

**ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΣΥΝΟΧΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ  
ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ, ΑΘΛΗΤΩΝ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ**

του  
Ευάγγελου Μπρισίμη

Μεταπτυχιακή Διατριβή που υποβάλλεται  
στο καθηγητικό σώμα για την μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων  
απόκτησης του μεταπτυχιακού τίτλου του Διατμηματικού Μεταπτυχιακού  
Προγράμματος «Άσκηση και Ποιότητα Ζωής» των Τμημάτων Επιστήμης  
Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Δημοκρίτειου Παν/μίου Θράκης και  
του Παν/μίου Θεσσαλίας στην κατεύθυνση  
«Μεγιστοποίηση αθλητικής επίδοσης και απόδοσης»

Κομοτηνή  
2014

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

---

1ος Επιβλέπων: Ευάγγελος Μπεμπέτσος, Επικ. Καθηγητής

---

2ος Επιβλέπων: Ελένη Ζέτου, Επικ. Καθηγήτρια

---

3ος Επιβλέπων: Ευάγγελος Τσαμουρτζής, Επικ. Καθηγητής

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ευάγγελος Μπρισίμης: Επιρροή της συνοχής στην επιθετικότητα και την ικανοποίηση, αθλητών ομαδικών αθλημάτων

(Με την επίβλεψη του Επίκουρου Καθηγητή κ. Μπεμπέτσου Ευάγγελου)

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να διερευνήσει τη συνοχή της ομάδας, την ικανοποίηση των αθλητών καθώς και τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας αθλητών ομαδικών αθλημάτων στην Ελλάδα, να εξετάσει τις σχέσεις μεταξύ των ανωτέρω μεταβλητών και να αξιολογήσει αν οι συγκεκριμένες μεταβλητές διαφοροποιούνται από παράγοντες όπως, το φύλο, η ηλικία, η αγωνιστική κατηγορία, η αθλητική εμπειρία, τα χρόνια παραμονής στην ομάδα, η εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης και η συμμετοχή των αθλητών/τριών (βασικός/αναπληρωματικός). Οι δοκιμαζόμενοι ήταν 615 αθλητές/τριες (291 άντρες και 324 γυναίκες), ηλικίας 15-36 ετών (Μ.Ο.=24.2, Τ.Α.=4.8), της Α', Β' και Γ' Εθνικής κατηγορίας, αντρών-γυναικών, που συμμετείχαν σε αθλητικές ομάδες ποδοσφαίρου, καλαθοσφαίρισης, πετοσφαίρισης, χειροσφαίρισης και υδατοσφαίρισης της Θράκης, Αττικής, Στερεάς και Κεντρικής Ελλάδας. Για την αξιολόγηση (α) της συνοχής ομάδας χρησιμοποιήθηκε το «Ερωτηματολόγιο Περιβάλλοντος Ομάδας», (β) της ικανοποίηση αθλητών η «Κλίμακα Ικανοποίησης Αθλητών» και (γ) του θυμού και της επιθετικότητας η «Κλίμακα Επιθετικότητας και Θυμού». Τα ερωτηματολόγια της έρευνας συμπληρώθηκαν μία φορά κατά την διάρκεια της αγωνιστικής περιόδου 2011-2012. Η στατιστική ανάλυση περιελάμβανε περιγραφικές αναλύσεις, αναλύσεις συσχέτισης για τη διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ των εξεταζόμενων μεταβλητών, και αναλύσεις διακύμανσης ως προς ένα παράγοντα (one way) και ως προς δύο παράγοντες (two way). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι παράγοντες και των τριών ερωτηματολογίων εμφάνισαν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή. Βρέθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση της αγωνιστικής κατηγορίας σε όλους τους παράγοντες και των τριών ερωτηματολογίων. Σχετικά με την αθλητική εμπειρία διαπιστώθηκαν διαφορές στη συνοχή της ομάδας αλλά και στην ικανοποίηση των αθλητών με τους άπειρους αθλητές να εμφανίζουν υψηλότερες τιμές. Ανιχνεύθηκε, επίσης, ότι οι ομάδες με

περισσότερες προπονήσεις είχαν μεγαλύτερη συνοχή, παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας, ενώ παρατηρήθηκαν και μικρότερες τιμές ως προς την ηγετική συμπεριφορά του προπονητή. Επιπλέον, βρέθηκε ότι τα μεγαλύτερα επίπεδα επιθετικότητας εμφανίζονται στους αθλητές του ποδοσφαίρου, η μεγαλύτερη συνεκτικότητα στους αθλητές της πετοσφαίρισης, ενώ οι βασικοί αθλητές είναι πιο ικανοποιημένοι από την απόδοσή τους σε σύγκριση με τους αναπληρωματικούς. Σε ότι αφορά το φύλο και την ηλικία παρατηρήθηκε ότι οι γυναικείες ομάδες - κυρίως μικρότερης ηλικίας- είχαν μεγαλύτερη συνοχή. Οι αθλήτριες ήταν πιο ικανοποιημένες από τον εαυτό τους και από τον προπονητή τους. Επιπλέον, τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας ήταν χαμηλότερα στις πιο ώριμες αθλήτριες, συγκριτικά με τους άντρες. Συμπερασματικά σύμφωνα με τα αποτελέσματα η συνοχή ομάδας, η ικανοποίηση των αθλητών, ο θυμός και η επιθετικότητα είναι πολυδιάστατες έννοιες και επηρεάζονται από την ηγεσία του προπονητή, την προσωπική απόδοση των αθλητών, καθώς και από το φύλο, την ηλικία, την αγωνιστική κατηγορία, την αθλητική εμπειρία, τα χρόνια παραμονής στην ομάδα, την εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης και τη συμμετοχή των αθλητών/τριών.

**Λέξεις κλειδιά:** συνοχή ομάδας, ικανοποίηση αθλητών, θυμός, επιθετικότητα

## **ABSTRACT**

Evangelos Brisimis: The influence of cohesion in aggression and satisfaction of team sports athletes

(Under the supervision of Professor Mpempetsos Evangelos)

The aim of this study was to investigate the cohesion of the group, the athletes' satisfaction as well as the levels of anger and aggression of team sport athletes in Greece, to examine the relationship among the above variables and to evaluate whether these specific variables differentiate from factors such as the sex, the age, the race category, the athletic experience, the years of remaining in the team, the weekly frequency of training and the male/female athletes' participation (basic/supplementary). The participants were 615 male/female athletes (291 men and 324 women), between the ages of 15 and 36 (AVG AGE=24.2, SD= 4.8) of A,B and C men's and women's National category who took part in athletic teams of football, basketball, volleyball, handball and water polo in the areas of Thrace, Attica and Central Greece. The means of the evaluation were: (a) the "Questionnaire Environment Group" for the cohesion of the group, (b) the "Athletes' Satisfaction Scale" for the athletes' satisfaction and (c) the "Scale Aggression and Anger" for the anger and aggression. The questionnaires of the survey were answered once during the season 2011-2012. The statistical analysis included descriptive analysis, correlation analysis for the investigation of the relationship among the examined variables and variation analysis depending on one factor(one way) and on two factors(two way). The results showed that the factors of the three questionnaires revealed satisfactory inner cohesion. Statistically, important influence of the race category was found on all the factors of the three questionnaires. Concerning the athletic experience, differences in the cohesion of the group were noted as well as in the athletes' satisfaction, with the inexperienced athletes to reveal higher rates. It was also detected that the teams which had had more training showed more cohesion, revealed lower levels of anger and aggression, while lower rates of the trainer's leading behavior were noticed. In addition, it was found that the highest levels of

aggression appear in football athletes, the highest consistency in volleyball athletes while the basic athletes are more satisfied from their performance compared to the supplementary ones. As far as the sex and age are concerned, it was noticed that the female groups-mainly those with younger athletes- had better cohesion. The female athletes were more satisfied from themselves as well as from their trainer. Furthermore, the levels of anger and aggression were lower in more mature female athletes compared to men. In conclusion, according to the results, the group's cohesion, the athletes' satisfaction, the anger and the aggression are multidimensional concepts and they are influenced by the trainer's leadership, by the athletes' personal performance as well as by the sex, the age, the race category, the athletic experience, the years of remaining in the team, the weekly frequency of training and the male/female athletes' participation.

**Keywords:** group cohesion, satisfaction athletes anger, aggression

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Η διατριβή αυτή είναι αποτέλεσμα συλλογικής εργασίας. Θεωρώ πολύ σημαντικό να εκφράσω τις ευχαριστίες μου σε όλους όσους συνέβαλαν στην εκπόνηση της .

Αρχικά, στον Επιβλέπων καθηγητή μου κ. Μπεμπέτσο Ευάγγελο, Επίκουρο καθηγητή ΤΕΦΑΑ του Δ. Π. Θ.. Μου πρότεινε την ιδέα της διερεύνησης των ομάδων, με ενθάρρυνε στην προσπάθειά μου για την πραγματοποίηση της εργασίας, κυρίως όμως με μύησε στην επιστημονική σκέψη. Επιθυμώ να εκφράσω τις πιο θερμές ευχαριστίες μου για την καθοδήγησή του σε όλα τα στάδια αυτής της εργασίας, χωρίς την οποία δεν θα ήταν δυνατή η ολοκλήρωσή της.

Εκφράζω τις θερμές ευχαριστίες μου προς την κ. Ζέτου Ελένη, Επίκουρο καθηγητή ΤΕΦΑΑ του Δ. Π. Θ. και τον κ. Τσαμουρτζή Ευάγγελο, Επίκουρο καθηγητή ΤΕΦΑΑ του Δ. Π. Θ., οι οποίοι ως μέλη της τριμελούς επιτροπής, υποστήριξαν την προσπάθειά μου προσφέροντάς μου υποδείξεις και συμβουλές.

Στην κ. Κούλη Όλγα, Λέκτορα καθηγητή ΤΕΦΑΑ του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης, για την σημαντική συμβολή της στις δύσκολες στιγμές της εισαγωγής και της στατιστικής επεξεργασίας των δεδομένων.

Επιπλέον, τη Σύμβουλο Φυσικής Αγωγής Νομού Ευβοίας κ. Τσαμήτα Ιωάννα για τα πρόσθετα εφόδια και τις γνώσεις που μου μετέδωσε προκειμένου να διεξαχθεί ταχύτερα αυτή η έρευνα.

Θεωρώ επίσης σημαντικό να εκφράσω τις ευχαριστίες μου προς τις διοικήσεις των 41 αθλητικών συλλόγων Α΄, Β΄ και Γ΄ Εθνικής Κατηγορίας και τα προπονητικά επιτελεία αυτών για την άψογη συνεργασία τους και την στήριξη αυτής της προσπάθειας κατά την συλλογή των δεδομένων.

Κυρίως όμως εκφράζω την ευγνωμοσύνη μου και τις θερμές μου ευχαριστίες προς όλους τους αθλητές και αθλήτριες που συμμετείχαν εθελοντικά στην προσπάθεια αυτή συμπληρώνοντας τα ερωτηματολόγια της έρευνας και που χωρίς την δική τους συναίνεση η πραγματοποίησή της θα ήταν αδύνατη.

Τέλος, επιθυμώ να αφιερώσω τη συγκεκριμένη διατριβή στη σύζυγό μου Δώρα-πολύτιμη η βοήθειά της στη μετάφραση δύσκολων κειμένων- και την κόρη μου Μαρία γιατί με την κατανόηση και την συμπαράστασή τους μπόρεσα να ολοκληρώσω το δύσκολο αυτό έργο.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....	iii
ABSTRACT.....	v
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ .....	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ .....	x
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ .....	xii
I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	1
Σκοπός της έρευνας.....	4
Σημασία της έρευνας.....	4
Ερευνητικές Υποθέσεις.....	4
Μηδενικές Υποθέσεις.....	6
Λειτουργικοί Ορισμοί.....	7
Οριοθετήσεις.....	8
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ .....	9
1. Ορισμός Συνοχής .....	9
1.1. Θεωρητικές προσεγγίσεις.....	9
1.2. Συνοχή αθλητικών ομάδων.....	11
1.3. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την απόδοση.....	20
1.4. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με το φύλο.....	23
1.5. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την ηλικία.....	24
1.6. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με τον παράγοντα “βασικός – αναπληρωματικός” .....	25
1.7. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με το αγωνιστικό επίπεδο.....	26
1.8. Απειλές της «συνοχής ομάδας» .....	26
2. Ικανοποίηση αθλητών .....	28
2.1. Θεωρητικές προσεγγίσεις- Αποτελέσματα ερευνών.....	28
2.2. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την ικανοποίηση αθλητών.....	30
3. Θυμός – Επιθετικότητα.....	33
3.1. Ορισμοί .....	33
3.2. Είδη Επιθετικότητας .....	34

3.3. Σχέση «Θυμού - Επιθετικότητας» με το φύλο.....	35
3.4. Σχέση «Θυμού - Επιθετικότητας» με το είδος αθλήματος.....	37
3.5. Σχέση «Θυμού - Επιθετικότητας» με το αγωνιστικό επίπεδο.....	37
 III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ .....	41
Δείγμα .....	41
Όργανα Μέτρησης .....	41
Διαδικασία συλλογής δεδομένων .....	43
Στατιστική ανάλυση.....	43
 IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ .....	45
4.1. Γενικά χαρακτηριστικά του δείγματος .....	45
4.2. Αξιοπιστία των εξεταζόμενων ερωτηματολογίων.....	46
4.3. Σχέσεις μεταξύ περιβάλλοντος ομάδας, ικανοποίησης αθλητών, θυμού και επιθετικότητας (Συσχετίσεις) .....	47
4.4. Ανάλυση διακύμανσης με ένα παράγοντα (One Way Anova) .....	49
4.4.1. Αγωνιστική κατηγορία .....	49
4.4.2. Αθλητική εμπειρία .....	53
4.4.3. Συχνότητα προπόνησης.....	55
4.5. Ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο παράγοντες ( Two Way Anova) .....	57
4.5.1. Συμμετοχή και άθλημα .....	57
4.5.1.1. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την επιθετικότητα .....	57
4.5.1.2. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» .....	58
4.5.1.3. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την «προσωπική απόδοση» .....	59
4.5.2. Ηλικία και φύλο.....	60
4.5.2.1. Ηλικία και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	60
4.5.2.2. Ηλικία και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	60
4.5.2.3. Ηλικία και φύλο ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις».....	61
4.5.2.4. Ηλικία και φύλο ως προς το «ομαδικό έργο».....	61
4.5.2.5. Ηλικία και φύλο ως προς το «θυμό».....	62
4.5.2.6. Ηλικία και φύλο ως προς την «επιθετικότητα».....	63
4.5.2.7. Ηλικία και φύλο ως προς την «ηγεσία».....	63
4.5.3. Συμμετοχή και φύλο.....	64



4.5.3.1. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»...	64
4.5.3.2. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	65
4.5.3.3. Συμμετοχή και φύλο ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις».....	65
4.5.3.4. Συμμετοχή και φύλο ως προς το «ομαδικό έργο».....	66
4.5.3.5. Συμμετοχή και φύλο ως προς το «θυμό».....	66
4.5.3.6. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «επιθετικότητα».....	67
4.5.3.7. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «προσωπική απόδοση».....	67
4.5.3.8. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ηγεσία».....	68
 V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ .....	69
 VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ.....	77
6.1. Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.....	78
 VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	81
 VIII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	101
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΟΜΑΔΑΣ.....	101
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ.....	103
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: ΚΛΙΜΑΚΑ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΘΥΜΟΥ.....	106

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

### Σελίδα

Πίνακας 4.1.1 Ηλικία των συμμετεχόντων.....	45
Πίνακας 4.1.2 Κατηγορία των συμμετεχόντων.....	45
Πίνακας 4.1.3 Εμπειρία των συμμετεχόντων.....	46
Πίνακας 4.1.4 Συχνότητα προπόνησης των συμμετεχόντων.....	46
Πίνακας 4.2.1 Συντελεστής αξιοπιστίας του «Ερωτηματολογίου Περιβάλλοντος Ομάδας», της «Κλίμακας Αθλητικής Ικανοποίησης» και της «Κλίμακας Θυμού και Επιθετικότητας».....	47
Πίνακας 4.3.1 Οι συντελεστές συσχέτισης μεταξύ όλων των μεταβλητών των Ερωτηματολογίων.....	49
Πίνακας 4.4.1.1 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	49
Πίνακας 4.4.1.2 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	50
Πίνακας 4.4.1.3 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις».....	50
Πίνακας 4.4.1.4 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς το «ομαδικό έργο».....	51
Πίνακας 4.4.1.5 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς το «θυμό».....	51
Πίνακας 4.4.1.6 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς την «επιθετικότητα».....	52
Πίνακας 4.4.1.7 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς την «προσωπική απόδοση».....	52
Πίνακας 4.4.1.8 Ανάλυση διακύμανσης της αγωνιστικής κατηγορίας ως προς την «ηγεσία».....	52
Πίνακας 4.4.2.1 Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	53
Πίνακας 4.4.2.2 Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	53
Πίνακας 4.4.2.3 Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς	

τις «κοινωνικές σχέσεις».....	54
Πίνακας 4.4.2.4 Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «προσωπική απόδοση».....	54
Πίνακας 4.4.2.5 Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ηγεσία».....	55
Πίνακας 4.4.3.1 Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	55
Πίνακας 4.4.3.2 Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	56
Πίνακας 4.4.3.3 Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «επιθετικότητα».....	56
Πίνακας 4.4.3.4 Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ηγεσία».....	57
Πίνακας 4.5.1.1 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και άθλημα ως προς την «επιθετικότητα».....	58
Πίνακας 4.5.1.2 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και άθλημα ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	59
Πίνακας 4.5.1.2 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και άθλημα ως προς την «προσωπική απόδοση».....	59
Πίνακας 4.5.2.1 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	60
Πίνακας 4.5.2.2 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	61
Πίνακας 4.5.2.3 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις».....	61
Πίνακας 4.5.2.4 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς το «ομαδικό έργο».....	62
Πίνακας 4.5.2.5 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς το «θυμό».....	62
Πίνακας 4.5.2.6 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς την «επιθετικότητα».....	63
Πίνακας 4.5.2.7 Ανάλυση διακύμανσης της ηλικίας και φύλο ως προς την «ηγεσία».....	64
Πίνακας 4.5.3.1 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	

ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».....	64
Πίνακας 4.5.3.2 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο».....	65
Πίνακας 4.5.3.3 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις».....	66
Πίνακας 4.5.3.4 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς το «ομαδικό έργο».....	66
Πίνακας 4.5.3.5 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς το «θυμό».....	67
Πίνακας 4.5.3.6 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς την «επιθετικότητα».....	67
Πίνακας 4.5.3.7 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς την «προσωπική απόδοση».....	68
Πίνακας 4.5.3.7 Ανάλυση διακύμανσης της συμμετοχής και φύλο	
ως προς την «ηγεσία».....	68

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

### Σελίδα

Σχήμα 1: Το Εννοιολογικό μοντέλο του Carron (1982).....	12
Σχήμα 2: Το Εννοιολογικό μοντέλο της ομαδικής συνοχής των Windmeyer, Brawley και Carron (1985).....	14
Σχήμα 3: Οι παράγοντες που καθορίζουν τη συνοχή μίας ομάδας σύμφωνα με τους Carron και Hausenblas (1998).....	15



## **ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΣΥΝΟΧΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ**

Η έννοια της "συνοχής" έχει αποτελέσει αντικείμενο μελέτης για τους ερευνητές πολλών διαφορετικών επιστημών. Ιδιαίτερα στο χώρο του αθλητισμού, η έννοια της συνοχής έχει προσελκύσει την προσοχή των ερευνητών, κυρίως αυτών που ασχολούνται με τις αθλητικές ομάδες (Δογάνης, 2010). Αξίζει να αναφερθεί ότι μία αθλητική ομάδα δεν αποτελεί απλά μία συνάθροιση ατόμων για σύναψη φιλικών δεσμών αλλά και ομάδα έργου αθλητικού χαρακτήρα (Μπεργελές, 1995).

Πολλοί από τους μελετητές προσπάθησαν να δώσουν τον ορισμό της συνοχής ομάδας. Στις πρώτες έρευνες (French, 1941; Krech & Grutsfield, 1948) οι ερευνητές αποδέχτηκαν ότι η συνοχή ομάδας είναι το συστατικό που χρειάζεται για να διατηρηθούν τα μέλη στην ομάδα και τίθεται ενάντια στις διαρρηκτές δυνάμεις. Αργότερα, ο Homans (1950) διαχώρισε δύο συστήματα σε κάθε ανθρώπινη ομάδα: το εξωτερικό σύστημα που αντιπροσωπεύει το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον και το εσωτερικό σύστημα που αναφέρεται αποκλειστικά στο χώρο δραστηριότητας της ομάδας. Μεταγενέστεροι ερευνητές υποστήριξαν ότι η συνοχή ομάδας προκύπτει από το μέσο όρο των διαπροσωπικών έλξεων που αναπτύσσεται μεταξύ των μελών της ομάδας τονίζοντας ότι η συνοχή είναι ένα συστατικό που κάνει την ομάδα ελκυστική και χρήσιμη για κάθε μέλος της (Cartwright & Zander 1968; Mudrack, 1989). Παρόλα αυτά, ο ορισμός που έχει γίνει αποδεκτός από την συντριπτική πλειοψηφία των ερευνητών και χρησιμοποιείται ευρέως στις σύγχρονες ερευνητικές διαδικασίες έχει αποδοθεί από τους Carron, Brawley και Widmeyer (1998, p.213) οι οποίοι ορίζουν τη συνοχή ομάδας ως «μια δυναμική διαδικασία που απεικονίζεται ως η τάση, για μια ομάδα να κολλά μαζί και να παραμένει ενωμένη στην αναζήτηση των οργανικών στόχων για την ικανοποίηση των συναισθηματικών αναγκών των μελών της».

Η συνοχή είναι μία έννοια πολύπλοκη και μία από τις αιτίες αυτής της πολυπλοκότητας αποτελούν οι διαφορετικές προσεγγίσεις που χρησιμοποιούνται για τη μέτρησή της. Σύμφωνα με αρκετούς ερευνητές, η συνοχή ως έννοια είναι πολυδιάστατη, κάτι που σημαίνει ότι μεγάλος αριθμός παραγόντων μπορεί να επηρεάσει τη συνεκτικότητα μιας ομάδας και αυτοί οι παράγοντες μπορούν να ποικίλουν από ομάδα σε ομάδα (Carron, Hausenblaus & Eys, 2005). Πιο συγκεκριμένα, παράγοντες που καθορίζουν τη συνοχή μιας ομάδας σύμφωνα με τον Δογάνη (1990), είναι προσωπικοί, περιβαλλοντικοί, ομαδικοί και παράγοντες ηγεσίας.

Παράλληλα, ένα πρόσθετο πεδίο που έχει έως τώρα διερευνηθεί από τους μελετητές είναι η ικανοποίηση των αθλητών. Παρόλο που στην αθλητική βιβλιογραφία υπάρχει σημαντικός αριθμός ερευνών που ασχολούνται με την ικανοποίηση, λίγες είναι οι μελέτες που εστιάζουν στην ικανοποίηση των αθλητών οι οποίοι αναμφίβολα αποτελούν το σημαντικότερο παράγοντα οποιουδήποτε αθλητικού προγράμματος ή δραστηριότητας. Ως ικανοποίηση των αθλητών ορίζεται «η θετική συναισθηματική κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο αθλητής, και προέρχεται από τη σύνθετη αξιολόγηση των δομών, διαδικασιών και αποτελεσμάτων της αθλητικής εμπειρίας» (Chelladurai & Riemer, 1997). Οι ίδιοι ερευνητές, σε μεταγενέστερη έρευνά τους, περιγράφουν την «ικανοποίηση αθλητών» ως πολυδιάστατη έννοια η οποία επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες όπως, η ηγεσία, η προσωπική απόδοση, το κλίμα της ομάδας, οι εγκαταστάσεις, η απόδοση της ομάδας συνολικά και η απόδοση των άλλων ομάδων. Αυτοί οι παράγοντες αλλά κυρίως η σχέση τους με την «ικανοποίηση των αθλητών» αποτελούν θέματα ερευνών (Riemer & Chelladurai, 1998).

Η ικανοποίηση των αναγκών του αθλητή έχει μεγάλη σχέση με την απόδοση του αθλητή και αυτό δίνει έναν επιπλέον λόγο για τη διερεύνηση της ικανοποίησης αναγκών αφού δεν υπάρχουν πολλές έρευνες. Η άποψη που επικρατεί, κυρίως μεταξύ προπονητών, ότι υπάρχει μία ισχυρή σχέση μεταξύ της ικανοποίησης των αθλητών και της απόδοσης τους δείχνει ακόμη περισσότερο τη σημασία διερεύνησης της ικανοποίησης των αθλητών (Riemer & Chelladurai, 1998). Επίσης, σε νεώτερη μελέτη, οι West, Biesanz και Pitts (2000) διερεύνησαν την ικανοποίηση των αθλητών σε συνάρτηση με το αγωνιστικό επίπεδο της αθλητικής ομάδας και βρήκαν ότι επίπεδο μιας ομάδας μπορεί να ασκεί επίδραση στην ικανοποίηση των αθλητών της, κυρίως, όταν οι αθλητές επηρεάζονται από το κλίμα της ομάδας.



Τέλος, στη βιβλιογραφία υπάρχει περιορισμένη έρευνα για την πιθανή σχέση μεταξύ της συνοχής της ομάδας και της ικανοποίησης των αθλητών. Τα αποτελέσματα των περισσότερων αυτών ερευνών έδειξαν ότι η συνοχή της ομάδας έχει θετική σχέση με την ικανοποίηση που νιώθουν οι αθλητές και αθλήτριες ως μέλη της ομάδας (Andrade et al., 2011; Hope 2006; Martens & Peterson, 1971; Ramzaninezhad, 2009; Williams & Hacker 1982; Windmeyer, Carron & Brawley, 1993).

Επιπρόσθετα, η επιθετικότητα και ο θυμός αποτελούν ψυχοβιολογικές αντιδράσεις που ενυπάρχουν στις αθλητικές αναμετρήσεις, έχουν αναγνωριστεί ως δύο από τα πιο ισχυρά στοιχεία της επιθετικής συμπεριφοράς και πολλές φορές επηρεάζουν καθοριστικά το αποτέλεσμα ενός αθλητικού αγώνα. Πρέπει να συνυπάρχουν δύο παράγοντες, ώστε μια συμπεριφορά να χαρακτηριστεί επιθετική. Πρώτα, η συγκεκριμένη συμπεριφορά πρέπει να στοχεύει σε έναν άλλον άνθρωπο με σκοπό την πρόκληση σωματικής βλάβης. Έπειτα, να υπάρχει η προσδοκία ότι αυτή η προσπάθεια πρόκλησης σωματικής βλάβης θα στεφθεί από επιτυχία. Υπάρχουν δύο είδη επιθετικότητας, η εχθρική και η συντελεστική. Στην *εχθρική επιθετικότητα* ο στόχος είναι πρόκληση βλάβης, ενώ η *συντελεστική επιθετικότητα* έχει ως στόχο την κατάκτηση κάποιου εξωτερικού σκοπού, όπως η νίκη (Berkowitz, 1993).

Η «επιθετικότητα είναι οποιαδήποτε συμπεριφορά, μη αναγνωρισμένη ως νόμιμη στα πλαίσια των επίσημων κανονισμών διεξαγωγής ενός αθλήματος, που προορίζεται εναντίον του αντιπάλου» (Maxwell, 2004, p. 279). Ο θυμός και η επιθετικότητα μπορούν είτε να αποδιοργανώσουν και να μειώσουν την αθλητική επίδοση ή, αντιστρόφως, να ωθήσουν και να οργανώσουν τη συμπεριφορά προς την επίτευξη μιας εργασίας (Robazza & Bortoli, 2007).

Από την βιβλιογραφία γίνεται εύκολα κατανοητό πως η συνοχή ομάδας και οι μεταβλητές της αποτέλεσαν αντικείμενο έρευνας διαχρονικά. Συνεπώς συναντάται ένας μεγάλος αριθμός μελετών οι οποίες έχουν να επιδείξουν σημαντικά και τεκμηριωμένα ευρήματα. Αντίθετα ελλιπής βιβλιογραφία παρατηρείται στις έρευνες που στοχεύουν στην ικανοποίηση των αθλητών καθώς και σ' αυτές που αναφέρονται στα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας κυρίως σε Έλληνες αθλητές/τριες ομαδικών αθλημάτων. Η έρευνα αυτή αποτελεί μία πρώτη προσέγγιση της σχέσης που ενδεχομένως να υπάρχει μεταξύ των μεταβλητών της ικανοποίησης αθλητών και της επιθετικότητας και θυμού των αθλητών σε συνάρτηση με τη συνοχή ομάδας.

### **Σκοπός της έρευνας**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει αν οι παράγοντες όπως, το φύλο, η ηλικία, η αγωνιστική κατηγορία, η αθλητική εμπειρία, τα χρόνια παραμονής στην ίδια ομάδα, ο αριθμός των εβδομαδιαίων προπονήσεων και ο λειτουργικός ρόλος των αθλητών/τριών (βασικός/αναπληρωματικός) διαφοροποιούν τη συνοχή της ομάδας, τα επίπεδα ικανοποίησης των αθλητών και τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας, όπως επίσης να εξετάσει τις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών αυτών.

### **Σημασία της έρευνας**

Η σημασία της έρευνας έγκειται στη συνεισφορά της αύξησης της γνώσης στο θέμα της συνοχής ομάδας και των παραγόντων, όπως η επιθετικότητα και ο θυμός, που μπορούν να την επηρεάσουν. Επιπλέον, η παρούσα έρευνα δίνει πληροφορίες για έναν πληθυσμό αθλητών/τριών, οι οποίες μπορούν να αξιοποιηθούν από προπονητές/τριες και αθλητικούς ψυχολόγους, τροποποιώντας τις συμπεριφορές και αναπροσαρμόζοντας τα προπονητικά πρωτόκολλα των αθλητών/τριών τους, ωθώντας τους σε μια ορθολογική αθλητική συμπεριφορά, με απώτερο σκοπό, τη μέγιστη αξιοποίηση των προπονητικών ερεθισμάτων και πιθανή μείωση της επιθετικότητας. Τέλος, συμπληρώνει την ελλιπή έως ανύπαρκτη υπάρχουσα βιβλιογραφία, όσον αφορά στη συνοχή των Ελλήνων αθλητών/τριών ομαδικών αθλημάτων σε συνάρτηση με τους παράγοντες «ικανοποίηση» και «επιθετικότητα και θυμός».

### **Ερευνητικές υποθέσεις**

Η βασική ερευνητική υπόθεση της παρούσας έρευνας είναι ότι θα υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της συνοχής ομάδας, της ικανοποίησης των αθλητών και των επιπέδων επιθετικότητας.

Πιο συγκεκριμένα, οι κύριες ερευνητικές υποθέσεις (H1) ήταν οι εξής:

1. Ο παράγοντας «ικανοποίηση» συσχετίζεται θετικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».
2. Ο παράγοντας «θυμός- επιθετικότητα» συσχετίζεται αρνητικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».
3. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.1. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.2. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.3. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.4. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.5. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3.6. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

4. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4.1. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4.2. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον χρόνο ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4.3. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4.4. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4.5. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

5. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός -επιθετικότητα».

5.1. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός- επιθετικότητα».

5.2. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός- επιθετικότητα».

5.3. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον χρόνο ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός- επιθετικότητα».

5.4. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

5.5. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

5.6. Υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

### ***Μηδενικές υποθέσεις***

Οι παρακάτω μηδενικές υποθέσεις εξετάστηκαν για τη μελέτη της συγκεκριμένης έρευνας:

1. Ο παράγοντας «θυμός-επιθετικότητα» δεν συσχετίζεται με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2. Ο παράγοντας «ικανοποίηση» δεν συσχετίζεται με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.1. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.2. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.3. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.4. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.5. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

2.6. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «συνοχή ομάδας».

3. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.1. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.2. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.3. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον χρόνο ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.4. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.5. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

3.6. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «ικανοποίηση».

4. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

4.1. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία του δείγματος αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

4.2. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον χρόνο ενασχόλησής τους με το άθλημα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

4.3. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τα χρόνια παραμονής του αθλητή/τριας στην ίδια ομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

4.4. Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον αριθμό προπονήσεων την εβδομάδα αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τη συμμετοχή που έχουν οι αθλητές/τριες αναφορικά με τον παράγοντα «θυμός-επιθετικότητα».

### **Λειτουργικοί ορισμοί**

*Συνοχή ομάδας:* «μια δυναμική διαδικασία που απεικονίζεται ως «η τάση, για μια ομάδα να κολλά μαζί και να παραμένει ενωμένη στην αναζήτηση των οργανικών

στόχων για την ικανοποίηση των συναισθηματικών αναγκών μελών της» (Carron, Brawley, & Widmeyer, 1998, p. 213).

