

Η ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΠΑΙΚΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

του Μιλτιάδη Παπαδόπουλου

Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία που υποβάλλεται στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων απόκτησης Διπλώματος Μεταπτυχιακών Σπουδών στην «Διοίκηση Αθλητικών Οργανισμών και Επιχειρήσεων» του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού του Παν/μίου Πελοποννήσου στην «Μάνατζμεντ Αθλητικών Οργανισμών & Επιχειρήσεων».

Σπάρτη

2022

Εγκεκριμένο από την Εξεταστική Επιτροπή:

Επιβλέπων: Τραυλός Αντώνιος, Καθηγητής

2^ο Μέλος: Παναγιώτα Αντωνοπούλου, Αναπλ. Καθηγήτρια

3^ο Μέλος: Παπαδόπουλος Ανδρέας, ΕΕΠ

Υπεύθυνη Δήλωση

Με ατομική μου ευθύνη και γνωρίζοντας τις κυρώσεις που προβλέπονται από τις διατάξεις του άρθρου 18 (Λόγοι και διαδικασία διαγραφής από το ΠΜΣ) του Κανονισμού Λειτουργίας Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, δηλώνω υπεύθυνα ότι για τη συγγραφή της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής μου Εργασίας (ΜΔΕ) δεν χρησιμοποίησα ολόκληρο ή μέρος έργου άλλου δημιουργού ή τις ιδέες και αντιλήψεις άλλου δημιουργού χωρίς να γίνεται αναφορά στην πηγή προέλευσης (βιβλίο, άρθρο από εφημερίδα ή περιοδικό, ιστοσελίδα κλπ.).

Ημερομηνία: 26/06/2022

Ο Δηλών

ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ

(Υπογραφή)

Copyright © ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ, 2022

Με επιφύλαξη κάθε δικαιώματος. All rights reserved.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας, εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον συγγραφέα.

Οι απόψεις και τα συμπεράσματα που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο εκφράζουν τον συγγραφέα και δεν πρέπει να ερμηνευθεί ότι αντιπροσωπεύουν τις επίσημες θέσεις του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Παπαδόπουλος Μιλτιάδης: Η ενσυναίσθηση επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης
(Με την επίβλεψη του Αντωνίου Κ. Τραυλού, Καθηγητή)

Η ενσυναίσθηση αποτελεί μία λειτουργία του ανθρώπου η ύπαρξη της οποίας είναι ιδιαίτερα σημαντική για όλες τις λειτουργίες της καθημερινότητάς του. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η μελέτη του βαθμού ανάπτυξης της ενσυναίσθησης στους επαγγελματίες αθλητές καλαθοσφαίρισης, καθώς και οι παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξή του, μεταξύ των οποίων οι δημογραφικοί παράγοντες, ηλικία, επίπεδο εκπαίδευσης, οικογενειακή κατάσταση και περιοχή διαμονής. Αρχικά πραγματοποιήθηκε μία ευρύτερη μελέτη αναφορικά με τον ορισμό της ενσυναίσθησης, ενώ στη συνέχεια πραγματοποιήθηκε ανασκόπηση της υπάρχουσας βιβλιογραφία αναφορικά με την αναγκαιότητα του αθλητισμού και των κινήτρων συμμετοχής σε αυτών, τους παράγοντες επιρροής των αθλητών καλαθοσφαίρισης, καθώς και τα στύλ της προπονητικής ηγεσίας, τον ορισμό, τα είδη και τα επίπεδα ενσυναίσθησης και τους παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν την ενσυναίσθηση. Στην συνέχεια πραγματοποιήθηκε διεξαγωγή έρευνας σε 100 επαγγελματίες αθλητές καλαθοσφαίρισης μέσα από ποσοτική έρευνα και τη χρήση δομημένου ερωτηματολογίου, το οποίο συμπεριελάμβανε τις υποκλίμακες της Κλίμακας Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης (Interpersonal Reactivity Index [IRI]: τη γνωστική ενσυναίσθηση, τη φαντασιακή ενσυναίσθηση, το ενσυναίσθητο ενδιαφέρον και την προσωπική δυσφορία. Παράλληλα, αναλύθηκαν και οι μεταβλητές της ηλικίας, του επιπέδου εκπαίδευσης, της οικογενειακής κατάστασης και της περιοχής διαμονής. Μέσα από τη στατιστική ανάλυση που πραγματοποιήθηκε έγινε σαφές πως οι παράγοντες αυτοί επηρεάζουν σημαντικά την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, με την κάθε μία να επηρεάζει με διαφορετικό τρόπο την ανάπτυξη κάθε υποκλίμακας της ενσυναίσθησης.

Λέξεις κλειδιά: *Ενσυναίσθηση, Αθλητισμός, Υποκλίμακα IRI, Είδη ενσυναίσθησης, Επίπεδα ενσυναίσθησης*

ABSTRACT

Papadopoulos Miltiadis: Empathy of professional basketball players

(With the supervision of Antonios K. Travlos, Professor)

Empathy is a function of man whose existence is particularly important for all functions of his daily life. The purpose of this study is to examine the degree of development of empathy in professional basketball athletes, as well as the factors that affect its development, including demographic factors, such as, age, level of education, marital status, and area of residence. Initially, a broader study was conducted on the definition of empathy, followed by a review of the existing literature on the necessity of sports and the motivations for participating in them, the factors influencing basketball players, as well as coaching leadership styles, , the types and levels of empathy and the factors that affect empathy. A survey of 100 professional basketball players was then conducted through quantitative research and the use of a structured questionnaire, which included the Interpersonal Reactivity Index (IRI) subscales: cognitive empathy, imaginative empathy, conscious interest, and personal discomfort. At the same time, the variables of age, level of education, marital status and area of residence were analyzed. The findings of the study indicated that these factors significantly affect the development of empathy, with each one affecting in a different way the development of each subscale of empathy.

Key words: Empathy, Sports, IRI subscale, Types of empathy, Levels of empathy

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Ευχαριστώ θερμά τον καθηγητή μου κύριο Τραυλό Αντώνη για την πολύτιμη συμπαράστασή του καθόλη τη διάρκεια της εκπόνησης της μεταπτυχιακής μου διατριβής. Με παρότρυνε συνεχώς για το καλύτερο, ενώ οι επισημάνσεις και οι διορθώσεις του αποτέλεσαν στήριγμα και οδηγό μου σε όλη αυτήν την πορεία. Ευχαριστώ, επίσης, και τα υπόλοιπα μέλη της επιτροπής για την όποια καθοδήγησή τους. Τέλος, ένα μεγάλο ευχαριστώ στην οικογένειά μου για τη στήριξη που μου παρείχε.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	iv
ABSTRACT	v
ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ	vi
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ	ix
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ	x
ΚΕΦΑΛΑΙΟ I- ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	11
Θεωρητική Βάση της ενσυναίσθησης.....	12
Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος	12
Σκοπός της έρευνας.....	13
Ερευνητικές υποθέσεις.....	13
Περιορισμοί.....	14
Οριοθετήσεις	14
ΚΕΦΑΛΑΙΟ II- ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....	16
Η αναγκαιότητα του αθλητισμού και κίνητρα συμμετοχής	16
Στυλ προπονητικής ηγεσίας και απόδοση	17
Παράγοντες επιρροής των αθλητών καλαθοσφαίρισης.....	18
Ο ορισμός της ενσυναίσθησης	20
Τα είδη της ενσυναίσθησης.....	23
Τα επίπεδα της ενσυναίσθησης	26
Ενσυναίσθηση και προσωπικότητα.....	27
Παράγοντες επιρροής ενσυναίσθησης.....	27
Σύνοψη	29
Ανασκόπηση ερευνών για την ενσυναίσθηση.....	29
ΚΕΦΑΛΑΙΟ III – ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	36
Πληθυσμός και δείγμα.....	36
Εργαλείο συλλογής δεδομένων	37
Ερευνητική διαδικασία.....	39
Διαδικασία ανάλυσης	39
ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	40
Δημογραφικά στοιχεία	40
Ανάλυση αξιοπιστίας.....	40
Επίπεδα γνωστικής ενσυναίσθησης.....	40
Επίπεδα φαντασιακής ενσυναίσθησης	42
Επίπεδα ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος.....	43
Επίπεδα προσωπικής δυσφορίας	44

Κατανομή μεταβλητών έρευνας.....	45
Επιρροή φύλου.....	45
Επιρροή ηλικίας.....	45
Επιρροή επιπέδου εκπαίδευσης.....	47
Επιρροή οικογενειακής κατάστασης.....	49
Επιρροή περιοχής διαμονής.....	52
ΚΕΦΑΛΑΙΟ V - ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	54
Βιβλιογραφία.....	61
Παράρτημα.....	70
Ερωτηματολόγιο.....	70

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας	Τίτλος	Σελ.
1	Μέτρα θέσης και διασποράς γνωστικής ενσυναίσθησης	40
2	Μέτρα θέσης και διασποράς φαντασιακής ενσυναίσθησης	41
3	Μέτρα θέσης και διασποράς ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος	42
4	Μέτρα θέσης και διασποράς προσωπικής δυσφορίας	43
5	Έλεγχος κανονικής κατανομής μεταβλητών έρευνας μέσω τιμών z	44
6	Περίληψη αποτελεσμάτων της απλής ANOVA στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την ηλικία	45
7	Εκ των υστέρων συγκρίσεις Bonferroni για την ενσυναίσθηση ανά ηλικιακή ομάδα	46
8	Περίληψη αποτελεσμάτων της απλής ANOVA στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με το επίπεδο εκπαίδευσης	47
9	Εκ των υστέρων συγκρίσεις Bonferroni για την ενσυναίσθηση ανά επίπεδο εκπαίδευσης	48
10	Μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την οικογενειακή κατάσταση	49
11	Περίληψη αποτελεσμάτων του ελέγχου t για ανεξάρτητα δείγματα στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την οικογενειακή κατάσταση	50
12	Μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την περιοχή διαμονής	51
13	Περίληψη αποτελεσμάτων του ελέγχου t ανεξάρτητων δειγμάτων στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την περιοχή διαμονής	52

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

Διάγραμμα	Τίτλος	Σελ.
1	Κατανομή γνωστικής ενσυναίσθησης	40
2	Κατανομή φαντασιακής ενσυναίσθησης	41
3	Κατανομή ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος	42
4	Κατανομή προσωπικής δυσφορίας	43
5	Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις τομών ενσυναίσθησης	53

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η συμμετοχή στον αθλητισμό αποτελεί μία διαδικασία με αρκετά βραχυπρόθεσμα αλλά και μακροπρόθεσμα οφέλη, τόσο από άποψη σωματική όσο και από άποψη ψυχοκοινωνική, τα οποία είναι ακόμα πιο έντονα κατά την έναρξη του αθλήματος από νεαρή ηλικία (DiFiori et al., 2018). Σε γενικές γραμμές, η σωματική άσκηση προσφέρει σημαντικά οφέλη στην υγεία από όλες τις απόψεις, γεγονός που σημαίνει ότι παρουσιάζει οφέλη τόσο για την ψυχική, όσο και για την κοινωνική όσο και για τη σωματική υγεία (Tambalis & Sidossis, 2019). Κατά τα τελευταία χρόνια έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες αναφορικά με τον αθλητισμό, οι οποίες είχαν ως κοινό συμπέρασμα ότι αρκετοί είναι οι παράγοντες που παίζουν ρόλο στον αθλητισμό, ένας εκ των οποίων είναι η ψυχολογία. Κατά τον Martens (1987), αρκετοί είναι οι αθλητές που εκτός από τις φυσικές δεξιότητες έχουν την ικανότητα να αυτοσυγκεντρώνονται, να ελέγχουν τα επίπεδα του άγχους τους, να θέτουν τους σωστούς στόχους και να ανεβάζουν ψυχολογικά τον εαυτό τους.

Ο αθλητισμός αποτελεί στην ουσία μία από τις πιο σημαντικές δομές της κοινωνίας. Πιο συγκεκριμένα, η ομάδα μέσα στον χώρο, είτε τον σχολικό, είτε τον μαζικό, είτε τον ερασιτεχνικό ή επαγγελματικό έχει ως αποτέλεσμα να δημιουργεί σημαντικά οφέλη στο άτομο και σε πολλούς τομείς της προσωπικότητας του: τους γνωστικούς, τους κοινωνικούς, τους ψυχολογικούς, και τους κινητικούς (Eime et al., 2013). Ένα σημαντικό χαρακτηριστικό που αναπτύσσεται μέσα από την αλληλοεπίδραση και την ομαδικότητα αποτελεί η ενσυναίσθηση (empathy), ο ορισμός της οποίας έχει προκαλέσει σημαντικές συζητήσεις μεταξύ των ερευνητών μέχρι και σήμερα. Η ενσυναίσθηση αποτελούσε ανέκαθεν μία έννοια πολυδιάστατη, ο ορισμός της οποίας είχε ως αποτέλεσμα σημαντικές δυσκολίες στους ερευνητές. Αυτό που προκύπτει μέσα από την κοινή αυτή προσπάθεια των ερευνητών είναι ότι σε γενικές γραμμές η ενσυναίσθηση αποτελεί την προσπάθεια για κατανόηση της εμπειρίας ενός άλλου ατόμου και την προσπάθεια αντίληψης του κόσμου μέσα από τα μάτια του (Τσίτσας, 2009).

Θεωρητική Βάση της ενσυναίσθησης

Η ενσυναίσθηση αποτελεί μία σημαντική ικανότητα των ανθρώπων, η οποία τους επιτρέπει να παρατηρήσουν τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων και να δημιουργήσουν, αλλά και να διατηρήσουν, τις σχέσεις τους με τους υπόλοιπους ανθρώπους (Decety & Jackson, 2004). Η ανθρώπινη ενσυναίσθηση χαρακτηρίζεται από δύο βασικά συστατικά: τη *γνωστική ενσυναίσθηση* και τη *συναισθηματική ενσυναίσθηση*. Η πρώτη σχετίζεται με την προοπτική της υποδοχής, η οποία είναι ιδιαίτερα σημαντική για τη συνειδητοποίηση της συναισθηματικής κατάστασης των άλλων ανθρώπων (Healey & Grossman, 2018). Οι άνθρωποι με υψηλότερη γνωστική εμπάθεια μπορούν να εκτιμήσουν τα συναισθήματα και τις καταστάσεις από την προοπτική των άλλων ανθρώπων. Μέσα από αυτό οι άνθρωποι έχουν μία πιο αντικειμενική και λογική αντίληψη και ενσυναισθηματική συμπεριφορά απέναντι σε εκείνους που έχουν χαμηλή γνωστική ενσυναίσθηση (Green et al., 2018). Όσον αφορά τη συναισθηματική ενσυναίσθηση, αυτή είναι μία εξίσου σημαντική ικανότητα του ανθρώπου να κατανοεί τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων χωρίς κανένα άμεσο συναισθηματικό κόστος για τους ίδιους (Healy & Grossman, 2018). Η υψηλή συναισθηματική ενσυναίσθηση σχετίζεται ως έναν βαθμό με την προκοινωνική συμπεριφορά (Van Lissa et al., 2017). Οι έννοιες αυτές της ενσυναίσθησης, καθώς επίσης και ο τρόπος με τον οποίο αυτές διακρίνονται και τα είδη από τα οποία χαρακτηρίζονται θα αναλυθούν εκ βάθους στην παρούσα μελέτη.

Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος

Παρά το γεγονός ότι δεν υπάρχουν έρευνες αναφορικά με το υπό μελέτη θέμα, αρκετές είναι οι έρευνες που έχουν αναπτυχθεί γύρω από τον αθλητισμό και την ενσυναίσθηση και στις οποίες θα γίνει αναφορά στην παρούσα εργασία, σε μια προσπάθεια διερεύνησης του υπό μελέτη θέματος με όσο το δυνατόν περισσότερα στοιχεία. Μία έρευνα είναι εκείνη των Shima et al. (2021) σε 189 αθλητές κολεγίου αναφορικά με τον συσχετισμό μεταξύ αυτοαναφερόμενης ενσυναίσθησης και αθλητικής εμπειρίας σε νεαρούς ενήλικες. Ένα σημαντικό εύρημα ήταν ότι τόσο οι αθλητές ατομικών αθλημάτων όσο και οι αθλητές ομάδων έδειξαν υψηλά στάδια γνωστικής ενσυναίσθησης σε σχέση με τους μη αθλητές. Μέσα στα ίδια πλαίσια κινείται η έρευνα των Shima et al. (2021), αναφορικά με τον συσχετισμό μεταξύ αυτοαναφερόμενης ενσυναίσθησης και επιπέδων της φυσικής δραστηριότητας. Σε γενικές γραμμές αρκετές

είναι οι έρευνες που αφορούν τη ενσυναίσθηση και τον αθλητισμό και στις οποίες θα γίνει αναφορά, ωστόσο οι έρευνες αυτές δεν επικεντρώνονται στον επαγγελματικό αθλητισμό και δη την καλαθοσφαίριση και εδώ έγκειται και το ερευνητικό κενό το οποίο θα αποπειραθεί να καλύψει η συγκεκριμένη έρευνα.

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της παρούσας έρευνας αποτελεί η διερεύνηση των επιπέδων ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, όπως αυτή εκφράζεται μέσα από τέσσερις τομείς και να εξεταστεί αν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά επηρεάζουν τους τομείς αυτούς της ενσυναίσθησης. Οι τέσσερις αυτοί τομείς πάνω στους οποίους θα εξεταστεί η ενσυναίσθηση στους επαγγελματίες καλαθοσφαιριστές είναι οι εξής: η *γνωστική ενσυναίσθηση*, η *φανταστική ενσυναίσθηση*, το *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον*, και η *προσωπική δυσφορία*. Οι τομείς της ενσυναίσθησης θα μετρηθούν μέσω του εργαλείου «Κλίμακα Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης» (Interpersonal Reactivity Index – IRI) (Davis, 1980; Davis, 1983; Davis, 1994). Το εργαλείο αξιολογεί τη γενική ικανότητα του ατόμου ως προς την ενσυναίσθηση, αναγνωρίζοντας την πολυδιάστατη φύση της έννοιας, εφόσον περιλαμβάνει τέσσερις βασικούς τομείς.

Ερευνητικές υποθέσεις

Οι ερευνητικές υποθέσεις είναι:

1. Τα επίπεδα της γνωστικής ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αναμένεται να κινηθούν κατά μέσο όρο σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά.
2. Τα επίπεδα της φανταστικής ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αναμένεται να κινηθούν κατά μέσο όρο σε ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια.
3. Τα επίπεδα του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αναμένεται να κινηθούν κατά μέσο όρο σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά.
4. Τα επίπεδα της προσωπικής δυσφορίας σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αναμένεται να κινηθούν κατά μέσο όρο σε ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια.
5. Αναμένεται πως τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης επηρεάζουν τους τέσσερις παραπάνω τομείς της ενσυναίσθησης.

Περιορισμοί

Μέχρι και σήμερα, οι έρευνες γύρω από το ζήτημα της ενσυναίσθησης και του επαγγελματικού αθλητισμού είναι σε μεγάλο βαθμό περιορισμένες και δεν εστιάζουν σε αθλητές καλαθοσφαίρισης, αλλά κυρίως σε εκπαιδευτικούς και ΑΜΕΑ. Αυτός είναι και ο λόγος που κρίνεται σκόπιμο να ερευνηθούν εκείνοι οι παράγοντες που θα αναδείξουν την ενσυναίσθηση στους αθλητές της καλαθοσφαίρισης. Ωστόσο, η έρευνα έγκειται σε αρκετούς περιορισμούς, ο σημαντικότερος από τους οποίους αποτελεί το περιορισμένο δείγμα της έρευνας, καθώς επίσης και η έλλειψη σημαντικής βιβλιογραφικής ανασκόπησης. Ακόμα, το δείγμα της έρευνας δημιουργήθηκε με δειγματοληψία χωρίς πιθανότητα και συγκεκριμένα δειγματοληψία ευκολίας. Αυτό είχε ως συνέπεια τη δημιουργία ενός μη αντιπροσωπευτικού δείγματος και έτσι τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας δεν μπορούν να γενικευθούν σε όλο τον πληθυσμό. Ωστόσο, αποτελούν μια δομημένη βάση για μελλοντικές έρευνες. Επίσης, ένας περιορισμός της εργασίας είναι η αξιολόγηση της ενσυναίσθησης. Για την αξιολόγηση αυτή, δίνεται ερωτηματολόγιο όπου το συμπληρώνει το ίδιο το δείγμα για τον εαυτό του. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να μην υπάρχει κάποιο μέσο για τον έλεγχο της ειλικρίνειας των απαντήσεων. Αυτό βέβαια αποτελεί έναν περιορισμό για κάθε ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς (Creswell & Creswell, 2017). Παρά τους περιορισμούς της, όμως, η έρευνα αυτή θα ενισχύσει σημαντικά τη βιβλιογραφία γύρω από το υπό μελέτη θέμα και θα αποτελέσει έναυσμα για περισσότερες αντίστοιχες μελέτες, προκειμένου το ζήτημα της ενσυναίσθησης στον επαγγελματικό αθλητισμό να μελετηθεί σε βάθος.

Οριοθετήσεις

Αρχικά, σημειώνεται πως το δείγμα της έρευνας βασίστηκε σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης και μόνο. Η είσοδος στο δείγμα απαιτούσε μόνο αυτή την ιδιότητα και δεν αποκλείονταν άτομα που αγωνίζονταν σε διαφορετικές κατηγορίες ή ήταν μέλη διαφορετικών ομάδων. Επίσης, όλες οι μεταβλητές της έρευνας και συγκεκριμένα οι βασικές πτυχές της ενσυναίσθησης είχαν συγκεκριμένες διαστάσεις. Αναλυτικότερα, οι μεταβλητές της γνωστικής ενσυναίσθησης, της φαντασιακής ενσυναίσθησης, του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος, και της προσωπικής δυσφορίας είχαν ένα εύρος τιμών από το 0 έως το 4. Τέλος, τα δημογραφικά χαρακτηριστικά συνδέονταν με συγκεκριμένες τιμές. Το φύλο είχε τις τιμές «Ανδρας» και «Γυναίκα». Η ηλικία είχε τιμές «Έως 30», «31-40», «41-50», «51-60» και «61 και άνω». Το επίπεδο

εκπαίδευσης τιμές «Δημοτικό», «Γυμνάσιο», «Λύκειο», «ΑΕΙ/ΤΕΙ», «Μεταπτυχιακό», και «Διδακτορικό».

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Η αναγκαιότητα του αθλητισμού και κίνητρα συμμετοχής

Τα αθλήματα, είτε σε μορφή επαγγελματική είτε σε μορφή ερασιτεχνική, αποτελούν μία δραστηριότητα που μετρά ήδη από την αρχαιότητα. Άνθρωποι σε παγκόσμιο επίπεδο συμμετέχουν σε φυσικές δραστηριότητες είτε για ψυχαγωγία είτε ως επαγγελματίες. Ωστόσο, είναι σημαντικό να υπάρξει ένας διαχωρισμός στον τρόπο με τον οποίο ο αθλητισμός μπορεί να ασκεί σημαντική επιρροή στα διάφορα υποκείμενα που συνδέονται με αυτόν. Οι αθλητές, και κυρίως οι επαγγελματίες, υπόκεινται σε στρεσογόνους παράγοντες που ξεπερνούν εκείνου της καθημερινότητας. Μερικοί από αυτούς είναι ο αυξημένος κίνδυνος τραυματισμού και η αναγκαιότητα για εξισορρόπηση της προπόνησής τους με την υπόλοιπη καθημερινότητά τους. Αυτό σημαίνει ότι χωρίς αυτογνωσία και τους απαραίτητους μηχανισμούς αντιμετώπισής τους, η διαδικασία αυτή μπορεί να προκαλέσει σημαντικές συνέπειες στην ψυχική και σωματική υγεία του ατόμου (Huysmans & Clement, 2017).

