες. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=0,471,* p=0,835>0,05] στα επίπεδα της Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των δυο φύλων.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 20: Μέσοι όροι (Μ.Ο)και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το φύλο.

Φύλο	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
Γυναίκες	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	30,01	7,08	38,33	6,19	37,23	5,57	39,06	4,34	44,03	5,37
Άντρες	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,15	6,88	39,70	4,83	35,10	5,43	39,05	5,47	43,40	5,89

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.2 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ηλικιακής ομάδας.

Στον ***Πίνακας 21***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την ηλικιακή ομάδα. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής ηλικιακή ομάδα και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ηλικίας από 25 έως 35 ετών. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=8,393$, $p=0,000<0,01$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα εξωστρέφειας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ηλικίας από 45 έως και άνω των 55 ετών. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,595$, $p=0,207>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ηλικίας από 45 έως και άνω των 55 ετών. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,154$, $p=0,319>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ηλικίας από 25 έως 35 ετών. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,744$, $p=0,477>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι ηλικίας από 25 έως 35 ετών. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,220$, $p=0,803>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ηλικιακών ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 21: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την ηλικιακή ομάδα.

Ηλικιακή ομάδα	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
25-35 ετών	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	31,69	7,12	38,09	5,67	37,24	5,38	39,43	4,06	44,21	5,02
35-45 ετών	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,48	6,10	38,03	6,41	35,52	6,07	38,96	4,18	43,69	5,77
45-55 &> 55 ετών	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	25,25	5,73	40,50	6,18	37,50	5,49	38,12	5,99	43,42	6,29

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.3 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και οικογενειακής κατάστασης.

Στον ***Πίνακας 22***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την οικογενειακή κατάσταση. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής οικογενειακή κατάσταση και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι άγαμοι και με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=4,099$, $p=0,019<0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι διαζευγμένοι. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,454$, $p=0,636>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι διαζευγμένοι. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,015$, $p=0,366>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι άγαμοι. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,241$, $p=0,786>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι διαζευγμένοι. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,779$, $p=0,779>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 22: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την οικογενειακή κατάσταση.

Οικογενειακή κατάσταση	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
Άγαμος/η	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	31,53	7,47	38,40	6,07	37,05	5,59	39,32	4,08	44,14	5,22
Έγγαμος/η	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	28,33	6,21	38,48	6,02	36,35	5,51	38,73	5,08	43,56	5,36
Διαζευγμένος/η	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	26,00	4,98	40,83	5,11	39,67	6,15	39,17	4,35	44,83	8,70

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.4 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και εκπαιδευτικής βαθμίδας.

Στον ***Πίνακας 23***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής εκπαιδευτική βαθμίδα και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΙΕΚ/Κολλέγιο/ κάτοχοι μεταπτυχιακού (Msc)/διδακτορικού (PhD). Ενώ, τα χαμηλότερα οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΑΕΙ. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=2,021$, $p=0,137>0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΤΕΙ, ενώ τα χαμηλότερα επίπεδα οι απόφοιτοι ΑΕΙ. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,117$, $p=0,890>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΤΕΙ. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,059$, $p=0,942>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΙΕΚ/Κολλέγιο/Msc/PhD, ενώ τα χαμηλότερα οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΤΕΙ. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,225$, $p=0,799>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που είναι απόφοιτοι ΑΕΙ, ενώ τα χαμηλότερα οι απόφοιτοι ΤΕΙ. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,613$, $p=0,544>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 23: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την εκπαιδευτική βαθμίδα.

Εκπαιδευτική βαθμίδα	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
ΑΕΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	32,52	9,48	38,00	7,54	37,00	5,80	39,00	4,98	44,57	4,82
ΤΕΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	28,79	6,29	38,77	6,33	37,08	4,99	38,69	4,48	43,15	6,25
ΙΕΚ/Κολλέγιο ή Msc/PhD	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,63	6,35	38,62	2,20	36,70	5,94	39,32	4,44	44,20	5,10

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.5 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ωρών εργασίας ανά εβδομάδα.

Στον ***Πίνακας 24***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τις ώρες εργασίας ανά εβδομάδα. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής ώρες εργασίας ανά εβδομάδα και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα. Ενώ, τα χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 40 ώρες την εβδομάδα. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=3,977$, $p=0,021< 0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 40 ώρες την εβδομάδα. Ενώ, τα χαμηλότερα επίπεδα οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,718$, $p=0,184>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται περισσότερες από 40 ώρες την εβδομάδα. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=0,290$, $p=0,749>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 40 ώρες την εβδομάδα, ενώ τα χαμηλότερα οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα. Διατροφολόγοι που εργάζονται περισσότερες από 40 ώρες την εβδομάδα με μέσο όρο 38,83. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,339$, $p=0,266>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 40 ώρες την εβδομάδα, ενώ τα χαμηλότερα οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(2,117)=1,184$, $p=0,310>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 24: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις(Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τις ώρες εργασίας ανά εβδομάδα.

Ώρες ανά εβδομάδα	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
<40ώρες/ εβδομάδα	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	31,70	7,03	37,56	6,89	36,47	5,47	38,61	4,85	43,17	5,72
=40ώρες/ εβδομάδα	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	27,78	5,95	40,00	6,56	37,11	5,69	40,30	3,61	45,04	5,18
>40ώρες/ εβδομάδα	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	28,53	7,20	39,06	3,23	37,33	5,77	38,83	4,53	44,28	5,13

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.6 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και είδους δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα.

Στον ***Πίνακας 25***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το είδος δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής είδος ιδιωτικού τομέα και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται σε Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,915$, $p=0,442>0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα χαμηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται σε Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test,, για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,517$, $p=0,250>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται σε Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=-0,612$ $p=0,148>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα χαμηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται σε Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,282$ $p=0,184>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα χαμηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται Διαιτολογικά γραφεία ή πραγματοποιούν συνεδρίες εξ αποστάσεως. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test, για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, έδειξε ότι δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,242$, $p=0,303>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 25: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση το είδος δραστηριοποίησης στον ιδιωτικό τομέα.

Είδος ιδιωτικού τομέα	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion-E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness -O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
Ιδιωτικό Νοσοκομείο, Πολυδύναμο/ Ιατρικό Κέντρο, Ινστιτούτο Αισθητικής &Αδυνατίσματος, Εταιρία/ Βιομηχανία Τροφίμων	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	31,04	7,84	39,12	6,83	36,25	4,73	39,29	3,56	44,17	5,72
Διαιτολογικό Γραφείο, συνεδρίες εξ αποστάσεως	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,57	6,82	38,42	5,79	37,03	5,78	39,00	4,75	43,86	5,40

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.7 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και ετών εργασίας (άσκησης του επαγγέλματος).

