



«Σχολή Κοινωνικών Επιστημών»

«Διοίκηση Αθλητισμού»

Διπλωματική Εργασία

«Ηθική ηγεσία των προπονητών/-τριών και κίνητρα των αθλητών/-τριών. Η διερεύνηση των επιδράσεων στην ανάπτυξη του πάθους των αθλητών/-τριών»

«Μιχαήλ Κατσικαδέλης»

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: «Δήμητρα Παπαδημητρίου»

Πάτρα, Φεβρουάριος, 2025

Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία του/της φοιτητή φοιτήτριας («συγγραφέας/δημιουργός») που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης ο συγγραφέας/δημιουργός εκχωρεί στο ΕΑΠ, μη αποκλειστική άδεια χρήσης του δικαιώματος αναπαραγωγής, προσαρμογής, δημόσιου δανεισμού, παρουσίασης στο κοινό και ψηφιακής διάχυσής τους διεθνώς, σε ηλεκτρονική μορφή και σε οποιοδήποτε μέσο, για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, άνευ ανταλλάγματος και για όλο το χρόνο διάρκειας των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Η ανοικτή πρόσβαση στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας του συγγραφέα/δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση του συγγραφέα/δημιουργού. Ο συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.



«Ηθική ηγεσία των προπονητών/-τριών και κίνητρα των αθλητών/-τριών. Η διερεύνηση των επιδράσεων στην ανάπτυξη του πάθους των αθλητών/-τριών»

«Μιχαήλ Κατσικαδέλης»

Επιτροπή Επίβλεψης Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:
«Δήμητρα Παπαδημητρίου»
«Μέλος ΣΕΠ - ΕΑΠ»

Συν-Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:
«Άλκηστις Παπαϊωάννου»
«Μέλος ΣΕΠ - ΕΑΠ»

Πάτρα, Φεβρουάριος, 2025

Αφιέρωση

Στον πατέρα μου, που έφυγε...

Ευχαριστίες

Ευχαριστώ ιδιαίτερα την επιβλέπουσα καθηγήτρια κα Δήμητρα Παπαδημητρίου, για την υποστήριξη που μου παρείχε, τόσο επιστημονικά όσο και διαπροσωπικά, κατά την πορεία εκπόνησης αυτής της μελέτης.

Ευχαριστώ θερμά τον κ. Αργύρη Λουκόπουλο για τον χρόνο που κατέβαλε για να με βοηθήσει σε ερευνητικά θέματα καθώς και τις σημαντικότερες παρατηρήσεις του σε όλη τη διάρκεια της συγγραφικής και ερευνητικής διαδικασίας. Επίσης, την κα. Άλκηστις Παπαϊωάννου, για τις ποιοτικές επισημάνσεις της στο στάδιο της ολοκλήρωσης της διπλωματικής εργασίας.

Επίσης, ευχαριστώ τους αθλητές/-τριες καθώς και τους προπονητές/-τριες για την εθελοντική τους συμμετοχή στην έρευνα καθώς και το ενδιαφέρον που επέδειξαν.

Τέλος, ευχαριστώ τον γιό μου Αναστάση, την σύζυγό μου και την μητέρα μου για την υποστήριξη και φροντίδα.

Περίληψη

Σκοπός της εργασίας ήταν να εξετάσει αν η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών επιδρούν στις δύο διαστάσεις του πάθους Αρμονικό (HP) και Εμμονικό (OP). Η παρούσα εργασία προσπαθεί να εμπλουτίσει την ελληνική βιβλιογραφία σχετικά με τους ενδογενείς παράγοντες που επηρεάζουν την αθλητική δραστηριότητα και ενασχόληση με τα αθλήματα ρακέτας. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 184 αθλητές/-τριες Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης και Αντισφαίρισης (141 άνδρες και 37 γυναίκες), ηλικίας >18 ετών, από αθλητικά σωματεία της Ελληνικής επικράτειας. Τα δεδομένα συγκεντρώθηκαν με τη χρήση ερωτηματολογίων και υποβλήθηκαν σε επεξεργασία με το λογισμικό SPSS. Για την στατιστική ανάλυση των μεταβλητών πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης (correlation analysis) και ανάλυση παλινδρόμησης (regression analysis) για κάθε ομάδα του δείγματος. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών, σχετίζεται και επιδρά θετικά στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών, το οποίο αποτελεί κρίσιμη μεταβλητή για την εξέλιξή τους, ενώ δεν φαίνεται να σχετίζεται με το εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών. Επίσης, από την ανάλυση των αποτελεσμάτων αναδείχτηκε, ότι το εσωτερικό κίνητρο επιδρά θετικά στο εμμονικό πάθος, μολονότι οι δείκτες εμμονικού πάθους του δείγματος ήταν χαμηλοί. Τα κυριότερα συμπεράσματα της έρευνας δείχνουν, ότι η συνύπαρξη αυτών των δύο παραγόντων (ηθική ηγεσία και εσωτερικό κίνητρο), φαίνεται να επιτελούν καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη του αρμονικού πάθους στους αθλητές/-τριες. Απαιτείται ωστόσο περαιτέρω έρευνα σχετικά με τους παράγοντες που συσχετίζονται με το αθλητικό πάθος, ώστε να εξαχθούν επιπλέον συμπεράσματα.

Λέξεις – Κλειδιά

Ηθική ηγεσία, πάθος, αθλήματα ρακέτας

«Coach ethical leadership and athletes' motivation. Exploring effects on athletes' passion»

«Michail Katsikadelis»

Abstract

The purpose of this study was to examine whether the coach's ethical leadership and the athletes' intrinsic motivation influence the two dimensions of passion: Harmonious Passion (HP) and Obsessive Passion (OP). This study aims to contribute to the Greek literature on the endogenous factors that affect sports activity and engagement in racket sports. The sample consisted of 184 table tennis and tennis athletes (141 men and 37 women), aged 18 and over, from sports clubs in Greece. Data was collected using questionnaires and analyzed using SPSS software. For the statistical analysis of the variables, correlation analysis and regression analysis were performed for each group in the sample. The results showed that the coach's ethical leadership and the athletes' intrinsic motivation are related to and positively influence the athletes' harmonious passion, which is a critical variable for their development, while it is not related to obsessive passion. Furthermore, the analysis of the results showed that intrinsic motivation positively affects obsessive passion, although the obsessive passion scores of the sample were low. The main conclusions of the study indicate that the coexistence of these two factors (ethical leadership and intrinsic motivation) seems to play a crucial role in developing harmonious passion in athletes, which helps them stay committed to the sport and pursue higher performance. However, further research is needed on the factors associated with athletic passion to draw additional conclusions.

Keywords

ethical leadership, passion, racket sports

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	vi
Abstract	vii
Περιεχόμενα	viii
Κατάλογος Πινάκων	ix
Συνοτομογραφίες και Ακρωνύμια.....	x
Εισαγωγή.....	11
1. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας	15
1.1 Ηθική ηγεσία και αθλητισμός	15
1.1.1 Ηγεσία των προπονητών/-τριών.....	16
1.1.2 Ο ρόλος του προπονητή/-τριας	17
1.1.3 Ηθική ηγεσία και αθλητική απόδοση.....	18
1.2 Κίνητρα αθλητών/-τριών.....	21
1.2.1 Εσωτερικά Κίνητρα.....	21
1.2.2 Εξωτερικά Κίνητρα.....	22
1.2.3 Έλλειψη Κινήτρων.....	23
1.3 Το Πάθος των Αθλητών/τριών.....	23
1.4 Τεκμηρίωση των Ερευνητικών Υποθέσεων.....	25
1.4.1 Ηθική ηγεσία προπονητή, κίνητρα και αρμονικό πάθος.....	25
1.4.2. Ηθική ηγεσία προπονητή/-τριας, κίνητρα και εμμονικό πάθος	26
2. Μεθοδολογία.....	28
2.1 Ερευνητική προσέγγιση και εργαλεία.....	28
2.1.1 Ερωτηματολόγιο	29
2.2 Δειγματοληψία & Δείγμα.....	30
2.2.1. Διαδικασία συλλογής των δεδομένων.....	32
2.2.2 Διαδικασία ανάλυσης δεδομένων	32
3. Παρουσίαση Αποτελεσμάτων	34
3.1 Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος	34
3.2 Έλεγχος αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής.....	36
3.3 Μέσες Τιμές και Τυπικές Αποκλίσεις Ανά Μεταβλητή	37
3.4 Συσχετίσεις των μεταβλητών	44
3.5 Ανάλυση παλινδρόμηση (regression analysis).....	45
4. Συζήτηση και Συμπεράσματα	47
4.1 Συζήτηση.....	47
4.2 Συμπεράσματα	50
4.3 Πρακτικές Εφαρμογές.....	51
4.4 Περιορισμοί και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.	53
Βιβλιογραφία.....	55
Παράρτημα Α: «Ερωτηματολόγιο Έρευνας»	69

Κατάλογος Πινάκων

Πίνακας 1. Δείκτες μετρήσεων (items) ανά μεταβλητή.....	30
Πίνακας 2. Δημογραφικά χαρακτηριστικά των ερωτώμενων.....	36
Πίνακας 3. Αποτελέσματα ελέγχου αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής.....	37
Πίνακας 4. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση Ηθικής Ηγεσίας προπονητή/-τριας.....	38
Πίνακας 5. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση κριτηρίου πάθους αθλητών/-τριών.....	39
Πίνακας 6. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση πάθους αθλητών/-τριών (εμμονικό).....	40
Πίνακας 7. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση πάθους αθλητών/-τριών (αρμονικό).....	41
Πίνακας 8. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση κινήτρου αθλητών/-τριών (εσωτερικό).....	43
Πίνακας 10. Συνολικά μέγιστη, ελάχιστη, μέση τιμή και τυπική απόκλιση των μεταβλητών.....	43
Πίνακας 11. Συσχετίσεων Μεταβλητών.....	45
Πίνακας 12. Αποτελέσματα Παλινδρόμησης ως προς το Αρμονικό Πάθος.....	46
Πίνακας 13. Αποτελέσματα Παλινδρόμησης ως προς το Εμμονικό Πάθος.....	46

Συντομογραφίες και Ακρωνύμια

ΕΑΠ	Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο
ΜΤ	Μέση Τιμή
ΤΑ	Τυπική Απόκλιση
DMP	Dualistic Model of Passion
HP	Harmonious Passion
OP	Obsessive Passion
SDT	Self-Determination Theory
WHO	World Health Organization

Εισαγωγή

Η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες και οργανωμένο ή μη αγωνιστικό αθλητισμό αποτελεί εχέγγυο για την καλή φυσική κατάσταση, την κοινωνική ανάπτυξη και την ψυχική ευεξία (McKay, Cumming, & Blake, 2019). Η συστηματική – καθημερινή άθληση αποτελεί οδηγία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (W.H.O.), που υπογραμμίζει την αναγκαιότητα της σωματικής άσκησης καθώς και τα οφέλη της στην υγεία και τον έλεγχο του σωματικού βάρους (W.H.O., 2014). Άλλωστε η παχυσαρκία συνδέεται με χρόνιες καρδιαγγειακές παθήσεις, διαβήτη, υπέρταση καθώς και αυξημένο κίνδυνο αναπνευστικών λοιμώξεων (Maffetone, Rivera-Dominguez, & Laursen, 2016; Maffetone, & Laursen, 2020; Salvator et al, 2020). Ωστόσο, διαχρονική μελέτη έδειξε, ότι τα επίπεδα της σωματικής άσκησης εξακολουθούν να είναι χαμηλά, χωρίς μεταβολές τα τελευταία 20 χρόνια (Guthold, Stevens, Riley, & Bull, 2018). Προκειμένου όλο και περισσότεροι άνθρωποι να απολαμβάνουν τα ευεργετικά οφέλη της άσκησης, θα πρέπει αφενός να υπάρξει ενημέρωση σχετικά με τις θετικές επιδράσεις της συμμετοχής σε κινητικές δραστηριότητες και αφετέρου να παρέχονται τα κατάλληλα προγράμματα, ώστε οι συμμετέχοντες/-ουσες να ενθαρρύνονται να λαμβάνουν μέρος. Αν και η καθημερινή σωματική άσκηση αποτελεί εχέγγυο για μια καλή και υγιεινή ζωή, εντούτοις πολλά άτομα απογοητεύονται και σταματούν την επαφή με αθλητικές δραστηριότητες. Αποτελεί λοιπόν το περιβάλλον του αθλητισμού πεδίο μόνο θετικών εμπειριών ή μήπως η συστηματική ενασχόληση με αθλήματα ελλοχεύει και αρνητικά σημεία;

Οι επιδράσεις του ευρύτερου και στενού κοινωνικού περιβάλλοντος προς τους αθλητές/-τριες αποτελεί αντικείμενο πολλών ερευνών, τόσο όσον αφορά την αθλητική επίδοση και απόδοση, όσο και την διατήρηση της σχέσης με τον αθλητισμό (Pandya, 2021; Merkel, 2013; Malina, 2009). Τα κίνητρα της συστηματικής ενασχόλησης με τον αθλητισμό άπτονται κυρίως της ευχαρίστησης και ευεξίας που απολαμβάνει κάποιος/-α συμμετέχοντας σε αθλητικές δραστηριότητες, την γνωριμία με συγκεκριμένα αθλήματα, την βελτίωση της φυσικής κατάστασης και υγείας καθώς την κοινωνικοποίηση μέσω της επαφής με άλλα άτομα με αντίστοιχα ενδιαφέροντα (Figueiredo et al., 2009; Strong et al., 2005). Ωστόσο, δεν είναι λίγες οι φορές, όπου η ενασχόληση με τον αθλητισμό συσχετίζεται με αρνητικά θέματα, όπως ηθικά σκάνδαλα και ανάρμοστη συμπεριφορά, κυρίως μεταξύ προπονητών/-τριών και αθλητών/-τριών.

Ο ρόλος του/της προπονητή/-τριας αποτελεί κρίσιμη παράμετρο της σχέσης των αθλητών/-τριών και της ενασχόλησης με τον αθλητισμό, πέραν της επίδοσής και απόδοσης αυτών (Woodman, 1993; Pyke, 1992). Σύμφωνα με τον MacDonald (2010), το στυλ ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας συσχετίζεται με την ικανοποίηση των αθλητών/-τριών, όσον αφορά τη συμμετοχή τους στον αθλητισμό καθώς και την πρόθεση να εξακολουθούν να συμμετέχουν. Ο/Η προπονητή/-τρια είναι το πρόσωπο που καθορίζει σε μεγάλο βαθμό σημαντικές παραμέτρους της διαχείρισης της προσωπικής ζωής των αθλητών/-τριών, αφού οι αποφάσεις του/της επηρεάζουν άμεσα τον/την αθλητή/-τρια, ακόμα και σε καθημερινές διαδικασίες όπως διατροφή, χρόνος προπόνησης και ξεκούρασης, επιλογή αγώνων και ημερών προπόνησης. Από την πλευρά τους οι αθλητές/-τριες μέσω της μίμησης και της παρατήρησης αντιγράφουν σε μεγάλο βαθμό τη συμπεριφορά του/της προπονητή/-τριας, επιβεβαιώνοντας την σημαντικότητα καθώς και την επίδραση του ρόλου του/της (Jowett & Cockerill, 2003). Εφόσον λοιπόν, η αλληλεπίδραση των αθλητών/-τριών με τους/τις προπονητές/-τριες διέπεται με ηθική συμπεριφορά από την πλευρά των προπονητών/-τριών, τότε ενισχύεται η ηθική πλευρά του αθλητισμού και αξίες, όπως η ακεραιότητα και η ειλικρίνεια (Brown, 2005). Αντιθέτως, όταν η ηγεσία διέπεται από αυταρχικότητα, έλλειψη ενθάρρυνσης, ανήθικη συμπεριφορά, και απουσία κανόνων, οι επιδράσεις στους/στις αθλητές/-τριες είναι αντίστοιχα αρνητικές, και οδηγούν σε μη-ηθικές συμπεριφορές. Η ηγεσία συνεπώς του/της προπονητή/-τριας αποτελεί έναν σύνθετο παράγοντα, που εξηγεί σε σημαντικό βαθμό, τόσο τη συμπεριφορά όσο και το αίσθημα ικανοποίησης των αθλητών/-τριών. Ωστόσο, οι αθλητές/-τριες -όπως και κάθε άτομο- αποτελούν ξεχωριστές προσωπικότητες, με διαφορετικό τρόπο έκφρασης και ανάγκες και συνεπώς η συμπεριφορά τους είναι αποτέλεσμα τόσο εξωγενών, όσο και ενδογενών παραγόντων (Fiese, & Sameroff, 1996; Cohen, Cicchetti, & Cohen, 2006).

Ο τρόπος που οι άνθρωποι, και δη οι αθλητές/-τριες, αντιλαμβάνονται και ενεργούν σύμφωνα με τα ερεθίσματα που δέχονται, είναι αποτέλεσμα εσωτερικών και εξωτερικών διεργασιών. Σύμφωνα με τη θεωρία του Αυτοκαθορισμού (*Self-Determination Theory, SDT*), οι αθλητές/-τριες «καλύπτουν» ανάγκες, οι οποίες περιγράφονται και ως κίνητρα (Deci & Ryan, 1985; 2013). Τα κίνητρα δύναται να είναι εσωτερικά και εξωτερικά, ενώ ομοίως επισημαίνεται και η έλλειψη κινήτρων. Τα εσωτερικά κίνητρα περιλαμβάνουν την ικανοποίηση και χαρά από τη συμμετοχή σε κάποια αθλητική δραστηριότητα και καλύπτουν κυρίως εσωτερικές ανάγκες και στόχους, ενώ τα εξωτερικά κίνητρα αναφέρονται σε παράγοντες παρακίνησης, όπως η επιβράβευση και η κοινωνική αποδοχή

(Cox, 2004). Τέλος, η έλλειψη κινήτρων αποτελεί μια κατάσταση, όπου εκλείπει το ενδιαφέρον για συμμετοχή ή συνέχιση της προσπάθειας σε αθλητικές δραστηριότητες. Από τα παραπάνω γίνεται κατανοητό, ότι ο τρόπος που βιώνουν οι αθλητές/-τριες την καθημερινή επαφή με τον αθλητισμό, εξαρτάται κυρίως από την ηγεσία του/της προπονητή/-τριας καθώς και τα κίνητρα και που υποκινούν την συμμετοχή στους. Τα παραπάνω αποτελούν προϋπόθεση για την καθημερινή συμμετοχή καθώς και την βελτίωση της επίδοσης και απόδοσης.

Η αυξημένη συναισθηματική σύνδεση των αθλητών/τριών με την αθλητική εμπειρία βιβλιογραφικά περιγράφεται ως «Πάθος», με θετικές και αρνητικές επεκτάσεις (Vallerand, & Verner-Filion, 2020; Szabo, & Demetrovics, 2022). Σύμφωνα με το Δυαδικό μοντέλο ανάλυσης (*Dualistic Model of Passion -DMP*), το πάθος επιμερίζεται σε «Αρμονικό» (*Harmonious Passion – HP*) και «Εμμονικό» (*Obsessive Passion – OP*), (Vallerand, 2000). Χαρακτηρίζεται από την έντονη ανάγκη επίτευξης κάποιων στόχων σε τέτοιο βαθμό, που μπορεί να φτάσει έως την εξουθένωση των αθλητών/-τριών, ανεξάρτητα από την ηλικία ή το επίπεδο (Cresswell, & Eklund, 2007). Το αρμονικό πάθος χαρακτηρίζεται από ενίσχυση των εσωτερικών κινήτρων ικανοποίησης, ενώ το εμμονικό από την ψυχολογική πίεση που επιφέρει στους ασκούμενους/ες (Vallerand, & Miquelon, 2007). Ο τρόπος συνεπώς που εμφανίζεται το πάθος στους αθλητές/-τριες αποτελεί καταλυτικό παράγοντα για την μελλοντική τους σχέση με τον αθλητισμό καθώς και τις επιδόσεις που επιτυγχάνουν (St-Cyr, Vallerand, & Chénard-Poirier, 2021; Méndez-Alonso, Prieto-Saborit, Bahamonde, & Jiménez-Arberás, 2021).

Μολονότι, δεν είναι εύκολο να αποτιμηθεί πλήρως η επίδραση της μη-ηθικής συμπεριφοράς του/της προπονητή/-τριας στους αθλητές/-τριες (Kinard, 2002) και γενικότερα εκλείπουν σχετικές έρευνες στην ελληνική βιβλιογραφία, η παρούσα έρευνα προσπαθεί να αξιολογήσει και να διερευνήσει την συσχέτιση της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο, με το αρμονικό και εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών, και την επίδραση τους στην συνέχιση ή εγκατάλειψη των αθλητικών δραστηριοτήτων. Πιο συγκεκριμένα, οι στόχοι της έρευνας είναι:

1. Η μέτρηση των μεταβλητών της αντιλαμβανόμενης ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας εκ μέρους των αθλητών/-τριών, του εσωτερικού κινήτρου και του πάθους των αθλητών/τριών σε αθλήματα ρακέτας.

2. Η διερεύνηση των συσχετίσεων μεταξύ της αντιλαμβανόμενης ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας και του εσωτερικού κινήτρου με το πάθος των αθλητών/τριών (αρμονικό και εμμονικό).
3. Η διερεύνηση των επιδράσεων της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας και του εσωτερικού κινήτρου στο πάθος των αθλητών/τριών (αρμονικό και εμμονικό).