Σε γενικές γραμμές, πολλές είναι εκείνες οι έρευνες οι οποίες έχουν πραγματοποιηθεί αναφορικά με τα κίνητρα εκείνα που ωθούν τα άτομα για συμμετοχή στον αθλητισμό. Οι έρευνες ξεκινούν ήδη από τα μέσα του προηγούμενου αιώνα και πιο συγκεκριμένα από τον Scubic (1956), σύμφωνα με τον οποίο βασικοί λόγοι συμμετοχής στις αθλητικές δραστηριότητες αποτελούν η κοινωνικοποίηση, η ανάπτυξη δεξιοτήτων και η διασκέδαση. Παράλληλα, σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε αργότερα από τον Griffin (1978) η συμμετοχή στον αθλητισμό συνδέεται με την απόκτηση φυσικής κατάστασης, ομαδικής δουλειάς, φιλίας και διασκέδασης. Σημαντικά είναι και τα ευρήματα των Gill, Gross, και Huddleston (αναφέρεται στον Γράψας, 2016), κατά τους οποίους η συμμετοχή στον αθλητισμό, κυρίως για τα αγόρια, συνδέεται άμεσα με τον συναγωνισμό και τη βελτίωση των δεξιοτήτων, ενώ για τα κορίτσια με τη βελτίωση των δεξιοτήτων και της φυσικής κατάστασης.

Στη σύγχρονη εποχή, αυτό που είναι σαφές είναι πως οι παράγοντες παρακίνησης των ατόμων για συμμετοχή στις αθλητικές δραστηριότητες είναι τόσο εσωτερικοί όσο και εξωτερικοί. Παράλληλα, η ίδια η παρακίνηση των ατόμων μπορεί να έχει χαρακτήρα τόσο εσωτερικό όσο και εξωτερικό. Αναφορικά με τα εσωτερικά κίνητρα, αυτά χαρακτηρίζονται από τρεις διαστάσεις: την απόκτηση γνώσης, την

επίτευξη, και τη βίωση διέγερσης (Vallerand, 1997). Σύμφωνα με αρκετές απόψεις, η υψηλή επίδοση χαρακτηρίζεται από ύπαρξη ταλέντου, ωστόσο είναι κοινή άποψη το γεγονός ότι η υψηλή επίδοση είναι αποτέλεσμα μακροχρόνιας προσπάθειας. Αρκετοί είναι οι παράγοντες μέσω των οποίων οι αθλητές προσπαθούν σκληρά για μια υψηλή επίδοση και αφοσιώνονται στην προπόνηση μέσα από τις εντολές του προπονητή, δείχνοντας συνέπεια στις προπονήσεις. Υπάρχουν ωστόσο και ορισμένοι αθλητές οι οποίοι εγκαταλείπουν (Roberts, 2001). Σύμφωνα με μεταγενέστερη έρευνα προκύπτει ότι τα κίνητρα συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες χαρακτηρίζονται από τρία βασικά χαρακτηριστικά: την επιρροή των παραμέτρων του κοινωνικού περιβάλλοντος (π.χ., δημογραφικά χαρακτηριστικά), τις αναπτυξιακές μεταβολές και την ύπαρξη αποδεκτών θεωρητικών μοντέλων μέσω των οποίων προβλέπεται η συμπεριφορά των αθλητών (Weiss & Ferrer-Caja, 2002).

Σημαντικά κίνητρα αποτελούν επίσης η υγεία, ο έλεγχος του βάρους, η βελτίωση της φυσικής κατάστασης και η διαχείριση του στρες. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι σημαντικό ρόλο ως προς τη διαμόρφωση των κινήτρων συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αποτελούν η ηλικία, το εισόδημα, η κατοικία, το εκπαιδευτικό υπόβαθρο, το φύλο, η διαφορετικότητα του πολιτισμού, το είδος της εργασίας και η οικογενειακή κατάσταση (Wang & Biddle, 2001). Αυτός είναι και ο λόγος που η αθλητική παρακίνηση αποτελεί ένα πολυδιάστατο φαινόμενο το οποίο δέχεται επιρροές από σημαντικούς παράγοντες και αρκετές φορές μπορεί να προκαλέσει σημαντικές συνέπειες τόσο στους αθλητές όσο και στον αθλητισμό γενικότερα (Vallerand, 2004).

Στυλ προπονητικής ηγεσίας και απόδοση

Ένα σημαντικό ρόλο στην παρακίνηση των αθλητών παίζουν σε μεγάλο βαθμό ο προπονητής. Μέσα από αρκετές έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί κατά τις τελευταίες δεκαετίες αναφορικά με τους παίκτες καλαθοσφαίρισης, έχει βγει το συμπέρασμα ότι το προπονητικό στυλ παίζει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση των αντιλήψεων των παικτών αναφορικά με την αυτονομία τους, την ικανότητά τους και τη σχέση που διαμορφώνει με τους υπόλοιπους. Όλα τα παραπάνω διαμορφώνουν σε μεγάλο βαθμό την εσωτερική παρακίνηση των αθλητών και πιο συγκεκριμένα των παικτών της καλαθοσφαίρισης. Μέσα από έρευνες προκύπτει επίσης πως οι αθλητές κολεγιακού μπάσκετ των οποίων οι προπονητές χαρακτηρίζονται από συμπεριφορά με υψηλές προσδοκίες, δέχονταν σημαντική ανατροφοδότηση και είχαν καλύτερη άποψη

για τους προπονητές τους, συγκριτικά με αθλητές που οι προπονητές τους είχαν χαμηλές προσδοκίες (Γράψας, 2016).

Πολλοί είναι οι σημαντικοί αθλητές οι οποίοι έχουν τονίσει την αγάπη τους απέναντι στον αθλητισμό και τη δραστηριότητά τους. Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι εκτός από την εσωτερική αυτή παρακίνηση, για τους αθλητές αυτούς η ενασχόληση με τον αθλητισμό έχει αποδειχθεί και ως ένας καθοριστικός παράγοντας επιμονής και απόδοσης (Vallerand & Rousseau, 2001). Αυτό που προκύπτει είναι ότι οι προπονητές, είτε αυτοί είναι επαγγελματίες είτε ερασιτέχνες, θα πρέπει να δημιουργούν μια εσωτερική παρακίνηση για τους αθλητές που προπονούν (Jones, 2002). Μέσα στα πλαίσια αυτά η Jowett (2000) σημειώνει πως είναι ιδιαίτερα σημαντική η οικοδόμηση μίας αποτελεσματικής σχέσης μεταξύ προπονητή και αθλητή, δεδομένου ότι η ποιότητα της σχέσης αυτής είναι ένας παράγοντας ιδιαίτερα κρίσιμος και καθοριστικός για την παρακίνηση των αθλητών. Η σχέση μεταξύ προπονητή και αθλητή αποδεικνύεται ιδιαίτερα σημαντική τόσο για την ικανοποίηση των παικτών όσο και για την ενίσχυση της παρακίνησης των αθλητών, αλλά και για την ενίσχυση της αθλητικής απόδοσης (Γράψας, 2016).

Σε γενικές γραμμές, το στυλ ηγεσίας των προπονητών διαμορφώνει σε μεγάλο βαθμό το περιβάλλον εντός του οποίου οι αθλητές πραγματοποιούν τις υποχρεώσεις τους. Αυτό σημαίνει πως η διαδικασία αυτή επηρεάζει άμεσα τους αθλητές (Sari et al., 2012). Οι προπονητές ασκούν σημαντική επιρροή στις ομάδες που προπονούν, ενώ η προπονητική συμπεριφορά τους παίζει σημαντικό ρόλο στη γενικότερη απόδοση των αθλητών (Ramzaninezhad & Keshtan, 2009). Η παρακίνηση για την επίτευξη αποτελεί έναν από τους παράγοντες που επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από την προπονητική συμπεριφορά. Παράλληλα, η έλλειψη δημοκρατικού στυλ ηγεσίας είχε ως αποτέλεσμα την αποτυχία των στόχων των αθλητών (Barik & Bucik, 2009). Αξίζει να σημειωθεί ότι η προπονητική συμπεριφορά, καθώς και η παρακίνηση των αθλητών είναι άμεσα συνδεδεμένα με το φαινόμενο της εγκατάλειψης από τον ενεργό αθλητισμό. Πιο συγκεκριμένα, αρκετές είναι οι περιπτώσεις που έχει καταγραφεί από τους αθλητές ότι η συμπεριφορά του προπονητή αποτελεί έναν από τους λόγους απομάκρυνσης από τον αθλητισμό (Γράψας, 2016).

Παράγοντες επιρροής των αθλητών καλαθοσφαίρισης

Αυτό που είναι ευρέως γνωστό, όπως ήδη ειπώθηκε, αποτελεί το γεγονός ότι η συμμετοχή στον αθλητισμό παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη ενός υγιούς τρόπου

ζωής. Μέσα στα πλαίσια αυτά γίνεται σαφής η ύπαρξη άμεσης σχέσης μεταξύ αθλητισμού και ψυχολογικής ανάπτυξης. Παρά το γεγονός ότι σύμφωνα με μελέτες που παρουσιάστηκαν η συμμετοχή στον αθλητισμό παίζει σημαντικό ρόλο με αρκετά θετικά στοιχεία ως προς τους συμμετέχοντες, αρκετές είναι οι φορές που η συμμετοχή σε ανταγωνιστικά αθλήματα, όπως για παράδειγμα η καλαθοσφαίριση, μπορεί να προκαλέσουν σημαντικές αρνητικές επιρροές στους συμμετέχοντες (Hoover et al., 2017). Μερικοί από τους παράγοντες αυτούς αποτελεί το άγχος της απόδοσης, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει με τη σειρά του μία σειρά από αρνητικά γεγονότα για τον συμμετέχοντα. Ένας ακόμη παράγοντας που μπορεί να προκαλέσει αρνητικές επιπτώσεις είναι και ο ρόλος του προπονητή.

Όσον αφορά το άγχος, ο παράγοντας αυτός αποτελεί μια μεταβλητή που προκαλεί αρνητικά συναισθήματα στον αθλητή, όπως το άγχος, ο φόβος και η νευρικότητα, αλλά και η ανησυχία (Weinberg & Gould, 2014). Ωστόσο, από τα σημαντικότερα προβλήματα που ανακύπτουν από τις έρευνες αποτελεί η σχέση μεταξύ άγχους και απόδοσης, δεδομένου ότι δε δύναται να προσδιοριστεί επακριβώς το θεωρητικό πλαίσιο εντός του οποίου λειτουργεί ο παράγοντας του άγχους. Στον αντίποδα του άγχους βρίσκεται η αυτοπεποίθηση, δηλαδή η ικανότητα του αθλητή να πιστεύει στον εαυτό του. Στην περίπτωση που οι αθλητές δεν έχουν αυτοπεποίθηση, θεωρούν πως δεν είναι αρκετά καλοί στο άθλημά τους ή δεν έχουν τις απαραίτητες δεξιότητες (Τούζου, 2021). Όσον αφορά τη συμπεριφορά και τον ρόλο των προπονητών, αυτός σαφώς διαδραματίζει ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο ως προς την ψυχολογική ανάπτυξη των αθλητών (Benson & Scales, 2009). Σε γενικές γραμμές, οι αθλητικοί προπονητές έχουν σημαντικές επιπτώσεις στους αθλητές τόσο ως προς την απόδοσή τους όσο και ως προς τη ζωή τους γενικότερα. Σημαντικό ρόλο στην αθλητικό προπονητή και την αποτελεσματικότητά του παίζει η διαπροσωπική σχέση η οποία βασίζεται στη θεωρία της αυτοδιάθεσης. Σύμφωνα με την εν λόγω θεωρία η αλληλεπίδραση των προπονητών με τους παίκτες αποτελεί έναν παράγοντα ιδιαίτερα σημαντικό ο οποίος επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό τους αθλητές τόσο από άποψη ψυχολογική όσο και από άποψη κοινωνική (Kim et al., 2019).

Οι αθλητές των ομαδικών αθλημάτων δεν έχουν μόνο την ανάγκη της καθοδήγησης και της υποστήριξης από μεριάς του προπονητή τους, αντίθετα έχουν ανάγκη και την προσοχή, αλλά και τη βοήθεια και την εμπιστοσύνη από τους συμπαίκτες τους. Αυτό σημαίνει ότι ο προπονητής της ομάδας θα πρέπει να είναι σε θέση να μπορεί να δημιουργεί στην ομάδα την αίσθηση της ενότητας (Jowett et al.,

2005). Όπως προκύπτει από έρευνα των Olympriou et al. (2008), οι αθλητές που συμμετέχουν σε ομάδες κατανοούν ότι η σχέση με τον προπονητή είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό κίνητρο για την επιτυχία. Σημαντική είναι η αναφορά και στην έρευνα των Nicolas et al. (2011), σύμφωνα με την οποία η υποστηρικτική συμπεριφορά του προπονητή λειτουργεί καταλυτικά ως προς την επίλυση των προβλημάτων, γεγονός που έχει άμεση επίδραση με θετικό πρόσημο μεταξύ της σχέσης προπονητή και αθλητή (Bebetsos et al., 2017).

Αυτό που προκύπτει από το παρόν κεφάλαιο είναι πως η συμμετοχή των ατόμων σε αθλήματα, και δη ομαδικά, παίζει σημαντικό ρόλο τόσο στην πνευματική όσο και στη σωματική τους ανάπτυξη, ενώ παράλληλα παίζει σημαντικό ρόλο και στην ανάπτυξη των κοινωνικών τους δεξιοτήτων. Στο επόμενο κεφάλαιο θα παρουσιαστεί η ενσυναίσθηση ως χαρακτηριστικό των αθλητών και πως αυτή αναπτύσσεται.

Ο ορισμός της ενσυναίσθησης

Η ενσυναίσθηση, όπως αυτή ορίζεται από τον Goleman (1999), αποτελεί την επίγνωση τόσο των συναισθημάτων, όσο και των αναγκών αλλά και των ανησυχιών που χαρακτηρίζει τους άλλους. Στην ουσία, αποτελεί την προσπάθεια κατανόησης τόσο της ετερότητας όσο και της ιδιαιτερότητας που χαρακτηρίζει τα άτομα μέσα από την αναβίωση των καταστάσεων που έχουν βιώσει. Μία ακόμα απόπειρα ορισμού της ενσυναίσθησης προκύπτει από τον Pluckrose (1993), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση ορίζεται ως η ικανότητα ενός υποκειμένου να διεισδύει στη νοοτροπία των ανθρώπων του παρελθόντος και να την ερμηνεύει μέσα από τη φαντασία του, αποφεύγοντας τον αναχρονισμό. Από ιστορικής σκοπιάς, η ενσυναίσθηση αποτελεί έναν τρόπο προσέγγισης τόσο των βιωμάτων όσο και των κινήτρων δράσης, αλλά και των νοητικών διεργασιών και της γενικότερης νοοτροπίας των ανθρώπων του παρελθόντος, χωρίς ωστόσο να πραγματοποιείται αυστηρή αναγωγή στα γεγονότα (Κουργιαντάκη, 2005).

Στην ξενόγλωσση βιβλιογραφία, ο όρος που χρησιμοποιείται ως ενσυναίσθηση είναι ο όρος empathy. Σε γενικές γραμμές, η ενσυναίσθηση αποτελεί έναν όρο αρκετά πολυδιάστατο γεγονός που κατέστη τον ορισμό του ιδιαίτερα ασαφή (Sexton & Whiston, 1994). Αξίζει να σημειωθεί ότι σε γενικές γραμμές για τον ορισμό της ενσυναίσθησης υπήρξε αρκετή σύγχυση, καθώς επίσης και αρκετές μεθοδολογικές δυσκολίες ως προς τη διαδικασία αυτή (Duan & Hill, 1996). Εκτός από τους ορισμούς που αναφέρθηκαν παραπάνω, μία από τις πρώτες προσπάθειες ορισμού της

ενσυναίσθησης ήταν εκείνη του Mead (1934), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί την ικανότητα ενός ατόμου να βιώσει τον ρόλο ενός άλλου ατόμου. Ένας ακόμη που ασχολήθηκε με τον ορισμό της ενσυναίσθησης ήταν ο Koestler (1949), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί μία διαδικασία διείσδυσης στη διανοητική κατάσταση ενός άλλου ατόμου. Μία ακόμη προσέγγιση είναι εκείνη του Bachrach (1976), ο οποίος απέδωσε στην έννοια αυτή έναν χαρακτήρα περισσότερο συμβουλευτικό, υποστηρίζοντας πως αποτελεί την ικανότητα του θεραπευτή να είναι σε θέση να ακολουθεί τον πελάτη και το πλαίσιο αναφοράς αυτού. Σε γενικές γραμμές, αρκετοί είναι οι θεραπευτές οι οποίοι αντιμετώπισαν και μελέτησαν την ενσυναίσθηση ως μία διαδικασία συμβουλευτική, θεωρώντας την στην ουσία ως την ικανότητα του θεραπευτή να μπορεί να δει τον κόσμο μέσα από τα μάτια των άλλων (Σταλίκας & Χαμόδρακα, 2004). Ορισμένοι μελετητές προχώρησαν τη μελέτη περισσότερο και αντιμετώπισαν την ενσυναίσθηση ως την προσπάθεια του θεραπευτή να βιώσει ακριβώς τα συναισθήματα των άλλων και να αποτελέσει κομμάτι του εσωτερικού τους κόσμου (Barker, 2003).

Μία ακόμη απόπειρα ορισμού της ενσυναίσθησης αποτελεί εκείνη του Sarjveladze (1978), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί την ικανότητα ενός ατόμου να διεισδύει στην προσωπικότητα ενός άλλου είτε μέσα από τις συναισθηματικές εμπειρίες είτε μέσα από τις αντιλήψεις του. Προκειμένου να επιτευχθεί αυτό, απαραίτητες λειτουργίες είναι τόσο η ρύθμιση όσο και η σηματοδότηση, όροι οι οποίοι αφορούν στη διεργασία κατά την οποία ένα άτομο εισέρχεται στον εσωτερικό κόσμο του άλλου, διαδικασία η οποία δίνει πληροφορίες αναφορικά με τον κατάλληλο ή μη προσανατολισμό στο ανθρώπινο περιβάλλον. Αξίζει να σημειωθεί ότι σύμφωνα με τον προσανατολισμό αυτό προκύπτει τόσο η ρύθμιση των σχέσεων όσο και η αλληλεπίδραση των ανθρώπων. Σύμφωνα με την προσέγγιση του Hogan (1969), η ενσυναίσθηση αποτελεί μία κατανόηση των ψυχικών καταστάσεων που βιώνει το άτομο, γεγονός που την καθιστά σε μία γνωστική και διανοητική διεργασία. Σύμφωνα με τον ίδιο, η ανάπτυξη της ενσυναίσθησης έρχεται σε άμεση σχέση με τους εξής τέσσερις παράγοντες: τη νοημοσύνη, την ικανότητα αφομοίωσης ξένων προοπτικών, τα ατομικά χαρακτηριστικά και την απουσία μηχανισμών από το άτομο οι οποίοι εμποδίζουν το άνοιγμα σε εσωτερικές εμπειρίες.

Σύμφωνα με την προσέγγιση του Reed (1984), η ενσυναίσθηση προσεγγίζεται ως η γνώση του ατόμου και η επικοινωνία, η δυνατότητα βίωσης των συναισθημάτων και ανταπόκρισης σε αυτά, αλλά και η εσωτερική εμπειρία αναφορικά με την

κατανόηση της ψυχολογικής κατάστασης του ατόμου. Μία ακόμα προσέγγιση αποτελεί εκείνη του Kohut (1984), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί την ενδοσκόπηση του άλλου. Πιο συγκεκριμένα, η ενδοσκόπηση του προσωπικού βιώματος του καθενός δίνει τη δυνατότητα για ετεροενδοσκόπηση, δηλαδή για την ικανότητα κατανόησης των συναισθημάτων του άλλου ατόμου σε παρόμοια ψυχολογική κατάσταση. Κυρίαρχο ρόλο στην ενσυναίσθηση και την ερμηνεία της έδωσε ο Carl Rogers (1959), πατέρας της προσωποκεντρικής θεωρίας, σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί τη δυνατότητα της ξεκάθαρης αντίληψης του εσωτερικού πλαισίου αναφοράς ενός άλλου ατόμου σαν να ήταν αυτό, ενώ είναι ιδιαίτερα σημαντικό ότι θα πρέπει πάντα η αντίληψη αυτή να βρίσκεται στα πλαίσια της συνθήκης «σαν να». Αναφορά αξίζει να γίνει και στον ορισμό που παραθέτει ο Παπανούτσος (1985), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί τη μέθεξη ενός ατόμου στη θέση του άλλου και την ψυχολογική ταύτιση με αυτό, καθιστώντας τις εντυπώσεις του, τις κρίσεις και τις επιθυμίες του, εντυπώσεις, κρίσεις και επιθυμίες του άλλου, ζώντας στην ουσία μέσα από τα βιώματά του. Μέσω της ενσυναίσθησης επέκτασης των ψυχολογικών γνώσεων και ελέγχου, αλλά και επαλήθευσης αυτών.

Ένας ακόμη ορισμός της ενσυναίσθησης αποτελεί η ικανότητα ενός ατόμου για εμπύωση της κατάστασης του άλλου ατόμου, δηλαδή η ικανότητα κατανόησης των συναισθημάτων του (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2003). Παράλληλα, μία ακόμη απόπειρα ορισμού είναι εκείνη των Greenberg και Elliott (1997), κατά την οποία η ενσυναίσθηση αποτελεί μία στάση κατά την οποία το άτομο προσπαθεί να λειτουργήσει χρησιμοποιώντας ένα είδος επαφής με τον εσωτερικό κόσμο του άλλου ατόμου. Οι ορισμοί που αναφέρθηκαν στο παρόν κεφάλαιο αποτελούν στην ουσία μερικούς από τους ορισμούς που έχουν ειπωθεί για την ενσυναίσθηση. Το γεγονός αυτό υποδηλώνει και την πολυπλοκότητα που χαρακτηρίζει τον όρο, γεγονός που προκύπτει και από τον Ivey (1994) σύμφωνα με τον οποίο ο ορισμός της ενσυναίσθησης δεν είναι ικανοποιητικός.

Στο παρόν κεφάλαιο έγινε απόπειρα παρουσίασης του ορισμού της ενσυναίσθησης, κάνοντας στην ουσία μία ιστορική αναδρομή στον όρο. Στο επόμενο κεφάλαιο θα παρουσιαστούν τα είδη της ενσυναίσθησης, τα οποία είναι επίσης πολυποίκιλα, όπως προκύπτει από τους διάφορους ερευνητές που αποπειράθηκαν να τα απαριθμήσουν. Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι δεν υπάρχει σημαντική αντίφαση ως προς τον προσδιορισμό των ειδών, αντίθετα υπάρχει μία αλληλεπίδραση μεταξύ τους.

