

## **ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΟΠΙΝΓΚ**

Ψούνη Σταυρούλα

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 ή  
Απόδοσης»

Κομοτηνή 2009

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

---

1<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Θεοδωράκης Ιωάννης Καθηγητής

---

2<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Γούδας Μάριος, Επίκουρος Καθηγητής.

---

3<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Χατζηγεωργιάδης Αντώνιος, Επίκουρος Καθηγητής



## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ψούνη Σταυρούλα: Στάσεις και προθέσεις αθλητών και προπονητών για το ντόπινγκ  
(Με την επίβλεψη του κ. Θεοδωράκη Ιωάννη, Καθηγητή)

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξεταστούν οι στάσεις και οι προθέσεις των αθλητών και των προπονητών για το ντόπινγκ. Η διερεύνηση έγινε με τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς. Το δείγμα αποτέλεσαν 143 αθλητές και 50 προπονητές. Χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο, το οποίο αξιολογούσε: στάσεις, υποκειμενικό πρότυπο, αντιλαμβανόμενο έλεγχο, πρόθεση, γνώσεις και ηθική σε ότι αφορά την πιθανή συμπεριφορά των αθλητών και προπονητών για το ντόπινγκ. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το 65,5% των αθλητών είχαν αρνητικές προθέσεις για το ντόπινγκ, το 7% ήταν αναποφάσιστοι και το 27,5% είχαν θετικές προθέσεις. Στους προπονητές το 67,3% είχαν αρνητικές προθέσεις, το 10,7% ήταν αναποφάσιστοι και το 22% είχαν θετικές προθέσεις. Από την ανάλυση ιεραρχικής παλινδρόμησης φάνηκε ότι παράγοντας που επηρεάζει την τελική πρόθεσή των αθλητών για το ντόπινγκ είναι οι στάσεις ( $\beta = .58$ ,  $p < .001$ ), ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ( $\beta = .19$ ,  $p < .001$ ) και η ηθική ( $\beta = .20$ ,  $p < .001$ ). Στους προπονητές οι στάσεις αποτέλεσαν τον πιο σημαντικό παράγοντα ( $\beta = .54$ ,  $p < .001$ ) πρόβλεψης των προθέσεων.

Οι δύο ερωτήσεις επιλογής προβλέφθηκαν από τις προθέσεις, τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο την ηθική και τις γνώσεις. Τα αποτελέσματα στους αθλητές έδειξαν ότι οι προθέσεις ( $\beta = .78$ ,  $p < .001$ ) και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ( $\beta = .12$ ,  $p < .01$ ) είναι οι πιο σημαντικοί παράγοντες. Στους προπονητές σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης των επιλογών είναι οι προθέσεις ( $\beta = .72$ ,  $p < .001$ ). Τέλος στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν μεταξύ αντρών και γυναικών στους αθλητές, στις στάσεις ( $t = 3.4$ ,  $p = .001 < .05$ ), στις προθέσεις ( $t = 4.3$ ,  $p = .00 < .05$ ), στον αντιλαμβανόμενο έλεγχο ( $t = 2.0$ ,  $p = .01 < .05$ ) και στην ηθική ( $t = 2.6$ ,  $p = .01 < .05$ ). Στους προπονητές παρουσιάστηκαν διαφορές μεταξύ αντρών και γυναικών στη μεταβλητή των γνώσεων ( $t = -2.2$ ,  $p = .01 < .05$ ).

Λέξεις κλειδιά: Αναβολικά, Στάσεις προς το ντόπινγκ



## **ABSTRACT**

Psouni Stavroula

Athletes and Coaches Attitudes and Intentions of Doping Use Behavior  
(Under the supervision of Yannis Theodorakis, Professor)

The aim of this study was to examine athletes' and coaches' attitudes and intentions towards the use of doping, according to the theory of planned behavior. Two additional variables, morality and knowledge were constructed to expand the initial model. The sample constituted of 143 athletes and 50 coaches. A questionnaire was administered assessing attitudes, subjective norms, perceived control, intentions, knowledge and morality, in relation to the examined behavior. Attitudes and perceived behavior control predicted intention to use anabolic. Also, behavior of anabolic use was predicted from intention, perceived behavioral control, morality and knowledge.

The results showed that 65.5% of athletes had negative intentions for doping, 7% were undecided and 27.5% had positive intentions. The coaches had 67.3% negative intentions, 10.7% were undecided and 22% had positive intentions. Hierarchical regression analysis, showed that attitudes ( $\beta = .58, p < .001$ ), perceived behavior control ( $\beta = .19, p < .001$ ) and moral ( $\beta = .20, p < .001$ ), were the most affecting factors for final intention of athletes. For coaches attitudes were the most important predictor of intentions ( $\beta = .54, p < .001$ ).

The two choice questions predicted by intentions, perceived behavior control, moral and knowledge. The athletes results showed that intentions ( $\beta = .78, p < .001$ ) and perceived behavior control ( $\beta = .12, p < .01$ ) are the most important predictors. The coaches results showed that the most important factor for choices prediction is intentions ( $\beta = .72, p < .001$ ). Finally, statistically significant differences occurred between men and women athletes, attitudes ( $t = 3.4, p = .001 < .05$ ), intentions ( $t = 4.3, p = .00 < .05$ ), perceived behavior control ( $t = 2.0, p = .01 < .05$ ) and moral ( $t = 2.6, p = .01 < .05$ ). The coaches presented differences between men and women in the variable of knowledge ( $t = -2.2, p = .01 < .05$ ).

Key words: doping, doping attitudes.



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	i
ABSTRACT .....	iii
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....	v
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ .....	viii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ .....	x
Στάσεις και Προθέσεις Αθλητών και Προπονητών για το Ντόπινγκ .....	1
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ .....	3
Το φαινόμενο του ντόπινγκ .....	3
Ιστορικά στοιχεία. Το ντόπινγκ είναι ευρέως γνωστό ως χρήση απαγορευμένων ουσιών και πρακτικών από αθλητές στην προσπάθειά τους να αυξήσουν την επίδοσή τους. Ο όρος ντόπινγκ (doping) προέρχεται από την λέξη “dope” αρχαία έκφραση η οποία αναφέρονταν σε ένα αλκοολούχο ποτό το οποίο χρησιμοποιούνταν ως διεγερτικό στην Νότιο Αφρική σε θρησκευτικές τελετές (Lippi & Guidi, 1999). Για πρώτη φορά ο όρος ντόπινγκ εμφανίζεται σε αγγλικό λεξικό το 1969 όπου προσδιορίζεται ως ένα μείγμα από όπιο και άλλα είδη ναρκωτικών ουσιών για χρήση σε αγώνες υποδρόμου. ....	3
Λόγοι για τους οποίους γίνεται χρήση αναβολικών. Η χρήση αναβολικών από τους αθλητές σχετίζονται με τις εβδομαδιαίες ώρες προπόνησης, την πρόθεση για χρήση, την χρήση άλλων ουσιών, την χαμηλή αυτοεκτίμηση, και τα επίπεδα του άγχους του αθλητή (Laure & Binding, 2007). Επίσης έχει αναφερθεί ότι η επικίνδυνη συμπεριφορά εκτός των αγωνιστικών χώρων και η χρήση συμπληρωμάτων διατροφής αυξάνουν την πιθανότητα για ντοπαριστούν (Laure, Lecerf, Friser & Binsinger, 2004). ....	4
Αντιμετώπιση του ντόπινγκ. Στις μέρες μας η αντιμετώπιση του ντόπινγκ εστιάζεται περισσότερο στον έλεγχο των αθλητών και όχι τόσο πολύ στην πρόληψη (Houlihan, 2002). Σύμφωνα όμως με τους Sterelau και συνεργάτες (2006) ο έλεγχος των αθλητών για το ντοπαρίσμα δεν επηρεάζει την απόφασή τους για να κάνουν χρήση αναβολικών ή όχι. Η σχετική ερευνά τους έδειξε ότι οι αθλητές πρώτα θεωρούν τα ηθικά πιστεύω τα οποία ακολουθούνται από το φόβο για την υγεία. Μελλοντικά ίσως πρέπει να δοθεί περισσότερο έμφαση στην πρόληψη και την ενημέρωση των νέων αθλητών από ότι στους εργαστηριακούς ελέγχους. Η κατανόηση των καθοριστικών παραγόντων των συμπεριφορών που σχετίζονται με την άσκηση είναι το πρώτο βήμα για την ανάπτυξη επιτυχημένων παρεμβάσεων για την αλλαγή αυτών των συμπεριφορών (Theodorakis, 1994). ....	7
Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς.....	10
Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος Συμπεριφοράς. Τρίτος παράγοντας είναι το εάν το άτομο αισθάνεται ότι έχει τον έλεγχο και δυνατότητές να εκτελέσει την συμπεριφορά (Ajzen, 1988). Στην εκτέλεση κάθε συμπεριφοράς συνήθως υπάρχουν εμπόδια όπως οι εσωτερικοί παράγοντες, δεξιότητες, ικανότητες, γνώσεις, προγραμματισμός και εξωτερικοί παράγοντες όπως χρόνος, ευκαιρίες, συνεργασία, κλπ. Τα εμπόδια αυτά κάθε άτομο τις αντιλαμβάνεται διαφορετικά. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς είναι η μεταβλητή που εκφράζει το άτομο πιστεύει ότι ελέγχει τις πράξεις του (Θεοδωράκης & Παπαϊωάννου, 2002). Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς επηρεάζει άμεσα την συμπεριφορά ή μέσω της διαμόρφωσης της πρόθεσης (Νάτσης, & Θεοδωράκης, 2000). ....	12
Πρόθεση για συμπεριφορά. Η πρόθεση καθορίζει άμεσα την παρατηρούμενη συμπεριφορά. Είναι η απόφαση του ατόμου να ενεργήσει μετά από ένα δεδομένο	

ερέθισμα ή σε μια κατάσταση. Οι προθέσεις αποτελούν την παρακίνηση για μια συμπεριφορά. Όσο ισχυρότερη είναι η πρόθεση για δέσμευση σε μια συμπεριφορά τόσο πιο πιθανό είναι να πραγματοποιηθεί η συμπεριφορά αυτή (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000).	12
Ηθική. Ο Ajzen (1991) περιγράφει την ηθικά πιστεύω σαν την αντίληψη των ατόμων για το αν μια συμπεριφορά είναι σωστό ή όχι να εκτελεστεί. Συγχρόνως προτείνει ότι τα ηθικά πιστεύω επιρεάζουν άμεσα την πρόθεση για τη συμπεριφορά και δρουν παράλληλα με τις στάσεις, τα κοινωνικά πρότυπα και τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τον Kaiser (2006) θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει επικριθεί επειδή δεν περιέχει ηθικά αίτια, ειδικότερα σε θέματα τα οποία είναι σχετικά με την ηθική. Οι ηθικές νόρμες δεν αποδεικνύουν την ερμηνεία της συμπεριφοράς. Η ηθική αντιπροσωπεύεται στις στάσεις των ατόμων είτε προηγούνται των στάσεων είτε προέρχονται από την αξιολόγηση τους. Με άλλα λόγια οι στάσεις των ατόμων εμπεριέχονται στην ηθική αντίληψή τους και η ηθική στις στάσεις. υπάρχει σημαντική αλληλοεπικάλυψη των στάσεων και της ηθικής, η οποία προκαλεί ένα κατασταλτικό παράγοντα στη συμπεριφορά. Τα ενδιαφέροντα του ατόμου και η λειτουργικότητά του είναι λιγότερο σημαντικά στην εκδήλωση της συμπεριφοράς. ....	12
Εφαρμογές θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς .....	12
Εφαρμογές στην υγιεινή συμπεριφορά. Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει χρησιμοποιηθεί για να προβλέψει ποικίλες συμπεριφορές οι οποίες σχετίζονται με υγιεινές ή ανθυγιεινές συμπεριφορές (Theodorakis, Papaioannou & Karastogiannidou, 2004). Οι Papaioannou, Karastogiannidou & Theodorakis, στην έρευνά τους για τον αθλητισμό και την υγιεινή συμπεριφορά (2004), αναφέρουν ότι η σχέση μεταξύ των στάσεων και της συμπεριφοράς ήταν σημαντική και στην περίπτωση των κινδύνων της υγείας η σχέση αυτή ήταν πολύ ισχυρή. Σύμφωνα με τους Francis και συνεργάτες (2004) η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς μπορεί να χρησιμεύσει στον σχεδιασμό των στρατηγικών που βοηθούν τους ανθρώπους στην υιοθέτηση υγιεινών συμπεριφορών. ....	13
Εφαρμογές της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς στο ντόπινγκ. Σύμφωνα με τη θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς, οι στάσεις, το κοινωνικό πρότυπο, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος, και η προθέσεις μπορούν να επηρεάσουν την εκδήλωση της συμπεριφοράς. Οι παραπάνω παράγοντες οι οποίοι αναφέρονται σαφώς στην θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς (Ajzen, 1991) η οποία έχει χρησιμοποιηθεί για τη μελέτη ποικίλων κοινωνικών και σχετικών με την υγεία συμπεριφορών. Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς προτείνει ότι η συμπεριφορά εξαρτάται από τα σχέδια των ατόμων για εκδήλωση της συμπεριφοράς (προθέσεις), οι οποίες καθορίζονται από τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς (προσωπικά πιστεύω για την εκδήλωση της συμπεριφοράς σε σχέση με παλαιότερες εμπειρίες) το κοινωνικό πρότυπο (η αντίληψη των κοινωνικών πιέσεων για την εκδήλωση της συμπεριφοράς) και τις στάσεις (θετικές ή αρνητικές αντιλήψεις για την εκδήλωση της συμπεριφοράς). ....	15
III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ .....	19
Δείγμα και διαδικασία .....	19
Όργανα αξιολόγησης .....	22
Αναλύσεις .....	24
IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ .....	25
Περιγραφικά στατιστικά στοιχεία και Αξιοπιστία .....	25
Συσχετίσεις .....	26
Ιεραρχική Παλινδρόμηση .....	27
Διαφορές με βάση τα δημογραφικά χαρακτηριστικά .....	31
Διαφορές μεταξύ προπονητών και αθλητών .....	32
Παρουσίαση προθέσεων και επιλογών σε ποσοστά % .....	33
V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	35
Πρόβλεψη προθέσεων .....	36
Πρόβλεψη επιλογών .....	38



Περιορισμοί .....	40
VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	41
VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	45

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

<b>Πίνακας 1.</b>	Περιγραφικά στοιχεία αθλητών.....	20
<b>Πίνακας 2.</b>	Άθλημα συμμετοχής αθλητών-προπονητών.....	20
<b>Πίνακας 3.</b>	Περιγραφικά στοιχεία προπονητών.....	21
<b>Πίνακας 4.</b>	Περιγραφικά στοιχεία –συντελεστές αξιοπιστίας (ερωτηματολόγιο αθλητών).....	25
<b>Πίνακας 5.</b>	Περιγραφικά στοιχεία –συντελεστές αξιοπιστίας (ερωτηματολόγιο προπονητών).....	26
<b>Πίνακας 6.</b>	Συσχετίσεις μεταξύ όλων των μεταβλητών (ερωτηματολόγιο αθλητών).....	26
<b>Πίνακας 7.</b>	Συσχετίσεις μεταξύ όλων των μεταβλητών (Ερωτηματολόγιο προπονητών).....	27
<b>Πίνακας 8.</b>	Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «προθέσεων» (αθλητών).....	28
<b>Πίνακας 9.</b>	Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «προθέσεων» (προπονητών).....	29
<b>Πίνακας 10.</b>	Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «επιλογής 1» και «επιλογής 2» (αθλητών).....	30
<b>Πίνακας 11.</b>	Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «επιλογής 1» και «επιλογής 2» (προπονητών).....	30
<b>Πίνακας 12.</b>	Διαφορές μεταξύ των δύο φύλων (ερωτηματολόγιο αθλητών).....	31
<b>Πίνακας 13.</b>	Διαφορές μεταξύ των δύο φύλων (ερωτηματολόγιο προπονητών).....	32
<b>Πίνακας 14.</b>	Προθέσεις % αθλητών-προπονητών.....	33
<b>Πίνακας 15.</b>	Ερωτήσεις επιλογών αθλητών %.....	33
<b>Πίνακας 16.</b>	Επιλογές προπονητών %.....	34



## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

<b>Σχήμα 1.</b>	Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς.....	11
<b>Σχήμα 2.</b>	Εφαρμογή της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς στο ντόπινγκ.....	17



## ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

Μεγάλο κεφάλαιο του αθλητισμού και ιδιαίτερα του πρωταθλητισμού αποτελεί το θέμα του ντόπινγκ. Η επίτευξη υψηλής αθλητικής επίδοσης γίνεται ο μοναδικός στόχος των αθλητών οι οποίοι δεν διστάζουν να «θυσιάσουν» ακόμα και την υγεία τους κάνοντας χρήση ουσιών για την επίτευξή του. Ως ντόπινγκ ορίζεται η χρήση ενός μέσου (ουσίας ή μεθόδου) η οποία είναι βλαβερή για την υγεία των αθλητών και / ή ικανή για την αύξηση της απόδοσής τους ή η παρουσία στο σώμα ενός αθλητή μιας απαγορευμένης ουσίας ή απόδειξη της χρήσης από αυτόν ή απόδειξη της χρήσης απαγορευμένης μεθόδου.

Για τον αγγλικό όρο doping έχει προταθεί στα Ελληνικά ο όρος φαρμακοδιέγερση, ο οποίος όμως δεν αποδίδει πλήρως το περιεχόμενο του αντίστοιχου αγγλικού. Ο όρος φαρμακοδιέγερση είναι περιοριστικός, καθότι το ντόπινγκ δεν γίνεται μόνο με φάρμακα και δεν προκαλεί απαραίτητα διέγερση. Έτσι έχει υιοθετηθεί και στην ελληνική γλώσσα ο ξένος όρος ντόπινγκ (ΕΣΚΑΝ, 2009).

Η αύξηση του φαινομένου του ντόπινγκ είναι προοδευτική με την πάροδο των χρόνων. Όλο και περισσότεροι αθλητές χρησιμοποιούν ουσίες οι μεθόδους οι οποίες θα τους βοηθήσουν για την επίτευξη καλύτερης επίδοσης και απόδοσης. Οι παρενέργειες στην υγεία από το ντόπινγκ είναι μεγάλες. Οι χρήστες κινδυνεύουν από φυσιολογικά και ψυχολογικά προβλήματα υγείας (Strelan & Boeckmann, 2006). Οι αθλητές συχνά δεν έχουν καμία γνώση για τις άμεσες αλλά και για τις καθυστερημένες παρενέργειες του ντόπινγκ.

Από την άλλη πλευρά είναι πολύ εύκολη η πρόσβαση των αθλητών αλλά και των προπονητών, στις ουσίες αυτές και στις φαινομενικά ιατρικές πληροφορίες που τις συνοδεύουν. Συγχρόνως, η προβολή των αθλητικών επιτευγμάτων και η ηρωοποίηση των αθλητών από τα ΜΜΕ οδηγούν στην άλογη χρήση αναβολικών. Φυσικά καθοριστικό ρόλο στην απόφαση του αθλητή για το αν κάνει χρήση ή όχι παίζει η ψυχολογία του αθλητή. Μελετώντας την ψυχολογία των αθλητών μπορούμε να κατανοήσουμε πολλά για την χρήση αναβολικών, αλλά και να αναπτύξουμε τεχνικές για την πρόληψη και την παρέμβαση.

Η αντιμετώπιση του ντόπινγκ με έλεγχους δειγμάτων των αθλητών αποτελεί δευτερεύοντα παράγοντα πρόληψης. Επίσης με την ταχύτατη εξέλιξη της επιστήμης, ανακαλύπτονται διαρκώς νέες μέθοδοι ντοπαρίσματος οι οποίοι δεν μπορούν να ανιχνευτούν. Στις περιπτώσεις αυτές οι έλεγχοι αντιντόπινγκ δεν αποτελούν εμπόδιο

για τη χρήση των μη ανιχνεύσιμων ουσιών και των μεθόδων από τους αθλητές. Για τους παραπάνω λόγους η αντιμετώπιση του ντόπινγκ πρέπει να γίνει με στόχο την πρωτοβάθμια πρόληψη. Όπως αναφέρθηκε, η μελέτη των στάσεων και των προθέσεων είναι σημαντική στην ανάλυση των συμπεριφορών αυτών. Οι στάσεις αποτελούν ένα από τους μηχανισμούς με τους οποίους μπορούμε να εξηγήσουμε και να προβλέψουμε την συμπεριφορά της χρήσης ουσιών και μεθόδων για την επίτευξη καλύτερης επίδοσης.

Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς κρίθηκε ότι μπορεί να αποτελέσει τη βάση και το πλαίσιο για την προκειμένη έρευνα. Η θεωρία αυτή έχει χρησιμοποιηθεί για την ανάλυση και την επεξήγηση παρακινητικών παραγόντων για την πρόβλεψη συγκεκριμένων συμπεριφορών. Σύμφωνα με τον Ajzen (1988) και την θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς υποστηρίζουν ότι ανάλογες ψυχο-κοινωνικές μεταβλητές μπορούν να προβλέψουν την συμπεριφορά.

Αυτές οι μεταβλητές είναι οι στάσεις προς τη συμπεριφορά, το κοινωνικό πρότυπο, η πρόθεση και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς. Οι στάσεις για μια συμπεριφορά αναφέρονται στις αντιλήψεις, τις ιδέες ή την κρίση των ανθρώπων για την συμπεριφορά, αποτελούν δηλαδή την θετική ή αρνητική προδιάθεση προς τη συμπεριφορά. Το κοινωνικό πρότυπο αφορά το τι ζητούν τα σημαντικά άλλα πρόσωπα και το κατά πόσο συμμορφώνεται το άτομο με αυτό, ενώ ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος αφορά το βαθμό στον οποίο το άτομο θεωρεί ότι ελέγχει την συμπεριφορά του (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000). Οι Θεοδωράκης και Παπαϊωάννου (2002) σε σχετική έρευνα για τις υγιεινές συμπεριφορές αναφέρουν ότι σε γενικές γραμμές, οι θετικές στάσεις και προθέσεις για συγκεκριμένες υγιεινές συμπεριφορές οδηγούν τα άτομα να υιοθετούν αυτές τις συμπεριφορές, ενώ θετικές στάσεις και προθέσεις για ανθυγιεινές συμπεριφορές οδηγούν τα άτομα να υιοθετούν τις ανθυγιεινές συμπεριφορές.