*Ικανοποίηση αθλητών*: η θετική συναισθηματική κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο αθλητής, και προέρχεται από τη σύνθετη αξιολόγηση των δομών, διαδικασιών και αποτελεσμάτων της αθλητικής εμπειρίας (Chelladurai, & Riemer, 1997, p.133).

*Θυμός*: το αποτέλεσμα της απειλής της καλής φυσικής ή ψυχολογικής κατάστασης ενός ατόμου (Averil, 1983).

*Επιθετικότητα*: οποιαδήποτε συμπεριφορά, μη αναγνωρισμένη ως νόμιμη στα πλαίσια των επίσημων κανονισμών διεξαγωγής ενός αθλήματος που προορίζεται εναντίον του αντιπάλου (Maxwell, 2004, p.279).

### ***Οριοθετήσεις***

Η έρευνα περιορίστηκε σε Έλληνες αθλητές και αθλήτριες που συμμετείχαν σε ομάδες της Α΄, της Β΄ και Γ΄ Εθνικής κατηγορίας ανδρών και γυναικών που εδρεύουν στην Στερεά Ελλάδα, τη Θεσσαλία, την Αττική, τη Θράκη και την Μακεδονία.

Τα ευρήματα αναφέρονται μόνο στα ομαδικά αθλήματα και πιο συγκεκριμένα σ' αυτά του ποδοσφαίρου, της καλαθοσφαίρισης, της χειροσφαίρισης, της πετοσφαίρισης και της υδατοσφαίρισης.

## Π. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

### *Ορισμός Συνοχής*

#### *1.1 Θεωρητικές προσεγγίσεις*

Πολλοί ερευνητές, μέχρι τώρα, έχουν εξετάσει την έννοια της «συνοχής» και έχουν διατυπώσει διαφορετικούς ορισμούς. Χαρακτηρισμοί όπως, ομοιογένεια, «χημεία» μεταξύ των παικτών, ομαδικότητα, συνεργασία, συντονισμός των προσπαθειών των μελών της ομάδας, έχουν συχνά χρησιμοποιηθεί για να ορίσουν και να περιγράψουν την συνεκτικότητα.

Στο πέραςμα των χρόνων στη συνοχή δόθηκαν διάφορες ερμηνείες. Ενδεικτικά, αναφέρεται η θεωρία του δυναμικού πεδίου (Festinger, Schachter & Back, 1950), κατά την οποία η συνοχή ορίζεται ως «το σύνολο των δυνάμεων που οδηγούν τα άτομα να παραμείνουν στην ομάδα». Διατυπώνεται ως θεμελιακή αφού αρκετοί μεταγενέστεροι συγγραφείς αποδέχτηκαν τον ανώτερο ορισμό (Carron & Hausenblas, 1998; Carron, Widmeyer, & Brawley, 1985; Δογάνης, 2010) και είναι αυτή που εισήγαγε την έννοια «έλξη» στην έρευνα επικεντρώνοντας σε κοινωνικούς και ατομικούς στόχους. Ουσιαστικά θα αποτελέσει την αφετηρία της μελέτης της συνοχής ομάδας. Οι Gross και Martin (1952), από τους πρωτοπόρους συγγραφείς και ερευνητές, ερμηνεύουν την συνοχή ως «η αντίσταση μίας ομάδας σε διασπαστικές δυνάμεις».

Παρά τις αρχικές προσπάθειες των μελετητών οι ορισμοί της συνοχής μέχρι τις αρχές της δεκαετίας του '60 είχαν, κατά βάση, γενικό χαρακτήρα και άφηναν ανικανοποίητη μεγάλη μερίδα ερευνητών. Έτσι οι έρευνες άρχισαν να γίνονται πιο στοχευόμενες αναζητώντας έναν πιο αποδεκτό ορισμό από την πλειοψηφία των μελετητών. Αναφέρεται ότι ο Allport (1962) διερεύνησε το βαθμό συνοχής των ομάδων σε συνάρτηση με παράγοντες, όπως η συνεργασία, ο συναγωνισμός, ο τόπος κατοικίας, η κοινωνική ατμόσφαιρα, το κοινωνικό κλίμα, ο τύπος ηγεσίας, η επίδραση αποτελέσματος, ο στόχος ομάδας, γεγονός που αποτέλεσε τον «πρόδρομο» των ομαδικών παραγόντων της συνοχής. Στη συνέχεια, ο Bavelas (1968) υποστήριξε

τη σχέση της δομής της ομάδας με την παραγόμενη έλξη της τονίζοντας ότι όσα από τα μέλη της ομάδας έχουν πρωταγωνιστικό ρόλο σ' αυτήν, είναι περισσότερο ικανοποιημένα και έλκονται πιο πολύ σε σχέση με τα υπόλοιπα μέλη. Παράλληλα, ο Sherif (1967) παρατήρησε ότι τα μέλη της ομάδας έχουν γνώση της θετικής επίδρασης της συνοχής στο αποτέλεσμα. Και γι' αυτό όλες οι δυνάμεις ενώνονται από αναγκαία αλληλεξάρτηση με απώτερο σκοπό την επίτευξη του στόχου.

Και ενώ οι έρευνες αυξάνονται, νέες έννοιες όπως «φιλία», «διαπροσωπική εμπιστοσύνη», «κλίση», «σεβασμός», «ανάμειξη», «ικανοποίηση», κάνουν την εμφάνισή τους στη βιβλιογραφία και μελετάται η σχέση τους με την συνοχή. Ο ορισμός της συνοχής αρχίζει και γίνεται πιο σύνθετος. Δημοσιεύονται συνεχώς εμπειρικές μελέτες που χρησιμοποιούν διαφορετικές ψυχολογικές προσεγγίσεις κι ερευνητικές μεθόδους. Παράδειγμα αποτελεί η άποψη του Mikalachki (1969), ο οποίος πρώτος εισήγαγε δύο παραμέτρους: «συνοχή ως προς το έργο» και «συνοχή ως προς τις κοινωνικές σχέσεις των μελών».

Σύμφωνα με τον Σταματάκο (1972), η συνοχή ως όρος έχει τις ρίζες της στο αρχαίο ρήμα συνέχω που ερμηνεύεται ως συγκράτηση, συνένωση, σύνδεση, συνάφεια. Παράλληλα, ο Shaw (1976) συσχετίζει τις διαπροσωπικές σχέσεις των μελών της ομάδας και τον βαθμό που αυτά έλκονται μεταξύ τους με την συνοχή ομάδας. Σε κάθε ομάδα υπάρχει απαραίτητα κάποιος βαθμός συνοχής. Οι Carron και Chelladurrai (1981) επισημαίνουν ότι τα στοιχεία που διαφοροποιούν μία ομάδα από μία συνάθροιση ατόμων είναι ο βαθμός ελκυστικότητας και η συμμετοχή των μελών στην ομαδική προσπάθεια. Είναι τόση η σημασία που δίνεται στην ομαδική συνοχή που συχνά η σχέση μεταξύ της επιτυχίας μιας ομάδας και της συνοχής να θεωρείται γραμμική.

Στην επόμενη δεκαετία ο Carron (1982, p.123), ορίζει ως συνοχή ομάδας «μία δυναμική διαδικασία η οποία αντικατοπτρίζεται στην τάση μίας ομάδας να ενώνεται και να παραμένει ενωμένη κατά την επιδίωξη των αντικειμενικών της στόχων». Υπήρξε ο πρώτος ολοκληρωμένος και αποδεκτός ορισμός από την συντριπτική πλειοψηφία των ερευνητών. Αυτό καθιστά τον Carron θεμελιωτή των σύγχρονων προσεγγίσεων της έννοιας της ομαδικής συνοχής. Εκτός αυτού θεωρείται πρωτοπόρος γιατί, στην προσπάθειά του να ερμηνεύσει τη συνοχή, εισήγαγε νέες έννοιες και προσέγγισε το συγκεκριμένο θέμα από διαφορετικές οπτικές γωνίες. Επίσης, απέδωσε την δυσκολία της αξιολόγησης της έννοιας της συνοχής καθώς και των μεταβλητών που σχετίζονται μ' αυτή. Σύμφωνα με τον ίδιο ερευνητή (1980), στις



μέχρι τώρα ερευνητικές διαδικασίες κατά την αξιολόγηση της συνοχής μίας ομάδας έχουν εκτιμηθεί πέντε μεταβλητές:

- 1.1. η διαπροσωπική έλξη μεταξύ των μελών της ομάδας της οποίας η μέτρηση στηρίζεται στην υπόθεση ότι, όσο ισχυρότερες είναι οι φιλίες που δημιουργούνται μέσα στην ομάδα τόσο μεγαλύτερη είναι και η συνοχή της,
- 1.2. η ελκυστικότητα της ομάδας που αναφέρεται στο πόσο έλκει η ομάδα, ως οντότητα, τα μέλη της,
- 1.3. η επιθυμία παραμονής στην ομάδα,
- 1.4. η αίσθηση του να ανήκει κανείς στην ομάδα και να αναγνωρίζεται μέσα από αυτήν και
- 1.5. η σύνθεση των τεσσάρων προηγούμενων περιπτώσεων.

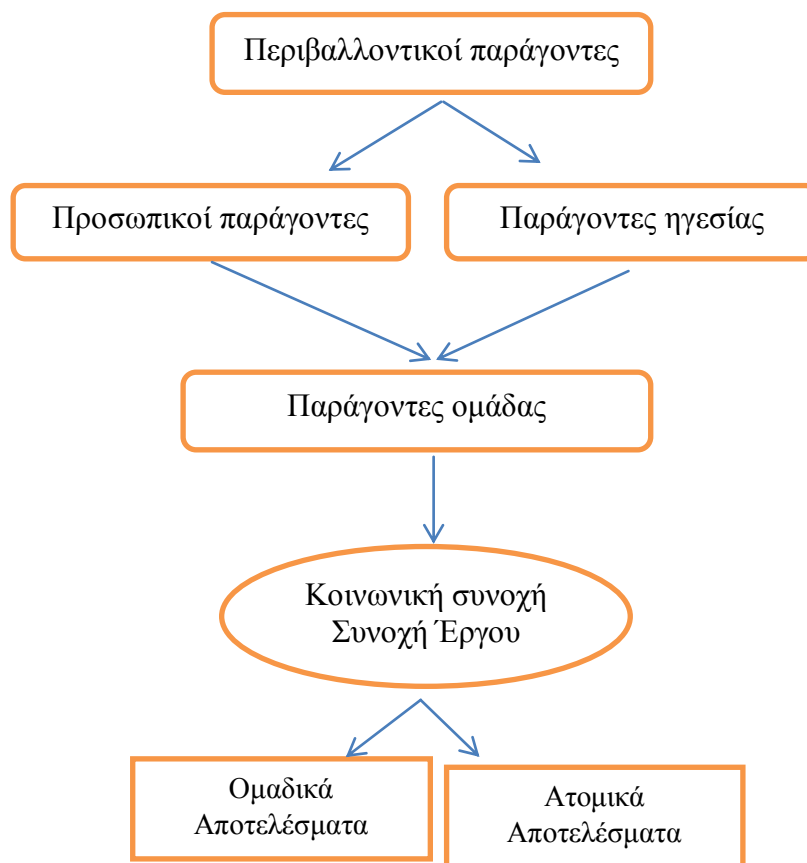
Κατά τον Μπεργελέ (1995), η συνοχή προέρχεται από τη Λατινική λέξη «cohaesus» που σημαίνει «προσκολλώμαι», «κολλώ», «προσχωρώ- ασπάζομαι γνώμη», «παραμένω πιστός». Τέλος, η συνοχή έχει οριστεί ως «μια δυναμική διαδικασία που απεικονίζεται ως η τάση, μιας ομάδας να προσκολλάται μαζί και να παραμένει ενωμένη στην αναζήτηση των οργανικών στόχων για την ικανοποίηση των συναισθηματικών αναγκών μελών της» (Carron, Brawley, & Widmeyer, 1998). Ο συγκεκριμένος ορισμός είναι αυτός που θεωρείται επικρατέστερος μέχρι τις μέρες μας και χρησιμοποιείται ευρέως στις σύγχρονες έρευνες.

### **1.2 Συνοχή αθλητικών ομάδων**

Η έννοια της συνοχής έχει εκτενώς διερευνηθεί από αρκετούς ερευνητές. Τα στοιχεία που διαφοροποιούν μία ομάδα από μία συνάθροιση ατόμων είναι ο βαθμός ελκυστικότητας και η συμμετοχή των μελών στην ομαδική προσπάθεια (Carron & Chelladurrai, 1978). Οι ίδιοι συγγραφείς, σε μεταγενέστερη έρευνά τους, συγγραφείς ορίζουν την ομάδα ως «έναν αριθμό αλληλεπιδρώντων και κοινωνιομετρικά συνδεδεμένων ατόμων» (Carron & Chelladurrai, 1981, p.21). Επίσης, ένα σύνολο θεωρείται ομάδα όταν διαπιστώνεται πως μεταξύ των ατόμων υπάρχουν διαπροσωπικοί δεσμοί. Συνεκτική ομάδα θεωρείται εκείνη που έλκει δυνατά όλους τους συμμετέχοντες. Ο Carron (1988), ισχυρίστηκε ότι τα χαρακτηριστικά που καθορίζουν μία ομάδα είναι η σύνθεση της ομάδας, η αλληλεξάρτηση, η συνείδηση του να είναι κάποιος μέλος, η παραδοχή και η απόδοση ταυτότητας μέλους ομάδας από τρίτους, οι κοινοί θεσμοί, οι κοινές αξίες και στάσεις, οι ρόλοι των μελών μέσα

στην ομάδα, η ικανοποίηση των αναγκών, οι κοινοί στόχοι, η ομοιογενής συμπεριφορά και εμφάνιση της ομάδας και τέλος η συνοχή και η λειτουργικότητά της (Γεώργας, 1995).

Μεγάλο μέρος της έρευνας που πραγματοποιήθηκε σχετικά με τη συνεκτικότητα στον αθλητισμό διέπεται από ένα θεωρητικό μοντέλο που αναπτύχθηκε από τον Carron, το 1982 (Σχ.1).



**Σχήμα 1.** Το Εννοιολογικό μοντέλο του Carron (1982)

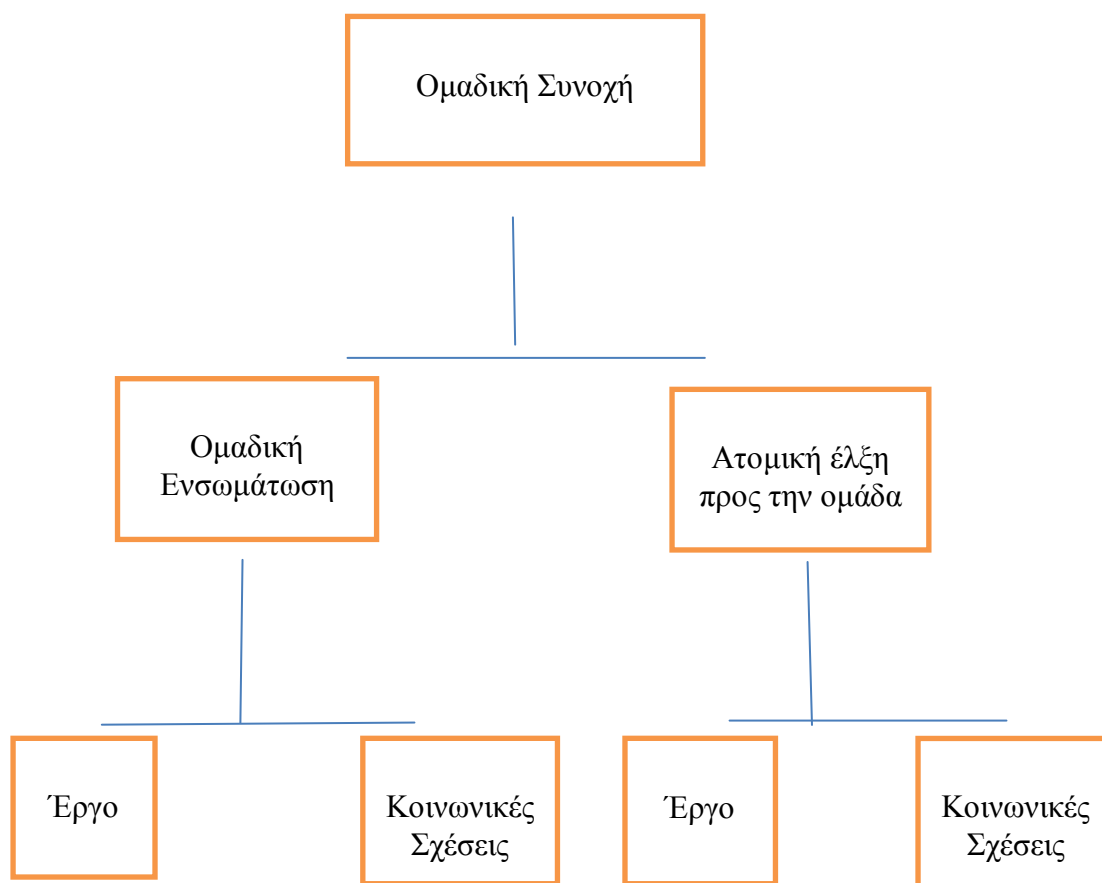
Το πρότυπο αυτό μοντέλο αποτέλεσε τη βάση για τη διατύπωση των ερευνητικών στόχων σχετικά με τους συσχετισμούς και τις συνέπειες της συνοχής σε αθλητικές ομάδες. Το συγκεκριμένο μοντέλο αναφέρεται στους παράγοντες της συνοχής ομάδας (περιβαλλοντικοί, προσωπικοί, ηγετικοί και ομαδικοί), στους τύπους συνοχής (συνοχή έργου και κοινωνική συνοχή) και στις επιπτώσεις της συνοχής ομάδας (ομαδικά και ατομικά αποτελέσματα).

Ο Carron δίνει έμφαση σε δύο διαστάσεις της συνοχής: την *κοινωνική συνοχή* και τη *συνοχή έργου*. Πιο συγκεκριμένα, η κοινωνική συνοχή αναφέρεται στις διαπροσωπικές σχέσεις μεταξύ των ατόμων, όπως το πόσο ενδιαφέρεται ο ένας για τον άλλο και πόσο απολαμβάνουν την παρέα μεταξύ τους. Η κοινωνική συνοχή είναι αντιπροσωπευτική της ελκυστικότητας της ομάδας, και όλων των πτυχών εκείνων που κάνουν την ομάδα ελκυστική σε τρίτους. Καταδεικνύεται από τις φιλίες ή τις σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ των μελών της ομάδας και οι οποίες δεν βασίζονται αποκλειστικά σε εργασία δηλαδή ένα γενικό προσανατολισμό που εκφράζει την ικανότητα συνεργασίας μιας ομάδας για την επίτευξη ομαδικών στόχων. Υψηλή συνοχή έργου συναντά κάποιος συνήθως μεταξύ των μελών ομάδων που είναι ενωμένοι γύρω από ένα κοινό στόχο και που έχουν επικεντρωθεί στην απόδοση. Ο στόχος είναι συνήθως συνυφασμένος με τις επιδιώξεις της ομάδας. Μία επιδίωξη μπορεί να είναι κάτι πολύ απλό όπως π.χ. η αντιμετώπιση ενός συγκεκριμένου αντιπάλου, ή κάτι πολύ πιο σύνθετο όπως η κατάκτηση του πρωταθλήματος. Επομένως, οποιαδήποτε αθλητική ομάδα θα μπορεί να παρουσιάζει υψηλό επίπεδο και στις δύο διαστάσεις της συνοχής ή στη μία μόνο διάσταση ή σε καμία από τις δύο. Σε πρόσφατη μελέτη σχετικά με το παραπάνω συμπέρασμα η Ψυχουντάκη και οι συνεργάτες της (2007), επισημαίνουν σημαντικότερη επίδραση των δυο διαστάσεων της κοινωνικής συνοχής στα ψυχολογικά οφέλη της συνοχής, ενώ λιγότερο σημαντική παρουσιάζεται η επίδραση της συνοχής έργου.

Συνεπώς είναι εμφανές ότι το εννοιολογικό μοντέλο του Carron (1982) σχετικά με την συνοχή των αθλητικών ομάδων έχει ως βάση ουσιαστικά τέσσερις διαστάσεις:

- 1) Ατομική έλξη προς τις κοινωνικές σχέσεις, η οποία αφορά στον προσανατολισμό και στα κίνητρα ενός ατόμου προς την εξέλιξη και διατήρηση κοινωνικών σχέσεων μέσα στην ομάδα.
- 2) Ατομική έλξη προς το ομαδικό έργο, που αναφέρεται στον προσανατολισμό και στα κίνητρα ενός ατόμου προς την επίτευξη ειδικών προσωπικών στόχων, ως ένα αποτέλεσμα της συμμετοχής του στην ομάδα.
- 3) Κοινωνικές σχέσεις, οι οποίες αφορούν στις ιδέες ενός μέλους της ομάδας για την ομάδα ως σύνολο σε σχέση με την εγγύτητα, την ομοιότητα και το δέσιμο των μελών της ομάδας.
- 4) Ομαδικό έργο, οι οποίες αφορούν στις ιδέες ενός μέλους της ομάδας για την ομάδα ως σύνολο σε σχέση με την επίτευξη των στόχων της ομάδας.

Το ανωτέρω μοντέλο διακρίνεται σε δύο κατηγορίες. Η μία χαρακτηρίζεται ως ομαδική ενσωμάτωση και ερμηνεύει τις αντιλήψεις κάθε μέλους χωριστά σχετικά με την ομάδα ως μία ενότητα. Χαρακτηριστικό ερώτημα: «Είναι η ομάδα ενωμένη;». Η δεύτερη κατηγορία χαρακτηρίζεται ως ατομική έλξη προς την ομάδα και καθορίζει τις ατομικές έλξεις που αισθάνεται κάθε μέλος χωριστά προς την ομάδα σαν σύνολο.

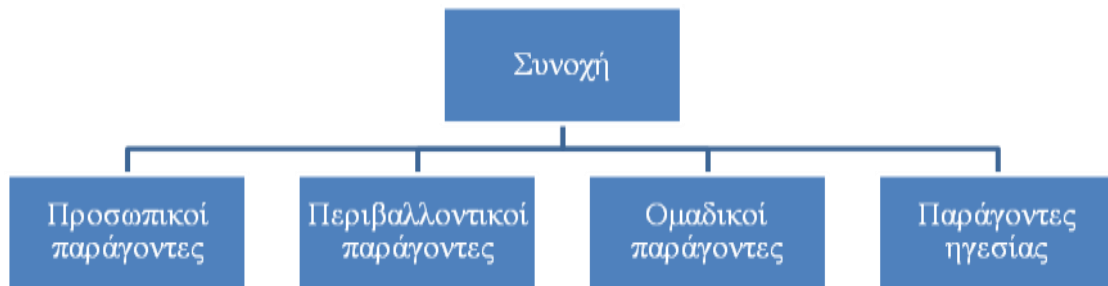


**Σχήμα 2.** Το εννοιολογικό μοντέλο της ομαδικής συνοχής των Widmeyer, Brawley και Carron (1985).

Σχετικό ερώτημα: «Είναι η ομάδα ένα ελκυστικό μέρος για σένα;». Συνεπώς με βάση το μοντέλο οι αντιλήψεις του ατόμου για την ομάδα ως ενότητα έχουν εστιαστεί σε δύο βασικά σημεία. Το ομαδικό έργο και τις κοινωνικές σχέσεις.

Το αρχικό μοντέλο έχει αναθεωρηθεί και επαναπροσδιορισθεί αρκετές φορές. Η πιο πρόσφατη και πλήρης έκδοση του μοντέλου αυτού δημοσιεύθηκε από τους Carron και Hausenblas (1998) οι οποίοι βασίστηκαν στα μέχρι τότε ερευνητικά δεδομένα. Αυτό το μοντέλο παρέχει ένα γενικό πλαίσιο για τον εντοπισμό, την

περιγραφή και την εξέταση των συσχετισμών της συνοχής σε αθλητικές ομάδες. Το μοντέλο βασίζεται στην προϋπόθεση ότι υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός παραγόντων που αποτελούν πρόβλεψη της συνοχής μίας αθλητικής ομάδας (Σχήμα 3).



**Σχήμα 3.** Οι παράγοντες που καθορίζουν τη συνοχή μιας ομάδας σύμφωνα με τους Carron και Hausenblas (1998).

1. Οι προσωπικοί παράγοντες αναφέρονται στα κίνητρα των μελών της ομάδας όπως στην αγάπη για το άθλημα, στην επιθυμία για σχέσεις, στην ανάγκη να δείξει πόσο καλός παίχτης είναι κ.ά. (Δογάνης, 2010). Επιπλέον, στους προσωπικούς παράγοντες εντάσσονται και τα άλλα χαρακτηριστικά των αθλητών όπως π.χ. δημογραφικά (η ηλικία, το φύλο, η φυλή) τα οποία μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη συνολική συνοχή μιας ομάδας), προσωπικά γνωρίσματα (συμπεριφορά, κοινωνικό παρελθόν) καθώς και η ατομική ικανοποίηση για το έργο και τις σχέσεις των μελών της ομάδας οι οποίες έχει βρεθεί ότι σχετίζονται αμφίδρομα με την συνοχή (Williams & Hacker, 1982). Ερευνητικά έχει αποδειχθεί ότι οι αντιλήψεις ομάδας για τη συνοχή επηρέασαν την ανταγωνιστική κατάσταση ανησυχίας 110 αθλητών από ποικίλα αθλήματα και ότι εκείνοι που εξέθεσαν υψηλότερη συνεκτικότητα είχαν χαμηλότερη ανησυχία πριν από τον αγώνα γεγονός που αποδεικνύει ότι τα άτομα στις ομάδες με μεγάλη συνοχή αισθάνονται λιγότερο πιεσμένα (Prapavessis & Carron, 1996). Παράλληλα, έχει υποστηριχθεί ότι σε ομάδες που διακρίνονται από υψηλή συνοχή η προσπάθεια που καταβάλλεται είναι σχεδόν μέγιστη ενώ η εγκατάλειψη και η «λούφα» είναι σε πολύ χαμηλά επίπεδα (Widmeyer, et al., 2002). Ο Riley (1994), θεωρεί ότι μια ομάδα που αποτελείται από άτομα που κοιτάζουν να βγάλουν προσωπικά κέρδη από την ίδια την ομάδα, δεν θα ευημερήσει. Παράλληλα, σημειώνει ότι οι κλίκες μέσα σε μια ομάδα θα καταστρέψουν την αποστολή ή τους στόχους της ομάδας.

2. Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες περιλαμβάνουν το σύνολο των κανόνων, των περιορισμών και των συμβατικών υποχρεώσεων που υπάρχουν στον ερασιτεχνικό ή επαγγελματικό αθλητισμό, στοιχείο το οποίο διακρίνει τις αθλητικές ομάδες από τις άλλες κοινωνικές ομάδες. Αναφέρονται τρία χαρακτηριστικά των περιβαλλοντικών παραγόντων που επηρεάζουν τη συνοχή των αθλητικών ομάδων:

1) Η φυσική και λειτουργική εγγύτητα των μελών (αγωνιστική θέση, θέση στα αποδυτήρια, διαμονή στο ίδιο δωμάτιο κ.ά.).

2) Η διακριτικότητα (ιστορία και παράδοση της ομάδας, ο ύμνος της, τα χρώματα φανέλας κ.ά.).

3) Το μέγεθος της ομάδας διαδραματίζει επίσης σημαντικό ρόλο στη συνοχή της και κατά πόσο στην ομάδα μπορούν να εργαστούν μαζί. Οι μέχρι τώρα έρευνες δείχνουν ότι το μέγεθος της ομάδας επηρεάζει τη συνοχή (Widmeyer, Brawley & Carron, 2002). Όταν το μέγεθος μιας ομάδας αυξάνεται πέρα από τις συγκεκριμένες δυνατότητές της, η συνοχή της ομάδας αρχίζει να μειώνεται. Συγκεκριμένα, όσο αυξάνεται το μέγεθος της ομάδας, τόσο μειώνεται η ατομική συμμετοχή, ενώ συγχρόνως αυξάνεται η συχνότητα των διαφωνιών και τα μέλη της ομάδας αισθάνονται πως η συνεισφορά τους στο έργο της ομάδας δεν είναι πλέον σημαντική.

3. Οι ομαδικοί παράγοντες επικεντρώνονται στην οντότητα της ομάδας. Χαρακτηριστικά αναφέρονται τρεις απ' αυτούς. Ειδικότερα:

α. *το είδος του αθλήματος*. Υπάρχουν αθλήματα που από τη φύση τους χαρακτηρίζονται ατομικά (ενόργανη γυμναστική, κολύμβηση, τρέξιμο κ.ά), που εκτελούνται όμως σε ομάδες. Γίνεται εύκολα κατανοητό ότι στα προαναφερόμενα αθλήματα η ομαδική συνοχή, σε ότι αφορά στο έργο, είναι χαμηλή συγκριτικά με τα ομαδικά αθλήματα (ποδόσφαιρο, καλαθοσφαίριση, πετοσφαίριση κ.ά.).

β. *Ο προσανατολισμός της ομάδας ως προς το επίπεδο της απόδοσης*. Η συλλογική αποτελεσματικότητα αποτελεί τη σημαντικότερη παράμετρο για τα ομαδικά αθλήματα (Ramzaninezhad et al., 2009). Αρκετοί ψυχολόγοι έχουν επανειλημμένα αποδείξει ότι η συλλογική αποτελεσματικότητα έχει θετικά αποτελέσματα τόσο στη συνοχή, όσο και στην απόδοση της ομάδας (Feltz & Lirgg, 1998; Greenlees et al. 1999; Hodges & Carron, 1992; Watson et al., 2001).

γ. *Τέλος, η σταθερότητα της ομάδας*, αναφέρεται στο βαθμό στον οποίο τα μέλη μίας ομάδας δεν την εγκαταλείπουν. Υπάρχουν παίκτες που «δένουν» την ομάδα, άλλοι που την διασπούν και άλλοι που δεν μπορούν να παίξουν κανένα ρόλο στη συνοχή (Ζέρβας, 2002). Βέβαια η παραμονή ενός αθλητή στην ομάδα εξαρτάται

από αρκετές παραμέτρους, όπως το συμβόλαιο (αποδοχές και διάρκεια), γεωγραφικές ιδιαιτερότητες, οικογενειακοί λόγοι, ηθικοί λόγοι, κ.ά. Παρόλα αυτά, δεν υπάρχει απόλυτη βεβαιότητα για τη σχέση μεταξύ σταθερότητας, επιτυχίας και συνοχής της ομάδας, εφόσον τα ερευνητικά δεδομένα δεν καταλήγουν μόνο σε μία πλευρά. Υπάρχει φυσικά και η πιθανότητα αντικατάστασης και πρόσληψης, αντίστοιχα, μέλους ή μελών της ομάδας. Οι έρευνες προς αυτή την κατεύθυνση έδειξαν ότι όσο βελτιώνεται η ομαδική συνοχή, τόσο αυξάνεται και η τάση για αντικατάσταση των αντιπαθητικών μελών (Zander, 1979). Βέβαια, η περίπτωση που το αντιπαθητικό μέλος είναι εγνωσμένης αθλητικής αξίας, τότε δυσχεραίνει την απομάκρυνσή του από το σύλλογο εξαιτίας του κόστους που θα επιφέρει αυτή.

4. Οι παράγοντες ηγεσίας αναφέρονται στο στυλ και στη συμπεριφορά του ηγέτη, στις σχέσεις του με τους αθλητές και την ομάδα, στον τρόπο λήψης αποφάσεων κ.ά.. Σε σχετική έρευνα των Westre και Weiss (1991), παρατηρήθηκε η σχέση μεταξύ ηγετικής συμπεριφοράς του προπονητή και ομαδικής συνοχής. Συγκεκριμένα, σύμφωνα με την αντίληψη των παιχτών οι προπονητές που παρείχαν θετική ανατροφοδότηση, κοινωνική υποστήριξη και χρησιμοποιούσαν δημοκρατικό τρόπο ηγεσίας είχαν δημιουργήσει ομάδες με υψηλό βαθμό συνοχής, σχετικά με την επιδίωξη των στόχων της ομάδας.