Τα είδη της ενσυναίσθησης

Δύο από τις πιο κυρίαρχες πτυχές της ενσυναίσθησης οι οποίες αναγνωρίζονται από αρκετούς ερευνητές είναι η συναισθηματική ή θυμική (affective) και η γνωστική (cognitive) (Preston & DeWaal, 2002; Σταλίκας & Χαμόδρακα, 2004). Όσον αφορά τη συναισθηματική ή θυμική ενσυναίσθηση, αυτή έχει να κάνει με την ικανότητα που έχει είτε το άτομο είτε ο θεραπευτής να αντιλαμβάνονται τα συναισθήματα των άλλων ατόμων. Σύμφωνα με τον Freud (1915), και τη θεωρία του αναφορικά με τον ρόλο των κοινών συναισθηματικών εμπειριών, η συμμετοχή στα συναισθήματα του άλλου πραγματοποιείται μέσα από τις διαδικασίες τόσο της μίμησης όσο και της συνήχησης. Μέσω αυτής της θεωρίας, ο Freud έδωσε στην ουσία στο φαινόμενο της ενσυναίσθησης τον χαρακτήρα της συναισθηματικής διαδικασίας. Στα ίδια πλαίσια κινούνταν και οι απόψεις του Fenichel (1945), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί στην ουσία την ταύτιση με ένα πρόσωπο, αλλά και την ταύτιση με τα δικά του συναισθήματα. Υπό την έννοια αυτή μπορεί να προκύψει και η επίγνωση των συναισθημάτων του αντικειμένου. Όσον αφορά τη γνωστική ενσυναίσθηση, αυτή έχει να κάνει με τη δυνατότητα που παρουσιάζεται για την κατανόηση του τρόπου σκέψης του άλλου ατόμου, καθώς και του τρόπου με τον οποίο αντιδρά απέναντι στις διάφορες καταστάσεις της ζωής του (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2003).

Αρκετοί είναι οι θεωρητικοί οι οποίοι δίνουν περισσότερη βάση στις γνωστικές πτυχές που χαρακτηρίζουν την ενσυναίσθηση. Στην ουσία, όπως προκύπτει από τη θεωρία του Dymond (1949, 1950), η ενσυναίσθηση αποτελεί τη διανοητική μετάβαση των συναισθημάτων, των σκέψεων και των ενεργειών του άλλου ατόμου, καθώς και η αναδόμηση του κόσμου βάσει των προτύπων του επί παρατήρηση υποκειμένου. Το είδος αυτό της ενσυναίσθησης ονομάστηκε δηλωτική ενσυναίσθηση. Στα ίδια πλαίσια κινείται και η άποψη του Bronfenbrenner (1970), σύμφωνα με τον οποίο η ενσυναίσθηση αποτελεί κοινωνική ενδοσκόπηση και ένας τρόπος κατανόησης της διαφοράς που υπάρχει μεταξύ του ενός και του άλλου.

Αρκετοί είναι οι ερευνητές που επιλέγουν να συνδυάσουν τις δύο αυτές προσεγγίσεις της ενσυναίσθησης, καθώς θεωρούν πως αποτελεί στην ουσία μια ιδιαίτερα περίπλοκη συναισθηματική και γνωστική εμπειρία. Πιο συγκεκριμένα, όπως προκύπτει μέσα από το γαλλικό λεξικό ψυχολογίας, η ενσυναίσθηση ορίζεται ως ένα σύνολο διανοητικών και συναισθηματικών διεργασιών ταύτισης, μέσω των οποίων ο συμμετέχων μπορεί να αντιληφθεί τον ψυχισμό του άλλου ατόμου. Σύμφωνα με τον

Obozon (1979), η ενσυναίσθηση χαρακτηρίζεται από τρία βασικά είδη: το πρώτο είναι η συναισθηματική ενσυναίσθηση, το δεύτερο είναι η γνωστική ενσυναίσθηση, και το τρίτο είναι η εκτελεστική ενσυναίσθηση. Όσον αφορά τη συναισθηματική και τη γνωστική, αυτές μπορούν να υπάρξουν χωρίς την εκτελεστική, η οποία αποτελεί στην ουσία την ανώτερη μορφή για τις ανθρώπινες σχέσεις, δεδομένου ότι οι άνθρωποι όχι μόνο συναισθάνονται, αλλά προσφέρουν και τη βοήθειά τους. Μία ακόμα προσέγγιση είναι εκείνη του Dijmazzian (1980), ο οποίος υποστηρίζει επίσης ότι το φαινόμενο αυτό χαρακτηρίζεται από μία ιδιαίτερα σύνθετη προσέγγιση διττού χαρακτήρα. Πιο συγκεκριμένα, από τη μία μεριά είναι η συναισθηματική πτυχή του φαινομένου, η οποία έγκειται στην κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων ατόμων μέσα από λεκτικές ή μη λεκτικές επικοινωνιακές παραμέτρους, όπως επίσης και η ενεργή συναισθηματική συμμετοχή. Από την άλλη μεριά είναι η γνωστική πτυχή, μέσω της οποίας υπονοείται το κοινωνικό πλαίσιο που χαρακτηρίζει τη συγκεκριμένη κατάσταση, ενώ τρίτη πτυχή είναι η κινητική συνιστώσα.

Σύμφωνα με την Bachelor (1988), υπάρχουν τέσσερα διαφορετικά είδη ενσυναίσθησης: η γνωστική ενσυναίσθηση, η συναισθηματική ενσυναίσθηση, η συμμετοχική ενσυναίσθηση, κατά την οποία εκφράζεται η ενσυναίσθηση μέσω της αυτοαποκάλυψης, και η επικουρική ενσυναίσθηση, κατά την οποία παρέχεται υποστήριξη από το ένα άτομο στο άλλο. Τα τρία βασικά στοιχεία της ενσυναίσθησης σύμφωνα με τον Rogers (1957) είναι το θυμικό, το γνωστικό, και το επικοινωνιακό στοιχείο, ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι το τελευταίο έχει έναν χαρακτήρα περισσότερο προσωποκεντρικό ο οποίος έχει να κάνει με τη σαφή κατανόηση του άλλου υποκειμένου (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2008).

Μία ακόμα διάκριση της ενσυναίσθησης που αξίζει να σημειωθεί είναι η επιφανειακή και η βαθιά (Bohart & Greenberg, 1997). Σύμφωνα με τον Mahrer (1997), η βαθιά ενσυναισθηματική κατανόηση αποτελεί την ικανότητα ενός υποκειμένου να μπορεί να αντιλαμβάνεται εις βάθος την εμπειρία του άλλου. Από την άλλη μεριά, ο Jordan (1997) θεωρεί ότι η βαθιά ενσυναίσθηση οδηγεί το άτομο στο να εμβαθύνει σε εμπειρίες για τις οποίες ένιωθε άβολα. Μία ακόμη προσέγγιση της βαθιάς πτυχής της ενσυναίσθησης αποτελεί εκείνη του Hart (1999), σύμφωνα με τον οποίο η βαθιά ενσυναίσθηση αποτελεί «το πέρασμα σε μια περισσότερο άμεση γνώση του άλλου» (Hart, 1997, σελ. 115).

Αρκετοί είναι οι θεωρητικοί εκείνοι οι οποίοι κάνουν λόγο τόσο για έμφυτη όσο και για επίκτητη ενσυναίσθηση. Όσον αφορά την πρώτη αυτή προκύπτει μέσα από τις

διαδικασίες ωρίμανσης που βιώνει ο κάθε άνθρωπος, ενώ όσο αφορά τη δεύτερη, αυτή έχει να κάνει με το αποτέλεσμα τόσο της μάθησης όσο και της εξάσκησης (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2003). Σύμφωνα με τον Unal (1971), υπάρχουν δύο είδη ενσυναίσθησης: το πρώτο είναι η διανοητική ενσυναίσθηση, η οποία έχει να κάνει με την ικανότητα του ατόμου να κατανοεί τη συναισθηματική κατάσταση ενός άλλου ατόμου, ενώ το δεύτερο είναι η ευαίσθητη ενσυναίσθηση, η οποία έχει να κάνει με την ικανότητα του ατόμου να κατανοεί αλλά και να αξιολογεί τα συναισθήματα που έχουν να κάνουν με συγκεκριμένη συμπεριφορά του άλλου ατόμου. Όσον αφορά την προσέγγιση της Gavigliola (1975) αναφορικά με τα είδη της ενσυναίσθησης, αυτή θεωρεί πως η ενσυναίσθηση αποτελεί έναν τρόπο εξέλιξης του ατόμου. Κατά τις κατώτερες αναπτυξιακές βαθμίδες βρίσκεται ο μηχανισμός της συναισθηματικής συνήχησης που έχει να κάνει είτε με τη συμφωνία είτε με την αντίθεση ανάμεσα στις συγκινησιακές στάσεις που χαρακτηρίζουν τα υποκείμενα. Όσον αφορά τα ανώτερα αναπτυξιακά επίπεδα, εκεί εμφανίζεται η μερική ή και ολική ταύτιση του ατόμου, με την προϋπόθεση ωστόσο ότι το άτομο έχει δομήσει το εγώ του. Επόμενη αναπτυξιακή βαθμίδα της ενσυναίσθησης αποτελεί η εξέλιξη της αντίληψης, δηλαδή η ικανότητα ενός ατόμου να ανταποκρίνεται στις εμπειρίες ενός άλλου ατόμου.

Ο Davis (1994) παρουσίασε ένα σύνθετο μοντέλο ενσυναίσθησης, σύμφωνα με τον οποίο το φαινόμενο χαρακτηρίζεται από τέσσερις παράγοντες: δύο συναισθηματικούς και δύο γνωστικούς. Ο πρώτος αφορά το *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* ή *σύμφωνη θυμική ενσυναίσθηση*, σύμφωνα με την οποία μετράται η ικανότητα που έχουν τα άτομα να νιώθουν συμπάθεια απέναντι στα άλλα άτομα. Ο δεύτερος έχει να κάνει με την *ενσυναισθηματική ανησυχία* ή *το προσωπικό άγχος*, σύμφωνα με το οποίο υπολογίζεται το αίσθημα ανησυχίας, καθώς και το άγχος που χαρακτηρίζει το άτομο απέναντι στο άγχος που βιώνει το άλλο άτομο (Davis, 1980). Σύμφωνα με τον τρίτο παράγοντα, αυτός αφορά την *ανάληψη της προοπτικής του άλλου* ή *γνωστική ενσυναίσθηση*, κατά τον οποίο μετράται η ικανότητα ενός ατόμου να δει τα πράγματα από την οπτική ματιά του άλλου ατόμου, χωρίς ωστόσο να εμπλέκεται συναισθηματικά, αλλά γνωστικά. Όσον αφορά τον τέταρτο παράγοντα, αυτός αποτελεί τη *φαντασία* ή *φαντασιακή ενσυναίσθηση*, η οποία αποτελεί την ικανότητα των ατόμων να ταυτίζονται με τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές χαρακτήρων του κινηματογράφου, των βιβλίων ή των παιχνιδιών. Οι Thornton και Thornton (1995) πρόσθεσαν έναν ακόμη παράγοντα σε αυτούς, ο οποίος είναι το *ταίριασμα της συναισθηματικής αντίδρασης* μεταξύ των δύο ατόμων (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2003).

Ένα ακόμη μοντέλο ειδών της ενσυναίσθησης αποτελεί εκείνο των Watson και Prosser (2002), σύμφωνα με τους οποίους εκτός από τη συναισθηματική και γνωστική πτυχή της ενσυναίσθησης, υπάρχει και η διαπροσωπική, η οποία έγκειται στο ασφαλές κλίμα που δημιουργείται μεταξύ των δύο ατόμων. Αυτή ίσως αποτελεί και την πιο πρόσφατη θεωρία διαχωρισμού των ειδών της ενσυναίσθησης. Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι σε γενικές γραμμές, παρά το γεγονός ότι τα είδη της ενσυναίσθησης δεν είναι πάντα αντιληπτά με τον ίδιο τρόπο από όλους τους ερευνητές, η συναισθηματική και γνωστική πτυχή τους αναφέρεται από όλους. Παράλληλα, σταδιακά φαίνεται πως επικρατεί και η επικοινωνιακή πτυχή (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2003). Αναφορά αξίζει να γίνει και σε μία ακόμα πτυχή της ενσυναίσθησης, εκείνη της πολιτισμικής ενσυναίσθησης, η οποία έχει να κάνει με την ικανότητα να γίνονται αντιληπτές και να βιώνονται οι εμπειρίες ατόμων που προέρχονται από διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2008). Σύμφωνα με τους Ridley και Udipi (2002), η πολιτισμική ενσυναίσθηση χαρακτηρίζεται από δύο διαστάσεις: η πρώτη αφορά την πολιτισμική ενσυναίσθητική κατανόηση η οποία έχει να κάνει με την κατανόηση ατόμου από διαφορετικό πολιτιστικό υπόβαθρο και η δεύτερη έχει να κάνει με την πολιτισμική ενσυναίσθητική ανταπόκριση η οποία έχει να κάνει με τη μεταβίβαση της κατανόησης ενός ατόμου απέναντι σε ένα άλλο.

Τα επίπεδα της ενσυναίσθησης

Αρκετοί είναι οι ερευνητές που θεωρούν ότι η ενσυναίσθηση δε θεωρείται μία διαδικασία αυτόματη, αλλά χαρακτηρίζεται από διάφορα επίπεδα τα οποία χαρακτηρίζονται από μία χρονική αλληλουχία (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2003). Σύμφωνα με τον Barret-Lennard (1981) υπάρχουν πέντε διαφορετικά επίπεδα ενσυναίσθησης. Το πρώτο είναι η ενσυναίσθηματική διάθεση σύμφωνα με την οποία το ένα άτομο προσηλώνεται στο άλλο παρακολουθώντας το με τρόπο ενεργητικό (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2003). Το δεύτερο είναι η συναισθηματική αντήχηση, δηλαδή η συναισθηματική ανταπόκριση του ενός ατόμου απέναντι στο άλλο. Το τρίτο είναι η εκφραζόμενη ενσυναίσθηση, δηλαδή την επικοινωνιακή πράξη. Το τέταρτο είναι η προσλαμβανόμενη ενσυναίσθηση, δηλαδή ο τρόπος με τον οποίο ένα άτομο δέχεται την ενσυναίσθηση ενός άλλου υποκειμένου (Σταλίκας & Χαμόδρακα, 2004). Το πέμπτο αποτελεί την ανατροφοδότηση που προκύπτει από τη διαδικασία αυτή. Σύμφωνα με τους Bohart και Greenberg (1997), το πρώτο στάδιο της ενσυναίσθησης αποτελεί η ενσυναίσθηματική επικοινωνία, ενώ επόμενο στάδιο είναι η κατανόηση του

υποκειμένου και τελικά η προσαρμογή στην επικοινωνία και ο συγχρονισμός στο άλλο άτομο, προκειμένου να επιτευχθεί η πραγματική επικοινωνία (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2003).

Ενσυναίσθηση και προσωπικότητα

Το ερώτημα αν και κατά πόσο η ενσυναίσθηση επηρεάζει την προσωπικότητα ενός ατόμου αποτελώντας βασικό χαρακτηριστικό αυτής ή αν αποτελεί μια ιδιότητα επίκτητη αποτελεί ένα ερώτημα για το οποίο έχει διαμορφωθεί διαφορετική άποψη από τους διάφορους ερευνητές. Πιο συγκεκριμένα, αρκετοί είναι οι ερευνητές, όπως οι Buie (1981), Easser (1974), Feshbach (1975), Hoffman (1982) κ.ά., οι οποίοι θεωρούν ότι η ενσυναίσθηση αποτελεί χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, θεωρώντας την στην ουσία ως την ικανότητα ενός ατόμου να βιώσει το βίωμα ενός άλλου ατόμου. Μέσα στα πλαίσια αυτά η ενσυναίσθηση γίνεται αντιληπτή ως ένα χαρακτηριστικό της προσωπικότητας του ατόμου. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι η ενσυναίσθηση γίνεται αντιληπτή και ως μια επίκτητη δεξιότητα την οποία μπορεί κανείς να μάθει (Ridley & Lingle, 1996).

Παράγοντες επιρροής ενσυναίσθησης

Αναφορικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν την ενσυναίσθηση, αυτοί διακρίνονται σε αρκετές κατηγορίες αναφορικά με το φύλο, τις ακαδημαϊκές επιδόσεις, τις διαπροσωπικές σχέσεις, τη σωματική υγεία και τις διάφορες διαταραχές της προσωπικότητας του κάθε υποκειμένου. Όσον αφορά την πρώτη κατηγορία, αρκετοί είναι εκείνοι οι μελετητές που θεωρούν ότι η εκδήλωση της ενσυναίσθησης διαφέρει από άνδρα σε γυναίκα. Πιο συγκεκριμένα, αρκετές είναι εκείνες οι μελέτες οι οποίες εστιάζουν στο συμπέρασμα ότι οι γυναίκες χαρακτηρίζονται από μεγαλύτερα επίπεδα ενσυναίσθησης (Carlozzi & Hurlburt, 1982; Davis, 1983; Eisenberg & Lennon, 1983; Jose 1989). Ο λόγος που συμβαίνει αυτό είναι διότι τα δύο φύλα χαρακτηρίζονται από διαφορετικές διαδικασίες κοινωνικοποίησης. Ορισμένες έρευνες έδωσαν περισσότερη βάση στον γενικότερο πληθυσμό. Συμπέρασμα των ερευνών αυτών υπήρξε το γεγονός ότι και πάλι οι γυναίκες είναι εκείνες οι οποίες εκδηλώνουν περισσότερη ενσυναίσθηση σε σχέση με τους άντρες (Schieman & Van Gundy, 2000). Παράλληλα, μέσα από την έρευνά της η Karniol (1995) κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ο ρόλος του κάθε φύλου προκύπτει μέσα από συγκεκριμένες κοινωνικές συνθήκες και ως εκ τούτου από αυτές

προκύπτει ο καθορισμός της ικανότητας της ενσυναίσθησης και όχι τόσο από το ίδιο το φύλο.

Συμπληρωματικές είναι οι έρευνες των Ekman (1994), Lakoff (1990), και Stapley και Haviland (1989), σύμφωνα με τις οποίες η διαφορά μεταξύ των δύο φύλων δεν έχει να κάνει μόνο με τον τρόπο που αντιλαμβάνονται τα γεγονότα, αλλά και με τον τρόπο που επιτρέπεται να εκφράσουν τα συναισθήματα τους. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι σύμφωνα με άλλες έρευνες τα αγόρια παρουσιάζουν μεγαλύτερη επιθετικότητα σε σχέση με τα κορίτσια και ως εκ τούτου εκφράζουν λιγότερη ενσυναίσθηση και μεγαλύτερο θυμό (Strayer & Roberts, 2004).

Όσον αφορά την ενσυναίσθηση και τις ακαδημαϊκές επιδόσεις, η σχέση μεταξύ αυτών και της ενσυναίσθησης έχει αποδειχτεί ότι είναι αρκετά υψηλή (Feshbach & Feshbach, 1982). Μέσα από αρκετές έρευνες, στα ίδια πλαίσια φαίνεται πως κινείται η σχέση της ενσυναίσθησης και με τις άλλες βαθμίδες της εκπαίδευσης τόσο από λευκούς όσο και από έγχρωμους μαθητές/τριες. Σύμφωνα με τον Goleman (1997), οι μαθητές/τριες που χαρακτηρίζονται από ενσυναίσθηση φαίνεται πως είναι περισσότερο αποδεκτοί τόσο από τους/τις καθηγητές/τριες τους όσο και από τους/τις συμμαθητές/τριες τους, γεγονός που επηρεάζει και τη συνολικότερη απόδοσή τους. Όσον αφορά τον παράγοντα των διαπροσωπικών σχέσεων, η ενσυναίσθηση φαίνεται πως αποτελεί απαραίτητο συστατικό τόσο για τη δημιουργία όσο και για τη διατήρησή τους. Πιο συγκεκριμένα, μέσα από την ενσυναίσθηση προκύπτει τόσο η βοήθεια όσο και η προσφορά ενός ατόμου σε ένα άλλο, ενώ σύμφωνα με έρευνες η ενσυναίσθηση φαίνεται πως βοηθά τόσο στη βελτίωση όσο και στην ενδυνάμωση των σχέσεων σε επίπεδο κοινωνικό. Αυτό προκύπτει και από το γεγονός ότι η ενσυναίσθηση είναι άμεσα συνδεδεμένη με την ενεργητική ακρόαση (Eisenberg, 2000). Σε γενικές γραμμές, η ενσυναίσθηση φαίνεται ότι αποτελεί μία διαδικασία ιδιαίτερα βοηθητική για τη σχέση μεταξύ γονέων και παιδιού (Bavolek, 1984), δεδομένου ότι η απουσία αυτής μπορεί να έχει ιδιαίτερα σημαντικές συνέπειες στο παιδί (Kohut, 1984).

Όσον αφορά τον παράγοντα της σωματικής υγείας, ελάχιστες είναι οι έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί για τη σύνδεσή της με την ενσυναίσθηση. Ωστόσο, από τις έρευνες αυτές έχει βρεθεί πως υπάρχει μία σχετικά θετική σχέση μεταξύ της ενσυναίσθησης και της καλής σωματικής και ψυχικής υγείας και στα δύο φύλα (Offerman-Zuckerberg, 1992). Παράλληλα, αρκετές είναι οι φορές που η ενσυναίσθηση θεωρείται πως συμβάλλει στην ανάρρωση ασθενειών (Suckman et al., 1997). Όσον αφορά τον παράγοντα της διαταραχής προσωπικότητας, η σχέση μεταξύ αυτής και της

ενσυναίσθησης αποτελεί αντικείμενο μελέτης, δεδομένου ότι η έλλειψη ενσυναίσθησης σχετίζεται άμεσα με την ύπαρξη ψυχοπαθολογιών σε ένα άτομο. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι ορισμένοι ερευνητές κάνουν λόγο και για ύπαρξη διαταραχής της ενσυναίσθησης (Prior, 1988). Σύμφωνα με τους Harpe και Frith (1996), οι διαταραχές της διαγωγής σχετίζονται άμεσα με την έλλειψη ενσυναίσθησης, δηλαδή την αδυναμία κατανόησης της θέσης του άλλου ατόμου. Παράλληλα, πιστεύουν πως η ψυχοπαθολογία ενός ατόμου συνδέεται άμεσα με τη συναισθηματική έλλειψη και άρα με την έλλειψη της ενσυναίσθησης.

Σύνοψη

Στις παραπάνω ενότητες παρουσιάστηκε η ενσυναίσθηση και οι διάφορες πτυχές που χαρακτηρίζουν τόσο τον ορισμό της όσο και τη διάκριση των ειδών της. Η ενσυναίσθηση αποτελεί στην ουσία μία ιδιαίτερα σημαντική λειτουργία του ανθρώπου προκειμένου να μπορέσει να διαμορφώσει τις σχέσεις του με τα υπόλοιπα υποκείμενα. Ως προς τον σαφή ορισμό της, όπως έγινε σαφές η επιστημονική κοινότητα δυσκολεύεται να αναπτύξει έναν καθολικό και κοινά αποδεκτό ορισμό, δεδομένου ότι υπάρχει δυσκολία ως προς την πλήρη κατανόησή του. Ωστόσο, η πληθώρα των ερευνητών συμφωνεί πως η ενσυναίσθηση χαρακτηρίζεται τόσο από συναισθηματικές όσο και από γνωστικές πτυχές, καθώς επίσης και από επικοινωνιακές. Ένα ακόμη σημείο που προκύπτει μέσα από τις έρευνες είναι πως η ενσυναίσθηση αποτελεί σημαντικό στοιχείο της διαμόρφωσης του χαρακτήρα του ανθρώπου, καθώς τον επηρεάζει άμεσα σε όλες τις πτυχές της καθημερινότητάς του.

Ανασκόπηση ερευνών για την ενσυναίσθηση

Η ενσυναίσθηση αρκετές φορές αποτελεί ένα χαρακτηριστικό το οποίο διαμορφώνεται μέσα από τις εμπειρίες του καθενός (Hoffman, 2000). Ο αθλητισμός συχνά παίζει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση των εμπειριών αυτών από ένα άτομο. Παράδειγμα αποτελεί το γεγονός ότι μέσα από έρευνες προκύπτει πως οι προπονητές που προπονούν μεμονωμένα αθλητές/τριες ή πολύ μικρές ομάδες είχαν μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και συγκέντρωση σε στόχους, σε σχέση με προπονητές μεγαλύτερων ομάδων (Lorimer & Jowett, 2009). Σε γενικές γραμμές, η αυξημένη σύνδεση μεταξύ ενός ατόμου με τον προπονητή του έχει ως αποτέλεσμα τη δημιουργία μεγαλύτερης απόλαυσης αλλά και αποτελεσματικότητας στο άθλημά τους. Η αυξημένη ενσυναίσθηση σε ένα άτομο έχει αποδειχθεί ότι αναστέλλει επιθετικές συμπεριφορές.