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να εξεταστούν οι παράγοντες που μπορούν να προβλέψουν τη συμπεριφορά που σχετίζεται με το ντόπινγκ, αλλά και τη δυνατότητα της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς να προβλέψει τη συμπεριφορά αυτή.

## II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

### *Το φαινόμενο του ντόπινγκ*

*Ιστορικά στοιχεία.* Το ντόπινγκ είναι ευρέως γνωστό ως χρήση απαγορευμένων ουσιών και πρακτικών από αθλητές στην προσπάθειά τους να αυξήσουν την επίδοσή τους. Ο όρος ντόπινγκ (doping) προέρχεται από την λέξη “dope” αρχαία έκφραση η οποία αναφέρονταν σε ένα αλκοολούχο ποτό το οποίο χρησιμοποιούνταν ως διεγερτικό στην Νότιο Αφρική σε θρησκευτικές τελετές (Lippi & Guidi, 1999). Για πρώτη φορά ο όρος ντόπινγκ εμφανίζεται σε αγγλικό λεξικό το 1969 όπου προσδιορίζεται ως ένα μείγμα από όπιο και άλλα είδη ναρκωτικών ουσιών για χρήση σε αγώνες ιπποδρόμου.

Αναφέρεται (Finlay & Pleckert 1976) ότι στους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες το 668πΧ. ο νικητής στα 200μ. χρησιμοποιούσε μια ειδική δίαιτα από αποξηραμένα σύκα. Τον 3<sup>ο</sup> αιώνα προ Χριστού κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων οι αθλητές προσπαθούσαν να αυξήσουν τη φυσική τους επίδοση με τη χρήση διεγερτικών. Επιπλέον στην προετοιμασία για τους αγώνες έπιναν κρασί και έτρωγαν μανιτάρια, πιστεύοντας ότι η επίδοση μπορεί να αυξηθεί με αυτές τις ειδικές μεθόδους. Οι μονομάχοι και οι ιππότες χρησιμοποιούσαν διάφορες διεγερτικές ουσίες στην αρένα και στις κονταρομαχίες, αντίστοιχα, για να αυξήσουν την απόδοσή τους.

Τον 19<sup>ο</sup> αιώνα η χρήση ουσιών όπως το αλκοόλ, καφεΐνη, στρυχνίνη, όπιο και κοκαΐνη αναφέρεται στη βιβλιογραφία. Στον μαραθώνιο των ολυμπιακών αγώνων το 1900 χρησιμοποιούσαν κονιάκ και στρυχνίνη. Στους ολυμπιακούς αγώνες του 1904, ο αμερικανός μαραθωνοδρόμος Thomas Hicks χρειάστηκε εξαιρετικές ιατρικές φροντίδες για την επιβίωσή του μετά τη λήψη μεγάλης ποσότητας στρυχνίνης αναμεμιγμένης με λεύκωμα αβγού, κατά τη διάρκεια του αγώνα. Μετά το δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο η αμφεταμίνη έγινε πολύ δημοφιλής μεταξύ των αθλητών και αντικατέστησε τη στρυχνίνη.

Στον δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο για να αυξήσουν την προσοχή και να μειώσουν την εξάντληση, έκαναν χρήση διεγερτικών. Τα διεγερτικά διαδόθηκαν στον αθλητισμό στις δεκαετίες του 40 και του 50. Πρώτη χρήση αμφεταμινών αναφέρθηκε στους Ολυμπιακούς αγώνες του Βελγίου το 1936. Η υπέρχρηση αμφεταμινών



οδήγησε στο θάνατο τον ποδηλάτη Knut Enmark Jensen στους Ολυμπιακούς αγώνες της Ρώμης το 1960 (Peters, Schulz, Michna, 2002).

Το ντόπινγκ αναγνωρίστηκε σαν κίνδυνος στον αθλητισμό την δεκαετία του '50. Απαγορεύτηκε 10 χρόνια αργότερα το 1960 με την δημιουργία λίστας με τις απαγορευμένες ουσίες (Petróczi, 2007). Στην Ολυμπιάδα της Ρώμης το 1960 πραγματοποιήθηκαν πολλές δραστηριότητες αντιντόπινγκ. Αν και στην Ολυμπιάδα του Μεξικό το 1968 πραγματοποιήθηκαν 668 έλεγχοι ντόπινγκ, αναλυτικοί έλεγχοι πραγματοποιήθηκαν το '72 στο Μόναχο όπου από τους 2079 ελέγχους βρέθηκαν επτά θετικά δείγματα. Η πρόοδος στην έρευνα επέφερε τη χρήση στεροειδών στον αθλητισμό. Επειδή τα στεροειδή αναβολικά δεν μπορούσαν να ανιχνευθούν δεν αναφέρονται στις λίστες απαγορευμένων ουσιών μέχρι και το 1974. Το 1981 για πρώτη φορά εκπαιδευτικά προγράμματα καταπολέμησης του ντόπινγκ. Το πρώτο συνέδριο κατά του ντόπινγκ πραγματοποιήθηκε το 1988 στη Ottawa.

Νέες ανακαλύψεις στον αθλητισμό όπως οι β-αναστολείς (1985) τα διουρητικά (1986) και παράγοντες συγκάλυψης (1987), προστέθηκαν στην λίστα των απαγορευμένων ουσιών. Οι Ολυμπιακοί αγώνες της Σεούλ το 1988 η λίστα απαγορευμένων ουσιών περιείχε έξι κατηγορίες από απαγορευμένες ουσίες και μεθόδους. Η δεκαετία του '80 έφερε το ντοπάρισμα του αίματος για την αύξηση του όγκου οξυγόνου και την χρήση στεροειδών με μεθόδους συγκάλυψης. Το 1993 προστέθηκαν στη λίστα σχετικές ουσίες οι οποίες έχουν παρόμοια δομή ή φαρμακολογική δράση.

Τα αθλητικά γεγονότα όπως ο γύρος της Γαλλίας το 1998 ο οποίος μετονομάστηκε σαν «γύρος της ντροπής» (Dauncey & Hare, 2003) ή οι Ολυμπιακοί Αγώνες της Αθήνας με αύξηση των θετικών περιπτώσεων ντοπαρίσματος δείχνει ότι το φαινόμενο του ντοπαρίσματος αναπτύσσεται ραγδαία. Αν και τα θετικά αποτελέσματα στις αναλύσεις της (WADA) παρέμειναν περίπου στο 2%, σε άλλες περιπτώσεις σε άλλες περιπτώσεις έχει παρατηρηθεί αύξηση του φαινομένου. Η βιβλιογραφία υποστηρίζει ότι η πραγματική χρήση αναβολικών αρχίζει πολύ πριν φτάσει ο αθλητής στα καλύτερα έτη της σταδιοδρομίας του. Ιδιαίτερα η χρήση των αναβολικών στεροειδών αναφέρονται συχνά μεταξύ των εφήβων και ακόμη και μεταξύ των προεφήβων κατά την περίοδο των 11 με 15 ετών (Petróczi, 2007).

Η σοβαρότητα του προβλήματος αντιστακώνεται στην πρόσφατη αύξηση της οργανωμένης προσπάθειας για την καταπολέμηση του ντόπινγκ. Η παγκόσμια Ομοσπονδία Αντιντόπινγκ (WADA) δημιουργήθηκε το 1999 ως οργανωμένη απάντηση στον γύρο της Γαλλίας (Dauncey και συν., 2003) παράλληλα με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

*Λόγοι για τους οποίους γίνεται χρήση αναβολικών.* Η χρήση αναβολικών από τους αθλητές σχετίζονται με τις εβδομαδιαίες ώρες προπόνησης, την πρόθεση για χρήση, την χρήση άλλων ουσιών, την χαμηλή αυτοεκτίμηση, και τα επίπεδα του άγχους του αθλητή (Laure & Bindinger, 2007). Επίσης έχει αναφερθεί ότι η επικίνδυνη συμπεριφορά εκτός των αγωνιστικών χώρων και η χρήση

συμπληρωμάτων διατροφής αυξάνουν την πιθανότητα για ντοπαριστούν (Laure, Lecerf, Friser & Binsinger, 2004).

Σύμφωνα με τους Petróczy και συνεργάτες (2008) οι αθλητές αυτοαναφέρουν τους λόγους για τους οποίους ντοπάρονται, οι οποίοι σχετίζονται κυρίως με την επίτευξη καλύτερης επίδοσης και με την επιθυμία για νίκη, με την βελτίωση της εμφάνισής τους, την πίεση από εξωτερικούς παράγοντες, την αποκατάσταση από ένα τραυματισμό και τον φόβο ότι οι αντίπαλοί τους έχουν λάβει αθέμιτο χημική ή ιατρική βοήθεια. Οι αθλητές μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσουν το ντόπινγκ για την ανοχή στην υπερβολική προπόνηση.

Ενώ οι περισσότεροι αθλητές προτιμούν να αγωνίζονται χωρίς την χρήση ουσιών, αυτοί που αγωνίζονται σε υψηλό επίπεδο συμφωνούν ότι το ντοπάρισμα είναι απαραίτητο για να είναι στην κορυφή (Peretti-Watel, Guagliard, Verger, Mignon, Pruvost & Obadia, 2004). Πολλοί αθλητές είναι επιρρεπείς στο ντοπάρισμα αν η ουσία που θα χρησιμοποιήσουν πιστεύουν ότι δεν ανιχνεύεται, ενώ άλλοι πιστεύουν ότι το ντοπάρισμα είναι μέρος της προπόνησής τους. Η πρόσβαση που έχει ο αθλητής λαμβάνεται πολλές φορές σαν ανασταλτικός παράγοντας ο οποίος πρέπει να ξεπεραστεί για καταλήξει στην τελική συμπεριφορά της χρήσης (Maycock & Howat, 2005).

Σύμφωνα με τους Strelan και συνεργάτες (2006) η απόφαση από τον αθλητή για να ντοπαριστεί είναι σαφώς ψυχολογική. Είναι πιθανό ότι τα κίνητρα για να ντοπαριστεί ένας αθλητής σχετίζονται με την επικίνδυνη συμπεριφορά. Επίσης σχετίζονται με την αναζήτηση της δόξας από τον αθλητισμό, με τις στάσεις που έχει ο αθλητής προς τους συνομηλίκους τους και τις στάσεις για την ευγενή άμιλλα του αθλητισμού. Η προσωπικότητα και ο χαρακτήρας του αθλητή μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο στο αν αυτός θα ντοπαριστεί ή όχι. Η αυτοπεποίθηση, η αυτοεκτίμηση, η αναποτελεσματικότητα, η εντιμότητα, η γνωστική ικανότητα, η ικανότητά του στη λήψη αποφάσεων και το πόσο επηρεάζεται από τους άλλους αποτελούν σημαντικά στοιχεία για το αν τελικά θα ντοπαριστεί ή όχι (Petróczy, 2008).

Στην περίπτωση ενός θετικού αποτελέσματος ντοπαρίσματος δεν πρέπει να κατηγορείται μόνο ο αθλητής. Πολλές μελέτες αναφέρουν ότι η χρήση αναβολικών στον αθλητισμό είναι αποτέλεσμα σύνθετων αλληλεπιδράσεων και περιβαλλοντικών παραγόντων. Το κλίμα παρακίνησης για να ντοπαριστούν οι αθλητές δημιουργείται από εξωτερικούς παράγοντες. Οι προσδοκίες των προπονητών, των γονέων, των συναθλητών αλλά και των φιλάθλων και θαυμαστών αποτελούν σημαντική επιρροή. Έτσι οι αθλητές μπορεί να ντοπαριστούν για να δείξουν αλληλεγγύη και συναδελφικότητα στους συναθλητές τους και να ικανοποιήσουν τα άτομα που τους περιβάλλουν (Petróczy, 2008). Επίσης αναφέρονται παράγοντες όπως η χρήση αναβολικών για την κοινωνική επαφή με άλλους χρήστες. Προβλήματα συμπεριφοράς και κοινωνικής επαφής μπορεί να διευκολύνουν τη χρήση αναβολικών.

Στην βιβλιογραφία αναφέρεται ότι οι προπονητές έχουν ισχυρή επίδραση και επιρροή στην συμπεριφορά και στις στάσεις των αθλητών. Οι Dieffenbach, Gould και Moffett (2002) αναφέρουν ότι οι προπονητές παίζουν αποφασιστικό ρόλο στον καθορισμό της ποιότητας της σχέσης τους με τους αθλητές, ορίζοντας τους στόχους

και καθοδηγώντας τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους που χρειάζονται για να επιτύχουν. Επίσης έχει αναφερθεί ότι ο προπονητής μπορεί να είναι ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που θα οδηγήσουν τον αθλητή να ντοπαριστεί. Ο Dubin (1990) αναφέρει ότι η συμπεριφορά των προπονητών θα πρέπει να συμπεριληφθεί στα προγράμματα πρόληψης του ντοπαρίσματος.

Στην έρευνά τους οι Laure, Thouvenin και Lecerf (2001), μελέτησαν τις στάσεις των προπονητών για το ντοπάρισμα. Στα αποτελέσματα αναφέρεται ότι το 10,3% των προπονητών θεωρούν ότι ο αθλητής μπορεί να ντοπαρείται χωρίς κίνδυνο της υγείας με την ιατρική συμβολή. Το 30% των προπονητών θεωρούν ότι ο αθλητής που αρνείται να ντοπαριστεί έχει λίγες πιθανότητες να επιτύχει στην αγωνιστική του καριέρα. Το 13,5% αναφέρουν ότι ένας στους πέντε αθλητές τους ζήτησαν να κάνουν χρήση αναβολικών. Το 80,7% θεωρεί ότι οι σύγχρονες μέθοδοι πρόληψης του ντόπινγκ είναι αναποτελεσματικές και το 98,1% θεωρεί ότι ο προπονητής έχει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη. Τέλος το 80,3% αναφέρει ότι πιστεύει σαν προπονητής έχει ελλιπή εκπαίδευση στο αντικείμενο του ντόπινγκ.

Σύμφωνα με την θεωρία κοινωνικής μάθησης του Bandura, η δημοσιοποίηση της χρήσης αναβολικών ουσιών από πρωταθλητές, ιδανικοποιεί αυτές τις συμπεριφορές (McCaffrey, 2000). Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την αποδοχή αλλά και τη μίμηση των συμπεριφορών των πρωταθλητών από τους υπόλοιπους αθλητές. Ακόμα ένα παράγοντα που αυξάνει τα κίνητρα για χρήση ντόπινγκ, αποτελούν τα ευρύτερα κοινωνικο-οικονομικά οφέλη που αποκτούνται από τις επιτυχίες των πρωταθλητών και τονίζουν την αξία του τελικού αποτελέσματος ανεξάρτητα από τα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για την επίτευξή του. Η διάκριση στην κοινωνία μετά από μια αθλητική επιτυχία αλλά και τα οικονομικά οφέλη τα οποία λαμβάνει ο αθλητής με μια αθλητική επιτυχία μπορεί να οδηγήσουν στην αποδοχή του ντοπαρίσματος. Τέλος η διαθεσιμότητα στις αναβολικές ουσίες, μεθόδους και στους νέους τρόπους ντοπαρίσματος αποτελούν παράγοντα για το αν ο αθλητής θα ντοπαριστεί ή όχι.

Σύμφωνα με έρευνες οι αναβολικές ουσίες χρησιμοποιούνται ευρέως μεταξύ των εφήβων, και πολλοί από αυτούς χρησιμοποιούν το ντόπινγκ για αισθητικούς λόγους (Wright, Grogan, & Hunter, 2001; Strelan και συν. 2006). Κυρίως όσοι ασχολούνται με το bodybuilding κάνουν χρήση στεροειδών για την αύξηση του όγκου των μυών τους. Για τους αθλητές όμως το κίνητρο για χρήση είναι η αύξηση της επίδοσης και η εξωτερική εμφάνιση τους μπορεί να παίξει μικρότερο ρόλο (Bahrke, Yesalis & Wright, 1990; Korkia, 1998).

Οι Miller και συνεργάτες (2002) αναφέρουν ότι οι αθλητές κάνουν λιγότερη χρήση από τους μη αθλητές. Επίσης, προτείνουν ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό μπορεί να μειώσει τις πιθανότητες για χρήση καθώς η αντίληψη είναι διαφορετική από τους μη αθλητές. Οι ελίτ αθλητές σε αυτοαναφορές γενικά έχουν αρνητικές στάσεις για το ντόπινγκ στον αθλητισμό και υποστηρίζουν τους ελέγχους αντιντόπινγκ. Η πλειοψηφία των αθλητών υποστηρίζει ότι θα τους ενδιέφερε επιπλέον εκπαίδευση στο αντικείμενο του ντόπινγκ (Backhouse, McKenna, Robinson & Atkin, 2007).

*Αντιμετώπιση του ντόπινγκ.* Στις μέρες μας η αντιμετώπιση του ντόπινγκ εστιάζεται περισσότερο στον έλεγχο των αθλητών και όχι τόσο πολύ στην πρόληψη (Houlihan, 2002). Σύμφωνα όμως με τους Sterelan και συνεργάτες (2006) ο έλεγχος των αθλητών για το ντοπάρισμα δεν επηρεάζει την απόφασή τους για να κάνουν χρήση αναβολικών ή όχι. Η σχετική ερευνά τους έδειξε ότι οι αθλητές πρώτα θεωρούν τα ηθικά πιστεύω τα οποία ακολουθούνται από το φόβο για την υγεία. Μελλοντικά ίσως πρέπει να δοθεί περισσότερο έμφαση στην πρόληψη και την ενημέρωση των νέων αθλητών από ότι στους εργαστηριακούς ελέγχους. Η κατανόηση των καθοριστικών παραγόντων των συμπεριφορών που σχετίζονται με την άσκηση είναι το πρώτο βήμα για την ανάπτυξη επιτυχημένων παρεμβάσεων για την αλλαγή αυτών των συμπεριφορών (Theodorakis, 1994).

Η αντιμετώπιση του ντόπινγκ είναι προκλητικός στόχος. Η πολυπλοκότητα του φαινομένου αυτού καθιστούν δύσκολη την αντιμετώπιση του. Συγχρόνως δρουν πολλοί παράγοντες όπως ο φαρμακολογικός, ο ιατρικός, οι ψυχολογικοί, οι ηθικοί και συστημικοί (Verroken, 2000). Η αποτελεσματική καταπολέμηση πρέπει να μην εστιαστεί μόνο στον πληθυσμό των ελίτ αθλητών. Ομάδες εκτός των πρωταθλητών έχουν αυξημένα ποσοστά χρησιμοποίησης αναβολικών ουσιών.

Οι ερευνητές φαίνεται να συμφωνούν με την άποψη ότι το ντόπινγκ είναι ανεπιθύμητο στον αθλητισμό. Εντούτοις οι απόψεις διίστανται για το αν πρέπει να παλέψουμε για την εξάλειψη του, ή εάν το φαινόμενο αυτό είναι αναπόφευκτη συνέπεια του αθλητισμού (Petróczi, 2007). Υπάρχουν τουλάχιστον δύο βασικοί λόγοι οι οποίοι υποστηρίζουν την μάχη ενάντια στο ντοπάρισμα των αθλητών. Ο πρώτος είναι οι αρνητικές επιπλοκές στην υγεία και ο δεύτερος ο αθέμιτος ανταγωνισμός (Lippi & Guidi, 1999).

Η παγκόσμια ομοσπονδία αντιμετώπισης του ντόπινγκ (WADA) είναι διεθνής ανεξάρτητος οργανισμός που δημιουργήθηκε το 1999 για την προώθηση, το συντονισμό, την παρακολούθηση και την καταπολέμηση του ντόπινγκ σε όλες τις μορφές του αθλητισμού. Η σύνθεση και η χρηματοδότηση της WADA αποτελούνται από αθλητικές οργανώσεις και κυβερνήσεις από όλο τον κόσμο. Το 2003 συντάχθηκε ο Παγκόσμιος κώδικας αντιντόπινγκ ως το βασικό έγγραφο που παρέχει το πλαίσιο για την καταπολέμηση του ντόπινγκ. Ο παγκόσμιος κώδικας περιλαμβάνει την πολιτική, τις αρχές και τους κανονισμούς για τους αθλητικούς οργανισμούς και τις τοπικές αρχές. Στόχος του πλαισίου αυτού να είναι κοινός για όλους τους αθλητές, για να επωφεληθούν από τις κοινές διαδικασίες προστασίας. Η ανάπτυξη του κώδικα πραγματοποιήθηκε σε διάφορα στάδια, για αρκετά χρόνια, υπό την επίβλεψη ομάδας καθορισμένης από την WADA.

Η WADA συντονίζει την ανάπτυξη και την εφαρμογή του παγκόσμιου κώδικα αντιντόπινγκ και την εναρμόνιση των πολιτικών αντιντόπινγκ σε όλα τα αθλήματα και σε όλες τις χώρες στοχεύοντας προς ένα παγκόσμιο όραμα χωρίς ντόπινγκ στον αθλητισμό. Ένα από τα βασικά επιτεύγματα του παγκόσμιου κώδικα αντιντόπινγκ είναι η οργάνωση των ρόλων και των αρμοδιοτήτων, των φορέων που εμπλέκονται στην καταπολέμηση του ντόπινγκ. Επίσης είναι η ιατρική και επιστημονική παρακολούθηση όπου προωθείται η παγκόσμια έρευνα με τον

προσδιορισμό και την αναζήτηση απαγορευμένων ουσιών, τη δημιουργία της λίστας απαγορευμένων ουσιών, εργαστηρίων για την πραγματοποίηση ελέγχων με στόχο την προφύλαξη της υγείας των αθλητών. Τα τελευταία χρόνια έχει δοθεί βάρος στην ενημέρωση και εκπαίδευση των αθλητών για το ντόπινγκ και τις ουσίες η οποία στοχεύει στην πρόληψη του ντόπινγκ και τη δημιουργία μιας γενικής κουλτούρας αντιντόπινγκ.