Στον ***Πίνακας 26***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τα έτη εργασίας. Αρχικά, εξετάστηκε η σχέση μεταξύ της μεταβλητής είδος έτη εργασίας και του πρώτου παράγοντα προσωπικότητας. Τα χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 15 με 20 έτη. Με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πρώτο παράγοντα προσωπικότητας, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=3,589$, $p=0,009<0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα χαμηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται 10 με 15 έτη. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον δεύτερο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=1,412$, $p=0,235>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται για περισσότερα από 20 έτη. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τρίτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=0,064$, $p=0,992>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τα υψηλότερα επίπεδα συνεργατικότητας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται εδώ και 15 με 20 έτη. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον τέταρτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=1,775$, $p=0,139>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας παρουσίασαν οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που εργάζονται εδώ και 15 με 20 έτη. Ωστόσο, με βάση την ανάλυση διακύμανσης (one-way ANOVA), για τον πέμπτο παράγοντα προσωπικότητας, δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά [$F(4,115)=1,338$, $p=0,260>0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 26: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση τα έτη εργασίας.

Έτη εργασίας	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
1-5 έτη	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	31,79	7,33	38,85	6,38	37,00	5,54	39,51	3,34	44,66	5,07
5-10 έτη	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	30,87	7,08	38,22	4,89	36,52	4,97	37,87	5,15	42,61	5,48
10-15 έτη	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,90	5,81	36,19	5,29	36,62	6,19	38,38	5,49	43,38	5,84
15-20έτη	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	25,43	5,69	40,64	6,64	36,93	6,02	41,43	4,54	45,93	4,53
>20έτη	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	26,40	6,30	39,53	6,16	37,33	6,00	38,20	4,81	42,53	6,40

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.8 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και κατοχής δεύτερου πτυχίου.

Στον ***Πίνακας 27***, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την κατοχή ή όχι δεύτερου πτυχίου. Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) ήταν εκείνοι που δεν διέθεταν δεύτερο πτυχίο. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=-0,566$, $p=0,150>0,05$] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) ήταν εκείνοι που διέθεταν δεύτερο πτυχίο. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=1,898$, $p=0,79>0,05$] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) ήταν εκείνοι που διέθεταν δεύτερο πτυχίο. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=0,651$, $p=0,663>0,05$] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Καλής Προαίρεσης /Συνεργατικότητας ήταν εκείνοι που δεν διέθεταν δεύτερο πτυχίο. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=-0,115$, $p=0,94>0,05$] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Ευσυνειδησίας ήταν εκείνοι που διέθεταν δεύτερο πτυχίο. Η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(118)=2,616$, $p=0,002<0,05$] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 27: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την κατοχή ή όχι δεύτερου πτυχίου.

Δεύτερο πτυχίο	**Νευρωτισμός (Neurotism -N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion- E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
ΝΑΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	29,00	5,63	41,00	5,84	37,67	5,38	38,94	5,49	46,94	2,58
ΟΧΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	30,02	7,26	38,13	5,93	36,73	5,63	39,08	4,36	43,39	5,64

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

4.4.9 Σχέση μεταξύ των πέντε χαρακτηριστικών προσωπικότητας και παρακολούθησης σεμιναρίων/ συνεδρίων που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής.

Στον **Πίνακας 28**, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την παρακολούθηση ή όχι σεμιναρίων/συνεδρίων που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού (N) ήταν εκείνοι που παρακολουθούσαν σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=1,151,* p=0,710>0,05] στα επίπεδα Νευρωτισμού (N) μεταξύ αυτών που είχαν ή δεν είχαν παρακολουθήσει σεμινάρια/συνέδρια σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) ήταν εκείνοι που παρακολουθούσαν σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t(118)=2,266,* p=0,742>0,05] στα επίπεδα Εξωστρέφειας (E) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) ήταν εκείνοι που παρακολουθούσαν σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t*(118)=0,885, p=0,361>0,05] στα επίπεδα Δεκτικότητας στην Εμπειρία (O) μεταξύ αυτών που είχαν ή δεν είχαν παρακολουθήσει σεμινάρια/συνέδρια σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής.

Οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Καλής προαίρεσης/Συνεργατικότητας ήταν εκείνοι που παρακολουθούσαν σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά *[t*(118)=0,885, p=0,787>0,05] στα επίπεδα Καλής Προαίρεσης/ Συνεργατικότητας (A) μεταξύ των ομάδων που εξετάστηκαν.

Τέλος, οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι- Διατροφολόγοι που παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) ήταν εκείνοι που δεν παρακολουθούσαν σεμινάρια/ συνέδρια που αφορούν την επιστήμη της Διατροφής. Ωστόσο, η στατιστική δοκιμή t-test έδειξε ότι, δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά [*t*(118)=0,114,p=0,352>0,05] στα επίπεδα Ευσυνειδησίας (C) μεταξύ αυτών που είχαν ή δεν είχαν παρακολουθήσει σεμινάρια/συνέδρια σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Πίνακας 28: Μέσοι όροι (Μ.Ο) και τυπικές αποκλίσεις (Τ.Α) των πέντε παραγόντων προσωπικότητας με βάση την παρακολούθηση ή όχι σεμιναρίων/συνεδρίων σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής.

Παρακολούθηση Σεμιναρίων/Συνεδρίων Διατροφής	**Νευρωτισμός (Neurotism - N)**		**Εξωστρέφεια (Extroversion-E)**		**Δεκτικότητα στην Εμπειρία (Openness - O)**		**Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα (Agreeableness -A)**		**Ευσυνειδησία (Conscientiousness -C)**	
ΝΑΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	30,10	7,00	38,94	5,93	37,02	5,48	39,07	4,58	43,87	5,55
ΟΧΙ	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**	**Μ.Ο**	**Τ.Α**
	27,54	7,23	34,73	5,37	35,45	6,61	38,91	4,13	44,45	4,32

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η παρούσα μελέτη είχε ως βασικό στόχο τη διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα και τη συσχέτισή τους με δημογραφικά χαρακτηριστικά. Τα αποτελέσματα της έρευνας παρείχαν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τις σχέσεις μεταξύ των πέντε παραγόντων προσωπικότητας, του ιδιοσυγκρασιακού άγχους και των δημογραφικών χαρακτηριστικών των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, ενώ παράλληλα έθεσαν το πλαίσιο για περαιτέρω μελέτες και επεμβάσεις στον τομέα της ψυχικής υγείας και της επαγγελματικής ανάπτυξης των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων (Costa & McCrae, 1992).