Μέσα στα πλαίσια της αυτοαναφορικότητας και της φυσιολογικής συμπεριφοράς, οι επιθετικές συμπεριφορές έχει αποδειχθεί ότι μειώνονται όσο η ενσυναίσθηση του ατόμου αυξάνεται (Stanger et al., 2016).

Πολλές είναι οι έρευνες μέσα από τις οποίες προκύπτει ότι η φυσική άσκηση έχει ως αποτέλεσμα την ενίσχυση της ενσυναισθηματικής συμπεριφοράς και του νευρικού συστήματος που συνδέεται με την ενσυναίσθηση. Η φυσική δραστηριότητα αποτελεί μία πιθανή στρατηγική θεραπείας για διαταραγμένη ενσυναισθηματική ικανότητα ανθρώπων οι οποίοι πάσχουν από σκλήρυνση κατά πλάκας (Sadeghi Bahmani et al., 2020). Επιπροσθέτως, άλλες έρευνες δείχνουν πως η έλλειψη φυσικής δραστηριότητας οδηγεί στον εκφοβισμό κατά τη διάρκεια της εφηβικής ηλικίας (Arufe-Giraldez et al., 2019). Πρόσφατα έχει αποδειχθεί μέσα από έρευνες ότι η φυσική δραστηριότητα συμβάλλει σημαντικά στη διατήρηση της γνωστικής ενσυναίσθησης σε υγιείς ενήλικες. Η γνωστική ενσυναίσθηση στους ανθρώπους επηρεάζεται από τη φυσική δραστηριότητα. Ως εκ τούτου η αύξηση στη φυσική δραστηριότητα αποτελεί μια πιθανή στρατηγική ανάπτυξης της ενσυναίσθησης και πιο συγκεκριμένα της γνωστικής ενσυναίσθησης (Shima et.al., 2021).

Μία έρευνα που μελετά την ενσυναίσθηση στους αθλητές/μαθητές είναι εκείνη του Cirmi (2021). Η εν λόγω έρευνα εξετάζει τις ενσυναισθηματικές ικανότητες και τις ηθικές συμπεριφορές λήψης αποφάσεων των μαθητών/τριών και έχει διεξαχθεί μέσα από τα ερευνητικά μοντέλα διαλογής. Τα ερευνητικά αυτά μοντέλα γίνονται αντιληπτά ως ερευνητικές προσεγγίσεις οι οποίες έχουν ως στόχο να περιγράψουν μία προγενέστερη ή παρούσα κατάσταση όπως αυτή υπάρχει. Στο μοντέλο αυτό το άτομο που υπόκειται στην έρευνα προσδιορίζεται μέσα στα πλαίσια της κατάστασής του και αντιμετωπίζεται ως έχει. Η εν λόγω έρευνα πραγματοποιήθηκε σε 319 μαθητές/τριες λυκείου του σχολικού έτους 2020-2021. Στους/τις συμμετέχοντες/ουσες διανεμήθηκε ένα ερωτηματολόγιο στα πλαίσια ολοκλήρωσης της έρευνας. Μέσα από τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψε καταρχήν πως το φύλο παίζει σημαντικό ρόλο ως προς την ανάπτυξη του βαθμού της ενσυναίσθησης. Πιο συγκεκριμένα, από τα ερευνητικά δεδομένα της εν λόγω έρευνας προέκυψε πως η ενσυναίσθηση στα αγόρια είναι υψηλότερη σε σχέση με εκείνη των κοριτσιών και αυτό ήταν ένα εύρημα ιδιαίτερα σημαντικό για την έρευνα.

Μία ακόμα έρευνα αναφορικά με την ενσυναίσθηση στους αθλητές είναι εκείνη των Budnik-Przybylska et al. (2021) αναφορικά με τη σύνδεση μεταξύ της εικόνας και της ενσυναίσθησης στα αθλήματα. Πιο συγκεκριμένα, στόχος της παρούσα έρευνας

ήταν να διερευνήσει τη σύνδεση μεταξύ της πολυδιάστατης ενσυναίσθησης και της εικόνας μέσα στα πλαίσια των αθλημάτων. Όπως προκύπτει από την παρούσα έρευνα, οι πιο προχωρημένοι αθλητές πετυχαίνουν περισσότερα αποτελέσματα μέσα στα εικονικά πλαίσια, σε αντίθεση με την ενσυναίσθηση, κατά την οποία δεν παρατηρείται αυτή η διαφοροποίηση. Ένα ακόμα συμπέρασμα που προέκυψε από την παρούσα έρευνα είναι πως η γνωστική ενσυναίσθηση επηρεάζει άμεσα την τάση χρήσης της εικόνας στον αθλητισμό μέσα από τυπικότητες, αλλά και μέσα από μια οπτική σκοπιά, η οποία είναι αρκετά συχνή από την πτυχή της εικόνας. Ο βασικός περιορισμός της έρευνας έχει να κάνει με την ποικιλία της περιστασιακής εικόνας η οποία είναι προβλέψιμη μέσα από την ενσυναίσθηση.

Σε γενικές γραμμές η ενσυναίσθηση, η οποία αποτελεί τον προκάτοχο της κοινωνικής συμπεριφοράς και αποτελεί έναν ιδιαίτερα σημαντικό χαρακτηριστικό για τη ζωή των ατόμων, αποτελεί ένα είδος επικοινωνίας το οποίο χρησιμοποιούν οι αθλητές μεταξύ τους (Balcikanli et al., 2019). Η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε σε 230 αθλητές μπάσκετ οι οποίοι βρίσκονται σε αναπηρικό αμαξίδιο και οι οποίοι αγωνίζονται σε ειδικά πρωταθλήματα. Αυτό που προκύπτει είναι ότι οι αθλητές μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο οι οποίοι παίζουν σε εθνικό επίπεδο χαρακτηρίζονται από μεγαλύτερη φαντασία και από μεγαλύτερα επίπεδα δυσφορίας ενώ δέχονται πιο ευνοϊκή συμπεριφορά απέναντι στους αντιπάλους τους και στους συναθλητές τους, σε σχέση με τους αθλητές που δεν αγωνίζονται σε εθνικό επίπεδο. Αυτό που προκύπτει είναι ότι η αντικοινωνική συμπεριφορά είναι πιο συχνή στους αθλητές οι οποίοι δεν αγωνίζονται σε εθνικό επίπεδο. Αυτό που συμπερασματικά προκύπτει είναι πως ενώ η ύπαρξη ενσυναίσθηματικών χαρακτηριστικών προάγουν την προκοινωνική συμπεριφορά στους αθλητές μπάσκετ σε αναπηρικό αμαξίδιο, παράλληλα μειώνουν την αντικοινωνική συμπεριφορά. Αυτό υπονοεί πως η ενσυναίσθηση που θα αποκτήσουν οι αθλητές μέσα από την άθληση για την ενίσχυση της προκοινωνικής συμπεριφοράς αποτελεί μία διαδικασία μεγάλης σημασίας. Η εκπαίδευση της ενσυναίσθησης αποτελεί μια διαδικασία που θα πρέπει να οργανώνεται συστηματικά σύμφωνα με τη θέση στην οποία παίζουν οι αθλητές, καθώς και σύμφωνα με την ηλικία τους. Παράλληλα, πιστεύεται ότι η προκοινωνική συμπεριφορά θα πρέπει να δέχεται υποστήριξη από τους ίδιους τους προπονητές.

Όπως προκύπτει από τους Gould et al. (2002), ο αγωνιστικός χώρος είναι στην ουσία ένα φυσικό εργαστήριο για τους αθλητές, εντός του οποίου μπορεί να μελετηθεί ο τρόπος με τον οποίο λειτουργεί κάθε αθλητής υψηλών απαιτήσεων. Πιο συγκεκριμένα,

ο αθλητισμός υψηλού επιπέδου χαρακτηρίζεται από την ικανότητα που έχουν οι αθλητές να χρησιμοποιούν αλλά και να βελτιστοποιούν μία μεγάλη γκάμα από ψυχολογικές τεχνικές και χαρακτηριστικά, προκειμένου να ανταπεξέλθουν στις πιέσεις που βιώνουν. Προκειμένου να γίνει ακόμα πιο αντιληπτή η ενσυναίσθηση, θα γίνει συγκεκριμένη αναφορά στις διάφορες στρεσογόνες καταστάσεις που βιώνουν οι αθλητές και στις έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί γύρω από αυτές. Πιο συγκεκριμένα, αυτό που ανακάλυψαν οι ερευνητές είναι ο ρόλος που παίζουν τα ψυχικά χαρακτηριστικά στους επαγγελματίες αθλητές, καθώς και η ικανότητά τους να προσαρμόζουν μία αρνητική έκβαση ενός αγώνα έτσι ώστε να μην τους επηρεάζει αρνητικά (McNamara et al., 2010).

Σύμφωνα με την έρευνα των Theodorakis και συνεργάτες (2001), οι οποία αφορούσε το μπάσκετ και στην οποία συμμετείχαν εξήντα φοιτητές από τα Τμήματα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, προέκυψε ότι η χρήση της αυτο-ομιλίας αναφορικά με τις δεξιότητες των παικτών είχε ως αποτέλεσμα τη βελτίωση της απόδοσης της ομάδας σε σχέση με την ομάδα αυτο-ομιλίας που δε χρησιμοποιούσε σχετικό λεξιλόγιο. Μία ακόμη έρευνα που έχει να κάνει με το άθλημα της καλαθοσφαίρισης, εκείνη των Perkos et al. (2002) είχε ως στόχο την εξέταση της αποτελεσματικότητας της αυτο-ομιλίας στην απόδοση όσο αφορά τρεις συγκεκριμένες δεξιότητες του μπάσκετ: την πάσα στήθους, την ντρίπλα και το σουτ. Μέσα από τα αποτελέσματα της εν λόγω έρευνας βγήκε το συμπέρασμα ότι η αυτο-ομιλία έπαιξε σημαντικό ρόλο στη βελτίωση της απόδοσης των αθλητών ως προς την πάσα του στήθους και την ντρίπλα, ενώ όσον αφορά τη δεξιότητα του σουτ δεν παρουσιάστηκε κάποια σημαντική στατιστική διαφορά. Στην πραγματικότητα, η μορφή της γνωστικής στρατηγικής της αυτο-ομιλίας αποτελεί μία διαρκή διαδικασία η οποία προκύπτει είτε μέσα από την προπόνηση είτε μέσα από τους αγώνες (Handy & Hall, 2005). Μέσα από τη χρήση των κατάλληλων λέξεων/κλειδιών οι αθλητές αποκτούν τη δυνατότητα να οργανώνουν τις σκέψεις τους, ενώ μπορούν επίσης και να εστιάζουν σε σημεία των δεξιοτήτων που εκτελούν προκειμένου να διακατέχονται από μεγαλύτερη παρακίνηση κατά τη διάρκεια της εκτέλεσής τους (Zinsser et al., 2006).

Ένα ακόμα πλαίσιο στο οποίο ερευνάται η αυτο-ομιλία αναφορικά με την ψυχική ανθεκτικότητα είναι εκείνο της αυτο-ομιλίας ως περιεχόμενο σκέψης. Πιο συγκεκριμένα, μέσα από έρευνα των Mahoney και Avenner (1978), καθώς και των Kirschenbaum et al. (1982), οι οποίοι ερεύνησαν αθλητές ολυμπιακού επιπέδου προκειμένου να διαπιστώσουν τον χαρακτήρα της σχέσης ανάμεσα στη θετική/αρνητική

αυτο-ομιλία και απόδοση, προκύπτει το αποτέλεσμα ότι οι αθλητές χρησιμοποιούσαν τη θετική αυτο-ομιλία και είχαν μεγαλύτερα ποσοστά επιτυχίας σε σχέση με εκείνους τους αθλητές οι οποίοι έκαναν χρήση της αρνητικής αυτο-ομιλίας. Μία ακόμα έρευνα ήταν εκείνη του Zurbanos et al. (2010) εντός της οποίας πραγματοποιήθηκε προσπάθεια έρευνας του κοινωνικού περιβάλλοντος του αθλητή. Αυτό που προκύπτει από την παρούσα έρευνα είναι πως η θετική συμπεριφορά, οι θετικές δηλώσεις και η στήριξη που προκύπτει από τον προπονητή ασκούσαν θετική επιρροή ως προς τον τρόπο σκέψης των αθλητών, σε αντίθεση με την αρνητική στάση του προπονητή, η οποία είχε ως αποτέλεσμα τη δημιουργία αρνητικών σκέψεων στους αθλητές, κυρίως εκείνους των μικρότερων ηλικιών. Παράλληλα, μία ακόμα έρευνα υπήρξε εκείνη των Zourbanos et al. (2011), σύμφωνα με την οποία εξετάστηκε η σχέση που χαρακτηρίζει το κοινωνικό περιβάλλον των σημαντικών ατόμων που περικλείουν τον αθλητή, όπως για παράδειγμα ο προπονητής. Αυτό που προέκυψε από την έρευνα αυτή είναι πως τόσο ο προπονητής όσο και οι υπόλοιποι που βρίσκονται στο κοινωνικό του περιβάλλον ασκούν σημαντική επιρροή ως προς τη διαμόρφωση της αυτο-ομιλίας των αθλητών. Αυτό που σε γενικές γραμμές γίνεται αντιληπτό είναι ότι η αυτο-ομιλία ασκεί σημαντική επίδραση στην αθλητική επίδοση, γεγονός που προκάλεσε το ερευνητικό ενδιαφέρον. Ως εκ τούτου, μέσα από την πλειονότητα των ερευνών προκύπτει ότι η θετική αυτο-ομιλία δύναται να έχει θετικό αντίκτυπο ως προς την απόδοση, ενώ από την άλλη μεριά η αρνητική αυτο-ομιλία μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα τη μείωσή της.

Μία ακόμη έρευνα είναι εκείνη των Shima et al. (2021) μέσω της οποίας προκύπτει ότι οι αθλητές, είτε σε ομαδικά είτε σε ατομικά αθλήματα, έδειξαν μεγαλύτερη γνωστική ενσυναίσθηση σε σχέση με τους μη αθλητές, παρά το γεγονός ότι δεν υπήρχε καμία διαφορά σχετικά με τη συναισθηματική ενσυναίσθηση η οποία σχετιζόταν με την εμπειρία του αθλητισμού στους συμμετέχοντες. Αυτό που επίσης προκύπτει από την παρούσα έρευνα είναι πως τόσο οι αθλητές των ατομικών αθλημάτων όσο και εκείνοι ομαδικών αθλημάτων χαρακτηρίζονται από υψηλά επίπεδα γνωστικής ενσυναίσθησης. Παράλληλα, παρά το γεγονός ότι τόσο τα ομαδικά όσο και τα ατομικά αθλήματα επηρεάζουν σε διαφορετικό βαθμό την προσωπικότητα των ατόμων, η επίδραση των αθλημάτων στην ενσυναίσθηση ήταν παρόμοια μεταξύ των ατομικών και των ομαδικών αθλημάτων. Αυτό σημαίνει πως είναι πιθανό ότι η ποσότητα της φυσικής δραστηριότητας να συμβάλλει σημαντικά στην ανάπτυξη της γνωστικής ενσυναίσθησης των ατόμων. Μάλιστα, τα δεδομένα της έρευνας έδειξαν ότι δεν υπάρχει διαφορά στην ποσότητα της σωματικής δραστηριότητας μεταξύ ατομικών

και ομαδικών αθλημάτων, ενώ έδειξαν πως υπάρχει θετική σύνδεση μεταξύ φυσικής δραστηριότητας και γνωστικής ενσυναίσθησης. Αυτό σημαίνει πως ενδέχεται να μην υπάρχει διαφορά στη γνωστική ενσυναίσθηση μεταξύ των αθλημάτων, γεγονός που υποδεικνύει την πιθανή επίδραση των αθλητικών δραστηριοτήτων, συμπεριλαμβανομένης και της φυσικής αγωγής και των εξωσχολικών δραστηριοτήτων, στη γνωστική ενσυναίσθηση.

Όσον αφορά τη συναισθηματική ενσυναίσθηση, σύμφωνα με την ίδια έρευνα προκύπτει πως δε διαφέρει από την αθλητική δραστηριότητα. Το γεγονός αυτό υποδηλώνει ότι η γνωστική ενσυναίσθηση είναι πιο συχνή στις αθλητικές δραστηριότητες από ότι η συναισθηματική ενσυναίσθηση. Παράλληλα, σε αντίθεση με τα ευρήματα της ίδιας έρευνας, μία προγενέστερη έρευνα έχει τονίσει το γεγονός ότι η καθημερινή αθλητική δραστηριότητα σε υγιή ποντίκια ενίσχυσε σημαντικά τη συμπεριφορά τους ως προς τη βοηθητική τους συμπεριφορά (Yuksel et al., 2019), γεγονός που υποδηλώνει συναισθηματική συμπεριφορά (De Waal & Preston, 2017). Μέσα από την ίδια έρευνα (Shima et al., 2021), προκύπτει επίσης ότι τόσο η γνωστική όσο και η συναισθηματική ενσυναίσθηση δεν επηρεάστηκαν από το επίπεδο της επιτυχίας στον χώρο του αθλητισμού. Μία προγενέστερη έρευνα έχει δείξει ότι τα υψηλά επίπεδα ενσυναισθηματικής ικανότητας μπορούν να εξασθενίσουν σημαντικά την αθλητική απόδοση (Astokorki et al., 2020).

Σε γενικές γραμμές αναμένεται ότι οι αθλητές υψηλού επιπέδου έχουν χαμηλότερη ενσυναίσθηση συγκριτικά με τους αθλητές ερασιτεχνικού επιπέδου. Ωστόσο, δεν υπάρχει διαφορά στη γνωστική και συναισθηματική ενσυναίσθηση μεταξύ των αθλητών επαγγελματικής και ερασιτεχνικής βαθμίδας, όπως προκύπτει από την έρευνα. Τα αποτελέσματα αυτά οδήγησαν τους ερευνητές στο συμπέρασμα ότι οι επαγγελματίες αθλητές έχουν ικανότητα ρύθμισης της ενσυναίσθησής τους προκειμένου να βελτιστοποιήσουν την αθλητική του απόδοση σε επίπεδο ανταγωνισμού (Shima et al., 2021). Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι και αυτή η έρευνα χαρακτηρίζεται από μία σειρά από περιορισμούς, πρώτος εκ των οποίων είναι η αξιολόγηση μόνο της αυτοαναφερόμενης ενσυναίσθησης μέσα από τη χρήση ερωτηματολογίου, χωρίς ωστόσο να αξιολογηθούν τα αποτελέσματα της ενσυναισθηματικής συμπεριφοράς των συμμετεχόντων. Ένας ακόμη περιορισμός είναι ότι η εν λόγω έρευνα δεν αξιολόγησε τη σχέση μεταξύ συνομηλίκων, στοιχείο που θα μπορούσε ωστόσο να έχει ανατρεπτικά αποτελέσματα για την ενσυναίσθηση (Boele et al., 2019). Οι αθλητικές δραστηριότητες χαρακτηρίζονται από δημιουργία και διατήρηση σχέσεων μεταξύ συνομηλίκων, ενώ

τόσο το περιβάλλον όσο και η εκπαίδευση αποτελούν επίσης παράγοντες που επηρεάζουν την ενσυναίσθηση (Boele et al., 2019).

Σε γενικές γραμμές, αυτό που προκύπτει από την ερευνητική ανασκόπηση είναι ότι παρά το γεγονός ότι έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες που αφορούν τη σχέση αθλητισμού και ενσυναίσθησης, ελάχιστες είναι εκείνες οι οποίες έχουν επικεντρωθεί στην ανάπτυξη της ενσυναίσθησης στον επαγγελματικό αθλητισμό και πιο συγκεκριμένα στο άθλημα της καλαθοσφαίρισης. Προκύπτει σε γενικές γραμμές ότι μέσα από τον επαγγελματικό αθλητισμό αναπτύσσεται σημαντικά η γνωστική ενσυναίσθηση, ενώ ιδιαίτερα σημαντικό είναι και το γεγονός ότι υπάρχουν αρκετοί ακόμα παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, όπως για παράδειγμα το επίπεδο εκπαίδευσης καθώς και ο κοινωνικός περίγυρος του κάθε ατόμου. Σε κάθε περίπτωση η φυσική δραστηριότητα, είτε αυτή είναι ομαδική είτε ατομική, ενισχύει σημαντικά τα επίπεδα ανάπτυξης τόσο της γνωστικής όσο και της συναισθηματικής ενσυναίσθησης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η βιβλιογραφία της έρευνας χωρίζει τις ερευνητικές μεθόδους σε δύο κατηγορίες. Αρχικά, εντοπίζεται η ποιοτική μέθοδος στην έρευνα που πολύ συχνά χρησιμοποιούν οι ερευνητές για να ασχοληθούν με κοινωνικά θέματα. Τα θέματα αυτά είναι περισσότερο ρευστά, υποκειμενικά και αποτελούν κάτι το διαφορετικό από άτομο σε άτομο, το οποίο αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα με διαφορετικό τρόπο. Η υποκειμενικότητα που χαρακτηρίζει τα θέματα που σχετίζονται με την ποιοτική μέθοδο έρευνας, οδηγεί στην ανάγκη μιας ανάλυσης σε βάθος. Επομένως, απαιτούνται κατάλληλα και ποιοτικά δεδομένα στις ποιοτικές έρευνες. Έτσι, παρατηρείται πως πολλές ποιοτικές έρευνες βασίζονται σε δεδομένα συνεντεύξεων ή παρατήρησης, δηλαδή λεκτικά δεδομένα και σε συγκεκριμένους συμμετέχοντες που δεν είναι πολλοί σε αριθμό.

Από την άλλη πλευρά, εντοπίζεται η ποσοτική μέθοδος έρευνας, όπου σχετίζεται με θέματα που απαιτούν ακριβείς μετρήσεις και αντικειμενικότητα. Για να επιτευχθεί αυτό, η ποσοτική μέθοδος έρευνας απαιτεί ακριβή, ποσοτικά δεδομένα, τα οποία είναι πολλά σε ποσότητα έτσι ώστε να δημιουργηθούν τάσεις πάνω στις οποίες θα βασιστούν τα ευρήματα της έρευνας. Πολύ συχνά παρατηρείται πως στις ποσοτικές έρευνες, τα ερευνητικά ερωτήματα σχετίζονται με βαθμούς, συχνότητες, ποσοστά – θέματα δηλαδή που απαιτούν ποσοτικά δεδομένα και ακριβείς μετρήσεις. Έτσι, συνηθίζεται στις ποσοτικές έρευνες να υπάρχουν μεγαλύτερα δείγματα από ότι στις ποιοτικές και τα δεδομένα να βασίζονται σε αριθμούς και όχι λέξεις (Creswell & Creswell, 2017).

Μελετώντας τα παραπάνω στοιχεία, θεωρήθηκε πως η ποσοτική μέθοδος έρευνας είναι κατάλληλη για να εξυπηρετήσει τις ανάγκες και τις απαιτήσεις της παρούσας έρευνας. Όπως παρατηρείται, οι υποθέσεις της έρευνας και ο σκοπός της αφορούν επίπεδα συγκεκριμένων μεταβλητών, άρα απαιτούν ακριβείς μετρήσεις και ποσοτικά δεδομένα.