Σύμφωνα με τη WADA το ντόπινγκ είναι ένα από τα πιο σημαντικά και δύσκολα προβλήματα στο σύγχρονο αθλητισμό. Το ντόπινγκ απειλεί την υγεία του αθλητή και στις περισσότερες περιπτώσεις οι ουσίες που χρησιμοποιούνται δεν έχουν ελεγχθεί ή εγκριθεί για να γίνεται χρήση από υγιή άτομα. Συχνά οι ουσίες/μέθοδοι δεν έχουν καθοριστεί ασφαλείς για ιατρική χρήση. Επίσης το ντόπινγκ δεν αφορά μόνο κορυφαίους αθλητές αλλά και οι νέοι επηρεάζονται από τους αθλητές πρότυπα. Άρα πρόκειται για ένα πρόβλημα δημόσιας υγείας με ποσοστά που δεν μπορούν να αγνοηθούν από οποιαδήποτε χώρα ή σε οποιοδήποτε άθλημα. Μόνο με μια συντονισμένη και ολοκληρωμένη προσέγγιση είναι δυνατόν να καταπολεμηθεί το ντόπινγκ στον αθλητισμό, να προστατευτεί η ακεραιότητα του αθλητισμού και η υγεία των αθλητών και της νεολαίας σε παγκόσμιο επίπεδο (WADA, 2009).

Σύμφωνα με τη γενική θεώρηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης η πρόληψη αποτελεί βασικό στόχο σε όλα τα συστήματα υγείας. Δυστυχώς, στον αγώνα κατά του ντόπινγκ, οι δράσεις επικεντρώνονται στην ανάπτυξη νέων τεχνικών ανάλυσης και ανίχνευσης φαρμάκων και στους ελέγχους και λιγότερο στην πρόληψη. Οι έλεγχοι αντιντόπινγκ πρέπει να θεωρούνται ως ένα μέσο για τη διασφάλιση ενός αγώνα ελεύθερου από φάρμακα και απαγορευμένες μεθόδους. Ωστόσο, ο καλύτερος τρόπος να νικηθεί το ντόπινγκ είναι μέσω της εκπαίδευσης, της πληροφόρησης και με την κατάλληλη ιατρική βοήθεια. Συνήθως, οι περισσότερες από τις προσπάθειες προσπαθούν να ανακαλύψουν τους ενόχους, ενώ οι άλλες δράσεις έχουν παραμεληθεί.

Δε συμφωνούν όλες οι χώρες με το θέμα του ντόπινγκ στον αθλητισμό. Στην Ευρώπη για παράδειγμα, έξι χώρες πρωτοπόρησαν στην υιοθέτηση της νομοθετικής οδού για τον καθορισμό του νομικού πλαισίου στον αγώνα καταπολέμησης του ντόπινγκ. Οι ιδέες τους, οι πράξεις και οι κυρώσεις αναπτύχθηκαν με το πέρασμα του χρόνου, αν και κάποιες χώρες ακόμα εμφανίζουν κενά σχετικά με το θέμα του ντόπινγκ και μερικά χρόνια νωρίτερα μόνο πέντε χώρες είχαν συγκεκριμένη νομοθεσία για το ντόπινγκ.

Το 2001 Ευρωπαϊκή Επιτροπή χρηματοδότησε ένα πρόγραμμα με θέμα «Βιοϊατρικές Επιπτώσεις του Ντόπινγκ». Η Γερμανία, η Ελλάδα, η Ισπανία, η Ολλανδία, η Φινλανδία και η Γαλλία έλαβαν μέρος στο πρόγραμμα αυτό προκειμένου να πραγματοποιηθεί μια ανασκόπηση της επιστημονικής γνώσης αναφορικά με τις παρενέργειες που προκαλούνται από τη χρήση φαρμάκων. Αρχικά, πραγματοποιήθηκε ένα διεθνές συμπόσιο στην Κολονία (2001) και ακολούθως, εκδόθηκε το εγχειρίδιο του συνεδρίου με όλες τις πληροφορίες που παρουσιάστηκαν στο συμπόσιο.

Το 2002 η Ευρωπαϊκή Επιτροπή χρηματοδότησε ένα δεύτερο στη συνέχεια πρόγραμμα για τη διάχυση των αποτελεσμάτων του συμποσίου στο ευρύ κοινό. Η

δημιουργία ιστοσελίδας θα πρέπει να αποτελεί τη βάση για την εναρμόνιση της γνώσης αναφορικά με τις βιοϊατρικές επιπτώσεις του ντόπινγκ στην Ευρώπη. Οι συνεργάτες του προγράμματος προέρχονταν από τη Γερμανία, την Ελλάδα, την Ισπανία, την Ολλανδία, την Ιταλία, τη Γαλλία και το Βέλγιο. Η εκπόνηση διδακτικού και μεθοδικού εκπαιδευτικού υλικού σχετικά με τις παρενέργειες στην υγεία από το ντόπινγκ ήταν ο πρωταρχικός σκοπός του προγράμματος.

Το ΑΤΛΑΣ και το ΑΘΗΝΑ είναι δύο ειδικά για κάθε φύλο προγράμματα πρόληψης χρήσης φαρμάκων και προώθησης της υγείας με σκοπό να μειώσουν τη χρήση των αναβολικών παραγόντων και στεροειδών. Το πρόγραμμα Αθλητική Προπόνηση & Μαθαίνοντας την Αποφυγή Στεροειδών (Athletes Training & Learning to Avoid Steroids, ATLAS) αφορά τους άρρενες αθλητές. Αντίθετα, το ΑΘΗΝΑ είναι το πρόγραμμα που απευθύνεται στις αθλήτριες. Το πρόγραμμα Αθλητές με Στόχο την Υγιά Άσκηση και Εναλλακτική Διατροφή (Athletes Targeting Healthy Exercise & Nutrition Alternatives, ATHENA) υπογραμμίζει το ρόλο των νέων γυναικών στον αθλητισμό και τη χρήση φαρμάκων για διαταραγμένες διατροφικές συμπεριφορές και σχηματισμό καλλίγραμμου σώματος. Συνεπώς, τα μαθήματα στο πλαίσιο των προγραμμάτων ΑΤΛΑΣ και ΑΘΗΝΑ είναι βασισμένα στην υγιή αθλητική διατροφή και προπόνηση-δύναμης ως εναλλακτικές λύσεις στη χρήση του αλκοόλ και των παράνομων εργογόνων φαρμάκων. Και τα δύο προγράμματα είναι όμοια δομημένα με στοιχεία αλληλεπίδρασης και εύκολα εφαρμόσιμα από επιβλέποντες κατά τη διάρκεια της αθλητικής περιόδου (Doping prevention, 2009).

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Κώδικα Αντιντόπινγκ (World Anti-Doping Code), οι Εθνικοί Οργανισμοί Αντιντόπινγκ είναι οι αρχές που συστήνονται από κάθε χώρα, για να έχουν την κύρια ευθύνη και αρμοδιότητα της καταπολέμησης του ντόπινγκ σε εθνικό επίπεδο. Στην Ελλάδα υπάρχει το Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Σ.ΚΑ.Ν.) το οποίο είναι ο Ελληνικός Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ. Το ΕΣΚΑΝ συστάθηκε και λειτουργεί από το 1999 με σκοπό το σχεδιασμό, την παρακολούθηση, τον έλεγχο, το συντονισμό και την εφαρμογή των δράσεων και προγραμμάτων για την καταπολέμηση του ντόπινγκ σε εθνικό επίπεδο.

Οι αρμοδιότητες του ΕΣΚΑΝ και όπως αυτές διατυπώνονται στη σελίδα του ([www.eskan.gr](http://www.eskan.gr)) είναι οι εξής:

- α. Η κατάρτιση του γενικού σχεδιασμού των ελέγχων ντόπινγκ, του ετησίου προγράμματος αυτών και η κατανομή των ελέγχων στα αθλήματα εντός και εκτός αγώνων, σε συνεργασία με τις αθλητικές ομοσπονδίες και τους αρμόδιους φορείς.
- β. Η κατάρτιση, προώθηση και εφαρμογή εκπαιδευτικών προγραμμάτων ενημέρωσης και εκστρατειών πληροφόρησης για την πρόληψη χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων, σε συνεργασία με τις αθλητικές ομοσπονδίες, τους λοιπούς αθλητικούς φορείς, τους εκπαιδευτικούς φορείς και τα μέσα ενημέρωσης.
- γ. Η παρακολούθηση της εκπαίδευσης-κατάρτισης των Δειγματοληπτών Ελέγχου Ντόπινγκ και των διαδικασιών αδιάβλητης συλλογής και μεταφοράς των δειγμάτων σε διαπιστευμένο από το WADA (World Anti-Doping Agency, WADA) Εργαστήριο Ελέγχου Ντόπινγκ.

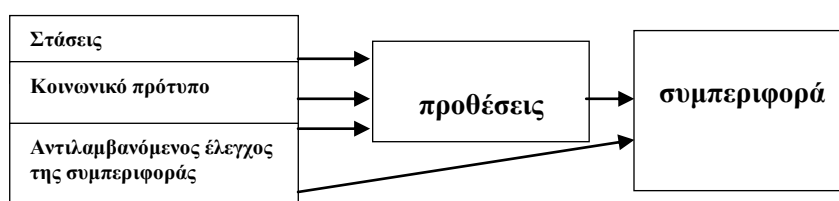
- δ. Η χορήγηση ταυτοτήτων στους εντεταλμένους Δειγματολήπτες.
  - ε. Η παρακολούθηση και ενημέρωση ως προς τις διεθνείς εξελίξεις στον αγώνα για την καταπολέμηση του ντόπινγκ.
  - στ. Η διατύπωση γνώμης προς τον Υπουργό Πολιτισμού και τον Υπουργό Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης για την έκδοση κοινής απόφασης περί καθορισμού Απαγορευμένων Ουσιών και Μεθόδων.
  - ζ. Η εντολή διενέργειας ελέγχου ντόπινγκ.
  - η. Η παραλαβή των αποτελεσμάτων της ανάλυσης και η διαβίβασή τους, ύστερα από αξιολόγηση, στις οικείες αθλητικές ομοσπονδίες ή επαγγελματικούς συνδέσμους.
  - θ. Η παρακολούθηση της εφαρμογής των κανονισμών των αθλητικών ομοσπονδιών, σχετικά με τις διαδικασίες πειθαρχικού ελέγχου και την επιβολή κυρώσεων σε πρόσωπα που υποπίπτουν σε παραβάσεις ντόπινγκ.
  - ι. Η συνεργασία με αρμόδιους φορείς για τον περιορισμό της διακίνησης απαγορευμένων ουσιών.
  - ια. Η υποβολή προτάσεων προς τον Υπουργό Πολιτισμού περί μέτρων και σχεδίων νόμου ή κανονιστικών πράξεων σχετικών με την πρόληψη ή την καταστολή της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων.
  - ιβ. Η εξέταση αιτημάτων ένταξης άλλων φορέων στα προγράμματά του
- Τέλος, το Ε.Σ.Κ.Α.Ν. είναι υπεύθυνο για την κατάρτιση του Καταλόγου των υπό Έλεγχο Αθλητών (ΚΕΑ) σε εθνικό επίπεδο. Στο πλαίσιο αυτό συλλέγει πληροφορίες διαμονής και προπόνησης των εν λόγω αθλητών (Ε.Σ.Κ.Α.Ν., 2009)

### ***Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς***

Για την μελέτη της συμπεριφοράς έχουν αναπτυχθεί διάφορα μοντέλα που εκφράζουν τις κοινωνικό-γνωστικές θεωρίες. Η Θεωρία Αιτιολογημένης συμπεριφοράς (Ajzen, 1985; Fishbein, & Ajzen, 1975), η Θεωρία Σχεδιασμένης Συμπεριφοράς (Ajzen, & Madden, 1986; Ajzen, 1988; 1991), καθώς και η Κοινωνική Γνωστική Θεωρία (Bandura, 1977) είναι κάποιες από τις κοινωνικό-γνωστικές θεωρίες. Τα μοντέλα αυτά παρέχουν μια βάση για την κατανόηση παραγόντων που καθορίζουν την συμπεριφοράς, παραγόντων που καθορίζουν την αλλαγή της συμπεριφοράς, καθώς και τους σημαντικούς στόχους στους οποίους στηρίζεται η αλλαγή της συμπεριφοράς (Νάτσης, Θεοδώρου, Κοκαρίδας, Χατζηγεωργιάδης & Θεοδωράκης 2004).

Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς αποτελεί την εξέλιξη της θεωρίας αιτιολογημένης συμπεριφοράς. Η θεωρία αιτιολογημένης συμπεριφοράς μπορεί να αναλύσει συμπεριφορές οποίες σχετίζονται με την οικειοθελή συμπεριφορά. Η εξέλιξή της περιλαμβάνει συμπεριφορές στις οποίες ο έλεγχος τους δεν είναι αποκλειστικά του ατόμου αλλά επηρεάζεται και από εξωτερικούς παράγοντες. Έτσι σύμφωνα με τον Ajzen (1988) προστέθηκε επιπλέον η μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου της συμπεριφοράς, ώστε να συμπεριληφθούν οι εξωτερικοί παράγοντες στη συμπεριφορά.

Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς (Ajzen, 1991) εξετάζει τις προθέσεις του ατόμου να προβεί σε μία ενέργεια και προτείνει ένα μοντέλο για το πώς καθοδηγείται η συμπεριφορά. Οι στάσεις προς την συμπεριφορά, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς και το κοινωνικό πρότυπο μπορούν να προβλέψουν την πρόθεση για συμπεριφορά, ενώ η πρόθεση αποτελεί βασικό παράγοντα πρόβλεψης της συμπεριφοράς (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000). Τα τρία αυτά στοιχεία μπορούν να προβλέψουν και να εξηγήσουν την συμπεριφορά (Σχήμα 1).



**Σχήμα 1.** Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς

Συνοπτικά, η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς αναφέρει ότι ένα άτομο τείνει να υιοθετήσει μία συμπεριφορά όταν την αξιολογεί θετικά, πιστεύει ότι σημαντικοί άλλοι θα εγκρίνουν τη συγκεκριμένη συμπεριφορά και αντιλαμβάνεται ότι η συγκεκριμένη συμπεριφορά βρίσκεται κάτω από τον έλεγχό του (Conner & Norman, 1996; Νάτσης και συν., 2004). Παρακάτω αναλύονται οι μεταβλητές οι οποίες αποτελούν την θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς.

**Στάσεις.** Ο πρώτος παράγοντας στηρίζεται στις προσδοκίες του ίδιου του ατόμου κατά πόσο δηλαδή το άτομο έχει θετική στάση προς μία συμπεριφορά. Όσο πιο δυνατή είναι η πρόθεση του ατόμου να εκτελέσει μια συμπεριφορά τόσο περισσότερες πιθανότητες έχει να πραγματοποιήσει την συμπεριφορά αυτή (Ajzen & Fishbein, 1980). Οι στάσεις αποτελούν μια προδιάθεση για ευνοϊκή ή μη ευνοϊκή αντίδραση προς ένα αντικείμενο, θεσμό ή συμπεριφορά. Οι στάσεις σχηματοποιούνται μόλις διαμορφωθούν τα αντίστοιχα πιστεύω (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000). Ο σχηματισμός των πιστεύω είναι υψίστης σημασίας για το σχηματισμό των στάσεων (Doganis & Theodorakis, 1995).

**Κοινωνικό Πρότυπο.** Δεύτερος παράγοντας είναι η κοινωνική πίεση των σημαντικών ατόμων περιβάλλον του άτομο ως προς την ανάλογη συμπεριφορά. Οι προσδοκίες των σημαντικών άλλων αποτελούν το κοινωνικό πρότυπο και εξαρτάται από την τάση του ατόμου να συμμορφωθεί σε αυτά τα κοινωνικά πιστεύω (Ajzen & Fishbein, 1980). Το κοινωνικό πρότυπο διαμορφώνεται από τα πιστεύω κάποιου σχετικά με τις προσδοκίες σημαντικών άλλων, τα κοινωνικά πιστεύω ή τις κοινωνικές νόρμες. Είναι η αντίληψη της πίεσης των σημαντικών άλλων για την πραγματοποίηση της συμπεριφοράς (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000).



*Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος Συμπεριφοράς.* Τρίτος παράγοντας είναι το εάν το άτομο αισθάνεται ότι έχει τον έλεγχο και δυνατότητές να εκτελέσει την συμπεριφορά (Ajzen, 1988). Στην εκτέλεση κάθε συμπεριφοράς συνήθως υπάρχουν εμπόδια όπως οι εσωτερικοί παράγοντες, δεξιότητες, ικανότητες, γνώσεις, προγραμματισμός και εξωτερικοί παράγοντες όπως χρόνος, ευκαιρίες, συνεργασία, κλπ. Τα εμπόδια αυτά κάθε άτομο τις αντιλαμβάνεται διαφορετικά. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς είναι η μεταβλητή που εκφράζει το άτομο πιστεύει ότι ελέγχει τις πράξεις του (Θεοδωράκης & Παπαϊωάννου, 2002). Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς επηρεάζει άμεσα την συμπεριφορά ή μέσω της διαμόρφωσης της πρόθεσης (Νάτσης, & Θεοδωράκης, 2000).

*Πρόθεση για συμπεριφορά.* Η πρόθεση καθορίζει άμεσα την παρατηρούμενη συμπεριφορά. Είναι η απόφαση του ατόμου να ενεργήσει μετά από ένα δεδομένο ερέθισμα ή σε μια κατάσταση. Οι προθέσεις αποτελούν την παρακίνηση για μια συμπεριφορά. Όσο ισχυρότερη είναι η πρόθεση για δέσμευση σε μια συμπεριφορά τόσο πιο πιθανό είναι να πραγματοποιηθεί η συμπεριφορά αυτή (Νάτσης & Θεοδωράκης, 2000).

*Ηθική.* Ο Ajzen (1991) περιγράφει την ηθικά πιστεύω σαν την αντίληψη των ατόμων για το αν μια συμπεριφορά είναι σωστό ή όχι να εκτελεστεί. Συγχρόνως προτείνει ότι τα ηθικά πιστεύω επιρεάζουν άμεσα την πρόθεση για τη συμπεριφορά και δρουν παράλληλα με τις στάσεις, τα κοινωνικά πρότυπα και τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς. Σύμφωνα με τον Kaiser (2006) θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει επικριθεί επειδή δεν περιέχει ηθικά αίτια, ειδικότερα σε θέματα τα οποία είναι σχετικά με την ηθική. Οι ηθικές νόρμες δεν αποδεικνύουν την ερμηνεία της συμπεριφοράς. Η ηθική αντιπροσωπεύεται στις στάσεις των ατόμων είτε προηγούνται των στάσεων είτε προέρχονται από την αξιολόγηση τους. Με άλλα λόγια οι στάσεις των ατόμων εμπεριέχονται στην ηθική αντίληψή τους και η ηθική στις στάσεις. υπάρχει σημαντική αλληλοεπικάλυψη των στάσεων και της ηθικής, η οποία προκαλεί ένα κατασταλτικό παράγοντα στη συμπεριφορά. Τα ενδιαφέροντα του ατόμου και η λειτουργικότητά του είναι λιγότερο σημαντικά στην εκδήλωση της συμπεριφοράς.

### ***Εφαρμογές θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς***

*Εφαρμογές στην υγιεινή συμπεριφορά.* Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει χρησιμοποιηθεί για να προβλέψει ποικίλες συμπεριφορές οι οποίες σχετίζονται με υγιεινές ή ανθυγιεινές συμπεριφορές (Theodorakis, Papaioannou & Karastogiannidou, 2004). Οι Papaioannou, Karastogiannidou & Theodorakis, στην έρευνά τους για τον αθλητισμό και την υγιεινή συμπεριφορά (2004), αναφέρουν ότι η σχέση μεταξύ των στάσεων και της συμπεριφοράς ήταν σημαντική και στην περίπτωση των κινδύνων της υγείας η σχέση αυτή ήταν πολύ ισχυρή. Σύμφωνα με τους Francis και συνεργάτες (2004) η θεωρία της σχεδιασμένης

συμπεριφοράς μπορεί να χρησιμεύσει στον σχεδιασμό των στρατηγικών που βοηθούν τους ανθρώπους στην υιοθέτηση υγιεινών συμπεριφορών.

Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει εφαρμοστεί επιτυχώς στην εξήγηση και την πρόβλεψη διάφορων συμπεριφορών όπως η χρήση φαρμάκων, χρήση οινόπνευματος και συμπεριφορές καπνίσματος (Dodge και συν., 2003). Οι Maher και Rickwood (1997) σε ένα δείγμα 285 εφήβων μαθητών ηλικίας 15-16 ετών εφάρμοσαν τη ΘΣΣ για την πρόβλεψη της πρόθεσης για συμπεριφορά και για τη συμπεριφορά καπνίσματος, σε σχέση με έξι διαβαθμίσεις καπνίσματος από το μη κάπνισμα έως το υπερβολικό κάπνισμα. Όλες οι μεταβλητές του μοντέλου προέβλεπαν πρόθεση για συμπεριφορά καπνίσματος. Η πρόθεση προέβλεπε σε μεγάλο και σημαντικό βαθμό συμπεριφορά καπνίσματος, ενώ ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς συνεισέφερε σημαντικά στην πρόβλεψη της συμπεριφοράς καπνίσματος.

Σε συμπεριφορές σχετικές με την διατροφή η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει εφαρμοστεί σε συμπεριφορές όπως η κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, ζάχαρης και συμπληρωμάτων διατροφής. Οι Καρκαλέτση, Σκορδίλης, και Κουτσοσύκη (2008), εξέτασαν τις διαφορές μεταξύ μαθητών με διαφορετικό δείκτη μάζας σώματος και τις στάσεις και προθέσεις ως προς την άσκηση, την αντίληψη του εαυτού την ικανοποίηση από το μάθημα φυσικής αγωγής, τις διατροφικές συμπεριφορές και το επίπεδο σωματικής δραστηριότητας. διαπιστώθηκε ότι οι υπέρβαροι και παχύσαρκοι μαθητές είχαν στατιστικά χαμηλότερα σκορ στην κλίμακα της ικανοποίησης από τη συμμετοχή τους στο μάθημα της φυσικής αγωγής, είχαν αρνητική εικόνα για το σώμα τους και χαμηλά σκορ στο δείκτη φυσικής δραστηριότητας σε σύγκριση με τους μαθητές που είχαν φυσιολογικό δείκτη ΔΜΣ. Επίσης, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι υπέρβαροι και παχύσαρκοι μαθητές υιοθετούν περισσότερο καθιστικές συνήθειες στην καθημερινότητά τους, όπως πολλές ώρες παρακολούθησης τηλεόρασης και ενασχόλησης με τον ηλεκτρονικό υπολογιστή.