Η δομή της παρούσας μελέτης συμπεριλαμβάνει τέσσερα κεφάλαια. Στο πρώτο παρουσιάζεται η βιβλιογραφική ανασκόπηση του θέματος καθώς και το θεωρητικό υπόβαθρο της ηθικής ηγεσίας, του πάθους καθώς και των κινήτρων. Το δεύτερο κεφάλαιο αναφέρεται στη μεθοδολογία και εμβαθύνει στον μεθοδολογικό σχεδιασμό της έρευνας, στην διαδικασία της δειγματοληψίας καθώς και στη στατιστική ανάλυση των δεδομένων της έρευνας. Στο τρίτο κεφάλαιο παρουσιάζονται τα δημογραφικά στοιχεία του δείγματος και τα αποτελέσματα των στατιστικών αναλύσεων ανά ερευνητικό στόχο. Ακολουθεί το κεφάλαιο της συζήτησης και των συμπερασμάτων, όπου συζητούνται τα κύρια ευρήματα με αναφορά στην σχετική βιβλιογραφία καθώς και τα συμπεράσματα, όπως επίσης και οι προτάσεις για μελλοντικές έρευνες. Η διατριβή ολοκληρώνεται με τις βιβλιογραφικές αναφορές και το παράρτημα με την παράθεση του ερωτηματολογίου της έρευνας.

1. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας

Το κεφάλαιο της ανασκόπησης βιβλιογραφίας αναλύει το θεωρητικό υπόβαθρο της έρευνας και επιμερίζεται σε τρεις θεματικές ενότητες: της Ηθικής Ηγεσίας, των Κινήτρων και του Πάθους των αθλητών/-τριών.

Ειδικότερα, το πρώτο μέρος της βιβλιογραφικής ανασκόπησης αναφέρεται στην ηθική και στην ηθική ηγεσία καθώς και στο ρόλο του/της προπονητή/-τριας, όπως απαντάται στον χώρο του αθλητισμού καθώς και οι επιδράσεις που δυνητικά επιφέρει στην απόδοση και επίδοση των αθλητών/-τριών. Το δεύτερο μέρος του κεφαλαίου εστιάζει στα κίνητρα των αθλητών/-τριών, όπως αυτά αναλύονται σύμφωνα με τη θεωρία του Αυτοκαθορισμού (*Self-Determination Theory, SDT*) και τις επιδράσεις που έχουν στην αθλητική απόδοση. Το τρίτο και τελευταίο μέρος αναφέρεται στο πάθος των αθλητών/-τριών σύμφωνα με το Δυναδικό μοντέλο ανάλυσης (*Dualistic Model of Passion -DMP*), το οποίο επιμερίζεται σε «Αρμονικό» (*Harmonious Passion – HP*) και «Έμμονικό πάθος» (*Obsessive Passion – OP*).

1.1 Ηθική ηγεσία και αθλητισμός

Αναζητώντας την ετυμολογική ερμηνεία της λέξης «Ηγεσία», οδηγούμαστε στην άμεση σύνδεσή της με το αρχαίο ρήμα «άγω», που σημαίνει οδηγώ, είμαι αρχηγός καθώς και με τα παράγωγά του, όπως ηγέτης και ηγεμών (Μαντουλίδης, 2009). Ετυμολογικά η έννοια της ηγεσίας και του ηγέτη ανταποκρίνεται στους ορισμούς που κατά καιρούς έχουν προσδιορισθεί και που κυρίως αναφέρονται στις ικανότητες καθοδήγησης μιας ομάδας ατόμων ή ενός ατόμου ξεχωριστά στο να αναλάβει δράση και συνδέεται άμεσα με χαρακτηριστικά όπως η αξιοπιστία, η ακεραιότητα και η εμπιστοσύνη.

Η ηθική στο χώρο του αθλητισμού καθώς και θέματα που άπτονται σχετικά με την συμπεριφορά των εμπλεκομένων στους αθλητικούς οργανισμούς, έχουν απασχολήσει και εξακολουθούν να απασχολούν την κοινωνία, κυρίως με τις γενεσιουργές αιτίες αυτών καθώς και τον τρόπο αντιμετώπισής τους (Drewe, 2000; Burton & Peachey, 2014). Αυταπόδεικτα, ο ρόλος του/της προπονητή/-τριας βρίσκεται στο προσκήνιο, με στοιχεία όπως η φιλοσοφία του, η συμπεριφορά του προς τους αθλητές/τριες καθώς και ο κώδικας ηθικής που ακολουθεί, να διαμορφώνουν το περιβάλλον, όπου εκδηλώνονται θέματα ηθικής και δεοντολογίας (Jordan et al, 2004). Στο πλαίσιο αυτό και προκειμένου τα ηθικά όρια να είναι ευδιάκριτα και κατανοητά, διεθνείς αθλητικοί οργανισμοί έχουν δημοσιεύσει

κώδικες ηθικής δεοντολογίας και λογοδοσίας (White & Rezanian, 2019). Στη χώρα μας έχει θεσμοθετηθεί και λειτουργεί η Επιτροπή Φιλάθλου Πνεύματος Ηθικής και Δεοντολογίας (ΕΦΙΠΗΔ) της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής (ΕΟΕ). Το αντικείμενο της επιτροπής σύμφωνα με το άρθρο 130 του ν. 2725/1999, είναι η τήρηση των αρχών του φιλάθλου πνεύματος και των παραδόσεων του αθλητισμού και του ολυμπιακού ιδεώδους.

Εστιάζοντας κυρίως στην ηθική διάσταση της ηγεσίας σε σχέση με τον/την προπονητή/-τρια και αθλητή/-τρια, φαίνεται ότι υφίσταται σημαντικός αριθμός πρόσφατων μελετών που προσπαθούν να διερευνήσουν τα όρια και τον τρόπο επίδρασης του/της προπονητή/-τριας στην εν γένει ηθική συμπεριφορά και αντιμετώπιση ηθικών και δεοντολογικών θεμάτων (Korhonen, 2021; White, & Rezanian, 2019; McCullagh, Law & Ste-Marie, 2012). Προσεγγίζοντας το θέμα της ηθικής υπό το πρίσμα της θεωρίας της Κοινωνικής Μάθησης (Bandura, 1986), οι αθλητές/-τριες φαίνεται να αντιγράφουν το/η προπονητή/-τρια, μέσω της μίμησης και της παρατήρησης. Συνεπώς, αν ο/η προπονητής/-τρια ηγέτης επιδεικνύει ηθική συμπεριφορά, τότε αξίες όπως η εμπιστοσύνη, η ακεραιότητα και η ειλικρίνεια ενισχύονται (Brown, 2005), με συνεπακόλουθο την ενίσχυση της ηθικής πλευράς του αθλητισμού.

1.1.1 Ηγεσία των προπονητών/-τριών

Στο χώρο του αθλητισμού, το ρόλο του ηγέτη -κυρίως λόγω των αποφάσεων που πρέπει να λάβει- τον κατέχει ο/η προπονητής/-τρια. Οι αποφάσεις αυτές επιδρούν τόσο εντός, όσο και εκτός γηπέδων και επηρεάζουν άμεσα και έμμεσα την προσωπική και αθλητική ζωή των αθλητών/-τριών (Andrew, 2009). Η ηγεσία συνεπώς, αποτελεί μια διαδικασία ή μια σειρά πράξεων από τη πλευρά του/της προπονητή/-τριας, που επηρεάζουν την ομάδα ή το άτομο στο οποίο απευθύνονται (Rahim, 1983), οι οποίες έχουν άμεση σχέση με τα χαρακτηριστικά του ηγέτη (Maxwell, 2007). Ωστόσο, θα πρέπει να υπογραμμισθεί, ότι η ικανοποίηση των αθλητών/-τριών καθώς και ο τρόπος με τον οποίο η ηγεσία τους παρακινεί και τους εμπνέει, αποτελεί καίριο παράγοντα αποτελεσματικής ηγεσίας (Eys, Burke, Carron & Dennis, 2006). Άλλωστε, σύμφωνα με τους Lord & Maher, (2002, σ.13), η ηγεσία μπορεί να περιγράφεται ως «η διαδικασία του να γίνεται κάποιος αντιληπτός ως ηγέτης». Στο ίδιο πλαίσιο αρκετοί ερευνητές περιγράφουν την ηγεσία ως καθοδήγηση, επηρεασμό και αλληλεπίδραση ατόμου ή ομάδας ατόμων (Bass & Avolio, 1996; Rosenbach & Taylor, 1993; Hemphill & Coons,

1957), κάτι που αποτυπώνει ενδεικτικά αυτό που εμπειρικά θεωρείται ως ηγεσία και αποτελεί κοινό γνώρισμα όλων των ηγετών, εντός ή εκτός αθλητισμού.

1.1.2 Ο ρόλος του προπονητή/-τριας

Οι διαπροσωπικές σχέσεις στο χώρο του αθλητισμού -όπως και σε κάθε άλλη κοινωνική αλληλεπίδραση- δύναται να κατέχουν σημαντικό ρόλο στην ζωή των εμπλεκομένων. Στο χώρο του αθλητισμού, οι διαπροσωπικές σχέσεις κυρίως αναπτύσσονται στο δίκτυο μεταξύ γονέων, παραγόντων, αθλητών/-τριών και προπονητών/-τριών (Coppel, 1995). Ο ρόλος του/της προπονητή/-τριας αποτελεί μια κρίσιμη παράμετρο, που επηρεάζει άμεσα και έμμεσα την ανάπτυξη των σωματικών και ψυχοκοινωνικών χαρακτηριστικών των αθλητών/-τριών (Jowett, 2003; Jowett & Cockerill, 2003). Ως εκ τούτου, η σχέση προπονητή/-τριας – αθλητή/-τριας αποτελεί μια δυναμική συνιστώσα της προπονητικής διαδικασίας, με κύριο σκοπό της αλληλεπίδρασης την επίτευξη των κοινών στόχων (Jowett, & Cockerill, 2002). Προκειμένου αυτή η δυναμική σχέση να αναπτυχθεί και να υποστηρίξει τον/την αθλητή/-τρια, είναι απαραίτητο να διέπεται από αμοιβαία εμπιστοσύνη και θετικό συναισθηματικό κλίμα (Μιχαηλίδου, 2005). Άλλωστε, κάθε μορφής συνεργασία, πόσο μάλλον όταν αναζητείται η επίτευξη σύνθετων στόχων, προϋποθέτει την συνεργασία και εμπιστοσύνη μεταξύ των μελών που την απαρτίζουν. Στον χώρο του αθλητισμού ιδιαίτερα, ο/η προπονητής/-τρια είναι αυτός/-ή που θα κληθεί να λάβει σημαντικές αποφάσεις, να καταρτίσει το πρόγραμμα αγώνων και προπονήσεων καθώς και να οργανώσει ένα πλάνο που ο/η αθλητής/-τρια θα πρέπει να ακολουθήσει. Προφανώς, η έλλειψη συνεργασίας ή εμπιστοσύνης θα δημιουργήσει αδυναμία υλοποίησης και εφαρμογής της προπονητικής διαδικασίας, με αποτέλεσμα την αστάθεια στις επιδόσεις και στην ευρύτερη εξέλιξη του/της αθλητή/-τριας (Kelley et al, 1983). Αποτελεί συνεπώς ευθύνη του/της προπονητή/-τριας να δημιουργήσει τις κατάλληλες ευνοϊκές συνθήκες για ανάπτυξη, εξέλιξη και βελτίωση των αθλητών/-τριών, λαμβάνοντας υπόψιν τον σημαντικό του ρόλο στην καθημερινή επαφή και καθοδήγηση των αθλητών/-τριών (Reinboth, Duda & Ntoumanis, 2004).

Η έρευνα τεκμηριώνει, ότι η σχέση αθλητή/-τριας με τον/την προπονητή/-τρια καταλαμβάνει βαρύνουσα σημασία στην ψυχροσύνθεση των αθλητών/-τριών (Leary, & Baumeister, 2000). Αντίστοιχα και οι προπονητές/-τριες φαίνεται ότι κατανοούν σε

σημαντικό βαθμό τη σημασία της σχέσης που υφίσταται με τους/τις αθλητές/-τριες και προσπαθούν να δημιουργούν τις κατάλληλες συνθήκες που θα ενισχύσουν την εμπιστοσύνη και την επικοινωνία (Vallee & Bloom, 2005). Η συνεργασία συνεπώς αυτών των δυο ομάδων (προπονητής/-τρια και αθλητής/-τρια), καθώς και η ποιότητα της σχέσης τους φαίνεται ότι επιδρά καταλυτικά στην ψυχοσύνθεση, με συνεπακόλουθο την βελτίωση ή μείωση της απόδοσης (Jowett & Meek, 2000).

1.1.3 Ηθική ηγεσία και αθλητική απόδοση

Πριν αναφερθούμε στις επιδράσεις της ηθικής ηγεσίας στην αθλητική απόδοση, θα πρέπει να ορίσουμε αρχικά τι σημαίνει ο όρος «ηθική ηγεσία». Η ηθική ηγεσία αναφέρεται στον τρόπο συμπεριφοράς του ηγέτη τόσο σε προσωπικό, όσο και επαγγελματικό επίπεδο, με κύρια χαρακτηριστικά την ειλικρίνεια, την δικαιοσύνη και το ενδιαφέρον για τους άλλους (Treviño, Hartman, & Brown, 2000). Σύμφωνα με τον Drewe (2000), οι προπονητές/-τριες, όπως επίσης και οι αθλητές/-τριες κατά τη διάρκεια της καριέρας τους αντιμετωπίζουν πολλά ηθικά διλλήματα. Κάποια από αυτά μπορεί να αναφέρονται στην λήψης μιας απόφασης υπερισχύοντας το συμφέρον κάποιου/-ας αθλητή/-τριας ή της ομάδας, όπως σε περιπτώσεις τραυματισμού, όπου το ατομικό συμφέρον του/της αθλητή/-τριας είναι να παραμείνει εκτός αγώνα, ενώ ταυτόχρονα οι απαιτήσεις του αγώνα μπορεί να επιβάλουν τη συμμετοχή του/της. Άλλη περίπτωση ηθικού διλλήματος αποτελεί η επιλογή του/της προπονητή/-τριας να επιλαμβάνεται ή να αδιαφορεί, όταν παρατηρεί ότι ο/η αθλητής/-τρια παραβιάζει συστηματικά τους κανονισμούς προς όφελος της ομάδας ή να προβαίνει σε αθέμιτη χρήση των κανονισμών προς όφελός τους. Ομοίως, και στην περίπτωση της χρήσης ουσιών φαρμακοδιέγερσης προς όφελος της επίδοσης από αθλητές/-τριες, χωρίς τη γνώση του/της προπονητή/-τριας, όπου ο προπονητής/-τρια αντιμετωπίζει το δίλημμα είτε να καταγγείλει ή να αιτηθεί έλεγχο των πιθανών υπαιτιών, είτε ακόμη και να το αγνοήσει. Τέλος, είναι σημαντικό να αναφερθεί και η ψυχολογική πίεση κατά τη διάρκεια της προπόνησης ή του αγώνα με φωνές, προσωπικούς χαρακτηρισμούς ή σωματικές τιμωρίες, προκειμένου να επιτευχθεί βελτίωση της απόδοσης. Σε ποιο βαθμό αυτές οι πιέσεις μπορούν να θεωρηθούν ανήθικες; Μήπως το πιθανό θετικό αποτέλεσμα συχνά αποτελεί το μοναδικό κριτήριο ηθικότητας ή αυτός ο άκρατος ωφελιμισμός αλλοιώνει τις βασικές αρχές του αθλητισμού, όπως η «ευγενής άμιλλα»; Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας καθώς και

από την τρέχουσα επικαιρότητα φαίνεται ότι η ηθική στον αθλητισμό αποτελεί ένα θέμα υπό αδιάκοπη διερεύνηση (Burton, & Peachey, 2014; McNamee, 2010).

Όπως αναφέρθηκε και στο υπο-κεφάλαιο «ο ρόλος του προπονητή/-τριας», οι προπονητές/-τριες κατέχουν σημαντικότατο ρόλο στην επιτυχία ή αποτυχία των αθλητών/-τριών, μιας και οργανώνουν και οριοθετούν καθημερινά το πλαίσιο της προπονητικής διαδικασίας. Επιπλέον, επιδρούν θετικά ή αρνητικά σε παράγοντες όπως η αυτοεκτίμηση, η ικανοποίηση από την επίτευξη γενικών και ειδικών στόχων καθώς και η πνευματική και ηθική ανάπτυξη των αθλητών/-τριών (Chelladurai, 1984; Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002). Η σχέση ηθικής ηγεσίας και αθλητικής απόδοσης δεν έχει διερευνηθεί αρκετά, με την έννοια ότι η «ηθική» ηγεσία ως παράγοντας απόδοσης είναι σύνθετος. Μολονότι, οι αθλητές/-τριες που απολαμβάνουν θετική συμπεριφορά και συνεργάζονται αρμονικά με τον/την προπονητή/-τρια είναι πιθανότερο να αυξήσουν την αθλητική τους απόδοση (Barnett, Smoll, & Smith, 1992), εντούτοις δεν είναι εύκολο να αποσαφηνιστεί απόλυτα η σχέση ηθικής-ηγεσίας και αθλητικής απόδοσης, κάτι που προσπαθεί να διερευνήσει η παρούσα μελέτη. Σύμφωνα με τον Hemery (1986), ένα σημαντικό ποσοστό υψηλού επιπέδου αθλητών/-τριών, δεν θα είχε επιτύχει το στόχο του, χωρίς την υποστήριξη του/της προπονητή/-τριας του/της. Αντίστοιχη έρευνα του Nikaïen et al., (2012), σε αθλητές/-τριες Εθνικών Ομάδων επιβεβαίωσε ότι η επίδραση και το στυλ ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας στη νίκη είναι ισχυρή. Σύμφωνα με τον Cox (2004), η ηγεσία που στηρίζεται πάνω στον σεβασμό και επικοινωνία ενισχύει τις επιδόσεις των αθλητών/-τριών. Ομοίως, η επίδραση στους/στις αθλητές/-τριες των μικρών κατηγοριών ή που έρχονται σε επαφή με ένα νέο άθλημα είναι καταλυτική (Miller, Melnick, Barnes, Sabo & Farrell, 2007), και σε μεγάλο ποσοστό καθορίζει την διακοπή – συνέχιση της δραστηριότητας ή ακόμα και την αθλητική καριέρα (Mageau, & Vallerand, 2003).

Στον αντίποδα, η αρνητική στάση του/της προπονητή/-τριας αποτελεί κύριο παράγοντα εγκατάλειψης της αθλητικής δραστηριότητας, με την έννοια της αυταρχικότητας ή έλλειψης ενθάρρυνσης (Robinson & Carron, 1982; Seefeldt & Ewing, 1997). Στο ίδιο πλαίσιο, η συμπεριφορά των προπονητών/-τριών που εστιάζει απόλυτα στη νίκη με κάθε τρόπο ή ακόμα και με τη χρήση βίας, φαίνεται ότι θεωρείται αποδεκτή σε κάποιες περιπτώσεις (Crown & Heatherington, 1989). Αναφερόμενοι στη χρήση της βίας, είναι αναγκαίο να επισημανθεί ότι κάθε είδους βία (σωματική, λεκτική, ψυχολογική, σεξουαλική), επηρεάζει και επιδρά αρνητικά στον/στην αθλητή/-τρια, με συνεπακόλουθα αρνητικά αποτελέσματα

στις επιδόσεις και στην ψυχосύνθεση του (Gervis & Dunn, 2004). Ωστόσο, δεν είναι εύκολο να καταγραφεί και να αποτιμηθεί επαρκώς η επίδραση του παράγοντα βία στο πλαίσιο των επιδράσεων της μη-ηθικής συμπεριφοράς λόγω κοινωνικών περιορισμών και αντιλήψεων (Kinard, 2002).

Ένας επιπλέον παράγοντας που εξετάζεται τελευταία, αποτελεί η ποιότητα καθώς και η διαφοροποίηση της σχέσης ανάμεσα σε προπονητή/-τρια και αθλητή/-τρια. Ο παράγοντας φύλο του/της αθλητή/-τριας φαίνεται ότι τροποποιεί τη συμπεριφορά του/της προπονητή/-τριας (Mondello & Janelle, 2001). Από την πλευρά των αθλητών/-τριών, σε μελέτη των Sherman, Fullet, & Speed (2000), δεν παρατηρήθηκαν αποκλίσεις στις προτιμήσεις του στυλ ηγεσία ανάμεσα σε αθλητές και αθλήτριες, με προτίμηση στο δημοκρατικό έναντι του αυταρχικού στυλ ηγεσίας. Όσον αφορά το φύλο του/της προπονητή/-τριας, έχει παρατηρηθεί ότι οι προπονήτριες προσεγγίζουν τον ρόλο τους ως ηγέτιδες δίνοντας έμφαση σε επικοινωνιακά προσόντα και ενδυνάμωση της συναισθηματικής νοημοσύνης (Werthner, 2005; Fenwick, Neal, 2001).