Πληθυσμός και δείγμα

Ο πληθυσμός της έρευνας σχετίζονταν με επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης. Εξαιτίας του μεγάλου όγκου του αρχικού πληθυσμού, χρησιμοποιήθηκε μόνο ένα δείγμα αυτού. Για τη δημιουργία δείγματος, δηλαδή ενός τμήματος του πληθυσμού υπάρχουν δειγματοληπτικές τεχνικές με πιθανότητα και χωρίς

πιθανότητα. Οι πρώτες δίνουν τη δυνατότητα δημιουργίας αντιπροσωπευτικού δείγματος από τη μία, αλλά τις περισσότερες φορές για να γίνει κάτι τέτοιο πρέπει να υπάρχει όλος ο πληθυσμός σε μία λίστα ή κατάλογο. Από την άλλη, οι δειγματοληπτικές τεχνικές χωρίς πιθανότητα, δεν μπορούν να δημιουργήσουν αντιπροσωπευτικό δείγμα, αλλά δεν χρειάζονται κατάλογοι του πληθυσμού και το δείγμα συνήθως δημιουργείται σχετικά γρήγορα. Στην περίπτωση της παρούσας έρευνας έγινε χρήση της δειγματοληψίας ευκολίας και στην έρευνα συμμετείχαν άτομα που μπορούσε να προσεγγίσει εύκολα ο ερευνητής και τα οποία ήταν πρόθυμα να συνεισφέρουν στην έρευνα. Η δειγματοληψία αυτή ήταν μια δειγματοληπτική τεχνική χωρίς πιθανότητα που δεν οδήγησε σε αντιπροσωπευτικό δείγμα. Το γεγονός αυτό, όμως δεν καθιστά τα αποτελέσματα της έρευνας αναξιόπιστα (Creswell & Creswell, 2017).

Όλοι οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για τον σκοπό της έρευνας. Επίσης, μέσω του σχετικού εντύπου ενημέρωσης, έλαβαν σημαντικές πληροφορίες για την εθελοντική συμμετοχή τους, την δυνατότητα αποχώρησης, την ανωνυμία και εμπιστευτικότητα των απαντήσεών τους και τη χρήση των απαντήσεών τους μόνο για την παρούσα έρευνα.

Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν συνολικά 100. Λεπτομέρειες σχετικά με τα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων μπορούν να βρεθούν στο κεφάλαιο των αποτελεσμάτων της παρούσας εργασίας.

Εργαλείο συλλογής δεδομένων

Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε σύντομο και δομημένο ερωτηματολόγιο. Ορισμένα πλεονεκτήματα του ερωτηματολογίου που ενίσχυσαν τη χρήση του στην παρούσα έρευνα ήταν: η οικονομία που προσφέρει, οι δυνατότητες ανωνυμίας που διαθέτει αναφορικά με τους συμμετέχοντες, η εύκολη διανομή, η εύκολη συμπλήρωση, η αποδοτική παραγωγή ποσοτικών δεδομένων σε μικρό χρονικό διάστημα και η δυνατότητα στατιστικής ανάλυσης των δεδομένων που δημιουργεί (Cohen et al., 2008).

Το ερωτηματολόγιο της έρευνας βασίστηκε σε δύο βασικά τμήματα. Το πρώτο τμήμα περιείχε πέντε ερωτήσεις κλειστού τύπου με συγκεκριμένες απαντήσεις που σχετίζονταν με τα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων. Στο τμήμα αυτό ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να σημειώσουν το φύλο, την ηλικία, το επίπεδο εκπαίδευσης, την οικογενειακή κατάσταση, και την περιοχή διαμονής.

Στο δεύτερο τμήμα του ερωτηματολογίου και για την αξιολόγηση της ενσυναίσθησης για τους επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, χρησιμοποιήθηκε η

κλίμακα IRI ή Κλίμακα Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης (Davis, 1980, 1983, 1994). Η κλίμακα αυτή περιλαμβάνει τέσσερις υποκλίμακες θεωρώντας πως η ενσυναίσθηση είναι μια πολυδιάστατη έννοια. Οι υποκλίμακες της IRI είναι: (α) η *γνωστική ενσυναίσθηση [perspective taking]* (η υποκλίμακα αυτή αποτελεί την τάση σε ένα άτομο για αυθόρμητη υιοθέτηση της ψυχολογικής άποψης των άλλων), (β) η *φαντασιακή ενσυναίσθηση [fantasy]* (η υποκλίμακα αυτή αποτελεί την τάση του ατόμου να μεταφέρει τον εαυτό του με φαντασία στα συναισθήματα και τις πράξεις φανταστικών χαρακτήρων σε βιβλία, ταινίες και θεατρικά έργα), (γ) το *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον [empathic concern]* (το ενσυναίσθητο ενδιαφέρον σχετίζεται με τα αισθήματα συμπάθειας και ανησυχίας για τους άλλα δυστυχημένα άτομα), και (δ) η *προσωπική δυσφορία [personal distress]* (η υποκλίμακα αυτή αφορά τα προσωπικά συναισθήματα άγχους και δυσφορίας του ατόμου σε τεταμένες διαπροσωπικές συνθήκες).

Η Κλίμακα Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης περιέχει 28 ερωτήσεις που οδηγούν στις τέσσερις παραπάνω υποκλίμακες. Για τη *γνωστική ενσυναίσθηση* χρησιμοποιείται το άθροισμα από τις απαντήσεις στις ερωτήσεις 3, 8, 11, 15, 21, 25 και 28. Για τη *φαντασιακή ενσυναίσθηση* χρησιμοποιούνται οι ερωτήσεις 1, 5, 7, 12, 16, 23 και 26. Για το *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* χρησιμοποιείται το άθροισμα από τις απαντήσεις στις ερωτήσεις 2, 4, 9, 14, 18, 20 και 22. Για την *προσωπική δυσφορία* χρησιμοποιούνται οι ερωτήσεις 6, 10, 13, 17, 19, 24 και 27. Όλες οι ερωτήσεις βασίζονται σε κλίμακα τύπου Likert με 5 βαθμούς από το 0 (δεν με περιγράφει καλά) έως το 4 (με περιγράφει πολύ καλά). Όσο μεγαλύτερο είναι το άθροισμα κάθε υποκλίμακας τόσο πιο υψηλό είναι το επίπεδο του κάθε τομέα ενσυναίσθησης στο άτομο.

Η εγκυρότητα εννοιολογικής κατασκευής έχει ελεγχθεί σε ελληνικά δεδομένα με ικανοποιητικά αποτελέσματα. Στη στατιστική ανάλυση σε δείγμα Ελλήνων πολιτών, επιβεβαιώθηκε μέσω παραγοντικής ανάλυσης πως οι 28 ερωτήσεις του ερωτηματολογίου χωρίζονται σε τέσσερις παράγοντες συνολικά (Τσίτσας, 2009). Επίσης, ο δείκτης α του Cronbach για την αξιοπιστία των παραγόντων είναι ικανοποιητικός με τιμές από 0,71 έως 0,77 (Davis, 1983; Litvack-Miller et al., 1997). Η ελληνική έκδοση της κλίμακας πραγματοποιήθηκε από τους Τσίτσας και συνεργάτες (2012) και σταθμίστηκε με επιτυχία. Αναλυτικότερα, η μέθοδος εξέτασης - επανεξέτασης ανέδειξε τιμές που κυμαίνονται από 0,65 έως 0,82 και ο δείκτης α του Cronbach είχε τιμές από 0,74 μέχρι 0,82 (Τσίτσας και συν., 2012).

Ερευνητική διαδικασία

Το ερωτηματολόγιο της Κλίμακας Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης προσαρμόστηκε σε μορφή φόρμας (Google Forms) έτσι ώστε να διανεμηθεί ηλεκτρονικά και να μεταφέρονται οι απαντήσεις των συμμετεχόντων αυτόματα σε ψηφιακά αρχεία. Στη συνέχεια, ο ερευνητής προχώρησε στην κοινοποίηση του ερωτηματολογίου μέσω email και κοινωνικών δικτύων σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης. Η διαδικασία διανομής του ερωτηματολογίου ξεκίνησε την 26η Μαρτίου 2022 και ολοκληρώθηκε την 11η Απριλίου 2022.

Διαδικασία ανάλυσης

Για την ανάλυση των δημογραφικών στοιχείων του δείγματος πραγματοποιήθηκε περιγραφική στατιστική και η παρουσίαση βασίστηκε σε γραφήματα με ποσοστά. Για την παρουσίαση των επιπέδων που κυμάνθηκαν οι τέσσερις υποκλίμακες της ενσυναίσθησης στο δείγμα, χρησιμοποιήθηκε και πάλι περιγραφική στατιστική και τα αποτελέσματα παρουσιάστηκαν με πίνακες και γραφήματα που σχετίζονται με μέτρα θέσης και διασποράς των αντίστοιχων μεταβλητών. Επίσης, εκτελέστηκε και έλεγχος αξιοπιστίας στον οποίο χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Cronbach's α . Για την επιρροή των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος στους τομείς ενσυναίσθησης του δείγματος, χρησιμοποιήθηκε επαγωγική στατιστική. Για τον λόγο αυτό έγινε πρώτα έλεγχος κανονικής κατανομής που βασίστηκε στις τιμές z των συντελεστών λοξότητας και κύρτωσης των μεταβλητών της ενσυναίσθησης. Η επιρροή των δημογραφικών χαρακτηριστικών ελέγχθηκε είτε με τη χρήση του κριτηρίου t ανεξάρτητων δειγμάτων είτε με ανάλυση διακύμανσης one way ANOVA. Το κριτήριο t χρησιμοποιήθηκε σε περιπτώσεις που το δημογραφικό χαρακτηριστικό που συμμετείχε στην ανάλυση περιείχε δύο ομάδες και η ανάλυση διακύμανσης χρησιμοποιήθηκε σε περιπτώσεις που το δημογραφικό χαρακτηριστικό που συμμετείχε στην ανάλυση περιείχε τουλάχιστον τρεις ομάδες. Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο IBM SPSS 26. Όλοι οι έλεγχοι των στατιστικών αναλύσεων έγιναν σε επίπεδο σημαντικότητας $\alpha \leq 0.05$.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο κεφάλαιο αυτό παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της στατιστικής ανάλυσης των απαντήσεων των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης. Αρχικά, παρουσιάζονται τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των 100 συμμετεχόντων στην έρευνα. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται τα επίπεδα αξιοπιστίας των τεσσάρων παραγόντων της ενσυναίσθησης. Έπειτα, ακολουθεί η ανάλυση των τεσσάρων παραγόντων της ενσυναίσθησης. Τέλος, παρουσιάζονται τα ευρήματα σχετικά με την επιρροή των δημογραφικών χαρακτηριστικών στους παράγοντες της ενσυναίσθησης των συμμετεχόντων.

Δημογραφικά στοιχεία

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανάλυσης, το 94% των 100 συμμετεχόντων ήταν άνδρες και το υπόλοιπο 6% γυναίκες. Αναφορικά με την ηλικία, το 36% του δείγματος αφορούσε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης έως 30 ετών, το 44% αφορούσε άτομα από 31 έως 40 ετών, το 12% άτομα από 41 έως 50 ετών, και το 8% άτομα ηλικίας από 51 έως 60 ετών. Το 49% του δείγματος είχε τελειώσει κάποιο ΑΕΙ ή ΤΕΙ, το 28% ήταν κάτοχοι μεταπτυχιακού, το 18% ήταν απόφοιτοι Λυκείου, και το 5% ήταν απόφοιτοι ΙΕΚ. Σχετικά με την οικογενειακή κατάσταση του δείγματος, το 64% των συμμετεχόντων ήταν άγαμοι, το 25% έγγαμοι, το 8% αφορούσε άτομα που συζούσαν, και το 3% αφορούσε διαζευγμένα άτομα. Τέλος, το 84% του δείγματος ζούσε σε αστική περιοχή, το 13% σε ημιαστική περιοχή και το 3% σε αγροτική περιοχή.

Ανάλυση αξιοπιστίας

Η ανάλυση αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου και πιο συγκεκριμένα των τεσσάρων παραγόντων της ενσυναίσθησης, έγινε με τον υπολογισμό του Cronbach's α . Τα αποτελέσματα της αξιοπιστίας των τεσσάρων παραγόντων ήταν ικανοποιητικά (Γνωστική ενσυναίσθηση, $\alpha = .727$, Φαντασική ενσυναίσθηση, $\alpha = .790$, Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον $\alpha = .724$, Προσωπική δυσφορία $\alpha = .757$)

Επίπεδα γνωστικής ενσυναίσθησης

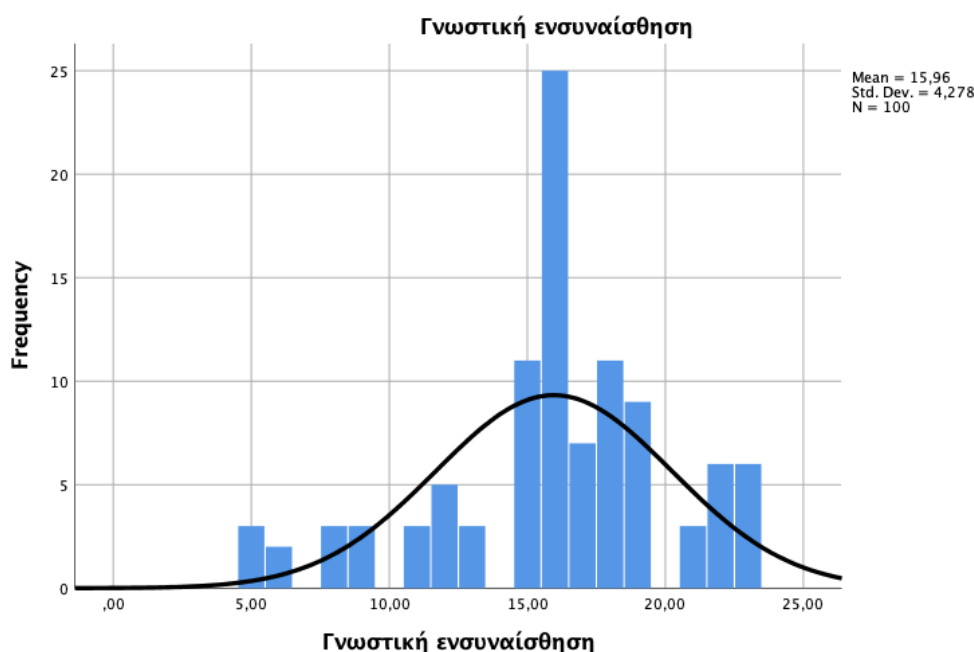
Εφόσον η αξιοπιστία των τεσσάρων μεταβλητών της έρευνας ήταν ικανοποιητική, δημιουργήθηκαν επίσης οι αντίστοιχες τέσσερις μεταβλητές από το

επιμέρους άθροισμα των απαντήσεων στις ερωτήσεις που σχετίζονταν με αυτές. Για τη μεταβλητή «Γνωστική ενσυναίσθηση», οι τιμές της κυμάνθηκαν από το 5 έως το 23. Η μέση τιμή της γνωστικής ενσυναίσθησης έφτασε τις 15,96 μονάδες με τυπική απόκλιση τις 4,29 μονάδες. Τα δεδομένα αυτά δείχνουν πως κατά μέσο όρο, τα επίπεδα της γνωστικής ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν κατά μέσο όρο σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά επίπεδα.

Πίνακας 1: Μέτρα θέσης και διασποράς γνωστικής ενσυναίσθησης.

		Statistic	Std. Error
Γνωστική ενσυναίσθηση	Mean	15,96	,715
	Std. Deviation	4,29	
	Minimum	5,00	
	Maximum	23,00	
	Skewness	-,666	,241
	Kurtosis	,462	,478

Επιπλέον, παρατηρείται, πως οι περισσότερες παρατηρήσεις για την μεταβλητή της γνωστικής ενσυναίσθησης κυμάνθηκαν κοντά στο 15 και το 20.



Διάγραμμα 1: Κατανομή γνωστικής ενσυναίσθησης.

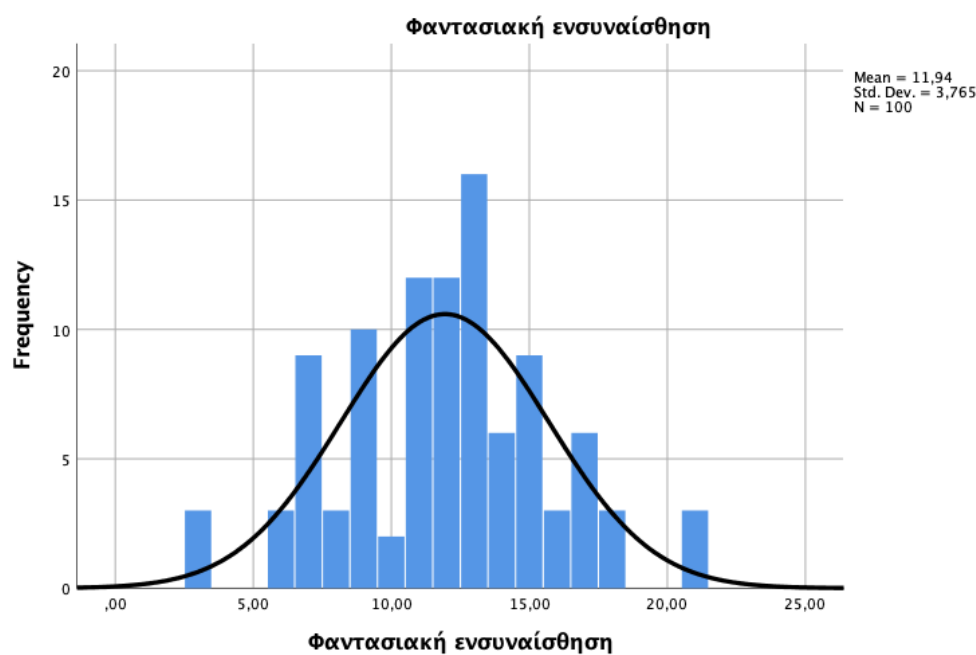
Επίπεδα φαντασιακής ενσυναίσθησης

Για τη μεταβλητή «Φαντασιακή ενσυναίσθηση», οι τιμές της κυμάνθηκαν από το 3 έως το 21. Η μέση τιμή της φαντασιακής ενσυναίσθησης έφτασε τις 11,94 μονάδες με τυπική απόκλιση τις 3,69 μονάδες. Τα δεδομένα αυτά δείχνουν πως κατά μέσο όρο, τα επίπεδα της φαντασιακής ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν κατά μέσο όρο σε ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια επίπεδα.

Πίνακας 2: Μέτρα θέσης και διασποράς φαντασιακής ενσυναίσθησης.

		Statistic	Std. Error
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Mean	11,94	,615
	Std. Deviation	3,69	
	Minimum	3,00	
	Maximum	21,00	
	Skewness	-,022	,241
	Kurtosis	,094	,478

Επιπλέον, παρατηρείται, πως οι περισσότερες παρατηρήσεις για την μεταβλητή της φαντασιακής ενσυναίσθησης κυμάνθηκαν κοντά στο 10 και το 15.



Διάγραμμα 2: Κατανομή φαντασιακής ενσυναίσθησης.

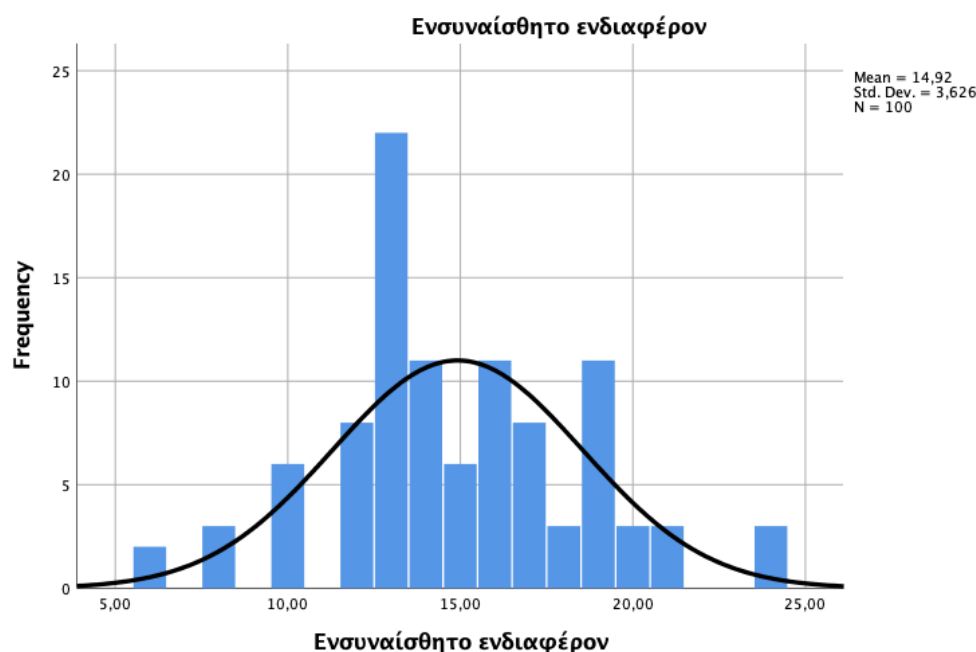
Επίπεδα ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος

Για τη μεταβλητή «Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον», οι τιμές της κυμάνθηκαν από το 6 έως το 24. Η μέση τιμή του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος έφτασε τις 14,92 μονάδες με τυπική απόκλιση τις 3,68 μονάδες. Τα δεδομένα αυτά δείχνουν πως κατά μέσο όρο, τα επίπεδα του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν κατά μέσο όρο σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά επίπεδα.

Πίνακας 3: Μέτρα θέσης και διασποράς ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος.

		Statistic	Std. Error
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Mean	14,92	,613
	Std. Deviation	3,68	
	Minimum	6,00	
	Maximum	24,00	
	Skewness	,161	,241
	Kurtosis	,256	,478

Επιπλέον, παρατηρείται, πως οι περισσότερες παρατηρήσεις για την μεταβλητή του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος κυμάνθηκαν κοντά στο 13 και το 17.



Διάγραμμα 3: Κατανομή ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος.

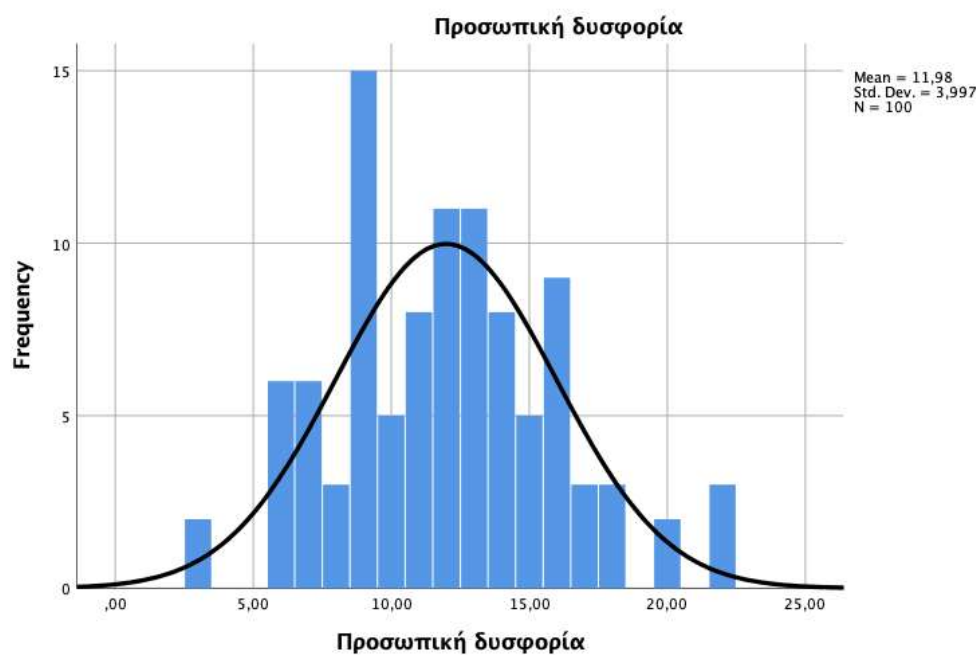
Επίπεδα προσωπικής δυσφορίας

Για τη μεταβλητή «Προσωπική δυσφορία», οι τιμές της κυμάνθηκαν από το 3 έως το 22. Η μέση τιμή του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος έφτασε τις 11,98 μονάδες με τυπική απόκλιση τις 4,08 μονάδες. Τα δεδομένα αυτά δείχνουν πως κατά μέσο όρο, τα επίπεδα της προσωπικής δυσφορίας σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν κατά μέσο όρο σε ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια επίπεδα.