*Εφαρμογές στον αθλητισμό και την άσκηση.* Η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει χρησιμοποιηθεί για την ανάλυση συμπεριφορών σχετικών με την άσκηση και τον αθλητισμό. Οι Kerner και Kurrant (2003) ερεύννησαν τη ψυχοκοινωνική συσχέτιση των κοριτσιών λυκείου, σχετικά με τον ελεύθερο χρόνο και τη φυσική δραστηριότητα. Τα αποτελέσματα από τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς εμφάνισαν θετική συσχέτιση μεταξύ των προθέσεων και τη φυσική δραστηριότητα στον ελεύθερο χρόνο. Οι Hagger, Chatzisarantis και Biddle (2002) σε έρευνα ανασκόπησης 72 άρθρων αναφέρουν ότι η κυριότερη μεταβλητή πρόβλεψης ήταν οι στάσεις και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς. Το κοινωνικό πρότυπο ήταν η μικρότερη μεταβλητή πρόβλεψης.

Ο Theodorakis (1992) σε μια ομάδα 98 αθλητών κολύμβησης εφάρμοσε τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς για να προβλέψει συχνότητα συμμετοχής στις προπονήσεις. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς αύξανε σημαντικά την ικανότητα πρόβλεψης της πρόθεσης για συμμετοχή στις προπονήσεις, ενώ η

μεταβλητή προηγούμενη συμπεριφορά αύξανε περαιτέρω την πρόβλεψη της συμπεριφοράς συμμετοχής στις προπονήσεις.

Ο ίδιος ερευνητής (1994) εφάρμοσε τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς για έλεγχο της πρόβλεψης της πρόθεσης και της συμμετοχής τους σε ένα πρόγραμμα άσκησης σε ένα δείγμα 395 γυναικών. Οι στάσεις και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς προέβλεπαν πρόθεση για άσκηση. Οι μεταβλητές αυτοταυτότητα και δύναμη των στάσεων συνεισέφεραν ακόμα περισσότερο στην πρόβλεψη της πρόθεσης. Η πρόθεση προέβλεπε σημαντικά την συμπεριφορά άσκησης, ενώ ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ήταν πιο ακριβής παράγοντας πρόβλεψης της συμπεριφοράς άσκησης απ' ό,τι η πρόθεση. Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς πετύχαινε καλύτερη πρόβλεψη συμπεριφοράς άσκησης όταν στην ανάλυση προσθέτονταν οι μεταβλητές δύναμη των στάσεων και ταυτότητα του εγώ.

Οι Papaioannou και Theodorakis (1996) εφάρμοσαν το μοντέλο της σχεδιασμένης συμπεριφοράς και τη θεωρία των στόχων σε ένα δείγμα 394 εφήβων μαθητών από 16 τάξεις φυσικής αγωγής για να ελέγξουν τη συμμετοχή στα μαθήματα φυσικής αγωγής. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς, οι στάσεις προς τη συμμετοχή και το ενδιαφέρον στο μάθημα είχαν μια άμεση επίδραση πάνω στην πρόθεση για συμμετοχή (Νάτσης και Θεοδωράκης, 2000). Την συμμετοχή μαθητών σε φυσικές δραστηριότητες μελέτησαν οι Theodorakis, Doganis, Bagiatzis, και Goudas (1991) και βρήκαν ότι οι στάσεις και το κοινωνικό πρότυπο προέβλεπαν πρόθεση για συμπεριφορά. Η προσθήκη της προηγούμενης συμπεριφοράς, εκφρασμένης σε μήνες, προσέθετε επιπλέον στην πρόβλεψη της συμπεριφοράς από την πρόθεση.

Επίσης η θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει εφαρμοστεί επιτυχώς και στην Ελληνική βιβλιογραφία σε σχετική θεματολογία με την άσκηση. Συγκεκριμένα οι έρευνες αυτές αναφέρονται στο κάπνισμα (Μπεμπέτσος, Θεοδωράκης και Χρόνη, 2000), στις στάσεις και προθέσεις ως προς την άσκηση (Διγγελίδης, Κάμτσιος και Θεοδωράκης, 2007), στην υγιεινή διατροφή (Μπεμπέτσος Θεοδωράκης, Λαπαρίδης και Χρόνη, 2000), αλληλοεπιδράσεις μεταξύ υγιεινών και ανθυγιεινών συμπεριφορών (Θεοδωράκης και Παπαϊωάννου, 2002). Συμμετοχή των παιδιών με νοητική καθυστέρηση σε προγράμματα άσκησης (Νάτσης, Θεοδώρου, Κοκαρίδας, Χατζηγεωργιάδης, και Θεοδωράκης, 2007). Ο ρόλος των γνώσεων και πληροφοριών στην συμμετοχή στην άσκηση (Tsigilis, Koustelios & Theodorakis, 2007). Σύμφωνα με τους Νάτση και Θεοδωράκη (2000) οι ψυχοκοινωνικές μεταβλητές της θεωρίας της σχεδιασμένης συμπεριφοράς ερμηνεύουν ένα σημαντικό μέρος των σχετικών με την υγεία συμπεριφορών.

*Εφαρμογές της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς στο ντόπινγκ.* Σύμφωνα με τη θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς, οι στάσεις, το κοινωνικό πρότυπο, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος, και η προθέσεις μπορούν να επηρεάσουν την εκδήλωση της συμπεριφοράς. Οι παραπάνω παράγοντες οι οποίοι αναφέρονται σαφώς στην θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς (Ajzen, 1991) η οποία έχει χρησιμοποιηθεί για τη μελέτη ποικίλων κοινωνικών και σχετικών με την υγεία συμπεριφορών. Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς προτείνει ότι η συμπεριφορά εξαρτάται από τα σχέδια

των ατόμων για εκδήλωση της συμπεριφοράς (προθέσεις), οι οποίες καθορίζονται από τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς (προσωπικά πιστεύω για την εκδήλωση της συμπεριφοράς σε σχέση με παλαιότερες εμπειρίες) το κοινωνικό πρότυπο (η αντίληψη των κοινωνικών πιέσεων για την εκδήλωση της συμπεριφοράς) και τις στάσεις (θετικές ή αρνητικές αντιλήψεις για την εκδήλωση της συμπεριφοράς).

Οι έρευνες οι οποίες εστιάζονται στην θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς αποδεικνύουν ότι οι παράγοντες που συνθέτουν την θεωρία είναι καθοριστικοί για συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία. Το ντοπάρισμα, όπως και κάθε άλλη απαγορευμένη συμπεριφορά εντάσσεται στις παραβατικές συμπεριφορές οι οποίες εξαρτώνται από τις προσωπικές αυτορυθμιστικές ικανότητες (Lucidi και συν., 2008). Η κοινωνική δομή και περιβαλλοντολογικοί παράγοντες όπως νόρμες, νόμοι και επιρροή από τους συνομήλικους μπορούν να επηρεάσουν και να κατευθύνουν τους προσωπικούς παράγοντες όπως τα εσωτερικά κριτήρια για την έκφραση της συμπεριφοράς. Η κοινωνικό-γνωστική θεωρία του Bandura (1986) αποτελεί τον πυρήνα για την κατανόηση αυτών των πολύπλοκων διαδικασιών στα φαινόμενα της συμπεριφοράς. Οι έρευνες έχουν δείξει ότι η αντίληψη για μεγάλη αυτοαποτελεσματικότητα αποτελεί καλή πρόβλεψη για την υιοθέτηση ανθυγιεινών ή αντικοινωνικών συμπεριφορών Bandura (1997).

Στο πεδίο των ερευνών για το ντοπάρισμα, αναφέρεται ότι έχουν κεντρικό ρόλο το κοινωνικό πρότυπο όπως και η πίεση των σημαντικών άλλων. Συγχρόνως η χρήση ουσιών αντικατοπτρίζει κάποια μορφή ηθικής και προσωπικής αποτίμηση κοινωνικής αποδοχής. Τα άτομα συμπεριφέρονται ανάλογα με τα ηθικά τους επίπεδα με βάση τον αυτοέλεγχο και την αντίδραση σε απαγορευμένες συμπεριφορές. Ο αυτοέλεγχος σε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά επιτρέπει σε κάποιον να ελέγξει και να κρίνει ηθικά σύμφωνα με τα ηθικά του επίπεδα και την κατάσταση της παρούσας χρονικής στιγμής (Lucidi και συν., 2008). Σε ανασκόπηση 20 μελετών που εξετάζουν τους παράγοντες για την αποθάρρυνση της χρήσης ουσιών ντόπινγκ σε ελίτ αθλητές, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει έλλειψη στις έρευνες που εξετάζουν τα ηθικά πιστεύω, την κοινωνική αποδοχή και τα προγράμματα ενημέρωσης για το ντόπινγκ. Επίσης δεν υπάρχει καθαρή απόδειξη για το ποιοι μηχανισμοί δρουν ανεξάρτητα ή συνυπάρχουν, οι οποίοι προβλέπουν την απόφαση για να ντοπαριστεί ο αθλητής (Lucidi και συν., 2008).

Η Petróczi (2007) σε σχετική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας υποστηρίζει ότι οι αθλητές είναι υπεύθυνοι για την παρέκκλιση τους στην πρόσληψη αναβολικών ουσιών. Ο υπερβολικός συναγωνισμός ή οι πολύ υψηλοί στόχοι συχνά χρησιμοποιούνται ως εξήγηση για το ντοπάρισμα. Οι Lucidi και συνεργάτες (2008) σε έρευνα για τις στάσεις των Ιταλών εφήβων ως προς την ντοπάρισμα, παρουσίασαν ότι όσοι έκαναν χρήση αναβολικών ουσιών είχαν θετική στάση ως προς το ντοπάρισμα και πίστευαν ότι οι σημαντικοί άλλοι θα αποδεχτούν τη συμπεριφορά αυτή. Επίσης, έδειξαν αδυναμία για την αντίστασή τους στις πιέσεις του κοινωνικού του περιβάλλοντος.

Σε παλαιότερη έρευνα οι Lucidi, Grano, Leone, Lombardo και Pesce (2004) μελέτησαν το ντόπινγκ σχετικά με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά και τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς (στάσεις, αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς, κοινωνικό πρότυπο, προσθέτοντας και την ηθική). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι κατά την πρόβλεψη των προθέσεων 51% διαφορά με κριτήριο το φύλο. Οι στάσεις ήταν ο κύριος παράγοντας πρόβλεψης της πρόθεσης και ακολούθησε ο υποκειμενικός έλεγχος. Η μεταβλητή της ηθικής και η προηγούμενη χρήση συμπληρωμάτων πρωτεΐνης επηρέασαν τις προθέσεις.

Η έρευνα των Peretti-Watel και συνεργατών (2004) μελέτησε τις στάσεις για το ντόπινγκ των ελίτ αθλητών και την σχέση τους με την χρήση άλλων ουσιών όπως τσιγάρο, αλκοόλ και κάνναβης. Τα αποτελέσματα έδειξαν ομοφωνία ως προς τις αρνητικές συνέπειες του ντοπαρίσματος. Δύο μειονοτικές ομάδες της έρευνας, οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άντρες με χαμηλό επίπεδο μόρφωσης γονέων και όσοι δεν είχαν αθλητικό ιστορικό στην οικογένειά τους είχαν θετική στάση στο ντόπινγκ. Οι αθλητές που ντοπαρόνται επιδιώκουν θεμιτούς στόχους με αθέμιτες διαδικασίες όμως δικαιολογούν αυτή τους την συμπεριφορά.

Σύμφωνα με τους Petróczy και συνεργάτες (2008) η κατανόηση των στάσεων και των προθέσεων των αθλητών για τις αναβολικές ουσίες είναι πολύ σημαντική για την βελτίωση των στρατηγικών για την καταπολέμηση του ντόπινγκ. Οι Alaranta, και συνεργάτες (2006) μελετώντας επίσης τις στάσεις ελίτ αθλητών για το ντοπάρισμα βρήκαν ότι το 90% των ερωτηθέντων αθλητών υποστηρίζουν ότι η χρήση απαγορευμένων ουσιών βελτιώνει την αγωνιστική απόδοση. Το 30% γνωρίζουν κάποιον ο οποίος κάνει χρήση απαγορευμένων ουσιών ενώ μεγαλύτερα ποσοστά στην ερώτηση αυτή εμφανίζουν οι άντρες σε σχέση με τις γυναίκες. Το 15% αναφέρουν ότι τους έχουν προσφερθεί απαγορευμένες ουσίες και μεγαλύτερα ποσοστά με 21% εμφανίζουν όσοι ασχολούνται με ατομικά αγωνίσματα ταχύτητας και δύναμης, ακολουθούν τα ομαδικά αγωνίσματα με 14% και τα αγωνίσματα αντοχής με 10%.

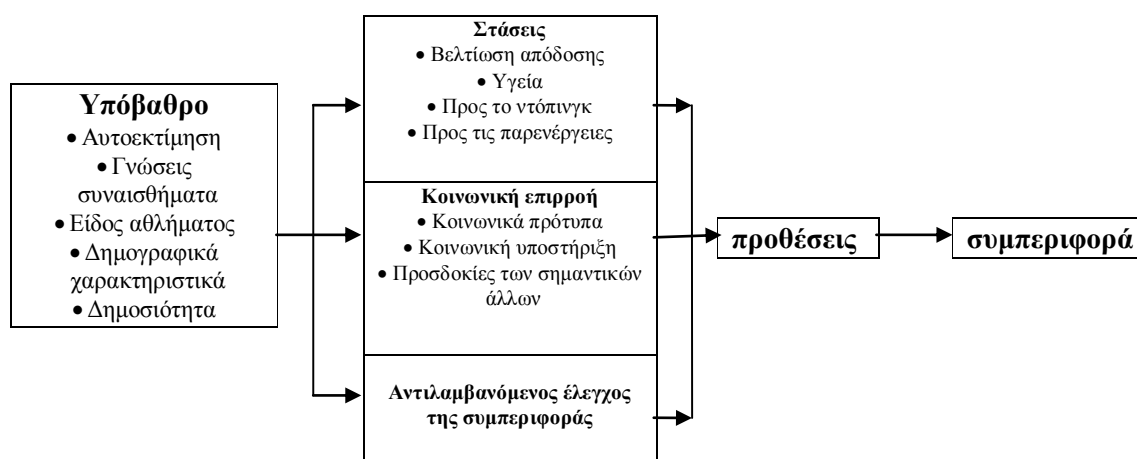
Η πρόβλεψη της συμπεριφοράς και τα πιστεύω συνήθως σχετίζονται σημαντικά με το ντόπινγκ (Wiefferink και συν, 2007; Petróczy, 2007) σε άλλες έρευνες οι προθέσεις αποδείχτηκαν ο σημαντικότερος παράγοντας (Petroczy και συν., 2008). Οι Strelan και Boeckmann (2006) στην έρευνά τους με μοντέλο υποθετικής χρήσης αναβολικών αναφέρουν ότι η ηθική και οι λόγοι υγείας δρουν σαν προβλεπτικός παράγοντας της συμπεριφοράς, ενώ οι έλεγχοι και οι κυρώσεις έχουν μικρή επιρροή. Οι Wichstrom και Pedersen (2001) σε έρευνα σχετικά με την πρόβλεψη παραγόντων για τη χρήση στεροειδών αναβολικών αναφέρουν ότι δεν βρέθηκαν σημαντικές διαφορές στα χαρακτηριστικά των χρηστών και όσων αρνήθηκαν την χρήση των ουσιών.

Οι Kanayama και συνεργάτες (2006) μελέτησαν τη χρήση στεροειδών αναβολικών σε σχέση με την αυτοεκτίμηση, τις διαταραχές διατροφής, τον ρόλο του άντρα στη σύγχρονη κοινωνία, την ενασχόληση με την εικόνα του σώματος και την μυϊκή δυσμορφία. Η ανάλυση γραμμικής παλινδρόμησης έδειξε ότι η χρήση στεροειδών αναβολικών σχετίζεται με την παθολογική εικόνα του σώματος, τη συμπεριφορά και τις διαφορές στις στάσεις μεταξύ των χρηστών. Τα άτομα που

κάνουν συχνή χρήση αναβολικών διαφέρουν από τους μη-χρήστες στην ενασχόληση με το σώμα τους και συνήθως καλύπτουν το σώμα τους με ρούχα. Άτομα που ήταν χρήστες στο παρελθόν διαφέρουν από τους μη-χρήστες στην παθολογική ενασχόληση με το σώμα τους. Τέλος όσον αφορά την εικόνα του σώματος υπάρχουν χαρακτηριστικά που τη συσχετίζουν το ντόπινγκ.

Οι Miller, Barnes, Sabo, Melnick και Farrell (2002) μελέτησαν τη χρήση στεροειδών αναβολικών σε σχέση με δημογραφικά χαρακτηριστικά, χρήση καπνού, ναρκωτικά, σεξουαλική συμπεριφορά, αυτοκτονικές τάσεις και αθλητικό επίπεδο. Σημαντικές διαφορές βρέθηκαν στους αθλητές που κάνουν χρήση αναβολικών και των αθλητών που δεν είναι χρήστες οι οποίοι εμφάνιζαν λιγότερες αυτοκτονικές τάσεις. Ειδικότερα, οι γυναίκες είχαν περισσότερες αυτοκτονικές τάσεις από ότι οι άντρες. Τέλος στους άντρες, αλλά όχι και στις γυναίκες η ενασχόληση με τον αθλητισμό συντελεί ενάντια στη χρήση αναβολικών. Το φύλο ήταν σημαντικός παράγοντας πρόβλεψης απαγορευμένων ουσιών στους μη αθλητές αλλά όχι και στους αθλητές.

Εν κατακλείδι, η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς βασίζεται σε κοινωνικό-γνωστικά δεδομένα. Οι σχέσεις μεταξύ του ντοπαρίσματος και των στάσεων για το ντοπαρίσμα, παρουσιάζονται στο παρακάτω θεωρητικό πλαίσιο.



**Σχήμα 2.** Εφαρμογή της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς στο ντόπινγκ

Η χρησιμοποίηση της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς στην παρούσα έρευνα στοχεύει στον προσδιορισμό και την εξέταση της συμπεριφοράς που σχετίζεται με το ντοπαρίσμα. Ειδικότερα θα μελετηθεί εάν οι μεταβλητές όπως οι στάσεις, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος, το κοινωνικό πρότυπο η ηθική και οι γνώσεις μπορούν να προβλέψουν την πρόθεση για να ντοπαριστεί ο αθλητής και την πρόθεση του προπονητή για να ντοπάρει τον αθλητή.



### III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

#### *Δείγμα και διαδικασία*

Το δείγμα αποτέλεσαν 143 αθλητές και 50 προπονητές με κριτήριο επιλογής τη συμμετοχή σε αγώνες όλων των επιπέδων. Η επιλογή του δείγματος έγινε τυχαία και τα άτομα που απάντησαν προέρχονταν από όλα τα μέρη της Ελλάδας. Επίσης οι αθλητές όπως και οι προπονητές προέρχονταν από διάφορα αθλήματα.

Το ερωτηματολόγιο υπογραμμίζεται ότι είναι ανώνυμο και οι συμμετέχοντες διαβεβαιώθηκαν για το απόρρητο των απαντήσεων όπως και το ότι οι απαντήσεις αυτές θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο στα πλαίσια αυτής της έρευνας. Επίσης διαβεβαιώθηκαν ότι το ερωτηματολόγιο αυτό εξετάζει αποκλειστικά στάσεις και σε καμία περίπτωση δεν αποτελεί κριτήριο για το εάν κάνουν χρήση αναβολικών ή όχι για να περιοριστεί όσο αυτό είναι δυνατό η περίπτωση ψευδών απαντήσεων.

Η χορήγηση του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε κατά το μεγαλύτερο μέρος στους αθλητικούς χώρους μετά το τέλος της προπόνησης. Ιδιαίτερη προσοχή δόθηκε ώστε οι συμμετέχοντες να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο σε ήσυχο περιβάλλον χωρίς την επίδραση εξωτερικών ερεθισμάτων. Επίσης, σε περιπτώσεις που η συμπλήρωση γινόταν από πολλά άτομα συγχρόνως δόθηκε η οδηγία να μη γίνονται συζητήσεις και σχολιασμοί. Μετά την συμπλήρωση, το ερωτηματολόγιο τοποθετούνταν σε ειδική κάλπη ώστε να επιβεβαιώνεται η ανωνυμία του.

Πιο αναλυτικά, το δείγμα των αθλητών αποτέλεσαν 143 άτομα με μέσο όρο ηλικίας 20,93 με τυπική απόκλιση  $\pm 2,9$ . Οι ηλικίες κυμάνθηκαν από 17 έως 34 χρόνια. Κάτω των 20 ήταν 76 άτομα, 57 άτομα είχαν ηλικία 21-25 χρόνων, 8 άτομα 26-30 χρόνων και 2 άτομα ήταν 31 και πάνω. Από τα 143 άτομα οι 75 ήταν άντρες και οι 68 γυναίκες (Πίνακας 1).



**Πίνακας 1.** Περιγραφικά στοιχεία αθλητών.

<b>ΦΥΛΟ</b>		
Άντρες	75	52%
Γυναίκες	68	48%
<b>ΗΛΙΚΙΑ</b>		
Κάτω των 20	76	53%
21-25	57	39.9%
26-30	8	5.6%
Άνω των 31	2	1.4%
<b>ΧΡΟΝΙΑ ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗΣ ΜΕ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ</b>		
1-5 χρόνια	14	9.8%
6-10	66	46.2%
Πάνω από 11	63	44.1%
<b>ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b>		
Εθνική ομάδα	42	29.9%
Πανελλήνιοι αγώνες Α Κατηγορία	47	32.9%
Διασυλλογικοί αγώνες Β Κατηγορία	17	11.9%
Απλή συμμετοχή Τελευταίες κατηγορίες	26	18.2%
<b>ΕΙΔΟΣ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ</b>		
Ατομικό	75	52.4%
Ομαδικό	68	47.6%
<b>ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b>		
Δευτεροβάθμια	<b>96</b>	67.1%
Τριτοβάθμια	<b>47</b>	32.9%

Ως προς τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό το δείγμα των αθλητών χωρίστηκε σε 3 κατηγορίες. Όσοι ασχολούνται 1 έως 5 χρόνια, όσοι ασχολούνται 6 έως 10 χρόνια και όσοι ασχολούνται πάνω από 11 χρόνια. Ο καταμερισμός του δείγματος των αθλητών, ήταν αντίστοιχα για τις 3 κατηγορίες 14, 66 και 63 άτομα. Τέλος ως προς το αν το άθλημα είναι ομαδικό ή ατομικό οι αθλητές χωρίστηκαν σε 75 και 68 άτομα αντίστοιχα. Τέλος ως προς το μορφωτικό επίπεδο των αθλητών υπήρχαν 96 άτομα δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και 47 άτομα τριτοβάθμιας. Ο διαχωρισμός των αθλητών σύμφωνα με το άθλημα που συμμετέχει ο κάθε αθλητής αλλά και προπονητής φαίνεται στον πίνακα 2.