Μολονότι υπάρχουν ερευνητικά δεδομένα που επισημαίνουν, ότι η συμπεριφορά μεταβάλλεται ανάλογα με το φύλο ή το άθλημα (Mondello & Janelle, 2001), χρήζουν περαιτέρω μελέτης αυτού του είδους οι διαφοροποιήσεις καθώς και οι συνδυασμοί που εμφανίζονται (προπονητής – αθλητής, προπονητής – αθλήτρια, προπονήτρια – αθλητής, προπονήτρια – αθλήτρια), σε ατομικά και ομαδικά αθλήματα. Ωστόσο, προς το παρόν δεν υφίσταται επιμέρους επιστημονική εξέταση των παραπάνω συνδυασμών καθώς και των επιδράσεων τους, τόσο στην διεθνή όσο και Ελληνική βιβλιογραφία, κάτι που αναδεικνύει την ανάγκη για περαιτέρω διερεύνηση. Πόσο μάλλον, όταν συχνά ανακύπτουν θέματα ηθικής, σκανδάλων και ανάρμοστης συμπεριφοράς στους αθλητικούς οργανισμούς (Burton & Peachey, 2014; White & Rezania, 2019). Σε κάθε περίπτωση ωστόσο, ο τρόπος που οι αθλητές/-τριες αντιλαμβάνονται και κατανοούν τη συμπεριφορά των προπονητών/-τριών επηρεάζει με τη σειρά της την καθημερινή τους ενασχόληση με τον αθλητισμό (Smoll & Smith, 1989).

Συνεπώς, ο τρόπος διαχείρισης από την πλευρά του/της προπονητή/-τριας των αθλητών/-τριών αποτελεί ισχυρό παράγοντα για την μεγιστοποίηση της επίδοσης, της επίτευξης των στόχων καθώς και για τις κοινωνικές προεκτάσεις αυτής της αλληλεπίδρασης (Andrew, 2009; Chelladurai, 1990), που επιδρούν θετικά ή αρνητικά στην ψυχосύνθεση του/της

αθλητή/-τριας, όπως και στον προσδιορισμό και υιοθέτηση ηθικής αθλητικής συμπεριφοράς.

1.2 Κίνητρα αθλητών/-τριών

Στο προηγούμενο κεφάλαιο αναλύθηκε η σημαντικότητα της επίδρασης του/της προπονητή/-τριας στην συμμετοχή και παραμονή των ατόμων σε αθλητικές δραστηριότητες. Επικεντρώνοντας στον/στην αθλητή/-τρια, θα πρέπει αρχικά να αναφερθούμε στον ρόλο των κινήτρων για συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες καθώς και στις ομάδες κινήτρων που καταγράφονται στην βιβλιογραφία. Θεμελιώδης προσέγγιση στην ανάλυση των ψυχολογικών αναγκών που κινητοποιούν το άτομο, θεωρείται η θεωρία του Αυτοκαθορισμού (*Self-Determination Theory - SDT*), που δημιουργήθηκε από τους Deci & Ryan και προσφέρει ένα πλαίσιο κατανόησης για το πώς και γιατί οι άνθρωποι ενεργούν με συγκεκριμένους τρόπους (Deci & Ryan, 1985; 2013). Εστιάζοντας την θεωρητική προσέγγιση των Deci & Ryan στον χώρο του αθλητισμού, αντιλαμβανόμαστε ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες σε αθλητικές δραστηριότητες καλύπτουν κάποιες ανάγκες, οι οποίες είναι εσωτερικές και εξωτερικές. Οι λόγοι που παρακινούν τους/τις αθλητές/-τριες να συμμετέχουν στον αθλητισμό και να επιδιώκουν την βελτίωσή τους ονομάζονται κίνητρα. Τα **κίνητρα** αποτελούν τον πυρήνα της ανθρώπινης συμπεριφοράς καθώς διαμορφώνουν σε καθοριστικό βαθμό στην απόδοση, την επιμονή και την συναισθηματική δέσμευση με τον αθλητισμό. Σύμφωνα με την θεωρία του Αυτοκαθορισμού, η παρακίνηση επιμερίζεται σε «Εσωτερική» και «Εξωτερική», ενώ επισημαίνεται και η έλλειψη παρακίνησης (Deci & Ryan, 1985; 2013). Άλλες επιστημονικές προσεγγίσεις σχετικά με την παρακίνηση στον αθλητισμό έχουν αναφερθεί σε διαφορετικά επίπεδα παρακίνησης με ποιοτικά χαρακτηριστικά, όπως η προσωπικότητα καθώς και το πεδίο/ είδος δράσης (Papaioannou, 1998; Vallerand, 1997).

1.2.1 Εσωτερικά Κίνητρα

Τα εσωτερικά κίνητρα (*Intrinsic Motivation*) αναφέρονται κυρίως στην ευχαρίστηση και ικανοποίηση που πηγάζει εσωτερικά από τη συμμετοχή σε κάποια αθλητική δραστηριότητα (Deci & Ryan, 1985; 2013). Ενδεικτικά συμπεριλαμβάνουν την αγάπη για το άθλημα ή τον αθλητισμό, την αυτοβελτίωση καθώς και την αίσθηση επιτυχίας αλλά και αυτονομίας που

προσφέρει η επίτευξη συγκεκριμένων στόχων. Όσο μεγαλύτερος είναι ο βαθμός της εσωτερικής παρακίνησης, τόσο ισχυρότερα στοιχεία, όπως η επιμονή και η υπομονή για την επίτευξη ενός στόχου καθώς και της δέσμευσης του ατόμου για να συνεχίσει να προσπαθεί, εμφανίζονται και κυριαρχούν (Cerasoli, Nicklin, & Ford, 2014; Papaiοannου, Bebetsoς, Theodorakis, Christodoulidis, & Kouli, 2006). Επιπλέον, τα εσωτερικά κίνητρα ενισχύουν την ψυχαγωγία μέσω της συμμετοχής στην δραστηριότητα, κάτι που επιφέρει θετική διάθεση στους/στις ασκούμενους/-ες, με αποτέλεσμα την εξακολούθηση της προσπάθειας με μεγαλύτερη επιμονή και καλύτερη διαχείριση του στρες (Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci, & Ryan, 2013). Τέλος, σύμφωνα με τους Schacter, Gilbert, & Wegner, (2012), η προσπάθεια που καταβάλλεται από τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες είναι εντονότερη, όταν υφίστανται ενδογενή κίνητρα έναντι των εξωγενών.

1.2.2 Εξωτερικά Κίνητρα

Τα εξωτερικά ή εξωγενή κίνητρα (*Extrinsic Motivation*) αναφέρονται κυρίως σε παράγοντες παρακίνησης και συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες όπως η αμοιβή, η επιβράβευση, η κοινωνική αποδοχή και η αποφυγή της τιμωρίας (Cox, 2004). Άλλα εξωγενή κίνητρα περιλαμβάνουν την ευρύτερη αναγνώριση από το κοινό, με αποτέλεσμα την διεύρυνση των σχέσεων και την κοινωνική αποδοχή, τα βραβεία καθώς και η επαγγελματική ανέλιξη (Lindner, & Kerr, 2001). Στο ίδιο πλαίσιο, οι Deci & Ryan, (1985), επεσήμαναν ότι ακόμα και η αποφυγή της τιμωρίας ή της ντροπής -που πιθανόν να είναι αποτέλεσμα κάποιας συμπεριφοράς κατά την αθλητική ενασχόληση-, αποτελούν εξωτερικά κίνητρα που κινητοποιούν τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες. Στην ουσία, κάθε είδους παρακίνηση που προέρχεται από το κοινωνικό περιβάλλον θεωρείται εξωτερικό κίνητρο, ενώ είναι πιθανό κατά τη διάρκεια της εμπλοκής με τον αθλητισμό τα εσωτερικά κίνητρα να γίνουν εξωτερικά καθώς και το αντίθετο (Weinberg, & Gould, 1995). Δυστυχώς, τα εξωτερικά κίνητρα μπορούν να μειώσουν την επίδραση των εσωτερικών (Schacter, Gilbert, & Wegner, 2012), όταν η ικανοποίηση αντλείται μόνο από εξωτερικές επιδράσεις όπως χρήματα ή δόξα (Weinberg, & Gould, 1995), ενώ ταυτόχρονα αποτελεί «χρέος» των προπονητών/-τριών να δημιουργήσουν τα κατάλληλα ερεθίσματα για την κάλυψη τόσο των εξωτερικών όσο και των εσωτερικών κινήτρων.

1.2.3 Έλλειψη Κινήτρων

Η έλλειψη ή απουσία κινήτρων (*Amotivation*), αναφέρεται σε μια κατάσταση πλήρους έλλειψης κινήτρων, είτε εσωτερικών, είτε εξωτερικών. Ουσιαστικά, όταν παρουσιάζεται η απουσία κινήτρων για τη συμμετοχή ή συνέχιση της προσπάθειας σε αθλητικές δραστηριότητες, δεν υφίσταται ουδεμία ανάγκη ή ενδιαφέρον, οπότε επέρχεται και η εγκατάλειψη και απομάκρυνση από τους αθλητικούς χώρους (Ryan, Williams, Patrick, & Deci, 2009). Επιπλέον, ο συνδυασμός δραστηριότητας- αποτελέσματος, δηλαδή ο σκοπός της ενασχόλησης με τον αθλητισμό έχει αλλοιωθεί ή απουσιάζει (Deci & Ryan, 1985). Αυτή η κατάσταση μπορεί να προκύψει από την απογοήτευση, την έλλειψη εμπιστοσύνης ή την αίσθηση ανικανότητας και εμφανίζεται ως απώλεια εστίασης του αντιλαμβανόμενου σκοπού (Biddle, & Wang, 2003). Άλλες αιτίες που εμφανίζονται για την απουσία κινήτρων εδράζονται σε προηγούμενες δυσάρεστες εμπειρίες, πίεση ή υπερφόρτωση, εσωτερικά συναισθήματα καθώς και οι περιβαλλοντικοί παράγοντες.

Εν κατακλείδι, κάθε αθλητής/-τρια μπορεί να έχει διαφορετικά και μοναδικά κίνητρα, τα οποία μπορεί επίσης να αλλάξουν με την πάροδο του χρόνου. Η κατανόηση αυτών των κινήτρων είναι κρίσιμη για προπονητές/-τριες και αθλητές/-τριες, καθώς μπορεί να επηρεάσει την προπόνηση, τις στρατηγικές και τη συνολική απόδοση. Φαίνεται, ότι τα κίνητρα μπορεί να αλλάξουν στη διάρκεια εμπλοκής του ατόμου με την αθλητική δραστηριότητα και από εσωτερικά να μετατραπούν σε εξωτερικά και το αντίθετο. Είναι ωστόσο απαραίτητο ο/η προπονητής/-τρια να ενισχύει με την συμπεριφορά του την θετική επίδραση των εσωτερικών και εξωτερικών κινήτρων των αθλητών/-τριών και να δημιουργεί τις κατάλληλες -ευνοϊκές συνθήκες για συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες.

1.3 Το Πάθος των Αθλητών/τριών

Η αθλητική απόδοση αποτελεί συνδυασμό πολλών παραγόντων, που άπτονται βιολογικών, τεχνικών, κοινωνικών και ψυχολογικών διαδικασιών. Όπως είδαμε, η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες προϋποθέτει την ενεργοποίηση εσωτερικών και εξωτερικών κινήτρων, τα οποία προσφέρουν ικανοποίηση, διασκέδαση καθώς και επιθυμία για βελτίωση των γενικών και ειδικών δεξιοτήτων (Weinberg & Gould, 1999). Αυτή η ισχυρή τάση συμμετοχής σε κάποια αθλητική δραστηριότητα, στην οποία επενδύεται καθημερινά χρόνος και ενέργεια, καλείται αθλητικό πάθος και έχει άμεση σχέση με την αθλητική

απόδοση (Vallerand & Miquelon, 2007). Ως «Πάθος» χαρακτηρίζεται η διαρκής συμμετοχή σε μια δραστηριότητα, η οποία μπορεί να είναι σημαντική για την ζωή κάποιου/-ας, είναι διασκεδαστική και κυρίως αφιερώνει σε αυτήν καθημερινά προσωπικό χρόνο (Vallerand, 2003). Το αθλητικό πάθος είναι κάτι πολύ περισσότερο από μια απλή αγάπη για τον αθλητισμό. Είναι μια βαθιά συναισθηματική σύνδεση με μια δραστηριότητα, ένα άθλημα ή μια ομάδα. Σύμφωνα με τον Rony (1990), αποτελεί την έντονη επιδίωξη επίτευξης κάποιου σκοπού και μπορεί να βιωθεί ως μία θετική ή αρνητική κατάσταση από το άτομο.

Σύμφωνα με το Δυαδικό μοντέλο ανάλυσης (*Dualistic Model of Passion -DMP*), το πάθος επιμερίζεται σε «Αρμονικό» (*Harmonious Passion – HP*) και «Εμμονικό πάθος» (*Obsessive Passion – OP*), (Vallerand, 2012;2010;2003; 2000). Το Αρμονικό πάθος περιγράφεται ως μια θετική και αυτόνομη σχέση με μια δραστηριότητα. Η «εμπλοκή» με αυτή τη δραστηριότητα είναι ελεύθερη, ενώ αντλείται απόλαυση και ικανοποίηση στους/στις συμμετέχοντες/-ουσες. Αυτού του τύπου το πάθος δημιουργεί επιπλέον κίνητρο συμμετοχής στη δραστηριότητα, ενώ ταυτόχρονα ενισχύονται τα εσωτερικά κίνητρα ικανοποίησης (Deci & Ryan, 2000). Στον αντίποδα, το Εμμονικό πάθος συνδέεται με λιγότερα αυτοκαθορισμένους στόχους και δημιουργεί ένα είδος ψυχολογικής πίεσης στον/στην συμμετέχοντα/-ουσα (Vallerand, & Miquelon, 2007). Ουσιαστικά, η δραστηριότητα φαίνεται ότι «ελέγχει» τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες και ότι αυτοί/-ες είναι δεσμευμένοι/-ες να την ακολουθήσουν. Και στις δυο εκφάνσεις του πάθους, η εμπλοκή με την δραστηριότητα είναι τόσο έντονη που αυτό-προσδιορίζει τον/την συμμετέχοντα/-ουσα με τέτοιο τρόπο, ώστε δύναται να αντιπροσωπεύσει στοιχεία της ταυτότητας του. Είναι ενδεικτικός ο τρόπος που ο Vallerand et al. (2008), αναφέρουν ότι «εκείνοι που έχουν πάθος για να παίζουν ποδόσφαιρο ή να τρέχουν, δεν παίζουν απλά ποδόσφαιρο ή τρέχουν, είναι «ποδοσφαιριστές» ή «δρομείς». Ωστόσο, όταν κάποιος/-α αθλητής/-τρια παρουσιάζει εμμονικό πάθος, αυτό συνδέεται με αρνητικά συναισθήματα και μελαγχολική ή καταθλιπτική διάθεση (Vallerand et al, 2006). Εξίσου σημαντικά είναι τα αποτελέσματα έρευνας που εστίασαν σε έφηβους/-ες αθλητές/-τριες σχετικά με το φαινόμενο της εξουθένωσης -ως απόρροια του εμμονικού πάθους-, η οποία έδειξε ότι μολονότι η διάρκεια της αθλητική καριέρας ήταν χρονικά μικρή, εντούτοις παρουσίαζαν συμπτώματα «*Burnout*». Υφίσταντο δηλαδή σωματική και ψυχική εξάντληση, συνέπεια του υπερβολικού και παρατεταμένου άγχους. Και μολονότι, τα ερευνητικά δεδομένα σχετικά με έφηβους/-ες αθλητές/-τριες είναι περιορισμένα, απαιτείται ο/η προπονητής/-τρια να

λαμβάνει υπόψιν του και να αναγνωρίζει και να αξιολογεί έγκαιρα τα συμπτώματα, πριν ο/η αθλητής/-τρια οδηγηθεί στην εγκατάλειψη και απομάκρυνση από τους αθλητικούς χώρους.

Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας εστίασε σε τρεις βασικούς άξονες: Ηγεσία των προπονητών/-τριών, Κίνητρα καθώς και Αθλητικό Πάθος. Μολονότι, τα ερευνητικά δεδομένα σχετικά με το είδος καθώς και την διερεύνηση του πάθους είναι περιορισμένα στον Ελληνικό χώρο, φαίνεται ότι οι αθλητές/-τριες επηρεάζονται σημαντικά από διαφορετικούς παράγοντες, με άμεσες επιδράσεις στην εξακολούθηση ή όχι της επαφής τους με τον αθλητισμό. Αυτές οι επιδράσεις δεν είναι εμφανείς μόνο σε επαγγελματίες αθλητές/-τριες, αλλά επηρεάζουν κάθε ασκούμενο/-η, ανεξάρτητα το επίπεδο ή φύλο. Η παρούσα μελέτη εστιάζει στην διερεύνηση των επιδράσεων της ηθικής ηγεσίας και των κινήτρων στην ανάπτυξη του πάθους των αθλητών/-τριών των αθλημάτων ρακέτας. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων πιθανόν να συνεπικουρήσει στην ενίσχυση της ηθικής ηγεσίας των προπονητών/-τριών, με αποτέλεσμα την υποστήριξη των αθλητών/-τριών και την καλλιέργεια του αρμονικού πάθους.

1.4 Τεκμηρίωση των Ερευνητικών Υποθέσεων

1.4.1 Ηθική ηγεσία προπονητή, κίνητρα και αρμονικό πάθος

Η αλληλεπίδραση του/της αθλητή/-τριας με τον/την προπονητή/-τρια καθώς και οι ευρύτερες διαπροσωπικές σχέσεις που αναπτύσσονται ανάμεσά τους, αποτελούν σημαντικά στοιχεία για την αθλητική και ψυχο-συναισθηματική ανάπτυξη των αθλητών/-τριών (Jowett, 2003; Jowett, & Cockerill, 2002). Το θεωρητικό υπόβαθρο της παρούσας έρευνας στηρίζεται στην θεμελιώδη θεωρία του Αυτοκαθορισμού - *SDT* (Deci & Ryan, 1985; 2013) και την ανάλυση του τρόπου με τον οποίο οι άνθρωποι -δη οι αθλητές/-τριες- αντιλαμβάνονται την αίσθηση ελευθερίας και αυτονομίας στην λήψη αποφάσεων, ως συνακόλουθο της ηθικής ηγεσίας των προπονητών/-τριών τους. Επίσης, στο δυαδικό μοντέλο ανάλυσης και τον επιμερισμό του πάθους σε «Αρμονικό» και «Εμμονικό» (Vallerand, 2012; 2010; 2003; 2000).

Η ηθική ηγεσία του/ της προπονητή/-τριας, επηρεάζει την ομάδα ή το άτομο στο οποίο απευθύνεται (Rahim, 1983), καθώς από παλαιότερες αλλά και σύγχρονες μελέτες φαίνεται ότι υφίσταται συσχέτιση της ηγετικής συμπεριφοράς του/της προπονητή/-τριας με τη βελτίωση της επίδοσης των αθλητών/-τριών (Andrew, 2009; Bass & Riggio, 2006;

Chelladurai, 1990; Chelladurai & Carron, 1978). Σύμφωνα με το «Πολυδιάστατο Μοντέλο Ηγεσίας» (Chelladurai, 1990), η ικανοποίηση καθώς και οι αθλητικές επιδόσεις των αθλητών/-τριών έχουν άμεση σχέση με την συνεργασία και επίδραση του/της προπονητή/-τριας. Ομοίως, η ικανοποίηση των αθλητών/-τριών καθώς και ο τρόπος με τον οποίο η ηθική ηγεσία τους παρακινεί και τους εμπνέει, αποτελεί καίριο παράγοντα επιτυχούς ηγεσίας (Eys, Burke, Carron & Dennis, 2006).

Η ηθική καθοδήγηση του/της προπονητή/-τριας αποτελεί άμεσο παράγοντα επίδρασης, που βρίσκεται στο στενό περιβάλλον του/της αθλητή/-τριας. Ωστόσο, σύμφωνα με τον Gill (1986), η πρωταρχική πηγή των κινήτρων είναι εγγενής και όχι εξωγενής, υπογραμμίζοντας το σημαντικό ρόλο των εσωτερικών κινήτρων. Ομοίως οι Astakhova και Porter (2015, p.1323) επισημαίνουν, ότι το «αρμονικό πάθος πηγάζει από το εσωτερικό κίνητρο ενός ατόμου να εμπλακεί σε μια εργασία από την οποία αναμένει ότι θα λάβει ευχαρίστηση». Η καθημερινή ενασχόληση με τον αθλητισμό καθώς και η εξακολούθηση της προσπάθειας για βελτίωση πηγάζουν από εσωτερικά κίνητρα, τα οποία επιδρούν στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών. Συνεπώς, οι ερευνητικές υποθέσεις 1α και 1β (Y1α – Y1β), εξετάζουν τον συσχετισμό και την επίδραση της αντιλαμβανόμενης ηθικής ηγεσίας των προπονητών/-τριών και του εσωτερικού κινήτρου, στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, διατυπώνονται οι παρακάτω ερευνητικές υποθέσεις:

Υπόθεση 1α (Y1α): Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών σχετίζονται με το αρμονικό πάθος των αθλητών/τριών.

Υπόθεση 1β (Y1β): Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών, επιδρούν θετικά στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών.

1.4.2. Ηθική ηγεσία προπονητή/-τριας, κίνητρα και εμμοτικό πάθος

Σύμφωνα με τη θεωρία του αυτοκαθορισμού (SDT), τα κίνητρα προκύπτουν από εσωτερικές ή εξωτερικές επιδράσεις (Deci & Ryan, 1985). Σε αντίθεση με το αρμονικό πάθος και σύμφωνα με το δυαδικό μοντέλο ανάλυσης (DMP) (Vallerand, Houlfort, & Forest), το εμμοτικό πάθος προέρχεται είτε από ενδοπροσωπική, είτε διαπροσωπική πίεση ή ακόμη από απρόβλεπτες καταστάσεις που συνδέονται με τη δραστηριότητα. Λαμβάνοντας υπόψιν ότι η ηθική ηγεσία δύναται να ενισχύσει τις μορφές πάθους (Luu,

2022; Yen, Han, & Wen, 2024) και σύμφωνα με το δυαδικό μοντέλο ανάλυσης (*DMP*), η επόμενη ερευνητική υπόθεση (Y2α) αναφέρεται στον συσχετισμό της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας με το εμμονικό πάθος των αθλητών/τριών.

Μολονότι τόσο το αρμονικό, όσο και το εμμονικό πάθος παρουσιάζουν διαφορετικά χαρακτηριστικά, εντούτοις συσχετίζονται με την αθλητική επίδοση και τα κίνητρα των αθλητών/-τριών (Vallerand et al, 2008; Fujita 2012). Τα άτομα με εμμονικό πάθος χαρακτηρίζονται από την ανάγκη για κοινωνική αποδοχή και το αίσθημα της αυτοεκτίμησης. Έτσι, γίνονται υποχείριο των εσωτερικών τους συναισθημάτων και εξαρτήσεων (Yahui & Jian, 2015), ενώ ταυτόχρονα υφίσταται συσχέτιση μεταξύ του εμμονικού πάθους και του φαινομένου του *burnout* (Vallerand, Paquet, Philippe, & Charest, 2010). Αυτού του είδους η πίεση ή οι μη-ελεγχόμενες καταστάσεις, όπως επίσης και η ανάγκη για κοινωνική αποδοχή δημιουργούν αρνητικές καταστάσεις και τα άτομα γίνονται υποχείριο των εσωτερικών τους συναισθημάτων και εξαρτήσεων. Οι ακόλουθες ερευνητικές υποθέσεις της μελέτης 2α και 2β (Y2α – Y2β) αναφέρεται στον συσχετισμό και την επίδραση της ηθικής ηγεσίας και του εσωτερικού κινήτρου των αθλητών/-τριών με το εμμονικό πάθος.

Υπόθεση 2α (Y2α): Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/τριών σχετίζονται με το εμμονικό πάθος.

Υπόθεση 2β (Y2β): Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών, επιδρούν θετικά στο εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών.

2. Μεθοδολογία

Το κεφάλαιο αυτό αναφέρεται στον μεθοδολογικό σχεδιασμό της έρευνας, όπου καταγράφεται και τεκμηριώνεται η μεθοδολογική προσέγγιση που ακολουθήθηκε. Επίσης, παρουσιάζεται το δείγμα και η διαδικασία της δειγματοληψίας και συλλογής των δεδομένων, καθώς επίσης και οι στατιστικές αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν.

2.1 Ερευνητική προσέγγιση και εργαλεία

Στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η ποσοτική ερευνητική προσέγγιση με τη χρήση κλειστού δομημένου ερωτηματολογίου που χρησιμοποιείται περισσότερο στις κοινωνικές επιστήμες (Weinreich, 2008). Η ποσοτική έρευνα επικεντρώνεται στη συλλογή και ανάλυση αριθμητικών δεδομένων για την εξαγωγή στατιστικών συμπερασμάτων και αναζητά σχέσεις και τάσεις μέσω μετρήσεων και ποσοστών. Η βασική της φιλοσοφία είναι η γενίκευση των αποτελεσμάτων από ένα δείγμα στον πληθυσμό, με σκοπό την εξαγωγή συμπερασμάτων που μπορούν να εφαρμοστούν ευρύτερα, όπου ως κύριος στόχος είναι η περιγραφή και η κατανόηση των σχέσεων μεταξύ μεταβλητών. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω ερωτήσεων ή υποθέσεων που αφορούν την επίδραση μιας ή περισσότερων μεταβλητών σε άλλες (Δρακόπουλος, Γκότσης, Γριμάνη, 2015). Η προσέγγιση που ακολουθήθηκε ήταν η Επαγωγική, όπου τα ευρήματα από το δείγμα μπορούν να γενικευτούν στον πληθυσμό. Η ακριβής μέτρηση και αντικειμενικότητα των αναλύσεων των αριθμητικών δεδομένων της ποσοτικής μεθόδου αποτελεί πλεονέκτημα αυτού του τύπου έρευνας και εναρμονίζεται με τις αρχικές ερευνητικές υποθέσεις που παραπέμπουν σε ποσοτική μελέτη. Ωστόσο, δύναται να παραβλέψει βαθύτερες αιτίες ή κοινωνικές πτυχές που δεν αποτυπώνονται αριθμητικά, ενώ οι ανθρώπινες εμπειρίες που εξετάζονται μπορεί να περιορίζονται σε προκαθορισμένες κατηγορίες, χάνοντας συνεπώς την πολυπλοκότητα ή την ιδιαιτερότητα των περιπτώσεων (Aspers & Corte, 2019). Επιπλέον, δεν παρέχει υψηλή δυνατότητα ερμηνείας και μελλοντικών προβλέψεων, ούτε παρέχει από μόνη της ασφαλή επιστημονική γνώση, ενώ τα συμπεράσματα είναι δυνατό να διαψευστούν από την εμπειρία (Δρακόπουλος, Γκότσης, και Γριμάνη, 2015).

2.1.1 Ερωτηματολόγιο

Για την συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε δομημένο ερωτηματολόγιο κλειστού τύπου πεντάβαθμης κλίμακας Likert, η οποία χρησιμοποιείται για την αξιολόγηση απόψεων ή συμπεριφορών και επιτρέπει την ποσοτική ανάλυση των δεδομένων. Η επιλογή της πεντάβαθμης κλίμακας προτιμήθηκε για μείωση του βαθμού δυσκολίας και ελαχιστοποίηση της πιθανότητας λανθασμένων απαντήσεων που προσφέρουν, έναντι των επταβάθμιων που δύναται να επιφέρουν σύγχυση (Ζαφειρόπουλος, 2015).

Το ερωτηματολόγιο ήταν επιμερισμένο (Πίνακας 1), σε τρεις ενότητες ως εξής:

- «Ηθική Ηγεσία Προπονητών/-τριων» (*Coach Ethical Leadership*), -10 ερωτήσεις- όπου αποτυπώνονταν οι απόψεις του δείγματος σχετικά με την ηθική ηγεσία του προπονητή/-τριας, όπως αυτή γίνεται αντιληπτή από τους αθλητές/-τριες, σύμφωνα με την Κλίμακα Ηθικής Ηγεσίας (*Ethical Leadership Scale - ELS*), προσαρμοσμένο από Brown, Treviño, & Harrison, (2005).
- «Κίνητρα Αθλητών/-τριων» (*Athletes' Motivation*), όπου αξιολογούνται τα κίνητρα των ατόμων για συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, σύμφωνα με την «Κλίμακα Αθλητικού Κινήτρου» (*Sport Motivation Scale - SMS*), προσαρμοσμένο από Pellerier et al, (1995), -9 ερωτήσεις- τροποποιημένο ως προς την εισαγωγή μιας (1) ερώτησης ελέγχου, που αποσκοπούσε στο να διασφαλιστεί η αξιοπιστία και η συνοχή των πληροφοριών που συγκεντρώθηκαν, οι οποίες δεν επηρέασαν τα τελικά αποτελέσματα.
- «Πάθος Αθλητών/-τριών» (*Athletes' Passion*), αξιολογήθηκε χρησιμοποιώντας πενταβάθμια κλίμακα, που βασίζεται στο Dualistic Model of Passion των Vallerand et al. (2003), -17 ερωτήσεις- τροποποιημένο ως προς την εισαγωγή μιας (1) ερώτησης ελέγχου, που αποσκοπούσαν στο να διασφαλιστεί η αξιοπιστία και η συνοχή των πληροφοριών που συγκεντρώθηκαν, οι οποίες δεν επηρέασαν τα τελικά αποτελέσματα.

Η διαβάθμιση των απαντήσεων ήταν από "Διαφωνώ Απόλυτα" έως "Συμφωνώ Απόλυτα", όσον αφορά τις ενότητες της «Ηθικής Ηγεσίας Προπονητών/-τριων» και «Αθλητικό Πάθος», ενώ από «Δεν ανταποκρίνεται καθόλου» έως «Ανταποκρίνεται πλήρως» στην κατηγορία «Αθλητικό Πάθος».

Μεταβλητές	Δείκτης μέτρησης	Δείκτης μέτρησης (ελέγχου)	Συνολικά

Coach Ethical Leadership	10	-	10
Athletes' Motivation	8	1	9
Athletes' Passion	16	1	17
Σύνολο	34	2	36

Πίνακας 1. Δείκτες μετρήσεων (items) ανά μεταβλητή

2.2 Δειγματοληψία & Δείγμα

Η παρούσα έρευνα βασίστηκε στην εθελοντική συμμετοχή των ατόμων και ακολούθησε τη μέθοδο της μη πιθανοτικής ή δειγματοληψία χωρίς πιθανότητα (non probability sampling), που χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις όπου υφίσταται χρονικός περιορισμός για την ολοκλήρωση της έρευνας (Baker, 1988). Ειδικότερα, η μέθοδος δειγματοληψίας που επιλέχθηκε ήταν η δειγματοληψία ευκολίας (*convenience sampling*), σε συνδυασμό με την σκοπίμη δειγματοληψία (*purposive sampling*). Στόχος της μελέτης ήταν να συλλέξει δεδομένα από αθλητές/-τριες από αθλήματα ρακέτας που συμπεριλαμβάνονται στα ατομικά αθλήματα. Η σκοπίμη δειγματοληψία που χρησιμοποιήθηκε επιλέχθηκε διότι οι αθλητές/-τριες του δείγματος αποτελούν άτομα με ειδικά χαρακτηριστικά (ατομικό άθλημα ρακέτας). Σύμφωνα με τους Kelly, Bourgeault, & Dingwall, (2010), η σκοπίμη δειγματοληψία αποτελεί την αποδοτικότερη μέθοδο για την συγκέντρωση των καταλληλότερων πληροφοριών ατόμων με ειδικά χαρακτηριστικά, ενώ ενσωματώνεται σε μεγάλο εύρος γκάμα μελετών (Etikan & Babetope, 2019).

Ο σχεδιασμός της δειγματοληψίας σχεδιάστηκε με τέτοιο τρόπο, ώστε να λάμβαναν μέρος αθλητές/-τριες αθλημάτων ρακέτας, που προπονούνταν σε αθλητικά σωματεία της Ελληνικής επικράτειας καθώς και στα Εθνικά αντιπροσωπευτικά συγκροτήματα. Για τον αποτελεσματικότερο προγραμματισμό, ο ερευνητής είχε επικοινωνήσει τηλεφωνικά με τους υπεύθυνους των ομάδων (διοικητικό προσωπικό/ προπονητές/-τριες), ώστε σε καθορισμένη ημερομηνία να ήταν συγκεντρωμένο το δείγμα, για την έγγραφη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων. Σε όσους/-ες δεν μπορούσαν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο σε έγγραφη μορφή, υπήρξε η δυνατότητα να συμπληρωθεί και ηλεκτρονικά με τη χρήση Google forms. Η επιλογή αυτή αποφασίστηκε εξαιτίας του περιορισμένου χρόνου συλλογής των δεδομένων καθώς και για λόγους κόστους. Επίσης, πριν την συλλογή των δεδομένων είχε προγραμματιστεί πιλοτική συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, ώστε να καταγραφεί ο

χρόνος συμπλήρωσης και να διερευνηθεί, αν υφίστατο νοηματική κατανόηση των ερωτήσεων. Σύμφωνα με τα στοιχεία που συγκεντρώθηκαν από την πιλοτική συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, δεν παρατηρήθηκαν σημεία όπου έπρεπε να επέλθουν συντακτικές διορθώσεις, ενώ οι συμμετέχοντες/-ουσες δεν ζήτησαν διευκρινήσεις σε θέματα κατανόησης. Το τελικό ερωτηματολόγιο ελέγχθηκε και οριστικοποιήθηκε με τη διόρθωση μικρών γραμματικών ατελειών. .

Το τελικό δείγμα αποτελούσαν 184 αθλητές/-τριες Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης και Αντισφαίρισης, όπου οι 141 ήταν άνδρες, 37 γυναίκες, ενώ προτίμησαν να μην δηλώσουν το φύλο 6 συμμετέχοντες/-ουσες. Το μεγαλύτερο ποσοστό των συμμετεχόντων/-ουσών αποτελούσαν άτομα ηλικίας 41-55 ετών, ανώτατης εκπαίδευσης, που διέμεναν κυρίως στο γεωγραφικό διαμέρισμα της Αττικής και ασχολούνταν με το άθλημα της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης.

Τα βήματα για την συλλογή των δεδομένων (έντυπη μορφή) ήταν τα εξής:

- Επισκέψεις σε αθλητικά κέντρα/ σωματεία σε συνεργασία με Ομοσπονδιακούς και Σωματειακούς προπονητές/-τριες (Αντισφαίριση - Επιτραπέζια Αντισφαίριση), με σκοπό τη συγκέντρωση ομάδων αθλητών/-τριών
- Παρουσίαση της έρευνας και επεξηγήσεις
- Διανομή/ συμπλήρωση ερωτηματολογίων
- Έλεγχος πλήρους συμπλήρωσης ερωτηματολογίων – ηλεκτρονική καταχώρηση
- Ολοκλήρωση διαδικασίας – ευχαριστίες

Τα βήματα για την συλλογή των δεδομένων (ηλεκτρονική μορφή) ήταν τα εξής:

- Τηλεφωνική/ ηλεκτρονική επικοινωνία με Αθλητικές Ομοσπονδίες/ Σωματεία και ενημέρωση για την έρευνα – αποστολή ενημερωτικού υλικού
- Αποστολή ηλεκτρονικών ερωτηματολογίων
- Ηλεκτρονική ενημέρωση για ολοκλήρωση διαδικασίας

Τόσο κατά την έγγραφη όσο και ηλεκτρονική συμπλήρωση των ερωτηματολογίων δεν παρατηρήθηκαν προβλήματα ή αδυναμία κατανόησης των ερωτήσεων. Το μεγαλύτερο πρόβλημα που σημειώθηκε ήταν οι μετακινήσεις στους χώρους άθλησης καθώς και θέματα διαχείρισης των αθλητών/-τριών, όσον αφορά την ώρα μέτρησης, κλιματολογικές συνθήκες, αργοπορία στις συναντήσεις και μεταβολή προπονητικών προγραμμάτων, που

επιλύθηκαν σε συνεργασία με τους προπονητές/-τριες. Η ευρύτερη στάση απέναντι στην έρευνα ήταν θετική, όπως επίσης και στους υπό διερεύνηση σκοπούς της μελέτης.

2.2.1. Διαδικασία συλλογής των δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων διήρκεσε 60 ημέρες, από την 1^η Ιουλίου έως την 30^η Αυγούστου 2024. Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε από έναν ερευνητή και ήταν με συμπλήρωση είτε της έντυπης μορφής του ερωτηματολογίου είτε ηλεκτρονικά με τη χρήση Google Forms, για όσους δεν ήταν παρόντες/-ούσες στους αθλητικού χώρους, κατά την ημερομηνία των μετρήσεων ή διέμεναν εκτός αστικών κέντρων. Το ερωτηματολόγιο παρουσιάζεται στο Παράρτημα της εργασίας και δημοσιεύτηκε *Google Forms* στις 5 Ιουλίου 2024. Οι απαντήσεις του ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου καταχωρήθηκαν αυτόματα με καταγραφή της ημερομηνίας και της ώρας της απάντησης, ενώ από τα έντυπα ερωτηματολόγια η καταχώρηση ολοκληρώνοντας άμεσα, μετά το πέρας της συμπλήρωσης από τους/τις ερωτώμενους/-ες. Αρχικά επιλέχθηκαν αθλητικά κέντρα της Αθήνας, Θεσσαλονίκης και Πάτρας για τα αθλήματα της Αντισφαίρισης και Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης. Για τους αθλητές/-τριες Αντιπέρισης και Τοιχοσφαίρισης το πλήρες υλικό καθώς και τα στοιχεία του ερευνητή εστάλησαν σε ηλεκτρονική μορφή στις Ομοσπονδίες, όμως δεν καταγράφηκαν απαντήσεις, αν και εστάλησαν δυο φορές. Η δυσκολία στην συγκέντρωση των απαντήσεων πιθανόν να είναι αποτέλεσμα των ιδιαίτερων αγωνιστικών συνθηκών που επικρατούν στην Ελληνική επικράτεια κατά τον μήνα Ιούλιο – Αύγουστο, όπου δεν υφίσταται έντονη αγωνιστική δραστηριότητα. Ως εκ τούτου δεν ήταν εύκολη η πρόσβαση σε ομάδες λόγω διακοπών, ενώ οι αγωνιστικές δραστηριότητες ήταν επιπλέον περιορισμένες λόγω των επερχόμενων Ολυμπιακών Αγώνων «Παρίσι 2024». Ο σχεδιασμός προέβλεπε την συμπλήρωση τουλάχιστον 150 ερωτηματολογίων, κάτι που επιτεύχθηκε με συνδυασμό ηλεκτρονικών και έγγραφων ερωτηματολογίων.

2.2.2 Διαδικασία ανάλυσης δεδομένων

Τα δεδομένα που συλλέχθηκαν ήταν δυο ειδών, τα ψηφιακά σε Google Forms και τα χειρόγραφα σε φύλλα απαντήσεων. Μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας συλλογής, τα δεδομένα από τα ψηφιακά ερωτηματολόγια αποθηκεύτηκαν αυτόματα και καταχωρήθηκαν αυτόματα σε υπολογιστικό φύλλο Microsoft Excel. Τα δεδομένα που συλλέχθηκαν

χειρόγραφα, καταχωρήθηκαν από τον ερευνητή σε υπολογιστικό φύλλο Excel, όπου και τα δυο υπολογιστικά φύλλα εισήχθησαν κωδικοποιημένα στη βάση δεδομένων της έρευνας, ώστε να πραγματοποιηθεί το στάδιο της ανάλυσης. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό λογισμικό SPSS, όπου αρχικά αναλύθηκε το προφίλ των συμμετεχόντων/-ουσών με περιγραφική στατιστική ανάλυση των δημογραφικών ποσοτικών δεδομένων του συνολικού δείγματος. Διενεργήθηκε έλεγχος αξιοπιστίας εσωτερικής συνοχής των μετρήσεων με τον συντελεστή ομοιογένειας *Cronbach's alpha*, με αποδεκτές τιμές ≥ 0.7 (Cronbach, 1951). Για την στατιστική ανάλυση των μεταβλητών πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης (correlation analysis), για να διαπιστωθεί αν υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στις μεταβλητές καθώς και ανάλυση παλινδρόμησης (regression analysis) για κάθε ομάδα του δείγματος με σκοπό να διαπιστωθεί κατά πόσο ερμηνεύονται οι τιμές εξαρτημένης μεταβλητής από τις τιμές των ανεξάρτητων μεταβλητών (Αναστασιάδου, 2012). Οι μεταβλητές που επιλέχθηκαν ως εξαρτημένες σύμφωνα με το σκοπό της έρευνας είναι το αρμονικό και το εμμονικό πάθος.

3. Παρουσίαση Αποτελεσμάτων

Το κεφάλαιο αυτό αποτελείται από τέσσερα μέρη και περιλαμβάνει τις αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν καθώς και τα αποτελέσματα αυτών. Ειδικότερα, το πρώτο μέρος αναφέρεται στην καταγραφή των δημογραφικών χαρακτηριστικών του συνόλου του δείγματος σύμφωνα με τις απαντήσεις που έδωσαν στις δημογραφικές ερωτήσεις του δείγματος καθώς και στην τελική ταξινόμηση σύμφωνα με το κριτήριο πάθους. Στο δεύτερο μέρος υπολογίστηκε ο δείκτης αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής των μεταβλητών. Στο τρίτο μέρος υπολογίστηκαν οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά μεταβλητή, ενώ στο τέταρτο και τελευταίο μέρος πραγματοποιήθηκε ανάλυση παλινδρόμησης (regression analysis), ώστε να υπολογισθεί η αιτιώδης σχέση μεταξύ των μεταβλητών και να εκτιμηθεί ο βαθμός που οι τιμές της μιας μεταβλητής ερμηνεύονται από τις τιμές των υπολοίπων.