Η πρώτη ερευνητική υπόθεση εστίασε στη σχέση των κοινωνικο-δημογραφικών χαρακτηριστικών με τα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων. Η ηλικία και η οικογενειακή κατάσταση φαίνεται να σχετίζονται σημαντικά με τα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους. Τα υψηλότερα επίπεδα άγχους παρατηρήθηκαν στην ηλικιακή ομάδα 25-35 ετών. Η ηλικιακή αυτή ομάδα πιθανότατα βρίσκεται σε μία μεταβατική φάση της επαγγελματικής της πορείας, καθώς περιλαμβάνει νεότερους επαγγελματίες που είτε ξεκινούν την καριέρα τους είτε προσπαθούν να εδραιωθούν στον επαγγελματικό στίβο, με αποτέλεσμα να βιώνουν μεγαλύτερη αβεβαιότητα και επαγγελματική πίεση (Hofstede & McCrae, 2004). Οι άγαμοι επαγγελματίες εμφάνισαν αυξημένο άγχος σε σύγκριση με τους έγγαμους. Το εύρημα αυτό υποδηλώνει ότι η οικογενειακή σταθερότητα μπορεί να λειτουργεί ως προστατευτικός παράγοντας κατά του άγχους, παρέχοντας στους έγγαμους μεγαλύτερη συναισθηματική στήριξη και αίσθηση ασφάλειας (Spielberger et al., 1983). Αυτά τα ευρήματα επιβεβαιώνουν τη θεωρία του Spielberger (1983) για το ιδιοσυγκρασιακό άγχος, η οποία περιγράφει το άγχος ως σταθερό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, το οποίο επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιδρούν σε στρεσογόνες καταστάσεις. Η συσχέτιση των κοινωνικο-δημογραφικών χαρακτηριστικών με το άγχος αναδεικνύει την ανάγκη να ληφθούν υπόψη παράγοντες όπως η ηλικία κατά την αντιμετώπιση του άγχους στους επαγγελματίες υγείας.

Η δεύτερη ερευνητική υπόθεση αφορούσε τη συσχέτιση των εκπαιδευτικών χαρακτηριστικών των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων με τα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι τα εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά, όπως το επίπεδο εκπαίδευσης ή η κατοχή δεύτερου πτυχίου, δεν συσχετίζονται σημαντικά με το άγχος των επαγγελματιών. Αυτό το εύρημα φαίνεται να αντιτίθεται με τη βιβλιογραφία που συχνά υποστηρίζει ότι η εκπαίδευση μπορεί να μειώνει το

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

άγχος, ενισχύοντας τις δεξιότητες και την αυτοπεποίθηση των επαγγελματιών. Σύμφωνα με τον Judge et al. (2007), η εκπαίδευση και η συνεχιζόμενη κατάρτιση συχνά βελτιώνουν τη διαχείριση των επαγγελματικών απαιτήσεων και προσφέρουν μεγαλύτερη ψυχική σταθερότητα. Ωστόσο, η παρούσα έρευνα δείχνει ότι τα εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά από μόνα τους δεν επαρκούν για να μειώσουν το άγχος, ίσως επειδή το ιδιοσυγκρασιακό άγχος είναι βαθιά ενσωματωμένο χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, όπως περιγράφεται από τη θεωρία του Spielberger (1983). Το άγχος επηρεάζεται περισσότερο από ψυχολογικούς και δημογραφικούς παράγοντες, όπως η ηλικία και η οικογενειακή κατάσταση, παρά από την εκπαιδευτική πρόοδο. Επιπλέον, η έρευνα των Hofstede και McCrae (2004) επιβεβαιώνει ότι οι κοινωνικές και ψυχολογικές συνθήκες του επαγγελματικού περιβάλλοντος έχουν μεγαλύτερη επιρροή στο άγχος από την εκπαίδευση. Αυτό εξηγεί γιατί τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης δεν δείχνουν ισχυρή σχέση μεταξύ του επιπέδου εκπαίδευσης και του άγχους, κάτι που υποδηλώνει ότι άλλοι παράγοντες παίζουν σημαντικότερο ρόλο στη διαμόρφωση των επιπέδων άγχους των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.

Η τρίτη υπόθεση αφορούσε τη σχέση των εργασιακών χαρακτηριστικών με τα επίπεδα άγχους των συμμετεχόντων. Οι επαγγελματίες με λιγότερα από 5 χρόνια εμπειρίας παρουσίασαν αυξημένα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους, ενώ το ιδιοσυγκρασιακό άγχος φάνηκε να μειώνεται καθώς αυξάνονται τα έτη επαγγελματικής εμπειρίας. Αυτό το εύρημα είναι σύμφωνο με τις προσδοκίες, καθώς οι νεότεροι επαγγελματίες συχνά βιώνουν μεγαλύτερη αβεβαιότητα για το μέλλον τους και έχουν λιγότερη εμπειρία να διαχειριστούν τις προκλήσεις του επαγγέλματος (Maslach & Leiter, 1997). Η συσχέτιση των εργασιακών χαρακτηριστικών με το άγχος υπογραμμίζει τη σημασία της ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής

Η τέταρτη υπόθεση εστίασε στη σύνδεση των κοινωνικο-δημογραφικών χαρακτηριστικών με τους πέντε παράγοντες προσωπικότητας (Νευρωτισμός, Εξωστρέφεια, Καλή Προαίρεση/Συνεργατικότητα, Δεκτικότητα στην εμπειρία και Ευσυνειδησία). Οι νεότεροι επαγγελματίες είχαν υψηλότερες βαθμολογίες στον Νευρωτισμό, ενώ οι μεγαλύτερης ηλικίας συμμετέχοντες εμφάνισαν χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού και επομένως υψηλή συναισθηματική σταθερότητα, κάτι που συνδέεται με την ωριμότητα και την εμπειρία (Roberts et al., 2006). Ένα επιπλέον εύρημα της τέταρτης υπόθεσης ήταν ότι οι άγαμοι επαγγελματίες εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού σε σύγκριση με τους έγγαμους και τους διαζευγμένους. Αυτό μπορεί να ερμηνευθεί με βάση τη θεωρία του Spielberger (1983), σύμφωνα με την οποία η οικογενειακή σταθερότητα μπορεί να λειτουργεί ως προστατευτικός παράγοντας κατά του άγχους, παρέχοντας στους έγγαμους μεγαλύτερη συναισθηματική

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

στήριξη και αίσθηση ασφάλειας. Οι άγαμοι, από την άλλη πλευρά, μπορεί να αντιμετωπίζουν μεγαλύτερες προκλήσεις στον τομέα της συναισθηματικής σταθερότητας λόγω της έλλειψης αυτής της κοινωνικής υποστήριξης. Αυτά τα ευρήματα είναι συνεπή με το μοντέλο των πέντε παραγόντων προσωπικότητας, το οποίο υποστηρίζει ότι τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας παραμένουν σχετικά σταθερά, αλλά επηρεάζονται από δημογραφικές μεταβλητές όπως η ηλικία (McCrae & John, 1992).

Η πέμπτη υπόθεση διερεύνησε τη σχέση μεταξύ των εκπαιδευτικών χαρακτηριστικών και των πέντε παραγόντων προσωπικότητας. Οι συμμετέχοντες που κατείχαν δεύτερο πτυχίο εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής σταθερότητας και ευσυνειδησίας, υποδηλώνοντας ότι η εκπαίδευση και η επιμόρφωση μπορεί να ενισχύσει τη σταθερότητα και την οργάνωση στην επαγγελματική ζωή των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων (Judge et al., 2007). Αυτά τα αποτελέσματα ενισχύουν την άποψη ότι η συνεχής εκπαίδευση και επιμόρφωση δεν ενισχύει μόνο τις επαγγελματικές δεξιότητες, αλλά μπορεί να επηρεάσει θετικά τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, επιφέροντας μεγαλύτερη ψυχική σταθερότητα και ανθεκτικότητα (McCrae & Costa, 1997).