Παρόμοια, προπονητές που ήταν προσιτοί και φιλικοί προκαλούσαν θετική σχέση προπονητή-αθλητή (Jowett & Chaundy, 2004). Επιπλέον, οι προπονητές που υιοθετούσαν δημοκρατικές συμπεριφορές, κοινωνική υποστήριξη και κατάλληλα καταρτισμένα προπονητικά προγράμματα, είχαν θετική ανταπόκριση δίνοντας ικανοποίηση στη συντριπτική πλειοψηφία των παικτών και είχαν ομάδες που ήταν πιο συνεκτικές (Loughead & Carron, 2004; Gardner, Shields, Bredemeier & Bostrom's 1996). Στα ίδια συμπεράσματα κατέληξε και η προγενέστερη έρευνα του Shawn (1999), ο οποίος αναφέρει πως οι προπονητές θα πρέπει να προσπαθούν όχι μόνο να βοηθήσουν κάθε αθλητή χωριστά, αλλά και όλους μαζί τους αθλητές ώστε να λειτουργούν με ίδιο τρόπο. Αντίθετα, προπονητές που επιδεικνύουν αυταρχική συμπεριφορά συμβάλλουν αρνητικά στη συνοχή. Εάν οι παίκτες γνωρίζουν ότι ο προπονητής δεν είναι ικανός, θα έχουν ένα δύσκολο χρόνο εμποδίζοντας συνεπώς τη συνοχή ομάδας (Robinson & Carron, 1982). Επιπλέον, οι προπονητές πρέπει να προσπαθούν να έχουν αρκετές επιτυχίες εάν επιθυμούν να διατηρούν το επίπεδο της συνεκτικότητας της ομάδας (Boone, Beitel & Kuhlman, 1997).

Τέλος, στις μεταβλητές της ομάδας που έχουν συνδεθεί με τη συνοχή περιλαμβάνεται το «χτίσιμο» της ομάδας, η σαφήνεια και η αποδοχή ρόλου, η ηγεσία της ομάδας και η συναίνεση στους κανόνες ομάδας (Carron & Hausenblas, 1998). Έτσι, οι επεμβάσεις χτισίματος ομάδας έχουν ως σκοπό να προωθήσουν τις ενισχυμένες αντιλήψεις για τη συνεκτικότητα και να επιτρέψουν σε μια ομάδα να είναι αποτελεσματικότερη (Newman, 1984). Αποδεικνύεται ερευνητικά ότι οι τοποθετήσεις άσκησης ρόλων και καθηκόντων βελτιώνει τη συνοχή (Carron & Spink, 1993; Estabrooks & Carron, 1999). Οι Hanson και Lubin (1988), στο θέμα αυτό πρότειναν ότι για να δημιουργηθούν επιτυχώς ομάδες θα πρέπει οι προπονητές να συμβάλλουν στη λειτουργία ομάδων και να είναι πρόθυμοι να εξετάσουν τους ρόλους τους μέσα στην ομάδα (Levine & D'Andrea Tyson, 1990). Έτσι, η αποδοχή ρόλου και η ικανοποίηση ρόλου μπορούν να ασκήσουν ισχυρή επίδραση στη συνοχή των ομάδων και την ικανοποίηση ενός αθλητή με την αθλητική εμπειρία, ιδιαίτερα για τους αθλητές ομαδικών αθλημάτων. Στην προώθηση της συνοχής ομάδων, είναι σημαντικό να εξασφαλιστεί ότι κάθε παίκτης αισθάνεται ότι έχει ένα μέρος ή έναν ρόλο στην αποστολή της ομάδας (Shawn, 1999). Τέλος, οι Loughhead και Hardy (2006), υποστηρίζουν ότι η μεγαλύτερη ικανοποίηση παίκτη συνοδεύεται από την καλύτερη ποιότητα των υπηρεσιών, η οποία με τη σειρά της μπορεί να βελτιώσει την επίδοση.

Κατά τον Carron και των συνεργατών του (1985), μία αθλητική ομάδα στην πρώτη συγκέντρωση για την έναρξη της προετοιμασίας παρουσιάζει μία εικόνα ενότητας γεγονός που οφείλεται κυρίως στις κοινές εμπειρίες που ζουν όλοι οι αθλητές, όπως π.χ. το να βρουν θέση στα αποδυτήρια και χώρο για τα προσωπικά τους είδη, οι κοινές ανησυχίες, ο αθλητικός εξοπλισμός, να συναντήσουν καινούργιους συγκατοίκους και να δεχθούν το πρόγραμμα προετοιμασίας. Με την έναρξη των προπονήσεων ακολουθεί η φάση της διαφοροποίησης όπου δημιουργούνται υποομάδες, ανάλογα με την εξειδίκευση των αθλητών (τερματοφύλακες, αμυντικοί, επιθετικοί κ.ά.). Τα επίπεδα συνοχής εμφανίζουν σημαντική μείωση λόγω της προσπάθειας που καταβάλλεται για την εξασφάλιση μίας θέσης στην ομάδα. Στο επόμενο στάδιο και μετά την επιλογή των παικτών στις θέσεις του παιχνιδιού από τον προπονητή η συνοχή αρχίζει και πάλι να κτίζεται.

Η συνοχή είναι μια έννοια που αναφέρεται στο ομαδικό επίπεδο κι ερμηνεύεται ως το δέσιμο που νιώθουν μεταξύ τους τα μέλη μιας ομάδας. Βασίζεται στην αντίληψη του κάθε μέλους για τα χαρακτηριστικά της ομάδας και στην



πεποίθηση ότι όλοι τους έχουν την ίδια αντίληψη (Molleman, 2005). Οι ερευνητές πιστεύουν πως η συνοχή περιέχει τόσο εργασιακά στοιχεία όσο και κοινωνικά (Sharpcott et al., 2006; Rico et al., 2007), δηλαδή όσον αφορά στην εκτέλεση της εργασίας αυτή καθεαυτή, αλλά και στην ανάπτυξη στενών κοινωνικών, διαπροσωπικών δεσμών.

Σύμφωνα με τον Budge (1981) η συνοχή των αθλητικών ομάδων δεν είναι ποτέ στατική, «απλά βλέπει κανείς τα γεγονότα να αλλάζουν τη δυναμική τους και να διαμορφώνονται σύμφωνα με σύνθετες ατομικές και ομαδικές τάσεις και αποφάσεις». Δηλαδή, αυτό που κάνει μια ομάδα να συνεργαστεί στην αρχή της σεζόν δεν σχετίζεται απαραίτητως με τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί η ομάδα στο τέλος της σεζόν. Οι Carron και συνεργάτες (1985) περιγράφουν τη συνοχή ως πολυδιάστατη έννοια. Κατά την άποψη των Carron και Hausenblas (1998), η συνοχή στο πλαίσιο του αθλητισμού διακρίνεται από τέσσερα βασικά χαρακτηριστικά, όπως ο πολυδιάστατος, δυναμικός, λειτουργικός και συναισθηματικός χαρακτήρας της. Πιο αναλυτικά, η συνοχή έχει πολυδιάστατο χαρακτήρα διότι υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που διατηρούν μια ομάδα μαζί και οι οποίοι συνήθως διαφέρουν από ομάδα σε ομάδα. Επίσης, η συνοχή της ομάδας έχει δυναμικό χαρακτήρα επειδή το επίπεδό της είναι ρευστό τόσο από σεζόν σε σεζόν, όσο και κατά τη διάρκεια μιας σεζόν. Παράλληλα, η συνοχή έχει λειτουργικό χαρακτήρα επειδή υπάρχουν σκοποί ή στόχοι στη σύσταση της κάθε ομάδας και στα αμοιβαία οφέλη μεταξύ των μελών, στοιχεία τα οποία κρίνονται σημαντικά για την εμφάνιση της συνοχής της ομάδας.

Τέλος, η συνοχή της ομάδας έχει συναισθηματικό χαρακτήρα γιατί μπορεί να προκαλέσει συναισθηματικές αντιδράσεις μεταξύ των μελών της ομάδας, μέσω της ανάπτυξης των κοινωνικών σχέσεων που εξελίσσονται μέσα από τις συνεχείς αλληλεπιδράσεις της ομάδας. Αυτές οι συναισθηματικές αντιδράσεις μπορεί να προκύψουν είτε από το έργο είτε από την κοινωνική αλληλεπίδραση και επικοινωνία που διαμορφώνονται μεταξύ των μελών της ομάδας (Ronayne, 2004). Στα ανωτέρω αποτελέσματα καταλήγουν και οι Carron, Hausenblaus και Eys (2005), οι οποίοι υποστηρίζουν την πολυδιάστατη μορφή της συνοχής, κάτι που σημαίνει ότι ένας μεγάλος αριθμός παραγόντων μπορεί να επηρεάσει τη συνεκτικότητα μιας ομάδας, που μπορούν να ποικίλουν από ομάδα σε ομάδα. Στο θέμα αυτό συμφωνούν και οι Loughhead και Hardy (2006), οι οποίοι κρίνουν απαραίτητη τη πολυδιάστατη φύση της έννοιας της συνοχής για την πλήρη κατανόησή της.

### **1.3 Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την απόδοση**

Η ομαδική απόδοση αποτελεί αντικείμενο προς διερεύνηση από αρκετούς κοινωνικούς και αθλητικούς ψυχολόγους. Αξίζει να αναφερθούν τα αποτελέσματα σχετικής ανασκόπησης των Carron και Chelladurai (1981), τα οποία δείχνουν την κυκλική σχέση της συνοχής με την απόδοση, που σημαίνει ότι η συνοχή συμβάλλει στην επιτυχία, η οποία με τη σειρά της συμβάλλει στη συνοχή. Οι προπονητές προτιμούν να δουλεύουν με συνεκτικές ομάδες παρά με μη-συνεκτικές ανεξάρτητα από την εμπειρική ύπαρξη μιας σχέσης μεταξύ συνοχής ομάδας και απόδοσης (Miller, 1997).

Σε μία μετα-αναλυτική μελέτη σε ομάδες αθλητικές, στρατιωτικές και εργασιακές υποστηρίχθηκε η θετική σχέση μεταξύ συνοχής και απόδοσης. Ειδικότερα, παρατηρήθηκε ότι η σχέση αυτή ήταν ισχυρότερη στις αθλητικές ομάδες, με τη συνοχή έργου να επηρεάζει περισσότερο την απόδοση συγκριτικά με την κοινωνική συνοχή. Ταυτόχρονα, διαπιστώθηκε ότι και η επιτυχία της ομάδας, αντίστροφα επηρέασε περισσότερο τη συνοχή, από ότι η συνοχή την επιτυχία της ομάδας (Mullen & Cooper, 1994).

Είναι, πλέον, αποδεδειγμένη η έμφαση που δίνουν οι επαγγελματίες προπονητές και παίκτες στη σημασία της σχέσης συνοχής ομάδας και απόδοσης υποστηρίζοντας ότι η μεγαλύτερη συνοχή ομάδας είναι πολύ σημαντική για την απόδοση (Bloom, Stevens & Wickwire, 2003; Hardy, Eys & Carron, 2005; Loughhead & Hardy, 2006).

Όσον αφορά στη σχέση της απόδοσης με τη συνοχή ομάδας, τα ερευνητικά δεδομένα υποστηρίζουν εκτενώς την αλληλεπίδραση των δύο μεταβλητών (Carron, Colman, Wheeler, & Stevens, 2002). Χαρακτηριστική είναι η μελέτη του Sugarman (1999), ο οποίος βρήκε πως ένα σημαντικό χαρακτηριστικό στα ομαδικά αθλήματα που οδηγεί μία ομάδα στο απόγειο της εξέλιξής της είναι η ισχυρή συνεκτικότητα και του Harrison και των συνεργατών του (2002), οι οποίοι συμπεραίνουν πως η συνοχή είναι απαραίτητη για την απόδοση και τη βιωσιμότητα της ομάδας.

Όσο ικανοί παίκτες κι αν υπάρχουν σε μια ομάδα, δεν μπορεί να φτάσει σε καμιά επιτυχία όταν βασίζεται απλά στις ατομικές επιδόσεις των μελών της. Άπειρα είναι τα παραδείγματα στον τομέα του αθλητισμού ιδιαίτερα από πλούσιες αθλητικές

ομάδες που μετά την επιλογή των καλύτερων και πιο ακριβοπληρωμένων παικτών διαπίστωσαν ότι οι συγκεκριμένοι αθλητές δεν συνεργάζονται αρμονικά μεταξύ τους, με συνέπεια να μην εμφανίζονται τα επιθυμητά αποτελέσματα. Αντίθετα, ομάδες που είχαν στο έμπυχο υλικό τους παίκτες με χαμηλότερες αθλητικές ικανότητες, η απόδοσή τους ήταν σταθερά υψηλή γεγονός που οδηγούσε στην επίτευξη των στόχων.

Οι Sargent και Sue-Chan (2001), βρήκαν πως η κοινωνική συνοχή ανάμεσα στα μέλη επηρεάζει καθοριστικά και τη συνοχή που τα μέλη θα επιδείξουν στην αποπεράτωση της εργασίας. Άρα όσο μεγαλύτερη κοινωνική συνοχή υπάρχει στην ομάδα τόσο μεγαλύτερη συνεργασία επιδεικνύουν τα μέλη στην εκτέλεση της εργασίας, με αποτέλεσμα την αυξημένη απόδοση. Σε ανάλογο αποτέλεσμα κατέληξε και η έρευνα των Γαλάνης, Σαλογιάννης, Κούλη και Χατζηγεωργιάδη (2009), οι οποίοι απέδειξαν ότι η συνοχή ομάδας μπορεί να προβλέψει τις στρατηγικές αντιμετώπισης αντίξοων καταστάσεων προσέγγισης και αποφυγής που υιοθετούν οι αθλητές ομαδικών αθλημάτων για την αντιμετώπισή τους στην διάρκεια του αγώνα.

Επιπρόσθετα, σε σχετικές ερευνητικές διαδικασίες διαπιστώθηκαν θετικές σχέσεις μεταξύ της συλλογικής αποτελεσματικότητας και της συνοχής (Carron et al., 2002; Heuzé et al, 2006[a]; 2006[b]; Kozub & McDonnell, 2000; Myers et al., 2004; Paskevich et al, 1999; Spink, 1990). Αναλυτικότερα, βρέθηκε ότι οι ομάδες με μεγαλύτερη συνοχή τείνουν να έχουν περισσότερες πιθανότητες υψηλής ομαδικής απόδοσης, η οποία μπορεί να μεταφραστεί σε επίτευξη καλύτερων αποτελεσμάτων σε ανταγωνιστικό επίπεδο. Εξάλλου, η ομαδική επιτυχία μπορεί να αυξήσει τα συναισθήματα των αθλητών για την συλλογική αποτελεσματικότητα, η οποία μπορεί επίσης να συμβάλει στην ανάπτυξη της συνοχής της ομάδας (Heuzé et al, 2006a ; Paskevich et al, 1999). Συνεπώς, η συλλογική αποτελεσματικότητα εμφανίζεται να είναι ένας ισχυρός προγνωστικός δείκτης της ομαδικής απόδοσης (Lent et al., 2006). Στο θέμα αυτό ο Spink (1990) διαπίστωσε διερευνώντας επαγγελματικές ομάδες πετοσφαίρισης ότι οι ομάδες με υψηλότερη συλλογική αποτελεσματικότητα είχαν μεγαλύτερη συνοχή σε έργο και κοινωνική συνοχή από τις ομάδες με χαμηλότερη συλλογική αποτελεσματικότητα.

Οι Paskevich και συνεργάτες (1999), ανέφεραν υψηλούς συντελεστές συσχέτισης μεταξύ συνοχής στο έργο και κοινών πεποιθήσεων των μελών σχετικά με συλλογική αποτελεσματικότητα. Συνεπώς, οι παίκτες που διακρίνονται για την εκφραστικότητα στο έργο έχουν την τάση να αντιλαμβάνονται υψηλότερη συνολική

συλλογική αποτελεσματικότητα στην ομάδα τους. Σε παρόμοια αποτελέσματα κατέληξαν και οι Kozub και McDonnell (2000), σε μελέτη στην οποία συμμετείχαν 96 αθλητές από επτά επαγγελματικές ομάδες ράγκμπι. Οι ερευνητές απέδειξαν ότι οι δύο διαστάσεις της συνοχής έργου ήταν θετικοί προγνωστικοί παράγοντες της συλλογικής αποτελεσματικότητας.

Ωστόσο, υπάρχουν και έρευνες με αντίθετα αποτελέσματα σύμφωνα με τα οποία η επιτυχία στην επίτευξη των στόχων δεν συνδέεται απαραίτητα– τουλάχιστον όχι σε απόλυτο βαθμό –με τη συνοχή της ομάδας. Μία από τις πιο χαρακτηριστικές μελέτες είναι αυτή του Lenk (1969), ο οποίος διερευνώντας την Εθνική Γερμανική κωπηλατική ομάδα διαπίστωσε ότι υπήρχαν πολλές συγκρούσεις μεταξύ των μελών και γενικότερα κακές διαπροσωπικές σχέσεις. Αν και το επίπεδο της συνοχής ομάδας ήταν χαμηλό, η ομάδα εμφάνισε πολύ μεγάλες επιτυχίες (παγκόσμιοι πρωταθλητές, χρυσοί Ολυμπιονίκες, κ.ά.). Επομένως, παρά τις διαπροσωπικές διαμάχες υπήρχαν άλλοι παράγοντες που έπαιξαν σημαντικό ρόλο ώστε να παραμείνει η συγκεκριμένη ομάδα ενωμένη.

Σε παρόμοια συμπεράσματα κατέληξαν οι Landers και Lueschen (1974), οι οποίοι μελετώντας ομάδες μπόουλινγκ εσωτερικού χώρου διαπίστωσαν ότι υψηλές επιδόσεις σημείωσαν οι ομάδες με μικρή συνοχή. Πιο αναλυτικά, ζητήθηκε από τους μέλη των ομάδων να αξιολογήσουν τους συμπαίκτες τους ως προς το βαθμό των σχέσεών τους, το επίπεδο επικοινωνίας, συμμετοχής και επίδρασης. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι επιτυχημένες ομάδες είχαν χαμηλότερες βαθμολογίες στη διαπροσωπική έλξη. Οι ερευνητές ερμήνευσαν το προαναφερόμενο συμπέρασμα ως αποτέλεσμα της φύσης του αθλήματος του μπόουλινγκ αφού απαιτεί ανταγωνισμό μεταξύ των μελών της ομάδας για την καλύτερη επίδοση, ανεξάρτητα εάν τελικά αθροίζονται οι επιδόσεις όλων των μελών προκειμένου να υπάρξει ομαδικό αποτέλεσμα.

Οι Melnick και Chemers (1974), μελέτησαν ομάδες καλαθοσφαίρισης και σύμφωνα με τα αποτελέσματα, ομάδες με καλή ομαδική συνοχή είχαν, κυρίως, αρνητικά αποτελέσματα και αφετέρου ομάδες με κακές διαπροσωπικές σχέσεις σημείωσαν, κατά βάση, θετικά αποτελέσματα. Επιπλέον, οι Carron και Ball (1977), επεσήμαναν ότι το αποτέλεσμα του αγώνα επηρεάζει τη συνοχή της ομάδας, ενώ αντίθετα η συνοχή δεν επηρεάζει το αποτέλεσμα. Επίσης, ο Wiesen (1989) διερευνώντας σχολικές ομάδες σόφτμπολ δεν εντόπισε επίδραση της συνοχής των μελών της ομάδας στη νίκη ή την ήττα.

Σε μεταγενέστερη έρευνα της Παναγίδου και των συνεργατών της (2006), δεν εμφανίσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ του βαθμού συνοχής ομάδας και της απόδοσης. Πιο αναλυτικά, αξιολογήθηκαν σε 64 ερασιτέχνες αθλητές καλαθοσφαίρισης η συνοχή της ομάδας και η απόδοση (με βάση το αποτέλεσμα) και δεν διαπιστώθηκε η ύπαρξη σχέσης μεταξύ των δύο μεταβλητών.

Τα παραπάνω αντικρουόμενα αποτελέσματα προβλημάτισαν τους ερευνητές που προσπάθησαν να δώσουν εξηγήσεις. Στην συγκεκριμένη περίπτωση, όπως και σ' αυτή του ορισμού της συνοχής, ο τρόπος αξιολόγησης, τόσο της συνοχής ομάδας όσο και της απόδοσής της έπαιξε καθοριστικό ρόλο. Σε ορισμένες έρευνες έγινε έμμεση μέτρηση της συνοχής, σε άλλες με συνεντεύξεις, σε κάποιες με ερωτηματολόγια κ.ά. Επίσης, ο τρόπος μέτρησης της απόδοσης υπήρξε διαφορετικός και προβληματικός. Στις περισσότερες των περιπτώσεων η απόδοση ταυτίστηκε με το αποτέλεσμα, κάτι που φυσικά δεν ισχύει. Δεν κερδίζει πάντα ο καλύτερος σε απόδοση και δεν γνωρίζει την ήττα πάντα αυτός που έχει κακή απόδοση. Άλλη μία, κατά τους ερευνητές, βασική παράμετρος που οδήγησε σε αντιφατικά ευρήματα ήταν τα δείγματα που χρησιμοποιήθηκαν στις μελέτες. Έτσι σε ομάδες, όπως το ποδόσφαιρο, η καλαθοσφαίριση, η πετοσφαίριση κ.ά., διαπιστώθηκε θετική επίδραση της συνοχής στην απόδοση επειδή τα αθλήματα αυτά απαιτούν συνεργατική συμπεριφορά και αλληλοεξαρτώμενες ενέργειες από τα μέλη των ομάδων. Σε ομάδες όπως, το σόφτμπολ, το μπόουλινγκ, κ. ά. υπήρξαν ουδέτερα ή αρνητικά αποτελέσματα επειδή η απόδοση του κάθε μέλους είναι ανεξάρτητη και απλά προστίθεται στο σύνολο της ομάδας.

#### ***1.4 Σχέση της «συνοχής ομάδας» με το φύλο***

Το φύλο έχει διαπιστωθεί ότι επιδρά σε πολλές περιπτώσεις στη συνοχή μίας ομάδας (Carron, Eys & Burke, 2007). Συγκεκριμένα, οι Banker και Rotella (1978) αποδεικνύουν πως οι γυναικείες ομάδες παρουσιάζουν υψηλότερο επίπεδο κοινωνικής συνοχής απ' ότι οι ανδρικές. Επιπλέον, ο Carron και οι συνεργάτες του (2002), βρήκαν ότι η σχέση μεταξύ συνοχής-απόδοσης έχει επιρροή περισσότερο στην απόδοση γυναικείων ομάδων σε σύγκριση με ομάδες ανδρών. Υπήρξαν και έρευνες με διαφορετικά ευρήματα από τα ανωτέρω αποτελέσματα. Οι Cosset και Widmeyer (1981) μελετώντας πανεπιστημιακές ανδρικές και γυναικείες ομάδες καλαθοσφαίρισης δεν βρήκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ομάδων

ως προς τη συνοχή τους. Παρόμοια ήταν και τα αποτελέσματα σε έρευνα του Bolger (1984), όπου η μεταβλητή του φύλου μελετήθηκε συνδυαστικά με άλλες μεταβλητές (επίτευξη στόχου, κοινωνική συνοχή, αγωνιστικό επίπεδο κ.ά.), σε ανδρικές και γυναικείες ομάδες καλαθοσφαίρισης και βρέθηκε ότι η συνοχή της ομάδας δεν έχει σημαντική σχέση με το φύλο. Ανάλογα ήταν και τα ευρήματα των Paiement, Craig Bischoff, και Danielle (2007) οι οποίοι διερευνώντας Πανεπιστημιακές ομάδες 401 αθλητών/τριών του τένις δεν βρήκαν σημαντικές διαφορές σε σύγκριση με το φύλο. Επιπλέον, ανάλυση έρευνας των Γαλάνη και των συνεργατών του (2009) για τη συνοχή ομάδας σχετικά με το φύλο, έδειξε σημαντική επίδραση του φύλου στην ατομική έλξη στο έργο, στην ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις, στην ομαδική ενσωμάτωση στο έργο και στην ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις.

Εν κατακλείδι, από τις μελέτες της σχετικής βιβλιογραφίας που έχουν γίνει έως τώρα και εξετάζουν τη σχέση της συνοχής της ομάδας με το φύλο, ως προσδιοριστικό παράγοντα, κρίνονται ανεπαρκείς γεγονόδες που αποτελεί έναν επιπρόσθετο λόγο για την διεξαγωγή της συγκεκριμένης έρευνας.

### ***1.5. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την ηλικία***

Ο Srokosz (1977) μελετώντας ομάδες ποδοσφαίρου διαπίστωσε ότι ομάδες με περισσότερο έμπειρους αθλητές επιδεικνύουν μεγαλύτερο βαθμό συνοχής από ότι ομάδες με λιγότερο έμπειρους αθλητές. Αντίθετα, οι Alminen και Luhtanen (1991) διερευνώντας ομάδες Παίδων (ηλικιών 11-15 ετών), στο χόκεϊ επί πάγου βρήκαν τις υψηλότερες τιμές της συνοχής ομάδας στους αθλητές που ήταν 13 ετών. Στη συνέχεια και μέχρι οι παίκτες φτάσουν τα 15 έτη η πορεία της συνοχής ομάδας γινόταν πτωτική.

Επιπλέον, θετική συνάφεια εντοπίστηκε, σε έρευνα των Παναγίδου και των συνεργατών της (2006), μεταξύ της ηλικίας των παικτών και της συνοχής της ομάδας, και ειδικότερα, με τους παράγοντες της συνοχής «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο», «κοινωνικές σχέσεις» και «ομαδικό έργο-σύνολο». Παράλληλα, στη χαρακτηριστική έρευνα των Γαλάνη και των συνεργατών του (2009), σε 129 αθλητές και αθλήτριες ομαδικών αθλημάτων υπογραμμίζεται ότι η ηλικία είχε αρνητικές σχέσεις με την ατομική έλξη στο ομαδικό έργο, την ομαδική ενσωμάτωση στο έργο και την ομαδική ενσωμάτωση στις κοινωνικές σχέσεις .

Τέλος, ο Gacar (2013) διερευνώντας αντρικές και γυναικείες επαγγελματικές ομάδες χειροσφαίρισης που συμμετείχαν στο πρωτάθλημα Τουρκίας διαπίστωσε στατιστικά σημαντικές διαφορές των δύο εκ των τεσσάρων διαστάσεων της συνοχής ομάδας με τον παράγοντα «ηλικία». Πιο συγκεκριμένα, οι νεαροί αθλητές/τριες εμφάνισαν υψηλότερες τιμές στις διαστάσεις «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» και «κοινωνικές σχέσεις».

#### **1.6. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με τον παράγοντα «βασικός-αναπληρωματικός»**

Στην προσπάθειά τους να διερευνήσουν τη συμμετοχή των παικτών στα ομαδικά αθλήματα οι Gruber και Gray (1982), βρήκαν πως οι βασικοί παίκτες είχαν μεγαλύτερη έλξη για ομαδικό έργο από τους αναπληρωματικούς. Στα ίδια συμπεράσματα κατέληξαν και οι Granito και Rainey (1988), οι οποίοι αφού μελέτησαν ομάδες ποδοσφαίρου σε Λύκεια και Πανεπιστήμια διαπίστωσαν ότι οι παίκτες με μεγαλύτερη συμμετοχή είχαν υψηλότερη συνοχή από τους παίκτες με μικρότερη συμμετοχή.

Παράλληλα, σε έρευνες ομάδων πετοσφαίρισης και αμερικάνικου ράγκμπυ που αφορούσαν στη σχέση της συνοχής ομάδας και του ρόλου των αθλητών (βασικός/αναπληρωματικός) παρατηρήθηκε ότι οι βασικοί αθλητές εμφάνισαν υψηλότερη συνοχή έργου απ' ό,τι οι αναπληρωματικοί (Granito & Rainey, 1988; Spink, 1992; Westre & Weiss, 1991). Εκτός αυτών, διαπιστώθηκε ότι σε ομάδες που κρίθηκαν ως μη πετυχημένες, οι αναπληρωματικοί αθλητές εμφάνισαν σημαντικά χαμηλότερη συνοχή έργου από ό,τι στις πετυχημένες ομάδες (Spink, 1992). Ωστόσο, σε ομάδες καλαθοσφαίρισης, επισημάνθηκε ότι η σχέση της συνοχής ομάδας και του ρόλου των αθλητών δεν ήταν στατιστικά σημαντική (Watson, et al. 2001).

Παρόμοια αποτελέσματα παρατηρήθηκαν σε έρευνα ερασιτεχνών αθλητών καλαθοσφαίρισης αφού ανιχνεύθηκε μία τάση των βασικών παικτών για υψηλότερο αίσθημα συνοχής, χωρίς όμως να διαφέρουν σημαντικά σε σχέση με τους αναπληρωματικούς (Παναγίδου & συν., 2006). Τέλος, σε πρόσφατες μελέτες όπως σε αυτή των Γιολδάση και συνεργατών (2012) οι οποίοι διερευνώντας 174 ποδοσφαιριστές από 16 ερασιτεχνικές ομάδες ποδοσφαίρου βρήκαν ότι οι ποδοσφαιριστές με χαμηλό αριθμό αγωνιστικών συμμετοχών εμφάνισαν χαμηλότερη συνοχή έργου και κοινωνική συνοχή από ό,τι οι αθλητές με μέτριο και υψηλό αριθμό αγωνιστικών συμμετοχών.

### **1.7. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με το αγωνιστικό επίπεδο**

Ο Bolger (1984) μελετώντας ομάδες καλαθοσφαίρισης Γυμνασίων, Λυκείων και Πανεπιστημίων διαπίστωσε ότι οι ομάδες του Γυμνασίου εμφάνισαν μεγαλύτερη συνοχή σε σχέση με τις Πανεπιστημιακές ομάδες. Όμοια συμπεράσματα προέκυψαν από την έρευνα των Granito και Rainey (1988), οι οποίοι επισήμαναν την ύπαρξη υψηλότερων επιπέδων συνοχής σε ομάδες ποδοσφαίρου Λυκείων σε σχέση με τα επίπεδα συνοχής σε αντίστοιχες Πανεπιστημιακές ποδοσφαιρικές ομάδες. Ο Spink (1990), μελετώντας επαγγελματικές και ερασιτεχνικές ομάδες πετοσφαίρισης αποκάλυψε θετική σχέση συνοχής στις επαγγελματικές ομάδες. Σε ανάλογα αποτελέσματα κατέληξαν οι Γαλάνης και συνεργάτες (2009), οι οποίοι εξέτασαν την συνοχή σε επαγγελματικές και ερασιτεχνικές ομάδες και βρήκαν ότι οι αθλητές ερασιτεχνικού επιπέδου έχουν υψηλότερα σκορ στις διαστάσεις της ομαδικής ενσωμάτωσης από τους αθλητές επαγγελματικού επιπέδου. Παρόλα αυτά, η συγκεκριμένη παράμετρος χρίζει περισσότερης έρευνας ώστε να εξαχθούν ασφαλέστερα, εγκυρότερα και πιο αξιόπιστα αποτελέσματα.

### **1.8. Απειλές της «συνοχής ομάδας»**

Αρκετοί ερευνητές, μέχρι τώρα, διερεύνησαν τους παράγοντες που σχετίζονται με τη συνοχή της ομάδας σε διάφορα αθλήματα. Με το ίδιο ενδιαφέρον ορισμένοι μελετητές εξέτασαν τα προβλήματα (απειλές) που εμφανίζονται και μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά την συνοχή της ομάδας. Η έγκαιρη διάγνωση των απειλών αποτελεί βασική προϋπόθεση για την ανώδυνη επίλυσή τους και τη διατήρηση της συνοχής της ομάδας. Οι βασικές απειλές της ομαδικής συνοχής είναι:

#### **α. «Λούφα»**

Ως «λούφα» ή τεμπέλιασμα αναφέρεται η μείωση της ατομικής προσπάθειας που ασκείται όταν οι άνθρωποι εργάζονται σε ομάδες σε σύγκριση με αυτή που γίνεται όταν εργάζονται μόνοι (Franzoi, 2006). Ο Hardy (1990), πρότεινε ως λύση για τον περιορισμό του κοινωνικού φαινομένου της «λούφας» την αξιολόγηση των αθλητών ώστε παράλληλα να τους δοθεί ένα επιπλέον κίνητρο. Επομένως, είναι επιτακτική ανάγκη για τους προπονητές και τα μέλη της ομάδας ο έλεγχος της



κοινωνικής «λούφας» ώστε να αποφεύγονται συμπεριφορές που μπορεί να είναι επιζήμιες για τη συνοχή και την απόδοση της ομάδας (Hardy, 1990). Παράλληλα, οι Hodge και McKenzie (1999), πρότειναν ότι είναι απαραίτητο να αναπτυχθούν διαδικασίες για να εντοπίζουν, να αναγνωρίζουν, να αξιολογούν και να επιβραβεύουν τον ρόλο, καθώς και τη συνεισφορά του κάθε μέλους της ομάδας. Σύμφωνα με την άποψη των ανωτέρω ερευνητών, οι προπονητές θα πρέπει να προσπαθούν να αυξάνουν την αίσθηση της ευθύνης των μελών για την απόδοση τους στην ομάδα, κυρίως μέσω της βελτίωσης της αλληλεπίδρασης της ομάδας καθώς και μέσω του καθορισμού των στόχων της ομάδας. Τέλος, οι ίδιοι ερευνητές τόνισαν ότι η ανάπτυξη μιας αίσθησης υπερηφάνειας και συλλογικής ταυτότητας της ομάδας θα κάνουν την ομαδικότητα και την επιτυχία της ομάδας μια προσωπική προσπάθεια για κάθε μέλος.