3.1 Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος

Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 199 αθλητές/-τριες Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης και Αντισφαίρισης ($n=199$), που συμμετείχαν εθελοντικά στην έρευνα. Αφού ολοκληρώθηκε η συλλογή των δεδομένων, ακολούθησε η ανάλυσή τους με το στατιστικό πρόγραμμα SPSS 29.0

Οι συμμετέχοντες/-ουσες ταξινομήθηκαν ως παθιασμένοι, εάν η μέση βαθμολογία τους ήταν 3,0 ή υψηλότερη στην πενταβάθμια κλίμακα Likert, αντικατοπτρίζοντας ένα μέτριο έως υψηλό επίπεδο συμφωνίας με τις δηλώσεις που σχετίζονται με το πάθος. Ο δείκτης κριτηρίου πάθους, είχε μέση βαθμολογία 4,1641 ($SD = 0,54424$), έδειξε αποδεκτή εσωτερική αξιοπιστία ($\alpha = 0,767$). Μετά την εφαρμογή αυτού του ορίου, 184 συμμετέχοντες με βαθμολογία $\geq 3,0$ διατηρήθηκαν στην ανάλυση, ενώ 15 συμμετέχοντες/-ουσες με βαθμολογία κάτω από 3,0 αποκλείστηκαν. Τα πρωτογενή αποτελέσματα παρέμειναν συνεπή μετά τον αποκλεισμό των χαμηλών βαθμολογιών, επιβεβαιώνοντας την αξιοπιστία των ευρημάτων. Συνεπώς, το τελικό δείγμα της παρούσας μελέτης αποτέλεσαν 184 αθλητές/-τριες επιτραπέζιας αντισφαίρισης και αντισφαίρισης (Πίνακας 2), όπου το 76.6% του δείγματος αποτελούσαν άνδρες και το 20.1% γυναίκες αθλητές/-τριες αντίστοιχα, ενώ το 3.3% προτίμησε να μην δηλώσει φύλο. Η πλειοψηφία του δείγματος (92.9%) αποτελούνταν από αθλητές/-τριες Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, ενώ δεν ανταποκρίθηκαν αθλητές/-τριες Τοιχοσφαίρισης και Αντιπτερίσης. Η προπονητική ηλικία σχεδόν του

ημίσεος του δείγματος ήταν άνω των 18 ετών (46.7%), με διακρίσεις και συμμετοχές σε Εθνικό επίπεδο (45.7%). Όσον αφορά τα ευρύτερα δημογραφικά στοιχεία του δείγματος, το υψηλότερο ποσοστό συμμετοχής προέρχονταν από τα γεωγραφικά διαμέρισμα της Αττικής (39.7%) και της Πελοποννήσου (29.9%), ενώ καταγράφηκε μορφωτικό επίπεδο Ανώτατης εκπαίδευσης στο 47.8% του δείγματος.

Περιγραφικές Μεταβλητές		n=184	(%)
Φύλο	Άνδρας	141	76.6
	Γυναίκα	37	20.1
	Προτιμώ να μην δηλώσω	6	3.3
Ηλικία	18-24	39	21.2
	25-30	13	7.1
	31-40	14	7.6
	41-55	84	45.7
	>=56	34	18.5
Μορφωτικό Επίπεδο	Γυμνάσιο	8	4.3
	Λύκειο	25	13.6
	Μεταγυμνασιακή Εκπαίδευση	6	3.3
	Μεταλυκειακή Εκπαίδευση	17	9.2
	Ανώτατη Εκπαίδευση	88	47.8
	Μεταπτυχιακό/ Διδακτορικό	40	21.7
Γεωγραφικό Διαμέρισμα	Αττική	73	39.7
	Βόρεια Ελλάδα	45	24.5

Περιγραφικές Μεταβλητές		n=184	(%)
	Πελοπόννησος	55	29.9
	Νησιωτική Ελλάδα	9	4.9
	Κεντρική Ελλάδα	2	1.1
Αθλημα	Επιτραπέζια Αντισφαίριση (table tennis)	171	92.9
	Αντισφαίριση (tennis)	13	7.1
Προπονητική Ηλικία	1-3	11	6.0
	4-8	39	27.2
	9-17	48	26.1
	18+	86	46.7
Αγωνιστικό Επίπεδο	Εθνικό	84	45.7
	Διεθνές	25	13.6
	Τοπικό	35	19.0
	Κανένα από τα παραπάνω	40	21.7

Πίνακας 2. Δημογραφικά χαρακτηριστικά των ερωτώμενων

3.2 Έλεγχος αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής

Οι μετρήσεις ελέγχθηκαν για την αξιοπιστία τους με τον συντελεστή *Cronbach's alpha*, που αποτελεί τον πιο συχνά χρησιμοποιούμενο δείκτη αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής του ερωτηματολογίου. Οι τιμές *Cronbach's alpha* ≥ 0.7 είναι αποδεκτές, ≥ 0.8 είναι καλές, ≥ 0.9 είναι άριστες (Cronbach, 1951). Από την εφαρμογή της ανάλυσης Ελέγχου

Αξιοπιστίας Εσωτερικής Συνοχής, διαπιστώθηκε υψηλός βαθμός συνοχής σε τρεις μετρήσεις, $\alpha=.8$, ενώ αποδεκτός βαθμός συνοχής στις υπόλοιπες τρεις, σε κάθε μεταβλητή. Ειδικότερα, ο συντελεστής ομοιογένειας *Cronbach's alpha* ήταν υψηλός στις μετρήσεις των μεταβλητών «Ηθική Ηγεσία του Προπονητή» ($\alpha=.84$) και «Πάθος Αθλητών» στην διάσταση «Εμμονικό Πάθος» ($\alpha=.84$). Στις μετρήσεις της μεταβλητής «Πάθος Αθλητών/Αρμονικό» ο συντελεστής ομοιογένειας ήταν ($\alpha=.70$) και στο «Εσωτερικό Κίνητρο» ήταν ($\alpha=.75$). Οι τιμές του ελέγχου αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής παρουσιάζονται στον Πίνακα 3.

Μεταβλητές	Cronbach's Alpha
Ηθική ηγεσία του προπονητή	,84
Πάθος αθλητών/-τριών – Εμμονικό	,84
Πάθος αθλητών – Αρμονικό	,70
Εσωτερικό Κίνητρο Αθλητών/τριών	,75

Σημειώσεις: $p<0.01^{**}$; ns=not significant

Πίνακας 3. Αποτελέσματα ελέγχου αξιοπιστίας και εσωτερικής συνοχής

3.3 Μέσες Τιμές και Τυπικές Αποκλίσεις Ανά Μεταβλητή

Ο πρώτος στόχος της έρευνας αναφέρονταν στην μέτρηση των μεταβλητών της αντιλαμβανόμενης ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας εκ μέρους των αθλητών/-τριών, του εσωτερικού κινήτρου των αθλητών/τριών, και του πάθους των αθλητών/τριών σε αθλήματα ρακέτας. Τα περιγραφικά στατιστικά αποτελέσματα της μεταβλητής «ηθική ηγεσία του προπονητή/-τριας» έδειξαν, ότι οι αθλητές/-τριες θεωρούν ότι οι προπονητές/-τριες τους επιδεικνύουν υψηλή ηθική συμπεριφορά, με συνολική μέση τιμή της μεταβλητής (Μ.Τ.) 4.09 και τυπική απόκλιση (Τ.Α.) 0.49. Η μέγιστη τιμή καταγράφηκε στον δείκτη: «Ο/Η προπονητής/-τρια μου θεωρεί ως επιτυχία, όχι μόνο τα αποτελέσματα αλλά και τον τρόπο με τον οποίο αυτά επιτυγχάνονται», με (Μ.Τ.) 4.42, ενισχύοντας την άποψη, ότι η αντιλαμβανόμενη ηγεσία των προπονητών/-τριών θεσπίζει θετικό ηθικό πρότυπο στους αθλητές/-τριες. Η χαμηλότερη μέση τιμή (Μ.Τ.) 3.29 και καταγράφηκε στον δείκτη: «Κατά τη λήψη αποφάσεων ο/η προπονητής/-τρια μου ρωτάει: «ποια είναι η καλύτερη επιλογή;» που υποδηλώνει, ότι οι απαντήσεις είναι γενικά θετικές, αλλά όχι υψηλές, εκφράζοντας μια μέτρια ικανοποίηση σχετικά με τη διαδικασία λήψης αποφάσεων από τον/την προπονητή/-

τρια. Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά δείκτη μέτρησης (items) της μεταβλητής Ηθική Ηγεσία του προπονητή/-τριας, παρουσιάζονται στον Πίνακα 4.

Ηθική Ηγεσία Προπονητή/-τριας	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
1. Ο/Η προπονητής/-τρια μου ακούει τί έχουν να πουν οι αθλητές/-τριες τους.	4.34	0.65
2. Ο/Η προπονητής/-τρια μου θεωρεί ως επιτυχία όχι μόνο τα αποτελέσματα αλλά και τον τρόπο με τον οποίο αυτά επιτυγχάνονται.	4.42	0.54
3. Ο/Η προπονητής/-τρια μου συμπεριφέρεται με ήθος στην προσωπική του/-ης ζωή.	4.24	0.74
4. Ο/Η προπονητής/-τρια μου τιμωρεί τους αθλητές που παραβιάζουν τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας.	3.82	0.77
5. Ο/Η προπονητής/-τρια μου λαμβάνει δίκαιες και ισορροπημένες αποφάσεις.	3.95	0.78
6. Ο/Η προπονητής/-τρια μου είναι αξιόπιστος/η.	4.25	0.64
7. Ο/Η προπονητής/-τρια μου συζητά με τους/τις αθλητές/-τριες του/της για τις ηθικές αρχές και αξίες που πρέπει να τηρούνται στο άθλημά τους.	4.22	0.92
8. Ο/Η προπονητής/-τρια μου αποτελεί παράδειγμα για το πώς να κάνεις τα πράγματα σωστά από άποψη ηθικής.	4.05	0.78
9. Ο/Η προπονητής/-τρια μου φροντίζει για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα των αθλητών/-τριών του/της.	4.34	0.69
10. Κατά τη λήψη αποφάσεων ο/η προπονητής/-τρια μου ρωτάει: «ποια είναι η καλύτερη επιλογή;»	3.29	0.99
Συνολική Μέση Τιμή της Μεταβλητής	4.09	0.49

Σημειώσεις: $p < 0.01^{**}$; $p < 0.05^{*}$

Πίνακας 4. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση Ηθικής Ηγεσίας προπονητή/-τριας

Όσον αφορά την μεταβλητή του κριτηρίου πάθους, οι συμμετέχοντες/-ουσες ταξινομήθηκαν ως παθιασμένοι/-ες, όταν η μέση βαθμολογία τους ήταν 3.0 ή υψηλότερη στην πενταβάθμια κλίμακα Likert. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι αντικατοπτρίζεται ένα μέτριο έως υψηλό επίπεδο συμφωνίας με τις δηλώσεις που σχετίζονται με το πάθος. Ο δείκτης κριτηρίου πάθους, είχε μέση βαθμολογία 4.16 με την υψηλότερη τιμή να παρουσιάζεται στον επιμέρους δείκτη: «Μου αρέσει αυτό το άθλημα.», με Μ.Τ. 4.73, υποδεικνύοντας ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες διέπονται από έντονα συναισθήματα και

πάθος, όσον αφορά την ενασχόλησή τους με το άθλημα. Η χαμηλότερη βαθμολογία καταγράφηκε στον επιμέρους δείκτη: «Ξοδεύω πολύ χρόνο κάνοντας αυτό το άθλημα.», με $M.T.=3.66$, υποδηλώνοντας ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες θεωρούν ότι ξοδεύουν ικανοποιητικό χρόνο στο άθλημα της επιλογής τους. Αν και ο μέσος όρος δεν είναι εξαιρετικά υψηλό, ωστόσο καταγράφεται ότι εκφράζεται επένδυση χρόνου και συναισθήματος στο άθλημα της επιλογής. Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά δείκτη μέτρησης (items) της μεταβλητής κριτήριο πάθους αθλητών/-τριών, παρουσιάζονται στον Πίνακα 5.

Πάθος Αθλητών/-τριών (Κριτήριο Πάθους)	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
1. Ξοδεύω πολύ χρόνο κάνοντας αυτό το άθλημα.	3.66	0.92
2. Μου αρέσει αυτό το άθλημα.	4.73	0.51
3. Αυτό το άθλημα είναι σημαντικό για εμένα.	4.38	0.62
4. Αυτό το άθλημα είναι το πάθος μου.	4.22	0.82
5. Αυτό το άθλημα αποτελεί μέρος του ποιος/-ά είμαι.	3.84	0.82
Συνολική Μέση Τιμή της Μεταβλητής:	4.16	0.54

Σημειώσεις: $p<0.01^{**}$; $p<0.05^{*}$

Πίνακας 5. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση κριτηρίου πάθους αθλητών/-τριών.

Τα περιγραφικά στατιστικά αποτελέσματα της μεταβλητής «πάθος των αθλητών/-τριών (εμμονικό)» έδειξαν, ότι οι αθλητές/-τριες δεν βιώνουν έντονο εμμονικό πάθος για το άθλημα, με συνολική μέση τιμή της μεταβλητής (M.T.) 2.62. Σύμφωνα με το Dualistic Model of Passion (Vallerand et al., 2003), το εμμονικό πάθος σχετίζεται με την ανάγκη για επιτυχία ή την αναγνώριση, που μπορεί να οδηγήσει σε άγχος ή ένταση. Το σκορ 2.62 δηλώνει, ότι η εμμονή δεν είναι κυρίαρχη για τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες και ότι οι περισσότεροι/-ες από αυτούς/-ές δεν βιώνουν μεγάλο άγχος σχετικά με την απόδοσή τους ή την αναγνώριση μέσα από το άθλημα. Η υψηλότερη τιμή καταγράφηκε στον δείκτη: «Εάν είχα την επιλογή, θα έκανα μόνο το άθλημά μου», με (M.T.) 2.83, που υποδεικνύει, ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες δεν νιώθουν έντονα ότι θα επέλεγαν να κάνουν μόνο το άθλημά τους,

αν είχαν την επιλογή και μπορεί να θεωρούν, ότι η συμμετοχή τους στο άθλημα δεν είναι η μοναδική ή αποκλειστική δραστηριότητά τους. Η χαμηλότερη τιμή σημειώθηκε στον δείκτη: «Το άθλημά μου είναι τόσο συναρπαστικό που μερικές φορές χάνω τον έλεγχο σε σχέση με αυτό», με Μ.Τ.= 2.35, που δηλώνει ότι οι περισσότεροι/-ες δεν νιώθουν ότι το άθλημά τους τους κυριεύει ή τους προκαλεί να χάσουν τον έλεγχο και έχουν μια ισορροπημένη σχέση με την αθλητική δραστηριότητα που συμμετέχουν. Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά δείκτη μέτρησης (items) της μεταβλητής του εμμονικού πάθους αθλητών/-τριών, παρουσιάζονται στον Πίνακα 6.

Πάθος Αθλητών/-τριών (Εμμονικό)	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
1. Δυσκολεύομαι να ελέγξω την έντονη επιθυμία που αισθάνομαι για το άθλημά μου.	2.76	0.98
3. Αισθάνομαι ότι έχω μια υπερβολική εμμονή με το άθλημά μου.	2.58	1.19
4. Αυτό το άθλημα είναι το μόνο πράγμα που με συναρπάζει πραγματικά.	2.46	0.99
5. Εάν είχα την επιλογή, θα έκανα μόνο το άθλημά μου.	2.83	1.18
6. Το άθλημά μου είναι τόσο συναρπαστικό που μερικές φορές χάνω τον έλεγχο σε σχέση με αυτό.	2.35	1.04
7. Εξαρτιέμαι συναισθηματικά από το άθλημά μου.	2.79	0.99
Συνολική Μέση Τιμή της Μεταβλητής	2.62	0.80

Σημειώσεις: $p < 0.01^{**}$; $p < 0.05^{*}$

Πίνακας 6. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση πάθους αθλητών/-τριών (εμμονικό)

Τα περιγραφικά στατιστικά αποτελέσματα της μεταβλητής «πάθος των αθλητών/-τριών (αρμονικό)» έδειξαν, ότι οι αθλητές/-τριες έχουν μια αρκετά θετική και υγιή στάση σε σχέση με εμπειρία τους με το άθλημα, με συνολική μέση τιμή της μεταβλητής ήταν (Μ.Τ.) 3.82. Η υψηλή συνολική μέση τιμή δείχνει, ότι νιώθουν ότι το άθλημά τους είναι μια πηγή ευχαρίστησης και ικανοποίησης, χωρίς να προκαλεί άγχος ή πίεση. Η υψηλότερη τιμή σημειώθηκε στον δείκτη: «Αυτό το άθλημα μου προσφέρει τη δυνατότητα να βιώνω

ποικίλες εμπειρίες», με $M.T. = 4.23$. Η υψηλή μέση τιμή υποδηλώνει, ότι οι συμμετέχοντες βρίσκουν το άθλημά τους εξαιρετικά ικανοποιητικό και ότι τους παρέχει πολλές ευκαιρίες για βιωματικές εμπειρίες. Αυτό δείχνει μια βαθιά εκτίμηση για την ποικιλία και τις προοπτικές που τους προσφέρει, ενώ ταυτόχρονα η ομοιογένεια στις απαντήσεις επισημαίνει ότι οι αθλητές/-τριες έχουν παρόμοια άποψη. Η χαμηλότερη τιμή καταγράφηκε στον δείκτη: «Το άθλημά μου εναρμονίζεται με τα υπόλοιπα πράγματα τα οποία με απασχολούν στη ζωή μου», με $M.T. = 3.44$, που δείχνει ότι οι αθλητές/-τριες έχουν μια μέτρια αίσθηση ότι το άθλημά τους μπορεί να εναρμονίζεται με άλλες δραστηριότητες της ζωής τους, αλλά αυτή η εναρμόνιση δεν είναι πάντα σαφής ή εύκολη. Η ποικιλία στις απαντήσεις δείχνει, ότι οι εμπειρίες διαφέρουν σημαντικά ανάμεσα στους συμμετέχοντες. Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά δείκτη μέτρησης (items) της μεταβλητής του αρμονικού πάθους αθλητών/-τριών, παρουσιάζονται στον Πίνακα 7.

Πάθος Αθλητών/-τριών (Αρμονικό)	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
1. Αυτό το άθλημα είναι ένα πάθος το οποίο καταφέρνω να ελέγξω.	3.79	0.80
2. Τα νέα πράγματα τα οποία ανακαλύπτω μέσα από αυτό το άθλημα με κάνουν να το εκτιμήσω ακόμη περισσότερο.	4.02	0.79
3. Αυτό το άθλημα αντικατοπτρίζει εκείνα τα θετικά χαρακτηριστικά του εαυτού μου τα οποία μου αρέσουν.	3.75	0.77
4. Αυτό το άθλημα μου προσφέρει τη δυνατότητα να βιώνω ποικίλες εμπειρίες.	4.23	0.67
5. Το άθλημά μου είναι πλήρως ενσωματωμένο στον τρόπο ζωής μου.	3.72	0.87
6. Το άθλημά μου εναρμονίζεται με τα υπόλοιπα πράγματα τα οποία με απασχολούν στη ζωή μου.	3.44	0.84
Συνολική Μέση Τιμή της Μεταβλητής	3.82	0.50

Σημειώσεις: $p < 0.01^{**}$; $p < 0.05^{*}$

Πίνακας 7. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση πάθους αθλητών/-τριών (αρμονικό)

Τα περιγραφικά στατιστικά αποτελέσματα της μεταβλητής «κίνητρο των αθλητών/-τριών (εσωτερικό)» έδειξαν ότι οι αθλητές/-τριες εμφανίζουν υψηλό επίπεδο εσωτερικού κινήτρου για την αθλητική τους δραστηριότητα και απολαμβάνουν τη διαδικασία συμμετοχής, ανεξάρτητα από εξωτερικές επιβραβεύσεις ή αναγνωρίσεις με συνολική μέση τιμή Μ.Τ.= 4.01. Η μεγαλύτερη τιμή καταγράφηκε στον δείκτη: «Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ζωής μου», με Μ.Τ.= 4.28. Η υψηλή μέση τιμή καταδεικνύει μια ισχυρή αίσθηση δέσμευσης και αξίας, όσον αφορά την αθλητική δραστηριότητα. Οι περισσότερες απόψεις επιβεβαιώνουν, ότι η συμμετοχή στον αθλητισμό δεν είναι απλά μια δραστηριότητα, αλλά αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της ζωής τους. Η χαμηλότερη τιμή καταγράφηκε στον δείκτη: «Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αντικατοπτρίζει την ουσία του ποιος/-ά είμαι», με Μ.Τ.= 3.53, όπου δηλώνει, ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες έχουν μια μέτρια αίσθηση του πόσο ο αθλητισμός αντικατοπτρίζει την ουσία του ποιος είναι ο καθένας, ενώ υφίσταται ποικιλία στις απόψεις επισημαίνοντας, ότι μπορεί να αντιμετωπίζουν την αθλητική τους δραστηριότητα με διαφορετικούς τρόπους σε σχέση με την αυτοαντίληψή τους. Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις ανά δείκτη μέτρησης (items) της μεταβλητής του εσωτερικού κινήτρου των αθλητών/-τριών, παρουσιάζονται στον Πίνακα 8.