Τέλος, η έκτη υπόθεση διερεύνησε τη σχέση μεταξύ των εργασιακών χαρακτηριστικών και των πέντε παραγόντων προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα έτη εργασίας (χρόνια προϋπηρεσίας) σχετίζονται σε σημαντικό βαθμό με τους παράγοντες προσωπικότητας. Συγκεκριμένα, οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι, με περισσότερα χρόνια εμπειρίας, παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού και επομένως μεγαλύτερη συναισθηματική σταθερότητα, γεγονός που υποδηλώνει ότι η μακροχρόνια εμπειρία ενισχύει την οργάνωση, τη συναισθηματική ανθεκτικότητα και τη θετική διάθεση στην επαγγελματική ζωή. Αυτά τα ευρήματα ευθυγραμμίζονται με προηγούμενες έρευνες, όπως των Maslach και Leiter (1997), που δείχνουν πως οι επαγγελματίες με περισσότερη εμπειρία έχουν καλύτερη ψυχική υγεία. Ένα ενδιαφέρον εύρημα ήταν αυτό που αφορούσε τη σχέση του Νευρωτισμού με τις ώρες εργασίας. Συγκεκριμένα, οι επαγγελματίες Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι, που εργάζονταν λιγότερες από 40 ώρες την εβδομάδα, παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού. Αυτό το εύρημα μπορεί να εξηγηθεί από την ένταση που προκαλεί η αίσθηση της επαγγελματικής ανασφάλειας ή της έλλειψης επαρκούς απασχόλησης, η οποία μπορεί να εντείνει το άγχος και την αβεβαιότητα. Η βιβλιογραφία επιβεβαιώνει αυτή τη συσχέτιση, καθώς οι Maslach και Leiter (1997) σημειώνουν ότι οι επαγγελματίες που εργάζονται λιγότερο συχνά μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη διατήρηση της επαγγελματικής τους σταθερότητας, κάτι που οδηγεί σε αυξημένα επίπεδα άγχους και συναισθηματικής αστάθειας. Επιπλέον, οι McCrae και

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Costa (1997) υποστηρίζουν ότι ο Νευρωτισμός συνδέεται με την αντίδραση των ατόμων σε στρεσογόνες συνθήκες, και η μειωμένη εργασιακή εμπειρία ή ο λιγότερος χρόνος απασχόλησης μπορεί να ενισχύσει αυτήν την ευαισθησία. Η συνολική σύνδεση των εργασιακών χαρακτηριστικών με τους παράγοντες προσωπικότητας καταδεικνύει τη σημασία της εμπειρίας στην ανάπτυξη ψυχικής σταθερότητας και προσωπικής ανθεκτικότητας.

Όπως αναφέρεται και στη βιβλιογραφία, οι Διαιτολόγοι-Διατροφολόγοι εμφανίζουν υψηλά επίπεδα ευσυνειδησίας και δεκτικότητας στην εμπειρία, χαρακτηριστικά που θεωρούνται κρίσιμα για την επιτυχημένη διαχείριση των απαιτήσεων του επαγγέλματος (Costa & McCrae, 1992). Η ευσυνειδησία τους συνδέεται με την ικανότητα να οργανώνουν και να διαχειρίζονται τα καθήκοντά τους με αποτελεσματικότητα, ενώ η δεκτικότητα στην εμπειρία τους επιτρέπει να είναι δεκτικοί σε νέες μεθόδους και προσεγγίσεις στη διατροφική φροντίδα (Goldberg, 1990).

Συμπερασματικά, η μελέτη της προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων είναι κρίσιμη για την κατανόηση των παραγόντων που επηρεάζουν την επαγγελματική τους απόδοση και την αλληλεπίδραση με τους πελάτες τους. Η παρούσα έρευνα, που διεξήχθη στην Ελλάδα, αναδεικνύει την ανάγκη για περαιτέρω μελέτες που θα εξετάσουν τις ιδιαιτερότητες και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι Διαιτολόγοι στην ελληνική κοινωνία. Η κατανόηση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας τους μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη εξατομικευμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων και στρατηγικών παρέμβασης, ενισχύοντας έτσι την επαγγελματική τους ικανότητα και την ποιότητα των υπηρεσιών που προσφέρουν. Η ανάγκη για περισσότερη έρευνα σε αυτόν τον τομέα είναι προφανής, καθώς μπορεί να οδηγήσει σε σημαντικές βελτιώσεις στην εκπαίδευση και την πρακτική των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, προσαρμοσμένες στις σύγχρονες απαιτήσεις του κλάδου.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Τα συμπεράσματα της παρούσας μελέτης αναδεικνύουν τη σημασία των χαρακτηριστικών προσωπικότητας και του ιδιοσυγκρασιακού άγχους στην επαγγελματική συμπεριφορά και απόδοση των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων. Τα ευρήματα δείχνουν ότι συγκεκριμένα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως η ηλικία και η οικογενειακή κατάσταση, σχετίζονται σημαντικά με τα επίπεδα του ιδιοσυγκρασιακού άγχους, με τους νεότερους επαγγελματίες και τους άγαμους να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα άγχους. Επιπλέον, η επαγγελματική εμπειρία σχετίζεται με μειωμένα επίπεδα ιδιοσυγκρασιακού άγχους, Αυτά τα ευρήματα ενισχύουν τη θεωρία ότι το άγχος αποτελεί βασικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, που μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά και την απόδοση των επαγγελματιών υγείας.

Η ανάλυση των παραγόντων προσωπικότητας έδειξε ότι η ηλικία συνδέεται με τον Νευρωτισμό, με τους μεγαλύτερους επαγγελματίες να εμφανίζουν χαμηλότερα επίπεδα Νευρωτισμού, γεγονός που μεταφράζεται σε μεγαλύτερη συναισθηματική σταθερότητα και υπευθυνότητα. Παράλληλα, τα εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά, όπως η απόκτηση δεύτερου πτυχίου, φάνηκε να συνδέονται με αυξημένη συναισθηματική σταθερότητα και ευσυνειδησία, υπογραμμίζοντας τη σημασία της συνεχούς εκπαίδευσης στην επαγγελματική ανάπτυξη. Η κατοχή δεύτερου πτυχίου, ειδικότερα, φαίνεται να ενισχύει την οργάνωση και την προσήλωση στις επαγγελματικές υποχρεώσεις, κάτι που σχετίζεται άμεσα με τα υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας. Επιπλέον, οι ώρες εργασίας και τα χρόνια προϋπηρεσίας συσχετίστηκαν με τα επίπεδα Νευρωτισμού, τονίζοντας τη σημασία των εργασιακών χαρακτηριστικών για τη συναισθηματική σταθερότητα των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων.

Συνολικά, τα αποτελέσματα της μελέτης τονίζουν την ανάγκη για στοχευμένες εκπαιδευτικές παρεμβάσεις και επιμορφωτικά προγράμματα που θα βοηθήσουν τους επαγγελματίες Διαιτολόγους-Διατροφολόγους να διαχειριστούν το άγχος τους και να βελτιώσουν την προσωπική και επαγγελματική τους ευημερία. Οι παρεμβάσεις αυτές θα μπορούσαν να ενισχύσουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις τους, οδηγώντας σε βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών που προσφέρουν, ενώ παράλληλα θα συμβάλουν στη μείωση της επαγγελματικής εξουθένωσης και στη διασφάλιση μακροπρόθεσμης επαγγελματικής επιτυχίας.