Πίνακας 4: Μέτρα θέσης και διασποράς προσωπικής δυσφορίας.

	Statistic	Std. Error
Προσωπική δυσφορία	Mean	11,98
	Std. Deviation	4,078
	Minimum	3,00
	Maximum	22,00
	Skewness	,287
	Kurtosis	,003

Επιπλέον, παρατηρείται, πως οι περισσότερες παρατηρήσεις για την μεταβλητή της προσωπικής δυσφορίας κυμάνθηκαν κοντά στο 9 και το 16.



Διάγραμμα 4: Κατανομή προσωπικής δυσφορίας.

Κατανομή μεταβλητών έρευνας

Προκειμένου να διερευνηθεί η επιρροή των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος στα επίπεδα των τεσσάρων τομέων της ενσυναίσθησης, ήταν απαραίτητος ο έλεγχος της κατανομής των αντίστοιχων μεταβλητών της ενσυναίσθησης. Για τον έλεγχο της κανονικής κατανομής των μεταβλητών χρησιμοποιήθηκαν οι τιμές z της λοξότητας και της κυρτότητας. Οι τιμές αυτές για δείγματα τα οποία βασίζονται σε πάνω από 50 και κάτω από 300 άτομα θα πρέπει να είναι μικρότερες από 3,29 για να αντιστοιχούν σε κανονική κατανομή (Βαγενάς, 2019). Τα σχετικά αποτελέσματα επέστρεψαν όντως μικρότερες τιμές από το παραπάνω όριο και έτσι συμπεραίνεται πως οι μεταβλητές ακολουθούσαν την κανονική κατανομή. Έτσι, η ανάλυση συνεχίστηκε με την χρήση παραμετρικών ελέγχων.

Πίνακας 5: Έλεγχος κανονικής κατανομής μεταβλητών έρευνας μέσω τιμών z .

		Γνωστική ενσυναίσθηση	Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Προσωπική δυσφορία
N	Valid	100	100	100	100
	Missing	0	0	0	0
Skewness		-,666	-,022	,161	,287
Std. Error of Skewness		,241	,241	,241	,241
Z score Skewness		-2,76	-,091	0,67	1,19
Kurtosis		,462	,094	,256	,003
Std. Error of Kurtosis		,478	,478	,478	,478
Z score Kurtosis		,967	,197	,536	,006

Φύλο

Για την επιρροή του φύλου στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης δεν έγινε επιπλέον ανάλυση καθώς υπήρχε σημαντική έλλειψη ισορροπίας στην κατανομή ανδρών και γυναικών. Αναλυτικότερα, στο δείγμα υπήρχαν μόνο έξι γυναίκες και 94 άνδρες οπότε δεν υπήρχε νόημα σύγκρισης.

Ηλικία

Για την επιρροή της ηλικίας στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης χρησιμοποιήθηκε απλή ανάλυση διακύμανσης (one way ANOVA) για ανεξάρτητα δείγματα. Σημειώνεται πως για τις ανάγκες της παρούσας ανάλυσης οι συμμετέχοντες με ηλικίες από 41 έως 50 ετών και οι συμμετέχοντες από 51 έως 60 ετών

ομαδοποιήθηκαν σε μία κοινή κατηγορία. Έτσι, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν στις κατηγορίες: α) Έως 30 ετών (n = 36), β) 31-40 ετών (n = 44) και γ) 41-60 ετών (n = 20).

Τα αποτελέσματα του ελέγχου (βλέπε και Πίνακας 6) έδειξαν πως η επιρροή της ηλικίας στη *γνωστική ενσυναίσθηση* είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 5.378, p = .006$). Επίσης, βρέθηκε πως η επιρροή της ηλικίας στο *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 26.015, p < .001$). Ακόμα, βρέθηκε πως η επιρροή της ηλικίας στην *προσωπική δυσφορία* είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 3.397, p = .038$). Ωστόσο, αποδείχθηκε πως η επιρροή της ηλικίας στην φαντασιακή ενσυναίσθηση δεν είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 2.929, p = .058$).

Πίνακας 6: Περίληψη αποτελεσμάτων της απλής ANOVA στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την ηλικία.

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Γνωστική ενσυναίσθηση	Between Groups	180,84	2	90,42	5,378	,006
	Within Groups	1.630,99	97	16,81		
	Total	1.811,84	99			
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Between Groups	79,93	2	39,96	2,929	,058
	Within Groups	1.323,70	97	13,64		
	Total	1.403,64	99			
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Between Groups	454,33	2	227,16	26,015	,000
	Within Groups	847,02	97	8,73		
	Total	1.301,36	99			
Προσωπική δυσφορία	Between Groups	103,53	2	51,76	3,397	,038
	Within Groups	1.478,42	97	15,24		
	Total	1.581,96	99			

Στη συνέχεια και για τη διερεύνηση των ηλικιών που εμφανίζουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους μέσους όρους των παραγόντων της ενσυναίσθησης, έγιναν εκ των υστέρων συγκρίσεις με τη μέθοδο Bonferroni. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της *γνωστικής ενσυναίσθησης* μεταξύ των καλαθοσφαιριστών έως 30 ετών και των καλαθοσφαιριστών από 41 έως 60 ετών. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος της γνωστικής ενσυναίσθησης στους συμμετέχοντες από 41 έως 60 ετών είναι μεγαλύτερος κατά 3,74 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες έως 30 ετών και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p = .004$).

Επιπλέον, τα αποτελέσματα έδειξαν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους του *ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος* μεταξύ των καλαθοσφαιριστών

έως 30 ετών και των καλαθοσφαιριστών από 41 έως 60 ετών. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος της γνωστικής ενσυναίσθησης στους συμμετέχοντες από 41 έως 60 ετών είναι μεγαλύτερος κατά 5,93 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες έως 30 ετών και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p < .05$). Επίσης, υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους μεταξύ των καλαθοσφαιριστών από 31 έως 40 ετών και των καλαθοσφαιριστών έως 30 ετών. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος στους συμμετέχοντες από 31 έως 40 ετών είναι μεγαλύτερος κατά 1,86 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες έως 30 ετών και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p = .019$).

Πίνακας 7: Εκ των υστέρων συγκρίσεις Bonferroni για την ενσυναίσθηση ανά ηλικιακή ομάδα.

Παράγοντες	(I) Ηλικία	(J) Ηλικία	Mean Difference			95% CI	
			(I-J)	Std. Error	Sig.	Lower Bound	Upper Bound
Γνωστική ενσυναίσθηση	Έως 30	31-40	-1,48	,921	,328	-3,73	,755
		41-60	-3,74*	1,14	,004	-6,53	-,958
	31-40	Έως 30	1,48	,921	,328	-,755	3,73
		41-60	-2,25	1,10	,133	-4,94	,439
	41-60	Έως 30	3,74*	1,14	,004	,958	6,53
		31-40	2,25	1,10	,133	-,439	4,94
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Έως 30	31-40	1,39	,830	,291	-,631	3,41
		41-60	2,37	1,03	,069	-,132	4,88
	31-40	Έως 30	-1,39	,830	,291	-3,41	,631
		41-60	,986	,996	,974	-1,44	3,41
	41-60	Έως 30	-2,37	1,03	,069	-4,88	,132
		31-40	-,986	,996	,974	-3,41	1,44
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Έως 30	31-40	-1,85*	,664	,019	-3,47	-,238
		41-60	-5,93*	,824	,000	-7,94	-3,92
	31-40	Έως 30	1,85*	,664	,019	,238	3,47
		41-60	-4,07*	,796	,000	-6,01	-2,13
	41-60	Έως 30	5,93*	,824	,000	3,92	7,94
		31-40	4,07*	,796	,000	2,13	6,01
Προσωπική δυσφορία	Έως 30	31-40	1,22	,877	,500	-,915	3,35
		41-60	-1,47	1,08	,534	-4,13	1,17
	31-40	Έως 30	-1,22	,877	,500	-3,35	,915
		41-60	-2,70*	1,05	,036	-5,26	-,135
	41-60	Έως 30	1,47	1,08	,534	-1,17	4,13
		31-40	2,70*	1,05	,036	,135	5,26

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Η Bonferroni μετά ANOVA συγκρίσεις έδειξαν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της *προσωπικής δυσφορίας* μεταξύ των

καλαθοσφαιριστών από 31 έως 40 ετών και των καλαθοσφαιριστών από 41 έως 60 ετών. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος της προσωπικής δυσφορίας στους συμμετέχοντες από 41 έως 60 ετών είναι μεγαλύτερος κατά 2,70 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες από 31 έως 40 ετών και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p = .036$). Οι συγκρίσεις Bonferroni για τους παράγοντες της ενσυναίσθησης παρουσιάζονται στο Πίνακα 7.

Επίπεδο εκπαίδευσης

Σημειώνεται πως για τις ανάγκες της παρούσας ανάλυσης οι συμμετέχοντες με επίπεδο εκπαίδευσης το ΙΕΚ και οι συμμετέχοντες με επίπεδο εκπαίδευσης Λυκείου ομαδοποιήθηκαν σε μία κοινή κατηγορία. Έτσι, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν στις κατηγορίες: α) ΑΕΙ/ΤΕΙ ($n = 49$), β) Μεταπτυχιακό ($n = 28$) και γ) Λύκειο/ΙΕΚ ($n = 23$).

Για την επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης χρησιμοποιήθηκε απλή ανάλυση διακύμανσης (one way ANOVA) για ανεξάρτητα δείγματα. Τα αποτελέσματα της στατιστικής ανάλυσης (Πίνακας 8) έδειξαν πως η επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης στη *γνωστική ενσυναίσθηση* είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 3.740, p = .027$). Επίσης, αποδείχθηκε πως η επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης στη *φαντασιακή ενσυναίσθηση* είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 3.080, p = .050$). Ωστόσο, βρέθηκε πως η επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης στο *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* δεν είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 1.744, p = .180$). Τέλος, βρέθηκε πως η επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης στην *προσωπική δυσφορία* δεν είναι στατιστικά σημαντική ($F(2, 97) = 0.482, p = .619$).

Πίνακας 8: Περίληψη αποτελεσμάτων της απλής ANOVA στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με το επίπεδο εκπαίδευσης

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Γνωστική ενσυναίσθηση	Between Groups	129,71	2	64,85	3,740	,027
	Within Groups	1.682,12	97	17,34		
	Total	1.811,84	99			
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Between Groups	83,81	2	41,90	3,080	,050
	Within Groups	1.319,82	97	13,60		
	Total	1.403,64	99			
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Between Groups	45,17	2	22,58	1,744	,180
	Within Groups	1.256,18	97	12,95		
	Total	1.301,36	99			
Προσωπική	Between Groups	15,56	2	7,78	,482	,619

δυσφορία	Within Groups	1.566,39	97	16,14
	Total	1.581,96	99	

Πίνακας 9: Εκ των υστέρων συγκρίσεις Bonferroni για την ενσυναίσθηση ανά επίπεδο εκπαίδευσης

Παράγοντες	(I) Επίπεδο εκπαίδευσης	(J) Επίπεδο εκπαίδευσης	Mean		Sig.	95% CI	
			Difference (I-J)	Std. Error		Lower Bound	Upper Bound
Γνωστική ενσυναίσθηση	ΑΕΙ/ΤΕΙ	Λύκειο/ΙΕΚ	-2,44	1,05	,066	-5,01	,115
		Μεταπτυχιακό	,551	,986	1,000	-1,85	2,95
	Λύκειο/ΙΕΚ	ΑΕΙ/ΤΕΙ	2,44	1,05	,066	-,115	5,01
		Μεταπτυχιακό	3,00*	1,17	,036	,145	5,85
	Μεταπτυχιακό	ΑΕΙ/ΤΕΙ	-,551	,986	1,000	-2,95	1,85
		Λύκειο/ΙΕΚ	-3,00*	1,17	,036	-5,85	-,145
Φανταστική ενσυναίσθηση	ΑΕΙ/ΤΕΙ	Λύκειο/ΙΕΚ	1,71	,932	,209	-,560	3,98
		Μεταπτυχιακό	-,826	,873	1,000	-2,95	1,30
	Λύκειο/ΙΕΚ	ΑΕΙ/ΤΕΙ	-1,710	,932	,209	-3,98	,560
		Μεταπτυχιακό	-2,537*	1,03	,049	-5,06	-,008
	Μεταπτυχιακό	ΑΕΙ/ΤΕΙ	,826	,873	1,000	-1,30	2,95
		Λύκειο/ΙΕΚ	2,53*	1,03	,049	,008	5,06
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	ΑΕΙ/ΤΕΙ	Λύκειο/ΙΕΚ	-,785	,909	1,000	-3,00	1,43
		Μεταπτυχιακό	1,07	,852	,629	-1,00	3,15
	Λύκειο/ΙΕΚ	ΑΕΙ/ΤΕΙ	,785	,909	1,000	-1,43	3,00
		Μεταπτυχιακό	1,86	1,01	,207	-,605	4,32
	Μεταπτυχιακό	ΑΕΙ/ΤΕΙ	-1,07	,852	,629	-3,15	1,00
		Λύκειο/ΙΕΚ	-1,86	1,01	,207	-4,32	,605
Προσωπική δυσφορία	ΑΕΙ/ΤΕΙ	Λύκειο/ΙΕΚ	-,649	1,01	1,000	-3,12	1,82
		Μεταπτυχιακό	,459	,951	1,000	-1,86	2,77
	Λύκειο/ΙΕΚ	ΑΕΙ/ΤΕΙ	,649	1,01	1,000	-1,82	3,12
		Μεταπτυχιακό	1,10	1,13	,988	-1,64	3,86
	Μεταπτυχιακό	ΑΕΙ/ΤΕΙ	-,459	,951	1,000	-2,77	1,86
		Λύκειο/ΙΕΚ	-1,10	1,13	,988	-3,86	1,64

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Τα αποτελέσματα των Bonferroni μετά ANOVA συγκρίσεων έδειξαν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της *γνωστικής ενσυναίσθησης* μεταξύ των καλαθοσφαιριστών με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και των καλαθοσφαιριστών με μεταπτυχιακό. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος της γνωστικής ενσυναίσθησης στους συμμετέχοντες με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ είναι μεγαλύτερος κατά 3,00 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με μεταπτυχιακό και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p = .036$). Επίσης παρατηρείται πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της *φανταστικής ενσυναίσθησης* μεταξύ των καλαθοσφαιριστών με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και των καλαθοσφαιριστών με

μεταπτυχιακό. Παρατηρείται έτσι πως ο μέσος όρος της φαντασιακής ενσυναίσθησης στους συμμετέχοντες με μεταπτυχιακό είναι μεγαλύτερος κατά 2,54 μονάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και η διαφορά είναι στατιστικά σημαντική ($p = .049$). Οι συγκρίσεις Bonferroni για τους παράγοντες της ενσυναίσθησης παρουσιάζονται στο Πίνακα 9.

Οικογενειακή κατάσταση

Για την επιρροή της οικογενειακής κατάστασης στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης χρησιμοποιήθηκε το κριτήριο t για ανεξάρτητα δείγματα. Σημειώνεται πως για τις ανάγκες της παρούσας ανάλυσης οι διαζευγμένοι συμμετέχοντες και οι συμμετέχοντες που συζούσαν ή είχαν σύμφωνο συμβίωσης ομαδοποιήθηκαν στην κατηγορία των έγγαμων. Έτσι, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν στις κατηγορίες: α) Άγαμοι/ες ($n = 64$) και β) Έγγαμοι/ες / Διαζευγμένοι / Συζούν - σύμφωνο συμβίωσης ($n = 36$). Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την οικογενειακή κατάσταση παρουσιάζονται στον Πίνακα 10.

Πίνακας 10: Μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την οικογενειακή κατάσταση.

	Οικογενειακή κατάσταση	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Γνωστική ενσυναίσθηση	Άγαμος/η	64	15,40	4,42	,552
	Έγγαμος/η / Διαζευγμένος / Συζώ - σύμφωνο συμβίωσης	36	16,94	3,87	,646
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Άγαμος/η	64	12,35	3,38	,423
	Έγγαμος/η / Διαζευγμένος / Συζώ - σύμφωνο συμβίωσης	36	11,19	4,30	,718
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Άγαμος/η	64	13,44	2,86	,357
	Έγγαμος/η / Διαζευγμένος / Συζώ - σύμφωνο συμβίωσης	36	17,56	3,36	,559
Προσωπική δυσφορία	Άγαμος/η	64	11,34	4,37	,545
	Έγγαμος/η / Διαζευγμένος / Συζώ - σύμφωνο συμβίωσης	36	13,11	2,97	,495

Τα αποτελέσματα του ελέγχου t για ανεξάρτητα δείγματα (βλ. Πίνακας 11) έδειξαν πως στην περίπτωση της γνωστικής ενσυναίσθησης ίσχυε η ομοιογένεια των

διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 0.123$, $p = .726$). Παράλληλα, η επιρροή της οικογενειακής κατάστασης στη γνωστική ενσυναίσθηση δεν είναι στατιστικά σημαντική ($t(98) = -1.744$, $p = .084$). Ακόμα, στην περίπτωση της φαντασιακής ενσυναίσθησης δεν ίσχυσε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 6.417$, $p = .013$). Παράλληλα, η επιρροή της οικογενειακής κατάστασης στη γνωστική ενσυναίσθηση δεν είναι στατιστικά σημαντική ($t(59.567) = 1.398$, $p = .167$). Εν συνεχεία, τα αποτελέσματα του ελέγχου έδειξαν πως στην περίπτωση του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος ίσχυε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 2.180$, $p = .143$). Παράλληλα, η επιρροή της οικογενειακής κατάστασης στο ενσυναίσθητο ενδιαφέρον είναι στατιστικά σημαντική ($t(98) = -6.484$, $p < .001$). Η διαφορά αυτή οφείλεται στις υψηλότερες τιμές των έγγαμων – διαζευγμένων – σε συμβίωση ($M = 17.56$, $SD = 3.36$) σε σχέση με την κατηγορία των άγαμων ($M = 13.44$, $SD = 2.86$). Τέλος, τα αποτελέσματα του ελέγχου έδειξαν πως στην περίπτωση της προσωπικής δυσφορίας δεν ίσχυε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 6.420$, $p = .013$). Παράλληλα, η επιρροή της οικογενειακής κατάστασης στην προσωπική δυσφορία είναι στατιστικά σημαντική ($t(94.296) = -2.398$, $p = .018$). Η διαφορά αυτή οφείλεται στις υψηλότερες τιμές των έγγαμων – διαζευγμένων – σε συμβίωση ($M = 13.11$, $SD = 2.97$) σε σχέση με την κατηγορία των άγαμων ($M = 11.34$, $SD = 4.37$).

Πίνακας 10: Περίληψη αποτελεσμάτων του ελέγχου t για ανεξάρτητα δείγματα στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την οικογενειακή κατάσταση

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
Γνωστική ενσυναίσθηση	Equal variances assumed	,123	,726	-1,744	98	,084
	Equal variances not assumed			-1,809	80,899	,074
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Equal variances assumed	6,417	,013	1,494	98	,138
	Equal variances not assumed			1,398	59,567	,167
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Equal variances assumed	2,180	,143	-6,484	98	,000
	Equal variances not assumed			-6,199	63,522	,000
Προσωπική δυσφορία	Equal variances assumed	6,420	,013	-2,161	98	,033
	Equal variances not assumed			-2,398	94,296	,018

Περιοχή διαμονής

Για την επιρροή της περιοχής διαμονής στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης χρησιμοποιήθηκε το κριτήριο t για ανεξάρτητα δείγματα. Σημειώνεται πως για τις ανάγκες της παρούσας ανάλυσης οι συμμετέχοντες που διέμεναν σε ημιαστικές περιοχές και οι συμμετέχοντες που διέμεναν σε αγροτικές ομαδοποιήθηκαν σε μια κοινή κατηγορία. Έτσι, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν στις κατηγορίες: α) Αστική ($n = 84$) και β) Αγροτική/Ημιαστική ($n = 16$). Οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την περιοχή διαμονής παρουσιάζονται στον Πίνακα 12.

Πίνακας 11: Μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις των παραγόντων της ενσυναίσθησης σε σχέση με την περιοχή διαμονής.

	Οικογενειακή κατάσταση	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Γνωστική ενσυναίσθηση	Αγροτική/Ημιαστική	16	16,00	5,32	1,329
	Αστική	84	15,95	4,09	,446
Φαντασιακή ενσυναίσθηση	Αγροτική/Ημιαστική	16	13,81	3,04	,759
	Αστική	84	11,58	3,80	,414
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Αγροτική/Ημιαστική	16	13,25	4,65	1,16
	Αστική	84	15,24	3,34	,363
Προσωπική δυσφορία	Αγροτική/Ημιαστική	16	10,38	4,57	1,14
	Αστική	84	12,29	3,83	,418

Τα αποτελέσματα του ελέγχου t για ανεξάρτητα δείγματα (βλ. Πίνακας 13) έδειξαν πως στην περίπτωση της γνωστικής ενσυναίσθησης ίσχυε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 3.919$, $p = .051$). Παράλληλα, η επιρροή της περιοχής διαμονής στη γνωστική ενσυναίσθηση δεν είναι στατιστικά σημαντική ($t(98) = 0.041$, $p = .968$). Ακόμα, στην περίπτωση της φαντασιακής ενσυναίσθησης ίσχυσε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 0.596$, $p = .442$). Παράλληλα, η επιρροή της περιοχής διαμονής στη φαντασιακή ενσυναίσθηση είναι στατιστικά σημαντική ($t(98) = 2.213$, $p = .029$). Η σημαντική διαφορά οφείλεται στις υψηλότερες τιμές των συμμετεχόντων που διέμεναν σε ημιαστικές και αγροτικές περιοχές ($M = 13.81$, $SD = 3.04$) σε σχέση με τους συμμετέχοντες που διέμεναν σε αστικές περιοχές ($M = 11.58$, $SD = 3.80$).

Εν συνεχεία, τα αποτελέσματα του ελέγχου έδειξαν πως στην περίπτωση του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος δεν ίσχυε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = 4.507$, $p = .036$). Παράλληλα, η επιρροή της περιοχής διαμονής στο ενσυναίσθητο ενδιαφέρον δεν είναι στατιστικά σημαντική ($t(18.046) = -1.631$, $p = .120$). Τέλος, τα αποτελέσματα του ελέγχου έδειξαν πως στην περίπτωση της προσωπικής δυσφορίας ίσχυε η ομοιογένεια των διακυμάνσεων (Levene's Test, $F = .007$, $p = .934$). Παράλληλα, η επιρροή της περιοχής διαμονής στην προσωπική δυσφορία δεν είναι στατιστικά σημαντική ($t(98) = -1.771$, $p = .080$).