Το φαινόμενο της «λούφας» εντοπίστηκε από το Γάλλο ερευνητή Ringelman (1882) σε πειράματα που πραγματοποίησε σε ομάδες που αγωνιζόταν στη διελκυστίνδα και είναι ευρέως γνωστό ως «φαινόμενο Ringelman». Έτσι ο ερευνητής έχοντας το μέσο βάρος (63 κιλά) που μπορούσε να τραβήξει ένας διαγωνιζόμενος όταν τραβούσαν το σχοινί δύο άτομα το αποτέλεσμα ήταν μικρότερο (117 κιλά) του αθροίσματος των μέσων όρων ( $2 \times 63 = 126$  κιλά). Συνεπώς, υπήρχε απώλεια που αυξανόταν σταδιακά με την αύξηση των συμμετεχόντων. Έτσι στα δύο άτομα διαπίστωσε απώλεια 7%, όταν συμμετείχαν τέσσερα άτομα οι απώλειες έφταναν το 23%, στα έξι άτομα 37% και τέλος στα οχτώ άτομα 51%. Στις απώλειες που παρατηρήθηκαν δόθηκαν διάφορες εξηγήσεις. Μία εξήγηση αναφέρεται στο γεγονός ότι ορισμένοι παίκτες δεν θέλουν να είναι τα «κορόιδα» επειδή πιστεύουν ότι οι συμπαίκτες τους δεν προσπαθούν αρκετά. Μία άλλη πιθανή ερμηνεία αποκαλείται «στρατηγική ελαχιστοποίησης» και σύμφωνα μ' αυτή πολλοί παίκτες πιστεύουν ότι επειδή θα «χαθούνε στο πλήθος» δεν θα αποκομίσουν τα μέγιστα οφέλη σε ατομικό επίπεδο και γι' αυτό δεν προσπαθούν πολύ. Σύμφωνα πάλι με μία τρίτη εξήγηση του «φαινομένου Ringelman» υπάρχει από την πλευρά του παίκτη η «στρατηγική κατανομής» η οποία λαμβάνει χώρα στην περίπτωση που ο παίκτης πιστεύει ότι οι υπόλοιποι παίκτες θα καλύψουν τη δική του νωθρότητα. Τέλος, υπάρχει και μία τέταρτη ερμηνεία σύμφωνα με την οποία ο παίκτης πιστεύει ότι η δική του μειωμένη προσπάθεια δεν θα γίνει αντιληπτή, αφού θα αναπληρωθεί από τους υπόλοιπους παίκτες (Weinberg & Gould, 2007).

Μερικές φορές, είναι πιθανό, τα μέλη της ομάδας να παγιδεύσουν μια συλλογική εργασία δημιουργώντας ένα κοινωνικό δίλημμα. Ορισμένες φορές συμβαίνει τα μέλη της ομάδας να μην θέλουν να αναλάβουν τις ευθύνες τους για να βοηθήσουν στην επίτευξη των στόχων της ομάδας τους και αφετέρου να μπαίνουν στον πειρασμό να επικεντρωθούν στους προσωπικούς τους στόχους (Franzoi, 2006). Με άλλα λόγια εμφανίζονται άτομα τα οποία κάνουν λιγότερα απ' όσα τους αναλογούν σε μία εργασία αλλά, εξακολουθούν να δέχονται ισότιμα τα οφέλη της ομάδας.

### β. Κλίκες

Οι κλίκες είναι ένα πρόβλημα, που κάνει την εμφάνισή του σε μία ομάδα όταν υπάρχει μεγαλύτερη εμπιστοσύνη κάποιων μελών της σε μία υποομάδα από ό, τι υπάρχει στην ομάδα στο σύνολό της (Sugarman, 1999). Ανεπίλυτες συγκρούσεις μπορούν να προκαλέσουν μερικές φορές το σχηματισμό κλίκας.

Οι Hardy και συνεργάτες (2005), διαπίστωσαν ότι όταν τα μέλη γίνονται πιο αποδεκτά σε ένα επιλεγμένο μικρό αριθμό μελών, τότε μπορεί να έχει εξουθενωτικές επιπτώσεις στην απόδοση της ομάδας, επειδή τα μέλη επιδίδονται σε αρνητικό ενδοομαδικό ανταγωνισμό, με αποτέλεσμα να αναπτύσσεται εχθρότητα μεταξύ των φορέων που με τη σειρά διαιρούν την ομάδα. Οι προπονητές και άλλοι ηγέτες της ομάδας πρέπει να είναι ευαίσθητοι σε αρνητικές συμπεριφορές που εμφανίζονται στην ομάδα από κάποια μέλη και θα πρέπει συνεπώς να ενθαρρύνουν την ανοικτή επικοινωνία και την εμπιστοσύνη ως ένα τρόπο για την επίλυση της ομαδικών συγκρούσεων (Razafimbola, 2009).

## **2. Ικανοποίηση αθλητών**

### **2.1 Θεωρητικές προσεγγίσεις – Αποτελέσματα ερευνών**

Ένας άλλος πολύ σημαντικός παράγοντας με τον οποίο ασχολείται η παρούσα έρευνα είναι η «ικανοποίηση αθλητών». Το επίπεδο ικανοποίησης ενός αθλητή αποτελεί ένα από τα κυριότερα οφέλη που έχει ένας αθλητής μέσα από την εμπειρία του ομαδικού αθλήματος.

Οι αθλητές/τριες αποτελούν το σημαντικότερο στοιχείο του αθλητικού οικοδομήματος. Ιδιαίτερα σε ερασιτεχνικό επίπεδο, οι αθλητές/τριες είναι κύριοι/ες αποδέκτες των ωφελειών των αθλητικών προγραμμάτων και δραστηριοτήτων, αλλά

και ο λόγος ύπαρξης αυτών. Για αυτό το λόγο τόσο η διοίκηση των αθλητικών σωματείων, όσο και οι προπονητές, θα πρέπει να εργάζονται με σκοπό να κάνουν την αθλητική εμπειρία ευχάριστη και χρήσιμη στους αθλητές/τριες με στόχο την ικανοποίηση τους (Chelladurai & Riemer, 1997).

Η έννοια της «ικανοποίησης» έχει αποτελέσει αντικείμενο μελέτης για τους ερευνητές πολλών διαφορετικών επιστημών. Παρά το σημαντικό αριθμό των μελετών με θέμα την ικανοποίηση, που αναφέρεται στην αθλητική βιβλιογραφία, παράδοξο είναι το γεγονός ότι ελάχιστες έρευνες έχουν ως αντικείμενο μελέτης την «ικανοποίηση αθλητών», αν και οι αθλητές αποτελούν το σημαντικότερο παράγοντα οποιουδήποτε αθλητικού προγράμματος ή δραστηριότητας. Στην ανωτέρω έρευνα ως ικανοποίηση αθλητών ορίζεται «η θετική συναισθηματική κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο αθλητής, η οποία προέρχεται από τη σύνθετη αξιολόγηση των δομών, διαδικασιών και αποτελεσμάτων της αθλητικής εμπειρίας» (Chelladurai & Riemer, 1997, p.133).

Η «ικανοποίηση αθλητών» είναι μια πολυδιάστατη έννοια και επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες όπως την ηγεσία, την προσωπική απόδοση, το κλίμα της ομάδας, τις εγκαταστάσεις, την απόδοση της ομάδας συνολικά και την απόδοση των άλλων ομάδων. Όλοι αυτοί οι παράγοντες όπως και η σχέση τους με την «ικανοποίηση των αθλητών» αποτελούν θέματα ερευνών (Riemer & Chelladurai, 1998).

Αρχικά, αρκετές μελέτες ασχολήθηκαν με τη σχέση αθλητικής ικανοποίησης και ηγεσίας. Στο χώρο του αθλητισμού, η έννοια της «ικανοποίησης αθλητών» αναφέρθηκε ως ανεξάρτητη ή εξαρτημένη μεταβλητή σε θεωρητικά μοντέλα, ιδιαίτερα σε μοντέλα που εξέταζαν την ηγετική συμπεριφορά. Η άποψη που επικρατεί, κυρίως μεταξύ προπονητών, ότι δηλαδή υπάρχει μία ισχυρή σχέση μεταξύ της ικανοποίησης των αθλητών και της απόδοσης τους δείχνει ακόμη περισσότερο τη σημασία διερεύνησης της «ικανοποίησης αθλητών» (Riemer & Chelladurai, 1998).

Όταν ο προπονητής έχει θετική συμπεριφορά προς τους αθλητές, τότε αυξάνεται η πιθανότητα να βιώσει ο αθλητής μια ευχάριστη εμπειρία μέσα από την άσκηση. Αθλητές που εισπράττουν την ενθάρρυνση και την τόνωση του προπονητή τους, σημειώνουν τυπικά υψηλότερα ποσοστά ικανοποίησης, αυτοεκτίμησης και αποδοχής από τους συναθλητές τους, όπως επίσης, είναι λιγότερο πιθανό να εγκαταλείψουν τον αθλητισμό. Οι Weiss και Friedrichs (1986) σε σχετική έρευνα που πραγματοποίησαν μεταξύ 215 αθλητών του πανεπιστημιακού πρωταθλήματος

καλαθοσφαίρισης εξέτασαν τη σχέση ηγεσίας και «ικανοποίησης αθλητών». Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, οι προπονητές που επιδείκνυαν πιο δημοκρατική συμπεριφορά, επιβράβευαν συχνότερα τους αθλητές τους και τους παρείχαν περισσότερη υποστήριξη είχαν πιο ικανοποιημένους αθλητές.

Χαρακτηριστική ανασκόπηση που πραγματοποίησε ο Chelladurai (1993) έδειξε ότι οι αθλητές/τριες ήταν ικανοποιημένοι/ες από την ηγεσία των προπονητών/τριών, όταν αυτοί/ες έδιναν έμφαση στην τεχνική καθοδήγηση που αυξάνει την ικανότητα των αθλητών/τριών, στη συντονισμένη προσπάθεια των μελών της ομάδας, και στην θετική ανατροφοδότηση που εστιάζεται στην αναγνώριση και στον έπαινο σχετικά με την καλή απόδοση. Αντιθέτως, η αρνητική συμπεριφορά του προπονητή, όπως θεωρείται η τιμωρία, οδηγεί σε μειωμένες αποδόσεις των αθλητών, περισσότερο άγχος και λιγότερη ικανοποίηση κατά την άθλησή τους (Cote, 2002; Ewing, Seefeldt & Brown, 1997; Smoll & Smith, 2002). Επίσης, ο Mannel (1999), απέδειξε ότι η «ικανοποίηση αθλητών» έχει άμεση σχέση με την έννοια της παρακίνησης και προκαλείται όταν το άτομο ικανοποιήσει συγκεκριμένες ανάγκες ή/και κίνητρα του, μέσα από τη συμμετοχή του σε αθλητικές δραστηριότητες.

Τέλος, ορισμένοι ερευνητές προσπάθησαν να εντοπίσουν τη σχέση μεταξύ αθλητικής ικανοποίησης και ασάφειας του ρόλου των αθλητών τόσο αγωνιστικά όσο και γενικότερα στην λειτουργία της ομάδας. Παράδειγμα αποτελούν οι Eys και οι συνεργάτες του (2003), οι οποίοι σε έρευνά τους παρατήρησαν ότι οι χαμηλότερες αντιλήψεις για την ασάφεια ρόλου σχετίστηκαν με υψηλότερη ικανοποίηση αθλητών. Στα ίδια ευρήματα κατέληξαν και οι Bray, Beauchamp, Eys και Carron (2004), οι οποίοι εξετάζοντας την ανάγκη αποσαφήνισης των ρόλων, ερευνώντας 112 παίκτες χόκεϊ επί πάγου, παρατήρησαν ότι η μεγαλύτερη ασάφεια ρόλων συνδέθηκε με χαμηλότερη ικανοποίηση αθλητή.

## ***2.2. Σχέση της «συνοχής ομάδας» με την ικανοποίηση αθλητών***

Η άποψη πως η συνοχή μιας ομάδας έχει άμεση σχέση με την ικανοποίηση των μελών της, δεν προέκυψε τα τελευταία χρόνια. Οι Martens και Peterson (1971), σε μελέτη τους βρήκαν πως αθλητές καλαθοσφαίρισης που αποτελούσαν μέλη ομάδων με μεγάλη συνάφεια, σημείωσαν μεγαλύτερα επίπεδα ικανοποίησης, όσον αφορά την εκτέλεση καθήκοντος και τους κοινωνικούς παράγοντες της ομάδας σε σχέση με αθλητές που ήταν μέλη ομάδων με λιγότερη συνοχή. Συνεπώς, υφίσταται

μια αμοιβαία σχέση μεταξύ συνοχής, ικανοποίησης και αποτελέσματος. Στο θέμα αυτό οι Williams και Hacker (1982), έδειξαν ότι η θετική αντίληψη των αθλητών χόκει για τη συνοχή της ομάδας τους, επηρεάζει θετικά, τόσο την ικανοποίηση των αθλητών όσο και την απόδοσή τους.

Επιπρόσθετα, σε επίλεκτες γυναικείες ομάδες γκολφ αναφέρθηκε ότι η ικανοποίηση αποτελεί τον καλύτερο και απλούστερο τρόπο για να προβλεφθεί η συνοχή της ομάδας ως προς την επίτευξη του κοινού στόχου και την αλληλεπίδραση των παικτριών (Widmeyer & Williams, 1991). Παράλληλα, υποστηρίχθηκε ότι, όσο καλύτερη είναι η επίγνωση του ομαδικού καθήκοντος, αλλά και η κοινωνική ομοιογένεια των αθλητών μιας ομάδας, τόσο μεγαλύτερη είναι και η ικανοποίησή τους όσον αφορά στους στόχους που θέλουν να πετύχουν ως ομάδα (Brawley, Carron, & Widmeyer, 1993). Η αρχική διάκριση μεταξύ ατομικής ικανοποίησης και ικανοποίησης σε σχέση με την ομάδα, εντοπίστηκε σε μελέτη που πραγματοποιήθηκε σε αθλητικό περιβάλλον (Chelladurai & Reimer, 1997).

Επίσης, αποτελέσματα ερευνών έδειξαν ότι η συνοχή της ομάδας έχει θετική σχέση με την ικανοποίηση που νιώθουν οι αθλητές και αθλήτριες ως μέλη της ομάδας (Windmeyer, Carron & Brawley, 1993). Επιπλέον, έρευνα των Windmeyer και Williams (1991) στο άθλημα του γκολφ έδειξε ότι, τόσο η αντίληψη του δεσίματος της ομάδας, όσο και η ελκυστικότητα του ατόμου στην ομάδα επηρεάζουν την ικανοποίησή τους. Επιπρόσθετα, το αγωνιστικό επίπεδο μιας ομάδας είναι πιθανό να ασκεί επίδραση στην ικανοποίηση των αθλητών της κι αυτό συμβαίνει κυρίως, όταν οι αθλητές επηρεάζονται από το κλίμα της ομάδας (Barcikowski, 1981; West, Biesanz & Pitts, 2000). Σε έρευνα που συσχέτισε τις ηγετικές ικανότητες των προπονητών με το φύλο έχει παρατηρηθεί ότι ενώ οι άνδρες δεν είχαν ιδιαίτερο πρόβλημα να αποκτήσουν ηγετικές ικανότητες από άνδρα ή γυναίκα προπονήτρια, οι γυναίκες προτίμησαν τις γυναίκες προπονήτριες (Rayburn, Goetz & Osman, 2001).

Εκτός αυτών, οι Riemer και Chelladurai (2001), χρησιμοποίησαν σε 649 αθλητές-φοιτητές από 14 Πανεπιστήμια του Καναδά την «Κλίμακα Αθλητικής Ικανοποίησης» και επισήμαναν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αθλητών και αθλητριών στον παράγοντα «προσωπική απόδοση». Οι ίδιοι ερευνητές διαπίστωσαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σχετικά με την αθλητική εμπειρία των αθλητών/τριών. Πιο συγκεκριμένα, οι έμπειροι αθλητές ασκούσαν αυστηρότερη κριτική τόσο στους ίδιους όσο και στον προπονητή/τρια τους. Αντίθετα η

εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης ως παράγοντας δεν επηρέασε τα επίπεδα ικανοποίησης των αθλητών.

Σε έρευνα των Θεοδωράκη και Μπεμπέτσου (2003), 141 αθλητές και αθλήτριες ομαδικών αθλημάτων αξιολογήθηκαν ως προς την ηγεσία και την ατομική απόδοση. Οι αθλητές ήταν περισσότερο ικανοποιημένοι από τις αθλήτριες, όσον αφορά στην προσωπική τους απόδοση, γεγονός που αποδεικνύει ότι οι αθλήτριες, ίσως, να κρίνουν αυστηρότερα τους εαυτούς τους ή/και να έχουν υψηλότερες προσδοκίες από ότι οι αθλητές. Στην ίδια έρευνα η αθλητική εμπειρία, φαίνεται ότι επηρέασε τα επίπεδα ικανοποίησης των αθλητών/τριών. Αναλυτικότερα, οι αθλητές/τριες με μεγαλύτερη αθλητική εμπειρία άσκησαν αυστηρότερη κριτική στην ηγετική συμπεριφορά του/της προπονητή/τρια τους, από ότι οι αθλητές/τριες με μικρότερη αγωνιστική εμπειρία. Όμοια, οι πιο έμπειροι αθλητές/τριες φάνηκε ότι ήταν λιγότερο ικανοποιημένοι από την απόδοσή τους. Αυτό πιθανότατα να σημαίνει ότι οι πιο έμπειροι αθλητές/τριες έχουν περισσότερες απαιτήσεις τόσο από τον προπονητή τους, όσο και από τους εαυτούς τους. Επιπλέον, παρατηρήθηκε ότι το άθλημα δεν επηρέασε το επίπεδο ικανοποίησης των αθλητών και αθλητριών, τόσο ως προς τον παράγοντα ηγεσία, όσο και προς την ατομική τους απόδοση. Εξετάστηκε επίσης και ο παράγοντας της συχνότητας προπόνησης και προέκυψε το συμπέρασμα ότι όσο πιο συχνά προπονούσαν οι αθλητές/αθλήτριες τόσο πιο ικανοποιημένοι ήταν (Θεοδωράκης & Μπεμπέτσος, 2003).

Σε μεταγενέστερη έρευνα ο Spink και οι συνεργάτες του (2005), μελέτησαν τη σχέση μεταξύ συνεργασίας των αθλητών για την ορθή εκτέλεση του καθήκοντος και της ικανοποίησης που προκύπτει από αυτή τη συνεργασία. Η έρευνα αυτή χρησιμοποίησε ένα πολυεπίπεδο μοντέλο το οποίο δοκιμάζει τις ατομικές και ομαδικές επιδράσεις των αθλητών. Το συγκεκριμένο μοντέλο συμβάλλει στη βελτίωση της εκτίμησης των επιδράσεων που συμβαίνουν μεταξύ των ατόμων και των ομάδων (Spink, Nickel, Wilson & Odnokon, 2005).

Το συμπέρασμα αυτό συμφωνεί απολύτως με μία νεώτερη μελέτη της Hope (2006) στην οποία συμμετείχαν 180 αθλήτριες ποδοσφαίρου από τις τρεις πρώτες Κατηγορίες του Αμερικανικού πρωταθλήματος. Τα ευρήματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές σχέσεις των τριών εκ των τεσσάρων διαστάσεων της συνοχής (ατομική έλξη προς το έργο, ατομική έλξη προς τις κοινωνικές σχέσεις και ομαδική ενσωμάτωση προς το έργο) με τους πέντε παράγοντες της αθλητικής ικανοποίησης

(παράγοντες ηγεσίας, προσωπικοί, οργανωτικοί, ομαδικοί και παράγοντες ατομικής απόδοσης).

Σε έρευνά του ο Ramzaninezhad (2009), επαλήθευσε τη σχέση μεταξύ ομαδικής συνοχής και ικανοποίησης αθλητών. Πιο συγκεκριμένα, διαπιστώθηκε σε 272 Ιρανούς επαγγελματίες αθλητές ομαδικών αθλημάτων (βόλεϊ, ποδόσφαιρο, μπάσκετ, χάντμπολ και ποδόσφαιρο σάλας) ότι η συνοχή της ομάδας συνδέεται άμεσα με την αθλητική ικανοποίηση.

Ο Andrade και οι συνεργάτες του (2011) σε μία από τις πλέον πρόσφατες έρευνες διερεύνησαν τα επίπεδα αθλητικής ικανοποίησης και συνοχής ομάδας σε 58 αθλητές που συμμετείχαν στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου σάλας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι ομάδες με υψηλότερα επίπεδα αθλητικής ικανοποίησης είχαν υψηλότερη αντίληψη της ομαδικής συνοχής. Ομάδες που επέδειξαν χαμηλά επίπεδα προσωπικής ικανοποίησης εμφάνισαν χαμηλότερη αντίληψη της συνοχής ομάδας.

Με βάση τις παραπάνω θεωρίες, υπάρχει αρκετός χώρος και ανάγκη για περαιτέρω έρευνα, τόσο στο διεθνές όσο και στον Ελλαδικό αθλητικό χώρο, ώστε να ερευνηθεί η σχέση της συνοχής ομάδας με την ικανοποίηση των αθλητών σε ομαδικά αθλήματα. Η παρούσα έρευνα αποτελεί βήμα προς την ενίσχυση αυτών των δεδομένων.

### **3. Θυμός –Επιθετικότητα**

#### **3.1 Ορισμοί**

Ένα πρόσθετο πεδίο με το οποίο θα ασχοληθεί η παρούσα έρευνα αποτελεί ο θυμός και η επιθετικότητα των αθλητών/τριών, ιδιαίτερα εκείνων που συμμετέχουν σε ομαδικά αθλήματα. Στο χώρο του αθλητισμού διακρίνονται πολλά συναισθήματα που πρέπει να εξεταστούν. Έτσι, η επιθετικότητα και ο θυμός συχνά παρατηρούνται ως επιθετικές συμπεριφορές στον αθλητικό τομέα και ιδιαίτερα σε αθλήματα επαφής όπως το χόκεϊ επί πάγου, το αμερικανικό ποδόσφαιρο, το μποξ και το καράτε (Terry & Slade, 1995; Maxwell, 2004; Ruiz & Hanin, 2004a,b). Η επιθετικότητα και ο θυμός αποτελούν ψυχοβιολογικές αντιδράσεις που ενυπάρχουν στις αθλητικές αναμετρήσεις, έχουν αναγνωριστεί ως δύο από τα πιο ισχυρά στοιχεία της επιθετικής συμπεριφοράς και πολλές φορές επηρεάζουν καθοριστικά το αποτέλεσμα ενός αθλητικού αγώνα. Οι αθλητές που νιώθουν

αισθήματα θυμού κι επιθετικότητας κατά τη διάρκεια ενός αγώνα, είναι πολύ πιθανό και να τα εκφράσουν (Berkowitz, 1993). Ως εκ τούτου, ο θυμός και η επιθετικότητα αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες στην αναγνώριση αθλητών με επιθετικά συναισθήματα (Μπεμπέτσος, Χριστοφορίδης & Μάντης, 2008).

Πολλοί ερευνητές προσπάθησαν ν' αποδώσουν τη σημασία του όρου «θυμός-επιθετικότητα» ενός αθλητή που συμμετέχει σε ανταγωνιστικά αθλήματα. Ενδεικτικά σύμφωνα με τον Averil (1983), ο θυμός είναι το αποτέλεσμα της απειλής της καλής φυσικής ή ψυχολογικής κατάστασης ενός ατόμου, ενώ οι Husman και Silva (1984), ορίζουν ως αθλητική επιθετικότητα «κάθε συμπεριφορά που δεν αναγνωρίζεται ως νόμιμη μέσα από τους επίσημους κανονισμούς του αθλήματος, η οποία είναι κατευθυνόμενη προς ένα αντίπαλο, διαιτητή, συναθλητή ή φίλαθλο, ο οποίος προσπαθεί να την αποφύγει» (p.280). Παρόμοιο ορισμό μας έδωσε και ο Berkowitz (1993) κατά τον οποίο η επιθετικότητα των αθλητών είναι «η πρόθεση να βλάψει κάποιον σωματικά, προφορικά ή ψυχολογικά που έχει ως κίνητρο να αποφύγει μια τέτοια συμπεριφορά» (p.3).

Παρόλα αυτά, ο ορισμός που θεωρείται επικρατέστερος και χρησιμοποιείται ευρέως στις ερευνητικές διαδικασίες είναι αυτός που απέδωσε ο Maxwell (2004) σύμφωνα με τον οποίο «επιθετικότητα είναι οποιαδήποτε συμπεριφορά, μη αναγνωρισμένη ως νόμιμη στα πλαίσια των επίσημων κανονισμών διεξαγωγής ενός αθλήματος που προορίζεται εναντίον του αντιπάλου» (p.279).

### **3.2 Είδη επιθετικότητας**

Ο Berkowitz (1993) διακρίνει δύο είδη επιθετικότητας: την *εχθρική επιθετικότητα* στην οποία ο στόχος είναι η πρόκληση βλάβης (ο δράστης θέλει απλά το θύμα να υποφέρει, π.χ. ένας παίκτης ποδοσφαίρου εσκεμμένα και παράνομα βάζει τρικλοποδιά σε έναν αντίπαλο με αποκλειστικό σκοπό να τον τραυματίσει) και την *συντελεστική επιθετικότητα* που έχει ως στόχο την κατάκτηση κάποιου εξωτερικού σκοπού, πέρα και πάνω από τον τραυματισμό του άλλου παίκτη. Οι αθλητές μπορεί, για παράδειγμα, να επιχειρήσουν να βλάψουν έναν αντίπαλο, επειδή πιστεύουν ότι με αυτόν τον τρόπο θα αυξήσουν τις πιθανότητές τους για νίκη (Berkowitz, 1993).

Σε μεταγενέστερη έρευνα, ο Kerr (1999) διακρίνει την επιθετικότητα σε αποδεκτή και μη αποδεκτή. Αντικείμενο ανησυχίας και διερεύνησης αποτελεί η μη αποδεκτή επιθετικότητα ενώ, σύμφωνα με τον ερευνητή, σε πολλά αθλήματα



παρουσιάζονται περιστατικά επιθετικότητας που είναι ανεκτά ή επισήμως αποδεκτά. Όταν τέτοιες συμπεριφορές γίνονται αποδεκτές, είναι πλέον ανεκτές γενικότερα, παρόλο που δεν συμμορφώνονται στους επίσημους κανονισμούς του αθλητισμού. Στο ποδόσφαιρο για παράδειγμα, είναι ευρέως διαδεδομένο οι ποδοσφαιριστές να διαπληκτίζονται με τους διαιτητές ή και άλλους επίσημους παράγοντες. Αξίζει πάντως να σημειωθεί ότι, η ανοχή της επιθετικής συμπεριφοράς μόνο και μόνο επειδή η δεύτερη συνηθίζεται στον αθλητισμό, δε δικαιολογεί και την εμφάνισή της ούτε μεταβάλλει το γεγονός ότι ο αποδέκτης σχεδόν πάντα τείνει να αποφεύγει μια τέτοια συμπεριφορά (Kerr, 1999).

Βασικό αντικείμενο της μελέτης της επιθετικότητας και του θυμού στον αγωνιστικό αθλητισμό είναι η μέτρηση της έντασής τους και η σχέση τους με την απόδοση. Η μελέτη της σχέσης τους με την απόδοση αναμένεται ότι θα βοηθήσει αθλητές/τριες, προπονητές/τριες να συμβάλουν στη μεγιστοποίηση της απόδοσης. Οι έρευνες οι οποίες έχουν γίνει σε αυτό το θέμα έχουν οδηγήσει σε αντικρουόμενα αποτελέσματα. Έτσι για παράδειγμα ενώ η μεγάλη πλειοψηφία των ερευνών δείχνει ότι ο θυμός και η επιθετικότητα επηρεάζουν αρνητικά την απόδοση, υπάρχουν έρευνες στις οποίες δεν είχαν καμία επίδραση στην απόδοση (Lazarus, 2000).

Ο Tiedens (2001), μελέτησε τις συνέπειες του θυμού, της λύπης και της ευτυχίας σχετικά με την εξαγωγή εχθρικών συμπερασμάτων σε επιθετικούς και μη επιθετικούς ανθρώπους και κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ο θυμός επηρέασε την εχθρική εξαγωγή συμπερασμάτων στους επιθετικούς ανθρώπους. Σε νεώτερη μελέτη των Robazza και Bortoli (2007), υποστηρίζεται ότι ο θυμός και η επιθετικότητα μπορούν είτε να αποδιοργανώσουν και να μειώσουν την αθλητική επίδοση ή, αντιστρόφως, να ωθήσουν και να οργανώσουν τη συμπεριφορά προς την επίτευξη μιας εργασίας. Τέλος, ο θυμός και η επιθετικότητα των αθλητών/τριών που συμμετέχουν σε ανταγωνιστικά αθλήματα έχουν απασχολήσει πολλούς ερευνητές, καθώς αποτελούν δύο πολύ κρίσιμα προβλήματα στη συμπεριφορά και συνεπώς, την απόδοση των αθλητών, ιδιαίτερα εκείνων που συμμετέχουν σε αθλήματα όπου κυριαρχεί η σωματική επαφή (Conroy, Silva, Newcomer, Walker & Johnson, 2001; Stephens, 1998).

### **3.3. Σχέση Θυμού-Επιθετικότητας με το φύλο**

Το φύλο και η σχέση του με το θυμό και την επιθετικότητα των αθλητών/τριών αποτέλεσε και συνεχίζει να αποτελεί αντικείμενο έρευνας αρκετών μελετητών. Σε σχετική μελέτη ο Butler (1990), διερευνώντας γυναικείες αθλητικές ομάδες σε σχέση με την επιθετικότητα διαπίστωσε ότι γυναίκες που ασχολούνται με αθλήματα επαφής, υιοθετούν συχνότερα επιθετικές συμπεριφορές.

Ο Young (1993), με τη σειρά του αξιολόγησε την επιθετικότητα σε ανδρικές αθλητικές ομάδες και βρήκε ότι όσο οι άντρες εμπλέκονται σε ένα άθλημα έντονης επαφής τόσο υιοθετούν μια επιθετική τάση, καθώς θεωρούν μια τέτοια συμπεριφορά ως προέκταση του αθλήματός τους και κατ' επέκταση ως φυσικό χαρακτηριστικό του εαυτού τους. Αθλητές που δικαιολογούνται περισσότερο να έχουν επιθετική συμπεριφορά, είναι περισσότερο οι άντρες που συμμετέχουν σε σπορ επαφής και σύγκρουσης (Conroy, Silva, Newcomer, Walker & Johnson, 2001). Έτσι οι διαφορές των δύο φύλων ως προς την επιθετική συμπεριφορά έχουν βιολογική βάση και είναι μεγαλύτερες για περισσότερο κλιμακούμενες μορφές επιθετικότητας, (Archer, Kilpatrick, & Bramwel, 2005).

Σε πρόσφατη έρευνα ο Χριστοφορίδης και οι συνεργάτες του (2010) διερεύνησαν τη σχέση του θυμού και της επιθετικότητας με το φύλο και την αθλητική εμπειρία σε 154 αθλητές χειροσφαίρισης. Τα ευρήματα έδειξαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας και θυμού στους άνδρες από τις γυναίκες. Επιπλέον, οι πιο έμπειροι αθλητές εμφάνισαν μεγαλύτερες τιμές επιθετικότητας, σε αντίθεση με προηγούμενα ερευνητικά δεδομένα (Κωνσταντούλας, Μπεμπέτσος, & Μιχαηλίδου, 2006; Bebetos & Konstantoulas, 2006; Μπεμπέτσος & συν., 2008). Σε ότι αφορά στην επίδραση της αθλητικής εμπειρίας στο θυμό, δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές.

Χαρακτηριστική είναι η προσπάθεια των Maxwell και Moores (2007), οι οποίοι χρησιμοποίησαν τη μέθοδο της παρατήρησης, της συνέντευξης και της διανομής ερωτηματολογίων και συγκέντρωσαν πληροφορίες για την ψυχολογία του αθλητή κατά τη διάρκεια ενός αγώνα. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα οι αθλητές αθλημάτων επαφής, σημείωσαν υψηλότερα ποσοστά θυμού και επιθετικότητας όπως και ότι οι άντρες ήταν πιο επιθετικοί από τις γυναίκες. Η μεγαλύτερη επιθετικότητα των ανδρών απ' ότι των γυναικών επιβεβαιώθηκε από τους Μπεμπέτσο και συνεργάτες (2008), οι οποίοι διερεύνησαν τα επίπεδα της επιθετικότητας 175 αθλητών χειροσφαίρισης (75 άντρες και 100 γυναίκες), που συμμετείχαν στο πρωτάθλημα πρώτης Εθνικής κατηγορίας της χειροσφαίρισης. Οι ερευνητές συμπέραναν ότι οι άντρες παρουσιάζουν πιο επιθετικές συμπεριφορές από τις

γυναίκες που φαίνεται να είναι πιο συναισθηματικές. Σε ανάλογα ευρήματα κατέληξε και ο Βλαχόπουλος με τους συνεργάτες του (2010), οι οποίοι διενήργησαν έρευνα στη χειροσφαίριση με δείγμα 210 αθλητές/τριες χειροσφαίρισης και διαπίστωσαν ότι οι αθλητές παρουσίασαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας και θυμού, σε σχέση με τις αθλήτριες. Τέλος, παρόμοια εικόνα απέδειξαν και οι Ζουμπουλιός και συνεργάτες (2011) μελετώντας αθλητές/τριες υδατοσφαίρισης αλλά και ο Πρώιος (2012), ο οποίος διερεύνησε 140 αθλητές/τριες από τα αθλήματα της ρυθμικής, της ενόργανης και της ακροβατικής Γυμναστικής και βρήκε ότι οι αθλητές εμφάνισαν στατιστικά μεγαλύτερα επίπεδα θυμού από τις αθλήτριες.

### **3.4. Σχέση Θυμού-Επιθετικότητας με το είδος αθλήματος**

Μεταξύ των αθλημάτων διακρίνονται διαφορές (Mountakis, et al, 1992). Υπάρχουν αθλήματα που μπορεί να προκαλέσουν σωματική σύγκρουση ή συνωστισμό (ποδόσφαιρο, χόκεϋ, ράγκμπυ, χειροσφαίριση, καλαθοσφαίριση) κι άλλα που δεν περιέχουν τη σωματική επαφή και δεν παράγουν εύκολα βίαιες ενέργειες (καταδύσεις, στίβος, συγχρονική κολύμβηση, ενόργανη γυμναστική).

Οι Tucker και συνεργάτες (2001), μελετώντας την επιθετικότητα στον αθλητισμό εξέτασαν τις αντιλήψεις 162 αθλητών και αθλητριών πρώτης Κατηγορίας που προερχόταν από αθλήματα σύγκρουσης, αθλήματα επαφής και αθλήματα μη επαφής. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα οι αθλητές/τριες αθλημάτων σωματικής σύγκρουσης σημείωσαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας από τους υπόλοιπους αθλητές/τριες.

Σε έρευνά του ο Maxwell (2004), διαπίστωσε πως οι αθλητές ομαδικών αθλημάτων είναι πιο επιθετικοί από τους άλλους. Επίσης, οι αθλητές του μπάσκετ, ποδοσφαίρου και ράγκμπυ, σημείωσαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας από τους αθλητές του σκουός. Σε αθλήματα όπως είναι το μπάσκετ, το ποδόσφαιρο και το σκουός, παρατηρήθηκε ότι τα επίπεδα θυμού παραμένουν σταθερά ή μειώνονται όσο η ηλικία κι η εμπειρία των αθλητών αυξάνεται (Maxwell, Vissek & Moores, 2009).

Τέλος, σε μία από τις πιο πρόσφατες έρευνες ο Πρώιος(2012) μελετώντας 140 αθλητές από διαφορετικές ομάδες (ενόργανη, ρυθμική και ακροβατική Γυμναστική), διαπίστωσε σημαντική επίδραση του τύπου του αθλήματος στα αποτελέσματά του. Συγκεκριμένα οι αθλητές της Ενόργανης Γυμναστικής παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα θυμού από τους αθλητές των άλλων δύο αθλημάτων.

### **3.5. Σχέση Θυμού-Επιθετικότητας με ηλικία και αγωνιστικό επίπεδο**

Στην βιβλιογραφία δεν υπάρχει ικανοποιητικός αριθμός μελετών που διερεύνησαν τη σχέση θυμού και επιθετικότητας με την ηλικία και το αγωνιστικό επίπεδο των αθλητών/τριών. Αποδείχθηκε ερευνητικά ότι όσο οι αθλητές ωριμάζουν, είναι πιο εφικτό να υιοθετούν στρατηγικές που τους βοηθούν να χειρίζονται καλύτερα τα συναισθήματά τους κι έτσι, να μην εκδηλώνουν τα επίπεδα θυμού που εμφανίζουν οι πιο άπειροι αθλητές. Όσο ανεβαίνει το επίπεδο των αθλητών τόσο μειώνονται τα ποσοστά εκδήλωσης της επιθετικότητας, καθώς οι αθλητές αποκτούν την εμπειρία να ελέγχουν αποτελεσματικότερα τα συναισθήματά τους (Maxwell, Visek & Moores, 2009).

Στα ίδια αποτελέσματα κατέληξαν και έρευνες που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα τόσο στην πετοσφαίριση όπου οι αθλητές της Α<sub>2</sub> Εθνικής Κατηγορίας παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας από τους αθλητές της Β' Εθνικής όσο και στην υδατοσφαίριση όπου βρέθηκε ότι οι αθλητές της Β' Εθνικής κατηγορίας εμφάνισαν υψηλότερα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας από τους αθλητές της Α<sub>2</sub> κατηγορίας (Δουλγεράκης & συν., 2008; Ζουμπουλιάς & συν., 2011). Ωστόσο δεν προκύπτει στατιστικά σημαντική διαφοροποίηση στην συμπεριφορά τους αναφορικά με την ηλικία, τον εβδομαδιαίο αριθμό προπονήσεων και την αθλητική εμπειρία.

Επιπροσθέτως, μία μελέτη που χρίζει αναφοράς είναι αυτή των Gee και Leith (2007), οι οποίοι εξέτασαν την επιθετική συμπεριφορά σε παίκτες επαγγελματίες στο χόκεϊ επί πάγου με μία δια-πολιτιστική σύγκριση παικτών που κατάγονται από τη Βόρεια Αμερική και Ευρώπη στο Εθνικό Πρωτάθλημα χόκεϊ της Αμερικής (NHL). Η μελέτη αξιοποίησε τα αρχεία με τις ποινές από τα πρώτα 200 παιχνίδια της κανονικής περιόδου του 2003–2004 για το Εθνικό Πρωτάθλημα Χόκεϊ (NHL). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι Αμερικανοί παίκτες διέπραξαν σημαντικά περισσότερο επιθετικές και μη-επιθετικές, πράξεις σε σχέση με τους Ευρωπαίους αντιπάλους τους. Ωστόσο, η κατανομή των επιθετικών πράξεων και των δύο ομάδων ήταν σχετικά παρόμοια όταν εξετάστηκαν σύμφωνα με τους καθοριστικούς παράγοντες αυτής της έρευνας (π.χ. η διαφοροποίηση του αποτελέσματος). Τα συγκεκριμένα αποτελέσματα αντίκρουσαν την κοινώς αποδεκτή αντίληψη ότι η επιθετική συμπεριφορά είναι ένα

φυσικό υποπροϊόν της από φύσεως απογοήτευσης στο χόκεϊ και επίσης, ότι τέτοιες συμπεριφορές επιταχύνουν την απόδοση (Gee & Leith, 2007).

Συμπερασματικά από τα μέχρι τώρα ερευνητικά δεδομένα γίνεται φανερό ότι η συνοχή ομάδας έχει κύριο ρόλο στο χώρο των ομαδικών αθλημάτων. Παρόλο όμως που έχει διεξαχθεί πλήθος ερευνών για τη σχέση της με άλλες μεταβλητές επιβάλλεται η μελλοντική διερεύνησή της. Όσον αφορά στην ικανοποίηση αθλητών και στα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας στα ομαδικά αθλήματα δεν συναντάται στη βιβλιογραφία ικανοποιητικός αριθμός ερευνών ώστε να υπάρξει η δυνατότητα να εκφραστεί ολοκληρωμένη αντίληψη. Πολύ περισσότερο δεν έχει μελετηθεί η σχέση που διαφαίνεται να υπάρχει μεταξύ των τριών προαναφερμένων παραμέτρων. Συνεπώς η αναγκαιότητα της παρούσας μελέτης κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική, διότι ερευνήθηκε η συνοχή ομάδας των αθλητών/τριών ομαδικών αθλημάτων και κατά πόσο η ικανοποίηση των αθλητών και τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας επηρέασαν τα επίπεδα της συνοχής. Επίσης, διερευνήθηκε εάν και σε ποιο βαθμό οι μεταβλητές της ικανοποίησης των αθλητών και της επιθετικότητας και του θυμού διαφέρουν από μία ομάδα παραγόντων όπως το φύλο, η ηλικία, η αθλητική εμπειρία, τα έτη παραμονής στην ίδια ομάδα, ο εβδομαδιαίος αριθμός προπονήσεων, η αγωνιστική θέση και η αγωνιστική κατηγορία. Η παρούσα έρευνα θα δώσει πληροφορίες για έναν πληθυσμό αθλητών/τριών, οι οποίοι/ες θα μπορέσουν να αξιοποιηθούν από προπονητές/τριες και αθλητικούς ψυχολόγους, με απώτερο σκοπό, τη μέγιστη αξιοποίηση των προπονητικών ερεθισμάτων και πιθανή μείωση της επιθετικότητας. Για το λόγο αυτό θα πρέπει μελλοντικά να πραγματοποιηθούν περισσότερες μελέτες αξιολόγησης της «συνοχής ομάδας» και της σχέσης της τόσο με την «ικανοποίηση των αθλητών/τριών» όσο και με τα «επίπεδα θυμού και επιθετικότητας» που παρουσιάζουν αυτοί/τές.

*Επιρροή της συνοχής στην επιθετικότητα και την ικανοποίηση αθλητών ομαδικών αθλημάτων*



### III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

#### *Δείγμα*

Στην έρευνα έλαβαν μέρος 615 αθλητές/τριες (291 άντρες και 324 γυναίκες), ηλικίας 15-36 ετών (Μ.Ο.=24.2, Τ.Α.=4.8), των αγωνιστικών κατηγοριών Α', Β' και Γ' Εθνικής κατηγορίας, αντρών-γυναικών, που συμμετείχαν σε αθλητικές ομάδες ποδοσφαίρου, καλαθοσφαίρισης, πετοσφαίρισης, χειροσφαίρισης και υδατοσφαίρισης της Θράκης, Αττικής, Στερεάς και Κεντρικής Ελλάδας. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν κατά την διάρκεια της αγωνιστικής περιόδου 2011-2012.

#### *Όργανα Μέτρησης*

Για τη διεξαγωγή της έρευνας επιλέχθηκαν ερωτηματολόγια με κριτήρια επιλογής:

- 1) τη σχέση των ερωτηματολογίων με το θεωρητικό και ερευνητικό πεδίο της μελέτης, περί συνοχής ομάδας, ικανοποίησης αθλητών και επιπέδων θυμού και επιθετικότητας αθλητών/τριων ομαδικών αθλημάτων και
- 2) την προσαρμογή των ερωτηματολογίων στο χώρο του αθλητισμού και ιδιαίτερα σε αθλητικές ομάδες

Για την αξιολόγηση της συνοχής ομάδας χρησιμοποιήθηκε το «Ερωτηματολόγιο Περιβάλλον Ομάδας» το οποίο αποτελεί προσαρμογή του «Group Environment Questionnaire», (Carron, Widmeyer & Brawley, 1985) και αξιολογεί τις προσωπικές αντιλήψεις των μελών μιας αθλητικής ομάδας όσον αφορά στο ομαδικό έργο και τις κοινωνικές σχέσεις ως παράγοντες εξέλιξης και διατήρησης της συνοχής ομάδας. Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο έχει προσαρμοστεί στον ελληνικό πληθυσμό (Αγγελονίδης, Κάκκος, Ζέρβας & Ψυχουντάκη, 1993-94) και περιλαμβάνει 18 θέματα-ερωτήματα τα οποία απαρτίζουν 4 παράγοντες: (1) ατομική έλξη/εμπλοκή στο ομαδικό έργο, ο οποίος αποτελείται από 4 ερωτήσεις και προσδιορίζει τα ατομικά συναισθήματα των μελών της ομάδας για την προσωπική τους ανάμειξη-εμπλοκή-



έλξη στο έργο της ομάδας (π.χ. ερώτηση: «είμαι ευχαριστημένος από τον χρόνο που παίζω στους αγώνες»), (2) ατομική έλξη/εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις, ο οποίος αποτελείται από 5 ερωτήσεις και προσδιορίζει τα ατομικά συναισθήματα των μελών της ομάδας για την προσωπική τους ανάμειξη-εμπλοκή-έλξη στην αποδοχή και στην κοινωνική αλληλεπίδραση με την ομάδα ως σύνολο (π.χ. ερώτηση: «μου αρέσει να συμμετάσχω στις κοινωνικές εκδηλώσεις τις ομάδες»), (3) ομαδικό έργο, ο οποίος αποτελείται από 5 ερωτήσεις και ελέγχει τα συναισθήματα των μελών της ομάδας σχετικά με την ομοιότητα, εγγύτητα και δέσμευση εντός της ομάδας σαν ένα σύνολο ως προς το ομαδικό έργο (π.χ. ερώτηση: «η ομάδα είναι ενωμένη στην προσπάθεια να πετύχει τους αγωνιστικούς της στόχους») και (4) κοινωνικές σχέσεις, ο οποίος αποτελείται από 4 ερωτήσεις και ελέγχει τα συναισθήματα των μελών της ομάδας σχετικά με την ομοιότητα, εγγύτητα και δέσμευση εντός της ομάδας ως ένα ενιαίο κοινωνικό σύνολο (π.χ. ερώτηση «τα μέλη της ομάδας μας θα προτιμούσαν μάλλον να βγαίνουν έξω όλοι μαζί σαν ομάδα, παρά μόνοι τους»). Οι αθλητές/τριες απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία εννιαβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το διαφωνώ απόλυτα (1) ως το συμφωνώ απόλυτα (9).

Για την αξιολόγηση της Αθλητικής Ικανοποίησης χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο «Κλίμακας Ικανοποίησης Αθλητών» το οποίο αποτελεί προσαρμογή του «Athletes Satisfaction Scale» (Chelladurai, Inamura, Yamaguchi, Oinuma, & Miyauchi, 1998), τροποποιημένο για τον ελληνικό πληθυσμό από τους Θεοδωράκη και Μπεμπέτσο (2003). Η κλίμακα περιλαμβάνει 10 ερωτήματα, και περιέχει δύο διαστάσεις: την ηγεσία, παράγοντας ο οποίος αποτελείται από επτά ερωτήματα όπως π.χ. «την υποστήριξη του προπονητή μου» και την προσωπική απόδοση, παράγοντας ο οποίος περιλαμβάνει τρία ερωτήματα σχετικά με την ατομική απόδοση όπως π.χ. «τον τρόπο που αγωνίζομαι». Οι αθλητές/τριες απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το απόλυτα δυσαρεστημένος/η (1) ως το απόλυτα ικανοποιημένος/η (7).

Τέλος, όσον αφορά στην αξιολόγηση του θυμού και της επιθετικότητας, χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο «Κλίμακας Επιθετικότητας και Θυμού» το οποίο αποτελεί προσαρμογή του «Competitive Aggressiveness Anger Scale» (Maxwell & Moores, 2007), η οποία έχει μεταφραστεί και χρησιμοποιηθεί στην Ελλάδα από τους Μπεμπέτσο, Χριστοφορίδη και Μάντη (2008). Το ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει 12 ερωτήματα και περιέχει 2 διαστάσεις: το θυμό, παράγοντας ο οποίος αποτελείται από 6 ερωτήματα, όπως π.χ. «νιώθω εχθρικά προς τον αντίπαλο μου αν

ηττηθώ» και την επιθετικότητα, παράγοντας ο οποίος αποτελείται επίσης από 6 ερωτήματα όπως, π.χ. «προσβάλλω λεκτικά τους αντιπάλους μου ώστε να χάνουν την προσοχή τους». Οι αθλητές/τριες απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το «Ποτέ» (1) ως το «Συνέχεια» (5).

Επίσης, τα ερωτηματολόγια της έρευνας περιελάμβαναν ερωτήματα σχετικά με το φύλο, την ηλικία, την αθλητική εμπειρία, την αγωνιστική κατηγορία, τα χρόνια παραμονής στη ομάδα, την εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης και το αν οι αθλητές/τριες αγωνίζονται σαν βασικοί ή αναπληρωματικοί.

### ***Διαδικασία συλλογής δεδομένων***

Αρχικά ο ερευνητής σε επικοινωνία με το προπονητικό επιτελείο-σε αρκετές περιπτώσεις και με το διοικητικό συμβούλιο-του συλλόγου εξασφάλισε τη σύμφωνη γνώμη τους για τη συμμετοχή του συγκεκριμένου σωματείου στη διεξαγωγή της έρευνας. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά την διάρκεια της β' φάσης της αγωνιστικής περιόδου 2011-2012 και συγκεκριμένα κατά το χρονικό διάστημα Ιανουαρίου –Απριλίου 2012. Ο μελετητής προσερχόταν κατόπιν συνεννόησης στους χώρους άθλησης των αθλητών/τριών, λίγη ώρα πριν την έναρξη της προπόνησής τους. Η παράδοση των ερωτηματολογίων στους αθλητές/τριες έγινε ιδιοχείρως. Πριν την έναρξη της διαδικασίας συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων οι παίκτες/τριες εν συντομία ενημερώθηκαν για τους σκοπούς της έρευνας και έλαβαν τις απαραίτητες οδηγίες και επεξηγήσεις σε οποιαδήποτε ερωτήματα και απορίες. Η συμμετοχή των αθλητών ήταν εθελοντική, ενώ παράλληλα είχαν τη διαβεβαίωση για το απόρρητο των απαντήσεων, όπως και το ότι οι απαντήσεις αυτές θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο στα πλαίσια της συγκεκριμένης έρευνας. Ο κάθε ένας συμμετέχοντας συμπλήρωσε τρία ερωτηματολόγια (Παράρτημα 1).

### ***Στατιστική ανάλυση***

Η επεξεργασία έγινε με το στατιστικό πακέτο PASW statistics 18.

Πραγματοποιήθηκαν περιγραφικές αναλύσεις για την διερεύνηση των χαρακτηριστικών του δείγματος που έλαβε μέρος στην έρευνα. Ακολούθως, χρησιμοποιήθηκε ο συντελεστής  $\alpha$  του Cronbach για τον έλεγχο της αξιοπιστίας και έγιναν αναλύσεις συσχέτισης για την διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ των

εξεταζόμενων μεταβλητών. Τέλος, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης ως προς ένα (one way) και ως προς δύο παράγοντες (two way).

## IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας αναφέρονται στα χαρακτηριστικά του δείγματος και στην αξιολόγηση των ψυχολογικών παραγόντων που σχετίζονται με την συνοχή της ομάδας, την ικανοποίηση των αθλητών, με την επιθετικότητα και τον θυμό των αθλητών και αθλητριών.

### 4.1. Γενικά χαρακτηριστικά του δείγματος

Στην παρούσα ερευνητική διαδικασία συμμετείχαν 615 αθλητές και αθλήτριες, εκ των οποίων οι 290 ήταν άντρες (47.1%), ενώ οι 325 ήταν γυναίκες (52.9%). Οι συμμετέχοντες στην έρευνα κατατάχθηκαν ηλικιακά σε τρεις ομάδες –κατηγορίες. Τα στατιστικά της κάθε κατηγορίας παρουσιάζονται στο Πίνακα 4.1.1.

**Πίνακας 4.1.1. Ηλικία των συμμετεχόντων**

Ηλικία	N	%
15-20 ετών	193	31.4
21-30 ετών	239	38.8
30-36 ετών	183	29.8
Σύνολο	615	100,0

Όσον αφορά στην αγωνιστική κατηγορία του δείγματος προέκυψαν τρεις ομάδες –κατηγορίες, όπως άλλωστε αυτές ορίζονται από την Ελληνική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία που είναι η διοργανώτρια αρχή των πρωταθλημάτων, της Α΄, Β΄ και Γ΄ Εθνικής. Τα ποσοστά της κάθε κατηγορίας βρίσκονται στον Πίνακα 4.1.2.

**Πίνακας 4.1.2. Κατηγορία συμμετεχόντων**

Κατηγορία	N	%
Α΄	127	20.6
Β΄	349	56,7
Γ΄	139	22,1
Σύνολο	615	100,0

Επιπρόσθετα, σχετικά με την αθλητική εμπειρία, το δείγμα χωρίστηκε σε τρεις υποομάδες. Πιο αναλυτικά, την πρώτη υποομάδα αποτέλεσαν οι αθλητές/τριες που είχαν αθλητική εμπειρία έως 5 έτη, τη δεύτερη υποομάδα από 6 έως 10 έτη και την τρίτη υποομάδα οι αθλητές/τριες με εμπειρία μεγαλύτερη από 11 χρόνια. Τα στατιστικά που αφορούν τις παραπάνω κατηγορίες προβάλλονται στον Πίνακα 4.1.3.

**Πίνακας 4.1.3.** Εμπειρία συμμετεχόντων

Εμπειρία	N	%
1-5 έτη	177	28,7
6-10 έτη	208	33,9
<11 έτη	230	37,4
Σύνολο	615	100

Επιπλέον, το δείγμα της παρούσας έρευνας κατατάχθηκε ανάλογα με τη συχνότητα προπόνησης σε τρεις κατηγορίες. Την πρώτη κατηγορία αποτελούσαν οι αθλητές και αθλήτριες που προπονούσαν 1-2 φορές εβδομαδιαίως, τη δεύτερη κατηγορία όσοι στη διάρκεια μίας εβδομάδας είχαν 3-5 προπονήσεις και τέλος, την τρίτη κατηγορία αποτελούσαν όσοι αθλητές και αθλήτριες είχαν περισσότερες από 5 προπονήσεις σε μία εβδομάδα. Τα στατιστικά της κάθε κατηγορίας παρουσιάζονται στον Πίνακα 4.1.4.

**Πίνακας 4.1.4.** Συχνότητα προπόνησης συμμετεχόντων

Συχνότητα προπόνησης	N	%
1-2	37	6,0
3-5	308	50,1
<5	270	43,9
Σύνολο	615	100,0

Τέλος, για τον παράγοντα «συμμετοχή» υπήρξε διαχωρισμός του δείγματος σε δύο κατηγορίες. Την πρώτη κατηγορία αποτελούσαν 299 αθλητές και αθλήτριες που είχαν θέση βασικού (48,7%), ενώ την δεύτερη κατηγορία αποτελούσαν 316 αθλητές και αθλήτριες που αγωνίστηκαν ως αναπληρωματικοί (51,3%).

## 4.2. Αξιοπιστία των εξεταζόμενων ερωτηματολογίων.

Ο έλεγχος της αξιοπιστίας του «Ερωτηματολογίου Περιβάλλοντος Ομάδας» έγινε με τη χρήση του συντελεστή  $\alpha$  του Cronbach. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν

έδειξαν ότι οι δείκτες αξιοπιστίας ήταν ικανοποιητικοί (για την ατομική έλξη στο ομαδικό έργο .71, για την ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις .71, για το ομαδικό έργο .79, για τις κοινωνικές σχέσεις .79). Επιπλέον, ο δείκτης άλφα του Cronbach στην «Κλίμακα ικανοποίηση αθλητών» ήταν σε αρκετά υψηλά επίπεδα για τον παράγοντα ηγεσία ( $\alpha=.86$ ), ενώ ήταν ικανοποιητικός για τον παράγοντα προσωπική απόδοση ( $\alpha=.72$ ). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα ερωτήματα και στους δύο παράγοντες έχουν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή. Τέλος, για τον έλεγχο της αξιοπιστίας της «Κλίμακας θυμού και επιθετικότητας» ο δείκτης  $\alpha$  του Cronbach κυμάνθηκε σε πολύ ικανοποιητικό επίπεδο τόσο για τον παράγοντα του θυμού ( $\alpha=.79$ ), όσο και για τον παράγοντα της επιθετικότητας ( $\alpha=.76$ ). Σύμφωνα με τα ανωτέρω αποτελέσματα οι παράγοντες και των τριών ερωτηματολογίων εμφάνισαν ικανοποιητική εσωτερική συνοχή (βλ. Πίνακα 4.2.1).

**Πίνακας 4.2.1.** Συντελεστής αξιοπιστίας του «Ερωτηματολογίου Περιβάλλοντος Ομάδας», της «Κλίμακας Ικανοποίησης Αθλητών» και της «Κλίμακας Θυμού και Επιθετικότητας».

Παράγοντες	$\alpha$ του Cronbach
Ατομική έλξη /εμπλοκή στο ομαδικό έργο	.71
Ατομική έλξη /εμπλοκή στις κοινωνικές σχέσεις	.71
Ομαδικό έργο	.79
Κοινωνικές σχέσεις	.79
Ηγεσία	.86
Προσωπική απόδοση	.72
Θυμός	.79
Επιθετικότητα	.76

#### 4.3. Σχέσεις μεταξύ περιβάλλοντος ομάδας, ικανοποίησης αθλητών, θυμού και επιθετικότητας (Συσχετίσεις)

Στον Πίνακα 4.3.1. παρουσιάζονται τα αποτελέσματα των συσχετίσεων μεταξύ όλων ανεξαιρέτως των μεταβλητών των ερωτηματολογίων. Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων προκύπτουν τα ακόλουθα:

1. Η μεταβλητή «ατομική έλξη/κοινωνικές σχέσεις» είχε συσχέτιση και με τις άλλες τρεις διαστάσεις του Ερωτηματολογίου περιβάλλοντος ομάδας. Πιο συγκεκριμένα παρουσίασε σημαντικά θετική συσχέτιση με την ατομική έλξη/ομαδικό έργο ( $r=.43$ ,  $p<.01$ ), όπου  $r$  ο συντελεστής συσχέτισης και  $p$  η σημαντικότητα. Παράλληλα βρέθηκε θετική συσχέτιση με τις κοινωνικές σχέσεις ( $r=.43$ ,  $p<.01$ ) και με το ομαδικό έργο ( $r=.65$ ,  $p<.01$ ). Επίσης σχετίστηκε θετικά με την προσωπική απόδοση και την ηγεσία ( $r=.36$ ,  $p<.01$

και  $r=.39$ ,  $p<.01$ ), αντίστοιχα. Επιπλέον η μεταβλητή «ατομική έλξη/κοινωνικές σχέσεις» εμφάνισε σημαντική αρνητική συσχέτιση με το θυμό ( $r= -.41$ ,  $p<.01$ ) και με την επιθετικότητα ( $r= -.15$ ,  $p<.05$ ).

2. Η μεταβλητή «ατομική έλξη/ομαδικό έργο» είχε θετική συσχέτιση με τις κοινωνικές σχέσεις ( $r=.62$ ,  $p<.01$ ), το ομαδικό έργο ( $r=.41$ ,  $p<.01$ ), την προσωπική απόδοση ( $r=.64$ ,  $p<.01$ ) και την ηγεσία ( $r=.68$ ,  $p<.01$ ).
3. Η μεταβλητή «κοινωνικές σχέσεις» εμφάνισε θετική συσχέτιση με το ομαδικό έργο ( $r=.61$ ,  $p<.01$ ), την προσωπική απόδοση ( $r=.48$ ,  $p<.01$ ) και την ηγεσία ( $r=.57$ ,  $p<.01$ ), ενώ είχε σημαντικά αρνητική συσχέτιση με το θυμό ( $r= -.78$ ,  $p<.01$ ) και με την επιθετικότητα ( $r= -.78$ ,  $p<.05$ ).
4. Η μεταβλητή «ομαδικό έργο» είχε θετική συσχέτιση με την προσωπική απόδοση ( $r=.35$ ,  $p<.01$ ) και την ηγεσία ( $r=.44$ ,  $p<.01$ ), ενώ βρέθηκε αρνητική συσχέτιση με το θυμό ( $r= -.68$ ,  $p<.01$ ) και την επιθετικότητα ( $r= -.21$ ,  $p<.05$ ).
5. Ακόμη, ο «θυμός» είχε θετική συσχέτιση μόνο με την επιθετικότητα ( $r=.65$ ,  $p<.01$ ), ενώ εμφάνισε αρνητική συσχέτιση, τόσο με την προσωπική απόδοση ( $r=-.54$ ,  $p<.01$ ), όσο και την ηγεσία ( $r= -.70$ ,  $p<.01$ ).
6. Η «επιθετικότητα» είχε σημαντικά αρνητική συσχέτιση με την προσωπική απόδοση ( $r=-.36$ ,  $p<.01$ ) και με την ηγεσία ( $r= -.55$ ,  $p<.01$ ).
7. Τέλος, η «ηγεσία» είχε θετική συσχέτιση με την άλλη μεταβλητή της Κλίμακας ικανοποίησης αθλητών, την «προσωπική απόδοση» ( $r=.80$ ), σε υψηλό επίπεδο σημαντικότητας ( $p<.01$ ).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα οι διαστάσεις της συνοχής σχετίστηκαν με αυτές της ικανοποίησης αθλητών, ενώ δεν σχετίστηκαν με τον θυμό και την επιθετικότητα.

**Πίνακας 4.3.1.** Οι συντελεστές συσχέτισης μεταξύ όλων των μεταβλητών των ερωτηματολογίων ( $N=615$ ).

Μεταβλητές	ΑΕ/ΚΣ	ΑΕ/ΟΕ	ΚΣ	ΟΕ	Θ	Ε	ΠΑ	Η
ΑΕ/ΚΣ	1							
ΑΕ/ΟΕ	,439**	1						
ΚΣ	,431**	,627**	1					
ΟΕ	,653**	,410**	,615**	1				
Θ	-,041	-,010	-,078	-,068	1			
Ε	-,015	-,014	-,078	-,021	,657**	1		
ΠΑ	,369**	,647**	,488**	,358**	-,054	-,036	1	
Η	,391**	,683**	,573**	,444**	-,070	-,055	,802**	1

\*\*  $p < .01$ : η συσχέτιση είναι σημαντική σε επίπεδο 0.01

\*  $p < .05$ : Η συσχέτιση είναι σημαντική σε επίπεδο 0.05

**Σημείωση:** ΑΕ/ΚΣ=Ατομική έλξη/κοινωνικές σχέσεις, ΑΕ/ΟΕ=Ατομική έλξη/ομαδικό έργο, ΚΣ=Κοινωνικές σχέσεις, ΟΕ=Ομαδικό έργο, Θ=Θυμός, Ε=Επιθετικότητα, ΠΑ=Προσωπική Απόδοση, Η=Ηγεσία.

#### 4.4. Ανάλυση διακύμανσης με ένα παράγοντα (One Way Anova)

##### 4.4.1. Αγωνιστική Κατηγορία

Α) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» ( $F_{(3,611)} = 5,09$ ;  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές της Β' Κατηγορίας των γυναικών, τόσο με την Α' Κατηγορία ανδρών όσο και με την Β' Κατηγορία ανδρών, με τις γυναίκες να εμφανίζουν υψηλότερες τιμές από τους άντρες (Πίνακας 4.4.1.1).

**Πίνακας 4.4.1.1.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

Α' Ανδρών		Β' Ανδρών		Β' Γυναικών	
Μ.Ο.	Τ.Α.	Μ.Ο.	Τ.Α.	Μ.Ο.	Τ.Α.
6.50	1.26	6.46	1.37	6.94	1.30

Β) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις ομαδικό έργο» ( $F_{(3,611)} = 3,72$ ;  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το



τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές μόνο μεταξύ της Β' Κατηγορίας γυναικών με την Α' Κατηγορία ανδρών, με την Α' ανδρών να παρουσιάζει χαμηλότερα σκορ από τη Β' Γυναικών (Πίνακας 4.4.1.2).

**Πίνακας 4.4.1.2.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Γυναικών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
6.39	1.47	6.87	1.32

Γ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «κοινωνικές σχέσεις» ( $F_{(3,611)} = 2,99$ ;  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe ωστόσο διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ της Α' Κατηγορίας γυναικών, στις οποίες εντοπίστηκαν οι υψηλότερες τιμές, τόσο με την Α' Κατηγορία ανδρών όσο και με την Β' Κατηγορία ανδρών, όπου και εντοπίστηκαν οι χαμηλότερες τιμές (Πίνακας 4.4.1.3).

**Πίνακας 4.4.1.3.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»

<i>A' Γυναικών</i>		<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
6.31	1.21	6.09	1.46	6.06	1.55

Δ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ομαδικό έργο» ( $F_{(3,611)} = 9,59$ ,  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές της Β' Κατηγορίας ανδρών, τόσο με την Α' Κατηγορία ανδρών όσο και με την Β' Κατηγορία γυναικών. Οι υψηλότερες τιμές παρατηρήθηκαν στις αθλήτριες της Β' Κατηγορίας, ενώ οι άνδρες της Β' Κατηγορίας επέδειξαν τις χαμηλότερες τιμές. Συνοπτικά τα αποτελέσματα απεικονίζονται στον Πίνακα 4.4.1.4.