Κίνητρο Αθλητών/-τριών (Εσωτερικό)	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
1. Επειδή μου δίνει ευχαρίστηση να μαθαίνω περισσότερα για το άθλημά μου.	4.02	0.91
2. Επειδή με ενδιαφέρει πολύ να μάθω πώς μπορώ να βελτιωθώ.	4.24	0.84
3. Επειδή αισθάνομαι ευχαρίστηση όταν ανακαλύπτω νέες στρατηγικές για την απόδοσή μου.	4.18	0.78
4. Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αντικατοπτρίζει την ουσία του ποιος/-ά είμαι.	3.53	1.01
5. Επειδή μέσου του αθλητισμού νιώθω ότι η ζωή μου εναρμονίζεται με τις βαθύτερες αξίες μου.	3.85	0.81
6. Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ζωής μου.	4.28	0.77

Κίνητρο Αθλητών/-τριών (Εσωτερικό)	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
Συνολική Μέση Τιμή της Μεταβλητής	4.01	0.57

Σημειώσεις: $p < 0.01^{**}$; $p < 0.05^{*}$

Πίνακας 8. Μέση Τιμή, Τυπική Απόκλιση κινήτρου αθλητών/-τριών (εσωτερικό)

Σύμφωνα με τα συνολικά αποτελέσματα του δείγματος ως προς τις μεταβλητές που μετρήθηκαν, φαίνεται ότι οι αθλητές/-τριες εκτιμούν ιδιαίτερα την ηθική συμπεριφορά του/της προπονητή/-τριας τους και βρίσκουν νόημα και ικανοποίηση στην προπόνηση και τον αγώνα, με κάποιους/-ες να παρουσιάζουν υψηλά επίπεδα εμμονής, ενώ άλλοι/-ες να έχουν ένα πιο ισορροπημένο πάθος για το άθλημα. Όσον αφορά το κίνητρο συμμετοχής, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι αθλητές/-τριες σε υψηλό ποσοστό αναζητούν την προσωπική τους ανάπτυξη μέσω του αθλητισμού, μολονότι κάποιοι/-ες αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην διατήρηση του κινήτρου τους. Οι συνολικές μέσες τιμές, τυπικές αποκλίσεις, μέγιστες και ελάχιστες τιμές των μεταβλητών, παρουσιάζονται στον Πίνακα 10.

Μεταβλητές	Διαστάσεις	Μέγιστο	Ελάχιστο	Μέση Τιμή	Τυπική Απόκλιση
Ηθική Ηγεσία Προπονητή	---	5.00	2.30	4.09	0.49
Πάθος Αθλητών	Εμμονικό Πάθος	5.00	1.00	2.62	0.80
	Αρμονικό Πάθος	5.00	2.50	3.82	0.50
Κίνητρο Αθλητών	Εσωτερικό Κίνητρο	5.00	1.83	4.01	0.57

Σημειώσεις: $p < 0.01^{**}$; $p < 0.05^{*}$

Πίνακας 9. Συνολικά μέγιστη, ελάχιστη, μέση τιμή και τυπική απόκλιση των μεταβλητών

3.4 Συσχετίσεις των μεταβλητών

Για την διερεύνηση του δεύτερου ερευνητικού στόχου και των υποθέσεων 1α και 2α πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχετίσεων μεταξύ των μεταβλητών της έρευνας: Ηθική Ηγεσία, Εσωτερικό Κίνητρο των αθλητών/-τριών, Αρμονικό Πάθος, και Εμμονικό Πάθος. Οι συσχετίσεις όλων των μεταβλητών (εκτός από τη συσχέτιση μεταξύ ηθικής ηγεσίας προπονητή και εμμονικού πάθους αθλητών) είναι στατιστικά σημαντικές, με επίπεδο σημαντικότητας το $**p < 0.01$. Στον Πίνακα 11. παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της ανάλυσης ελέγχου αξιοπιστίας εσωτερικής συνοχής, εγκυρότητας και συσχετίσεων μεταξύ των μεταβλητών. Πιο συγκεκριμένα, η **Υπόθεση 1α (Y1α)**, «Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών σχετίζονται με το αρμονικό πάθος των αθλητών/τριών» επιβεβαιώνεται με $p = 0.35^{**}$ (ηθική ηγεσία) $p = 0.22^{**}$ (εσωτερικό κίνητρο), που υποδεικνύουν θετική συσχέτιση μεταξύ της ηθικής ηγεσίας του/ της προπονητή/-τριας και του εσωτερικού κινήτρου των αθλητών/-τριών στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών. Επίσης, η **Υπόθεση 2α (Y2α)**, «η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/τριών σχετίζονται με το εμμονικό πάθος», δεν επιβεβαιώνεται ως προς την ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας με $p = 0.76^{ns}$, που δείχνει ότι δεν υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της ηθικής ηγεσίας και του εμμονικού πάθους, ενώ επιβεβαιώνεται ως προς το εσωτερικό κίνητρο με $p = 0.21^{**}$ που δείχνει συσχέτιση του εσωτερικού κινήτρου με το εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών. Τα συνολικά αποτελέσματα δίδονται στο Πίνακα 11.

Μεταβλητές	Διαστάσεις	Ηθική Ηγεσία Προπονητή	Πάθος Αθλητών		Κίνητρο Αθλητών
			Εμμονικό	Αρμονικό	Εσωτερικό
Ηθική Ηγεσία Προπονητή	---	1			
Πάθος	Εμμονικό	0.76 ^{ns}	1		

	Αρμονικό	0.35**	0.21**	1	
Κίνητρο	Εσωτερικό Κίνητρο	0.22**	0.21**	0.62**	1

Σημειώσεις: $p < 0.01$ **; ns=not significant

Πίνακας 10. Συσχετίσεων Μεταβλητών

3.5 Ανάλυση παλινδρόμηση (regression analysis)

Η ανάλυση παλινδρόμησης χρησιμοποιήθηκε για την διερεύνηση του τρίτου στόχου της έρευνας καθώς και της εξέτασης των Υποθέσεων 1β και Υ2β, δηλαδή για να προβλεφθεί η τιμή των εξαρτημένων μεταβλητών, αρμονικό πάθος (Μοντέλο 1) και εμμονικό πάθος (Μοντέλο 2), σύμφωνα με τις τιμές των ανεξάρτητων μεταβλητών (ηθική ηγεσία προπονητή και εσωτερικό κίνητρο).

Με βάση τα αποτελέσματα, το μοντέλο 1 εξηγεί το 44.1% της διακύμανσης του αρμονικού πάθους αθλητών/-τριών, με συντελεστή προσδιορισμού R^2 0.432, που σημαίνει ότι το 43.2% της διακύμανσης είναι σχετικό με τις ανεξάρτητες μεταβλητές του μοντέλου. Η στατιστική σημασία του μοντέλου υποδηλώνεται από την τιμή $F(3,180)=47.373$, $p < 0.001$, που δείχνει ότι τουλάχιστον μία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές είναι σημαντική. Οι ανεξάρτητες μεταβλητές του μοντέλου (ηθική ηγεσία προπονητή, εσωτερικό κίνητρο αθλητή) ευθύνονται για σημαντικό ποσοστό της διακύμανσης της εξαρτημένης μεταβλητής (αρμονικό πάθος). Τα σχετικά αποτελέσματα δίδονται στο Πίνακα 12. και **επιβεβαιώνουν τη Υπόθεση 1β της έρευνας** «Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών επιδρούν θετικά στο αρμονικό πάθος των αθλητών/-τριών». Πιο συγκεκριμένα, τα ευρήματα δείχνουν ότι η ηθική ηγεσία του προπονητή επιδρά θετικά και στατιστικά σημαντικά στο αρμονικό πάθος ($B=0.22$, $t=3.73$, $p < 0.001$) καθώς και ότι το εσωτερικό κίνητρο του αθλητή επιδρά θετικά και στατιστικά σημαντικά στο αρμονικό πάθος ($B=0.49$, $t=9.69$, $p < 0.001$).

Εξαρτημένη Μεταβλητή	Ανεξάρτητες Μεταβλητές	β	t	p	Αποτέλεσμα
----------------------	------------------------	---------	-----	-----	------------

Αρμονικό Πάθος	Ηθική Ηγεσία	0.22	3.73	<0.001**	Επιβεβαιώνεται H1β
	Εσωτερικό Κίνητρο	0.49	9.96	<0.001**	Επιβεβαιώνεται H1β
$R=.44, R\ square=.43, F_{(2,180)}= 47.37, p<0.001$					

Σημειώσεις: p<0.001**; ns=not significant

Πίνακας 11. Αποτελέσματα Παλινδρόμησης ως προς το Αρμονικό Πάθος

Τα αποτελέσματα του μοντέλου 2 με εξαρτημένη μεταβλητή το Εμμονικό Πάθος εξήγησε το 29.2% της διακύμανσης του εμμονικού πάθους των αθλητών/-τριών είναι ($R^2=0.29$), με συντελεστή προσδιορισμού $R^2= 0.28$. Αυτό υποδεικνύει ότι το μοντέλο είναι σχετικά επαρκές, αλλά παραμένει ένα σημαντικό ποσοστό (70.8%) που δεν εξηγείται από τους παράγοντες του μοντέλου. Η στατιστική σημαντικότητα του μοντέλου, είναι $F(3,18)=24.72$, $p<0.001$, που υποδηλώνει ότι τουλάχιστον κάποιοι από τις ανεξάρτητες μεταβλητές είναι σημαντικές για την εξήγηση της μεταβλητότητας του εμμονικού πάθους των αθλητών/-τριών. Οι ανεξάρτητες μεταβλητές του μοντέλου (ηθική ηγεσία προπονητή και εσωτερικό κίνητρο αθλητή) συνεισφέρουν σε σημαντικό ποσοστό στην διακύμανση της εξαρτημένης μεταβλητής (εμμονικό πάθος). Τα σχετικά αποτελέσματα παρουσιάζονται στον Πίνακα 13. και **επιβεβαιώνουν την ερευνητική υπόθεση Υ2β**, «Η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο των αθλητών/-τριών, επιδρούν θετικά στο εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών». Πιο συγκεκριμένα, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η ηθική ηγεσία του προπονητή επιδρά θετικά και στατιστικά μη σημαντικά στο εμμονικό πάθος ($B=0.18$, $t=1.71$, $p=0.08$), ενώ το εσωτερικό κίνητρο του αθλητή επιδρά θετικά και στατιστικά σημαντικά στο εμμονικό πάθος ($B=0.39$, $t=4.37$, $p<0.001$).

Εξαρτημένη Μεταβλητή	Ανεξάρτητες Μεταβλητές	β	t	p	Αποτέλεσμα
Εμμονικό Πάθος	Ηθική Ηγεσία	0.18	1.71	0.088 ^{ns}	Δεν επιβεβαιώνεται
	Εσωτερικό Κίνητρο	0.39	4.37	<0.001**	Επιβεβαιώνεται
$R=.29, R\ square=.28, F_{(3,180)}= 24.72, p<0.001$					

Σημειώσεις: p<0.001**; ns=not significant

Πίνακας 12. Αποτελέσματα Παλινδρόμησης ως προς το Εμμονικό Πάθος

4. Συζήτηση και Συμπεράσματα

Το κεφάλαιο της συζήτησης και των συμπερασμάτων αποτελεί το τελευταίο κεφάλαιο της παρούσας διπλωματικής εργασίας και επιμερίζεται στα υπό-κεφάλαια της συζήτησης, των συμπερασμάτων, των πρακτικών εφαρμογών και των προτάσεων για μελλοντική έρευνα και περεταίρω διερεύνηση των συμπερασμάτων που προέκυψαν.

4.1 Συζήτηση

Η συγκεκριμένη έρευνα διερευνά τις επιδράσεις της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας καθώς και του εσωτερικού κινήτρου των αθλητών/-τριών, στην ανάπτυξη του πάθους των αθλητών/-τριών. Στην έρευνα συμμετείχαν ενήλικες αθλητές/-τριες των ατομικών αθλημάτων της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης και Αντισφαίρισης, που συμπεριλαμβάνονται στα αθλήματα ρακέτας, με πολυετή σχέση με το άθλημά τους, αντικατοπτρίζοντας ένα μέτριο έως υψηλό επίπεδο συμφωνίας με τις δηλώσεις που σχετίζονται με το αθλητικό πάθος.

Σχετικά με τον πρώτο ερευνητικό στόχο, από τα αποτελέσματα της έρευνας σχετικά με τις μέσες τιμές, προκύπτει από το δείγμα των αθλητών/τριών των αθλημάτων ρακέτας θεωρούν, ότι οι προπονητές/-τριες τους επιδεικνύουν υψηλό επίπεδο ηθικής συμπεριφοράς. Ταυτόχρονα, οι αθλητές/-τριες αντιλαμβάνονται ότι οι προπονητές/-τριες, μέσω της συμπεριφοράς τους, προβάλλουν ηθικά πρότυπα, δίνοντας έμφαση όχι μόνο στην επίτευξη αθλητικών στόχων αλλά και στην αξιοκρατία και τον σεβασμό στους κανόνες του παιχνιδιού. Οι προπονητές/-τριες συνεπώς, φαίνεται να ενθαρρύνουν τους/τις αθλητές/-τριες να επιδιώκουν την επιτυχία με τρόπο που να συνάδει με την ηθική συμπεριφορά, όπως του fair play και της ακεραιότητας. Τα ευρήματα της παρούσας μελέτης συμφωνούν με προηγούμενες έρευνες (Θεοδωράκη & Μπεμπέτσου, 2002; Turnnidge & Côté, 2018; White & Rezania, 2019), οι οποίες έχουν εξετάσει τη σχέση μεταξύ της ηθικής ηγεσίας των προπονητών/-τριών και της ικανοποίησης των αθλητών/-τριών, της απόδοσής τους και της ανάπτυξής τους, όπου αντίστοιχα η ικανοποίηση των αθλητών/-τριών, ως αποτέλεσμα της ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας αποτελεί σημαντικό παράγοντα, μολονότι η παραπάνω έρευνα αναφέρεται σε ομαδικά αθλήματα.

Εστιάζονται στον παράγοντα του **εσωτερικού κίνητρου** και σε σχέση με τις μέσες τιμές του δείγματος, υποδηλώνεται ότι οι αθλητές/-τριες συμμετέχουν στον αθλητισμό, επειδή απολαμβάνουν τη διαδικασία, επιδιώκουν την προσωπική βελτίωση και νιώθουν ικανοποίηση από την ίδια τη συμμετοχή, ανεξάρτητα από εξωτερικές ανταμοιβές.

Τα αποτελέσματα των περιγραφικών στατιστικών του δείγματος, όσον αφορά την μεταβλητή **εμμονικό πάθος** έδειξαν, ότι οι συμμετέχοντες/-ουσες της έρευνας δεν παρουσιάζουν υψηλά επίπεδα εμμονικού πάθους για το άθλημα. Οι χαμηλές τιμές που καταγράφηκαν -σε συνάρτηση με τις αντίστοιχες υψηλές σχετικά με το **αρμονικό πάθος**-, δείχνουν ότι οι αθλητές/τριες έχουν αναπτύξει μια ισορροπημένη σχέση με την αθλητική δραστηριότητα που έχουν επιλέξει, και συνεπώς δεν επηρεάζονται αρνητικά οι υπόλοιποι τομείς της ζωής τους (Vallerand et al, 2003).

Σχετικά με τον δεύτερο στόχο, που εστιάζει στις συσχετίσεις των μεταβλητών της έρευνας ηθική ηγεσία, εσωτερικό κίνητρο και πάθος των αθλητών/-τριών και διερευνά τις υποθέσεις 1α και 2α, τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι η ηθική ηγεσία και το εσωτερικό κίνητρο σχετίζονται και επιδρούν θετικά στο αρμονικό και εμμονικό πάθος των αθλητών/-τριών. Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαιώνουν τις θεωρίες που υποστηρίζουν ότι η ηθική ηγεσία των προπονητών/-τριών, δημιουργεί ένα κλίμα εμπιστοσύνης και σεβασμού, ενθαρρύνοντας και υποστηρίζοντας τους αθλητές/-τριες να αναπτύξουν ένα βαθύ και ουσιαστικό πάθος για το άθλημα (Bashir, Sajjad, & Tahir, 2021). Αυτά τα ευρήματα ενισχύουν προηγούμενες έρευνες που υπογραμμίζουν τη σημασία της ηθικής ηγεσίας στην ανάπτυξη ενός θετικού αθλητικού περιβάλλοντος και στην ενίσχυση της εσωτερικής κινητοποίησης των αθλητών (Fransen, Boen, Vansteenkiste, Mertens, & Broek, 2018; Nicholls, 2021). Παράλληλα, το εσωτερικό κίνητρο, ως εγγενής κινητήρια δύναμη, συνδέεται άμεσα με την αυτονομία και την προσωπική ανάπτυξη των αθλητών, συμβάλλοντας στην καλλιέργεια του αρμονικού πάθους (Bento, Vitorino, Cid, Monteiro & Couto, 2024). Η θετική συσχέτιση μεταξύ εσωτερικού κινήτρου και αρμονικού πάθους υποδηλώνει ότι οι αθλητές/-τριες που βρίσκουν εγγενές κίνητρο στην άθληση είναι πιο πιθανό να βιώσουν ένα βαθύτερο επίπεδο δέσμευσης και ικανοποίησης. Τα αποτελέσματα της μελέτης μας υπογραμμίζουν τη σημασία της καλλιέργειας ενός ηθικού κλίματος στις αθλητικές ομάδες, καθώς και της παροχής ευκαιριών στους αθλητές/-τριες, ώστε να αναπτύξουν την αυτονομία και την ικανότητά τους για αυτοκαθορισμό. Αυτή η προσέγγιση

μπορεί να συμβάλλει στην ενίσχυση της ψυχολογικής ευεξίας των αθλητών και στην βελτίωση της μακροπρόθεσμης απόδοσής τους.

Η θετική συσχέτιση μεταξύ εσωτερικού κινήτρου και εμμοονικού πάθους συμφωνεί με προηγούμενες έρευνες που έχουν δείξει ότι οι αθλητές/-τριες που είναι εσωτερικά κινητοποιημένοι/-ες, δηλαδή ασχολούνται με το άθλημα για την ίδια τους την ευχαρίστηση και την αυτοβελτίωση, είναι πιο πιθανό να αναπτύξουν εμμοονικό πάθος (Moeller & Grassinger, 2013). Αυτό μπορεί να συμβαίνει, διότι η εσωτερική κινητοποίηση προάγει μια βαθύτερη σύνδεση με το άθλημα, που μπορεί να οδηγήσει σε υπερβολική αφοσίωση (Vallerand, 2017). Ωστόσο, σύμφωνα με τα αποτελέσματα πιθανόν υφίστανται και άλλοι παράγοντες που επιδρούν, ώστε να αναπτυχθεί το εμμοονικό πάθος σε δείγματα αθλητών/τριών, πέραν της ηθικής ηγεσίας και του εσωτερικού κινήτρου, όπως η προσωπικότητα των αθλητών/-τριών, το είδος του αθλήματος, το οικογενειακό περιβάλλον (Lalande et al, 2017; Lobato, García-Coll, & Moyano, 2023), και συνεπώς χρήζουν περεταίρω διερεύνησης.

Σχετικά με τον τρίτο στόχο «η διερεύνηση των επιδράσεων της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας και του εσωτερικού κινήτρου στο πάθος των αθλητών/τριών (αρμονικό και εμμοονικό) και τις υποθέσεις 1β και 2β, τα αποτελέσματα της έρευνας -όσον αφορά την επίδραση της ηθικής ηγεσίας και του εσωτερικού κινήτρου στο αρμονικό πάθος, προκύπτει ότι ο συνδυασμός ηθικής ηγεσίας και εσωτερικού κινήτρου συσχετίζεται και επιδρά θετικά στο αρμονικό πάθος (των αθλητών/-τριών). Η βιβλιογραφία υποστηρίζει ότι το εσωτερικό κίνητρο και το αρμονικό πάθος είναι στενά συνδεδεμένα καθώς και ότι η καλλιέργεια του εσωτερικού κινήτρου μπορεί να συμβάλλει στην ανάπτυξη αρμονικού πάθους για το άθλημα, με θετικές επιπτώσεις στην αθλητική απόδοση και την ευεξία των αθλητών (Deci, & Ryan, 2013). Ομοίως, όπως έχει αναφερθεί, η ηθική ηγεσία αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την ανάπτυξη του αρμονικού πάθους των αθλητών/-τριών (Weinberg, & Gould, 2023), διότι η ηθική συμπεριφορά θεμελιώνει κλίμα εμπιστοσύνης στην σχέση μεταξύ προπονητή/-τριας-αθλητή/-τριας, που συμβάλλει στην ανάπτυξη θετικού και ισορροπημένου πάθους για το άθλημα. Επίσης, σύμφωνα με την θεμελιώδη θεωρία του αυτοκαθορισμού (SDT), οι δύο μορφές πάθους (αρμονικό και εμμοονικό), προκύπτουν με βάση τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο βιώνει μια σημαντική δραστηριότητα και αποτελεί σημαντικό στοιχείο της ταυτότητάς του (Vallerand, 2010). Συνεπώς, όσον αφορά το συσχετισμό μεταξύ ηθικής ηγεσίας και εσωτερικού κινήτρου με το αρμονικό πάθος των

αθλητών/-τριών, τα ευρήματα της παρούσας μελέτης έρχονται σε συμφωνία με την διεθνή βιβλιογραφία, όπου διαπιστώνεται ότι οι αθλητές/-τριες με αρμονικό πάθος παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα εσωτερικού κινήτρου, με συνεπακόλουθο την μεγαλύτερη επιμονή στις προπονήσεις και προσήλωση στο στόχο (Vallerand, Pelletier, & Guay, 2003; Vallerand et al, 2008). Επιπλέον, η αυτοαντίληψη και τα κίνητρα των νεαρών αθλητών/-τριών σχετίζονται σημαντικά με την ποσότητα και την ποιότητα της προπονητικής ανατροφοδότησης που λαμβάνουν για επιτυχίες και λάθη απόδοσης (Black & Weiss, 1992).