**Πίνακας 2.** Άθλημα συμμετοχής αθλητών-προπονητών

<b>Άθλημα</b>	<b>Αθλητές</b>	<b>Προπονητές</b>
Καλαθοσφαίριση	13	7
Κανόε καγιάκ, κωπηλασία	5	-
Ενόργανη, ρυθμική	9	1
Ποδόσφαιρο	26	2
Χειροσφαίριση	2	2
Τζούντο, πάλη, πυγμαχία	7	-

Κολύμπι	20	8
υδατοσφαίριση	19	6
Στίβος	18	20
Αντισφαίριση	3	1
Πετοσφαίριση	4	2
Άλλο	17	1

Το δείγμα των προπονητών αποτέλεσαν 50 άτομα με μέσο όρο ηλικίας 35,74 με τυπική απόκλιση  $\pm 7,8$ . Οι ηλικίες κυμάνθηκαν από 22 έως 55 χρόνια. Κάτω των 30 ήταν 15 άτομα, 22 άτομα είχαν ηλικία 31-40 χρόνων και 13 άτομα ήταν 41 χρόνων και πάνω. Από τα 50 άτομα οι 31 ήταν άντρες και οι 18 γυναίκες (Πίνακας 2). Ως προς το αγωνιστικό επίπεδο των συμμετεχόντων προπονητών οι 15 από αυτούς είχαν αθλητές που αγωνίζονταν σε εθνικές ομάδες, οι 20 είχαν αθλητές οι οποίοι αγωνίζονταν σε επίπεδο πανελλήνιων αγώνων ή στην Α κατηγορία στα ομαδικά αθλήματα, οι 8 σε διασυλλογικούς αγώνες ή σε Β' κατηγορία στα ομαδικά αθλήματα και οι 5 από αυτούς είχαν αθλητές οι οποίοι προπονούνταν για απλή συμμετοχή στα ατομικά αθλήματα ή στις τελευταίες κατηγορίες στα ομαδικά αθλήματα. Οι 33 από τους 50 ήταν προπονητές ατομικών αγωνισμάτων και οι 17 ομαδικών. Ως προς το μορφωτικό επίπεδο η πλειοψηφία των προπονητών ήταν απόφοιτοι ΤΕΦΑΑ (42). Ένας είχε απολυτήριο λυκείου και οι υπόλοιποι 7 είχαν μεταπτυχιακό δίπλωμα.

### Πίνακας 3. Περιγραφικά στοιχεία προπονητών

ΦΥΛΟ		
Άντρες	31	62%
Γυναίκες	18	36%
ΗΛΙΚΙΑ		
Κάτω των 30	15	30%
31-40	22	44
Άνω των 41	13	26
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ		
Εθνική ομάδα	15	31,3%
Πανελλήνιοι αγώνες Α Κατηγορία	20	41,7%
Διασυλλογικοί αγώνες Β Κατηγορία	8	16%
Απλή συμμετοχή Τελευταίες κατηγορίες	5	10%
ΕΙΔΟΣ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ		
Ατομικό	33	66%
Ομαδικό	17	34%
ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ		
Δευτεροβάθμια	1	2%
Τριτοβάθμια	42	84%
Μεταπτυχιακό	7	14%

## *Όργανα αξιολόγησης*

Το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε με βάση τις αρχές της θεωρίας της σχεδιασμένης συμπεριφοράς (Ajzen, 2002). Οι ερωτήσεις που περιλαμβάνει αφορούν α) τις στάσεις, β) τις προθέσεις, γ) τα κοινωνικά πρότυπα, δ) την πληροφόρηση, ε) τις γνώσεις στ) την ηθική και ζ) τη συμπεριφορά των αθλητών για το ντόπινγκ. Σύμφωνα με τον οδηγό κατασκευής ερωτηματολογίου (Ajzen, 2002) η κλίμακα είναι 7-βάθμια και οι απαντήσεις δίνονται σε ζεύγη αντίθετων εννοιών (π.χ. συμφωνώ-διαφωνώ, πιθανό-απίθανο, πάρα πολύ –καθόλου, ωφέλιμο-βλαβερό).

Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου περιλάμβανε ένα υποθετικό σενάριο πάνω στο οποίο βασίστηκαν οι ερωτήσεις που εξέταζαν τις μεταβλητές που αναφέρθηκαν παραπάνω. Το σενάριο για το ερωτηματολόγιο των αθλητών είναι το εξής: «Στις ερωτήσεις που ακολουθούν, είτε είσαι, είτε δεν είσαι, να φανταστείς ότι είσαι αθλητής/τρια υψηλού επιπέδου και έχεις αρκετές πιθανότητες να αγωνιστείς στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2012 στο Λονδίνο. Ο προπονητής και ένας ειδικός στο θέμα γιατρός, σου αναφέρουν ότι ΜΟΝΟ αν ντοπαριστείς μπορείς να εξασφαλίσεις μια ολυμπιακή νίκη. Σου διαβεβαιώνουν ότι με τον τρόπο που θα χρησιμοποιήσεις τις ουσίες δε θα πιαστείς από τον έλεγχο του ντόπινγκ. Σου λένε ότι δεν υπάρχει πρόβλημα με την υγεία σου. Σου τονίζουν τα μεγάλα οικονομικά κέρδη και τη δόξα που θα έχεις».

Α) 6 ερωτήσεις στάσεων. Πχ. «το να ντοπαριστώ σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες, για μένα είναι». Οι απαντήσεις δόθηκαν με επταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής ‘καλό-κακό’, ‘ανόητο-έξυπνο’, ‘χρήσιμο-άχρηστο’, ‘ηθικό-ανήθικο’, ‘άσχημο-όμορφο’, ‘δυσάρεστο-ευχάριστο’.

Β) 3 ερωτήσεις πρόθεσης. Πχ. «Τι θα κάνεις αν έχεις πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσες ουσίες που ντοπάρουν και υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού; Σκοπεύω να ντοπαριστώ σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες». Οι απαντήσεις δόθηκαν με επταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής ‘πιθανό-απίθανο’, ‘ναι-όχι’, ‘σωστό-λάθος’.

Γ) 4 ερωτήσεις αντιλαμβανόμενου ελέγχου. Πχ. «Για μένα το να ντοπαριστώ σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες είναι». Οι απαντήσεις δόθηκαν με επταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής ‘εύκολο-δύσκολο’, ‘σωστό-λάθος’, ‘συμφωνώ-διαφωνώ’, ‘ελέγχεται-δεν ελέγχεται’.

Δ) 3 ερωτήσεις ηθικής. Πχ «Δεν θα ένοιωθα ένοχος να ντοπαριστώ σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες» ή «Το να ντοπαριστώ σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες είναι ενάντια στις αρχές μου». Οι απαντήσεις δόθηκαν με επταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής «σωστό-λάθος», ‘πιθανό-απίθανο’, ‘συμφωνώ-διαφωνώ’.

ΣΤ) 4 ερωτήσεις κοινωνικού προτύπου. Πχ. «πολλά άτομα σπουδαία για μένα πιστεύουν ότι» ή «πολλά άτομα σπουδαία για μένα θα ντοπάρωνταν σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες». Οι απαντήσεις δόθηκαν με επταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής ‘θα πρέπει-δεν θα πρέπει’, ‘σωστό-λάθος’, ‘θα εγκρίνανε-θα απορρίπτανε’.

Ζ) 2 ερωτήσεις επιλογής. Πχ. «αν ήσουν αθλητής/τρια που θα είχες πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσες ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, ποια θα ήταν η τελική επιλογή σου;». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εντεκαβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'να ντοπαριστώ-να μην ντοπαριστώ'.

Επιπρόσθετα οι αθλητές συμπλήρωσαν κλίμακα επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς (Crowne & Marlowe, 1960) 10 θεμάτων όπως «ποτέ δεν λέω άσχημα πράγματα για τους άλλους», «μερικές φορές ζηλεύω την τύχη των άλλων», «δεν εκνευρίζομαι ποτέ». Οι απαντήσεις δόθηκαν σε φόρμα ισχύει/δεν ισχύει.

Το σύνολο των ερωτήσεων για τους προπονητές ήταν 26. Στο πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου παρουσιάστηκε το σενάριο: «Στις ερωτήσεις που ακολουθούν, είτε είσαι, είτε δεν είσαι, να φανταστείς ότι είσαι προπονητής ή προπονήτρια αθλητή/τριας υψηλού επιπέδου που έχει αρκετές πιθανότητες να αγωνιστεί στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2012 στο Λονδίνο. Σε συνεννόηση με ειδικό στο θέμα γιατρό, σκέφτεσαι να προτείνεις στον αθλητή να ντοπαριστεί, γιατί θεωρείς ότι είναι ο ΜΟΝΟΣ τρόπος να εξασφαλίσετε μια ολυμπιακή νίκη. Τονίζεις ότι με τον τρόπο που θα χρησιμοποιήσετε τις ουσίες δε θα πιαστεί από τον έλεγχο του ντόπινγκ. Του λες ότι δεν υπάρχει πρόβλημα με την υγεία του. Τονίζεις τα μεγάλα οικονομικά κέρδη και τη δόξα που θα έχετε και οι δυο.»

Α) 6 ερωτήσεις στάσεων. Πχ. «το να προτείνω στον αθλητή μου να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες, για μένα είναι». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εφταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'καλό-κακό', 'ανόητο-έξυπνο', 'χρήσιμο-άχρηστο', 'ηθικό-ανήθικο', 'άσχημο-όμορφο', 'δυσάρεστο-ευχάριστο'.

Β) 3 ερωτήσεις πρόθεσης. Πχ. «Τι θα κάνεις αν ο αθλητής/τρια σου έχει πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιήσει ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού; Σκοπεύω να του/της προτείνω να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εφταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'πιθανό-απίθανο', 'ναι-όχι', 'σωστό-λάθος'.

Γ) 4 ερωτήσεις αντιλαμβανόμενου ελέγχου. Πχ. «Για μένα το να προτείνω στον αθλητή μου να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες είναι». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εφταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'εύκολο-δύσκολο', 'σωστό-λάθος', 'συμφωνώ-διαφωνώ', 'ελέγχεται-δεν ελέγχεται'.

Δ) 3 ερωτήσεις ηθικής. Πχ. «Δεν θα ένοιωθα ένοχος αν του/της πρότεινα να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες» ή «Το να προτείνω στον αθλητή/τρια μου να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες είναι ενάντια στις αρχές μου». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εφταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής «σωστό-λάθος», 'πιθανό-απίθανο', 'συμφωνώ-διαφωνώ'.

ΣΤ) 4 ερωτήσεις κοινωνικού προτύπου. Πχ. «πολλά άτομα σπουδαία για μένα πιστεύουν ότι» ή «πολλά άτομα σπουδαία για μένα θα πρότειναν στον αθλητή/τρια τους να ντοπαριστεί σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εφταβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'θα πρέπει-δεν θα πρέπει', 'σωστό-λάθος', 'θα εγκρίνανε-θα απορρίπτανε'.

Ζ) 2 ερωτήσεις επιλογής. Πχ. «αν ήσουν προπονητής ενός αθλητή/τριας που θα είχε πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσε ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, ποια θα ήταν η τελική πρότασή σου;». Οι απαντήσεις δόθηκαν με εντεκαβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'να ντοπαριστεί-να μην ντοπαριστεί'

Η) 4 ερωτήσεις γνώσεων. Πχ. «πόσο ενημερωμένος θεωρείς ότι είσαι σχετικά με το θέμα του ντόπινγκ;» Οι απαντήσεις δόθηκαν με εντεκαβάθμια κλίμακα και ζεύγη επιθέτων της μορφής 'πολύ ενημερωμένος-καθόλου ενημερωμένος', 'ελάχιστα-παρα πολλά', καθόλου γνώσεις-πολλές γνώσεις'.

Στο τελευταίο μέρος όλων των ερωτηματολογίων οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ερωτήσεις δημογραφικών πληροφοριών. Τα χαρακτηριστικά που ερωτήθηκαν είναι η ηλικία, το φύλο, το είδος αθλήματος (ομαδικό –ατομικό), το αγωνιστικό επίπεδο, το μορφωτικό επίπεδο, το άθλημα και τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό.

### *Αναλύσεις*

Για την ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS-16. Αρχικά έγινε έλεγχος της αξιοπιστίας των μεταβλητών. Ακολούθησε ανάλυση συσχέτισης των μεταβλητών μεταξύ τους. Ακόμα, έγινε ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης, όπου εξαρτημένη μεταβλητή ήταν η πρόθεση των αθλητών και των προπονητών ξεχωριστά και ανεξάρτητες μεταβλητές η στάση, το κοινωνικό πρότυπο, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς και η ηθική. Επίσης έγινε ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης με εξαρτημένες μεταβλητές τις επιλογές 1 και 2 ξεχωριστά για τους αθλητές και τους προπονητές και ανεξάρτητες μεταβλητές τις προθέσεις, τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο και την ηθική.

Τέλος, πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης μονής κατεύθυνσης (one-way ANOVA) με ανεξάρτητες μεταβλητές το αγωνιστικό επίπεδο (εθνική ομάδα-πανελλήνιοι αγώνες-διασυλλογικοί αγώνες-απλή συμμετοχή), την ηλικία των αθλητών (κάτω των 20, 21-25, 26-30, άνω των 31), τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό (1-5 χρόνια, 6-10 χρόνια, πάνω από 11 χρόνια) και εξαρτημένες μεταβλητές α) τις στάσεις, β) τις προθέσεις, γ) τα κοινωνικά πρότυπα, δ) την πληροφόρηση, ε) τις γνώσεις στ) την ηθική και ζ) τις επιλογές για το ντόπινγκ. Επίσης εκτελέστηκαν αναλύσεις t-test με ανεξάρτητες μεταβλητές το είδος του αθλήματος (ατομικό-ομαδικό), το φύλο (άντρας-γυναίκα) και την ιδιότητα (αθλητής – προπονητής) και εξαρτημένες μεταβλητές οι συμπεριφορές (α) τις στάσεις, β) τις προθέσεις, γ) τα κοινωνικά πρότυπα, δ) την πληροφόρηση, ε) τις γνώσεις στ) την ηθική και ζ) τις επιλογές για το ντόπινγκ.

#### IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

##### *Περιγραφικά στατιστικά στοιχεία και Αξιοπιστία*

Το τεστ άλφα του Cronbach (1951) χρησιμοποιήθηκε προκειμένου να εξεταστεί η εσωτερική συνοχή των κλιμάκων. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι μεταβλητές που χρησιμοποιήθηκαν χαρακτηρίζονται από εσωτερική συνοχή και όλες ήταν στατιστικά σημαντικές. Ο συντελεστής άλφα του Cronbach ήταν στο ερωτηματολόγιο των αθλητών .91 και στο ερωτηματολόγιο των προπονητών ήταν .88. Στο ερωτηματολόγιο των αθλητών και για τις επιμέρους ερωτήσεις ο συντελεστής άλφα του Cronbach για τις ερωτήσεις «επιλογής» ήταν .95, για τις «στάσεις προς το ντόπινγκ» .81, για τις «προθέσεις για το ντόπινγκ» .92, για τα «κοινωνικά πρότυπα σχετικά με το ντόπινγκ» .85, για τον «αντιλαμβανόμενο έλεγχο για το ντόπινγκ» .57 και για την «ηθική» .65. Τα περιγραφικά στατιστικά και οι δείκτες αξιοπιστίας για τους αθλητές παρουσιάζονται στον Πίνακα 4.

**Πίνακας 4.** Περιγραφικά στοιχεία –συντελεστές αξιοπιστίας (ερωτηματολόγιο αθλητών).

Μεταβλητή	ΜΟ (±ΤΑ)	Ελάχιστο	Μέγιστο	Θέματα	Cronbach's alpha
Επιλογή 1	4.55 (±4.5)	1	11	1	
Επιλογή 2	4.7 (±3.55)	1	11	1	
Στάσεις	15.8 (±8.2)	6	42	6	.81
Προθέσεις	8.9 (±6)	3	21	3	.92
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	17.7 (±5.4)	4	28	4	.55
Κοινωνικά πρότυπα	12.85(±6.8)	4	28	4	.85
Ηθική	7.0 (±4.2)	3	21	3	.65
Επιθυμητή Κοινωνική συμπεριφορά	5.62 (±1.88)	0	9	10	

Αντίστοιχα στο ερωτηματολόγιο των προπονητών (Πίνακας 4) συντελεστής άλφα του Cronbach ήταν .81 για τις 2 ερωτήσεις «επιλογής», για τις «στάσεις προς το ντόπινγκ» .88, για τις «προθέσεις» .97, για τα «κοινωνικά πρότυπα σχετικά με το ντόπινγκ» .91, για τον «αντιλαμβανόμενο έλεγχο για το ντόπινγκ » .56, για την «ηθική» .49 και για τις «γνώσεις» .93. Τα περιγραφικά στατιστικά και οι δείκτες αξιοπιστίας για τους προπονητές παρουσιάζονται στον πίνακα 5.

**Πίνακας 5.** Περιγραφικά στοιχεία –συντελεστές αξιοπιστίας (ερωτηματολόγιο προπονητών).

Μεταβλητή	ΜΟ (±ΤΑ)	Ελάχιστο	Μέγιστο	Θέματα	Cronbach's alpha
Επιλογή 1	4.55 (±4.5)	1	11	1	
Επιλογή 2	4.7 (±3.55)	1	11	1	
Στάσεις	12.7 (±7.6)	6	33	6	.88
Προθέσεις	7.6 (±5.8)	4	27	3	.97
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	17.7 (±5.4)	4	28	4	.56
Κοινωνικά πρότυπα	13.7(±5.3)	4	27	4	.91
Ηθική	6.7 (±4)	3	18	3	.49
Γνώσεις	19.8 (±5.7)	5	28	4	.93

Από τους μέσους όρους των μεταβλητών φαίνεται ότι η στάση των αθλητών αλλά και των προπονητών για το ντόπινγκ, είναι σχετικά χαμηλή. Επίσης η προθέσεις και η ηθική εμφανίζουν σχετικά χαμηλές τιμές ενώ υψηλότερες τιμές παρουσιάζουν ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος και τα κοινωνικά πρότυπα.

### **Συσχετίσεις**

Από τα αποτελέσματα στην ανάλυση συσχετίσεων στο ερωτηματολόγιο των αθλητών (Πίνακας 6), φάνηκε ότι υπήρχε υψηλή θετική συσχέτιση μεταξύ των απαντήσεων στο σενάριο της 1<sup>ης</sup> επιλογής των στάσεων ( $r=.74$ ,  $p<.01$ ) και των προθέσεων ( $r=.88$ ,  $p<.01$ ). Η συσχέτιση ήταν μέτρια για τον αντιλαμβανόμενου έλεγχος της συμπεριφοράς ( $r=.59$ ,  $p<.01$ ), την ηθική ( $r=.59$ ,  $p<.01$ ) και των κοινωνικών προτύπων ( $r=.37$ ,  $p<.01$ ). Θετικά υψηλή συσχέτιση βρέθηκε επίσης μεταξύ των απαντήσεων στο σενάριο της 2<sup>ης</sup> επιλογής, των στάσεων ( $r=.71$ ,  $p<.01$ ) και των προθέσεων ( $r=.83$ ,  $p<.01$ ). Μέτρια για τον αντιλαμβανόμενο έλεγχος ( $r=.51$ ,  $p<.01$ ), την ηθική ( $r=.56$ ,  $p<.01$ ) και των κοινωνικών προτύπων ( $r=.40$ ,  $p<.01$ ).

Επίσης στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις παρατηρήθηκαν μεταξύ των υπόλοιπων μεταβλητών. Υψηλότερες τιμές σημειώθηκαν μεταξύ στάσεων και ηθικής ( $r=.61$ ,  $p<.001$ ), στάσεων και προθέσεων ( $r=.79$ ,  $p<.001$ ) και ηθικής και προθέσεων ( $r=.64$ ,  $p<.001$ ). Οι υπόλοιπες μεταβλητές παρουσίασαν στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις με μέτριες τιμές. Στις μόνες συσχετίσεις που δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα ήταν μεταξύ της επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς με τις μεταβλητές ηθική, κοινωνικά πρότυπα και αντιλαμβανόμενο έλεγχος της συμπεριφοράς.

**Πίνακας 6.** Συσχετίσεις μεταξύ όλων των μεταβλητών (ερωτηματολόγιο αθλητών).

ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. Ηθική							
2. Προθέσεις	.640**						
3. Κοινωνικά πρότυπα	.276**	.378**					
4. Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.439**	.575**	.367**				
5. Στάσεις	.617**	.792**	.495**	.521**			
6. Επιλογή 1	.596**	.884**	.375**	.596**	.748**		
7. Επιλογή 2	.582**	.828**	.402**	.531**	.708**	.908**	
8. Επιθυμητή Κοινωνική συμπεριφορά	-.149	-.319**	-.110	-.098	-.222**	-.316**	-.293**

\*\*p<.001

Στο ερωτηματολόγιο των προπονητών (Πίνακας 7), το σενάριο της 1<sup>ης</sup> επιλογής παρουσίασε θετική υψηλή συσχέτιση με τις στάσεις ( $r=.81$ ,  $p<.001$ ) και τις προθέσεις ( $r=.92$ ,  $p<.001$ ). μέτρια για τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο ( $r=.64$ ,  $p<.001$ ) την ηθική ( $r=.70$ ,  $p<.001$ ) και των κοινωνικών προτύπων ( $r=.355$ ,  $p<.001$ ). Η συσχέτιση της 2<sup>ης</sup> επιλογής με τις μεταβλητές παρουσιάστηκε υψηλή μεταξύ των στάσεων ( $r=.85$ ,  $p<.001$ ) και των προθέσεων ( $r=.89$ ,  $p<.001$ ). μέτρια μεταξύ του αντιλαμβανόμενου ελέγχου ( $r=.64$ ,  $p<.001$ ), της ηθικής ( $r=.69$ ,  $p<.001$ ) και των κοινωνικών προτύπων ( $r=.61$ ,  $p<.001$ ).