**Πίνακας 4.4.1.4.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς το «ομαδικό έργο»

<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>		<i>B' Γυναικών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
6.74	1.29	6.30	1.34	6.90	1.33

Ε) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «θυμός» ( $F_{(3,611)} = 17,68$ ,  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές της Α' Κατηγορίας γυναικών, όπου εντοπίστηκαν οι χαμηλότερες τιμές, με όλες τις άλλες κατηγορίες (Β' γυναικών, Α' και Β' ανδρών). Στον Πίνακα 4.4.1.5. αναγράφονται τα αποτελέσματα.

**Πίνακας 4.4.1.5.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς το «θυμό»

<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>		<i>A' Γυναικών</i>		<i>B' Γυναικών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
2.29	0.69	2.47	0.70	1.90	0.68	2.24	0.67

ΣΤ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «επιθετικότητα» ( $F_{(3,611)} = 44,44$ ,  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές της Α' Κατηγορίας γυναικών τόσο με την Β' Κατηγορία γυναικών, όσο και με την Α' και Β' ανδρών (Πίνακας 4.4.1.6.). Οι αθλήτριες της Α' Κατηγορίας παρουσίασαν τα χαμηλότερα επίπεδα επιθετικότητας.

**Πίνακας 4.4.1.6.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς την «επιθετικότητα»

<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>		<i>A' Γυναικών</i>		<i>B' Γυναικών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
2.11	0.67	2.25	0.66	1.46	0.54	1.87	0.61

Ζ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «προσωπική απόδοση» ( $F_{(3,611)} = 2,16$ ,  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe ωστόσο διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ της Α' Κατηγορίας γυναικών, στις οποίες ανιχνεύθηκαν οι υψηλότερες τιμές, τόσο με την Α' Κατηγορία ανδρών όσο και με την Β' Κατηγορία ανδρών, όπου και βρέθηκαν οι χαμηλότερες τιμές (Πίνακας 4.4.1.7).

**Πίνακας 4.4.1.7.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς την «προσωπική απόδοση»

<i>A' Γυναικών</i>		<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.38	0.89	5.21	1.06	5.22	1.09

Η) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ηγεσία» ( $F_{(3,611)} = 4,55$ ,  $p < 0.05$ ) στην κατηγορία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές της Α' Κατηγορίας γυναικών με την Β' Κατηγορία γυναικών, αλλά και με την Α' και Β' ανδρών (Πίνακας 4.4.1.8.). Οι αθλήτριες της Α' Κατηγορίας παρουσίασαν τις υψηλότερες τιμές.

**Πίνακας 4.4.1.8.** Ανάλυση διακύμανσης της κατηγορίας ως προς την «ηγεσία»

<i>A' Γυναικών</i>		<i>B' Γυναικών</i>		<i>A' Ανδρών</i>		<i>B' Ανδρών</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.51	0.82	5.49	0.89	5.22	1.03	5.22	1.03

#### 4.4.2. Αθλητική εμπειρία

A) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» ( $F_{(2,612)} = 7,11$ ,  $p < 0.05$ ) στην εμπειρία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές μόνο μεταξύ των αθλητών/τριών με τα λιγότερα χρόνια ενασχόλησης (1-5 χρόνια) με τον αθλητισμό και εκείνων με τα περισσότερα χρόνια ενασχόλησης (<11 χρόνια). Οι πιο άπειροι αθλητές/τριες παρουσίασαν τις υψηλότερες τιμές, ενώ οι έμπειροι εμφάνισαν χαμηλότερα σκορ (Πίνακας 4.4.2.1.).

**Πίνακας 4.4.2.1.** Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

1-5 χρόνια		<11 χρόνια	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.93	1.35	6.45	1.24

B) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις ομαδικό έργο» ( $F_{(2,612)} = 6,41$ ,  $p < 0.05$ ) στην εμπειρία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές μόνο μεταξύ των αθλητών/τριών με τα λιγότερα χρόνια (1-5) ενασχόλησης με τον αθλητισμό, στους οποίους εντοπίστηκαν οι υψηλότερες τιμές, και εκείνων που ανήκουν στην κατηγορία των αθλητών/τριών με εμπειρία <11 χρόνια στον αθλητισμό, στους οποίους ανιχνεύτηκαν μικρότερες τιμές (Πίνακας 4.4.2.2.).

**Πίνακας 4.4.2.2.** Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

1-5 χρόνια		<11 χρόνια	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.97	1.30	6.46	1.50

Γ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «κοινωνικές σχέσεις» ( $F_{(2,612)} = 5,81$ ,  $p < 0.05$ ) στην εμπειρία. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe ωστόσο διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών με τα λιγότερα χρόνια ενασχόλησης (1-5 χρόνια) με τον αθλητισμό και εκείνων με τα περισσότερα χρόνια ενασχόλησης (<11 χρόνια). Πιο συγκεκριμένα, οι υψηλότερες τιμές παρατηρήθηκαν στους πιο άπειρους αθλητές/τριες (Πίνακας 4.4.2.3.).

**Πίνακας 4.4.2.3.** Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»

1-5 χρόνια		<11 χρόνια	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.53	1.44	6.03	1.43

Δ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «προσωπική απόδοση» ( $F_{(2,612)} = 3,81$ ;  $p < 0.05$ ) στην εμπειρία. Ωστόσο, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών με τα λιγότερα χρόνια (1-5) ενασχόλησης με τον αθλητισμό, οι οποίοι εμφάνισαν τα υψηλότερα σκορ, και εκείνων που ανήκουν στην κατηγορία των αθλητών/τριών με εμπειρία 6-10 χρόνια στον αθλητισμό, οι οποίοι εμφάνισαν χαμηλότερα σκορ (Πίνακας 4.4.2.4.).

**Πίνακας 4.4.2.4.** Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «προσωπική απόδοση»

1-5 χρόνια		6-10 χρόνια	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
5.45	.93	5.19	1.02

Ε) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα

«ηγεσία» ( $F_{(2,612)} = 5,13$ ,  $p < 0.05$ ) στην εμπειρία. Ωστόσο, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών με τα λιγότερα χρόνια (1-5) ενασχόλησης με τον αθλητισμό και εκείνων που ανήκουν στην κατηγορία των αθλητών/τριών με εμπειρία 6-10 χρόνια στον αθλητισμό. Στους πιο άπειρους αθλητές/τριες ανιχνεύθηκαν οι υψηλότερες τιμές. Συνοπτικά τα αποτελέσματα απεικονίζονται στον Πίνακα 4.4.2.5.

**Πίνακας 4.4.2.5.** Ανάλυση διακύμανσης της εμπειρίας ως προς την «ηγεσία»

1-5 χρόνια		6-10 χρόνια	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
5.55	.89	5.25	1.02

#### 4.4.3. Συχνότητα προπόνησης

A) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» ( $F_{(2,612)} = 3,25$ ,  $p < 0.05$ ) στη συχνότητα προπόνησης. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών που προπονούνται εβδομαδιαίως <5 φορές τόσο με τους αθλητές/τριες που προπονούνται 1-2 φορές εβδομαδιαίως όσο και με εκείνους τους αθλητές/τριες με 3-5 προπονήσεις την εβδομάδα. Οι υψηλότερες τιμές ανιχνεύθηκαν στους αθλητές/τριες με <5 φορές εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης (Πίνακας 4.4.3.1).

**Πίνακας 4.4.3.1.** Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

1-2 φορές/εβδομάδα		3-5 φορές/εβδομάδα		<5 φορές/εβδομάδα	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.39	1.22	6.58	1.24	6.80	1.34

B) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ατομική έλξη στις ομαδικό έργο» ( $F_{(2,612)} = 3,05$ ,  $p < 0.05$ ) στη συχνότητα

προπόνησης. Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών με συχνότητα προπόνησης <5 φορές εβδομαδιαίως, τόσο με τους αθλητές/τριες με συχνότητα προπόνησης 1-2 φορές εβδομαδιαίως, όσο και με τους αθλητές/τριες με 3-5 προπονήσεις την εβδομάδα. Οι υψηλότερες τιμές ανιχνεύθηκαν στους αθλητές/τριες που προπονούνται εβδομαδιαία <5 φορές (Πίνακας 4.4.3.2).

**Πίνακας 4.4.3.2.** Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

1-2 φορές/εβδομάδα		3-5 φορές/εβδομάδα		<5 φορές/εβδομάδα	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.50	1.35	6.57	1.32	6.85	1.51

Γ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «επιθετικότητα» ( $F_{(2,612)} = 5,14, p < 0.05$ ) στη συχνότητα προπόνησης. Ωστόσο, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μόνο μεταξύ των αθλητών/τριών που προπονούνται εβδομαδιαίως 1-2 φορές-παρουσίασαν υψηλά επίπεδα επιθετικότητας, με τους αθλητές/τριες που προπονούνται περισσότερες από 5 φορές την εβδομάδα-εμφάνισαν τα χαμηλότερα επίπεδα επιθετικότητας (Πίνακας 4.4.3.3).

**Πίνακας 4.4.3.3.** Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «επιθετικότητα»

1-2 φορές/εβδομάδα		<5 φορές/εβδομάδα	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
2.10	.68	1.83	.69

Δ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς ένα παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «ηγεσία» ( $F_{(2,612)} = 3,12, p < 0.05$ ) στη συχνότητα προπόνησης. Ωστόσο, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μόνο μεταξύ των αθλητών/τριών που προπονούνται εβδομαδιαίως 3-5 φορές, στους

οποίους παρατηρήθηκαν υψηλότερες τιμές, με τους αθλητές/τριες που προπονούνται περισσότερες από 5 φορές την εβδομάδα, στους οποίους ανιχνεύτηκαν χαμηλότερες τιμές (Πίνακας 4.4.3.4).

**Πίνακας 4.4.3.4.** Ανάλυση διακύμανσης της συχνότητας προπόνησης ως προς την «ηγεσία»

3-5 φορές/εβδομάδα		<5 φορές/εβδομάδα	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.45	.88	5.26	1.00

#### 4.5 Ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο παράγοντες (Two way anova)

##### 4.5.1 Συμμετοχή και άθλημα

##### 4.5.1.1. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την «επιθετικότητα»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «άθλημα», ως προς την «επιθετικότητα» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{4,601}=0.18; p=0.94 > 0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,601}=0.40; p>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «άθλημα» ( $F_{4,601}=2.57, p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από το αν είναι βασικοί ή αναπληρωματικοί, τα επίπεδα επιθετικότητας ήταν υψηλότερα στους αθλητές/τριες του ποδοσφαίρου, ακολουθούμενοι από τους αθλητές της καλαθοσφαίρισης, μετά της χειροσφαίρισης, της υδατοσφαίρισης και τέλος της πετοσφαίρισης (Πίνακας 4.5.1.1).



**Πίνακας 4.5.1.1.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «επιθετικότητα».

<i>Αθλημα</i>	<i>Μ.Ο.</i>	<i>Τ.Α.</i>
<i>Ποδόσφαιρο</i>	2.00	.68
<i>Καλαθοσφαίριση</i>	1.96	.67
<i>Χειροσφαίριση</i>	1.92	.59
<i>Πετοσφαίριση</i>	1.76	.62
<i>Υδατοσφαίριση</i>	1.80	.79

*4.5.1.2. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».*

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «άθλημα», στην «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{4,605}=1.42$ ,  $p= 0.22 >0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,605}= 2.02$ ,  $p>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «άθλημα» ( $F_{4,605}= 4.44$ ,  $p< 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από το αν είναι βασικοί ή αναπληρωματικοί, στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές είχαν οι αθλητές/τριες της πετοσφαίρισης, ακολουθούμενοι από τους αθλητές της υδατοσφαίρισης, μετά της καλαθοσφαίρισης, του ποδοσφαίρου και τέλος της χειροσφαίρισης (Πίνακας 4.5.1.2).

**Πίνακας 4.5.1.2.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις».

<i>Άθλημα</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
<i>Ποδόσφαιρο</i>	6.58	1.38
<i>Καλαθοσφαίριση</i>	6.61	1.23
<i>Χειροσφαίριση</i>	6.21	1.27
<i>Πετοσφαίριση</i>	7.05	1.10
<i>Υδατοσφαίριση</i>	6.99	1.07

**4.5.1.3. Συμμετοχή και άθλημα ως προς την «προσωπική απόδοση».**

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «άθλημα», στην «προσωπική απόδοση» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{4,605}=1.26$ ,  $p=0.28 > 0.05$ ). Διαπιστώθηκε, όμως, στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,605}=25.00$ ,  $p<0.05$ ), όσο και του παράγοντα «άθλημα» ( $F_{4,605}=4.56$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι οι βασικοί αθλητές παρουσίασαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές από τους αναπληρωματικούς αθλητές. Επίσης, οι αθλητές/τριες της υδατοσφαίρισης είχαν στατιστικά σημαντικά μεγαλύτερες τιμές, ακολουθούμενοι από τους αθλητές της πετοσφαίρισης, έπονται οι αθλητές του ποδοσφαίρου και της καλαθοσφαίρισης και τέλος και της χειροσφαίρισης (Πίνακας 4.5.1.3).

**Πίνακας 4.5.1.3.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «προσωπική απόδοση»

<i>Συμμετοχή</i>						<i>Άθλημα</i>							
<i>Βασικός</i>		<i>Αναπληρωμ.</i>		<i>Ποδόσφαιρο</i>		<i>Καλαθοσφ.</i>		<i>Χειροσφ.</i>		<i>Πετοσφ.</i>		<i>Υδατοσφ.</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.52	.84	5.07	1.00	5.32	1.04	5.32	.92	4.84	.90	5.43	.92	5.53	.73

#### 4.5.2 Ηλικία και φύλο

##### 4.5.2.1. Ηλικία και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», στην «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.70$ ,  $p=0.79 >0.05$ ). Αντίθετα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}=16.83$ ,  $p<0.05$ ), καθώς και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=5.70$ ;  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe ανιχνεύθηκαν στατιστικά υψηλότερες τιμές στις αθλήτριες απ' ότι στους αθλητές. Επιπλέον, διαπιστώθηκε ότι οι αθλητές/τριες οι οποίοι ηλικιακά ανήκαν στην κατηγορία από 15-20 ετών είχαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές σε σχέση τόσο με τους αθλητές οι οποίοι ανήκαν στην κατηγορία 21-30 ετών, όσο και με τους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία 31-36 ετών (Πίνακας 4.5.2.1.).

**Πίνακας 4.5.2.1.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

Φύλο				Ηλικία					
Άντρες		Γυναίκες		15-20		21-30		31-36	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.08	1.50	6.40	1.44	6.56	1.45	6.34	1.42	6.06	1.47

##### 4.5.2.2. Ηλικία και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=1.09$ ,  $p=0.29 >0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}=2.68$ ,  $p>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=5.68$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από την ηλικία, οι αθλήτριες παρουσίασαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές σε σύγκριση με τους αθλητές (Πίνακας 4.5.2.2).

**Πίνακας 4.5.2.2.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

<i>Φύλο</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
<i>Ανδρες</i>	6.53	1.47
<i>Γυναίκες</i>	6.88	1.32

**4.5.2.3. Ηλικία και φύλο ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»**

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.17$ ,  $p=0.67 > 0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=3.68$ ,  $p > 0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}=7.24$ ,  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από το φύλο, στους αθλητές/τριες που ήταν νεώτεροι (15-20 ετών) εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές σε σχέση με τους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία 21-30 ετών, καθώς και των αθλητών της κατηγορίας 31-36 ετών (Πίνακας 4.5.2.3).

**Πίνακας 4.5.2.3.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»

<i>Ηλικία</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
<i>15-20 ετών</i>	6.47	1.45
<i>21-30 ετών</i>	6.26	1.47
<i>31-36 ετών</i>	6.02	1.42

**4.5.2.4. Ηλικία και φύλο ως προς το «ομαδικό έργο»**

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», ως προς το «ομαδικό έργο» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων

( $F_{1,611}=0.00$ ,  $p= 0.92 >0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}= 0.72$ ,  $p> 0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}= 8.03$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από την ηλικία, στους άνδρες εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικά χαμηλότερες τιμές σε σύγκριση με τις γυναίκες (Πίνακας 4.5.2.4).

**Πίνακας 4.5.2.4.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς το «ομαδικό έργο»

<i><b>Φύλο</b></i>	<i><b>M.O.</b></i>	<i><b>T.A.</b></i>
<i>Άνδρες</i>	6.58	1.35
<i>Γυναίκες</i>	6.91	1.21

#### 4.5.2.5. Ηλικία και φύλο ως προς το «θυμό»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», στο «θυμό» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.52$ ,  $p= 0.46 >0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}= 1.51$ ,  $p> 0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}= 25.42$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από την ηλικία, στους άνδρες ανιχνεύθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα θυμού, σε σχέση με τις γυναίκες (Πίνακας 4.5.2.5).

**Πίνακας 4.5.2.5.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς το «θυμό»

<i><b>Φύλο</b></i>	<i><b>M.O.</b></i>	<i><b>T.A.</b></i>
<i>Άνδρες</i>	2.39	.70
<i>Γυναίκες</i>	2.10	.69

#### 4.5.2.6. Ηλικία και φύλο ως προς την «επιθετικότητα»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», ως προς την «επιθετικότητα» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=1.52$ ,  $p=0.21>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}=5.06$ ,  $p<0.05$ ) όσο και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=96.95$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ότι στους νεώτερους ηλικιακά αθλητές (15-20 ετών) εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας σε σχέση τόσο με τους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία των 21-30 ετών, όσο και με τους πιο έμπειρους αθλητές (31-35 ετών). Παράλληλα, στους αθλητές ανιχνεύτηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας σε σύγκριση με τις αθλήτριες. (Πίνακας 4.5.2.6).

**Πίνακας 4.5.2.6.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «επιθετικότητα»

<b>Φύλο</b>				<b>Ηλικία</b>					
<i>Άντρες</i>		<i>Γυναίκες</i>		<i>15-20</i>		<i>21-30</i>		<i>31-36</i>	
<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>
2.22	0.40	1.69	0.37	2.01	.68	1.89	.69	1.73	.64

#### 4.5.2.7. Ηλικία και φύλο ως προς την «ηγεσία»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «φύλο» και τον παράγοντα «ηλικία», ως προς την «ηγεσία» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.10$ ,  $p=0.74>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «ηλικία» ( $F_{1,611}=4.25$ ,  $p<0.05$ ) όσο και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=8.16$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές στους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία 15-20 ετών σε σύγκριση με τους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία των 21-30 ετών καθώς και με τους αθλητές που ανήκαν στην κατηγορία

των 31-36 ετών. Επιπλέον, στις αθλήτριες βρέθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές απ' ότι στους αθλητές (Πίνακας 4.5.2.7).

**Πίνακας 4.5.2.7.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ηγεσία»

<b>Φύλο</b>				<b>Ηλικία</b>					
<i>Άντρες</i>		<i>Γυναίκες</i>		<i>15-20</i>		<i>21-30</i>		<i>31-36</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.22	1.02	5.50	0.86	5.48	.90	5.26	.98	5.14	.88

#### 4.5.3 Συμμετοχή και φύλο

##### 4.5.3.1. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611} = 6.70$ ,  $p < 0.05$ ). Αναλύοντας την αλληλεπίδραση για κάθε βαθμίδα του παράγοντα «φύλο», στους άντρες διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611} = 13.10$ ,  $p < 0.05$ ), ενώ αντίθετα δεν διαπιστώθηκε στις γυναίκες ( $F_{1,611} = 0.04$ ,  $p > 0.05$ ). Επίσης, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ότι στους άντρες εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές τόσο στους βασικούς, οι οποίοι είχαν και τις υψηλότερες τιμές όσο και στους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.1).

**Πίνακας 4.5.3.1.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις»

<b>Άντρες</b>		
<b>Συμμετοχή</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>
<i>Βασικοί</i>	6,77	1,20
<i>Αναπληρωματικοί</i>	6,23	1,36

#### 4.5.3.2. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο» στην «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.98$ ,  $p=0.32>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611}= 84.25$ ,  $p<0.05$ ), όσο και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}= 7.05$ ,  $p< 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε επίσης ότι οι γυναίκες σημείωσαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές από τους άντρες. Επίσης στους αθλητές/τριες που συμμετείχαν ως βασικοί βρέθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές απ' ότι στους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.2).

**Πίνακας 4.5.3.2.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο»

<b>Φύλο</b>				<b>Συμμετοχή</b>			
<i>Άντρες</i>		<i>Γυναίκες</i>		<i>Βασικός</i>		<i>Αναπληρωματικός</i>	
<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>
6.58	1.47	6.86	1.33	7.22	1.11	6.23	1.49

#### 4.5.3.3. Συμμετοχή και φύλο ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο» στις «κοινωνικές σχέσεις» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=3.11$ ,  $p= 0.078 >0.05$ ). Διαπιστώθηκε, όμως, στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611}=6.49$ ,  $p<0.05$ ), όσο και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}= 6.48$ ,  $p< 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe βρέθηκε ότι οι γυναίκες είχαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές από τους άντρες. Επιπλέον, στους βασικούς αθλητές/τριες ανιχνεύθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές απ' ότι στους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.3).

**Πίνακας 4.5.3.3.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς τις «κοινωνικές σχέσεις»



Φύλο				Συμμετοχή			
Άντρες		Γυναίκες		Βασικός		Αναπληρωματικός	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.10	1.43	6.40	1.50	6.40	1.32	6.10	1.60

#### 4.5.3.4. Συμμετοχή και φύλο ως προς το «ομαδικό έργο»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», στο «ομαδικό έργο» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.38$ ,  $p=0.53 >0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση τόσο του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611}=25.81$ ,  $p<0.05$ ), όσο και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=8.70$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe εντοπίστηκαν στους άντρες στατιστικά σημαντικά χαμηλότερες τιμές σε σύγκριση με τις γυναίκες. Επίσης, οι αθλητές που συμμετείχαν ως βασικοί εμφάνισαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα σκορ από τους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.4).

**Πίνακας 4.5.3.4.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς το «ομαδικό έργο»

Φύλο				Συμμετοχή			
Άντρες		Γυναίκες		Βασικός		Αναπληρωματικός	
M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
6.60	1.35	6.90	1.21	7.02	1.13	6.49	1.37

#### 4.5.3.5. Συμμετοχή και φύλο ως προς το «θυμό»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», ως προς το «θυμό» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=0.52$ ,  $p=0.46 >0.05$ ). Επιπλέον δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611}=2.92$ ,  $p>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611}=25.54$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι,

ανεξάρτητα από τη συμμετοχή, στους άνδρες παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες επίπεδα θυμού, σε σχέση με τις γυναίκες, (Πίνακας 4.5.3.5).

**Πίνακας 4.5.3.5.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς το «θυμό»

<i>Φύλο</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
<i>Άνδρες</i>	2.46	.72
<i>Γυναίκες</i>	2.10	.71

#### 4.5.3.6. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «επιθετικότητα»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», ως προς την «επιθετικότητα» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,607}=0.88$ ,  $p=0.34 >0.05$ ). Επιπλέον, δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,607}=0.67$ ,  $p>0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,607}=90.70$ ,  $p<0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ωστόσο ότι, ανεξάρτητα από τη συμμετοχή, στους άνδρες βρέθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες επίπεδα επιθετικότητας, σε σχέση με τις γυναίκες (Πίνακας 4.5.3.6).

**Πίνακας 4.5.3.6.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «επιθετικότητα»

<i>Φύλο</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
<i>Άνδρες</i>	2.19	.67
<i>Γυναίκες</i>	1.69	.62

#### 4.5.3.7. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «προσωπική απόδοση»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», ως προς την «προσωπική απόδοση» διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611}=5.55$ ,  $p=0.019<0.05$ ). Αναλύοντας την αλληλεπίδραση για κάθε

βαθμίδα του παράγοντα «φύλο», διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» τόσο στους άντρες ( $F_{1,611} = 40.90$ ,  $p < 0.05$ ), όσο και στις γυναίκες ( $F_{1,611} = 11.24$ ,  $p < 0.05$ ). Επίσης, από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκε ότι, τόσο στους άντρες όσο και στις γυναίκες, εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές και στους βασικούς, οι οποίοι είχαν και τις υψηλότερες τιμές σε σύγκριση με τους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.7).

**Πίνακας 4.5.3.7.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «προσωπική απόδοση»

	<i>Άνδρες</i>		<i>Γυναίκες</i>	
	<i>M.O</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O</i>	<i>T.A.</i>
<i>Συμμετοχή</i>				
<i>Βασικοί</i>	5.60	.86	5.58	.83
<i>Αναπληρωματικοί</i>	4.90	1.11	5.23	.85

#### 4.5.3.8. Συμμετοχή και φύλο ως προς την «ηγεσία»

Από την ανάλυση διακύμανσης ως προς δύο ανεξάρτητους παράγοντες, τον παράγοντα «συμμετοχή» και τον παράγοντα «φύλο», ως προς την «ηγεσία» δεν διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο παραγόντων ( $F_{1,611} = 2.24$ ,  $p = 0.13 > 0.05$ ). Διαπιστώθηκε όμως στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «συμμετοχή» ( $F_{1,611} = 24.36$ ,  $p < 0.05$ ), καθώς και του παράγοντα «φύλο» ( $F_{1,611} = 11.01$ ,  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe ανιχνεύθηκε ότι οι γυναίκες σημείωσαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές από τους άντρες. Παράλληλα, στους βασικούς αθλητές/τριες εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες τιμές, σε σχέση με τους αναπληρωματικούς (Πίνακας 4.5.3.8).

**Πίνακας 4.5.3.8.** Ανάλυση διακύμανσης ως προς την «ηγεσία»

<i>Φύλο</i>				<i>Συμμετοχή</i>			
<i>Άντρες</i>		<i>Γυναίκες</i>		<i>Βασικός</i>		<i>Αναπληρωματικός</i>	
<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
5.24	1.02	5.49	.86	5.56	.80	5.18	1.04

## V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να διερευνήσει τη συνοχή της ομάδας, την ικανοποίηση των αθλητών καθώς και τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας αθλητών και αθλητριών ομαδικών αθλημάτων στην Ελλάδα, να εξετάσει τις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών αυτών και να αξιολογήσει αν οι μεταβλητές αυτές διαφοροποιούνται από παράγοντες όπως, το φύλο, η ηλικία, η αγωνιστική κατηγορία, η αθλητική εμπειρία, τα χρόνια παραμονής στην ομάδα, η εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης και η συμμετοχή των αθλητών/τριών (βασικός/αναπληρωματικός).

Υπάρχει σημαντικός αριθμός ερευνών που εξετάζουν το «Ερωτηματολόγιο περιβάλλοντος ομάδας», την «Κλίμακα ικανοποίησης αθλητών» και την «Κλίμακα θυμού και επιθετικότητας» ξεχωριστά (Αγγελονίδης, 1996; Carron et al. 2005; Eys et al., 2007; Eysm et al 2007; Flores et al., 2008; Θεοδωράκης & Μπεμπέτσος, 2003; Μπεργελές, 1995; Σαλογιάννης και συν., 2009). Στη βιβλιογραφία δεν συναντάται παρόμοια μελέτη να διερευνά τη συσχέτιση των συγκεκριμένων Ερωτηματολογίων και των διαστάσεών τους.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας η συνοχή της ομάδας επηρεάστηκε από το φύλο. Αναλυτικότερα, στους παράγοντες «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις», «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο» και «ομαδικό έργο» διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο», αφού ανιχνεύθηκαν στατιστικά υψηλότερες τιμές στις αθλήτριες απ' ότι στους αθλητές. Με τα συγκεκριμένα αποτελέσματα συμφωνεί και η μελέτη των Carron, Brawley και Widmeyer, (1998) όπου το φύλο σχετίζεται τόσο με την έλξη των ατόμων στην ομάδα, όσο και με την ομαδική ενσωμάτωση. Οι ίδιοι ερευνητές σε νεώτερη έρευνά τους (Carron, Brawley & Widmeyer, 2002) επιβεβαίωσαν ότι οι γυναικείες ομάδες είναι πιο συνεκτικές από τις ανδρικές. Επιπλέον, τα ευρήματα της έρευνας συμφωνούν, εν μέρει, με αυτά του Γαλάνη (2009) και των συνεργατών του, με τη διαφορά ότι στη συγκεκριμένη μελέτη στη συνεκτικότητα μίας ομάδας εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές, εκτός των άλλων, και στον παράγοντα «κοινωνικές σχέσεις». Σύμφωνα με την παρούσα μελέτη τα επίπεδα θυμού σχετίζονται στατιστικά σημαντικά με τον παράγοντα «φύλο». Πιο αναλυτικά, στους άνδρες ανιχνεύθηκαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα θυμού, σε σχέση με τις γυναίκες. Τα αποτελέσματα

συμφωνούν με αποτελέσματα παρόμοιων ερευνητικών διαδικασιών (Βλαχόπουλος & συν., 2010; Μπεμπέτσος & συν., 2008; Πρώϊος & συν., 2012).

Αντίστοιχα, στα επίπεδα επιθετικότητας των αθλητών/τριών διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική κύρια επίδραση του παράγοντα «φύλο». Πιο συγκεκριμένα, στους αθλητές ανιχνεύτηκαν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας σε σύγκριση με τις αθλήτριες. Η αυξημένη επιθετικότητα στις ανδρικές αθλητικές ομάδες οφείλεται στην επιθετική τάση που εμφανίζουν οι άνδρες, καθώς θεωρούν μια τέτοια συμπεριφορά ως φυσικό χαρακτηριστικό του εαυτού τους (Maxwell & Moores, 2007). Παράλληλα, οι άνδρες παρουσιάζουν τους εαυτούς τους ως πιο ανταγωνιστικούς με συνέπεια πολλές φορές να οδηγούνται σε μια πιο επιθετική συμπεριφορά (Maxwell, 2004). Επιπροσθέτως, έρευνα υποστηρίζει την ιδέα ότι το περιβάλλον, προσδιορίζεται ως πιο «ανδρικό», άρα και τα αγόρια θα παρουσιάσουν υψηλότερα ποσοστά επιθετικότητας (Lirgg, 1991). Επιπλέον, οι γυναίκες χαρακτηρίζονται ως πιο συναισθηματικές (Μπεμπέτσος, Χριστοφορίδης & Μάντης, 2008). Συσχετισμός επιθετικότητας και φύλου αποδείχθηκε επίσης και στο άθλημα του ποδοσφαίρου στην μελέτη των Coulomb-Cabagno, Rascle, και Souchon (2005) όπου οι αθλητές σημείωσαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας από τις αθλήτριες. Ανάλογα είναι τα ευρήματα στη μελέτη των Ζουμπουλιά και συνεργατών (2011) και του Χριστοφορίδη και συνεργατών (2010) οι οποίοι διερεύνησαν αθλητές/τριες υδατοσφαίρισης και χειροσφαίρισης, αντίστοιχα, και παρατήρησαν ότι οι γυναίκες παρουσίασαν μικρότερα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας από τους άντρες. Σε πρόσφατη έρευνά του ο Archer (2012) τεκμηριώνει ότι η διαφορά στα επίπεδα επιθετικότητας συναντάται ήδη στην παιδική ηλικία μεταξύ αγοριών και κοριτσιών, διατηρείται με το πέρασμα του χρόνου και σε αρκετές περιπτώσεις αυξάνεται.

Επιπλέον, βρέθηκε επίδραση του παράγοντα «φύλο» στην ικανοποίηση των αθλητών. Πιο συγκεκριμένα στην «ηγεσία» οι αθλήτριες εμφάνισαν σημαντικά υψηλότερες τιμές απ' ότι οι αθλητές, οι οποίοι άσκησαν αυστηρότερη κριτική στην ηγετική συμπεριφορά του προπονητή τους. Αυτό πιθανότατα να σημαίνει ότι οι αθλητές είχαν μεγαλύτερες απαιτήσεις από τον προπονητή τους τόσο σε επίπεδο τεχνικών γνώσεων όσο και στη συμπεριφορά τους. Το πόρισμα αυτό συμφωνεί, εν μέρει, με την έρευνα των Chelladurai, και συνεργατών (1988). Πιο συγκεκριμένα, σε μελέτη που έγινε σε ερασιτέχνες Ιάπωνες αθλητές/-τριες ομαδικών αθλημάτων διαπιστώθηκε ότι οι αθλητές ήταν λιγότερο ικανοποιημένοι από τον προπονητή τους σε αντίθεση με τις αθλήτριες, όπου βρέθηκαν υψηλότερες τιμές. Στην ίδια μελέτη

διερευνήθηκαν και αθλητές/-τριες του Καναδά όπου βρέθηκε ότι και τα δύο φύλα ήταν αρκετά ικανοποιημένα ως προς ηγεσία.