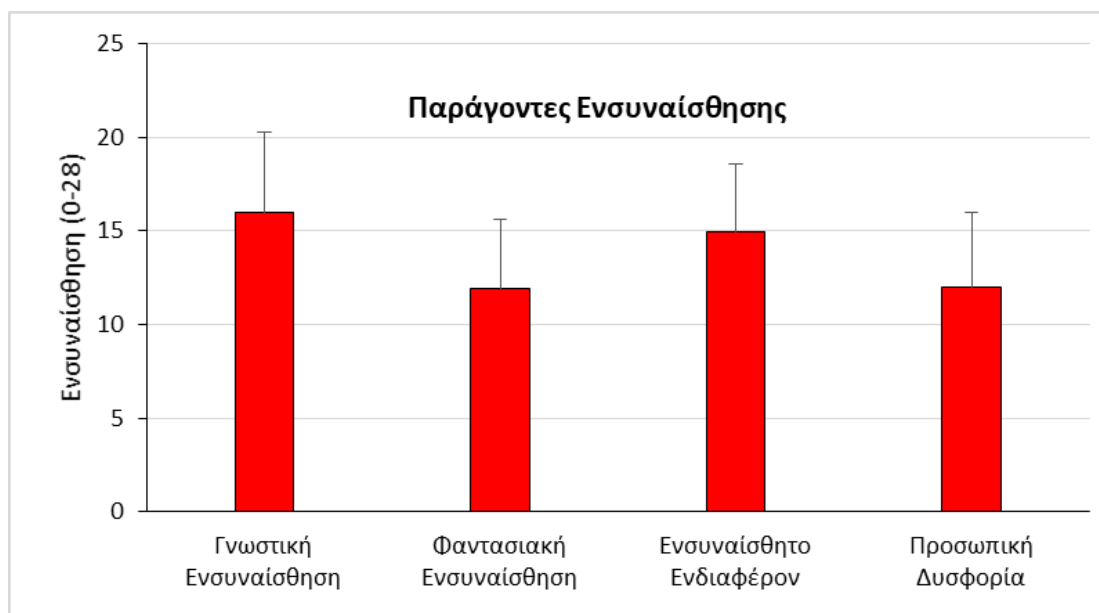
Πίνακας 12: Περίληψη αποτελεσμάτων του ελέγχου t ανεξάρτητων δειγμάτων στους παράγοντες της ενσυναίσθησης ανάλογα με την περιοχή διαμονής

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
Γνωστική ενσυναίσθηση	Equal variances assumed	3,919	,051	,041	98	,968
	Equal variances not assumed			,034	18,528	,973
Φαντασική ενσυναίσθηση	Equal variances assumed	,596	,442	2,213	98	,029
	Equal variances not assumed			2,576	24,873	,016
Ενσυναίσθητο ενδιαφέρον	Equal variances assumed	4,507	,036	-2,042	98	,044
	Equal variances not assumed			-1,631	18,046	,120
Προσωπική δυσφορία	Equal variances assumed	,007	,934	-1,771	98	,080
	Equal variances not assumed			-1,569	19,219	,133

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Στόχος της παρούσας εργασίας, όπως ήδη έχει γίνει σαφές από την εισαγωγή, αποτέλεσε η διερεύνηση όλων εκείνων των επιπέδων ενσυναίσθησης που χαρακτηρίζουν τους επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, όπως αυτή προκύπτει μέσα από τους τέσσερις τομείς που εξετάστηκαν στην παρούσα έρευνα. Οι τομείς αυτοί αφορούσαν τη *γνωστική ενσυναίσθηση*, τη *φανταστική ενσυναίσθηση*, το *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* και την *προσωπική δυσφορία* και οι μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις τους απεικονίζονται στο Διάγραμμα 5. Οι ερευνητικές υποθέσεις που διαμορφώθηκαν προκειμένου να διεξαχθεί η παρούσα έρευνα είχαν να κάνουν με τα επίπεδα της γνωστικής ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, τα οποία αναμενόταν να κινηθούν σχετικά μέτρια επίπεδα, τα επίπεδα της φανταστικής ενσυναίσθησης σε αυτούς τα οποία αναμενόταν να κινηθούν σε σχετικά χαμηλά επίπεδα, τα επίπεδα του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος τους τα οποία αναμενόταν να κινηθούν σε μέτρια επίπεδα, καθώς και τα επίπεδα της προσωπικής δυσφορίας, τα οποία αναμενόταν να κινηθούν μέσο όρο σε χαμηλά επίπεδα. Παράλληλα, έναν ακόμα από τα ερευνητικά ερωτήματα ήταν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων στην έρευνα, τα οποία αναμενόταν πως θα επηρεάσουν σημαντικά τους προαναφερθείς τομείς της ενσυναίσθησης.



Διάγραμμα 5: Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις τομέων ενσυναίσθησης.

Αυτό που προέκυψε από τα αποτελέσματα της έρευνας είναι καταρχήν ότι κατά μέσο όρο, τα επίπεδα της *γνωστικής ενσυναίσθησης* σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά επίπεδα ($MO = 15,96$, $TA = 4,29$). Παράλληλα, τα επίπεδα της *φαντασιακής ενσυναίσθησης* σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν σε ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια επίπεδα ($MO = 11,94$, $TA = 3,69$). Όσον αφορά τα επίπεδα του *ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος* σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αυτά κινήθηκαν σε μέτρια επίπεδα, με μικρή απόκλιση σε ελαφρώς χαμηλά και υψηλά επίπεδα ($MO = 14,92$, $TA = 3,68$). Όσον αφορά τα επίπεδα της *προσωπικής δυσφορίας* σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, κινήθηκαν ελαφρώς χαμηλά επίπεδα με μικρή απόκλιση σε αρκετά χαμηλά αλλά και μέτρια επίπεδα ($MO = 11,98$, $TA = 4,08$). Αναφορικά με την επιρροή του φύλου στην ενσυναίσθηση των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης δεν έγινε επιπλέον ανάλυση καθώς υπήρχε σημαντική έλλειψη ισορροπίας στην κατανομή ανδρών και γυναικών. Αναλυτικότερα, στο δείγμα υπήρχαν μόνο έξι γυναίκες και 94 άνδρες οπότε δεν υπήρχε νόημα σύγκρισης.

Αναφορικά με την επιρροή της ηλικίας στη *φαντασιακή ενσυναίσθηση*, στο *ενσυναίσθητο ενδιαφέρον* και στην *προσωπική δυσφορία*, τα αποτελέσματα έδωσαν ένα στατιστικά σημαντικό ενδιαφέρον. Πιο συγκεκριμένα, τα άτομα έως 30 ετών είχαν τους υψηλότερους μέσους κατάταξης στον τομέα της φαντασιακής ενσυναίσθησης και τους μικρότερους τους είχαν τα άτομα από 51 έως 60 ετών. Τα άτομα από 41 έως 50 ετών είχαν τους υψηλότερους μέσους κατάταξης στον τομέα του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος και τους μικρότερους τους είχαν τα άτομα έως 30 ετών. Τα άτομα από 51 έως 60 ετών είχαν τους υψηλότερους μέσους κατάταξης στον τομέα της προσωπικής δυσφορίας και τους μικρότερους τους είχαν τα άτομα από 31 έως 40 ετών.

Όσον αφορά την επιρροή του επιπέδου εκπαίδευσης, αυτή ήταν στατιστικά σημαντική μόνο στη *γνωστική ενσυναίσθηση*. Αυτό που προέκυψε από τα ερευνητικά δεδομένα ήταν ότι τα αποτελέσματα έδειξαν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της *γνωστικής ενσυναίσθησης* μεταξύ των καλαθοσφαιριστών με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και των καλαθοσφαιριστών με μεταπτυχιακό. Παρατηρήθηκε πως ο μέσος όρος της *γνωστικής ενσυναίσθησης* στους συμμετέχοντες με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ ήταν μεγαλύτερος σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με μεταπτυχιακό και η διαφορά ήταν στατιστικά σημαντική. Επίσης, παρατηρήθηκε πως υπήρχε στατιστικά σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της

φαντασιακής ενσυναίσθησης μεταξύ των καλαθοσφαιριστών με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και των καλαθοσφαιριστών με μεταπτυχιακό. Πιο συγκεκριμένα, ο μέσος όρος της γνωστικής φαντασιακής στους συμμετέχοντες με μεταπτυχιακό ήταν μεγαλύτερος σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με πτυχίο Λυκείου ή ΙΕΚ και η διαφορά ήταν στατιστικά σημαντική.

Αναφορικά με την επιρροή της οικογενειακής κατάστασης ήταν στατιστικά σημαντική μόνο στην περίπτωση του ενσυναίσθητου ενδιαφέροντος και της προσωπικής δυσφορίας. Οι έγγαμοι – διαζευγμένοι – σε συμβίωση είχαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερο μέσο όρο στο ενσυναίσθητο ενδιαφέρον σε σχέση με τους άγαμους. Τέλος, Οι έγγαμοι – διαζευγμένοι – σε συμβίωση είχαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερο μέσο όρο στη προσωπική δυσφορία σε σχέση με τους άγαμους.

Όσον αφορά την επιρροή της περιοχής διαμονής, αυτή ήταν στατιστικά σημαντική μόνο στην φαντασιακή ενσυναίσθηση. Τα άτομα που ζούσαν σε ημιαστικές και αγροτικές περιοχές είχαν τους υψηλότερους μέσους όρους στον τομέα της φαντασιακής ενσυναίσθησης και τους μικρότερους τους είχαν τα άτομα που ζούσαν σε αστικές περιοχές με στατιστικά σημαντική διαφορά.

Σε γενικές γραμμές, παρουσιάστηκαν αρκετές ομοιότητες αλλά και σημαντικές διαφορές μεταξύ της παρούσας έρευνας και της υπάρχουσας βιβλιογραφίας ως προς τη μελέτη της ενσυναίσθησης και του επαγγελματικού αθλητισμού. Θα πρέπει να ληφθεί υπόψιν ότι οι εν λόγω έρευνες παρουσίαζαν ομοιότητες ως προς το υπό μελέτη θέμα μόνο μερικώς και όχι ολοκληρωτικά, γεγονός που δικαιολογεί τον βαθμό ομοιότητας και διαφοράς ως προς τα αποτελέσματα. Παράλληλα, αρκετές είναι οι έρευνες που το πλήθος, ως προς τον αριθμό αλλά και ως προς τα ατομικά τους χαρακτηριστικά ήταν διαφορετικά σε σχέση με το δείγμα της παρούσας μελέτης. Αναφορικά με τη γνωστική ενσυναίσθηση, αυτό που δόθηκε ως αποτέλεσμα από την παρούσα έρευνα είναι πως κατά μέσο όρο τα επίπεδα γνωστικής ενσυναίσθησης των επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης ήταν χαμηλά. Όσον αφορά τα δεδομένα που προκύπτουν από την υπάρχουσα βιβλιογραφία σε σχέση με τη γνωστική ενσυναίσθηση σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, αυτά φαίνεται πως επίσης κινούνται σε σχετικά μέτρια επίπεδα, δεδομένου ότι σύμφωνα με το εύρημα της έρευνας των Shima et al. (2021), οι επαγγελματίες αθλητές φαίνεται πως έχουν την ικανότητα να ρυθμίζουν τα επίπεδα της ενσυναίσθησής τους προκειμένου έτσι να βελτιστοποιήσουν την απόδοσή τους σε ανταγωνιστικό επίπεδο. Παράλληλα, αυτό που προκύπτει από την παρούσα έρευνα είναι ότι σε γενικές γραμμές οι αθλητές υψηλού επιπέδου φαίνεται πως παρουσιάζουν

χαμηλότερα επίπεδα ενσυναίσθησης σε σχέση με εκείνους ερασιτεχνικού επιπέδου. Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί, ότι σύμφωνα με εύρημα της έρευνας των Yuksel et al. (2019), η γνωστική ενσυναίσθηση φαίνεται ότι χαρακτηρίζει σε μεγαλύτερο βαθμό τους αθλητές, σε σχέση με τη συναισθηματική ενσυναίσθηση.

Όσον αφορά τα επίπεδα της φαντασιακής ενσυναίσθησης, αυτά φαίνεται πως κινούνται σε μέτριο προς χαμηλό επίπεδο όπως προκύπτει από την παρούσα έρευνα, δεδομένου ότι οι συμμετέχοντες στην πλειοψηφία τους απάντησαν πως δεν ταυτίζονται με μυθοπλαστικούς ήρωες και πως δεν εντυφούν στα συναισθήματα των προσώπων αυτών. Αυτό έρχεται σε αντίθεση με την έρευνα των Balcikanli et al. (2019) που πραγματοποιήθηκε σε αθλητές καλαθοσφαίρισης που βρίσκονται σε αναπηρικό αμαξίδιο και αγωνίζονται σε εθνικό επίπεδο και οι οποίοι φαίνεται χαρακτηρίζονται από μεγάλα επίπεδα φαντασιακής ενσυναίσθησης. Αξίζει μάλιστα να σημειωθεί ότι στην εν λόγω έρευνα διαπιστώθηκε και ένα ακόμη σημαντικό εύρημα αναφορικά με την ενσυναίσθηση και την εμφάνισή της περισσότερο σε επαγγελματίες αθλητές καλαθοσφαίρισης, παρά σε αθλητές που δεν αγωνίζονται σε εθνικό επίπεδο και οι οποίοι συχνά παρουσιάζουν αντικοινωνική συμπεριφορά. Όσον αφορά τα επίπεδα προσωπικής δυσφορίας, από την παρούσα έρευνα προκύπτει ότι αυτά κινούνται σε σχετικά χαμηλά έως μέτρια επίπεδα. Τα δεδομένα αυτά έρχονται και πάλι σε αντίθεση με την έρευνα των Balcikanli et al. (2019) οι οποίοι, στην ίδια έρευνα που αναφέρθηκε παραπάνω, συμπεραίνουν από τα δεδομένα τους πως οι επαγγελματίες αθλητές καλαθοσφαίρισης σε αναπηρικό αμαξίδιο φαίνεται πως παρουσιάζουν υψηλά επίπεδα δυσφορίας, ενώ αξίζει να σημειωθεί πως ένα ακόμη εύρημα έχει να κάνει με την ευνοϊκή συμπεριφορά που λαμβάνουν από τους αντιπάλους τους και η οποία ενδεχομένως οδηγεί στα υψηλά αυτά επίπεδα.

Ένα σημαντικό στοιχείο το οποίο χαρακτηρίζει τη διεθνή βιβλιογραφία, ωστόσο στην παρούσα έρευνα ήταν ελλιπές λόγω του άνισου δείγματος είναι η επιρροή του παράγοντα φύλου στη διαμόρφωση της ενσυναίσθησης σε ένα άτομο. Πιο συγκεκριμένα, μέσα από τα ερευνητικά δεδομένα δε γίνεται εμφανές κατά πόσο επηρεάζει ή μη ο παράγοντας φύλο την ενσυναίσθηση, δεδομένου ότι το 94% των συμμετεχόντων ήταν άντρες. Η έλλειψη αυτή θα μπορούσε να αποτελέσει έναυσμα για περαιτέρω έρευνα, δεδομένου ότι μέσα από τα ερευνητικά στοιχεία της διεθνούς βιβλιογραφίας, όπως για παράδειγμα τα στοιχεία της έρευνας του Cirmi (2021), προκύπτει ότι το φύλο παίζει σημαντικό ρόλο στις ενσυναισθηματικές ικανότητες και τις ηθικές συμπεριφορές ως προς τη λήψη αποφάσεων. Πιο συγκεκριμένα, μέσα από τα

ερευνητικά δεδομένα της διεθνούς βιβλιογραφίας που παρουσιάστηκε προκύπτει πως το φύλο παίζει ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο ως προς την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης και πιο συγκεκριμένα πως το αντρικό, σε σχέση με το γυναικείο φύλο είναι εκείνο που χαρακτηρίζεται από υψηλότερα επίπεδα ενσυναίσθησης.

Αυτό που συμπερασματικά προκύπτει από τη σύγκριση της παρούσας έρευνας με έρευνες της υπάρχουσας βιβλιογραφίας που σχετίζονται με την ενσυναίσθηση και τον αθλητισμό αποτελεί το γεγονός ότι υπάρχουν αρκετά κοινά ευρήματα, υπάρχουν ωστόσο και κάποιες διαφορές. Πιο συγκεκριμένα, είναι κοινά αποδεκτό πως τα επίπεδα της γνωστικής ενσυναίσθησης βρίσκονται σε γενικές γραμμές σε μέτρια επίπεδα στους επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, ενώ μάλιστα οι αθλητές είναι σε θέση να τα ρυθμίζουν προς όφελός τους. Η διαφορά στην παρούσα έρευνα και στα ευρήματα της υπάρχουσας βιβλιογραφίας έγκειται στη φαντασιακή ενσυναίσθηση καθώς και στα επίπεδα της προσωπικής δυσφορίας. Πιο συγκεκριμένα, ενώ στην υπό μελέτη έρευνα τα επίπεδα παρουσιάστηκαν σχετικά μέτρια, σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε επαγγελματίες αθλητές μπάσκετ σε αναπηρικό αμαξίδιο κατέστη φανερό πως τα επίπεδα φαντασιακής ενσυναίσθησης, αλλά και προσωπικής δυσφορίας ήταν αρκετά υψηλά. Παράλληλα, η διαφορά έγκειται και στο φύλο, το οποίο βάσει των διεθνών ευρημάτων παίζει βασικό ρόλο ως προς την εμφάνιση των επιπέδων της ενσυναίσθησης, δεδομένου ότι βάσει διεθνών ευρημάτων το αντρικό φύλο εμφανίζει υψηλότερα επίπεδα ενσυναίσθησης σε σχέση με το γυναικείο φύλο. Πρέπει ωστόσο να ληφθεί υπόψιν ότι οι συμμετέχοντες στην εν λόγω έρευνα χαρακτηρίζονται από μία διαφορετική συνθήκη η οποία σαφώς μπορεί να παίζει σημαντικό ρόλο στη διεξαγωγή των αποτελεσμάτων, καθώς επίσης και ότι το δείγμα είναι άνισο, καθώς η πλειονότητά του αποτελείται από άντρες.

Παρά το γεγονός ότι η έρευνα χαρακτηρίζεται από σημαντικούς περιορισμούς, με σημαντικότερο εκείνον του αριθμού των συμμετεχόντων, αλλά και της μη πιθανοτικής δειγματοληψίας καθώς και της ιδιότητας αυτών, καθώς μπορούσαν μόνο να συμμετάσχουν επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης. Παρά τον περιορισμό αυτόν η έρευνα πρόσφερε σημαντικά ερευνητικά δεδομένα στην υπάρχουσα βιβλιογραφία αναφορικά με τους επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης και την ενσυναίσθηση, δεδομένου το ερευνητικό πεδίο είναι αρκετά περιορισμένο. Πιο συγκεκριμένα, η διεθνής βιβλιογραφία στηρίζει την έρευνά της σε εφήβους που ασχολούνται με την καλαθοσφαίριση σε επίπεδο εθνικό και ως εκ τούτου έχει δώσει ως ένα βαθμό

διαφορετικά αποτελέσματα και βασίζεται σε διαφορετικά ερευνητικά ερωτήματα από αυτά που μελετώνται στην παρούσα μελέτη (Sood, 2017).

Σύμφωνα με τις ομοιότητες με τις έρευνες της διεθνούς βιβλιογραφίας που παρουσιάστηκαν ανωτέρω, ως ένα βαθμό τα στατιστικά ευρήματα της εν λόγω έρευνας σίγουρα αιτιολογούνται, ωστόσο αυτό συμβαίνει σε ορισμένα από τα ερευνητικά ερωτήματα, ειδικά αν ληφθεί υπόψιν και το γεγονός ότι η παρούσα έρευνα χαρακτηρίζεται από διαφορετικότητα, καθώς δεν έχει διεξαχθεί ακριβώς η υπάρχουσα έρευνα με τα υπό μελέτη ερευνητικά ερωτήματα. Ένα ακόμη αξιοσημείωτο δεδομένο που προκύπτει από την παρούσα έρευνα είναι ο βαθμός που επηρεάζει η οικογενειακή κατάσταση, η εκπαίδευση και η ηλικία την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, παράγοντες οι οποίοι δεν απαντήθηκαν σε έρευνες της διεθνούς βιβλιογραφίας, παρά μόνο εμμέσως η ηλικία, δεδομένου ότι πραγματοποιήθηκαν έρευνες σε εφήβους και φοιτητές που ασχολούνται με το άθλημα της καλαθοσφαίρισης, όπως για παράδειγμα η έρευνα των Theodorakis et al. (2001) και η έρευνα του Cirimi (2021). Το γεγονός αυτό δηλώνει πως στη διαμόρφωση της ενσυναίσθησης θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψιν όλοι οι παράγοντες που μπορεί να επηρεάσουν το άτομο με κάθε τρόπο. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι ένα σημαντικό στοιχείο που παραλήφθηκε στην παρούσα έρευνα και το οποίο προκύπτει από τη διεθνή βιβλιογραφία μέσα από τις έρευνες των Mahoney και Avenner (1978), καθώς και των Kirschenbaum et al. (1982), αποτελούν οι κοινωνικοί και ψυχολογικοί παράγοντες, οι οποίοι μπορούν να παίξουν ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της ενσυναίσθησης σε ένα άτομο, δεδομένου μάλιστα ότι η ενσυναίσθηση αποτελεί στην ουσία τον προκάτοχο της κοινωνικής συμπεριφοράς του ατόμου.

Η εν λόγω έρευνα επικεντρώνεται και απαντά έναν αριθμό από ερευνητικά ερωτήματα τα οποία αφορούν σε όλες τις εκφάνσεις της ενσυναίσθησης ως προς τον επαγγελματικό αθλητισμό και πιο συγκεκριμένα την καλαθοσφαίριση. Σίγουρα η έρευνα παρουσιάζει σημαντικά κενά ως προς το μέγεθος του δείγματος που ερωτήθηκε και ως εκ τούτου δεν μπορούν να παρουσιαστούν γενικευμένα συμπεράσματα. Ένα ερευνητικό ερώτημα το οποίο θα μπορούσε να μελετηθεί σε μία νέα έρευνα θα ήταν ίσως ο βαθμός στον οποίο ο προπονητής παίζει ρόλο στη διαμόρφωση της ενσυναίσθησης στους επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, καθώς επίσης και η εικόνα τους, ερευνητικό ερώτημα που έχει απαντηθεί σε ορισμένες έρευνες της διεθνούς βιβλιογραφίας. Αυτό που προκύπτει ως συμπέρασμα είναι πως η ενσυναίσθηση και πιο συγκεκριμένα η γνωστική ενσυναίσθηση αποτελεί ένα βασικό χαρακτηριστικό των

επαγγελματικών παικτών της καλαθοσφαίρισης, το οποίο ωστόσο δεν υπερέχει άλλων χαρακτηριστικών τους, αλλά μάλλον υπάρχει μέσα στα πλαίσια της ομαδικότητας και ως προς την εξυπηρέτηση των στόχων τους. Σε γενικές γραμμές, οι απαντήσεις των συμμετεχόντων κινούνταν σε μέτρια επίπεδα ως προς τη φαντασιακή ενσυναίσθηση, γεγονός που ενισχύει ακόμα περισσότερο τα παραπάνω δεδομένα της έρευνας.