Επίσης υψηλές συσχετίσεις παρατηρήθηκαν μεταξύ των στάσεων και προθέσεων ( $r=.87$ ,  $p<.001$ ), στάσεων και ηθικής ( $r=.72$ ,  $p<.001$ ) και ηθικής και προθέσεων ( $r=.72$ ,  $p<.001$ ). Η μεταβλητή γνώσεις δεν παρουσίασε σημαντική συσχέτιση με καμία από τις μεταβλητές.

**Πίνακας 7.** Συσχετίσεις μεταξύ όλων των μεταβλητών (Ερωτηματολόγιο προπονητών).

ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ	1	2	3	4	5	6	7
1. Γνώσεις							
2. Ηθική	.173						
3. Προθέσεις	.149	.728**					
4. Κοινωνικά πρότυπα	-.011	.439**	.640**				
5. Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.203	.426**	.648**	.475**			
6. Στάσεις	.195	.722**	.873**	.611**	.669**		
7. Επιλογή 1	.185	.702**	.921**	.556**	.640**	.817**	
8. Επιλογή 2	.118	.697**	.891**	.617**	.643**	.854**	.815**

\*\*p<.001

### ***Ιεραρχική Παλινδρόμηση***

Η ανάλυση ιεραρχικής παλινδρόμησης προτάθηκε από τους Ajzen και Madden (1986) για την πρόβλεψη της συμπεριφοράς. Σύμφωνα με την θεωρία για την πρόβλεψη των «προθέσεων» οι μεταβλητές προστέθηκαν με την παρακάτω σειρά: α) στάσεις β) κοινωνικό πρότυπο, γ) αντιλαμβανόμενος έλεγχος, δ) ηθική.



Στις αναλύσεις του ερωτηματολογίου των αθλητών στο πρώτο βήμα της ιεραρχικής ανάλυσης παλινδρόμησης εισάχθηκε η μεταβλητή στάσεις, στο δεύτερο βήμα η μεταβλητή κοινωνικό πρότυπο, στο τρίτο βήμα τις μεταβλητές στάσεις και στο τέταρτο βήμα οι μεταβλητές αντιλαμβανόμενος έλεγχος και η ηθική (Πίνακας 8), για να βρεθεί η πιθανή ανεξάρτητη συνεισφορά τους στην πρόβλεψη της πρόθεσης.

Στο πρώτο βήμα οι στάσεις προέβλεψαν το 62% της διακύμανσης ( $F = 237.15$ ,  $p < .001$ ). στο δεύτερο βήμα με την εισαγωγή του κοινωνικού προτύπου το ποσοστό της πρόβλεψης παρέμεινε το ίδιο 62% χωρίς να αποτελεί στατιστικά σημαντικό κριτήριο. Στο τρίτο βήμα με την προσθήκη του αντιλαμβανόμενου ελέγχου το ποσοστό της πρόβλεψης ανέβηκε στο 65% της διακύμανσης ( $F = 15.79$ ,  $p < .001$ ). Στο 4<sup>ο</sup> βήμα με την προσθήκη της ηθικής το ποσοστό της πρόβλεψης έφτασε το 69% της διακύμανσης ( $F = 11.24$ ,  $p < .001$ ). Συνοπτικά, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο παράγοντας που επηρεάζει την τελική πρόθεσή των αθλητών για την συμπεριφορά είναι οι στάσεις ( $\beta = .58$ ,  $p < .001$ ). επίσης σημαντικά επηρεάζουν την συμπεριφορά οι αντιλαμβανόμενος έλεγχος ( $\beta = .19$ ,  $p < .001$ ) και η ηθική ( $\beta = .20$ ,  $p < .001$ ). Επομένως οι σημαντικότεροι παράγοντες που επηρεάζουν την τελική πρόθεση για την υιοθέτηση συμπεριφοράς ντοπαρίσματος, είναι οι στάσεις, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος και η ηθική.

**Πίνακας 8.** Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «προθέσεων» (ερωτηματολόγιο αθλητών).

METABΛΗΤΕΣ	Beta	R <sup>2</sup>	R
1 <sup>ο</sup> βήμα			
Στάσεις	.79**	.62**	.79
	F change=237.15, p<.001		
2 <sup>ο</sup> βήμα			
Στάσεις	.80**		
Κοινωνικό πρότυπο	-.01	.62	.79
	F change=.09, n.s.		
3 <sup>ο</sup> βήμα			
Στάσεις	.69**		
Κοινωνικό πρότυπο	-.05		
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.23**	.65**	.81
	F change=15.79, p<.001		
4 <sup>ο</sup> βήμα			
Στάσεις	.58**		
Κοινωνικό πρότυπο	-.03		
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.19**		
Ηθική	.20**	.69*	.83
	F change=11.24, p<.001		

\*\*p<.001, \*p<.01

Για την πρόβλεψη των προθέσεων στην ανάλυση του ερωτηματολογίου των προπονητών (Πίνακας 9) στο πρώτο βήμα οι στάσεις προέβλεψαν το 76% της διακύμανσης ( $F = 154.2$ ,  $p < .001$ ). Στο δεύτερο βήμα με την εισαγωγή του κοινωνικού προτύπου το ποσοστό της πρόβλεψης δεν αποτελεί στατιστικά σημαντικό κριτήριο.

Επίσης στο 3<sup>ο</sup> και στο 4<sup>ο</sup> βήμα με την προσθήκη του αντιλαμβανόμενου ελέγχου το ποσοστό της πρόβλεψης δεν ήταν στατιστικά σημαντικό. Οι στάσεις αποτέλεσαν τον πιο σημαντικό παράγοντα ( $\beta = .54$ ,  $p < .001$ ).

**Πίνακας 9.** Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «προθέσεων» (ερωτηματολόγιο προπονητών).

METABΛΗΤΕΣ	Beta	R <sup>2</sup>
1 <sup>ο</sup> βήμα		
Στάσεις	.87**	.76**
	F change=154.20, $p < .001$	
2 <sup>ο</sup> βήμα		
Στάσεις	.77**	
Κοινωνικό πρότυπο	.16	.78
	F change=3.83, n.s.	
3 <sup>ο</sup> βήμα		
Στάσεις	.71**	
Κοινωνικό πρότυπο	.15	
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.09	.78
	F change=1.08, n.s.	
4 <sup>ο</sup> βήμα		
Στάσεις	.54**	
Κοινωνικό πρότυπο	-.15	
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	.12	
Ηθική-γνώσεις	.22	.80
	F change=2.64, n.s.	

\*\* $p < .001$ , \* $p < .01$

Για την πρόβλεψη των «επιλογή 1» και «επιλογή 2» οι μεταβλητές προστέθηκαν με την παρακάτω σειρά: α) προθέσεις β) αντιλαμβανόμενος έλεγχος, γ) ηθική.

Στο ερωτηματολόγιο των αθλητών (Πίνακας 10) στο 1<sup>ο</sup> βήμα η προσθήκη της μεταβλητής προθέσεις προβλέπει το 78% της διακύμανσης για την πρώτη επιλογή ( $F = 502.05$ ,  $p < .001$ ) και το 68% για την δεύτερη επιλογή ( $F = 308.33$ ,  $p < .001$ ). Στο 2<sup>ο</sup> βήμα με την εισαγωγή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου η πρόβλεψη γίνεται 79% για την πρώτη επιλογή ( $F = 7.85$ ,  $p < .01$ ) με τις προθέσεις σημαντικότερο παράγοντα ( $\beta = .80$ ,  $p < .001$ ) και 69% για την δεύτερη επιλογή η οποία όμως δεν είναι στατιστικά σημαντική. Τέλος στο 3<sup>ο</sup> βήμα όπου προστέθηκε η ηθική δεν επηρεάστηκε σημαντικά η διακύμανση. Στην 1<sup>η</sup> επιλογή οι προθέσεις αποτέλεσαν τον πιο σημαντικό παράγοντα ( $\beta = .78$ ,  $p < .001$ ). Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ήταν στατιστικά σημαντικός ( $\beta = .12$ ,  $p < .01$ ). Στην 2<sup>η</sup> επιλογή μόνο οι προθέσεις αποτέλεσαν σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης ( $\beta = .73$ ,  $p < .001$ ).

**Πίνακας 10.** Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «επιλογής 1» και «επιλογής 2» (ερωτηματολόγιο αθλητών).

	ΕΠΙΛΟΓΗ 1		ΕΠΙΛΟΓΗ 2	
ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ	Beta	R <sup>2</sup>	Beta	R <sup>2</sup>
1 <sup>ο</sup> βήμα				
Προθέσεις	.88**	.78**	.82**	.68**
	F change=502.05, p<.001		F change=308.33, p<.001	
2 <sup>ο</sup> στάδιο				
Προθέσεις	.80**		.78**	
Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος	.13*	.79*	.08	.69
	F change=7.85, p<.01		F change=2.01, n.s.	
3 <sup>ο</sup> στάδιο				
Προθέσεις	.78**		.73**	
Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος	.12*		.07	
Ηθική	.36	.79	.07	.69
	F change=.51, n.s.		F change=1.62, n.s.	

\*\*p<.001, \*p<.01

Στο ερωτηματολόγιο των προπονητών για την πρόβλεψη των επιλογή 1 και επιλογή 2 (Πίνακας 11) στο 1<sup>ο</sup> βήμα η προσθήκη της μεταβλητής προθέσεις προβλέπει το 84% της διακύμανσης για την πρώτη επιλογή (F =269.58, p<.001) και το 68% για την δεύτερη επιλογή (F =183.99, p<.001). Στο 2<sup>ο</sup> βήμα με την εισαγωγή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου η πρόβλεψη δεν είναι στατιστικά σημαντική για καμία από τις δύο επιλογές. Τέλος στο 3<sup>ο</sup> βήμα όπου προστέθηκε η ηθική και πάλι δεν επηρεάστηκε σημαντικά η διακύμανση. Στην 1<sup>η</sup> επιλογή οι προθέσεις αποτέλεσαν τον πιο σημαντικό παράγοντα (beta=.82, p<.001) όπως και στη 2<sup>η</sup> επιλογή μόνο οι προθέσεις αποτέλεσαν σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης (beta=.72, p<.001).

**Πίνακας 11.** Ιεραρχική Ανάλυση Παλινδρόμησης-Πρόβλεψη «επιλογής 1» και «επιλογής 2» (ερωτηματολόγιο προπονητών).

	ΕΠΙΛΟΓΗ 1		ΕΠΙΛΟΓΗ 2	
ΜΕΤΑΒΛΗΤΕΣ	Beta	R <sup>2</sup>	Beta	R <sup>2</sup>
1 <sup>ο</sup> βήμα				
Προθέσεις	.92**	.84**	.89**	.79**
	F change=269.58, p<.001		F change=183.99, p<.001	
2 <sup>ο</sup> βήμα				
Προθέσεις	.87**		.81**	
Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος	.07	.85	.11	.80
	F change=.99, n.s.		F change=1.78, n.s.	
3 <sup>ο</sup> βήμα				
Προθέσεις	.82**		.72**	

Αντιλαμβανόμενος Έλεγχος	.72		.13	
Ηθική –γνώσεις	.06	.85	.12	.80
	F change=.59, n.s.		F change=.86, n.s.	

\*\*p<.001, \*p<.01

### **Διαφορές με βάση τα δημογραφικά χαρακτηριστικά**

Εκτελέστηκαν αναλύσεις t-test για ανεξάρτητα δείγματα με ανεξάρτητες μεταβλητές το φύλο και το είδος αθλήματος (ομαδικό–ατομικό) και αναλύσεις διακύμανσης μονής κατεύθυνσης (one-way ANOVA) με ανεξάρτητες το αγωνιστικό επίπεδο, το μορφωτικό επίπεδο, την ηλικία, το άθλημα και τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό για να εξεταστούν διαφορές στις μεταβλητές της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς.

Στα ερωτηματολόγια των αθλητών στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα παρουσιάστηκαν μόνο ως προς το φύλο και ως προς το είδος αθλήματος. Οι στατιστικά σημαντικές διαφορές διαπιστώθηκαν στις παρακάτω μεταβλητές του ερωτηματολογίου (Πίνακας 12). Ως προς το φύλο διαφορές βρέθηκαν διαφορές (α) στην «επιλογή 1» ( $t=3.4$ ,  $p<.01$ ), (β) στις «στάσεις προς το ντόπινγκ» ( $t=4.2$ ,  $p<.01$ ), (γ) στις «προθέσεις για την χρήση αναβολικών» ( $t=4.3$ ,  $p<.01$ ), (δ) στον «αντιλαμβανόμενο έλεγχο για τη χρήση αναβολικών» ( $t=2.0$ ,  $p<.05$ ) και (ε) στην «ηθική» ( $t=2.6$ ,  $p<.05$ ), ενώ δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην «επιλογή 2» και στα «κοινωνικά πρότυπα». Σε όλες τις παραπάνω μεταβλητές οι άντρες είχαν μεγαλύτερους μέσους όρους από τις γυναίκες.

Ως προς το διαχωρισμό του αθλήματος σε ατομικό και ομαδικό οι διαφορές στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο των αθλητών βρέθηκαν στις «στάσεις» ( $t=-1.3$ ,  $p=.04<.05$ ). Ο μέσος όρος των αθλητών που συμμετέχουν σε ατομικό άθλημα ήταν μικρότερος από το μέσο όρο των αθλητών που συμμετέχουν σε ομαδικό άθλημα. Για τις υπόλοιπες μεταβλητές (αγωνιστικό επίπεδο, το μορφωτικό επίπεδο, η ηλικία, το άθλημα και τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό) δεν παρουσίασαν σημαντικές διαφορές.

**Πίνακας 12.** Διαφορές μεταξύ των δύο φύλων (ερωτηματολόγιο αθλητών).

Μεταβλητές	Φύλο	ΜΟ (±ds)	t	p
Επιλογή 1	Άντρες	5.54 (± 3.88)	3.40	.01
	Γυναίκες	3.47 (±3.40)		
Επιλογή 2	Άντρες	5.70(±3.58)	3.52	.06
	Γυναίκες	3.69(±3.22)		
Στάσεις	Άντρες	18.41 (± 8.91)	4.27	.00
	Γυναίκες	12.9 (± 6.33)		
Προθέσεις	Άντρες	10.83 (± 6.53)	4.31	.00
	Γυναίκες	6.76 (± 4.65)		
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	Άντρες	18.61 (± 6.00)	2.00	.01
	Γυναίκες	16.81 (± 4.73)		
Ηθική	Άντρες	7.89 (± 4.63)	2.64	.01
	Γυναίκες	6.06 (± 3.63)		

Κοινωνικά πρότυπα	Άντρες	14.72(±7.07)	3.56	.06
	Γυναίκες	10.79(±6.00)		

Στις αναλύσεις των ερωτηματολογίων των προπονητών στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο βρέθηκαν στη μεταβλητή «γνώσεις» ( $t=-2.38$ ,  $p<.05$ ). Ο μέσος όρος των αντρών ήταν μεγαλύτερος από αυτόν των γυναικών. Επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές στο ερωτηματολόγιο των προπονητών παρουσιάστηκαν ως προς την ηλικία στην μεταβλητή των «κοινωνικών προτύπων» ( $F=3.7$ ,  $p<.05$ ). Ανάλυση post hoc έδειξε ότι οι διαφορές παρουσιάστηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων 31-40 χρονών και 41 και άνω, με την ομάδα 31-40 χρονών να παρουσιάζει υψηλότερες τιμές. Η ομάδα κάτω των 30 χρονών δεν παρουσίασε στατιστικά σημαντικές διαφορές με τις άλλες δύο.

Στις υπόλοιπες μεταβλητές (αγωνιστικό επίπεδο, το μορφωτικό επίπεδο, το είδος αθλήματος, το άθλημα και τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό) δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στο ερωτηματολόγιο των προπονητών. Οι μέσοι όροι για το ερωτηματολόγιο μεταξύ αντρών και γυναικών των προπονητών εμφανίζονται στον Πίνακα 13.

**Πίνακας 13.** Διαφορές μεταξύ των δύο φύλων (ερωτηματολόγιο προπονητών)

Μεταβλητές	Φύλο	ΜΟ (±ds)	t	p
Επιλογή 1	Άντρες	2.74(±3.04)	-1.44	.08
	Γυναίκες	4.21(±3.73)		
Επιλογή 2	Άντρες	3.06(±3.16)	-1.14	.65
	Γυναίκες	4.15(±3.37)		
Στάσεις	Άντρες	11.83(±7.30)	-1.01	.78
	Γυναίκες	14.10(±8.23)		
Προθέσεις	Άντρες	6.61(±5.43)	1.47	.28
	Γυναίκες	9.21(±6.37)		
Αντιλαμβανόμενος έλεγχος	Άντρες	13.03(±5.64)	-1.21	.64
	Γυναίκες	14.8(±4.72)		
Ηθική	Άντρες	6.54(±3.84)	-.37	.76
	Γυναίκες	7.00(±4.34)		
Κοινωνικό πρότυπο	Άντρες	10.70(±7.46)	-1.60	.42
	Γυναίκες	14.05(±6.92)		
Γνώσεις	Άντρες	21.41(±4.34)	2.38	.038
	Γυναίκες	17.26(±6.78)		

#### **Διαφορές μεταξύ προπονητών και αθλητών**

Για να εξεταστούν διαφορές μεταξύ προπονητών και αθλητών χρησιμοποιήθηκε ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν στις μεταβλητές «επιλογή 1» ( $t=-2.2$ ,  $p<.05$ ), με τους αθλητές να έχουν μεγαλύτερους μέσους όρους από τους προπονητές.

### *Παρουσίαση προθέσεων και επιλογών σε ποσοστά %*

Από την παρουσίαση των προθέσεων και των ερωτήσεων επιλογής σε ποσοστά επί τοις εκατό (%) παρουσιάζονται πολύ ενδιαφέροντα αποτελέσματα. Το 65.5% των αθλητών είχαν αρνητικές προθέσεις για το ντόπινγκ, το 7% ήταν αναποφάσιστοι και το 27.5% είχαν θετικές προθέσεις (πίνακας 14). Στους προπονητές το 67.3% είχαν αρνητικές προθέσεις, το 10.7% ήταν αναποφάσιστοι και το 22% είχαν θετικές προθέσεις. Μπορεί ο μέσος όρος των τιμών να εμφανίζεται σχετικά χαμηλός όμως υπάρχουν ερωτηματολόγια στα οποία οι απαντήσεις εμφάνισαν αρκετά υψηλές τιμές.

**Πίνακας 14.** Προθέσεις % αθλητών-προπονητών

Προθέσεις	αθλητών	προπονητών
Αρνητική πρόθεση	65.5%	67.3%
Αναποφάσιστοι	7.0%	10.7%
Θετική πρόθεση	27.5%	22%

Σχετικά με τις ερωτήσεις επιλογών οι αθλητές απάντησαν αντίστοιχα στην επιλογή 1 και επιλογή 2: να μη ντοπαριστώ 61.5% και 62.2%, αναποφάσιστοι 5.6% και 3.5% και να ντοπαριστώ 32.9% και 34.3% (πίνακας 15). Οι προπονητές απάντησαν αντίστοιχα στην επιλογή 1 και επιλογή 2: να μη ντοπαριστεί 72% και 68%, αναποφάσιστοι 6% και 8% και να ντοπαριστώ 22% και 24% (πίνακας 16).

**Πίνακας 15.** Ερωτήσεις επιλογών αθλητών %

Αν ήσουνα αθλητής/τρια που θα είχες πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσες ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, ποια θα ήταν η τελική επιλογή σου;		
	Να μη ντοπαριστώ	61.5%
	Αναποφάσιστος/η	5.6%
	Να ντοπαριστώ	32.9%
«Αν ήσουνα αθλητής/τρια που θα είχες πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσες ουσίες που ντοπάρουν, και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, πόσες πιθανότητες δίνεις να ντοπαριστείς ή όχι σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες ;»		
	Να μη ντοπαριστώ	62.2%
	Αναποφάσιστος/η	3.5%
	Να ντοπαριστώ	34.3%

**Πίνακας 16.** Επιλογές προπονητών %

<b>Αν ήσουνα προπονητής ενός αθλητή/τριας που θα είχε πολλές πιθανότητες μιας Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσες ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, ποια θα ήταν η τελική πρότασή σου;</b>	
Να μη ντοπαριστεί	72%
Αναποφάσιστος/η	6%
Να ντοπαριστεί	22%
<b>Αν ήσουνα προπονητής ενός αθλητή/τριας που θα είχε πολλές πιθανότητες Ολυμπιακής νίκης μόνο αν χρησιμοποιούσε ουσίες που ντοπάρουν και δεν υπήρχε πιθανότητα εντοπισμού, πόσο πιθανό είναι να προτείνεις να ντοπαριστεί ή όχι σύμφωνα με τις παραπάνω συνθήκες;</b>	
Να μη ντοπαριστεί	68%
Αναποφάσιστος/η	8%
Να ντοπαριστεί	24%

## V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η ανάλυση συμπεριφορών σχετικών με την άσκηση είναι πολύπλοκη και δύσκολη διαδικασία (Theodorakis, 1994). Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να εξεταστεί η πρόθεση αθλητών και προπονητών για την χρήση αναβολικών και να διαπιστωθεί αν η συμπεριφορά αυτή διαφοροποιείται ανάλογα με την ηλικία, το φύλο, το άθλημα, τα χρόνια ενασχόλησης με τον αθλητισμό και το αγωνιστικό επίπεδο.

Τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας επιβεβαίωσαν την αξιοπιστία των μετρήσεων με ικανοποιητικές τιμές Cronbach, με εξαίρεση τη μεταβλητή αντιλαμβανόμενο έλεγχο συμπεριφοράς που εμφάνισε σχετικά χαμηλή αξιοπιστία και στους αθλητές και στους προπονητές. Η εγκυρότητα των μετρήσεων υποστηρίχθηκαν με βάση την συσχέτιση των μεταβλητών. Βλέπουμε ότι τα επίπεδα συσχέτισης είναι στατιστικά σημαντικά μεταξύ όλων των μεταβλητών στα ερωτηματολόγια των αθλητών και των προπονητών.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας η πρόθεση των αθλητών και των προπονητών για χρήση αναβολικών είναι κατά μέσο όρο αρνητική. Από τις τιμές των τριών παραγόντων που καθορίζουν τις προθέσεις είναι εμφανές ότι η στάση των αθλητών (15.8) και των προπονητών (12.7) είναι αρκετά χαμηλή. Όμως στην ανάλυση επί τοις εκατό παρουσιάζεται ένα ποσοστό του δείγματος με υψηλές τιμές στις προθέσεις. Το ποσοστό αυτό 27.5% στους αθλητές και 22% στους προπονητές είναι αρκετά υψηλό ώστε να είναι ανησυχητικό.

Σχετικά χαμηλή είναι η αντίληψη του κοινωνικού προτύπου για τους αθλητές (12.8) και για τους προπονητές (13.7). Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς εμφανίζει πιο υψηλές τιμές, σε αθλητές (17.7) και προπονητές (17.7) που σημαίνει ότι οι αθλητές και οι προπονητές αισθάνονται σε μεγάλο βαθμό ότι μπορούν να ελέγχουν την πρόθεσή τους.

Οι επιλογές 1 και 2 είναι ερωτήσεις οι οποίες μετρούν την εκδήλωση της συμπεριφοράς ντοπαρίσματος και την πιθανότητα ντοπαρίσματος αντίστοιχα. Στις απαντήσεις που δόθηκαν στα ερωτήματα επιλογή 1 και επιλογή 2, οι αθλητές (4.5 και 4.75) όπως και οι προπονητές (4.5 και 4.75) εμφάνισαν σχετικά χαμηλές τιμές. Από την ανάλυση % βλέπουμε ότι εμφανίζονται υψηλές τιμές στα ποσοστά αθλητών (32.9 και 34.3%) και προπονητών (22 και 24%). Αρκετά άτομα από το δείγμα είναι θετικοί στο να ντοπαριστούν παρότι ο μέσος όρος εμφανίζεται σχετικά χαμηλός. Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι οι τιμές για τις πιθανότητες για το ντόπινγκ εμφανίζονται πιο αυξημένες από ότι οι τιμές για την εκδήλωση της συμπεριφοράς. Μπορούμε να αναφέρουμε ότι ένας αθλητής ή προπονητής ενώ θεωρεί ότι έχει



πολλές πιθανότητες να εκδηλώσει τη συμπεριφορά δεν είναι και τόσο θετικός στο να την πραγματοποιήσει.

Σχετικά με την κλίμακα επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς στους αθλητές τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι αθλητές τείνουν προς την θετική κοινωνική συμπεριφορά. Οι αθλητές μπορεί να αισθάνονται ότι πρέπει να απαντήσουν αρνητικά στις ερωτήσεις για το ντόπινγκ έτσι ώστε να είναι αποδεκτοί ως προς τη κοινωνική τους συμπεριφορά. Οι σχετικά χαμηλές τιμές στην κλίμακα επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς επιβεβαιώνουν ότι οι απαντήσεις δόθηκαν με βάση τα πιστεύω των αθλητών και δεν επηρεάστηκαν από τον συμβιβασμό με τις κοινωνικές επιθυμίες.

Στα αποτελέσματα των αθλητών η επιθυμητή κοινωνική συμπεριφορά δεν εμφανίζει υψηλή συσχέτιση με τις υπόλοιπες μεταβλητές. Η συσχέτιση της επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς είναι στατιστικά σημαντική μεταξύ των μεταβλητών των προθέσεων, των στάσεων και της επιλογής 2. Όμως οι τιμές των συσχετίσεων αυτών είναι χαμηλές και δεν θεωρείται ότι υπάρχει επίδραση της επιθυμητής κοινωνικής συμπεριφοράς στα αποτελέσματα.

### ***Πρόβλεψη προθέσεων***

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι εξεταζόμενες μεταβλητές είναι αποτελεσματικές για την πρόβλεψη της πρόβλεψης της συμπεριφοράς. Ο σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης των προθέσεων στους αθλητές και στους προπονητές είναι οι στάσεις με ποσοστά διακύμανσης 62% και 76% αντίστοιχα. Με βάση τα αποτελέσματα η πρόθεση των αθλητών και προπονητών προβλέπεται περισσότερο από τη μεταβλητή των στάσεων. Συγχρόνως προβλέπεται λιγότερο από τη μεταβλητή του κοινωνικού προτύπου η οποία δεν επηρεάζει σημαντικά την διακύμανση. Ενώ η μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου επηρεάζει σημαντικά μόνο την συμπεριφορά των αθλητών από 62 στο 65% όχι όμως των προπονητών. Ένας ακόμη παράγοντας που επηρεάζει την συμπεριφορά των αθλητών είναι η ηθική η οποία μεταβάλλει την διακύμανση από 65% στο 69%.

Πολλές έρευνες σχετικές με την άσκηση έχουν δείξει ότι οι στάσεις είναι σημαντικότερος παράγοντας για την πρόβλεψη των προθέσεων από ότι το κοινωνικό πρότυπο και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς (Theodorakis, 1994). Τα αποτελέσματα συμφωνούν με αρκετές αντίστοιχες έρευνες (Lucidi et al. 2004; Alaranta et al, 2006; Hoberman, 2001) στο ότι οι στάσεις είναι ο σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης των προθέσεων για το ντόπινγκ. Επίσης συμφωνούν στο ότι επόμενη μεταβλητή πρόβλεψης είναι ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς και ακολουθεί η ηθική.

Σύμφωνα με τη θεωρία οι στάσεις αντανakλούν προδιάθεση απέναντι σε μία συμπεριφορά η οποία μπορεί να είναι θετική η αρνητική. Η απόκτηση θετικών στάσεων μπορεί να οδηγήσει στο ντοπάρισμα και το αντίθετο ισχύει με την απόκτηση αρνητικών στάσεων. Φαίνεται εμφανώς ότι οι στάσεις προς την συμπεριφορά επηρεάζουν περισσότερο την πρόθεση αθλητών και προπονητών για την χρήση αναβολικών. Στην προκειμένη έρευνα όπου η συμπεριφορά είναι το ντοπάρισμα οι

στάσεις των αθλητών σχετίζονται με την αντίληψη ελέγχου αν δηλαδή η συμπεριφορά μπορεί να πραγματοποιηθεί εύκολα ή δύσκολα. Για τους αθλητές τα αποτελέσματα του αντιλαμβανόμενου ελέγχου της συμπεριφοράς έδειξαν ότι σε ψηλό ποσοστό μπορούν να ελέγξουν τη συμπεριφορά τους.

Επιπρόσθετα στους αθλητές η πρόθεσή τους επηρεάζεται και από την αντίληψη για τον έλεγχο της συμπεριφοράς και τα ηθικά πιστεύω για το συγκεκριμένο θέμα. Ο έλεγχος της συμπεριφοράς μεταφράζεται σαν το πόσο η συμπεριφορά εξαρτάται και ελέγχεται από το ίδιο το άτομο. Σύμφωνα με τη θεωρία ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς αντανάκλα την αντίληψη των ατόμων για την πραγματοποίηση της συμπεριφοράς, είτε για την αντίληψη πιθανών εμποδίων. Στην προκειμένη έρευνα η πρόθεση των αθλητών να ντοπαριστούν εξαρτάται και από τον έλεγχο της συμπεριφοράς. Αφού οι τιμές στη μεταβλητή αυτή είναι σχετικά υψηλές μπορούμε να πούμε ότι οι αθλητές πιστεύουν ότι το να ντοπαριστούν ελέγχεται απολύτως από τους ίδιους. Γενικεύοντας μπορούμε να πούμε ότι οι αθλητές αν θελήσουν να εκδηλώσουν την συμπεριφορά αυτή δεν πιστεύουν ότι θα συναντήσουν εμπόδια.

Σχετικά με την ηθική ο Kaiser (2006) αναφέρει ότι οι στάσεις αντιπροσωπεύουν την ηθική θεώρηση των αντιλήψεων του ατόμου. Επίσης ότι η ηθική μπορεί να αποτελέσει τη βάση για τη δημιουργία των στάσεων. Στην έρευνα του για την ηθική στην συντηρητική συμπεριφορά οι στάσεις και η ηθική παρουσιάζουν σχεδόν την τέλεια συσχέτιση. Στην προκειμένη έρευνα η συσχέτιση των δύο παραπάνω μεταβλητών είναι σημαντική στους αθλητές ( $r=.61$ ) όπως και στους προπονητές ( $r=.72$ ). Σχετικά με τις υπόλοιπες μεταβλητές η συσχέτιση αυτή εμφανίζεται υψηλότερη και ακολουθούν οι προθέσεις. Συμπερασματικά η ηθική αποτελεί σημαντική μεταβλητή για τη μελέτη συμπεριφορών όπως το ντόπινγκ. Σε μελλοντική έρευνα προτείνεται να μελετηθεί λεπτομερώς το κεφάλαιο της ηθικής και των στάσεων στο αντικείμενο του ντόπινγκ.

Όσον αφορά τη συσχέτιση μεταξύ των στάσεων και του αντιλαμβανόμενου ελέγχου στους αθλητές (.52) και στους προπονητές (.66). Η συσχέτιση αυτή εξηγεί το ότι οι στάσεις οι οποίες αντανάκλουν την προδιάθεση απέναντι σε μία συμπεριφορά εκφράζονται ταυτόχρονα με τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς. Οι αντιλήψεις για το πόσο οι αθλητές μπορούν να ελέγξουν το αν θα ντοπαριστούν επηρεάζουν τις προθέσεις για το ντόπινγκ.

Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι στους προπονητές ο μοναδικός παράγοντας που επηρεάζει τις προθέσεις για το αν θα πρότειναν στους αθλητές τους να ντοπαριστούν είναι οι στάσεις. Όπως προαναφέρθηκε η μεταβλητή του κοινωνικού προτύπου, ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς και οι μεταβλητές της ηθικής και των γνώσεων δεν επηρεάζουν τα ποσοστά της διακύμανσης. Άρα οι προθέσεις των προπονητών οι οποίες συντελούν και στην εκδήλωση της συμπεριφοράς εκφράζουν ουσιαστικά τις στάσεις τους προς το ντόπινγκ. Οι προπονητές που έχουν θετικές στάσεις προς το ντόπινγκ θα προτρέψουν τους αθλητές τους να κάνουν χρήση απαγορευμένων ουσιών ή μεθόδων. Το αντίθετο συμβαίνει με τους προπονητές οι οποίοι έχουν αρνητικές στάσεις προς το ντόπινγκ.

### ***Πρόβλεψη επιλογών***

Οι επιλογές 1 και 2 είναι ερωτήσεις οι οποίες εκφράζουν την εκδήλωση της συμπεριφοράς ντοπαρίσματος και την πιθανότητα ντοπαρίσματος αντίστοιχα. Γενικεύοντας θα μπορούσαμε να αναφέρουμε ότι οι απαντήσεις στις επιλογές 1 και 2 εκφράζουν την συμπεριφορά. Για την πρόβλεψη των επιλογών 1 και 2 συμπεριλήφθηκαν οι μεταβλητές προθέσεις, αντιλαμβανόμενος έλεγχος και ηθική για τους αθλητές και προθέσεις αντιλαμβανόμενος έλεγχος, η ηθική για τους αθλητές και επιπρόσθετα οι γνώσεις για τους προπονητές.

Σύμφωνα με την θεωρία η συμπεριφορά προβλέπεται άμεσα από τις προθέσεις. Στην προκειμένη έρευνα οι προθέσεις των αθλητών είναι ο κυριότερος παράγοντας για την εκδήλωση της συμπεριφοράς. Η συσχέτιση των προθέσεων και των επιλογών 1 και 2 (.88 και .82 αντίστοιχα) επιβεβαιώνει ότι οι προθέσεις είναι ο σημαντικότερος παράγοντας για την χρήση αναβολικών.

Όπως αναφέρθηκε, βάση τα αποτελέσματα των αθλητών σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης της επιλογών 1 και 2 για τους αθλητές, είναι οι προθέσεις με ποσοστά διακύμανσης 78% και 68% αντίστοιχα. Η επιλογές 1 και 2 οι οποίες εκφράζουν τις πιθανότητες για να ντοπαριστεί ο αθλητής, προβλέπονται περισσότερο από τη μεταβλητή των προθέσεων. Η μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου επηρεάζει σημαντικά μόνο τη διακύμανση της 1<sup>ης</sup> επιλογής και από 78% την αυξάνει στο 79%. Η πρόβλεψη της 2<sup>ης</sup> επιλογής δεν επηρεάζεται σημαντικά από την μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου. Στο 3<sup>ο</sup> βήμα η προσθήκη της μεταβλητής της ηθικής φαίνεται ότι δεν επηρεάζει σημαντικά την διακύμανση της 1<sup>ης</sup> αλλά ούτε και της 2<sup>ης</sup> επιλογής.

Συμπερασματικά τα ευρήματα για την πρόβλεψη της συμπεριφοράς των αθλητών δείχνουν ότι οι προθέσεις προβλέπουν την συμπεριφορά κατά ένα μεγάλο ποσοστό. Ενδιαφέρον αποτελεί η παρατήρηση ότι στην εκδήλωση της συμπεριφοράς οι προθέσεις επηρεάζουν περισσότερο το ποσοστό διακύμανσης από ότι στις πιθανότητες για την εκδήλωση της συμπεριφοράς. Επίσης η εκδήλωση της συμπεριφοράς επηρεάζεται σημαντικά από τη μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου η οποία μεταβλητή δεν επηρεάζει την πιθανότητα εκδήλωσης της συμπεριφοράς. Άρα εάν οι αθλητές είναι αποφασισμένοι να ντοπαριστούν, η απόφασή τους αυτή εξαρτάται και από τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς.

Στους προπονητές σημαντικότερος παράγοντας των επιλογών 1 και 2 είναι επίσης οι προθέσεις με αντίστοιχα ποσοστά 84% και 79%. Οι μεταβλητές αντιλαμβανόμενος έλεγχος, ηθική και γνώσεις δεν επηρέασαν σημαντικά τη διακύμανση της πρόβλεψης. Βλέπουμε δηλαδή ότι στους προπονητές όπως και στους αθλητές οι προθέσεις αποτελούν τον σημαντικότερο παράγοντα πρόβλεψης της συμπεριφοράς.

### ***Δημογραφικά χαρακτηριστικά***

Οι στατιστικές σημαντικές διαφορές στις στάσεις των αθλητών ως προς το φύλο συμφωνούν με τα ευρήματα των Alaranta και συν. (2006) οι οποίοι αναφέρουν

ότι οι άντρες έχουν περισσότερες πιθανότητες να κάνουν χρήση αναβολικών. Επίσης οι Lucidi και συνεργάτες (2004) αναφέρουν ότι η υπερίσχυση των αντρών για την χρήση αναβολικών ήταν 5.2% συγκριτικά με το 1% των γυναικών. Στην παρούσα έρευνα οι στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αθλητών αντρών και γυναικών εμφανίστηκαν στην επιλογή 1, στις στάσεις, στις προθέσεις, στον αντιλαμβανόμενο έλεγχο της συμπεριφοράς και στην ηθική. Εμφανώς οι άντρες έχουν υψηλότερες τιμές στις παραπάνω μεταβλητές από ότι οι γυναίκες. Το ότι οι διαφορές είναι σημαντικές σχεδόν σε όλες τις μεταβλητές μπορεί να γενικευτεί και για την συμπεριφορά του ντοπαρίσματος.

Αιτία για το παραπάνω μπορεί να είναι πρώτα από όλα το ότι οι άντρες γενικότερα είναι πιο επιρρεπείς από ότι οι γυναίκες στις επικίνδυνες συμπεριφορές. Παράλληλα η αυξημένη αγωνιστικότητα και επιθετικότητα που εμφανίζουν οι άντρες σχετικά με τις γυναίκες μπορεί να αποτελέσει παράγοντα στο ότι επιθυμούν τη νίκη περισσότερο από ότι οι γυναίκες. Τέλος η θετική στάση προς το ντοπάρισμα στους άντρες μπορεί να επηρεάζεται και από την εικόνα του σώματος και τα κοινωνικά πρότυπα που προβάλλουν τους επιτυχημένους άντρες να είναι με μυώδες σώμα.

Στα αποτελέσματα των προπονητών οι σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο εστιάζονται μόνο στη μεταβλητή των γνώσεων. Οι άντρες παρουσιάζονται ότι κατέχουν πολύ περισσότερο το αντικείμενο του ντόπινγκ από ότι οι γυναίκες. Ίσως το ενδιαφέρον αυτό προκύπτει από τη θετικότερη στάση που έχουν γενικότερα οι άντρες προς το ντόπινγκ. Αυτό ίσως τους κίνησε το ενδιαφέρον για προσωπική τους ενημέρωση αφού γενικότερα η ενημέρωση στο αντικείμενο του ντόπινγκ γίνεται από προσωπικό ενδιαφέρον. Επίσης οι παραπάνω λόγοι που παρουσιάστηκαν για τους αθλητές μπορεί να ισχύουν και για τους προπονητές σε βαθμό οπου θα ασχοληθούν περισσότερο με το αντικείμενο του ντόπινγκ από ότι οι γυναίκες.

Σχετικά με τις διαφορές των αθλητών ως προς την ηλικία δεν εμφανίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Τα αποτελέσματα αυτά δεν συμφωνούν με την έρευνα των Mazanov, Petróczi, Bingham και Holloway A. (2008) οι οποίοι στα ευρήματα τους αναφέρουν ότι οι Άγγλοι αθλητές είναι πιο πιθανό να κάνουν χρήση ουσιών όταν είναι νεότεροι (κάτω των 23). Αντίθετα στα αποτελέσματα των προπονητών παρουσιάστηκαν σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία στη μεταβλητή των κοινωνικών προτύπων. Συγκεκριμένα οι διαφορές παρουσιάστηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων 31-40 με όσους είναι άνω των 40. Ίσως οι μικρότερη ηλικιακή ομάδα να μην έχει διαμορφώσει ακόμα τον τρόπο που αντιμετωπίζει καταστάσεις και επηρεάζεται περισσότερο από τους σημαντικούς άλλους. Όμως αυτό το συμπέρασμα θα μπορούσε να στηριχτεί καλύτερα εάν οι διαφορές εμφανιζόταν και στη πιο μικρή ηλικιακή ομάδα (κάτω των 30), γεγονός όμως που δεν ισχύει.

Το ότι δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές με βάση το ποιο άθλημα συμμετέχει ο κάθε αθλητής αλλά και προπονητής, μπορεί να οφείλεται στο ότι ο διαχωρισμός έγινε μόνο ως προς το σε ποιο άθλημα συμμετέχει και όχι με βάση το είδος του αγωνίσματος. Οι Alaranta, και συν. (2006) στην έρευνά τους αναφέρουν ότι μεγαλύτερες πιθανότητες για χρήση αναβολικών εμφανίζονται σε αγωνίσματα ταχύτητας και δύναμης και λιγότερες πιθανότητες σε αγωνίσματα

κινητικών δεξιοτήτων. Στην ίδια έρευνα αναφέρεται ότι στο 21% των αγωνισμάτων ταχύτητας έχει προσφερθεί στους αθλητές κάποια αναβολική ουσία ενώ το αντίστοιχο ποσοστό στα ομαδικά αγώνισματα είναι 14%.

Αντίθετα παρουσιάστηκαν σημαντικές διαφορές στις στάσεις των αθλητών σχετικά με το αν το άθλημα που συμμετέχουν είναι ατομικό ή ομαδικό. Εντύπωση προκαλεί το γεγονός ότι όσοι συμμετέχουν σε ομαδικό άθλημα έχουν πιο θετικές στάσεις προς το ντοπάρισμα από όσους συμμετέχουν σε ατομικό. Ίσως οι συναθλητές και η συνολική νοοτροπία της ομάδος να επηρεάζουν αυτό το αποτέλεσμα. Και σε αυτό το σημείο πρέπει να προσθέσουμε ότι ο διαχωρισμός των αθλημάτων είναι προτιμότερο να γίνεται ανά αγώνισμα για ποιο ολοκληρωμένα και λεπτομερή αποτελέσματα.

Όπως φάνηκε στα αποτελέσματα στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν στις απαντήσεις που δόθηκαν στην επιλογή 1 μεταξύ των προπονητών και των αθλητών. Η επιλογή 1 όπως είπαμε εκφράζει την εκδήλωση της συμπεριφοράς ντοπαρίσματος. Ο μέσος όρος των αθλητών στην ερώτηση αυτή είναι υψηλότερος από αυτόν των προπονητών. Το αποτέλεσμα αυτό μπορεί να εξηγήσει οι αθλητές είναι πιο πιθανό να εκδηλώσουν τη συγκεκριμένη συμπεριφορά από ότι οι προπονητές.

Στα υπόλοιπα δημογραφικά χαρακτηριστικά δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές.

### ***Περιορισμοί***

Τα στοιχεία που αναφέρθηκαν αφορούν μόνο στο δείγμα της παρούσας έρευνας ωστόσο είναι ενδεικτικό για τις στάσεις των αθλητών και των προπονητών σχετικά με το ντόπινγκ. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν άτομα από όλη την Ελλάδα όμως η κατανομή του δείγματος δεν ήταν ισάξια. Ακόμα δεν ορίστηκε σαν μεταβλητή εκτός από το αγωνιστικό επίπεδο οι στόχοι και οι προσδοκίες που έχουν οι αθλητές για επιτυχία. Αν και στην έρευνα της Petróczy (2007) στα αποτελέσματά της έρευνάς της διαπίστωσε ότι ο αθλητικός προσανατολισμός στον καθορισμό των στόχων, δεν είναι σχετικός με τη χρήση αναβολικών.

## VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, κοινωνικό-ψυχολογικοί παράγοντες προσδιορίζουν σε μεγάλο βαθμό την υιοθέτηση συμπεριφορών για το ντόπινγκ στον αθλητισμό. Οι αθλητές και οι προπονητές, διατηρούν σχετικά αρνητικές στάσεις για το ντόπινγκ. Στην παρούσα εργασία οι στάσεις προβλέπουν σε μεγάλο βαθμό την πρόθεση για τη συμπεριφορά και σε μικρότερο βαθμό η συμπεριφορά προβλέπεται από τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο και την ηθική. Τα αποτελέσματα συμφωνούν με τις έρευνες των Wiefferink και συνεργατών (2007) και Petróczy, (2007).

Η κατανόηση των παραγόντων της συμπεριφοράς είναι το πρώτο στάδιο στην ανάπτυξη επιτυχημένων παρεμβάσεων για να αλλάξει αυτή η συμπεριφορά (Theodorakis, 1994). Τα ευρήματα της παρούσης έρευνας αποτελούν ένα πρωταρχικό βήμα για την κατανόηση του φαινομένου του ντόπινγκ. Σε πρακτικό επίπεδο η κατανόηση των δυνάμεων που οδηγούν στο ντόπινγκ πρέπει να αποτελεί τη βάση για την πρόληψη κατά του ντόπινγκ. Οι αθλητές παρακινούνται από τη φύση του αθλητισμού για την επίτευξη υψηλών επιδόσεων και μπορεί να αποδεχτούν οποιοδήποτε μεθόδους για την πραγματοποίησή τους. Οι μέθοδοι αυτοί μπορεί να είναι η προπόνηση, διτροφή, φυσικοθεραπεία, εξοπλισμός κ.α. ο διαχωρισμός μεταξύ των αποδεκτών και απαγορευμένων μεθόδων θα πρέπει να είναι ξεκάθαρος και κατανοητός. (Petróczy, 2007).

Ο εργαστηριακός έλεγχος για την χρήση αναβολικών αποτελεί δευτερογενή πρόληψη. Με τη συνεχή εξέλιξη της τεχνολογίας βρίσκονται νεότεροι τρόποι ντοπαρίσματος οι οποίοι δεν είναι πάντα ανιχνεύσιμοι. Η πρόληψη αποτελεί πρωτογενές επίπεδο για την αποτροπή των αθλητών από το ντόπινγκ. Το φαινόμενο προλαμβάνεται πριν αρχίσει. Οι στάσεις και οι συμπεριφορές διαμορφώνονται κυρίως στην παιδική ηλικία και εξαρτώνται άμεσα από τις στάσεις και τις συμπεριφορές των γονέων.

Καθώς η πρόθεση των αθλητών επηρεάζεται κυρίως από τις στάσεις για την συγκεκριμένη συμπεριφορά της χρήσης αναβολικών ουσιών, το ενδιαφέρον για την ανάπτυξη παρεμβατικών προγραμμάτων θα πρέπει να εστιαστεί στην καλλιέργεια των στάσεων των αθλητών αλλά και των προπονητών. Ανάλογα προγράμματα μπορούν να εφαρμοστούν κυρίως στην εκπαίδευση μέσω του μαθήματος της φυσικής αγωγής αλλά και στους αθλητικούς χώρους μέσω των ομοσπονδιών και της γενικής γραμματείας αθλητισμού. Τα προγράμματα φυσικής αγωγής θα πρέπει να διαμορφώσουν τα πιστεύω των μαθητών για τις αρνητικές συνέπειες στην υγεία από την χρήση αναβολικών αλλά και το ότι συντελούν στον αθέμιτο ανταγωνισμό.

Σύμφωνα με τον Θεοδωράκη (1990) ο Καθηγητής Φυσικής Αγωγής παίζει κεντρικό ρόλο στη διαμόρφωση των στάσεων των παιδιών και η συμπεριφορά του καθώς και το περιεχόμενο του προγράμματος επηρεάζουν τους μαθητές με θετικό ή

αρνητικό τρόπο. επίσης αξίζει να αναφερθεί ότι οι στάσεις αλλάζουν μετά από κατανόηση και γνώση. Οι καθηγητές Φυσικής Αγωγής και οι προπονητές οφείλουν να λαμβάνουν υπόψη ότι οι στάσεις των αθλητών, αποτελούν καθοριστικό παράγοντα για να ντοπαριστούν. Ο Θεοδωράκης (1990) αναφέρει ότι η ενίσχυση των αρνητικών στάσεων και η αλλαγή των θετικών στάσεων προς το ντόπινγκ πρέπει να απασχολεί τους καθηγητές φυσικής αγωγής καθώς είναι αυτοί που φέρνουν σε πρώτη επαφή το παιδί με τον αθλητισμό. Σκοπός του καθηγητή φυσικής αγωγής θα πρέπει να είναι η ενεργοποίηση των τριών διαστάσεων των στάσεων, της συναισθηματικής, της γνωστικής και της συμπεριφοριστικής, όπως και του κοινωνικού παράγοντα που επηρεάζει τη στάση των ατόμων ή τη συμπεριφορά τους.

Οι Petróczí και συνεργάτες (2008) αναφέρουν ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες για να ντοπαριστούν αθλητές, είναι οι ηθικές αρχές του ατόμου, η κοινωνική πίεση από τους σημαντικούς άλλους, η αυτοεκτίμηση, η ευσυνειδησία και χαμηλή αντίληψη του κινδύνου. Οι αθλητές επίσης μπορεί να απέχουν από το ντοπάρισμα ή τη χρήση συμπληρωμάτων εάν έχουν θετικά αποτελέσματα σε ένα έλεγχο ντόπινγκ.

Οι προθέσεις των προπονητών επίσης επηρεάζονται κυρίως από τις στάσεις τους προς την συμπεριφορά. Οι προπονητές θα πρέπει να κατέχουν ακριβείς γνώσεις για το ντόπινγκ και τη χρήση των φαρμάκων. Μπορούν να αποκτήσουν τις γνώσεις αλλά και να καλλιεργήσουν τις στάσεις τους με διάφορα μέσα όπως σεμινάρια αλλά και με επιπλέον ενημέρωση από τα ΤΕΦΑΑ.

Οι επαγγελματίες προπονητές δεν φαίνεται να έχουν αποτελεσματική δράση στην πρόληψη του ντοπαρίσματος (Laure και συν.2001). Η καλλιέργεια σωστών στάσεων των προπονητών επηρεάζει άμεσα και τις στάσεις των αθλητών. Στην παρούσα έρευνα ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς φάνηκε ότι επηρεάζει σημαντικά την πρόθεση των αθλητών. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς ο έλεγχος δηλαδή των πράξεων του αθλητή επηρεάζεται και από τον προπονητή.

Προτείνεται σε μελλοντικές έρευνες να εξακριβωθούν οι στάσεις αθλητών και προπονητών. Επίσης το πως οι στάσεις για το ντόπινγκ επηρεάζονται και διαμορφώνονται. Έρευνα που θα μελετήσει τους αθλητές οι οποίοι έχουν ντοπαριστεί και προπονητές οι οποίοι προτείνουν τη χρήση αναβολικών θα μπορούσε να είναι εποικοδομητική για τον προσδιορισμό των στάσεων. Βεβαία για την πραγματοποίηση μιας τέτοιας έρευνας είναι πολύ δύσκολη η εύρεση του δείγματος. Επίσης θα μπορούσαν να μελετηθούν οι στάσεις των γονέων των αθλητών πάνω στο συγκεκριμένο αντικείμενο και τη συσχέτισή τους με τις στάσεις των ίδιων των αθλητών. Ακόμα θα μπορούσαν να μελετηθούν οι στάσεις των προπονητών και να συσχετισθούν με τις στάσεις των αθλητών που προπονούν οι ίδιοι. Για την μελέτη της εξάπλωσης του φαινομένου της χρήσης αναβολικών θεωρείται απαραίτητη η μελλοντική έρευνα άλλων παραγόντων που σχετίζονται με το ντόπινγκ όπως για παράδειγμα η συσχέτιση με την εικόνα του σώματος.

Εν κατακλείδι τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης υποστηρίζουν σύμφωνα με το μοντέλο πρόβλεψης της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς ότι οι στάσεις είναι ο σημαντικότερος παράγοντας για την πρόβλεψη της συμπεριφοράς ντοπαρίσματος

στους αθλητές και στους προπονητές. Ενώ στους αθλητές σημαντικό παράγοντα πρόβλεψης αποτελούν ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος της συμπεριφοράς και η ηθική στους προπονητές οι μεταβλητές αυτές δεν επηρεάζουν τη διακύμανση. Η μεταβλητή του κοινωνικού πρότυπου δεν επηρέασε σημαντικά τη διακύμανση ούτε των αθλητών ούτε των προπονητών.

Οι γνώσεις μας για τις στάσεις στο ντόπινγκ δεν είναι ολοκληρωμένες. Η εφαρμογή του μοντέλου της σχεδιασμένης συμπεριφοράς φαίνεται ότι μπορεί να συντελέσει στην περαιτέρω ανάλυσή τους. Επιπλέον οι εξεταζόμενες μεταβλητές μπορούν να συμβάλουν στην πρόβλεψη αλλά και στην αντιμετώπιση του φαινομένου του ντόπινγκ.





## VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ajzen, I. (1988). Attitudes, personality, and behavior. *Milton Keynes, England: Open University Press.*
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I. (2002) Constructing a TpB questionnaire: conceptual and methodological considerations. <http://www-nix.oit.umass.edu/~ajzen/tpb.html>.
- Ajzen, I., & Driver B. (1992). Application of the theory of planned behavior to leisure choice. *Journal of Leisure Research*, 24, 207-224.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1973). Attitudinal and normative variables as predictors of specific behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 27, 41-57.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). Understanding attitudes and predicting social behavior. *Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.*
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (2005). The influence of attitudes on behavior. In D. Albarracín, B. T. Johnson, & M. P. Zanna (Eds.), *The handbook of attitudes* (pp. 173-221). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Ajzen, I., & Manstead , A. S. R. (2007). Changing health-related behaviors: An approach based on the theory of planned behavior. In K. van den Bos, M. Hewstone, J. de Wit, H. Schut & M. Stroebe (Eds.), *The scope of social*

*psychology: Theory and applications* (pp.43-63). New York: Psychology Press.

Ajzen, I., Brown, T. C., & Carvajal, F. (2004). Explaining the discrepancy between intentions and actions: The case of hypothetical bias in contingent valuation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1108-1121.

Alaranta, A., Alaranta, H., Holmila, J., Palmu, P., Pietilä, & Helenius, K., I. (2006). Self-Reported Attitudes of Elite Athletes Towards Doping: Differences Between Type of Sport. *Int J Sports Med* 27, 842-846

Backhouse, S., McKenna, J., Robinson, S., & Atkin, A. (2007). *WADA International Literature Review: Attitudes, Behaviours, Knowledge and Education – Drugs in Sport: Past, Present and Future*.

Bahrke, M.S., Yesalis, C.E., & Wright, J.E. (1990). Psychological and behavioural effects of endogenous testosterone levels and anabolic-androgenic steroids among males. A review. *Sports Med*. 10(5),303-37.

Cronbach, L.J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297-334.

Crowne, D.P. & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24, 349–354.

Dauncey, H, & Hare, G. (2003). The Tour de France: a pre-modern contest in a post-modern context. *Int J History Sport*, 20,1-29.

Dieffenbach, K., Gould, D., & Moffett, A. (2002). The coach's role in developing champions. *International Journal of Volleyball Research*, 5(1), 30-32.

Διγγελίδης, Ν., Κάμτσιος, Σ. & Θεοδωράκης Ι. (2007). Σωματική Δραστηριότητα, Στάσεις προς την Άσκηση, Αντίληψη Εαυτού, Διατροφικές Συνήθειες και

Δείκτης Μάζας Σώματος Μαθητών Δημοτικού Σχολείου. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό* 5 (1), 27 – 40.

Digelidis, N., Papaioannou, A., Laparidis, K., & Christodoulidis T. (2003). A one-year intervention in 7th grade physical education classes aiming to change motivational climate and attitudes towards exercise. *Psychology of Sport and Exercise*. 4, 195-210.

Dodge, J., Ford, M.A., & Perko, M.A. (2003). From Ephedra to creatine: using theory to respond to dietary supplement use in young athletes. *American Journal of Health Studies*. 18 (2/3), 111-117.

Doganis, G., & Theodorakis, Y. (1995). The influence of attitude on exercise participation. In S.J.H. Biddle (Ed.), *European perspectives on exercise and sport psychology*. (pp. 26-49). Champaign IL: Human Kinetics, Publishers

Doping prevention. Ημερομηνία ανάκτησης: 10-1-09: <http://www.dopingprevention.sp.tum.de/index.php?id=2&L=5>

Dubin, C. (1990). Commission of inquiry into the use of drugs and banned practices intended to increase athletic performance. Ottawa, ON: *Canadian Government Publishing Centre*, 61.

ΕΣΚΑΝ, Ελληνικός Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ. Ημερομηνία ανάκτησης: 24-2-09. [www.eskan.gr](http://www.eskan.gr)

Finley, M., & Pleckert, H. (1976). The Olympic Games: the first hundred years. *Chatto & Windus*, London.

Francis, J., Martin, P., Eccles, M., Johnston, A., Walker, J., Grimshaw, R., Foy, S., Kaner, L., Smith, D., & Bonetti (2004). *Constructing questionnaires based on the theory of planned behaviour a manual for health services researchers*. Newcastle upon Tyne, Centre of Health Services Research, University of Newcastle upon Tyne.

- Hagger, M., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. (2002). A meta-analytic review of the theories of reasoned action and planned behavior in physical activity: Predictive validity and the contribution of additional variables *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 3-32.
- Hoberman, J. (2001). How Drug testing fails: The politics of doping control. In *Doping in elite sport* Edited by: Wilson W, Derse E. Champaign, IL: *Human Kinetics*, 241-274.
- Θεοδωράκης, Γ. (1990). Άσκηση και Υγεία: Πώς η φυσική αγωγή θα μας πείσει για ένα δια βίου αθλητικό τρόπο ζωής. *Αθλητική Ψυχολογία*, 37-54.
- Θεοδωράκης, Γ., Παπαϊωάννου Α. (2002). Το προφίλ μαθητών με βάση υγιεινές και ανθυγιεινές συμπεριφορές: Σχέσεις με τον αθλητισμό. *Ψυχολογία*, 9, 547-562.
- Kaiser, G.F. (2006). A moral extension of the theory of planned behavior: Norms and anticipated feelings of regret in conservationism. *Personality and Individual Differences*. 41, 71–81.
- Kashkin, K.B., & Kleber H. D. (1990) Hooked on hormones? An anabolic steroid addiction hypothesis, *Journal of American medical association*. 262, 22.
- Kerner, M., & Kurrant, A. (2003). Psychosocial correlates to high school girls' leisuretime physical activity: a test of the theory of planned behavior. *Perceptual and Motor Skills*, 97(3), 1175-1183.
- Korkia, P. (1998). Psychological effects of anabolic steroids use: A review. *Journal of Substance Misuse*, 3, 106–13.
- Laure, P., & Binsinger, C. (2007). Doping prevalence among preadolescent athletes: a 4-year follow-up. *British Journal of Sports Medicine*. 41 (10), 660-663.

- Laure, P., Binsinger, C., & Lecerf T. (2003). General practitioners and doping in sport: attitudes and experience. *Br J Sports Med* 37, 335-338.
- Laure, P., Lecerf, T., Friser, A., & Binsinger, C. (2004). Drugs, recreational drug use and attitudes towards doping of high school athletes. *Int J Sports Med*, 25, 133-8.
- Laure, P., Thouvenin, F., & Lecerf, T. (2001) Attitudes of coaches towards doping. *J Sports Med Phys Fitness*. 41(1), 132-6.
- Lucidi, F., Grano, C., Leone, L., Lombardo, C., & Pesce, C. (2004). Determinants of the intention to use doping substances: An empirical contribution in a sample of Italian adolescents. *International Journal of Sport Psychology*. 35, 133-148.
- Lucidi, F., Zelli, A., Mallia, L., Grano, C., Russo, P.M., & Violani, C. (2008). 'The social-cognitive mechanisms regulating adolescents' use of doping substances', *Journal of Sports Sciences*, 26 (5), 447 — 456.
- MacKinnon, D., Goldberg, L., Clarke, G., Elliot, D., Cheong, J., Lapin, A., Moe, E. & Krull, J. (2001). Mediating Mechanisms in a Program to Reduce Intentions to Use Anabolic Steroids and Improve Exercise Self-Efficacy and Dietary Behavior. *Prevention Science*, 2, 1.
- Maycock, B. & Howat, P. (2005). The barriers to illegal anabolic steroid use. *Drugs Educ Prev Policy*, 12, 317 -325.
- Mazanov, J., Petróczi, A., Bingham, J. & Holloway, A. (2008). Towards an empirical model of performance enhancing supplement use: A pilot study among high performance UK athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 11 (2), 185-190.
- Miller, K.E., Barnes, G.M., Sabo, D., Melnick, M.J. & Farrell, M.P. (2002). A comparison of health risk behavior in adolescent users of anabolic-androgenic steroids, by gender and athlete status. *Sociology of Sport Journal*, 19, 385-402.

- Μπεμπέτσος, Ε., Θεοδωράκης, Γ. & Χρόνη, Σ. (2000). Διαφορές καπνιστών μη καπνιστών ως προς την άσκηση και το κάπνισμα. *Αθλητική Απόδοση και Υγεία*, 2, 23-33.
- Μπεμπέτσος, Ε., Θεοδωράκης, Γ., Λαπαρίδης, Κ. & Χρόνη, Σ. (2000). Αξιοπιστία και εγκυρότητα μίας κλίμακας αυτοπεποίθησης για υγιεινή διατροφή. *Αθλητική Απόδοση και Υγεία*, 2, 191-203.
- Νάτσης, Π. & Θεοδωράκης, Γ. (2000). Πρόβλεψη συμπεριφορών που σχετίζονται με τη φυσική δραστηριότητα και την υγεία. *Αθλητική Ψυχολογία*, 11, 3-33.
- Νάτσης, Π., Θεοδώρου, Φ., Κοκαρίδας, Δ., Χατζηγεωργιάδης, Α. & Θεοδωράκης, Γ. (2004). Συμμετοχή των παιδιών με νοητική υστέρηση σε προγράμματα άσκησης. Πρόβλεψη της πρόθεσης των γονέων. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό* 2 (1), 51 – 57.
- Papaioannou, A., & Theodorakis, Y. (1996). A test of tree models for the prediction of intention for participation in physical education lessons. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 383-399.
- Papaioannou, A., Karastogiannidou, C., & Theodorakis, Y. (2004). Sport involvement, sport violence and health behaviours of Greek adolescents. *The European Journal of Public Health*, 14 (2), 168-172.
- Papazisis, G., Kouvelas, D. & Mastrogiani, (2007). Anabolic androgenic steroid abuse and mood disorder: a case report. *Int J Neuropsychopharmacol.* 10,291–3.
- Peretti-Watel, P., Guagliardo, V., Verger, P., Mignon, P., Pruvost, J. & Obadia, Y. (2004). Attitudes toward doping and recreational drug use among French elite student-athletes. *Sociology of Sport Journal*, 21(1), 1-17.

- Peters, C., Schulz, T. & Michna H. Biomedical SideEffects of Doping. Ημερομηνία ανάκτησης: 26-2-09.  
<http://www.lrz-muenchen.de/~tc131ac/webserver/webdata/data/buchbseod.pdf>
- Petroczi, A., Naughton, D.P., Mazanov, J., Holloway, A. & Bingham, J. (2007). Performance enhancement with supplements: incongruence between rationale and practice. *J Int Soc Sports Nutr*, 4-19.
- Petróczi, A. & Aidman, E. (2008). Psychological drivers in doping: The life-cycle model of performance enhancement. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 3 (7).
- Petróczi, A. (2007). Attitudes and doping: a structural equation analysis of the relationship between athletes' attitudes, sport orientation and doping behaviour. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 9(2),34.
- Petróczi, A., Aidman, E. & Nepusz, T. (2008). Capturing doping attitudes by self-report declarations and implicit assessment: A methodology study *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 3(9).
- Pope, H. & Katz, D., (2007). Psychiatric effects of exogenous anabolic androgenic steroids, in *Psychoneuroendocrinology for the Clinician*. Edited by Wolkowitz OM, Rothschild AJ. Washington,DC, *American Psychiatric Press*.
- Rashid, H., Ormerod, S. & Ed, D. (2007). Anabolic androgenic steroids: what the psychiatrist needs to know. *Advances in Psychiatric Treatment*. 13, 203-211.
- Strelan, P. & Boeckmann, R.J. (2006). Why drug testing in elite sport does not work: perceptual deterrence theory and the role of personal moral beliefs. *J Appl Soc Psychol*, 36, 2909-34.
- Theodorakis, Y. (1992). Prediction of athletic participation: A test on Planned Behavior Theory. *Perceptual & Motor Skills*, 74, 371-379.



- Theodorakis, Y. (1994). Planned behavior, attitude strength, role identity, and the prediction of exercise behavior. *The Sport Psychologist*, 8, 149-165.
- Theodorakis, Y., Doganis, G., Bagiatis, K., & Goudas, M. (1991). Preliminary study on the ability of reasoned action model in predicting exercise behavior of young children. *Perceptual and Motor Skills*, 72, 51-58.
- Theodorakis, Y., Natsis, P., Papaioannou, A., & Goudas, M. (2003). Greek students' attitudes toward physical activity and health-related behavior. *Psychological Reports*, 92, 25-283.
- Theodorakis, Y., Papaioannou, A., & Karastogianidou, C. (2004). Relationship between family structure and students' health-related attitudes and behaviors. *Psychological Reports*, 95, 851-858.
- Tricker, R., Connolly, D., (1997). Drugs and the college athlete: An analysis of the attitudes of student athletes at risk. *Journal of drug education*. 27 (2), 105-119.
- Tsigilis, N., Koustelios, A., & Theodorakis, Y. (2007). The Role of Knowledge and Information in Predicting Exercise Participation: An Extension of Planned Behavior Model. *International Journal of Physical Education*, XLIV, 143-153.
- Tsivou, M., Kioukia-Fougia, N., Lyris, E., Aggelis, Y., Fragkaki, A., Kiouisi, X., Simitsek, A., Dimopoulou, H., Leontiou, I.P.M., Stamou, M., Spyridaki, M.H. & Georgakopoulos, C. (2006). An overview of the doping control analysis during the Olympic Games of 2004 in Athens, Greece. *Analyt Chim Act*, 555, 1-13.
- Verroken, M. (2000). Drug use and abuse in sport. *Clin Endocrin Metabol*, 14, 1-23.
- WADA (World Anti-Doping Agency). Ημερομηνία ανάκτησης: 12-2-09.  
<http://www.wada-ama.org>

WADA. The 2007 Prohibited List of substances. Ημερομηνία ανάκτησης: 12-2-09.  
*[http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/2007\\_List\\_En.pdf](http://www.wada-ama.org/rtecontent/document/2007_List_En.pdf)*

Wichstrom, L. & Pedersen, W. (2001). Use of anabolic-androgenic steroids in adolescence: winning, looking good or being bad? *J Stud Alcohol*, 62 (1),5-13.

Wiefferink, C.H., Detma, S.B., Couman, B., Vogel, T. & Paulussen, T.G.W. (2007). Social psychological determinants of the use of performance-enhancing drugs by gym users. *Health Education Research Advance*, 23 (1),70-80.