4.2 Συμπεράσματα

Ο πρώτος στόχος της έρευνας εστιάζει στην εκτίμηση του επιπέδου της αντιλαμβανόμενης ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας εκ μέρους των αθλητών/-τριών, του εσωτερικού κινήτρου και του πάθους των αθλητών/τριών σε αθλήματα ρακέτας. Τα αποτελέσματα της έρευνας υποδεικνύουν, ότι οι αθλητές/-τριες αποδίδουν ιδιαίτερη σημασία στην ηθική διάσταση της προπονητικής σχέσης, αναζητώντας σε έναν/μία προπονητή/-τρια ένα πρότυπο ηθικής συμπεριφοράς, ενώ υπογραμμίζεται η σημασία της ηθικής ηγεσίας στην ανάπτυξη των αθλητών/-τριών των αθλημάτων ρακέτας. Η αφοσίωση των αθλητών/-τριών στο άθλημα εκδηλώνεται μέσω της αναζήτησης προσωπικής ανάπτυξης, της ικανοποίησης που αντλούν από τη συμμετοχή τους και της αναγνώρισης του αθλήματος, ως ενός σημαντικού κομματιού της ταυτότητάς τους (Martin & Horn, 2013; Uğraş et al., 2024). Επιπλέον, η διατήρηση του κινήτρου αποτελεί μια πρόκληση για ορισμένους αθλητές/-τριες, υπογραμμίζοντας τη σημασία της παροχής συνεχούς υποστήριξης και ενθάρρυνσης από τους προπονητές/-τριες τους (Iso-Ahola, 1995; Petranchuk, 2019). Προπονητές/-τριες και αθλητές/-τριες θα πρέπει να συνεργαστούν για να δημιουργήσουν ένα ισορροπημένο αθλητικό περιβάλλον που θα προωθεί, τόσο την υψηλή απόδοση όσο και την ψυχική ευεξία.

Ο δεύτερος και τρίτος στόχος της έρευνας εστιάζουν στην διερεύνηση των συσχετίσεων και επιδράσεων της ηθικής ηγεσίας του/της προπονητή/-τριας και του εσωτερικού κινήτρου, στο πάθος των αθλητών/-τριών. Ο συσχετισμός μεταξύ αρμονικού πάθους και εσωτερικού κινήτρου αποτελεί ένα κεντρικό θέμα στη σύγχρονη έρευνα στον αθλητισμό (Vallerand et al., 2008; Bento et al., 2024). Η ανάπτυξη του αρμονικού πάθους στους αθλητές μπορεί να συμβάλλει στην ενίσχυση της εσωτερικής τους κινητοποίησης, στην βελτίωση της

απόδοσής τους και στην προαγωγή της μακροπρόθεσμης ευημερίας τους (Vallerand et al., 2006). Όσον αφορά το δείγμα της έρευνας τεκμαίρεται ότι:

- Στο σύνολο του δείγματος, η ηθική ηγεσία όσο και το εσωτερικό κίνητρο σχετίζονται θετικά και σημαντικά με το αρμονικό πάθος.
- Στο σύνολο του δείγματος η ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας, ως παράγοντας επίδρασης στο αρμονικό πάθος, εκτιμάται σε υψηλό βαθμό.
- Στο σύνολο του δείγματος το εσωτερικό κίνητρο, ως παράγοντας επίδρασης στο αρμονικό πάθος, εκτιμάται σε υψηλό βαθμό.
- Στο σύνολο του δείγματος ηθική ηγεσία του/της προπονητή/-τριας και το εσωτερικό κίνητρο σχετίζονται και επιδρούν θετικά στο αρμονικό πάθος των αθλητών/τριών

Όσον αφορά τη διερεύνηση των επιδράσεων της ηθικής ηγεσίας των προπονητών/-τριών και του εσωτερικού κινήτρου στο εμμοιικό πάθος των αθλητών/-τριών, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι, ενώ δεν εντοπίστηκε στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της ηθικής ηγεσίας των προπονητών και του εμμοιικού πάθους, το εσωτερικό κίνητρο εμφάνισε μια θετική και σημαντική συσχέτιση με το εμμοιικό πάθος. Αυτό υποδηλώνει ότι η εσωτερική κινητοποίηση των αθλητών διαδραματίζει κεντρικό ρόλο στην ανάπτυξη ενός υπερβολικού επιπέδου δέσμευσης στην άθληση, το οποίο μπορεί να συνοδεύεται από αρνητικές συνέπειες.

4.3 Πρακτικές Εφαρμογές

Τα κύρια ευρήματα της παρούσας εργασίας δύναται να αποτελέσουν ένα χρήσιμο βοήθημα για την κατανόηση των συναισθηματικών παραγόντων που άπτονται στην ενεργοποίηση και διατήρηση των αθλητών/-τριών σε αθλήματα ρακέτας. Ειδικότερα, τα αποτελέσματα θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν ως ακολούθως:

Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι αθλητές/-τριες του δείγματος αξιολογούν σε υψηλά επίπεδα την ηθική συμπεριφορά των προπονητών/-τριών τους, και η παράμετρος αυτή επιδρά θετικά ώστε όχι μόνον να αναπτύσσουν υψηλό επίπεδο εσωτερικού κινήτρου για την συμμετοχή στο άθλημα, αλλά και να ενισχύεται το αρμονικό πάθος για το άθλημά τους. Δεδομένου ότι οι προπονητές/-τριες των αθλημάτων ρακέτας σήμερα στην Ελλάδα δεν εκπαιδεύονται στο τομέα αυτό, προτείνεται να εμπλουτιστούν τα προγράμματα εκπαίδευσης των

προπονητών και με θέματα ηθικής συμπεριφοράς, κινήτρων και καλλιέργειας του αρμονικού πάθους, προκειμένου οι νέοι προπονητές να είναι σε θέση με την στάση και την καθημερινή συμπεριφορά τους να ενθαρρύνουν την ανάπτυξη του αρμονικού πάθους τους/τους αθλητές/-τριες. Η γνώση αυτή των προπονητών αναμένεται να συμβάλλει στην ενίσχυση τους συναισθηματικής δέσμευση των αθλητών/τριών με το άθλημα τους επιλογής τους και συνεπώς στην μακροβιότερη παραμονή στην άθληση.

Πιο συγκεκριμένα, τα στελέχη του αθλητισμού θα πρέπει να υποβάλλονται σε τακτική επιμόρφωση, η οποία να καλύπτει ένα ευρύ φάσμα θεμάτων, τους η ψυχολογία του αθλητή/-τριας, η ηθική ηγεσία, η διαφάνεια, οι επικοινωνιακές δεξιότητες και η διαχείριση ομάδων. Μέσω τους επιμόρφωσης, τα στελέχη θα αποκτήσουν τα απαραίτητα εργαλεία για να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τους αθλητές/-τριες και να καλλιεργήσουν ένα υγιές αθλητικό περιβάλλον. Επιπλέον, θα πρέπει να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά τα ηθικά διλήμματα και προκλήσεις που μπορεί να προκύψουν στο αθλητικό περιβάλλον. Τα στελέχη θα πρέπει να μάθουν πώς να επικοινωνούν αποτελεσματικά τις ηθικές αξίες στους αθλητές/-τριες, πώς να δημιουργούν ένα κλίμα εμπιστοσύνης και σεβασμού και πώς να παρέχουν ένα θετικό παράδειγμα μέσω της διοίκησης των αθλητικών οργανισμών. Η διαφάνεια και ηθική διαχείριση θα τους επιτρέψει να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι σύγχρονοι αθλητές.

Τα αποτελέσματα της έρευνας παραπέμπουν επίσης σε πρακτικές εφαρμογές σχετικά με την ενημέρωση των γονέων των αθλητών. Οι γονείς και κηδεμόνες των αθλητών/-τριών θα πρέπει να συμμετέχουν σε τακτικές εκπαιδευτικές δράσεις που τους παρέχουν τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τα παιδιά τους. Αυτές οι δράσεις θα πρέπει να καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα θεμάτων, όπως της ψυχολογικής υποστήριξης, και της σημασίας της ισορροπίας μεταξύ αθλητισμού και σχολείου. Επιπλέον, οι γονείς θα πρέπει να ενημερώνονται για τα οφέλη της συμμετοχής τους σε αθλητικές ομάδες και για τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να συμβάλουν στην καλλιέργεια ενός θετικού αθλητικού κλίματος. Η διοργάνωση των παραπάνω δράσεων μπορεί να πραγματοποιείται σε εθνικό ή τοπικό επίπεδο καλύπτοντας γονείς και κηδεμόνες αθλητών/-τριών ανεξαρτήτου ηλικίας ή επιπέδου.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η παροχή οργανωμένων προγραμμάτων ψυχολογικής υποστήριξης και εκπαίδευσης είναι απαραίτητη για τους αθλητές/τριες. Αυτά τα προγράμματα θα πρέπει να τους βοηθήσουν να κατανοήσουν τις διάφορες διαστάσεις του αθλητικού πάθους, να αναπτύξουν υγιείς μηχανισμούς αντιμετώπισης του άγχους και της πίεσης, να διαχειριστούν τις αποτυχίες και να διατηρήσουν μια ισορροπία μεταξύ του αθλητισμού και άλλων σημαντικών πτυχών της ζωής τους. Επιπλέον, η παροχή εκπαίδευσης σε θέματα διατροφής, προπόνησης και αποκατάστασης θα συμβάλει στην ολιστική ανάπτυξη των αθλητών/τριών. Η κατανόηση των διαστάσεων του αθλητικού πάθους μπορεί να δράσει υποστηρικτικά, ώστε να είναι σε θέση να διατηρήσουν μια ισορροπία μεταξύ του αθλητισμού και άλλων σημαντικών πτυχών της ζωής τους, όπως η οικογένεια, οι φίλοι και η εκπαίδευση.

4.4 Περιορισμοί και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.

Οι περιορισμοί της παρούσας έρευνας αναφέρονται στους παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν την εγκυρότητα και την γενικευσιμότητα των αποτελεσμάτων της. Είναι οι παράμετροι που βρίσκονται πέρα από τον έλεγχο του ερευνητή και μπορούν να περιορίσουν το εύρος των συμπερασμάτων που μπορούν να εξαχθούν. Οι προτάσεις για μελλοντικές έρευνες που ακολουθούν, δύναται να αποτελέσουν συνέχεια της παρούσας μελέτης στην διερεύνηση και εμβάθυνση των μεταβλητών που επηρεάζουν την αθλητική συμπεριφορά.

Στη μελέτη αυτή, λόγω περιορισμένων πόρων, εστιάσαμε αποκλειστικά στη μέτρηση των εσωτερικών κινήτρων. Η απουσία δεδομένων για τα εξωτερικά κίνητρα, όπως οι ανταμοιβές και η κοινωνική αναγνώριση, αποτελεί έναν σημαντικό περιορισμό της μελέτης μας. Προηγούμενες έρευνες έχουν δείξει τη σημασία των εξωτερικών κινήτρων στην αθλητική συμπεριφορά (Pelletier et al., 1995; Bollók, Takács, Kalmár & Dobay, 2011). Μια μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να διερευνήσει παράλληλα και σε μεγαλύτερο βάθος την ενδεχόμενη επίδραση των εσωτερικών και εξωτερικών κινήτρων στην ανάπτυξη του πάθους στους αθλητές/-τριες ρακέτας. Επιπλέον, προτείνεται η περαιτέρω διερεύνηση των πιθανών επιδράσεων που διαμορφώνουν τα εξωτερικά κίνητρα των αθλητών/τριών από άλλους παράγοντες, όπως το επίπεδο εμπειρίας και η ηλικία των αθλητών.

Η παρούσα μελέτη επικεντρώθηκε σε αθλητές/αθλήτριες ατομικών αθλημάτων ρακέτας, συγκεκριμένα της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης και της Αντισφαίρισης, περιορίζοντας τη γενικευσιμότητα των αποτελεσμάτων σε άλλα αθλήματα, ενώ το δείγμα περιορίστηκε σε αθλητές/αθλήτριες ηλικίας 18 ετών και άνω, αποκλείοντας έτσι τους νεαρότερους αθλητές/αθλήτριες στην Ελληνική επικράτεια. Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να επεκταθούν σε άλλα αθλήματα, προκειμένου να διερευνηθεί η γενικευσιμότητα των αποτελεσμάτων σε ένα ευρύτερο φάσμα αθλημάτων ρακέτας. Επίσης, η συμπερίληψη νεαρότερων αθλητών/αθλητριών σε μελλοντικές μελέτες θα επιτρέψει τη διερεύνηση τυχόν στατιστικά σημαντικών διαφορών στα κίνητρα και την ανάπτυξη του πάθους σε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, και κυρίως αθλητών/τριών μικρότερων ηλικιών, ώστε να κατανοηθεί σε περισσότερο βάθος η διατήρηση στον αγωνιστικό αθλητισμό.

- Στην σχετική βιβλιογραφία απουσιάζουν επίσης συναφείς μελέτες, ως προς τις ίδιες μεταβλητές, με δεδομένα από διαφορετικές χώρες (συγκριτικές μελέτες). Οι μελέτες αυτές κρίνονται απαραίτητες για την βαθύτερη κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι πολιτισμικές και κοινωνικές διαφορές τυχόν επιδρούν στα κίνητρα και το πάθος των αθλητών/αθλητριών.

Βιβλιογραφία

- Andrew, D.P.S. (2009). The impact of leadership behavior on satisfaction of college tennis players: a test of the leadership behavior congruency hypothesis of the multidimensional model of leadership. *Journal of Sport Behavior*, 32(3), 261-277.
- Aspers, P. & Corte, U. (2019). What is qualitative in qualitative research. *Qualitative sociology*, 42, 139-160.
- Astakhova, M. N. & Porter, G. (2015). Understanding the work passion–performance relationship: The mediating role of organizational identification and moderating role of fit at work. *Human relations*, 68(8), 1315-1346.
- Avcı, K.S., Çepikkurt, F. & Kale, E. K. (2018). Examination of the relationship between coach-athlete communication levels and perceived motivational climate for volleyball players. *Universal Journal of Educational Research*. 6 (2), 346-353.
- Baker, M. J. (2017). *Marketing strategy and management*. Bloomsbury Publishing.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986(23-28), 2.
- Barnett, N. P., Smoll, F. L. & Smith, R. E. (1992). Effect of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111-127.
- Bashir, F., Sajjad, Z., & Tahir, Z. (2021). Impact of Ethical Leadership on Green Creativity and Pro-Environmental Behaviour using GHRM Practices as a Mechanism; Moderated by Harmonious Passion. *RADS Journal of Business Management*, 3(2), 136-154.
- Bass, B. M. & Avolio, B. J. (1996). Multifactor leadership questionnaire. *Western Journal of Nursing Research*.
- Bass, B. M. & Riggio, R. E. (2006). *Transformational leadership* (2nd ed.). Psychology Press.

- Bento, T., Vitorino, A., Cid, L., Monteiro, D., & Couto, N. (2024). Analysing the relation between passion, motivation, and subjective well-being in sport: A systematic review. *Sports*, 12(10), 279.
- Biddle, S. J. & Wang, C. J. (2003). Motivation and self-perception profiles and links with physical activity in adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 26(6), 687-701.
- Bill, T., Dessart, G. & Antonini Philippe, R. (2024). Does Ultra-Endurance Passion Make Athletes Happy? *Sports*, 12(6), 149.
- Black, S. J., & Weiss, M. R. (1992). The relationship among perceived coaching behaviors, perceptions of ability, and motivation in competitive age-group swimmers. *Journal of sport and exercise psychology*, 14(3), 309-325.
- Bollók, S., Takács, J., Kalmár, Z., & Dobay, B. (2011). External and internal sport motivations of young adults. *Biomedical Human Kinetics*, 3(2011), 101-105.
- Brown, M. E., Treviño, L. K., & Harrison, D. A. (2005). Ethical leadership: A social learning perspective for construct development and testing. *Organizational behavior and human decision processes*, 97(2), 117-134.
- Burton, L. J., & Peachey, J. W. (2014). Organizational culture mediates the relationship between transformational leadership and work outcomes. *Journal of Intercollegiate Sport*, 7(2), 153-174.
- Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M., & Ford, M. T. (2014). Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: a 40-year meta-analysis. *Psychological bulletin*, 140(4), 980.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport and Exercise psychology*, 6(1), 27-41.
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International journal of sport psychology*.

- Chirkov, V. I., & Ryan, R. M. (2001). Parent and teacher autonomy-support in Russian and US adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of cross-cultural psychology*, 32(5), 618-635.
- Cohen, D. J., Cicchetti, D., & Cohen, D. J. (2006). *Developmental psychopathology: Theory and method*. John Wiley and Sons.
- Coppel, D. B. (1995). Relationship issues in sport: A marital therapy model. In S.M.Murphy (Ed.), *Sport psychology interventions* (pp. 193-204). Champaign, IL: Human Kinetics
- Cox, R. H. (2004). Αθλητική ψυχολογία: Έννοιες και εφαρμογές. (Επιμ.): Ζέρβας Γιάννης. Αθήνα: Επιστημονικές Εκδόσεις ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΥ ΑΕ.
- Cresswell, S. L. & Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *The Sport Psychologist*, 21(1), 1–20.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *psychometrika*, 16(3), 297-334.
- Crown, J. & Heatherington, L. (1989). The costs of winning? The role of gender in moral reasoning and judgments about competitive athletic encounters. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 281-289.
- Ryan, R., Williams, G., Patrick, H. & Deci, E. (2009). Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 107-124.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2013). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.

- Drewe, S. B. (2000). Coaches, ethics and autonomy. *Sport, education and society*, 5(2), 147-162.
- Etikan, I., & Babtope, O. (2019). A basic approach in sampling methodology and sample size calculation. *Med Life Clin*, 1(2), 1006.
- Eys, M. A., Burke, S. M., Carron, A. V. & Dennis, P. W. (2006). The sport team as an effective group. *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 157-173.
- Fenwick, G. D., & Neal, D. J. (2001). Effect of gender composition on group performance. *Gender, work & organization*, 8(2), 205-225.
- Fiese, B. H., Wilder, J., & Bickham, N. L. (2000). Family context in developmental psychopathology. *Handbook of developmental psychopathology*, 115-134.
- Figueiredo, A. J., Gonçalves, C. E., Coelho e Silva, M. J., & Malina, R. M. (2009). Characteristics of youth soccer players who drop out, persist or move up. *Journal of sports sciences*, 27(9), 883-891.
- Fransen, K., Boen, F., Vansteenkiste, M., Mertens, N., & Vande Broek, G. (2018). The power of competence support: The impact of coaches and athlete leaders on intrinsic motivation and performance. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(2), 725-745.
- Fujita, T. (2011). Preliminary study of passion in sport (in Japanese)[supotsu ni okeru jounetsu no yobiteki kentou]. *Bull. Fac. Educ. Kagoshima Univ. Cult. Soc. Sci*, 63, 81-87.
- Gervis, M. & Dunn, N. (2004). The emotional abuse of elite child athletes by their coaches. *Child Abuse Review: Journal of the British Association for the Study and Prevention of Child Abuse and Neglect*, 13(3), 215-223.
- Gill, D. L., Williams, L. & Reifsteck, E. J. (2017). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Human Kinetics.
- Gould, D., Dieffenbach, K. & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of applied sport psychology*, 14(3), 172-204.

Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M. & Bull, F. C. (2018). Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1·9 million participants. *The lancet global health*, 6(10), e1077-e1086.

Hemery, D. (1986). The pursuit of sporting excellence: A study of sport's highest achievers. (*No Title*).

Hemphill, J. K. & Coons, A. E. (1957). Development of the leader behavior description questionnaire. In R. M. Stogdill & A. E. Coons (Eds.), *Leader behavior: Its description and measurement*. Columbus: Ohio State University Press

Houffort, N. & Sauvé, F. (2010). *Santé psychologique des enseignants de la Fédération autonome de l'enseignement*. Montréal, QC: École nationale d'administration publique.

Iso-Ahola, S. E. (1995). Intrapersonal and interpersonal factors in athletic performance. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 5(4), 191-199.

Jordan, J. S., Greenwell, T. C., Geist, A. L., Pastore, D. L. & Mahony, D. F. (2004). Coaches' perceptions of conference code of ethics. *Physical Educator*, 61(3), 131.

Jowett, S. (2003). When the “honeymoon” is over: A case study of a coach-athlete dyad in crisis. *The sport psychologist*, 17(4), 444-460.

Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. In I.M. Cockerill (Ed.), *Solutions in sport psychology*, 16, 31. London: Thomson Learning.

Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of sport and exercise*, 4(4), 313-331.

Jowett, S. & Meek, G. A. (2000). The coach-athlete relationship in married couples: An exploratory content analysis. *The sport psychologist*, 14(2), 157-175.

Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., McClintok, E., Peplau, L.A. & Peterson, D. R. (1983). *Close relationships*. New York: Freeman

Kelly, S. E., Bourgeault, I. & Dingwall, R. (2010). Qualitative interviewing techniques and styles. *The SAGE handbook of qualitative methods in health research*, 307-326.

Kline, W. N. (1996). Integrating quantitative and qualitative methods in social marketing research. *Social Marketing Quarterly*, Winter.

Kinard, E. M. (2002). Participation in social activities: Maternal ratings of maltreated and nonmaltreated children. *American journal of orthopsychiatry*, 72(1), 118-127.

Korhonen, A. (2021). *Ethical Leadership in Everyday Sports Coaching* (Master's thesis, Itä-Suomen yliopisto).

Lalande, D., Vallerand, R. J., Lafrenière, M. A. K., Verner-Filion, J., Laurent, F. A., Forest, J. & Paquet, Y. (2017). Obsessive passion: A compensatory response to unsatisfied needs. *Journal of personality*, 85(2), 163-178.

Leary, M. R. & Baumeister, R.F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in experimental social psychology*, 32.

Lindner, K. J. & Kerr, J. (2001). Predictability of sport participation motivation from metamotivational dominances and orientations. *Personality and Individual Differences*, 30(5), 759-773.

Lobato, R. M., García-Coll, J. & Moyano, M. (2023). Disconnected out of passion: relationship between social alienation and obsessive passion. *Journal of interpersonal violence*, 38(1-2), 1950-1969.

Lord, R. G. & Maher, K. J. (2002). *Leadership and information processing: Linking perceptions and performance*. Routledge.

Luu, T.T. (2022). “How and when to activate hospitality employees’ organizational citizenship behavior for the environment in South Korea and Vietnam”, *Journal of Sustainable Tourism*. doi: 10.1080/09669582.2022.2127741.

MacDonald, D. J. (2010). *The role of enjoyment, motivational climate, and coach training in promoting the positive development of young athletes* (Doctoral dissertation, Queen's University, Kingston, Ontario, Canada).

Martin, E. M. & Horn, T. S. (2013). The role of athletic identity and passion in predicting burnout in adolescent female athletes. *The Sport Psychologist*, 27(4), 338-348.

Maffetone, P.B. & Laursen, P.B. (2020). Revisiting the global overfat pandemic. *Front Public Health*, 8:51.

Maffetone, P.B., Rivera-Dominguez, I. & Laursen, P.B. (2016) Overfat and underfat: new terms and definitions long overdue. *Front Public Health*. 4:279.

Mageau, G. A. & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of sports science*, 21(11), 883-904.

Malina, M. (2009). Children and adolescents in the sport culture: the overwhelming majority to the select few. *Journal of exercise science & fitness*, 7(2), S1-S10.

Mannell, R. C. & Reid, D. G. (1999). Work and leisure. *Leisure Studies: Prospects for the twenty-first century*, 151-165.

Maxwell, J. C. (2014). The 21 irrefutable laws of leadership. *LEADERSHIP*, 4, 3.

McCullagh, P., Law, B. & Ste-Marie, D. (2012). Modeling and performance. *The Oxford handbook of sport and performance psychology*, 250-272.

McKay, C. D., Cumming, S. P. & Blake, T. (2019). Youth sport: friend or foe? *Best practice & research Clinical rheumatology*, 33(1), 141-157.

McNamee, M. (2010). *The ethics of sports: a reader* (pp. xiv+-505).

Méndez-Alonso, D., Prieto-Saborit, J. A., Bahamonde, J. R. & Jiménez-Arberás, E. (2021). Influence of psychological factors on the success of the ultra-trail runner. *International journal of environmental research and public health*, 18(5), 2704.

Merkel, D. L. (2013). Youth sport: positive and negative impact on young athletes. *Open access journal of sports medicine*, 151-160.

Miller, K. E., Melnick, M. J., Barnes, G. M., Sabo, D. & Farrell, M. P. (2007). Athletic involvement and adolescent delinquency. *Journal of youth and adolescence*, 36(5), 711-723.

Moeller, J. & Grassinger, R. (2013). Passion as concept of the psychology of motivation. *Conceptualization, assessment, inter-individual variability and long-term stability [PhD Thesis]. Erfurt, Germany: University of Erfurt.*

Mondello, M. J. & Janelle, C. M. (2001). A comparison of leadership styles of head coaches and assistant coaches at a successful Division I athletic program. *International Sports Journal*, 5(2), 40-49.

Nikaïen, Z., Ganjouie, F. A., Tondnevis, F. & Kamkari, K. (2012). Effects of leadership styles on coaches of Iran's national teams success and athletes' perception of success.

Nicholls, A. R. (2021). *Psychology in sports coaching: Theory and practice*. Routledge.

Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397-409.

Pandya, N. K. (2021). Disparities in youth sports and barriers to participation. *Current reviews in musculoskeletal medicine*, 1-6.

Papaioannou, A. (1998). Students' perceptions of the physical education class environment for boys and girls and the perceived motivational climate. *Research Quarterly for exercise and sport*, 69(3), 267-275.

Papaioannou, A., Bebetos, E., Theodorakis, Y., Christodoulidis, T., & Kouli, O. (2006). Causal relationships of sport and exercise involvement with goal orientations, perceived competence and intrinsic motivation in physical education: A longitudinal study. *Journal of sports sciences*, 24(4), 367-382.

- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of sport and exercise*, 14(3), 329-341.
- Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M. & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35-53.
- Petranchuk, T. (2019). The Impact of Extrinsic Motivation on Athletic Performance. *State niversity Of New York*.
- Philippe, F. L., Vallerand, R. J. & Lavigne, G. L. (2009). Passion does make a difference in people's lives: A look at well-being in passionate and non-passionate individuals. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(1), 3-22.
- Philippe, R. A., Lafreniere, A. K., Paquet, Y. & Hauw, D. (2014). Passion for ski mountaineering and relationship quality: The mediating role of team cohesion. *International Journal of Sport Psychology*, 45(5), 469-486.
- Pyke, F. (1992). The expanding role of the modern coach. *The Pinnacle*, 9(3), 15-21.
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of Management journal*, 26(2), 368-376.
- Reinboth, M., Duda, J. L. & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and emotion*, 28(3), 297-313.
- Robinson, T.T. & Carron, A.V. (1982) Personal and situational factors associated with dropping out versus maintaining participating in competitive sport. *Journal of Sport Psychology*, 4, 364–378.
- Rony, A. (1990). *Les passions*. Paris: Presses Universitaires de France.

- Rosenbach, W. & Taylor, R. (1993). Contemporary issues in leadership (pp. 1-25). Boulder, Colorado.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67.
- Ryan, R. M., Williams, G. C., Patrick, H. & Deci, E. L. (2009). Self-Determination Theory and Physical Activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6(2), 107-124.
- Salvator, H., Grassin-Delyle, S., Naline, E., Brollo, M., Fournier, C. & Couderc, L.J, (2020). Contrasting effects of adipokines on the cytokine production by primary human bronchial epithelial cells: inhibitory effects of adiponectin. *Front Pharmacol.* 11:56. doi: 10.3389/fphar.2020.00056
- Schacter, D. L., Gilbert, D. T. & Wegner, D. M. (2012). Ψυχολογία (1η εκδ.). (Επιμ.): Βοσνιάδου Στέλλα. Αθήνα: Gutenberg.
- Seefeldt, V. D. & Ewing, M. E. (1997). Youth Sports in America: An Overview. *President's council on physical fitness and sports research digest*.
- Shennan, C. A., Fuller, R. & Speed, H. D. (2000). Gender comparisons of preferred coaching behaviors in Australian sports.
- Siegel, S. R., Peña Reyes, M. E., Cárdenas Barahona, E. E. & Malina, R. M. (2009). Participation in organized sport among urban Mexican youth.
- Silva, M. J. C., Sobral, F. & Malina, R. M. (2009). Motivation for sport in portuguese youth: biological and social dimensions.
- Smoll, F. L. & Smith, R. E. (1989). Leadership behaviors in sport: a theoretical model and research paradigm 1. *Journal of applied social psychology*, 19(18), 1522-1551.
- St-Cyr, J., Vallerand, R. J. & Chénard-Poirier, L. A. (2021). The role of passion and achievement goals in optimal functioning in sports. *International journal of environmental research and public health*, 18(17), 9023.

Strong, W.B., Malina, R.M., Blimkie, C.J.R., Daniels, S.R., Dishman, R.K., Gutin, B., Hergenroeder, A.C., Must, A., Nixon, P.A., Pivarnik, J.M., Rowland, T., Trost, S. & Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for school youth. *J Pediatr* 146:732–7

Szabo, A. & Demetrovics, Z. (2022). *Passion and addiction in sports and exercise*. Routledge.

Treviño, L. K., Hartman, L. P. & Brown, M. (2000). Moral person and moral manager: How executives develop a reputation for ethical leadership. *California management review*, 42(4), 128-142.

Turnnidge, J. & Côté, J. (2018). Applying transformational leadership theory to coaching research in youth sport: A systematic literature review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 327-342.

Uğraş, S., Mergan, B., Çelik, T., Hidayat, Y., Özman, C., & Üstün, Ü. D. (2024). The relationship between passion and athlete identity in sport: the mediating and moderating role of dedication. *BMC psychology*, 12(1), 76.

Vallée, C. N. & Bloom, G. A. (2005). Building a successful university program: Key and common elements of expert coaches. *Journal of applied sport psychology*, 17(3), 179-196.

Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in experimental social psychology/Academic Press*.

Vallerand, R. J. (2000). Deci and Ryan's self-determination theory: A view from the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychological inquiry*, 11(4), 312-318.

Vallerand, R. J. (2007). Passion for sport in athletes. *Human Kinetics*.

Vallerand, R. J. (2010). On passion for life activities: The dualistic model of passion. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 42, pp. 97-193). Academic Press.

Vallerand, R. J. (2012). The dualistic model of passion in sport and exercise. *Advances in motivation in sport and exercise*, 3, 169-206.

- Vallerand, R.J. (2012). The Role of Passion in Sustainable Psychological Well-Being. *Psychol. Well- Theory Res. Pract.* 2, 1
- Vallerand, R. J. (2017). On the two faces of passion: harmonious and the obsessive. *The science of interest*, 149-173.
- Vallerand, R. J. & Houliort, N. (2003). Passion at Work: Toward a New Conceptualization, Vol. 7. *Charlotte: Information Age Publishing.*
- Vallerand, R. J. & Miquelon, P. (2007). Passion for sport in athletes. In D. Lavallée, & S. Jowett (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 249–262). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vallerand, R. J. & Verner-Filion, J. (2020). Theory and research in passion for sport and exercise. *Handbook of sport psychology*, 206-229.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M. & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame: obsessive and harmonious passion. *Journal of personality and social psychology*, 85(4), 756.
- Vallerand, R. J., Houliort, N. & Forest, J. (2014). Passion for work: Determinants and outcomes. *The Oxford handbook of work engagement, motivation, and self-determination theory*, 85-105.
- Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Dumais, A., Demers, M. A. & Rousseau, F. (2008). Passion and performance attainment in sport. *Psychology of sport and*
- Vallerand, R. J., Paquet, Y., Philippe, F. L. & Charest, J. (2010). On the role of passion for work in burnout: A process model. *Journal of personality*, 78(1), 289-312.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. & Guay, F. (2003). The psychological nature of passion: A passion model theory. *Advances in experimental social psychology*, 35, 163-220.
- Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Grouzet, F. M., Dumais, A., Grenier, S. & Blanchard, C. M. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 454-478.

Vallerand, R.J. & Verner-Filion, J. (2020). Theory and Research in Passion for Sport and Exercise. In *Handbook of Sport Psychology*; John Wiley & Sons, Ltd.: Hoboken, NJ, USA; pp. 206–229. ISBN 978-1-119-56812-4

Weinberg, R. S. & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (2nd ed.). United States of America: Human Kinetics

Weinberg, S. & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human kinetics.

Weiss, M. R., & Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational orientations and sport behavior. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 101–170). Champaign, IL: Human Kinetics.

Werthner, P. (2005). Making the case: Coaching as a viable career path for women. *Canadian Journal for Women in Coaching*, 5(3), 1-9.

White, S. & Rezanian, D. (2019). The impact of coaches' ethical leadership behaviour on athletes' voice and performance: The role of accountability. *Sport, Business and Management: An International Journal*, 9(5), 460-476.

Woodman, L. (1993). Coaching: a science, an art, an emerging profession. *Sports Science Review*, 2, 1-13.

World Health Organization (WHO) (2014). The top 10 causes of death. (2024, November 29) Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs310/en/>

Yahui, S. & Jian, Z. (2015). Does work passion promote work performance? From the perspective of Dualistic Model of Passion. *Advances in Management*, 8(2), 9.

Yen, C. H., Han, T. C. & Wen, Y. S. (2024). Authentic leadership and organizational citizenship behaviors: How do harmonious passion and obsessive passion mediate?. *Journal of Hospitality and Tourism Insights*, 7(4), 1871-1889.

Ελληνική Βιβλιογραφία

Αναστασιάδου, Σοφία. (2012). *Στατιστική και μεθοδολογία έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες*. Αθήνα: Εκδόσεις Κριτική.

Δρακόπουλος, Σ., Γκότσης, Γ. & Γριμάνη, Κ. (2015). *Μεθοδολογία Κοινωνικών και Οικονομικών Επιστημών: Μία Εισαγωγή*. Ανακτήθηκε Δεκέμβριο 15, 2024 από Ελληνικά Ακαδημαϊκά Ηλεκτρονικά Συγγράμματα και Βοηθήματα: www.Kallipos.gr

Ζαφειρόπουλος, Κ. (2015). Πώς γίνεται μια επιστημονική εργασία; Επιστημονική έρευνα και συγγραφή εργασίας (2η έκδοση). Εκδόσεις ΚΡΙΤΙΚΗ.

Θεοδωράκης, Ν. & Μπεμπέτσος, Ε. (2003). Διερεύνηση της ικανοποίησης αθλητών : Μία πρώτη προσέγγιση. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 1, 197-203

Μαντουλίδης, Ε. (2009). Ετυμολογικό Λεξικό της Αρχαίας Ελληνικής. *Θεσσαλονίκη, Μαντουλίδης*.

Μιχαηλίδου, Μ. (2005). *Η επίδραση της καταπιεστικής συμπεριφοράς των προπονητών στην αθλητική καριέρα των αθλητών* (Διδακτορική Διατριβή). Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ). Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Σέρρες).

Παράρτημα Α: «Ερωτηματολόγιο Έρευνας»

	Items	1	2	3	4	5
	Εισαγωγική ερώτηση: <i>Διαβάζοντας καθεμία από τις παρακάτω προτάσεις, σας παρακαλούμε να δηλώσετε το κατά πόσο συμφωνείτε ή διαφωνείτε με αυτές.</i>	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Ούτε διαφωνώ/ούτε συμφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
Ηθική Ηγεσία Προπονητή/-τριας (Coach Ethical Leadership)						
1.	Ο προπονητής/-τρια μου ακούει τι έχουν να πουν οι αθλητές/-τριες τους/-ις.					
2.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου θεωρεί ως επιτυχία όχι μόνο τα αποτελέσματα αλλά και τον τρόπο με τον οποίο αυτά επιτυγχάνονται.					
3.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου συμπεριφέρεται με ήθος στην προσωπική του/-ης ζωή.					
4.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου τιμωρεί τους αθλητές που παραβιάζουν τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας.					
5.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου λαμβάνει δίκαιες και ισορροπημένες αποφάσεις.					
6.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου είναι αξιόπιστος/η.					
7.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου συζητά με τους/τις αθλητές/-τριες του/της για τις ηθικές αρχές και αξίες που πρέπει να τηρούνται στο άθλημά τους.					
8.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου αποτελεί παράδειγμα για το πώς να κάνεις τα πράγματα σωστά από άποψη ηθικής.					
9.	Ο/Η προπονητής/-τρια μου φροντίζει για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα των αθλητών/-τριών του/της.					
10.	Κατά τη λήψη αποφάσεων ο/η προπονητής/-τρια μου ρωτάει: « ποια είναι η καλύτερη επιλογή;»					

	Items	1	2	3	4	5
	<i>Διαβάζοντας καθεμία από τις παρακάτω προτάσεις, σας παρακαλούμε να δηλώσετε τον βαθμό στον οποίο αυτές οι προτάσεις ανταποκρίνονται ή όχι στους λόγους για τους οποίους εξασκείτε αυτό το άθλημα;</i>	Δεν ανταποκρίνεται καθόλου	Ανταποκρίνεται σε μικρό βαθμό	Ανταποκρίνεται Μέτρια	Ανταποκρίνεται σε μεγάλο βαθμό	Ανταποκρίνεται σε πλήρως
	Κίνητρο Αθλητών/-τριών (Athletes' Motivation)					
1.	Παλαιότερα είχα σοβαρούς λόγους για να ασχολούμαι με τον αθλητισμό, αλλά τώρα αναρωτιέμαι αν πρέπει να συνεχίσω.					
2.	Δεν είμαι σίγουρος/η πια. Έχω την εντύπωση ότι δεν είμαι ικανός/-ή να πετύχω σε αυτό το άθλημα.					
3.	Δεν μου είναι ξεκάθαρο πλέον. Δεν πιστεύω πραγματικά ότι η θέση μου είναι στον αθλητισμό.					
	Εξασκώ αυτό το άθλημα...					
4.	Επειδή μου δίνει ευχαρίστηση να μαθαίνω περισσότερα για το άθλημά μου.					
5.	Επειδή με ενδιαφέρει πολύ να μάθω πώς μπορώ να βελτιωθώ.					
6.	Επειδή αισθάνομαι ευχαρίστηση όταν ανακαλύπτω νέες στρατηγικές για την απόδοσή μου.					
7.	Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αντικατοπτρίζει την ουσία του ποιος/-ά είμαι.					
	Όταν διαβάσετε αυτή την πρόταση παρακαλούμε να σημειώσετε 3					
8.	Επειδή μέσου του αθλητισμού νιώθω ότι η ζωή μου εναρμονίζεται με τις βαθύτερες αξίες μου.					

	Items	1	2	3	4	5
9.	Επειδή η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ζωής μου.					
	Εισαγωγική ερώτηση: <i>Διαβάζοντας καθεμία από τις παρακάτω προτάσεις, σας παρακαλούμε να δηλώσετε το κατά πόσο συμφωνείτε ή διαφωνείτε με αυτές.</i>	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Ούτε διαφωνώ/ούτε συμφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
	Πάθος Αθλητών/-τριών (Athletes' Passion)					
1.	Ξοδεύω πολύ χρόνο κάνοντας αυτό το άθλημα.					
2.	Μου αρέσει αυτό το άθλημα.					
3.	Αυτό το άθλημα είναι σημαντικό για εμένα.					
4.	Αυτό το άθλημα είναι το πάθος μου.					
5.	Αυτό το άθλημα αποτελεί μέρος του ποιος/-ά είμαι.					
6.	Αυτό το άθλημα είναι ένα πάθος το οποίο καταφέρνω να ελέγξω.					
7.	Τα νέα πράγματα τα οποία ανακαλύπτω μέσα από αυτό το άθλημα με κάνουν να το εκτιμήσω ακόμη περισσότερο.					
	Όταν διαβάσετε αυτή την πρόταση παρακαλούμε να σημειώσετε 2					
8.	Αυτό το άθλημα αντικατοπτρίζει τις αξίες εκείνες που μου αρέσουν στον εαυτό μου.					
9.	Αυτό το άθλημα μου προσφέρει τη δυνατότητα να βιώσω ποικίλες εμπειρίες.					
10.	Το άθλημά μου είναι πλήρως ενσωματωμένο στον τρόπο ζωής μου.					
11.	Το άθλημά μου εναρμονίζεται με τα υπόλοιπα πράγματα τα οποία αποτελούν μέρος της προσωπικότητάς μου.					

	Items	1	2	3	4	5
12.	Δυσκολεύομαι να ελέγξω την παρόρμηση που αισθάνομαι όταν κάνω το άθλημά μου.					
13.	Έχω σχεδόν εμμονή με αυτό το άθλημα					
14.	Αυτό το άθλημα είναι το μόνο πράγμα που με συναρπάζει πραγματικά.					
15.	Αν μπορούσα θα έκανα μόνο το άθλημά μου.					
16.	Το άθλημά μου είναι τόσο συναρπαστικό που μερικές φορές χάνω τον έλεγχο σε σχέση με αυτό.					
17.	Είμαι συναισθηματικά εξαρτημένος με αυτό το άθλημα.					

Υπεύθυνη Δήλωση Συγγραφέα:

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν.1599/1986, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής μου εργασίας, δεν προσβάλλει κάθε μορφής δικαιώματα διανοητικής ιδιοκτησίας, προσωπικότητας και προσωπικών δεδομένων τρίτων, δεν περιέχει έργα/εισφορές τρίτων για τα οποία απαιτείται άδεια των δημιουργών/δικαιούχων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον και πληρούν τους κανόνες της επιστημονικής παράθεσης.