Για να επιτευχθεί η βελτίωση της διαχείρισης του άγχους και η ενίσχυση της επαγγελματικής ευημερίας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, οι στοχευμένες εκπαιδευτικές

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

παρεμβάσεις θα πρέπει να εστιάζουν στην ανάπτυξη τόσο των τεχνικών δεξιοτήτων όσο και των προσωπικών ικανοτήτων τους. Συγκεκριμένα, θα ήταν ωφέλιμο να περιλαμβάνουν προγράμματα που προάγουν την ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης του άγχους, όπως τεχνικές χαλάρωσης και στρατηγικές συναισθηματικής διαχείρισης. Αυτές οι τεχνικές θα μπορούσαν να βοηθήσουν τους επαγγελματίες να ανταπεξέλθουν στην πίεση της καθημερινής εργασίας και να διαχειριστούν τις συναισθηματικές προκλήσεις που προκύπτουν κατά την αλληλεπίδραση με τους ασθενείς και τους συναδέλφους τους.

Παράλληλα, η ενίσχυση των γνωστικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων μπορεί να επιτευχθεί μέσα από την παρακολούθηση συνεδρίων, σεμιναρίων και εκπαιδευτικών εργαστηρίων που επικεντρώνονται στις νεότερες εξελίξεις στον τομέα της διατροφής και της διαιτολογίας. Η συνεχής επιμόρφωση όχι μόνο θα προσφέρει στους επαγγελματίες γνώσεις που θα βελτιώσουν τις πρακτικές τους, αλλά και θα ενισχύσει την αυτοπεποίθησή τους, μειώνοντας την ανασφάλεια που μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένο άγχος. Επιπλέον, εκπαιδευτικά προγράμματα που προάγουν την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, όπως η αποτελεσματική επικοινωνία και η ενσυναίσθηση, μπορούν να βελτιώσουν την ποιότητα της αλληλεπίδρασης με τους ασθενείς, συμβάλλοντας στη βελτίωση των σχέσεων και της επαγγελματικής απόδοσης.

Τέλος, η εφαρμογή εκπαιδευτικών παρεμβάσεων που συνδυάζουν την ενίσχυση των προσωπικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων μπορεί να συμβάλει σημαντικά στη μείωση της επαγγελματικής εξουθένωσης (burnout). Η ενδυνάμωση των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τόσο τα καθημερινά επαγγελματικά τους καθήκοντα όσο και τις συναισθηματικές προκλήσεις, θα μπορούσε να οδηγήσει σε πιο ικανοποιητική και μακροπρόθεσμη επαγγελματική επιτυχία, διασφαλίζοντας παράλληλα την καλύτερη ποιότητα ζωής και τη διατήρηση της ψυχικής τους υγείας.

6.1 Περιορισμοί

Τα δεδομένα συλλέχθηκαν σε μικρό σχετικά χρονικό διάστημα και οι απαντήσεις των συμμετεχόντων στα ερωτηματολόγια βασίστηκαν στην αυτοαναφορά. Ο μεθοδολογικός σχεδιασμός της παρούσας μελέτης δεν επέτρεπε να εξάγουμε συμπεράσματα αιτιότητας παρά μόνο συσχετίσεων. Τέλος, λόγω της χρήσης της βολικής δειγματοληψίας για την συλλογή των δεδομένων, στο δείγμα της παρούσας ερευνητικής εργασίας, ο αριθμός των ιδιωτών επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων ήταν περιορισμένος και οι συμμετέχοντες ήταν

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

κατά πλειοψηφία γυναίκες. Συνεπώς, τα συγκεκριμένα αποτελέσματα δεν μπορούν να είναι αντιπροσωπευτικά για το σύνολο των επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα.

6.2 Μελλοντική έρευνα

Τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των επαγγελματιών υγείας είναι ένα σημαντικό θέμα μελέτης, καθώς ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζουν τους ασθενείς, τους συναδέλφους τους και τις προκλήσεις του επαγγέλματός τους επηρεάζεται από τα προσωπικά τους χαρακτηριστικά. Η κατανόηση της προσωπικότητας των επαγγελματιών υγείας μπορεί να βοηθήσει στη βελτίωση της παροχής υπηρεσιών υγείας και στην ανάπτυξη αποτελεσματικών εκπαιδευτικών προγραμμάτων.

Ωστόσο, γίνεται σαφές ότι σύμφωνα με την διαθέσιμη βιβλιογραφία παρέχεται μόνο μια εικόνα για τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, ενώ η έλλειψη μελετών υποδηλώνει την ανάγκη για περαιτέρω έρευνες αναφορικά με τις ευκαιρίες για εξατομικευμένη εκπαίδευση που μπορούν να προταθούν με βάση τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων και τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αλεξόπουλος, Δ. (2004). Προσαρμογή και ψυχομετρικά χαρακτηριστικά του ερωτηματολογίου προσωπικότητας για νέους της Eysenck (JEPI) στην Ελλάδα. *Ψυχολογία, 11*(3), 402-422.

Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. Holt, Rinehart and Winston.

Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs, 47*(1).

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart, & Winston.

American Psychological Association. (2009). *Publication manual of the American Psychological Association* (6th ed.). American Psychological Association.

Antoniou, A. S., & Athinaiou, M. (2015). Organizational communication, conflict and job stress: Ethical and psychological perspectives. In A. S. Antoniou (Ed.), *Promoting work well-being, professional burnout, & occupational stress* (pp. xx–xx). Broken Hill Publishers Ltd.

Ball, L., Eley, D. S., Desbrow, B., Lee, P., & Ferguson, M. (2015). A cross-sectional exploration of the personality traits of dietitians. *Journal of Human Nutrition and Dietetics, 28*(5), 502–509. https://doi.org/10.1111/jhn.12362

Ball, L., Eley, D. S., Desbrow, B., Lee, P., & Ferguson, M. (2016). Association between dietitians' personality profiles and practice areas. *Nutrition & Dietetics, 73*(3), 247–253. https://doi.org/10.1111/1747-0080.12236

Barlow, D. H. (2000). Ψυχολογία και παθολογική συμπεριφορά: Μια σύνθετη βιοψυχοκοινωνική προσέγγιση (Α΄ τόμος). Έλλην.

Barrick, M. R., & Mount, M. K. (1991). The Big Five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology, 44*(1), 1–26. https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1991.tb00688.x

Batta, K. (2002). *Research on the educational effects of gymnastics*. University of Oulu. Publications of the Kajaani Department of Teacher Education.

Cattell, R. B., Eber, H. W., & Tatsuoka, M. M. (1970). *Handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire*. Institute for Personality and Ability Testing.

Cattell, R. B. (1979). *Personality and learning theory*. Springer.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Cervone, D., & Pervin, L. A. (2013). Θεωρίες προσωπικότητας: Έρευνα και εφαρμογές (Αλεξανδροπούλου, Α. & Κομπορόζος, Β., μετ.). (Μπρούζος, Α., επιμ.). Gutenberg.

Γεωργαντά, Ε. (2003). *Τι είναι ψυχοθεραπεία*. Ασημάκης.

Γλάνια, Τ., Αντωνίου, Π., & Διγγελίδης, Ν. (2008). Πιλοτική εφαρμογή και αξιοπιστία του αναθεωρημένου και συντομογραφημένου παιδικού ερωτηματολογίου προσωπικότητας του Eysenck (ΠΕΠΕΣ-Α) σε προέφηβους μαθητές. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό, 5*(1), 95-104.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO personality inventory manual*. Psychological Assessment Resources.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five-factor inventory (NEO-FFI): Professional manual*. Psychological Assessment Resources.

Γριμπαβιώτη, Α., & Ζήντρος, Β. (2009). Αντίληψη εικόνας σώματος σε άντρες ηλικίας 20-40 ετών, με βάση την προσωπικότητά τους και τις διατροφικές τους συνήθειες. Πτυχιακή εργασία. Ανώτατο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Κρήτης.

Demetriou, A. (2004). Mind intelligence and development: A cognitive, differential, and developmental theory of intelligence. In A. Demetriou & A. Raftopoulos (Eds.), *Cognitive developmental change: Models, methods and measurement* (pp. xx–xx). Cambridge University Press.

Δημητρακοπούλου, Β., & Κολιάδη, Α. Μ. (2008). Συσχέτιση της καφεΐνης με την προσωπικότητα του ατόμου (άτομα ηλικίας 18-25). Πτυχιακή εργασία. Ανώτατο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Κρήτης.

Digman, M. J. (1989). Five robust trait dimensions: Development, stability and utility. *Journal of Personality, 57*(2), 195–213. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1989.tb00461.x

Ewen, R. B. (2003). *An introduction to the theories of personality*. Lawrence Erlbaum Associates.

Eysenck, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting Psychology, 16*, 319–324. https://doi.org/10.1037/h0063633

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. Plenum Press.

Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. Plenum Press.

Fehringer, H. (2004). Contributions and limitations of Cattell's Sixteen Personality Factor Model.

Fiske, D. W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 44*, 329–344. https://doi.org/10.1037/h0057198.

Freshwater, D., Sherwood, G., & Drury, V. (2006). International research collaboration: Issues, benefits and challenges of the global network. *Journal of Research in Nursing, 11*(4), 295–303. https://doi.org/10.1177/1744987106066306

Freud, S. (1923). The ego and the id. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, 19*, 1–66.

Galton, F. (1884). Measurement of character. *Fortnightly Review, 42*, xx–xx.

Goldberg, L. R. (1990). An alternative description of personality: The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 1216–1229. https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.6.1216

Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist, 48*, 26–34. https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.1.26

Green, J., Kafetsios, K., & Statham, H. (2003). The Cambridge Pregnancy Worry Scale: Validity and reliability in a large sample of pregnant women. *Journal of Health Psychology, 18*(6), 765–775. https://doi.org/10.1177/1359105306066624

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–25). Guilford Press.

Hofstede, G., & McCrae, R. R. (2004). Personality and culture revisited: Linking traits and dimensions of culture. *Cross-Cultural Research, 38*(1), 52–88. https://doi.org/10.1177/1069397103259443

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Judge, T. A., Jackson, C. L., Shaw, J. C., Scott, B. A., & Rich, B. L. (2007). Self-efficacy and work-related performance: The integral role of individual differences. *Journal of Applied Psychology, 92*(1), 107–127. https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.1.107

Kafetsios, K., & Sideridis, G. (2006). Attachment, social support, and wellbeing in younger and older adults. *Journal of Health Psychology, 11*(6), 867–879. https://doi.org/10.1177/1359105306069072

Κανελλοπούλου, Λ. (2007). *Ψυχαναλυτικές θεωρίες προσωπικότητας Ι*. Πανεπιστημιακές Σημειώσεις.

Καφέτσιος, Κ., & Ιωαννίδου, Μ. (2004). Διαπροσωπικές σχέσεις και ψυχική υγεία σε δείγμα ιατρών. *Το Βήμα των Κοινωνικών Επιστημών, 38*, 43-62.

Καφέτσιος, Κ. (2005). *Δεσμός, συναίσθημα και διαπροσωπικές σχέσεις*. Δαρδανός.

Κουλάκογλου, Κ. (1998). *Ψυχομετρία και ψυχολογική αξιολόγηση*. Παπαζήσης.

Lee, Y. T., McCauley, C. R., & Draguns, J. G. (1999). *Personality and person perception across cultures* (Eds.). Lawrence Erlbaum Associates.

Λιάκος, Α., & Γιαννίτσης, Σ. (1984). Αξιοπιστία και εγκυρότητα της τροποποιημένης ελληνικής κλίμακας άγχους του Spielberger. *Εγκέφαλος, 21*, 71-76.

Lounsbury, J. W., Sundstrom, E., Loveland, J. M., & Gibson, L. W. (2003). Intelligence, "Big Five" personality traits, and work drive as predictors of course grade. *Personality and Individual Differences, 35*(6), 1231-1239.

Louwen, C., Reidlinger, D., & Milne, N. (2023). Profiling health professionals' personality traits, behaviour styles and emotional intelligence: A systematic review.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. Jossey-Bass.

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52*, 397–422. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397

McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist, 52*(5), 509.

McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality, 60*, 175-215.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Μελανίτης, Ν. (1972). *Η προσωπικότητα και ο χαρακτήρας υπό το πρίσμα της επιστημονικής*. Ερεύνης.

Μητρούση, Σ. (2014). Επίδραση του άγχους στη σωματική και ψυχική υγεία των νοσηλευτών (Διδακτορική διατριβή). Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου: Σπάρτη.

Νασιάκου, Μ. (2007). *Εισαγωγή στην ψυχολογία: Τόμος Β΄*. Αθήνα: Gutenberg.

Panayiotou, G., & Spanoudis, G. (2004). Searching for the "Big Five" in a Greek context: The NEO-FFI under the microscope. *Personality and Individual Differences, 36*, 587-596. https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.07.005

Παπαδόπουλος, Ν. (1996). *Ψυχολογία*. Αθήνα.

Παπαδοπούλου, Ν., & Ζάχου, Δ. (1985). *Ψυχολογία*. Αθήνα.

Παπάνης, Ε., Γαβρίμης, Π., & Μπαλάσα, Κ. (2011). Άγχος, επαγγελματική εξουθένωση, ποιότητα ζωής των εργαζόμενων και εργασιακή ικανοποίηση. Στο *Έρευνα και εκπαιδευτική πράξη στην ειδική αγωγή* (σελ. 68-92). Αθήνα: Εκδόσεις Ι. Σιδέρης.

Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. (1994). *Ψυχολογία ατομικών διαφορών: Διατομικές, διομαδικές και ενδοατομικές διαφορές και αποκλίσεις*. Αθήνα: Αυτοέκδοση.

Παυλόπουλος, Β. (1998). *Αντιλήψεις γονέων για τη δομή και τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας παιδιών σχολικής ηλικίας: Συμβολή στη Θεωρία των Πέντε Παραγόντων* (Διδακτορική διατριβή). Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Pervin, L. A. (1989). *Goal concepts in personality and social psychology*. Lawrence Erlbaum Associates.

Pervin, L. A. (1996). *The science of personality*. Wiley.

Πετρουλάκης, Ν. (1993). *Ψυχολογία της προσαρμογής*. Αθήνα.

Piedmont, R. L. (1998). *The revised NEO personality inventory: Clinical and research applications*. Plenum Publishing Corporation.

Πιπερόπουλος, Γ. (2005). *Ψυχολογία, άτομο, ομάδα*. Θεσσαλονίκη: Πιπερόπουλος.

Ποταμιάνος, Γ., & Παπαστάμου, Σ. (2002). Η μελέτη της προσωπικότητας: Μια κριτική προσέγγιση. Στο Γ. Ποταμιάνου & συν. (Επιμ.), *Θεωρίες Προσωπικότητας και Κλινική Πρακτική* (σελ. 132-154). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 132*(1), 1-25. https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.1

Ρούσση-Βέργου, Ι. (2008). *Η συμβολή της προσωπικότητας των νηπιαγωγών και των δασκάλων στην επαγγελματική εξουθένωση και την επαγγελματική ικανοποίηση*. Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Schuerger, J. M., Zarella, K. L., & Hotz, A. S. (1989). Factors that influence the temporal stability of personality by questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*(5), 777-783.

Schultz, D., & Schultz, S. (2012). *Theories of personality* (10th ed.). Wadsworth/Cengage Learning.

Sdorow, L. M. (1998). *Psychology* (4th ed.). McGraw-Hill.

Σερδάρης, Π. (2002). *Η ψυχολογία της προσωπικότητας*. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Sheldon, W. (1940). *Varieties of human physique*. Harper.

Sheldon, W., Stevens, S. S., & Tucker, W. B. (1941). *The varieties of human physique: An introduction to constitutional psychology*. The American Journal of Psychology, 54(3), 457-459.

Soto, C. J., & Jackson, J. J. (2013). Five-factor model of personality. *Journal of Research in Personality, 42*, 1285-1302.

Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI (Form Y)*. Consulting Psychologists Press.

Spielberger, C. D. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire)*. Consulting Psychologists Press.

Tsaousis, I., & Kerpelis, P. (2004). The Traits Personality Questionnaire 5 (ΤΕΧΑΠ5): Psychometric evaluation of the short version of a personality test. *European Journal of Psychological Assessment, 20*(3), 180-191.

Τσαούσης, Ι. (1999). Αναζητώντας τη δομή της προσωπικότητας: Το μοντέλο των πέντε παραγόντων. *Ψυχολογία*, 6(1), 88-103.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Tupes, E. C., & Christal, R. E. (1958). Stability of personality trait rating factors obtained under diverse conditions. *USAF ASD Tech. Rep. No. 61-97*. Lackland Air Force Base, TX: U.S Air Force.

Zachariadou, T. H., Zannetos, S., Chira, S. E., Gregoriou, S., & Pavlakis, A. (2018). Professionals in Cyprus: Greek version of "Leymann Inventory of Psychological Terror". *Instrument of Health Work, 9*(3), 339-346.

Φράγκος, Χ. (1995). *Ψυχοπαιδαγωγική*. Αθήνα: Gutenberg.

Χασάπης, Γ. (1980). *Ψυχολογία της Προσωπικότητας*. Αθήνα: Βασιλόπουλος.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

<u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ</u>: **ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΕΝΗΜΕΡΗΣ ΣΥΓΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΑ ΕΡΕΥΝΑ – ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ.**

Επιστολή ενήμερης συγκατάθεσης των συμμετεχόντων Επαγγελματικών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα στην παρούσα έρευνα στα πλαίσια της πτυχιακής εργασίας με τίτλο:

«Διερεύνηση χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα και της σχέσης τους με δημογραφικά χαρακτηριστικά.»

<u>Επιμέλεια φοιτήτριας</u> : Καραμπελιά Ανθή

<u>Επιβλέπουσα</u>: Δρ. Μπονώτη Φωτεινή

Αξιότιμε/η,

Ονομάζομαι Καραμπελιά Ανθή και είμαι απόφοιτη του Τμήματος Τεχνολογίας Τροφίμων και Ποτών του Πρώην ΤΕΙ Θεσσαλίας (Παράρτημα Καρδίτσας) και διαθέτω Μεταπτυχιακό Τίτλο Σπουδών στην «Κλινική Διατροφή» από το Διεθνές Πανεπιστήμιο Ελλάδος (ΔΙΠΑΕ) με έδρα την Θεσσαλονίκη (Σίνδος). Την παρούσα στιγμή, είμαι προπτυχιακή φοιτήτρια του Τμήματος Διαιτολογίας και Διατροφολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (με έδρα τα Τρίκαλα) και εκπονώ την (υποχρεωτική για την απόκτηση του 2^{ου} πτυχίου) πτυχιακή μου εργασία με τίτλο: «**Διερεύνηση χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα και της σχέσης τους με δημογραφικά χαρακτηριστικά**».

Σας ενημερώνω ότι, η συμμετοχή σας στην παρούσα έρευνα είναι (οικειοθελής) εθελοντική. Περιλαμβάνει την συμπλήρωση 3 ερωτηματολογίων και σας διαβεβαιώνω ότι οι απαντήσεις σας θα παραμείνουν ανώνυμες ώστε να διασφαλιστεί το απόρρητο των δεδομένων τους (προστασία προσωπικών δεδομένων).

Εκτιμώ ιδιαιτέρως την προθυμία σας για την συμμετοχή σας στην παρούσα έρευνα και σας ευχαριστώ εκ των προτέρων για την ανεκτίμητη βοήθειά σας.

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Με εκτίμηση,

Καραμπελιά Ανθή

Προπτυχιακή φοιτήτρια του Τμήματος Διαιτολογίας και Διατροφολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (Τρίκαλα).

Ακαδημαϊκό e-mail: akarampelia@uth.gr

Προσωπικό e-mail: authorineanthi@gmail.com

Η παρούσα έρευνα φιλοδοξεί να προσφέρει ενδιαφέρουσες εισηγήσεις για τη σχέση μεταξύ των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και δημογραφικών χαρακτηριστικών Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που δραστηριοποιούνται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα. Τα ευρήματα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη βελτίωση της εκπαίδευσης και της κατάρτισης των φοιτητών και των Επαγγελματιών υγείας (συμπεριλαμβανομένων των Διαιτολόγων-Διατροφολόγων) στον τομέα της εφαρμογής της Διαιτολογικής πρακτικής, καθώς και για την ανάπτυξη πιο αποτελεσματικών προσεγγίσεων στην διαιτολογική πράξη.

Ελευθερία συναίνεσης: Η συμμετοχή σας στην μελέτη είναι εθελοντική και είστε ελεύθερος/η να μην συναινέσετε ή ακόμα και να διακόψετε τη συμμετοχή σας όποτε το επιθυμείτε.. Τα προσωπικά σας στοιχεία δεν θα γνωστοποιηθούν σε κανέναν άλλον παρά **αποκλειστικά** και **μόνο** σε όσους σχετίζονται άμεσα με την διεξαγωγή της παρούσας ερευνητικής πτυχιακής εργασίας (φοιτήτρια/ερευνήτρια, επιβλέπουσα καθηγήτρια), ενώ **δεν υπάρχει καμία περίπτωση** η ταυτότητά σας να γίνει γνωστή για κανέναν λόγο και με κανέναν τρόπο.

Δημοσίευση δεδομένων-αποτελεσμάτων: Η συμμετοχή σας στην έρευνα συνεπάγεται ότι συμφωνείτε με τη μελλοντική δημοσίευση των αποτελεσμάτων της, με την προϋπόθεση ότι οι πληροφορίες θα είναι ανώνυμες και δε θα αποκαλυφθούν τα ονόματα των συμμετεχόντων. Τα δεδομένα που θα συγκεντρωθούν θα κωδικοποιηθούν με αριθμό, ώστε το όνομα σας δε θα φαίνεται πουθενά.

Τα **πιθανά οφέλη** της παρούσας έρευνας είναι ότι θα συμβάλλετε με τη συμμετοχή σας στην διερεύνηση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Διατροφολόγων που μπορεί να επηρεάσουν τις αποφάσεις τους να εργαστούν σε συγκεκριμένους τομείς της διαιτητικής πρακτικής, γεγονός που πιθανόν να υπογραμμίσει τη σημασία της εξέτασης των προσωπικών χαρακτηριστικών στις αποφάσεις απασχόλησης για τη διευκόλυνση της ικανής απόδοσης σε διαφορετικούς ρόλους. Πιο συγκεκριμένα, η ανάλυση αυτή θα επιτρέψει την κατανόηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας (συμπεριλαμβανομένου του μόνιμου/ιδιοσυγκρασιακού άγχους) των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα στην Ελλάδα και την σχέση των χαρακτηριστικών αυτών με τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά. Επιπλέον, αναμένεται να διεξαχθούν πιθανά συμπεράσματα από την διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των Επαγγελματιών Διαιτολόγων-Διατροφολόγων και των ιδιωτικών εργασιακών τομέων όπου ασκούν την διαιτητική τους πρακτική- εργάζονται.

Δήλωση συναίνεσης: Κατανοώ ότι θα λάβω μέρος στην παρούσα ερευνητική πτυχιακή εργασία, η οποία θα εστιάσει στην μελέτη των βασικών παραγόντων-χαρακτηριστικών προσωπικότητας σε ιδιώτες Επαγγελματίες Διαιτολόγους-Διατροφολόγους, με σκοπό την διερεύνηση της σχέσης μεταξύ αυτών των χαρακτηριστικών και διαφόρων δημογραφικών χαρακτηριστικών (όπως, φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση, επίπεδο εκπαίδευσης κ.α.).

Διάβασα το έντυπο αυτό και κατανοώ τις διαδικασίες που θα ακολουθήσω και δίνω την συγκατάθεσή μου για την συμμετοχή μου στην παρούσα ερευνητική εργασία.

Η έρευνα έχει λάβει έγκριση από την Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας με Αριθμ. Πρωτ: 26 και Ημερομηνία: 22/04/2024.

Μη διστάσετε να κάνετε ερωτήσεις γύρω από το σκοπό ή την διαδικασία της εργασίας. Αν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία ή ερώτηση ζητήστε μας να σας δώσουμε διευκρινίσεις.

Για οποιοδήποτε παράπονο ή καταγγελία σχετικά με τη διεξαγωγή της έρευνας ή τη διαχείριση των προσωπικών σας δεδομένων μπορείτε να απευθύνεστε στην Εσωτερική Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας του Τμήματος Διαιτολογίας και Διατροφολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας bioethics-dnd@uth.gr.

Υποβολή Φόρμας google (Απαιτείται (υποχρεωτικά) η δήλωση συναίνεσης για συμμετοχή στην έρευνα για την συμπλήρωση των 3 ερωτηματολόγιων):

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

https://docs.google.com/forms/d/17H6nZjKMzOOAb_zepLYYUCjb3ECwLAwXqoq0pte520/edit?hl=EL.

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 1- ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ

Παρακαλούμε πολύ, συμπληρώστε τα παρακάτω ατομικά σας χαρακτηριστικά:

Ατομικά χαρακτηριστικά:

Φύλο

Άντρας ☐

Γυναίκα ☐

Άλλο ☐

Ηλικία

25-35 ετών ☐

35-45 ετών ☐

45-55 ετών ☐

>55 ετών ☐

Οικογενειακή κατάσταση:

Σημειώστε ποια είναι η οικογενειακή σας κατάσταση:

Άγαμός/η ☐

Έγγαμος/η ☐

Διαζευγμένος/η ☐

Χήρος/α ☐

Εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά:

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Σημειώστε ποιο από τα παρακάτω ισχύει ανάλογα με το επίπεδο/ βαθμίδα εκπαίδευσης σας.

Είμαι απόφοιτος/η Πανεπιστημίου (ΑΕΙ) ☐

Είμαι απόφοιτος/η ΤΕΙ ☐

Είμαι απόφοιτος/η ΙΕΚ/κολεγίου ☐

Είμαι κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου ☐ σπουδών

Είμαι κάτοχος διδακτορικού τίτλου σπουδών ☐

Διαθέτω δεύτερο πτυχίο ☐

Αν ναι , σημειώστε ποιο……..

<u>Εργασιακά χαρακτηριστικά</u>:

Σημειώστε πόσα είναι τα έτη που ασκείται το επάγγελμα του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου στον ιδιωτικό τομέα:

1-5 έτη ☐

5-10 έτη ☐

10-15 έτη ☐

15-20 έτη ☐

>20 έτη ☐

Σημειώστε το είδος του ιδιωτικού τομέα όπου εργάζεστε ως Διαιτολόγος-Διατροφολόγος :

Πολυδύναμο / Ιατρικό Κέντρο ☐

Ιδιωτικό νοσοκομείο ☐

Ινστιτούτο Αισθητικής & Αδυνατίσματος ☐

Διαιτολογικό γραφείο ☐

Εταιρεία/Βιομηχανία Τροφίμων ☐

Συνεδρίες εξ αποστάσεως ☐

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250

Άλλο ☐

Σημειώστε πόσες ώρες την εβδομάδα εργάζεστε στον ιδιωτικό τομέα ως Διαιτολόγος-Διατροφολόγος:

<40 ώρες/ εβδομάδα ☐

Έως 40 ώρες/ εβδομάδα ☐

>40ώρες/εβδομάδα ☐

Άλλα:

Σημειώστε με ένα Ναι/ Όχι αν παρακολουθείτε συχνά σχετικά με την επιστήμη της Διατροφής επιμορφωτικά σεμινάρια/συνέδρια.

Ναι ☐

Όχι ☐

Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly
03/09/2026 15:05:13 EEST - 216.73.216.250