Όπως καταδεικνύουν τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας, η συνοχή της ομάδας, συσχετίστηκε με την συμμετοχή των αθλητών/τριών. Τα ευρήματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές σχέσεις των τριών εκ των τεσσάρων διαστάσεων της συνοχής (ατομική έλξη στο ομαδικό έργο, ομαδικό έργο και κοινωνικές σχέσεις). Πιο συγκεκριμένα, οι βασικοί αθλητές/τριες παρουσίασαν υψηλότερες τιμές, συνεπώς είχαν και μεγαλύτερη ομαδική συνοχή, σε σχέση με τους αναπληρωματικούς αθλητές/τριες. Αυτό συμβαίνει επειδή οι αναπληρωματικοί αθλητές αισθάνονται ως μη ενεργά μέλη της ομάδας αφού δεν αγωνίζονται συχνά με συνέπεια την σταδιακή απομόνωσή τους από την ομάδα.

Τα πορίσματα συμφωνούν με προηγούμενες έρευνες (Γιολδάσης & συν., 2012; Granito & Rainey, 1988; Gruber & Gray 1982; Spink, 1992; Westre & Weiss, 1991), στις οποίες αθλητές/τριες πετοσφαίρισης και αμερικάνικου ποδοσφαίρου εμφάνισαν υψηλότερη συνοχή απ' ότι οι αναπληρωματικοί. Έρχονται, όμως σε αντίθεση με μελέτες (Yukelson, Weinberg & Jackson, 1984; Watson & συν. 2001; Παναγίδου & συν., 2006) οι οποίες διερεύνησαν τη συνοχή σε ομάδες καλαθοσφαίρισης δεν διαπίστωσαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ βασικών και αναπληρωματικών, γεγονός που οφείλεται στις ιδιαιτερότητες του συγκεκριμένου αθλήματος.

Η συμμετοχή, επίσης, επηρέασε τα επίπεδα ικανοποίησης των αθλητών/τριών. Πιο αναλυτικά, οι αθλητές/τριες που συμμετείχαν ως βασικοί έδειξαν ότι είναι μάλλον ικανοποιημένοι τόσο από την ηγετική συμπεριφορά του προπονητή τους, όσο, και από την προσωπική τους απόδοση. Αντίθετα όσοι αθλητές/τριες συμμετείχαν ως αναπληρωματικοί άσκησαν αυστηρότερη κριτική στην ηγετική συμπεριφορά του προπονητή/τρια τους και ήταν λιγότεροι ικανοποιημένοι από την απόδοση τους, δείχνοντας την δυσaréσκειά τους.

Τα αποτελέσματα της μελέτης υποδεικνύουν ότι το αγωνιστικό επίπεδο είναι παράγοντας που σχετίζεται με όλες τις διαστάσεις της συνοχής ομάδας (ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις, ατομική έλξη στο ομαδικό έργο, κοινωνικές σχέσεις, ομαδικό έργο). Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν με τον Αγγελονίδη (1995) ο οποίος διερευνώντας 586 αθλητές/τριες πετοσφαίρισης που συμμετείχαν στο πανελλήνιο πρωτάθλημα διαπίστωσε ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αγωνιστικών κατηγοριών στους παράγοντες της συνοχής. Οι αθλητές της μικρότερης

κατηγορίας εμφάνισαν στατιστικά υψηλότερες τιμές από αυτές των αθλητών/τριών της μεγαλύτερης κατηγορίας, τόσο με την έλξη των ατόμων στην ομάδα όσο και με την ομαδική ενσωμάτωση. Το αποτέλεσμα ερμηνεύεται από τα «προβλήματα» του επαγγελματισμού, αφού όσο μεγαλύτερη είναι η αγωνιστική κατηγορία τόσο πιο επαγγελματίες είναι οι αθλητές. Βέβαια, θα πρέπει να επισημανθεί ότι ένα μεγάλο ποσοστό των αθλητριών που λαμβάνουν μέρος στην Α΄ Εθνική κατηγορία (επαγγελματική θεωρητικά κατηγορία), κυρίως της υδατοσφαίρισης, πετοσφαίρισης και της χειροσφαίρισης, δεν ήταν ουσιαστικά επαγγελματίες (π.χ. συμβόλαιο κ.ά.). Σε παρόμοια πορίσματα κατέληξαν οι Γαλάνης και συνεργάτες (2009), οι οποίοι εξέτασαν την συνοχή σε επαγγελματικές και ερασιτεχνικές ομάδες και βρήκαν ότι οι αθλητές/-τριες ερασιτεχνικού επιπέδου έχουν υψηλότερα σκορ από τους αθλητές/-τριες επαγγελματικού επιπέδου.

Επιπλέον, παρατηρήθηκε ότι η αγωνιστική κατηγορία αποτελεί παράμετρο που επηρεάζει την επιθετικότητα και το θυμό των αθλητών/τριών. Οι αθλητές/τριες της Α΄ Εθνικής Κατηγορίας παρουσίασαν τα χαμηλότερα επίπεδα επιθετικότητας από τους αθλητές/τριες της Β΄ Εθνικής Κατηγορίας. Συνεπώς, όσο ανεβαίνει το επίπεδο των αθλητών τόσο μειώνονται τα ποσοστά εκδήλωσης του θυμού και της επιθετικότητας, καθώς οι αθλητές αποκτούν την εμπειρία να διαχειρίζονται αποτελεσματικότερα τα συναισθήματά τους. Σε παρόμοια αποτελέσματα κατέληξαν και έρευνες που πραγματοποιήθηκαν στον διεθνή αλλά και στον Ελλαδικό χώρο (Δουλγεράκης & συν., 2008; Ζουμπουλιάς & συν., 2011; Maxwell, Visek & Moores, 2009).

Επιπρόσθετα, διαπιστώθηκε σημαντική σχέση μεταξύ αγωνιστικής κατηγορίας και προσωπικής απόδοσης των αθλητών/τριών. Πιο συγκεκριμένα, βρέθηκε ότι όσοι αθλητές/τριες συμμετείχαν στο υψηλότερο επίπεδο εμφάνισαν χαμηλότερες τιμές. Οι διαφορές που παρατηρήθηκαν οφείλονται στο γεγονός ότι όσο πιο επαγγελματικό είναι το επίπεδο τόσο οι αθλητές/τριες ασκούν στον εαυτό τους πιο αυστηρή κριτική με συνέπεια να είναι λιγότερο ικανοποιημένοι από την απόδοσή τους.

Σχετικά με τα αποτελέσματα που αφορούσαν στο αγωνιστικό επίπεδο με την «ηγεσία» ανιχνεύτηκε συσχέτιση. Οι αθλητές /τριες της Α΄ εθνικής Κατηγορίας εμφάνισαν μικρότερες τιμές, ως προς την ηγετική συμπεριφορά των προπονητών, από αυτούς της Β΄ Εθνικής Κατηγορίας. Οι ερευνητές αποδίδουν αυτή τη διαφορά στο γεγονός ότι όσο ανεβαίνει το αγωνιστικό επίπεδο τόσο μεγαλύτερες απαιτήσεις έχουν οι αθλητές/τριες από τον προπονητή/τρια τους. Το εύρημα συμφωνεί με τη μελέτη της

Ντόμαλη και συνεργατών (2008), όπου σε αθλήτριες συγχρονισμένης κολύμβησης διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηγετική συμπεριφορά του προπονητή μεταξύ των αγωνιστικών κατηγοριών. Πιο συγκεκριμένα οι αθλήτριες μεγαλύτερων κατηγοριών εμφάνισαν μικρότερη ικανοποίηση από τη συμπεριφορά του προπονητή σε σχέση με μικρότερες κατηγορίες.

Η αθλητική εμπειρία φαίνεται ότι επηρέασε τα επίπεδα ικανοποίησης των αθλητών/τριών τόσο του παράγοντα «ηγεσία» όσο και του παράγοντα «προσωπική απόδοση». Αναλυτικότερα, οι αθλητές/τριες που ανήκαν στην κατηγορία με αθλητική εμπειρία 6-10 χρόνια άσκησαν πιο αυστηρή κριτική στην ηγετική συμπεριφορά του προπονητή/τρια τους, σε σχέση με τους αθλητές/τριες που είχαν αγωνιστική εμπειρία 1-5 χρόνια. Παράλληλα, οι πιο άπειροι αθλητές/τριες εμφανίστηκαν περισσότερο ικανοποιημένοι από την απόδοση τους σε σύγκριση με τους πιο έμπειρους. Τα ανωτέρω αποτελέσματα επιβεβαιώνουν αυτά των Riemer και Chelladurai (2001) και των Θεοδωράκη και Μπεμπέτσου (2003). Έρχονται, όμως σε αντίθεση με τα ευρήματα του Srokosz (1977) ο οποίος διερευνώντας αθλητές ποδοσφαίρου διαπίστωσε ότι η αθλητική εμπειρία είναι ανάλογη με το βαθμό συνοχής των ομάδων αλλά και με τα αποτελέσματα μελέτης των Παναγίδου και συνεργατών (2006), οι οποίοι, επίσης, διερεύνησαν αθλητές ομαδικών αθλημάτων. Το αποτέλεσμα της παρούσας μελέτης οφείλεται στο γεγονός ότι οι πιο έμπειροι αθλητές/τριες έχουν περισσότερες απαιτήσεις τόσο από τον προπονητή τους, όσο και από τους εαυτούς τους, ενώ η συμπεριφορά του προπονητή και απόδοση του αθλητή/-τριας αλληλοεπηρεάζονται με συνέπεια όσοι αθλητές/τριες είναι δυσαρεστημένοι από τη συμπεριφορά του προπονητή τους να εμφανίζουν μειωμένη απόδοση.

Επιπρόσθετα, στα ευρήματα της μελέτης διαπιστώθηκε επίδραση του παράγοντα «επιθετικότητα» στην εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης με τους αθλητές/τριες που προπονούνται λιγότερο να εμφανίζουν αυξημένα επίπεδα επιθετικότητας. Ο μειωμένος αριθμός προπονήσεων στη διάρκεια της εβδομάδας αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα στους αθλητές/τριες, οι οποίοι εμφανίζουν υψηλά επίπεδα επιθετικότητας. Στη βιβλιογραφία αναφέρονται μελέτες όπου δεν προκύπτει στατιστικά σημαντική διαφοροποίηση αναφορικά με την εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης (Δουλγεράκης & συν., 2008; Ζουμπουλιάς & συν., 2011).

Με βάση τα ευρήματα της παρούσας έρευνας η ηλικία συσχετίστηκε με τη συνοχή ομάδας και πιο συγκεκριμένα με τις διαστάσεις «ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» και «κοινωνικές σχέσεις». Ειδικότερα, όσο πιο νεαροί ήταν οι αθλητές/τριες



τόσο υψηλότερες τιμές παρουσίασαν. Αντίθετα στις άλλες δύο διαστάσεις της ομαδικής συνοχής, την «ατομική έλξη στο ομαδικό έργο» και το «ομαδικό έργο» δεν διαπιστώθηκε επίδραση του παράγοντα «ηλικία». Σύμφωνα με τους ερευνητές τα ανωτέρω πορίσματα οφείλονται στο γεγονός ότι οι νεαροί αθλητές, κυρίως λόγω ηλικίας, εμφάνισαν αυξημένη κοινωνικότητα προκειμένου να ενσωματωθούν ταχύτερα στην ομάδα. Τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης συμφωνούν με αυτά πρόσφατης έρευνας του Gacar (2013) ο οποίος διερεύνησε 145 επαγγελματίες Τούρκους χειροσφαιριστές, αν και θα πρέπει να αναφερθεί ότι οι ηλικιακές κατηγορίες είχαν διαχωριστεί διαφορετικά απ' ότι στην παρούσα μελέτη.

Επιπλέον, από τα πορίσματα της μελέτης προκύπτει ότι η ηλικία δεν συσχετίστηκε με τον παράγοντα «θυμό». Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν με αυτά των Δουλγεράκη και συνεργατών (2008) οι οποίοι διερεύνησαν αθλητές πετοσφαίρισης, αλλά και της έρευνας του Ζουμπουλιά και συνεργατών (2011), όπου διαπιστώθηκε ότι η ηλικία δεν σχετίστηκε με τα επίπεδα θυμού σε 200 αθλητές/τριες υδατοσφαίρισης που έλαβαν μέρος στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα. Σχετικά με την «επιθετικότητα» και την ηλικία βρέθηκαν διαφορές, αφού οι πιο άπειροι αθλητές/τριες εμφάνισαν στατιστικά υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας. Όσο οι αθλητές ωριμάζουν γνωρίζουν να χρησιμοποιούν τα συναισθήματά τους πιο σωστά. Τα ανωτέρω ευρήματα συμφωνούν με αυτά της έρευνας των Maxwell, Visek και Moores, (2009). Τα πορίσματα αυτά έρχονται σε αντίθεση με τα αποτελέσματα άλλων ερευνών. Πιο συγκεκριμένα, οι Δουλγεράκης και συνεργάτες (2008) αναφέρουν ότι η ηλικία δεν σχετίστηκε με τα επίπεδα επιθετικότητας σε αθλητές πετοσφαίρισης, ενώ σε ανάλογα ευρήματα κατέληξαν και οι Ζουμπουλιάς και συνεργάτες (2011) διερευνώντας αθλητές υδατοσφαίρισης.

Τέλος, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας έδειξαν μία σημαντική διαφορά στον παράγοντα ηλικία σε σχέση με την ηγεσία. Αναλυτικότερα, οι αθλητές/τριες με μεγαλύτερη ηλικία ασκούν αυστηρότερη κριτική στην ηγετική συμπεριφορά του προπονητή/τρια τους, από ότι οι αθλητές/τριες με μικρότερη ηλικία. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία αθλητές είναι, συνήθως, και πιο έμπειροι και συνεπώς είναι πιο απαιτητικοί από τον προπονητή/τρια τους. Με τα ανωτέρω ευρήματα συμφωνούν και τα αποτελέσματα της έρευνας των Θεοδωράκη και Μπεμπέτσου (2003).

Στα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά του αθλήματος σε σχέση με τη συνοχή της ομάδας, μόνο στον παράγοντα

«ατομική έλξη στις κοινωνικές σχέσεις» με τους αθλητές/-τριες της πετοσφαίρισης να έχουν στατιστικά υψηλότερες τιμές. Το εύρημα αυτό να εξηγείται από το γεγονός ότι στην πετοσφαίριση παρατηρήθηκαν οι μικρότερες οικονομικές απολαβές προς τις αθλήτριες, σε σύγκριση με τα ομαδικά αθλήματα που αξιολογήθηκαν, με συνέπεια να μη θεωρούνται αμιγώς επαγγελματικές οι συγκεκριμένες γυναικείες ομάδες. Τα αποτελέσματα συμφωνούν με αυτά της έρευνας του Αγγελονίδη (1995), ο οποίος αναφέρει ότι οι αθλήτριες της πετοσφαίρισης που συμμετέχουν στις δύο μεγαλύτερες Εθνικές Κατηγορίες, Α1 και Α2-υποτίθεται επαγγελματικές κατηγορίες- δεν είναι ουσιαστικά επαγγελματίες (π.χ. με συμβόλαιο).

Επιπρόσθετα, βρέθηκε ότι οι αθλητές/τριες της καλαθοσφαίρισης, του ποδοσφαίρου, της πετοσφαίρισης και της χειροσφαίρισης δεν επηρεάστηκαν από τον παράγοντα «προσωπική απόδοση». Το αποτέλεσμα ήταν αναμενόμενο και συμφωνεί με τα ευρήματα των Θεοδωράκη και Μπεμπέτσου (2003) οι οποίοι διαπίστωσαν ότι το άθλημα δεν επηρέασε στατιστικά σημαντικά τον παράγοντα προσωπική απόδοση.

Τέλος, παρουσιάστηκε σημαντική διαφορά στα επίπεδα επιθετικότητας των αθλητών/τριών σε σύγκριση με τον παράγοντα «άθλημα». Πιο συγκεκριμένα, από τα αθλήματα που αξιολογήθηκαν στη συγκεκριμένη μελέτη υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας εμφάνισαν τα αθλήματα που είχαν ως χαρακτηριστικό τη σωματική επαφή σε αντίθεση με το άθλημα της πετοσφαίρισης όπου τα επίπεδα επιθετικότητας ήταν χαμηλά. Το πόρισμα αυτό επαληθεύει παλαιότερες έρευνες (Maxwell, 2004; Mountakis, & al., 1992; Tucker & al., 2001).



## VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η παρούσα έρευνα επιβεβαιώνει προηγούμενες έρευνες. Όπως έχουν προαναφέρει και άλλοι ερευνητές οι έννοιες τόσο της συνοχής, όσο και της ικανοποίησης είναι πολυδιάστατες. Το ίδιο συμπέρασμα εξάγεται και από την παρούσα έρευνα αφού προέκυψαν αρκετοί παράγοντες διαφοροποίησης της συνοχής και της ικανοποίησης, όπως το φύλο, η ηλικία, η αγωνιστική κατηγορία, η αθλητική εμπειρία, τα χρόνια παραμονής στην ομάδα, η εβδομαδιαία συχνότητα προπόνησης και η συμμετοχή των αθλητών/τριών (βασικός/αναπληρωματικός). Από την επεξεργασία και τη συζήτηση των αποτελεσμάτων της μελέτης συνάγονται τα παρακάτω συμπεράσματα:

1. όλα τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα παρουσιάζονται ως αξιόπιστα ερωτηματολόγια με ικανοποιητικούς δείκτες εσωτερικής συνέπειας.
2. Ο παράγοντας «φύλο» επιδρά στη συνοχή της ομάδας, με τις αθλήτριες να εμφανίζουν μεγαλύτερη συνεκτικότητα. Επίσης, επηρεάζει την ικανοποίηση των αθλητών, κυρίως των αθλητριών όπου και βρέθηκαν υψηλότερες τιμές. Επιπλέον, ανιχνεύθηκαν αυξημένα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας στους άντρες.
3. Ο παράγοντας «συμμετοχή» επηρεάζει τόσο τη συνοχή της ομάδας, όσο και την ικανοποίηση των αθλητών/τριών, αφού στους βασικούς αθλητές/τριες εντοπίστηκαν μεγαλύτερες τιμές.
4. Ο παράγοντας «αγωνιστική κατηγορία» επιδρά στη συνοχή της ομάδας. Πιο συγκεκριμένα, στις μικρότερες κατηγορίες είναι μεγαλύτερη η ομαδική συνοχή. Παράλληλα, έχει επιρροή και στα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας των αθλητών/τριών. Ειδικότερα, όσο πιο μεγάλη είναι η κατηγορία που αγωνίζονται οι αθλητές/τριες τόσο μειωμένα εμφανίζονται τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητάς τους. Επίσης, η «αγωνιστική κατηγορία» επηρεάζει την ικανοποίηση των αθλητών/τριών με τους αθλητές/τριες των μεγαλύτερων κατηγοριών να έχουν χαμηλότερες τιμές τόσο με την προσωπική απόδοση όσο και με την ηγετική συμπεριφορά του προπονητή.

5. Ο παράγοντας «αθλητική εμπειρία», επιδρά στην ικανοποίηση των αθλητών με τους έμπειρους αθλητές/τριες να έχουν περισσότερες απαιτήσεις από τον εαυτό τους, αλλά και από τον προπονητή τους.
6. Ο παράγοντας «συχνότητα προπόνησης» επηρεάζει τη συνοχή της ομάδας, όσο περισσότερο προπονούνται οι αθλητές/τριες τόσο πιο συνεκτικές είναι οι ομάδες τους. Επιπρόσθετα, επιδρά και στα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας των αθλητών/τριών. Πιο συγκεκριμένα, αυξάνονται τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας σε αθλητές/τριες που προπονούνται λιγότερο.
7. Ο παράγοντας «ηλικία» επιδρά στη συνοχή της ομάδας, με τους νεαρούς αθλητές να παρουσιάζουν υψηλότερες τιμές. Επιπλέον, επηρεάζει τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας των αθλητών/τριών, με τους μεγαλύτερους ηλικιακά αθλητές να έχουν χαμηλότερες τιμές. Παράλληλα, ο παράγοντας «ηλικία» επιδρά και στην ικανοποίηση των αθλητών/τριών με τους μεγαλύτερους ηλικιακά αθλητές/τριες να ασκούν αυστηρότερη κριτική στον εαυτό τους και στον προπονητή τους.
8. Τέλος, ο παράγοντας «άθλημα» επιδρά στα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας των αθλητών/τριών. Ενδεικτικά μόνο οι αθλητές/τριες της πετοσφαίρισης εμφανίζουν χαμηλά επίπεδα θυμού και επιθετικότητας, συγκριτικά με τους αθλητές/τριες του ποδοσφαίρου, της καλαθοσφαίρισης, της χειροσφαίρισης και της υδατοσφαίρισης.

Συμπερασματικά, τα πορίσματα της έρευνας μπορούν να έχουν πρακτική εφαρμογή και να βοηθήσουν τους προπονητές και τους αθλητές/τριες να ερμηνεύσουν καλύτερα τις έννοιες της συνοχής, της ικανοποίησης, του θυμού και της επιθετικότητας. Το γεγονός αυτό θα τους επιτρέψει να παρεμβαίνουν αποτελεσματικά, τόσο στην προπόνηση όσο και στον αγώνα έχοντας ως σκοπό τη βελτίωση της ατομικής και κατ' επέκταση της ομαδικής απόδοσης των αθλητών/τριών τους.

### **6.1 Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες**

Στην παρούσα μελέτη έγινε μία μέτρηση για την αξιολόγηση της συνοχής ομάδας, της ικανοποίησης των αθλητών/τριών και των επιπέδων θυμού και επιθετικότητας. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας μπορούν να αποτελέσουν βάση για μετέπειτα έρευνες. Προτείνεται η επανάληψη της μελέτης με επαναλαμβανόμενες μετρήσεις σε διαφορετικά χρονικά διαστήματα. Ενδιαφέρον θα ήταν ο σχεδιασμός έρευνας με

μετρήσεις στην έναρξη της προετοιμασίας, στην έναρξη της αγωνιστικής περιόδου, στο τέλος του Α΄ γύρου και στο τέλος της αγωνιστικής περιόδου.

Επίσης, για να μπορούν να γενικευτούν τα αποτελέσματα της έρευνας σε Πανελλήνιο επίπεδο θα μπορούσε να διεξαχθεί η έρευνα σε μεγαλύτερο δείγμα αθλητών/τριών και από άλλες περιοχές της Ελλάδας.

Παράλληλα, προτείνεται να γίνουν συγκριτικές μελέτες μεταξύ ατομικών και ομαδικών αθλημάτων. Επιπλέον, θα ήταν σκόπιμο να πραγματοποιηθούν μελέτες για να εξετάσουν την επίδραση πρόσθετων προσωπικών παραγόντων, όπως είναι τα ατομικά χαρακτηριστικά αθλητών/τριών και προπονητών και ο λόγος ενασχόλησης με το άθλημα. Επίσης, η επέκτασή της έρευνας και σε άλλα ομαδικά αθλήματα, άλλες ηλικίες και κατηγορίες αθλημάτων, θα έδειχνε ασφαλέστερα και πιο γενικευμένα πορίσματα. Ακόμα, θα μπορούσε να γίνει μελέτη μεταξύ αθλητών/τριών μεταξύ ερασιτεχνικού και επαγγελματικού αθλητισμού.

Τέλος, τόσο η ικανοποίηση όσο και η συνοχή της ομάδας είναι πολυδιάστατες έννοιες και πιθανότατα επηρεάζονται και από άλλους παράγοντες, όπως οι αθλητικές εγκαταστάσεις, η θέση του παίκτη και η απόδοση της ομάδας συνολικά. Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να συμπεριλάβουν τους παραπάνω παράγοντες για την περαιτέρω διερεύνηση των εννοιών.



## VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αγγελονίδης, Ι. (1995): *Συνοχή ομάδας και ηγετική συμπεριφορά του προπονητή ως παράγοντες απόδοσης σε ομάδες πετοσφαίρισης*. Διδακτορική διατριβή. Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Αθηνών, 1995.
- Αγγελονίδης, Ι., Ζέρβας, Ι., & Ψυχουντάκη, Μ. (2000). Η επίδραση της συνοχής στην απόδοση ομάδων πετοσφαίρισης. *Πρακτικά του Πανελληνίου Συνεδρίου Αθλητικής Ψυχολογίας* (σελ. 115-118). Αθήνα.
- Αγγελονίδης, Ι., Κάκκος, Β., Ζέρβας, Ι., & Ψυχουντάκη Μ.(1993-94). Προσαρμογή του Ερωτηματολογίου του Περιβάλλοντος της Ομάδας σε αθλητές ομαδικών αθλημάτων. Γ' Πανελλήνιο Συνέδριο Αθλητικής Ψυχολογίας, Περίληψεις, *Αθλητική Ψυχολογία*, 7, 58.
- Adegbesan, O. (2010). Botswana team sport players' perception of cohesion and imagery use in sport. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 32(1), 1-9.
- Agelonidis, Y. (2002). Cohesion across a competitive season for volleyball teams of different sex and category. In M. Koskolou, N. Geladas, & V. Klissouras (Eds.), *Proceedings of 7th Annual Congress of European College of Sport Science* (p. 528). Athens. Greece.
- Alminen, S., & Luhtanen, P. (1991). Viiden vuoden kansainvalinen seurantatutkimus junior jaakiekko-joukkueiden pienryhmaoninaisuusista. *Liikunta ja tiede*, 41-43.



- Andrade, J., Avila, C., Hall, S., Lenoir, N., & Viggiani G.(2011). Multiscale modeling and characterization of granular matter: From grain kinematics to continuum mechanics. *Journal of the Mechanics and Physics of Solids*, 59(2), 237–250.
- Allport, F. H. (1962). A structuronomic conception of behavior: Individual and collective. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 64, 3-30.
- Archer, J. (2009). Does sexual selection explain human sex differences in aggression? *Behavioral and Brain Sciences*, 32, 249–266.
- Archer, J. (2004). Sex differences in real-world settings: A meta-analytic review. *Review of General Psychology*, 8, 291–332.
- Archer, J., & Côté, S. (2005). Sex differences in aggressive behavior: A developmental and evolutionary perspective. In R. E. Tremblay, W. W. Hartup, & J. Archer (Eds.), *Developmental origins of aggression* (83–106). New York: Guilford Press.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38, 1145–1160.
- Barcikowski, R. S. (1981). Statistical power with group mean as the unit of analysis *Journal of Educational Statistics*, 6, 267-285.
- Baron, R. A. & Richardson, D. R. (1994). *Human aggression* (2nd ed.). New York:Plenum.
- Bavelas, A. (1968). Communication Patterns in Task-oriented Groups (reprint from 1950). In: Cartwright, Dorwin & Zander, Alvin (eds.), *Group Dynamics: Research and Theory* (3rd ed.). London: Tavistock Publications, 503-511.
- Bebetsos, E. and Konstantoulas, D. (2006). Contact sports, moral functioning and planned behavior theory. *Perceptual and Motor Skills*, 103, 131-144.
- Bebetsos, E. Christoforidis, C. & Mantis, K. (2008). Examination of athletes' aggressiveness and anger among Greek team handball athletes. *Exercise & Society*, 47, 80-86.

- Berkowitz, L. B. (1993). *Aggression: Its causes, consequences and control*. New York: McGraw-Hill.
- Βλαχόπουλος Δ., Χριστοφορίδης Χ., Μπεμπέτσος Ε., Καραμουσαλίδης Γ., Τογανίδης Θ., & Καμπάς Α. (2010). Αξιοπιστία της "Κλίμακας Επιθετικότητας και Θυμού" σε Έλληνες χειροσφαιριστές. *Πρακτικά 18<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*. Κομοτηνή, ΤΕΦΑΑ, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.
- Bloom, G. A., Stevens, D. E., & Wickwire, T. L. (2003). Expert coaches' perceptions of team building. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(2), 129-143.
- Bolger, P.H. (1984). *The relationship of task and social cohesion to sex starting status, participation, level and performance of high school and university basketball teams*. Thesis: University of Western Ontario, London.
- Boone, K. S., Beitel, P., & Kuhlman, J. S. (1997). The effects of the win/loss record on cohesion. *Journal of Sport Behavior*, 20, 125-134.
- Bray, S. R., Beauchamp, M.R., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2004). *Need for Clarity as a Moderator of the Role Ambiguity –Satisfaction Relationship*. Manuscript submitted for publication.
- Brawley, L., Carron, A., & Widmeyer, W. (1993). The influence of the group and its cohesiveness on perceptions of group-related variables. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 245-260.
- Budge, S. (1981). Group cohesiveness revisited. *Group*, 5, 10-18.
- Bunker, L.G. & Rotella, R. (1980). Achievement and stress in sport: Research findings and practical suggestions. In WF Strauss (Ed.), *Sport psychology: An analysis of athlete behavior* (pp.104-125). Ithaca. *New York: Movement Publications*.
- Butler, J. (1990). *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. *New York: Routledge*.

- Carron, A.V. (1988). *Group dynamics in sport*. Theoretical and practical issues. London, Ontario : Spodym Publishers.
- Carron, A.V. (1982). Cohesiveness in sports groups: interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4, 123–138.
- Carron, A. V. (1980). *Motivation: Implication for coaching and teaching*. London, Sports Dynamics.
- Carron, A. V., & Ball, J. R. (1977). Cause and effect characteristics of cohesiveness and participation motivation in intercollegiate hockey. *International Review of Sport Sociology*, 12, 49-60.
- Carron, A. V., & Chelladurai, P. (1981). Cohesion as a factor in sport performance. *International Review of Sport Sociology*, 16, 2-41.
- Carron, A. V., & Chelladurai, P. (1978). Psychological factors and athletic success: An analysis of coach–athlete interpersonal behavior. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 3, 43–50.
- Carron, A. V., & Dennis, P. (2001). The sport team as an effective group. In J. M. Williams (Ed.) (2001). *Applied Sport Psychology: personal growth to peak performance* (4<sup>th</sup> Ed.), (pp. 120-134). Mountain View, CA: Mayfield.
- Carron, A. V., & Hausenblas, H. A. (1998). *Group dynamics in sport*. Morgantown WV Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., & Spink, K. S. (1993). Team building in an exercise setting. *The Sport Psychologist*, 7, 8-18.
- Carron, A. V., Brawley, L. R., and Widmeyer, W. N. (2002). *Group environment questionnaire: Test manual*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

- Carron, A., Brawley, L. & Widmeyer, W. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. In J.L. Duda (Ed.) *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement* (pp. 213-226). Morgantown, WV: Fitness Information Technology USA.
- Carron, A.V., Colman, M.M., Wheeler, J. & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 168-188.
- Carron, A. V., Eys, M. A., & Burke, M. A. (2007). Team cohesion: Nature, Correlates, and Development. In S. Jowett and D. Lavallee (Eds.). *Social Psychology of Sport* (pp. 91-102). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Carron, A., Hausenblas, H., & Eys, M. (2005). *Group dynamics in sport* (2<sup>nd</sup> ed.). Ontario: Book Crafters.
- Carron, A.V., Widmeyer, W.N. & Brawley, L.R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: the Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7, 244-266.
- Catwright, D. & Zander, A. (1968). *Group dynamics: Research and theory*. New York: Harper & Row Publishers.
- Chelladurai, P. (1993). Leadership. In R.N. Singer, M. Murphey & L.K. Tennant (Eds.). *Handbook of research on sport psychology* (pp. 647-671). New York: MacMillan.
- Chelladurai., P., & Carron, A.V (1978). *Leadership. Canadian association for health, physical education and recreation sociology of sport monograph series A*, Catgary, AB: University of Calgary.
- Chelladurai, P., & Riemer, H. (1997). A classification of facets of athlete satisfaction. *Journal of Sport Management*, 11, 133-159.
- Chelladurai, P., Imamura, H., Yamaguchi, Y., Oimnuma, Y., & Miyauchi, T. (1988). Sport

leadership in a cross-national setting: the case of Japanese and Canadian university athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 374-389.

- Christoforides C., Kalivas V., Matsouka O., Bebetos E. and Kambas A. (2010). Does Gender Affect Anger and Aggression in Handball Players? *The Cyprus Journal of Sciences*, 8, 3-11.
- Conroy, D. E., Silva, J. M., Newcomer, R. R., Walker, B. W., & Johnson, M. S. (2001). Personal and participatory influences on the socialization of aggressive sport behavior. *Aggressive Behavior*, 27, 405-418.
- Cosset, D.M. & Widmeyer W.N. (1981). Improving cohesion's prediction of performance outcome in sport. *Psychology of Motor Behavior and Sport Abstracts*, 100.
- Cote', J. (2002). Coach and peer influence on children's development through sport. In J. M. Silva, & D. E. Stevens (Eds.). *Psychological foundations of sport*, (pp. 520-540). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Coulomb-Cabagno, G., Rasclé, O., & Souchon, N. (2005). Player gender and male referees' decisions about aggression in French soccer: A preliminary study. *Sex Roles*, 52, 547-553.
- Γαλάνης, Ε., Σαλογιάννης, Γ., Κούλη, Ο., & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2009). Στρατηγικές αντιμετώπισης αντίξοων καταστάσεων στον αγώνα σε ομαδικά αθλήματα: ο ρόλος της συνοχής ομάδας. *Πρακτικά 17ου Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*, Κομοτηνή.
- Γεώργας, Δ. (1995). *Κοινωνική Ψυχολογία: Δυναμική της ομάδας, συμμόρφωση, συνεργασία και ανταγωνισμός, ηγετικός ρόλος, ψυχολογία του περιβάλλοντος* (Τόμος Β'), Αθήνα.
- Γιόλδασης Α., Ψυχουντάκη Μ., & Σταύρου Ν.(2012). Η αγωνιστική συμμετοχή των αθλητών ως παράγοντας συνοχής της ομάδας, *Εργαστήριο Κινητικής Συμπεριφοράς & Αθλητικής Ψυχολογίας, Κινησιολογία 2012*. Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- Δογάνης, Γ. (2010). *Αθλητική Ψυχολογία. Επιστημονική τεκμηρίωση & εφαρμογές*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Δογάνης, Γ. (1990). *Ψυχολογία στην φυσική αγωγή και τον αθλητισμό*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σάλτο.
- Δουλγεράκης Τ., Μπεμπέτσος Ε., Αντωνίου Π., & Μαυρίδης Γ. (2008). Επίπεδα επιθετικότητας και θυμού Ελλήνων αθλητών πετοσφαίρισης. *Πρακτικά 16<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού* (σελ.16), Κομοτηνή, ΤΕΦΑΑ, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.
- Donnelly, P., Carron, A. V., & Chelladurai, P. (1978). *Group cohesion and sport*. Ottawa: Canadian Association for Health, Physical Education, & Recreation Monograph Series.
- Escovar, L., & Sims, F.(1974). *The cohesion of groups*. Paper presented at the meeting of the Canadian Sociology and Anthropology Association, Toronto.
- Estabrooks, P. A. & Carron, A. V. (1999). Group cohesion in older adult exercisers: Prediction and intervention effects. *Journal of Behavioral Medicine*, 22, 575-588.
- Eys, M. A., Carron, A. V., Bray, S. R., & Beauchamp, M. R. (2003). Role ambiguity and athlete satisfaction. *Journal of Sports Sciences*, 21, 391-401.
- Eys, M.A., Carron, A.V., Beauchamp, M.R., & Bray, S.R. (2003). Role ambiguity in sport teams. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 534-550.
- Eys, M., Loughhead, T., Bray, S., & Carron, A. (2009a). Development of a cohesion questionnaire for youth: The youth sport environment questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 390-408.
- Eys, M.A., Loughhead, T.M., & Hardy, J. (2007). Athlete leadership dispersion and satisfaction in interactive sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 281–296.

- Ewing, M. E., Seefeldt, V. D., & Brown, T. P. (1997). Role of organized sport in the education and health of American children and youth. In A. Poinsett (Ed.), *The Role of Sports in youth development* (pp. 1–157). New York: Carnegie Corporation.
- Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey. *Journal of Applied Sport Psychology*, 83, 557-564.
- Festinger, L., Schachter, S., & Back, K. (1950). *Social pressures in informal groups*. New York: Harper and Row.
- Forsyth, D. R. (1999). *Group Dynamics*. (3rd Ed). New York: Brooks/Cole.
- French, J. (1941). The disruption and cohesion of groups. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 36, 361-377.
- Franzoi, S. L. (2006). *Social Psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Gacar, A. (2013). Investigation of Team Cohesion of the Turkish Professional Handball Player. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 7(2), 606-611.
- Gardner, D. E., Shields, D. L. L., Bredemeier, B. J. L., & Bostrom, A. (1996). The relationship between perceived coaching behaviors and team cohesion among baseball and softball players. *The Sport Psychologist*, 10, 367-381.
- Gee, C. J., & Leith, L. M. (2007). Aggressive behavior in professional ice hockey: A cross-cultural comparison of North American and European born NHL players. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 567-583.
- Gill, D. L. (2000). *Psychological dynamics of sport and exercise* (2<sup>nd</sup> edition). Champaign: Human Kinetics.
- Granito, V.J., & Rainey, D.W. (1988). Differences in cohesion between high school and college football teams and starters and nonstarters. *Perceptual and Motor Skills*, 66, 471–477.

- Greenlees, I.A., Graydon, J.K. & Maynard, I.W. (1999). The impact of collective efficacy beliefs on effort and persistence in a group task. *Journal of Sports Sciences*, 17, 151-158.
- Gross, N., & Martin, W.E. (1952). On group cohesiveness. *American Journal of Sociology*, 57, 546-554.
- Gruber, J.J., & Gray, G.R. (1982). Responses to forces influencing cohesion as a function of player status and level of male varsity basketball competition. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 53, 27-36.
- Hanson, P. G., & Lubin, B. (1988). Team building as group development. In W. B. Reddy & K. Jamison (Eds.). *Team building: Blue prints for productivity and satisfaction* (pp. 76-78). Alexandria, VA: National Institute for Applied Behavioral Science.
- Hanton, S. & Mellalieu, S.D. (Eds.) (2006). *Literature reviews in sport psychology*. Hauppauge, (pp. 257-287). New York: Nova Science.
- Hardy, C. J. (1990). Social loafing: motivational losses in collective performance. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 305-327.
- Hardy, J., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2005). Exploring the negative consequences of high cohesion in sports teams. *Small Group Research*, 36, 166-187.
- Harrell, W. A. (1980). Aggression by high school players: An observational study of the effects of opponent aggression and frustration-inducing factors. *International Journal of Sport Psychology*, 11, 290-298.
- Harrison D. A., Price, K. H., Gavin, J., & Florey, A. (2002). Time, teams, and task performance: Changing effects of surface and deep level diversity on group functioning. *Academy of Management Journal*, 45, 1029-1045.
- Heinemann G. D., & Zeiss A.M. (2002). *Team Performance in Health Care: Assessment and Development*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.



- Heuzé, J.P., Raimbault, N. & Fontayne, P. (2006a). Relationships between cohesion, collective efficacy, and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of Sports Sciences*, 24, 59-68.
- Heuzé, J.P., Sarrazin P., Masiero, M., Raimbault R. & Thomas, J.P. (2006b). The relationships of perceived motivational climate to cohesion and collective efficacy in elite female teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 201-218.
- Hodge, K. & McKenzie, A. (1999). *Thinking rugby: Training your mind for peak performance*. Auckland, Reed Books, p. 236.
- Hodges, L. & Carron, A.V. (1992). Collective efficacy and group performance. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 48-59.
- Homans, G. (1950). *The human group*. New York:Harcourt, Brace.
- Hope, R. (2006). *The Relationships among Role Involvement, Team Cohesion, and Athlete Satisfaction*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of North Carolina at Greensboro.
- Husman, B. F., & Silva, J. M. (1984). Aggression in sport: Definitional and theoretical considerations. In J. M.Silva & R. S. Weinberg (Eds.), *Psychological foundation s of sport* (pp., 246-260). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Θεοδωράκης Ν. & Μπεμπέτσος Ε. (2003). Διερεύνηση της Ικανοποίησης Αθλητών: Μία Πρώτη Προσέγγιση. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 1(2), 197 – 203).
- Janis, I. L. (1982). *Groupthink: Psychological studies of policy decisions and fiascoes* (2nd ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Jowett, S., & Chaundy, V. (2004). An investigation into the impact of coach leadership and coach-athlete relationship on group cohesion. *Group Dynamics: Theory, research and Practice*, 8, 302-311.

- Kerr, J. H. (1999). The role of aggression and violence in sport: A rejoinder to the ISSP position stand. *The Sport Psychologist*, 13(1), 83–88.
- Kozub, S.A. & McDonnell, J.F. (2000). Exploring the relationship between cohesion and collective efficacy in rugby teams. *Journal of Sport Behavior*, 23, 120-129.
- Konstantoulas, D. Bebetos, E. & Michailidou, D. (2006). Moral functioning research among Greek water polo players. *Athlitiki Psychologia*, 17, 21-39.
- Krech, D. & Grutsfield, R. (1948). *Theory and Problems of psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Landers, D. M., & Leuschen, G. (1974). Team performance outcome and cohesiveness of competitive co-active groups. *International Review of Sport Sociology*, 2, 57-69.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14(3), 229–252.
- Lent, R.W., Schmidt, J. & Schmidt, L. (2006). Collective efficacy beliefs in student work teams: Relation to self-efficacy, cohesion, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 68, 73-84.
- Lenk, H. (1969). Top performance despite internal conflict. An antithesis to a functionalistic proposition. In J.W. Loy & G. S . Kenyon (Eds). *Sports, Culture and Society*, (pp.393-397). New York: Macmillan Publishers.
- Levine, D. I., & D'Andrea Tyson, L. (1990). Participation, productivity, and the firm's environment. In A. S. Blinder (Ed.), *Paying for productivity* (pp. 183-237). Washington, DC: Brookings Institute.
- Lirgg, C. D. (1991). Gender differences in self-confidence in physical activity: A meta-analysis of recent studies. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 8, 294-310.

- Loughead, T.M., & Carron, A.V. (2004). The mediating role of cohesion in the leader behavior- satisfaction relationship. *Psychology of Sport and Exercises*, 5, 355- 371.
- Loughead, T. M., & Hardy, J. (2006). Team cohesion: From theory to research to team building. In S. Hanton, & S. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 257-287). Hauppauge, NY: Nova Science Publishers.
- Loughead, T., & Hardy, J. (2006). A cohesion review. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (eds.), *Literature Reviews in Sport Psychology*. Hauppauge, NY: Nova Science.
- Mannell, R. (1999). Leisure experience and satisfaction. In E. Jackson and T. L. Burton (Eds.). *Leisure Studies: Prospects for the Twenty-first Century* (pp. 235-248). Pennsylvania: Venture Publishing.
- Martens, R., & Peterson, J. A. (1971). Group cohesiveness as a determinant of success and member satisfaction in team performance. *International Review of Sport Sociology*, 6, 49-61.
- Maynard I.W. & Watson J.C.(1995). Cohesion and performance in elite male basketball players. *Journal of Sport Sciences*, 13, 66-67.
- Maxwell, J. P. (2004). Anger rumination: An antecedent of athlete aggression? *Psychology of Sport and Exercise*, 5, pp. 279–289.
- Maxwell, J. P. & Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 179-193.
- Maxwell, J. P., Visek, A. J., & Moores, E. (2009). Anger and perceived legitimacy of aggression in male Hong Kong Chinese athletes: Effects of type of sport and level of competition. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 289-296.
- Melnick, M. J., & Chemers, M. M. (1974). Effects of group social structure on the success of basketball teams. *Research Quarterly*, 45, 1–8.

- Mikalachki, A. (1969). *Group cohesion revisited*. London, Ontario: School of Business Administration, University of Western Ontario.
- Miller, B. P. (1997). Developing team cohesion and empowering individuals. In R. J. Butler (Ed.), *Sports psychology in performance* (pp. 105-125) . Oxford, UK: Butterworth.
- Molleman, E., (2005). Diversity in Demographic Characteristics, Abilities and Personality Traits: Do Faultlines Affect Team Functioning. *Group Decision and Negotiation*, 14, 173-193.
- Mountakis, K. (1992). *Physical Education in High School and Lyceum*. Application of the new programs. Thessaloniki: Salto.
- Μπεμπέτσος, Ε., Χριστοφορίδης, Χ. & Μάντης, Κ. (2008). Διερεύνηση της επιθετικότητας και του θυμού Ελλήνων Αθλητών/τριών Χειροσφαίρισης. *Άθληση και Κοινωνία*, 47, 80-87.
- Μπεργελές, Ν. (1996). *Κοινωνιομετρική αξιολόγηση της συνοχής ομάδων πετοσφαίρισης και η σχέση της με την απόδοση* , Δημοσίευτη Διδακτορική Διατριβή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα.
- Mudrack, P. (1989b). Group cohesiveness and productivity: A closer look. *Human Relations*, 42, 771-785.
- Mullen, B., & Cooper, C. (1994). The relation between group cohesiveness and performance: An integration. *Psychological Bulletin*, 115(2), 210-227.
- Myers, N. D., Feltz, D. L., & Short, S. E. (2004). Collective efficacy and team performance: A longitudinal study of collegiate football teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8, 126-138.
- Newman, B. (1984). Expediency as benefactor: How team building saves time and gets the job done. *Training and Development Journal*, 38(2), 26-30.

- Ντόμαλη Σ., Ψυχουντάκη, Μ., Καλουπής, Σ., & Χαιροπούλου, Χ. (2008). Σχέση αντιλαμβανόμενης ηγετικής συμπεριφοράς του προπονητή και της ικανοποίησης αθλητριών συγχρονισμένης κολύμβησης. *Πρακτικά 10<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου Αθλητικής Ψυχολογίας "Άσκηση και αθλητισμός στα παιδιά και τους εφήβους: Ψυχολογική προσέγγιση"* Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.
- Paient, Craig A. & Bischoff, D. (2007). Effect of interdependence and gender on team cohesion and performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology*; 29, 196-200.
- Papadopoulou, A., Theodorakis, D. N., Tsigilis, N., & Tsalis, G. (2006). Measuring satisfaction among Greek swimmers: gender and sport-related differences. *Psychological Reports*, 98 (2), 389-394.
- Paskevich, D.M., Brawley, L.R., Dorsch, K.D. & Widmeyer, W.N. (1999) Relationship between collective efficacy and cohesion: Conceptual and measurement issues. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 3, 210-222.
- Prapavessis, H. & Carron, A. V. (1996). The effect of group cohesion on competitive state anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 64-74.
- Prapavessis, H., & Carron, A. (1997). Cohesion and work output. *Small Group Research*, 28, 294-301.
- Proios, M. (2012). The relation between the emotion of "anger" and the cognitive processes in gymnastics athletes. *International Quarterly of Sport Science*, 1, 10-18.
- Psychountaki, M., Stavrou, N.A., & Agelonidis, Y. (2007). *The relationship between team cohesion and competitive state anxiety*. In Y. Theodorakis, M. Goudas & A.Papaioannou (Eds.), *Long papers of the 12<sup>th</sup> European Congress of Sport Psychology* (pp. 830-834). Halkidiki, Greece.

- Παναγίδου Δ.Μ., Σταύρου Ν.Α., & Ψυχουντάκη Μ. (2006). Η σχέση της συνοχής ομάδας και της αθλητικής απόδοσης. *Πρακτικά 9<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου Αθλητικής Ψυχολογίας*. Αθήνα: ΤΕΦΑΑ Πανεπιστήμιο Αθηνών.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1985). *Εξελικτική ψυχολογία*. Αθήνα: Αυτοέκδοση.
- Ramzaninezhad, R. & Hoseini Kashtan, M. (2009). The relationship between coach`s leadership styles and team cohesion in Iran football clubs professional league. *Brazilian journal of Biomotricity*, 3(2), 111-120.
- Ramzaninezhad, R., Keshtan, M. H., Shahamat, M. D., & Kordshooli, S. S. (2009). The relationship between collective efficacy, group cohesion and team performance in professional volleyball teams. *Brazilian Journal of Biomotricity*, 3, 31–39.
- Razafimbola, S. (2009). *The development and evaluation of a cohesion-building programme for a South African male collegiate basketball team*. Unpublished Masters thesis, Rhodes University, Grahamstown.
- Rayburn, C. A., Goetz, D. J., Osman, S. L. (2001). The ‘Game’ of Leadership: Exercise, Games, Sports, and Leadership. *International Journal of Value-Based Management*, 14(1), 11-26.
- Rico, R., Molleman, E., Sánchez-Manzanares, M., & Van der Vegt. (2007). The effects of diversity faultlines and team task autonomy on decision quality and social integration. *Journal of Management*, 33(1), 111-132.
- Riemer, H., & Chelladurai, P. (2001). Satisfaction and commitment of Canadian university athletes: The effect of gender and tenure. *AVANTE* 7, 27-50.
- Riemer, H., & Chelladurai, P. (1998). Development of the athlete satisfaction questionnaire (ASQ). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20, 127-156.
- Riley, P. (1994). *The winner within: A life plan for team players*. New York: Berkley Publishing Group.

- Robazza, C. & Bortoli, L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 875–896.
- Robinson, T.T., & Carron, A.V. (1982). Personal and situational factors associated with dropping out versus maintaining participating in competitive sport. *Journal of Sport Psychology*, 4, 364-378.
- Ronayne, L. S. (2004). *Effects of coaching behaviors on team dynamics: How coaching behaviors, influence team cohesion and collective efficacy over the course of a season*. Master of Science in sport studies, physical education, health, and sport studies, Miami University.
- Ruiz, M.C. & Hanin, Y. L. (2004). Idiosyncratic description of anger states in skilled Spanish karate athletes: An application of the IZOF model. *Revista de Psicología del Deporte*, 13 (1), 75-93.
- Σαλογιάννης, Γ., Γαλάνης, Ε., Κούλη, Ο., & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2009). Συνοχή ομάδας: προκαταρκτική μελέτη για το ρόλο των δημογραφικών χαρακτηριστικών και της αθλητικής συμμετοχής. *Πρακτικά 17ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού* (σελ. 20-21), Κομοτηνή.
- Sargent, L.D., & Sue-Chan, C., (2001). Does Diversity Affect Group Efficacy? The Intervening Role of Cohesion and Task Interdependence, *Small Group Research*, 32(4), 426-450.
- Shapcott, K.M., Carron, A.V., Burke, S.M., Bradshaw, M.H., Estabrooks, P.A., (2006). Member Diversity and Cohesion and Performance in Walking Groups. *Small Group Research*, 37, 701-720.
- Shawn, M. (1999). Essential Coaching Skills. Team cohesion. *Youth Baseball Coaching*. Ch. B, 3, Cortland State University.
- Shaw, M. (1976). Group dynamics: *The psychology of small group behavior*. McGraw-Hill.

- Sherif, M. (1967). *Social Interaction: process and products*. Chicago: Aldine.
- Smoll, F. L., & Smith, R. E. (2002). Coaching behavior research and intervention in youth sports. In F. L. Smoll, & R. E. Smith (Eds.). *Children and youth in sport: A Biopsychosocial perspective* 2nd ed. (pp. 211–231). Dubuque, IA: Kendall–Hunt.
- Spink, K. S. (1992). Group cohesion and starting status in successful and less successful elite volleyball teams. *Journal of Sport Sciences*, 10(4), 379-388.
- Spink, K. S. (1990). Group cohesion and collective efficacy of volleyball teams. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12, 301-311.
- Spink, K., Nickel, D., Wilson, K., & Odnokon, P. (2005). Using a multilevel approach to examine the relationship between task cohesion and team task satisfaction in elite ice hockey players. *Small Group Research*, 36, 539-554.
- Srokosz, W. (1977). Socjopedagogiczne badania nad reprezentacją piłkarską Krakowa. *Wychowanie Fizyczne i Sport*, 21(2), 55-68.
- Σταματάκος Ι. (1972), Λεξικόν της Αρχαίας Ελληνικής γλώσσας. Αθήνα: Εκδοτικός Οργανισμός «Ο Φοίνιξ» ΕΠΕ.
- Stephens, D. E. (2001). Predictors of aggression in girl's basket-ball: An examination of beginning and advanced participants in a summer skills camp. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 257–266.
- Stephens, D.E. (2000). Predictors of likelihood to aggress in youth soccer: An Examination of coed and all-girls teams. *Journal of Sport Behaviour*, 23, 311-323.
- Stephens, D. E. (1998). Aggression. In J.L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 277–292). Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Ltd.



- Sugarman, K. (1999). *Winning the mental way: A practical guide to team building and mental training*. Burlingame: Step Up Publishing.
- Terry, P.C. & Slade, A. (1995). Discriminant effectiveness of psychological state measures in predicting performance outcome in karate competition. *Perceptual and Motor Skills*, 81, 275–286.
- Tiedens, L. Z. (2001). The effect of anger on the hostile inferences of aggressive and nonaggressive people: specific emotions, cognitive processing, and chronic accessibility. *Motivation & Emotion*, 25, 233–251.
- Tucker L.W. & Parks J.B. (2001). Effects of gender and sport type on intercollegiate athletes perceptions of legitimacy of aggressive behavior in sport. *Sociology of Sport Journal*, 28, 126-140.
- Veskovic, A., Valdevit, Z., & Ilic, D. (2008). Relationships between cohesion of competitive levels and efficacy and performance in Handball teams. *Physical Culture*, Belgrade, 62, 97-108.
- Watson, C.B., Chemers, M. M. & Preiser, N. (2001). Collective efficacy: A multilevel analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin* 27, 1057-1068.
- Weinberg, R.S. & Gould, D. (2007) *Foundations of sport y exercise psychology* ( 4th edition). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M.R. & Friedrichs, W.D. (1986). The influence of leader behaviors, coach attributes, and institutional variables on performance and satisfaction of collegiate basketball teams. *Journal of Sport Psychology*, 8, 332–346. University of Virginia.
- West, S., Biesanz, J., & Pitts, S. (2000). Causal inference and generalization in field settings: Experimental and quasi-experimental designs. In H.T. Reis & C. M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp.40-84). New York: Cambridge University Press.

- Westre, K., & Weiss, M. (1991). The relationship between perceived coaching and group cohesion in high school football teams. *The Sport Psychologist*, 5, 41-54.
- Widmeyer, N. W., Brawley, R.L., & Carron, V. A. (2002). Group dynamics in Sport. In Horn S.T.(Eds.), *Advances in Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Widmeyer, W. N., Bray, S. R., Dorsch, K.D., & McGuire, E. J. (2002). Explanations for the occurrence of aggression: Theories and research. In J.M Silva & D.E. Stevens (Eds.) *Psychological Foundations of Sport* (pp. 352-379). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Widmeyer, W., Carron, A., & Brawley, L. (1993). Group cohesion in sport and exercise. In R.N. Singer, M. Murphey, L.K. Tennant, (Eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 672-692). New York: MacMillan.
- Widmeyer, W.N., & Williams, J. M. (1991). Predicting cohesion in coaching teams. *Small Group Research*, 22, 548-557.
- Wiesen (1989). *The effects of winning or losing one softball game on the perceptions of team cohesion in women's high school and collegiate softball teams in North Central Louisiana*. Unpublished master's thesis, Louisiana Tech, Ruston, L.A..
- Williams, J. & Hacker, C. (1982). Causal relationships among cohesion, satisfaction, and performance in women's intercollegiate field hockey teams. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4, 324-337.
- Yaffe, M. (1974). The Psychology of soccer. *New Society*, 27, 378-380.
- Yukelson, D., Weinberg, R.& Jackson, A. (1984). A multi-dimensional group cohesion instrument for intercollegiate basketball teams. *Journal of Sport Psychology*, 6, 103-107.

Young, K. (1993). Violence, risk, and liability in male sports culture. *Sociology of Sport Journal*, 10(4), 373-396.

Zakrajsek, R. A., Abildso, C. G., Hurst, J.R., & Watson, J.C. (2007). The relationships among coaches' and athletes' perceptions of coaching staff cohesion, team cohesion, and performance. Retrieved December 10, 2008 from <http://www.athleticinsight.com/Vol9Iss3/CoachingStaffCohesionPDF.pdf>

Zander, A. (1979). The psychology of group processes. *Annual Review of Psychology*, 30, 417-451.

Ζέρβας, Γ. (2002). *Ψυχολογία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*, Αθήνα: ΣΑΛΤΟ.

Ζουμπουλιάς Σ., Μπεμπέτσος Ε., Αντωνίου Π., & Κουρτέσης Θ. (2011). Επίπεδα επιθετικότητας και θυμού Ελλήνων αθλητών υδατοσφαίρισης. *Πρακτικά 19<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού*. Κομοτηνή, ΤΕΦΑΑ, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.

## VIII.ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

### ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1:ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΟΜΑΔΑΣ

**ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ**  
**ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**  
**Εργαστήριο Αθλητικής Ψυχολογίας**

**Οδηγίες :** Το ερωτηματολόγιο αυτό είναι σχεδιασμένο για να εκτιμηθούν οι αντιλήψεις σου για την ομάδα στην οποία συμμετέχεις. Δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις, γι' αυτό, παρακαλώ, να δώσεις την άμεση απάντησή σου. Κάποιες από τις ερωτήσεις μπορεί να φαίνεται ότι επαναλαμβάνονται, αλλά, παρακαλώ, να απαντήσεις σε ΟΛΕΣ τις ερωτήσεις. Είναι πολύ σημαντικό για εμάς οι απαντήσεις σου να είναι ειλικρινείς. Οι απαντήσεις σου θα είναι απολύτως εμπιστευτικές (ούτε ο προπονητής, αλλά ούτε και κάποιος άλλος θα δει τις απαντήσεις σου).

Οι ακόλουθες ερωτήσεις σχεδιάστηκαν για να εκτιμήσουν **ΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΟΥ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ Σ' ΑΥΤΗΝ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ**. Παρακαλώ, να επιλέξεις έναν αριθμό από το 1 έως το 9, για να δείξεις το βαθμό στον οποίο συμφωνείς με κάθε μία από τις προτάσεις.

**1 = διαφωνώ απόλυτα**

**9 = συμφωνώ απόλυτα**

	Διαφωνώ απόλυτα						Συμφωνώ απόλυτα		
1. Μου αρέσει να συμμετέχω στις κοινωνικές εκδηλώσεις αυτής της ομάδας	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Είμαι ευχαριστημένος από το χρόνο που παίζω στους αγώνες	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Θα μου λείψουν οι συμπαίκτες μου όταν τελειώσει η αγωνιστική περίοδος	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Είμαι ευχαριστημένος με το βαθμό επιθυμίας που δείχνει η ομάδα μου για νίκη	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Μερικοί από τους καλύτερους φίλους μου είναι σ' αυτήν την ομάδα	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Αυτή η ομάδα μου προσφέρει αρκετές ευκαιρίες να βελτιώσω την ατομική μου απόδοση	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Προτιμώ τις παρέες της ομάδας μου παρά άλλες παρέες	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Μου αρέσει το στυλ παιχνιδιού αυτής της ομάδας	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Αυτή η αθλητική ομάδα είναι για μένα μία από τις πιο σημαντικές	1	2	3	4	5	6	7	8	9

κοινωνικές ομάδες στις οποίες ανήκω									
10. Η ομάδα μας είναι ενωμένη στην προσπάθεια να πετύχει τους αγωνιστικούς της στόχους	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Τα μέλη της ομάδας μας θα προτιμούσαν μάλλον να βγαίνουν έξω όλοι μαζί σαν ομάδα, παρά μόνοι τους	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Όλοι μαζί αναλαμβάνουμε την ευθύνη για την ήττα ή την κακή απόδοση της ομάδας μας	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Οι παίκτες της ομάδας μας συχνά κάνουν παρέα όλοι μαζί	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Οι παίκτες της ομάδας συμφωνούν στις απόψεις τους για το πώς πρέπει να παίζει η ομάδα	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Οι παίκτες της ομάδας μας θα ήθελαν να βρίσκονται μεταξύ τους και αφού τελειώσει η αγωνιστική περίοδος	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Αν κάποιοι παίκτες της ομάδας μας έχουν προβλήματα στην προπόνηση, ο καθένας μας θέλει να τους βοηθήσει έτσι ώστε να επανασυνδεθούν	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Οι παίκτες της ομάδας μας κάνουν παρέα εκτός προπονήσεων και αγώνων	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Οι παίκτες της ομάδας μας συζητούν ελεύθερα για τις υπευθυνότητες που έχει κάθε ένας κατά τη διάρκεια των αγώνων ή στην προπόνηση	1	2	3	4	5	6	7	8	9

- Φύλο
- Ηλικία
- Σε ποια κατηγορία αγωνίζεσαι
- Πόσα χρόνια είσαι αθλητής/τρια σε ομάδα
- Πόσα χρόνια σε αυτή την ομάδα
- Πόσες φορές την εβδομάδα προπονείσαι
- Αγωνίζομαι ως: βασικός

Αναπληρωματικός

**ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΛΥ!**

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ  
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

**ΑΝΩΝΥΜΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ.** Πριν προχωρήσεις στις απαντήσεις διάβασε καλά τις οδηγίες. Το μόνο που θέλω είναι να είσαι ειλικρινής στις απόψεις σου. Να απαντάς σε όλες τις ερωτήσεις. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Οι ερωτήσεις που ακολουθούν έχουν σχέση με την ομάδα σου. Παρακαλούμε δήλωσε πόσο ικανοποιημένος/η ή δυσαρεστημένος/η είσαι, βάζοντας ένα « X » στο ανάλογο τετράγωνο.

## Από

1) ....τον τρόπο που αγωνίζομαι.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

2) ....το στυλ ηγεσίας του προπονητή μου (τον τρόπο που ηγείται).

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

3) ....το ομαδικό πνεύμα.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

4) ....το πώς μου συμπεριφέρεται ο προπονητής μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

5) ....την προσωπική μου ανάπτυξη και βελτίωση.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

6) ....την ικανότητα του προπονητή μου να με διδάξει.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

7) .... τον τρόπο που ο προπονητής μου αντιμετωπίζει/χειρίζεται τα προβλήματα (που προκύπτουν).

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

8) ....τον τρόπο που μου συμπεριφέρονται οι συναθλητές μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

9) ....την καθοδήγηση του προπονητή μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

10) ....τις προπονήσεις.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

11) ....τον σεβασμό και την δίκαιη μεταχείριση που έχω από τον προπονητή μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

12) .... την βοήθεια που έχω από τους συναθλητές μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

13) ....το ευχάριστο κλίμα που επικρατεί στις προπονήσεις.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

14) .... τα πόσα πολλά μαθαίνω για το παιχνίδι.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

--	--	--	--	--	--	--

15) .... την προσοχή που μου δείχνουν επειδή είμαι αθλητής.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

16) .... την υποστήριξη του προπονητή μου.

Είμαι πάρα πολύΔυσανεστημέν	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

17) .... την απόδοση της ομάδος.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

18) .... την φυσική κατάσταση μου.

Είμαι πάρα πολύ Δυσανεστημένος/η	Είμαι Δυσανεστημένος/η	Είμαι λίγο Δυσανεστημένος/η	Έτσι και έτσι	Είμαι λίγο Ικανοποιημένος/η	Είμαι Ικανοποιημένος/η	Είμαι πάρα πολύ Ικανοποιημένος/η

Φύλο \_\_\_\_\_ Ηλικία \_\_\_\_\_

Σε ποια κατηγορία (παιδικό, εφηβικό, ανδρικό. κ.τ.λ.) αγωνίζεσαι \_\_\_\_\_

Πόσα χρόνια είσαι αθλητής/τρια σε ομάδα \_\_\_\_\_ Πόσα χρόνια σε αυτή την ομάδα \_\_\_\_\_

Πόσες φορές την εβδομάδα προπονείσαι \_\_\_\_\_

Ευχαριστούμε πολύ για την βοήθεια σου!



### ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3: ΚΛΙΜΑΚΑ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΘΥΜΟΥ

#### ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Φαντάσου ότι αγωνίζεσαι σε ένα κρίσιμο παιχνίδι. Παρακάτω αναγράφονται ορισμένες συμπεριφορές οι οποίες μπορεί να συμβούν κατά την διάρκεια του αγώνα. Βάλτε σε κύκλο τον ανάλογο αριθμό.

	ΠΟΤΕ	ΣΠΑΝΙΑ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΣΥΝΕΧΕΙΑ
Γίνομαι εριστικός αν βρεθώ σε δύσκολη θέση κατά την διάρκεια του αγώνα	1	2	3	4	5
Νιώθω εχθρικά προς τον αντίπαλο μου αν ηττηθώ	1	2	3	4	5
Χλευάζω (κοροϊδεύω) τους αντιπάλους μου για να τους κάνω να χάσουν την αυτοσυγκέντρωσή τους	1	2	3	4	5
Προσβάλω λεκτικά τους αντιπάλους μου ώστε να χάνουν την προσοχή τους	1	2	3	4	5
Δείχνω τον εκνευρισμό μου όταν εκνευρισθώ κατά την διάρκεια του αγώνα	1	2	3	4	5
Οι αντίπαλοι αποδέχονται την κακομεταχείριση ως ένα βαθμό	1	2	3	4	5
Χρησιμοποιώ υπερβολική δύναμη προκειμένου να βρεθώ σε πλεονεκτική θέση	1	2	3	4	5
Τα διαιτητικά λάθη με κάνουν να θυμώνω	1	2	3	4	5
Είναι αποδεκτό να χρησιμοποιείς αντικανονικά τη δύναμή σου προκειμένου να βρεθείς σε πλεονεκτική θέση	1	2	3	4	5
Γίνομαι "εκτός εαυτού" όταν χάνω	1	2	3	4	5
Είναι αποδεκτή η βίαιη συμπεριφορά εναντίον του αντιπάλου	1	2	3	4	5
Δυσκολεύομαι να συγκρατώ τα νεύρα μου κατά τη διάρκεια του αγώνα	1	2	3	4	5