Βιβλιογραφία

- Astokorki, A., Flood, A., & Mauger, A. (2021). Images depicting human pain increase exercise-induced pain and impair endurance cycling performance. *Journal of Sports Sciences*, 39(2), 138-146.
- Bachelor, A. (1988). How clients perceive therapist empathy: A content analysis of "received" empathy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 25(2), 227-240.
- Bachrach, H. M. (1976). Empathy: We know what we mean, but what do we measure? *Archives of General Psychiatry*, 33(1), 35-38.
- Balcikanli, G.S., Ilhan, E.L. & Esenturk, O.K. (2019). The prosocial-antisocial behavior and empathic skill levels of wheelchair basketball players in sports. *International Journal of Disabilities Sports & Health Sciences*, 2(1), 1-11.
- Baric, R. & Bucik V. (2009). Motivational differences in athletes trained by coaches of different motivational and leadership profiles. *Kineziologia*, 41(2), 181-194.
- Barker, R. (2003). *The social work dictionary*: Washington, DC: NASW Press.
- Bavolek, S.J. (1984). *Handbook for the Adult-Adolescent Parenting Inventory (AAPI)*. Eua Claire, WI: Family Development Resources.
- Bebetsos, E., Filippou, F., & Bebetos, G. (2017). Athletes' criticism of coaching behavior: Differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin*, 48(1), 66-71.
- Benson, P. L., & Scales, P. C. (2009). Positive youth development and the prevention of youth aggression and violence. *International Journal of Developmental Science*, 3, 218–234
- Boele, S., Van der Graaff, J., de Wied, M., Van der Valk, I. E., Crocetti, E., & Branje, S. (2019). Linking parent child and peer relationship quality to empathy in adolescence: A multilevel meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1033–1055.
- Bohart, A.C. & Greenberg, L.S. (eds.) (1997). *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy*. Washington DC: American Psychological Association.
- Bronfenbrenner, U. (1970). *Two worlds of childhood*. New York: Shimon & Shuster.
- Budnik-Przybylska, D., Kaźmierczak, M., Karasiewicz, K., & Bertollo, M. (2021). Spotlight on the link between imagery and empathy in sport. *Sport Sciences for Health*, 17(1), 243-252.

- Cirimi, E. (2021). Investigation of empathy skills and moral decision-making attitudes in athlete students in terms of some variables. *Journal of Educational Issues*, 7(2), 275-287.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education*. (6th ed.). Routledge.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative and mixed methods approaches*. Routledge.
- Cronbach, L. J. (1951). *Coefficient alpha and the internal structure of tests*. *Psychometrika*, 6(3), 297-334.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10(85), 1-19.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
- Davis, M. H. (1994). *Empathy: A social psychological approach*. Brown & Benchmark Publishers.
- De Waal, F. B. M., & Preston, S. D. (2017). Mammalian empathy: Behavioural manifestations and neural basis. *Nature Reviews Neuroscience*, 18(8), 498–509.
- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71–100.
- DiFiori, J. P., Güllich, A., Brenner, J. S., Côté, J., Hainline, B., Ryan, E., & Malina, R. M. (2018). The NBA and youth basketball: recommendations for promoting a healthy and positive experience. *Sports Medicine*, 48(9), 2053-2065.
- Dijrnazian, I. N. (1980). Ζητήματα εργασιακού προσδιορισμού του όρου ενσυναίσθηση. *8ο Συμπόσιο Ψυχολόγων Ρωσία*, 150-151.
- Duan, C., & Hill, C.E. (1996). The current state of empathy research. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 261-274.
- Dymond, R. (1949). A scale for the measurement of empathic ability. *Journal of Consulting Psychology*, 13, 127-133.
- Dymond, R. (1950). Personality and empathy. *Journal of Consulting Psychology*, 14, 343-350.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Rayne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model

- of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1-21.
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation and moral development. *Annual Review of Psychology*, 51, 665-697.
- Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytical theory of neurosis*. New York: Norton
- Freud, S. (1915). *Observations on transference love*. *S.E.*, 12, 151-171.
- Gavriola, T.P. (1975). Empathy in west societies. *Psychology*, 2, 495-520.
- Goleman, D. (1999). *Η συναισθηματική νοημοσύνη στο χώρο της εργασίας*, Άννα Παπασταύρου (μτφρ.) Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A., (2002). Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 172-204.
- Green, L. M., Missotten, L., Tone, E. B., & Luyckx, K. (2018). Empathy, Depressive Symptoms, and SelfEsteem in Adolescence: The Moderating Role of the Mother–Adolescent Relationship. *Journal of Child and Family Studies*, 27(12), 3964–3974.
- Greenberg, L. S. & Elliott, R. (1997). Varieties of empathic responding. In A. C. Bohart & L. S. Greenberg (Eds.), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy* (pp. 167–186). Washington D.C.: American Psychological Association Press.
- Griffin, L.E. (1978). *Why children participate in youth sports*. Paper presented at AAHPER conf., Cansas City, M.O.
- Happe F. & Firth, U. (1996). Theory of mind and social impairment in children with conduct disorder. *British Journal of Development Psychology*, 14, 385-398.
- Hart, T.R. (1999). Transcendental empathy in the therapeutic encounter. *Humanistic Psychologist*, 25(3), 245-270.
- Healey, M. L., & Grossman, M. (2018). Cognitive and Affective Perspective-Taking: Evidence for Shared and Dissociable Anatomical Substrates. *Frontiers in Neurology*, 9(1), 1–8.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and Moral Development*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 307-316.

- Hoover, S. J., Winner, R. K., McCutchan, H., Beaudoin, C. C., Judge, L. W., Jones, L. M., & Hoover, D. L. (2017). Mood and performance anxiety in high school basketball players: A pilot study. *International Journal of Exercise Science*, *10*(4), 604.
- Huysmans, Z., & Clement, D. (2017). A preliminary exploration of the application of self-compassion within the context of sport injury. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *39*(1), 56–66
- Ivey, A. E. (1994). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Jones, R. (2002). *Spracklen livesaver for Canadian eights program*. The Globe and Mail, 25 September 2002.
- Jordan, J. (1997). Relational development through mutual empathy. In A. C. Bohart & L. S. Greenberg (Eds.), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy* (pp. 343–351). Washington DC: American Psychological Association.
- Jowett, S. (2000). *The coach–athlete relationship examined: conceptual and methodological frameworks*. Unpublished manuscript, Staffordshire University, Stoke-on-Trent.
- Jowett, S., Paull, G., Pensgaard, A.M., Hoegmo, P.M., & Riise, H. (2005). Coachathlete relationship. In J. Taylor, & G.S. Wilson (Eds.), *Applying sport psychology: Four perspectives* (pp. 153–170). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Karniol, R. (1995). The implications of the transformation rule model for predicting each other's psychological experiences in close relationships. In S. Shulman (ed.) *Human Development 7. Close relationships and socioemotional development*. Nowrood NJ: Ablex Publishing Corp
- Kim, I., Lee, K., & Kang, S. (2019). The relationship between passion for coaching and the coaches' interpersonal behaviors: The mediating role of coaches' perception of the relationship quality with athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *14*(4), 463-470.
- Kirschenbaum, D. S., Ordman, A. M., Tomarken, A. J., & Holtzbauer, A. (1982). Effects of differential self-monitoring and level of mastery on sports performance:
Brain power bowling. *Cognitive Therapy and Research*, *6*, 335-342
- Koestler, A. (1949). The novelist deals with character. *Saturday Review*, *32*, 7-8
- Kohut, H. (1984). *How does analysis cure?* Chicago: Chicago University Press

- Lorimer, R., & Jowett, S. (2009). Empathic accuracy in coach-athlete dyads who participate in team and individual sports. *Psychology of Sport and Exercise, 10*(1), 152–158
- MacNamara, Á., Button, A., & Collins, D (2010). The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance. Part 1: Identifying mental skills and behaviours. *The Sport Psychologist, 24*(1), 52-73
- Mahoney, M.J., & Avenier, M. (1977). Psychology of the elite athlete: An exploratory study. *Cognitive Therapy and Research, 1*, 135-141.
- Mahrer, A. R., Boulet, D. B. & Fairweather, D. R. (1994). Beyond empathy: Advances in the clinical theory and methods of empathy. *Clinical Psychology Review, 14*, 183-198.
- Mead, G.H. (1934). *Mind, Self, and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist*. University of Chicago Press: Chicago.
- Obozov, N.N. (1979). *Mental proceses and functions under conditions of individual and mutual activity*. Leningrant University Thesis.
- Offerman-Zuckerberg, J. (1992). The parenting process: A psychoanalytical perspective. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis, 20*, 205-214.
- Olympiou, A., Jowett, S. & Duda, J.L. (2008). The psychological interface between the coach-created motivational climate and the coach-athlete relationship in team sports. *Sport Psychologist, 22*(4).
- Pluckrose, H. (1993). *Children Learning History*. Simon and Schuster Education
- Preston, S. D. & DeWaal, F. B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximal bases. *Behavior and Brain Sciences, 25* 1-72.
- Prior, M. R. (1988). Biological and neuropsychological approaches to childhood autism. *Annual Progress in Child Psychiatry and Child Development, 495-513*.
- Ramzaninezhad, R. & Keshtan, M. H. (2009). The relationship between coach's leadership styles and team cohesion in Iran football clubs professional league. *Brazilian journal of Biomotricity, 3*(2), 111-120.
- Reed, G.S. (1984). The antithetical meaning of the term “empathy” in psychoanalytic discourse. *The Analytic Press, 7-30*.
- Ridley, C.R. & Lingle, D.W. (1996). Cultural empathy in multicultural counselling: A multidimensional process model. In P. B. Pedersen, J. G. Draguns, W. J. Lonner,

& J. E. Trimble (Eds.), *Counseling across cultures* (pp. 21–46). Thousand Oaks: Sage.

- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivation process. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*, (pp. 1-50). Champaign: Human Kinetics.
- Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- Rogers, C.R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.). *Psychology: a study of a science* (Vol. 3, pp. 184-256). New York: McGraw-Hill.
- Sadeghi Bahmani, D., Razazian, N., Motl, R. W., Farnia, V., Alikhani, M., Pühse, U., Gerber, M., & Brand, S. (2020). Physical activity interventions can improve emotion regulation and dimensions of empathy in persons with multiple sclerosis: An exploratory study. *Multiple Sclerosis and Related Disorders*, 37.
- Sari, I., Soyer, F. & Yigiter, K., (2012). The relationship among sports coaches perceived leadership behaviours, athletes' communication, skills and satisfaction. of the basic psychological needs. *International Journal of Academic Research*, 4(1), 112-119
- Sarjveladze, N.N.I. (1978). *The problems of formation of sociogenic needs*. Tbilisi: Uznadze Institute of Psychology.
- Schieman, S. & Van Gundy, K. (2000). The personal and social links between age and self-reported empathy. *Social Psychology Quarterly*, 63, 152-174.
- Scubic, E. (1956). Studies of little league and middle league baseball. *Research Quarterly*, 27, 97-110.
- Sexton, T.L. & Whiston, S.C. (1994). The status of the counseling relationship: An empirical review, theoretical implications and research directions. *The Counseling Psychologist*, 22, 66-78.
- Shima, T., Tai, K., Nakao, H., Shimofure, T., Arai, Y., Kiyama, K. & Onizawa, Y. (2021). Association between self-reported empathy and sport experience in young adults. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(9), 66-72.

- Sood, M. (2017). A comparative analysis of emotional intelligence among basketball players. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 2(2), 626-629.
- Stanger, N., Kavussanu, M., McIntyre, D., & Ring, C. (2016). Empathy inhibits aggression in competition: The role of provocation, emotion, and gender. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38(1), 4–14.
- Strayer, J., & Roberts, W. (2004). Children's anger, emotional expressiveness, and empathy: Relations with parents' empathy, emotional expressiveness, and parenting practices. *Social Development*, 13(2), 229-254.
- Suckman, L. Markakuss, K., Beckman, H.B. & Frankel, R. (1997). A model of empathic communication in the medical interview. *JAMA*, 277, 678-682.
- Tambalis, K. D., & Sidossis, L. S. (2019). Physical activity and cardiometabolic health benefits in children. In P. Kokkinos & P. Narayan (Eds.), *Cardiorespiratory Fitness in Cardiometabolic Diseases* (pp. 405-423). Springer, Cham.
- Thornton, S. & Thornton, D. (1995). Facets of empathy. *Personality and Individual Differences*, 19, 765-767.
- Unal, C. (1971). Ability to understand people. *Journal of Social Psychology* 85, 2, 302-316.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 271 –360). New York: Academic Press
- Vallerand, R. J. & Rousseau, F. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: a review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp.389–416). New York: Wiley.
- Van Lissa, C. J., Hawk, S. T., & Meeus, W. H. J. (2017). The effects of affective and cognitive empathy on adolescents' behavior and outcomes in conflicts with mothers. *Journal of Experimental Child Psychology*, 158, 32–45.
- Wang, C. J. & Biddle, S., J. (2001). Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 11-22.
- Watson, J. C., & Prosser, M. (2002). Development of an observer rated measure of therapist empathy. In J. C. Watson, R. Goldman, & M Warner (Eds.), *Client-*

- centered and experiential psychotherapy in the 21st century: Advances in theory, research and practice* (pp.303-314). Ross on Wye: PCCS Books.
- Weinberg, R. S, & Gould, D. (2014). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. 6th ed.Champaign IL: Human Kinetics.
- Zinsser, N., Bunker, L., & Williams, J. M. (2006). Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance. In J. M. Williams (Ed), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (5th ed.). (pp. 349-381) New York: McGraw Hill.
- Zourbanos, N., Hatzigeorgiadis, A., Tsiakaras, N., Chroni, S., Theodorakis, Y. (2010). A multimethod examination of the relationship between coaching behavior and athletes' inherent self talk. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 764-785.
- Βαγενάς, Γ. Κ. (2019). *Στατιστικές Εφαρμογές στην Αθλητική Επιστήμη με Παραδείγματα στο SPSS* (7η εκδ.). Εκδόσεις Τζιόλα.
- Γράψας, Ι. (2016). *Διερεύνηση σχέσης προπονητικής συμπεριφοράς και παρακίνησης σε αθλητές/αθλήτριες καλαθοσφαίρισης εθνικών κατηγοριών*. Διδακτορική Διατριβή. Κομοτηνή: Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.
- Κουργιαντάκης, Χ.Σ. (2005). *Ιστορική σκέψη και ενσυναίσθηση των μαθητών της α'βάθμιας και της β'βάθμιας εκπαίδευσης στην ιστορία*. Διδακτορική Διατριβή. Ρόδος: Πανεπιστήμιο Αιγαίου.
- Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2003). Η πολυπολιτισμική διάσταση της ενσυναίσθησης. *Ψυχολογία* 15(1), 1-15.
- Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2003). Μια κριτική ματιά στην ενσυναίσθηση. *Ψυχολογία* 10(2), 295-309.
- Ουζούνη, Χ., & Νακάκης, Κ. (2011). Η Αξιοπιστία και η εγκυρότητα των εργαλείων μέτρησης σε ποσοτικές μελέτες. *Νοσηλευτική*, 50(2), 231-239.
- Παπανούτσος, Ε.Π. (1985). *Ψυχολογία*, Αθήνα: Δωδώνη.
- Σταλίκας, Α. & Χαμόδρακα, Μ. (2004). *Η ενσυναίσθηση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Τούζου, Α. (2021). *Η ψυχολογία των αθλητών καλαθοσφαίρισης στις αναπτυξιακές ηλικίες. Πτυχιακή εργασία*. Φλώρινα: Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας
- Τσίτσας, Γ. (2009). *Η επίδραση ενός προγράμματος εκπαίδευσης στη διεκδικητικότητα, στη διεκδικητική συμπεριφορά, τον τόπο ελέγχου, την ενσυναίσθηση και την αυτοεκτίμηση σε Έλληνες φοιτητές και φοιτήτριες* [Διδακτορική διατριβή].

Τσίτσας, Γ., Θεοδοσοπούλου, Μ., & Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2012). Κλίμακα Διαπροσωπικής Ανταπόκρισης. Στο *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Πεδίο

Παράρτημα

Ερωτηματολόγιο

Η ενσυναίσθηση επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης. Διερεύνηση της επιρροής των δημογραφικών τους χαρακτηριστικών.

Έντυπο ενημέρωσης

Αγαπητέ/ή,

Ονομάζομαι Μιλτιάδης Παπαδόπουλος, είμαι φοιτητής στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Διοίκηση Αθλητικών Οργανισμών και Επιχειρήσεων», του Τμήματος 'Οργάνωση και Διοίκηση Αθλητισμού', της Σχολής Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής, του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου. Στα πλαίσια της διπλωματικής μου εργασίας διεξάγω μία έρευνα σχετικά με την ενσυναίσθηση επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης.

Σκοπός της έρευνας είναι να διερευνηθούν τα επίπεδα ενσυναίσθησης σε επαγγελματίες παίκτες καλαθοσφαίρισης, όπως αυτή εκφράζεται μέσα από τέσσερις τομείς και να εξεταστεί αν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά επηρεάζουν τους τομείς αυτούς της ενσυναίσθησης.

Για να ολοκληρωθεί η έρευνα, έχει δημιουργηθεί ένα ερωτηματολόγιο το οποίο καλείστε να συμπληρώσετε. Θα πρέπει να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις με ειλικρίνεια καθώς δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Η συμμετοχή σας είναι πολύ σημαντική για την ολοκλήρωση της έρευνας. Η διαδικασία συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου δεν αναμένεται να διαρκέσει περισσότερο από 10 λεπτά.

Στο σημείο αυτό σημειώνεται πως το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο, οι απαντήσεις σας θα παραμείνουν ιδιωτικές και τα δεδομένα σας προστατεύονται με βάση τον Γενικό Κανονισμό της Ε.Ε για τα Προσωπικά δεδομένα 2016/679 (GDPR). Η συμμετοχή σας στην έρευνα είναι εθελοντική. Τα δεδομένα που θα συλλεχθούν, θα χρησιμοποιηθούν μόνο για ερευνητικούς σκοπούς και δεν θα διατεθούν σε τρίτους. Διατηρείτε το δικαίωμα να αποχωρήσετε από την έρευνα οποιαδήποτε στιγμή επιθυμείτε. Κατά την οικειοθελή αποχώρησή σας, μπορείτε να αποσύρετε τα δεδομένα σας ακόμα και μετά το τέλος της έρευνας και εντός δύο εβδομάδων μετά το τέλος αυτής.

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση ή απορία ή εάν επιθυμείτε να ενημερωθείτε για τα αποτελέσματα της έρευνας μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μου στο e-mail: miltiadhspapadopoulos@hotmail.com

Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων για τον πολύτιμο χρόνο που θα αφιερώσετε.

Με εκτίμηση,

Μίλτος Παπαδόπουλος

* Απαιτείται

Η ενσυναίσθηση επαγγελματιών παικτών καλαθοσφαίρισης. Διερεύνηση της επιρροής των δημογραφικών τους χαρακτηριστικών.

Προχωρώντας στην επόμενη ενότητα δηλώνετε συνειδητά την συμμετοχή σας στην έρευνα και ότι μελετήσατε και συμφωνείτε με το έντυπο ενημέρωσης που προηγήθηκε.

Α. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

1. Φύλο *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.

Άνδρας

Γυναίκα

2. Ηλικία *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.

Έως 30

31-40

41-50

51-60

61 και άνω

3. Επίπεδο εκπαίδευσης *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.

Δημοτικό

Γυμνάσιο

Λύκειο

ΑΕΙ/ΤΕΙ

Μεταπτυχιακό

Διδακτορικό

Άλλο: _____

4. Οικογενειακή κατάσταση *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.

Άγαμος/η

Έγγαμος/η

Διαζευγμένος/η

Σε διάσταση

Χήρος/α

Συζώ - σύμφωνο συμβίωσης

Άλλο: _____

5. Διαμένω σε περιοχή *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.

- Αγροτική
 Ημιαστική
 Αστική

B.
Ενσυναίσθηση

Οι ακόλουθες δηλώσεις διερευνούν τις σκέψεις και τα συναισθήματά σας σε ποικίλες καταστάσεις. Για κάθε δήλωση, προσδιορίστε πόσο καλά σας περιγράφει με βάση τις επιλογές που σας δίνονται.

6. Δηλώσεις *

Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη ανά σειρά.

	Δεν με περιγράφει καλά	Με περιγράφει λίγο καλά	Με περιγράφει σε μέτριο βαθμό	Με περιγράφει αρκετά καλά	Με περιγράφει πολύ καλά
Συχνά ονειροπολώ και φαντάζομαι πράγματα που μπορεί να μου συμβούν.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συχνά νιώθω τρυφερότητα και νοιάζομαι για ανθρώπους λιγότερο τυχερούς από μένα.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μερικές φορές δυσκολεύομαι να δω τα πράγματα από την πλευρά του άλλου.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μερικές φορές δεν αισθάνομαι πολύ συμπονετικά για τους άλλους όταν αντιμετωπίζουν προβλήματα.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Εντρυφώ πραγματικά στα συναισθήματα των προσώπων ενός μυθιστορήματος.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης αισθάνομαι αμηχανία και ανησυχία.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Συνήθως προσπαθώ να είμαι αντικειμενικός/η όταν παρακολουθώ ένα κινηματογραφικό ή ένα θεατρικό έργο και δεν παρασύρομαι από αυτό.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Σε μια διαφωνία προσπαθώ να εξετάσω όλες τις πλευρές πριν πάρω κάποια απόφαση.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν βλέπω κάποιον να τον εκμεταλλεύονται, νιώθω κάπως προστατευτικά απέναντί του.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μερικές φορές αισθάνομαι ανήμπορος/η όταν είμαι στο μέσο μιας κατάστασης με έντονη συναισθηματική φόρτιση.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μερικές φορές προσπαθώ να καταλάβω τους φίλους μου καλύτερα με το να φαντάζομαι πως βλέπουν τα πράγματα από τη δική τους σκοπιά.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Είναι σπάνιες οι φορές που με απορροφά ένα καλό βιβλίο ή έργο.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν βλέπω κάποιο τραυματισμένο, προσπαθώ να παραμείνω ψύχραιμος.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Οι κακοτυχίες των άλλων δεν με προβληματίζουν ιδιαίτερα.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Εάν είμαι βέβαιος/η ότι έχω δίκιο σε κάτι, δεν χάνω το χρόνο μου ακούγοντας τα επιχειρήματα των άλλων.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Μετά από ένα θεατρικό έργο ή μια ταινία αισθάνομαι σαν να ήμουν ένας από τους πρωταγωνιστές.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Με τρομάζει να βρίσκομαι σε μια κατάσταση με έντονη συναισθηματική φόρτιση.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν βλέπω να φέρονται σε κάποιον άδικα, δεν συμπάσχω συχνά μαζί του.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συνήθως είμαι αρκετά αποτελεσματικός στο να ανταπεξέρχομαι τις δύσκολες καταστάσεις.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συχνά επηρεάζομαι από πράγματα που βλέπω να συμβαίνουν.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Πιστεύω ότι σε κάθε κατάσταση υπάρχουν δύο πλευρές και προσπαθώ να εξετάσω και τις δύο.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Θα περιέγραφα τον εαυτό μου ως αρκετά συμπονετικό πρόσωπο.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν βλέπω ένα καλό έργο ταυτίζομαι εύκολα με τον πρωταγωνιστή.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Έχω την τάση να χάνω τον έλεγχό μου σε έκτακτες καταστάσεις.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν είμαι θυμωμένος/η με κάποιον προσπαθώ να "δω μέσα από τα μάτια του" για λίγο.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Όταν διαβάζω μια ενδιαφέρουσα ιστορία προσπαθώ να φανταστώ πως θα αισθανόμουν αν τα γεγονότα της ιστορίας συνέβαιναν σε μένα.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Όταν βλέπω κάποιον που χρειάζεται άμεσα βοήθεια σε μια κρίσιμη κατάσταση, αποδιοργανώνομαι.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Πριν κριτικάρω κάποιον προσπαθώ να φανταστώ πως θα αισθανόμουν εγώ στη θέση του.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες