

# Προσανατολισμός Στόχου Αθλητών Κλασικού Αθλητισμού

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ ΒΕΛΗΓΚΕΚΑ και ΚΩΣΤΑ ΜΥΛΩΝΑ

*Πανεπιστήμιο Αθηνών*

*Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*

*Τομέας Κλασικού Αθλητισμού*

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

ΒΕΛΗΓΚΕΚΑΣ Π. και ΜΥΛΩΝΑΣ Κ. Προσανατολισμός στόχου αθλητών κλασικού αθλητισμού. *Κινησιολογία*, Τομ. 4, Νο. 1, σελ. 27-39. Ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ και στο έργο την τελευταία δεκαετία έχει εξετασθεί εμπειριστατωμένα. Στο χώρο όμως του Κλασικού Αθλητισμού δεν έχει γίνει ανάλογη έρευνα. Θεωρήθηκε λοιπόν αναγκαίο να εξετασθεί στην έρευνα αυτήν ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ και ο προσανατολισμός στόχου στο έργο των αθλητών και αθλητριών Κλασικού Αθλητισμού. Συγκεκριμένα, εξετάζονται οι διαφορές ως προς τον προσανατολισμό στόχου ανάμεσα: α) στους αθλητές-τριες αλμάτων και τους αθλητές-τριες δρομικών αγωνισμάτων, β) στους αθλητές-τριες που έχουν υψηλές ή χαμηλές επιδόσεις και γ) στους αθλητές-τριες που έχουν μεγάλη, μέτρια ή μικρή αγωνιστική εμπειρία. Το δείγμα αποτελούνταν από 483 αθλητές και αθλήτριες Κλασικού Αθλητισμού. Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Αντίληψης της Επιτυχίας των Roberts και Balague (1991). Ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο εγώ, οι 256 αθλητές-τριες υψηλών επιδόσεων (με μέσον όρο προσανατολισμού στο εγώ 3,35), σε σύγκριση με τους 227 αθλητές-τριες χαμηλών επιδόσεων (μέσος όρος = 3,20) έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο εγώ ( $p < 0,05$ ) και β) ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο, οι 175 αθλητές-τριες με μεγάλη αγωνιστική εμπειρία καθώς και οι 113 αθλητές-τριες με μικρή αγωνιστική εμπειρία, συγκριτικά με τους 190 αθλητές-τριες με μέτρια αγωνιστική εμπειρία, έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο ( $p < 0,05$ ). Συνεπώς, φαίνεται πως ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ σχετίζεται μόνο με το επίπεδο επίδοσης. Συγκεκριμένα, παρατηρείται ότι οι αθλητές-τριες που έχουν υψηλές επιδόσεις προσανατολίζουν πιο πολύ τον στόχο τους στο εγώ από όσο οι αθλητές-τριες που έχουν χαμηλές επιδόσεις. Ο προσανατολισμός στόχου στο έργο σχετίζεται με το επίπεδο επίδοσης, το επίπεδο αγωνιστικής εμπειρίας, το είδος αγωνίσματος και το φύλο. Στην περίπτωση αυτήν παρατηρείται ότι οι αθλητές που έχουν υψηλές επιδόσεις προσανατολίζουν τον στόχο τους πιο πολύ στο έργο από όσο οι αθλητές που έχουν χαμηλές επιδόσεις. Αντίστροφα, οι αθλήτριες που έχουν χαμηλές επιδόσεις προσανατολίζουν πιο πολύ τον στόχο τους στο έργο από όσο οι αθλήτριες που έχουν υψηλές επιδόσεις. Επιπλέον, παρατηρείται πως οι αθλητές-τριες με μικρή ή μεγάλη αγωνιστική εμπειρία προσανατολίζουν πιο πολύ τον στόχο τους στο έργο από όσο οι αθλητές-τριες με μέτρια αγωνιστική εμπειρία. Επίσης, οι αθλητές-τριες δρόμων ημιαντοχής που έχουν υψηλές επιδόσεις προσανατολίζουν τον στόχο τους πιο πολύ στο έργο από όσο οι αθλητές-τριες ημιαντοχής που έχουν χαμηλές επιδόσεις. Όμως, ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο, δεν παρατηρούνται διαφορές ανάμεσα στους αθλητές-τριες αλμάτων και τους αθλητές-τριες δρόμων ταχύτητας. Συμπερασματικά, η μέτρηση του προσανατολισμού στόχου στο εγώ και στο έργο των αθλητών και αθλητριών Κλασικού Αθλητισμού πιθανώς συνδέεται με μορφές της συμμετοχής σε αθλητικούς αγώνες, όπως είναι το είδος αγωνίσματος, το επίπεδο επίδοσης και η αγωνιστική εμπειρία.

**Λέξεις κλειδιά:** ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ ΣΤΟΧΟΥ ΣΤΟ ΕΓΩ ΚΑΙ ΣΤΟ ΕΡΓΟ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ, ΕΠΙΠΕΔΟ ΕΠΙΔΟΣΗΣ, ΕΙΔΟΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

**Η** εξέταση των κινήτρων, κατά τις δύο τελευταίες δεκαετίες, αποτέλεσε ένα από τα σημαντικότερα ερευνητι-

κά ζητήματα στην Αθλητική Ψυχολογία (Ames and Ames 1984α, Deci and Ryan 1983, Duda and Allison 1989, Duda and

Nicholls 1992, Maehr and Nicholls 1980, Nicholls 1984, Treasure and Roberts 1998). Οι αθλητές, οι προπονητές, όπως επίσης οι διδάσκοντες το μάθημα Φυσικής Αγωγής και οι αθλητικοί ψυχολόγοι θεωρούν ότι τα κίνητρα αποτελούν καθοριστικό παράγοντα για τη συμπεριφορά και την απόδοση του αθλητή.

Ειδικοί ερευνητές, εξετάζοντας τα κίνητρα, παρατήρησαν τη σπουδαιότητα που έχει η διαφορά της αντίληψης των ατόμων αναφορικά με το στόχο. Προσπάθησαν να κατανοήσουν τις μεταβολές στις σκέψεις, στα συναισθήματα και στις ενέργειες των ατόμων σε συγκεκριμένες σχετικές καταστάσεις (Ames and Ames 1984α, 1984β, Maehr 1984, Maehr and Braskamp 1986, Maehr and Nicholls 1980). Οι Roberts, Kleiber και Duda (1981) σε ανάλογη έρευνά τους εξέτασαν τα αίτια, καθώς και τις συνέπειες που προκύπτουν από τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές ανάλογα με το βαθμό της αντίληψης που έχει το άτομο για την ικανότητά του. Στην έρευνα αυτή θεωρήθηκε δεδομένο ότι η αντίληψη που έχει το άτομο για την ικανότητά του αναφέρεται στο κατά πόσο η ικανότητά του διαφέρει από αυτήν των άλλων. Ο Nicholls (1984, 1989), σε ανάλογες έρευνές του σχετικές με την αντίληψη που έχει το άτομο για την επίτευξη του στόχου του, παρατήρησε ότι το άτομο δεν έχει μόνο μια αντίληψη για την ικανότητά του και ότι οι σκέψεις και τα συναισθήματά του σχετίζονται με την αντίληψη αυτή. Ας σημειωθεί ότι η αντιλαμβανόμενη ικανότητα αποτελεί μια από τις πιο σημαντικές ψυχολογικές μεταβλητές που χρησιμοποιούν οι ερευνητές, προκειμένου να εξετάσουν τα κίνητρα του ατόμου στο χώρο του αθλητισμού (Roberts 1992).

Ο Nicholls (1984, 1989) διαπίστωσε πως υπάρχουν δύο αντιλήψεις αναφορικά με την ικανότητα: α) η αδιαφοροποίητη αντίληψη ικανότητας, η οποία είναι αυτοαναφερόμενη και έχει σχέση με το έργο και β) η διαφοροποιούμενη αντίληψη ικανότητας,

που αναφέρεται στη διάκριση της ικανότητας ως προς τους άλλους και σε σχέση με το εγώ. Επίσης, σε εξελικτική βάση, παρατήρησε ότι η ανάπτυξη της αντίληψης του παιδιού σχετικά με την ικανότητά του αποτελεί διαδικασία με την οποία το παιδί διακρίνει την ικανότητά του από την τύχη, τη δυσκολία του έργου, καθώς και την προσπάθειά του. Ο ίδιος ερευνητής (1984) καθώς και οι Nicholls και Miller (1984) παρατήρησαν ακόμα ότι τα παιδιά, ήδη από την ηλικία των 12 ετών, είναι ικανά να διακρίνουν την ικανότητά τους από τη δυσκολία του έργου, την τύχη και την προσπάθεια. Οι Watkins και Montgomery (1989), σε έρευνά τους στο χώρο του αθλητισμού, κατέληξαν σε παρόμοια συμπεράσματα.

Οι McArthur και Baron (1983) και ο Nicholls (1984, 1989) επισήμαναν ότι ο καθορισμός στόχου ενός ατόμου συντελεί στο να αντιλαμβάνεται την ικανότητά του. Οι στόχοι χαρακτηρίζουν τις προσωπικές αντιλήψεις και πεποιθήσεις του ατόμου αναφορικά με την επίτευξή τους σε συγκεκριμένη δραστηριότητα. Ο Nicholls (1984) υποστηρίζει ότι οι προσανατολισμοί στόχου σχετίζονται με την αντίληψη που έχει το άτομο για την ικανότητά του και συντελούν στην επίτευξη του στόχου. Στις σχετικές έρευνες, οι όροι έργο και εγώ χρησιμοποιήθηκαν για να διατυπωθούν οι δύο προσανατολισμοί στόχου (Nicholls 1984, 1989). Το άτομο που προσανατολίζει το στόχο του στο έργο, χρησιμοποιεί αυτοαναφερόμενο «αδιαφοροποίητη» αντίληψη ικανότητας. Έτσι το άτομο αυτό στρέφει την προσοχή του στην ανάπτυξη δεξιοτήτων του, μαθαίνει νέες δεξιότητες και επιδεικνύει την ανωτερότητά του στο έργο του. Η επίδειξη της ικανότητας του ατόμου βασίζεται στη μέγιστη προσπάθεια που αυτό καταβάλλει. Αντίθετα, το άτομο που προσανατολίζει το στόχο του στο εγώ, χρησιμοποιεί «διαφοροποιούμενη» αντίληψη ικανότητας. Με τον τρόπο αυτόν το άτομο, προκειμένου να επιτύχει, στρέφει την προσοχή του στην επίδειξη της ικανότητάς του και αποδίδει

καλύτερα από τα άλλα άτομα αν και καταβάλλει μικρότερη προσπάθεια. Εκτός από το ότι ο Nicholls (1989) χαρακτηρίζει τα κριτήρια των ατόμων για την επιτυχία τους ως προσωπικά τους κριτήρια, θεωρεί ότι οι προσωπικοί στόχοι σχετίζονται με τις αντιλήψεις που έχουν τα άτομα για τον εαυτό τους.

Οι Maehr και Nicholls (1980), επισήμαναν ότι οι προσανατολισμοί στόχου διαφέρουν ανάλογα με το βαθμό που τα άτομα αντιλαμβάνονται την επιτυχία ή την αποτυχία τους. Τα άτομα που προσανατολίζουν το στόχο τους στο εγώ, αποδίδουν την επιτυχία ή την αποτυχία τους αντίστοιχα στη νίκη ή την ήττα. Ο στόχος τους είναι «...να μεγιστοποιήσουν την υποκειμενική δυνατότητα και έτσι να αποδώσουν με την πιο μεγάλη ικανότητά τους» (σ. 237). Τα άτομα, που προσανατολίζουν το στόχο τους στο έργο, αποδίδουν την επιτυχία ή την αποτυχία τους στην προσωπική τους ανωτερότητα και στην αυτοβελτίωσή τους. Στόχος τους είναι «...να επιτύχουν ικανοποιητική απόδοση ή να επιλύσουν το πρόβλημα για προσωπικό τους όφελος, παρά να επιδείξουν την πιο μεγάλη ικανότητά τους» (σ. 239).

Με βάση την έρευνα των Maehr και Nicholls (1980), έχουν γίνει ειδικές έρευνες στους διάφορους τομείς του αθλητισμού, όπου εξετάζεται η σχέση ανάμεσα στην αντίληψη για το στόχο και τη συμπεριφορά. Στις έρευνες αυτές παρατηρήθηκε πως υπάρχουν πολλαπλοί στόχοι στον αθλητισμό και στην άσκηση και ότι οι μεταβολές για την αντίληψη του στόχου ενδέχεται να σχετίζονται με προσωπικούς παράγοντες, όπως είναι το φύλο, η ηλικία και η μόρφωση. Επιπλέον, οι συγκεκριμένοι προσανατολισμοί στόχου στο εγώ και στο έργο φαίνεται ότι σχετίζονται με συγκεκριμένες συμπεριφορές, όπως είναι η συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης, η ένταση στη συμμετοχή και η εμμονή στην άσκηση (Duda 1989a, Roberts 1989). Ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ και ο προσανατολισμός

στόχου στο έργο αποτελούν τους δύο προσανατολισμούς στόχου, που διαπιστώθηκε ότι σχετίζονται πιο πολύ με τον αθλητισμό και την άσκηση (Duda 1989a, Roberts 1984).

Οι Duda και Nicholls (1989), προκειμένου να εξετάσουν τις προδιαθέσεις του ατόμου για τον προσανατολισμό στόχου στον αθλητισμό, χρησιμοποίησαν την κλίμακα των Nicholls, Patashnick και Nolen (1985). Διαμόρφωσαν την κλίμακα αυτήν και την προσαρμοσαν ώστε να είναι κατάλληλη και εφαρμόσιμη στον αθλητισμό. Η κλίμακα των Duda και Nicholls (1989), ονομάστηκε Ερωτηματολόγιο Αθλητικού Προσανατολισμού στο Έργο και το Εγώ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire). Η εγκυρότητα και αξιοπιστία της κλίμακας αυτής έχει υποστηριχθεί από τους Chi και Duda (1995), Duda (1989a), Duda και Nicholls (1989), Duda, Olson και Templin (1991), Newton και Duda (1993), White και Duda (1994).

Επίσης, οι Roberts και Balague (1989\_1991), προκειμένου να εξετάσουν τις προδιαθέσεις του ατόμου για τον προσανατολισμό του στόχου, κατάρτισαν ανάλογη κλίμακα αρχικά με 48 ερωτήματα τα οποία στη συνέχεια μείωσαν σε 29. Την κλίμακα αυτήν την ονόμασαν Ερωτηματολόγιο Αντίληψης της Επιτυχίας (Perception of Success Questionnaire) και τη χορήγησαν σε ένα μεγάλο δείγμα αθλητών, όπου χρησιμοποίησαν τις μεθόδους της ανάλυσης παραγόντων. Οι ίδιοι ερευνητές, σε μεταγενέστερες έρευνές τους, που έγιναν σε διάφορους πληθυσμούς, μείωσαν περαιτέρω τα ερωτήματα της κλίμακας αυτής. Σε έρευνά τους (1991), χρησιμοποίησαν συνολικά 12 ερωτήματα της κλίμακας (6 για τον προσανατολισμό στόχου στο έργο και 6 στο εγώ). Η αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας της κλίμακας ήταν 0.98 για την υποκλίμακα του έργου και 0.97 για την υποκλίμακα του εγώ, ενώ η συσχέτιση των δύο επιμέρους κλιμάκων ήταν 0.08, δηλαδή σχεδόν μηδενική, επομένως οι δύο παράγοντες

φάνηκε να είναι ανεξάρτητοι μεταξύ τους. Μάλιστα για να διαπιστώσουν την εγκυρότητα της κλίμακας αυτής, έδωσαν κατά τη διάρκεια της εξέτασης και το Ερωτηματολόγιο Προσανατολισμού Στόχου στο Εγώ και στο Έργο (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, Duda και Nicholls, 1989). Ο συντελεστής των επιμέρους κλιμάκων με τις δύο αντίστοιχες επιμέρους κλίμακες του Ερωτηματολογίου Προσανατολισμού Στόχου στο Εγώ και στο Έργο ήταν 0.80 και 0.71, αντίστοιχα. Παρατήρησαν ότι οι αντιλήψεις του προσανατολισμού στόχου στο έργο και στο εγώ ήταν ανεξάρτητες ποσότητες, υποστηρίζοντας τις ψυχομετρικές ιδιότητες της κλίμακας.

Η Duda (1989β) παρατήρησε πως ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ σχετίζεται με την πεποίθηση του ατόμου ότι η συμμετοχή του στον αθλητισμό έχει έναν ορισμένο σκοπό, που είναι να αποκομίσει προσωπικά οφέλη στην κοινωνική του θέση. Αντίθετα, ο προσανατολισμός στόχου στο έργο σχετίζεται με την πεποίθηση του ατόμου ότι η συμμετοχή του στον αθλητισμό θα συντελέσει στη συνεργασία του και την προσωπική του μάθηση. Οι Duda, Fox, Biddle και Armstrong (1992) επισήμαναν ότι ο προσανατολισμός στόχου στο έργο σχετίζεται με τη στροφή του ατόμου στη συνεργασία και την πεποίθησή του ότι η επιτυχία προέρχεται από την προσπάθεια. Επίσης, ο προσανατολισμός αυτός σχετίζεται θετικά με την ικανοποίηση που προσφέρει στο άτομο ο αθλητισμός και αρνητικά με την πλήξη που ενίοτε του προκαλεί. Αντίθετα, ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ σχετίζεται με τη στροφή της προσοχής του ατόμου στην αποφυγή της εργασίας και την άποψη ότι η απόκτηση της ικανότητας ή οι παραπλανητικές τακτικές, καθώς και οι εξωτερικοί παράγοντες, αποτελούν αιτίες για επιτυχία στον αθλητισμό.

Σε ειδικές έρευνες εξετάστηκαν τα γνωστικά επακόλουθα της επίτευξης των στόχων σε εφήβους (Duda 1989α). Διαπιστώθηκε ότι η σημασία που δόθηκε στην επιδε-

ξιότητα για το έργο, καθώς και στην προσωπική βελτίωση στον αθλητισμό (προσανατολισμός στόχου στο έργο), σχετίζεται θετικά με την πεποίθηση ότι ο αθλητισμός συντελεί στην αύξηση της αυτοεκτίμησης και διδάσκει στα άτομα τα εξής: να προσπαθούν για το καλύτερο, να συνεργάζονται και να είναι καλοί πολίτες (Duda 1989α). Αντίθετα, ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ συντελεί θετικά στο ότι η συμμετοχή στον αθλητισμό συμβάλλει στην κοινωνική θέση του ατόμου (Duda 1989α). Τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής ήσαν παρόμοια με εκείνα των ερευνών που έγιναν σε ακαδημαϊκούς χώρους (Elliott and Dweck 1988, Nicholls et al. 1985).

Οι Lochbaum και Roberts (1993) σε έρευνά τους παρατήρησαν τα εξής: οι αθλητές οι οποίοι είχαν προσανατολισμό στόχου στο εγώ, αξιολογώντας την ικανότητά τους και την τύχη τους, θεώρησαν ότι αυτές αποτελούν σημαντικούς παράγοντες που τους υποβοηθούν να επιτύχουν στον αθλητισμό. Οι αθλητές οι οποίοι είχαν προσανατολισμό στόχου στο έργο διέκριναν ότι οι διαδικασίες, τις οποίες χρησιμοποίησαν στον αγώνα, αποτελούσαν αιτίες που τους υποβοηθήσαν στην επιτυχία. Επιπλέον οι αθλητές που είχαν προσανατολισμό στόχου στο εγώ δεν είχαν επικεντρώσει την προσοχή τους σε κάτι συγκεκριμένο. Αντίθετα οι αθλητές που είχαν προσανατολισμό στόχου στο έργο είχαν επικεντρώσει την προσοχή τους στη μάθηση και στην προσπάθειά τους για την άσκηση. Η έρευνα αυτή απέδειξε ότι οι διαδικασίες για την επίτευξη και οι συμπεριφορές των αθλητών σχετίζονται με την αντίληψη που έχουν οι ίδιοι για τον προσανατολισμό του στόχου τους.

Ο Roberts (1984), παρατήρησε ότι τα παιδιά στην ηλικία των 12 ετών αρχίζουν να αξιολογούν την ανάλογη ικανότητά τους και ενδέχεται να εγκαταλείψουν τη συμμετοχή τους στον αθλητικό συναγωνισμό. Οι υποδείξεις που δίνονται από διακεκριμένους ενήλικες στα παιδιά συντελούν σημαντικά στον προσανατολισμό τους για την ε-

πίτευξη του στόχου (Ames and Archer 1987). Ωστόσο, η Vealey (1986) αναφέρει ότι οι στόχοι επίδοσης και αποτελέσματος, τους οποίους θέτουν οι πρωταθλητές, ενδέχεται να είναι εφικτοί. Βλέπουμε λοιπόν τους πρωταθλητές να γνωρίζουν να θέτουν στόχους, ενώ τους νέους αθλητές να χρειάζονται καθοδήγηση για να προσανατολίζονται στον στόχο τους. Τίθεται λοιπόν το ερώτημα αν και κατά πόσο οι αθλητές-τριες κατά τη συμμετοχή τους στους αθλητικούς αγώνες ενδέχεται να έχουν διαφορετικό προσανατολισμό στόχου στο εγώ και στο έργο ανάλογα με το επίπεδο επίδοσής τους, την αγωνιστική τους εμπειρία, καθώς και το αγώνισμα στο οποίο συμμετέχουν.

Από τις παραπάνω έρευνες φαίνεται ότι γενικά στο χώρο του αθλητισμού ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ και στο έργο έχει εξετασθεί εμπεριστατωμένα. Ωστόσο, στο χώρο του Κλασικού Αθλητισμού και ειδικά σε πρωταθλητές Κλασικού Αθλητισμού δεν έχει γίνει ειδική έρευνα για το θέμα αυτό. Επομένως, επιβάλλεται να εξετασθεί ο προσανατολισμός στόχου των αθλητών Κλασικού Αθλητισμού. Σκοπός της μελέτης αυτής είναι να εξετασθεί αν και κατά πόσο ο προσανατολισμός στόχου στο εγώ και στο έργο διαφοροποιείται ανάμεσα στους αθλητές-τριες αλμάτων και τους αθλητές-τριες δρομικών αγωνισμάτων, στους αθλητές-τριες υψηλών και χαμηλών επιδόσεων, όπως επίσης ανάμεσα στους αθλητές-τριες με μεγάλη και μικρή αγωνιστική εμπειρία.

## ΜΕΘΟΔΟΣ

**Δείγμα.** Στην έρευνα αυτή συμμετείχαν 483 αθλητές-τριες Κλασικού Αθλητισμού, οι οποίοι ανήκαν σε Σωματεία της Ελληνικής Ομοσπονδίας Κλασικού Αθλητισμού. Οι αθλητές-τριες, οι οποίοι εθελοντικά έλαβαν μέρος στην έρευνα, ήταν ηλικίας από 16 μέχρι 33 ετών. Ο καθορισμός των διαφορετικών ομάδων των αθλητών-τριών σε κατηγορίες έγινε ανάλογα με το φύλο, το επίπεδο επίδοσης, το είδος αγωνίσματος και

την αγωνιστική εμπειρία. Οι συμμετέχοντες ήταν 306 άνδρες, ποσοστό 63.3% και 177 γυναίκες, ποσοστό 36.7%.

Ανάλογα με το επίπεδο της επίδοσης, κατατάξαμε τους αθλητές σε δύο ομάδες, αθλητές υψηλών επιδόσεων και αθλητές χαμηλών επιδόσεων. Την 1η ομάδα των αθλητών υψηλών επιδόσεων αποτέλεσαν 256 πρωταθλητές-τριες (53%), οι οποίοι ήταν μέλη της Εθνικής Ομάδας Κλασικού Αθλητισμού. Οι αθλητές-τριες αυτοί συμμετείχαν σε πανελλήνιους ή βαλκανικούς ή πανευρωπαϊκούς ή παγκόσμιους αγώνες. Την 2η ομάδα των χαμηλών επιδόσεων αποτέλεσαν 227 αθλητές-τριες (47%), που ανήκουν σε ελληνικά σωματεία Κλασικού Αθλητισμού. Οι αθλητές-τριες αυτοί συμμετείχαν σε διασυλλογικά ή πανελλήνια πρωταθλήματα Κλασικού Αθλητισμού.

Ανάλογα με το είδος αγωνίσματος, κατατάξαμε τους αθλητές-τριες σε τρεις διαφορετικές ομάδες: Την 1η ομάδα αποτέλεσαν 226 αθλητές-τριες (46.8%), που συμμετείχαν στα αγωνίσματα δρόμων ταχύτητας (60 μ., 60 μ. εμπ., 200 μ. και 400 μ.). Την 2η ομάδα αποτέλεσαν 94 αθλητές-τριες (19.6%), που συμμετείχαν στα αγωνίσματα δρόμων ημιαντοχής (800 μ., 1500 μ. και 3000 μ.). Την 3η ομάδα αποτέλεσαν 129 αθλητές-τριες (26.6%), που συμμετείχαν στα αγωνίσματα αλμάτων (άλμα σε μήκος, άλμα τριπλούν, άλμα σε ύψος και άλμα επί κοντώ).

Ανάλογα με την αγωνιστική εμπειρία, κατατάξαμε τους αθλητές-τριες σε τρεις διαφορετικές ομάδες: Την 1η ομάδα αποτέλεσαν 113 αθλητές-τριες (23.3%), που δήλωσαν ότι συμμετείχαν στους αγώνες μόνο κατά τα δύο τελευταία έτη. Την 2η ομάδα αποτέλεσαν 190 αθλητές-τριες (39.6%), που δήλωσαν ότι συμμετείχαν σε αγώνες από δύο έτη μέχρι και πέντε. Την 3η ομάδα αποτέλεσαν 175 αθλητές-τριες, (37.1%), που δήλωσαν ότι συμμετείχαν σε αγώνες πάνω από πέντε έτη.

**Μέσα συλλογής δεδομένων.** Προκειμένου να αξιολογήσουμε τον προσανατολισμό στόχου των αθλητών στο εγώ και στο έργο,

χρησιμοποιήσαμε το Ερωτηματολόγιο Αντίληψης της Επιτυχίας (POSQ - Perception of Success Questionnaire) των Roberts και Balague (1989, 1991). Το ερωτηματολόγιο αυτό περιλαμβάνει συνολικά 12 προτάσεις (6 για τον προσανατολισμό στόχου στο έργο και 6 στο εγώ). Ο εξεταζόμενος καλείται να απαντήσει σε ποιο βαθμό «Νιώθω πιο επιτυχημένος στον αθλητισμό όταν ...» «είμαι καλύτερος από τους άλλους», «πραγματικά βελτιώνομαι», κ.ά. Η κλίμακα που χρησιμοποιείται για τη μέτρηση των προτάσεων είναι 5-βαθμη τύπου Likert. Το 1 αντιστοιχεί στο «διαφωνώ απόλυτα», ενώ το 5 στο «συμφωνώ απόλυτα».

Την αξιοπιστία του ερωτηματολογίου έχουν υποστηρίξει οι Roberts και Balague (1989), με συντελεστές Cronbach  $\alpha$  για το έργο 0,90 και για το εγώ 0,84. Οι Escarti, Roberts, Cervello και Guzman (1999), Roberts, Treasure και Hall (1994), καθώς και οι Treasure και Roberts (1994α, 1994β, 1998) σε έρευνές τους υποστήριξαν την εγκυρότητα της κλίμακας αυτής.

Η διαδικασία μετάφρασης του Ερωτηματολογίου Αντίληψης της Επιτυχίας στην ελληνική γλώσσα ήταν η εξής: α) Μετάφραση από την αγγλική στην ελληνική από πέντε αθλητικούς ψυχολόγους, β) Αντίστροφη μετάφραση από δύο πτυχιούχους της Αγγλικής Φιλολογίας και γ) Έλεγχος για την ακρίβεια των μεταφράσεων.

**Διαδικασία.** Το Ερωτηματολόγιο Αντίληψης της Επιτυχίας χορηγήθηκε στους αθλητές-τριες στο χώρο προπόνησής τους πριν την έναρξη της απογευματινής τους προπόνησης. Οι διαδικασίες χορήγησης και μέτρησης ήταν ίδιες για όλους τους συμμετέχοντες. Οι αθλήτριες αποδέχθηκαν όλες να συμμετάσχουν στην έρευνα, ενώ τρεις από τους αθλητές, για προσωπικούς λόγους που δεν επιθυμούσαν να τους αναφέρουν, αρνήθηκαν να συμμετάσχουν. Οι στατιστικές αναλύσεις έγιναν με το πρόγραμμα στατιστικής επεξεργασίας δεδομένων SPSS. Το επίπεδο στατιστικής ισχύος για την αξιολόγηση των ευρημάτων της

στατιστικής διαδικασίας ορίστηκε σε τουλάχιστον 95%, δηλαδή το μέγιστο επιτρεπόμενο στατιστικό σφάλμα ήταν .05.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η εξέταση της αξιοπιστίας του Ερωτηματολογίου Αντίληψης της Επιτυχίας για το συγκεκριμένο δείγμα αθλητών-τριών έγινε με τον υπολογισμό των δεικτών εσωτερικής συνέπειας των υποκλιμάκων. Με την ανάλυση των παραγόντων έγινε προσπάθεια να υποστηριχθεί η εγκυρότητα ως προς την παραγοντική δομή του ερωτηματολογίου. Η αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας του ερωτηματολογίου εξετάστηκε με τον δείκτη αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$ . Οι τιμές των δεικτών ήταν ικανοποιητικές. Συγκεκριμένα, ο βασικός δείκτης εσωτερικής συνέπειας ήταν αρκετά υψηλός και στους δύο παράγοντες του Ερωτηματολογίου Αντίληψης της Επιτυχίας (0.81 για το εγώ και 0.70 για το έργο).

Η εσωτερική δομή των υποκλιμάκων, εξετάστηκε μέσω της ανάλυσης παραγόντων με τη μέθοδο εξαγωγής των κυρίων συνιστωσών (principal components extraction) και η ερμηνεία των συνιστωσών έγινε με τη μέθοδο της ορθόγων περιστροφής των αξόνων (orthogonal rotation solution). Από την ανάλυση παραγόντων προέκυψαν δύο παράγοντες. Ο πρώτος παράγοντας αποτελείται από έξι προτάσεις και ο δεύτερος παράγοντας από τέσσερις προτάσεις. Δύο από τις προτάσεις δεν συμπεριλήφθηκαν σε κανένα από τους δύο παράγοντες. Το κριτήριο Kaiser-Meyer-Olkin ( $>.75$ ) και το κριτήριο Bartlett (στατιστικά σημαντικό στο επίπεδο .001) έδειξαν ότι η ανάλυση παραγόντων για το συγκεκριμένο δείγμα δεν παραβίαζε τις στατιστικές συνθήκες. Πρέπει όμως να επισημάνουμε ότι οι προτάσεις που χρησιμοποιήθηκαν στην ανάλυση ήταν λίγες σε αριθμό, οι συγκεκριμένες δηλαδή 12 προτάσεις του ερωτηματολογίου. Στον Πίνακα 1 παρουσιάζονται οι ιδιοτιμές για κάθε έναν από τους δύο παράγοντες με εννοιολογική

**Πίνακας 1.** Φορτίσεις προτάσεων στους παράγοντες του προσανατολισμού στόχου στο “εγώ” και προσανατολισμού στόχου στο “έργο”, ιδιοτιμή και ερμηνευόμενη διακύμανση για κάθε παράγοντα

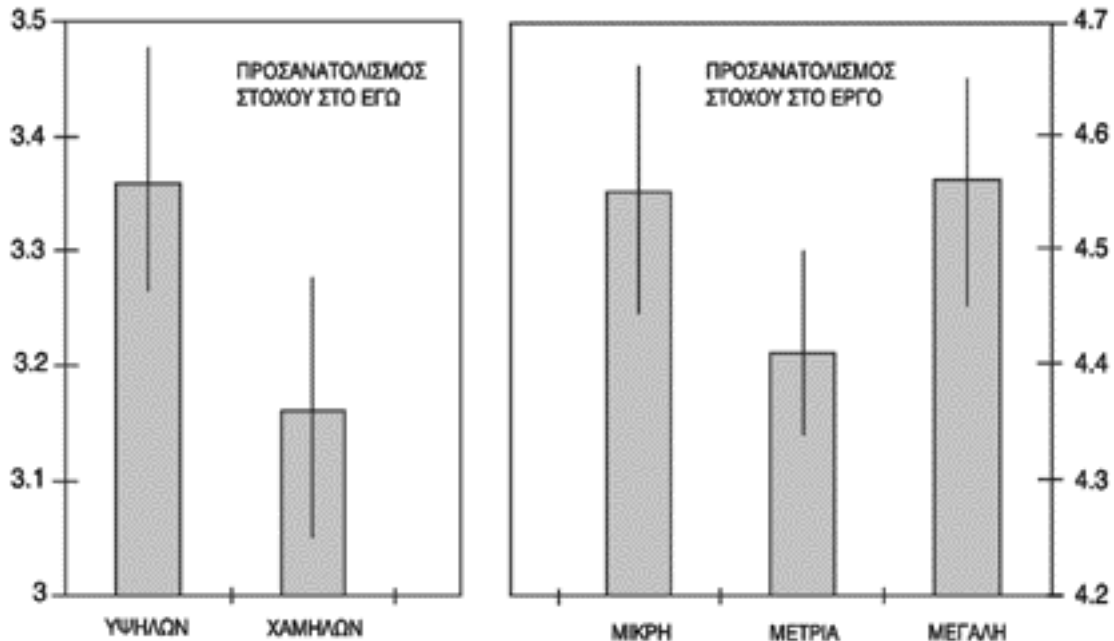
Προτάσεις	Προσανατολισμός στόχου στο “εγώ”	Προσανατολισμός στόχου στο “έργο”
Πρόταση (2)	0.80	-0.02
Πρόταση (1)	0.76	-0.03
Πρόταση (6)	0.72	-0.11
Πρόταση (4)	0.70	-0.04
Πρόταση (5)	0.69	0.01
Πρόταση (3)	0.65	0.21
Πρόταση (8)	-0.05	0.82
Πρόταση (9)	0.06	0.80
Πρόταση (7)	-0.03	0.74
Πρόταση (10)	0.02	0.58
Ιδιοτιμή	3.18	2.73
Διακύμανση %	26.51	22.72
Συνολικό % της αποδιδόμενης στους παράγοντες διακύμανσης: 49.2%		

συνοχή, στους οποίους συμμετέχουν οι 10 από τις 12 προτάσεις, καθώς και τα αντίστοιχα ποσοστά της συνολικής διακύμανσης που αποδίδεται στην ύπαρξη των παραγόντων αυτών. Επίσης, παρουσιάζονται οι φορτίσεις (loadings) για κάθε μια από τις 10 προτάσεις, καθώς και για κάθε παράγοντα, μετά την ορθογώνια περιστροφή των αξόνων. Ένας τρίτος παράγοντας που προέκυψε δεν διέθετε ιδιαίτερη εννοιολογική συνοχή και δεν αντιπροσώπευε μεγάλο ποσοστό αποδιδόμενης διασποράς.

Στους δύο παράγοντες αποδίδεται τελικά περίπου το 49.2% της συνολικής διακύμανσης. Οι φορτίσεις των προτάσεων, που ερμηνεύονται εννοιολογικά, ήσαν όλες μεγαλύτερες του 0.57, ενώ διαπιστώθηκε ότι οι δύο παράγοντες δεν σχετίζονται μεταξύ τους. Μετά την ανάλυση παραγόντων και την ψυχομετρική εξέταση της παραγοντικής δομής του ερωτηματολογίου, προκει-

μένου να διερευνηθεί η ύπαρξη πιθανών συστηματικών αποκλίσεων μεταξύ των διαφορικών ομάδων, πραγματοποιήθηκαν διπαραγοντικά σχέδια ανάλυσης διακύμανσης για κάθε διάσταση προσανατολισμού στόχου ξεχωριστά. Η προσέγγιση αυτή υποστηρίχθηκε από το γεγονός ότι παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφοροποιήσεις ανάμεσα στον προσανατολισμό στόχου στο εγώ και στο έργο για το σύνολο του δείγματος. Για τη σύγκριση αυτή, το στατιστικό κριτήριο Student's t (482) ήταν 27.83 ( $p < 0.001$ ).

Αναλύσεις διακύμανσης κατά Φύλο και Επίπεδο Επίδοσης, κατά Φύλο και Κατηγορία Αγωνίσματος, καθώς και κατά Φύλο και Αγωνιστική Εμπειρία. Ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο εγώ παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα επίπεδα επίδοσης ( $F_{1, 479} = 4.66$ ,  $p < 0.05$ ). Συγκεκριμένα, ανεξαρτήτως του



**Σχήμα 1.** Μέσοι όροι και διαστήματα εμπιστοσύνης (95%) για τον Προσανατολισμό Στόχου στο “εγώ” και τον Προσανατολισμό Στόχου στο “έργο”, κατά επίπεδο Επίδοσης και κατά επίπεδο Αγωνιστικής Εμπειρίας.

παράγοντα Φύλο, οι αθλητές-τριες υψηλών επιδόσεων ενδέχεται να έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο εγώ από τους αθλητές-τριες χαμηλών επιδόσεων (Σχήμα 1). Δεν παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα επίπεδα Αγωνιστικής Εμπειρίας, στο Είδος Αγωνίσματος, όπως επίσης στις αλληλεπιδράσεις Φύλου με: Επίπεδο Επίδοσης, Αγωνιστική Εμπειρία και Είδος Αγωνίσματος.

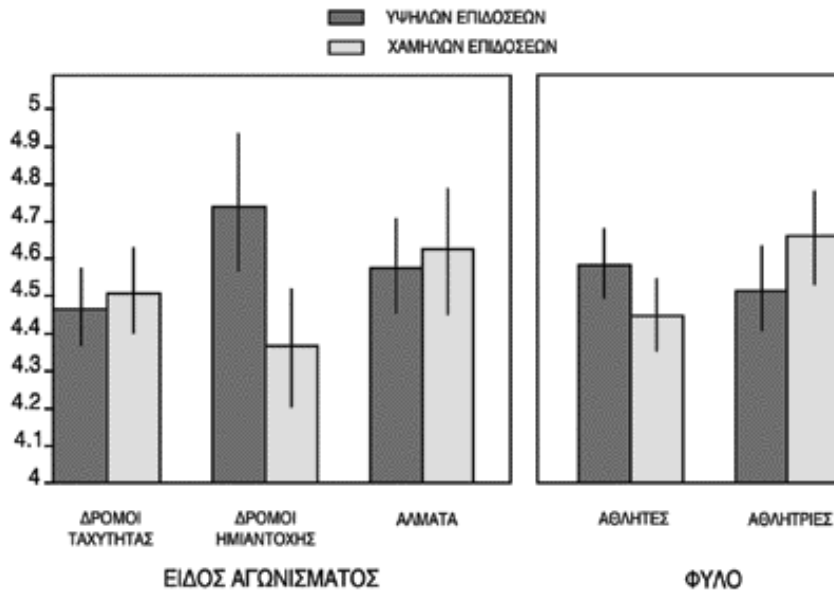
Ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα επίπεδα αγωνιστικής εμπειρίας ( $F_{2, 435} = 3.23, p < 0.05$ ). Συγκεκριμένα, ανεξαρτήτως του παράγοντα Φύλο, οι αθλητές-τριες με μεγάλη αγωνιστική εμπειρία φαίνεται να έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τους αθλητές-τριες με μέτρια αγωνιστική εμπειρία και σχεδόν τον ίδιο προσανατολισμό με τους αθλητές με μικρή αγωνιστική εμπειρία (Σχήμα 1). Επιπλέον, (Σχήμα 2) παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αλληλεπίδραση Φύλου και Επίπεδου Επίδοσης ( $F_{1, 479} = 6.17, p < 0.05$ ), όπου συγκρίνοντας τους αθλητές με τις α-

θλήτριες στο επίπεδο των υψηλών επιδόσεων, φαίνεται πως οι αθλητές έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τις αθλήτριες, ενώ αντίστροφα στο επίπεδο των χαμηλών επιδόσεων, οι αθλήτριες φαίνεται να έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τους αθλητές. Δεν παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα Επίπεδα Επίδοσης, στο Είδος Αγωνίσματος, όπως επίσης και στις αλληλεπιδράσεις Φύλου με Αγωνιστική Εμπειρία και Φύλου με Είδος Αγωνίσματος.

**Αναλύσεις διακύμανσης κατά Είδος Αγωνίσματος και Επίπεδο Επίδοσης, καθώς και Είδος Αγωνίσματος και Αγωνιστική Εμπειρία.** Ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο εγώ δεν παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές στο Είδος Αγωνίσματος, καθώς και στις αλληλεπιδράσεις Είδους Αγωνίσματος με τα Επίπεδα Επίδοσης και με την Αγωνιστική Εμπειρία.

Ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αλληλεπίδραση Είδους Αγωνίσματος και Επίπεδου Επίδοσης





**Σχήμα 2.** Μέσοι όροι και διαστήματα εμπιστοσύνης (95%) για τον Προσανατολισμό Στόχου στο “έργο”, κατά Είδος Αγωνίσματος και επίπεδο Επίδοσης και κατά Φύλο και επίπεδο Επίδοσης.

( $F_{2, 443} = 4.58, p < 0.01$ ). Συγκρίνοντας τους αθλητές-τριες στο επίπεδο υψηλών επιδόσεων, φαίνεται πως οι αθλητές-τριες δρόμων ημιαντοχής έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τους αθλητές-τριες δρόμων ταχύτητας, καθώς και τους αθλητές-τριες αλμάτων (Σχήμα 2). Όμως στο επίπεδο χαμηλών επιδόσεων, φαίνεται πως οι αθλητές-τριες αλμάτων έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τους αθλητές-τριες δρόμων ημιαντοχής και σχεδόν τον ίδιο προσανατολισμό στόχου με τους αθλητές δρόμων ταχύτητας. Συγκρίνοντας τους αθλητές-τριες ανάλογα με το επίπεδο επίδοσής τους φαίνεται πως οι αθλητές-τριες δρόμων ημιαντοχής με υψηλές επιδόσεις έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο από τους αθλητές-τριες των αντίστοιχων αγωνισμάτων με χαμηλές επιδόσεις. Αντίθετα, οι αθλητές-τριες αλμάτων, καθώς και οι αθλητές-τριες δρόμων ταχύτητας με υψηλές επιδόσεις φαίνεται πως έχουν σχεδόν τον ίδιο προσανατολισμό στόχου στο έργο με τους αθλητές-τριες με χαμηλές επιδόσεις των αντίστοιχων αγωνισμάτων. Δεν παρατηρούνται στατιστικά σημαντικές διαφο-

ρές ανάμεσα στα Είδη Αγωνίσματος, καθώς και στην αλληλεπίδραση Είδος Αγωνίσματος και Αγωνιστικής Εμπειρίας.

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στόχος της έρευνας αυτής ήταν η εξέταση του προσανατολισμού στόχου στο εγώ και στο έργο ως προς τις διαφορετικές ομάδες αθλητών και αθλητριών Κλασικού Αθλητισμού ανάλογα με το Επίπεδο Επίδοσης, την Αγωνιστική Εμπειρία, το Είδος Αγωνίσματος και το Φύλο. Επιπλέον, στόχος της έρευνας ήταν η εξέταση του Ερωτηματολογίου Αντίληψης Επιτυχίας αναφορικά με την παραγοντική του δομή. Από τον έλεγχο του ερωτηματολογίου αυτού υποστηρίχθηκε η ύπαρξη των δύο παραγόντων, τους οποίους έχουν προτείνει οι Roberts και Balague (1991) και έχουν επιβεβαιωθεί σε προηγούμενες ερευνητικές προσπάθειες.

Στα ευρήματα της έρευνας αυτής παρατηρήθηκε ότι το επίπεδο επίδοσης των αθλητών-τριών Κλασικού Αθλητισμού σχετίζεται σημαντικά με τον προσανατολισμό στόχου τους στο εγώ. Σύμφωνα με τον Nicholls (1989), μπορούμε να ισχυρισθούμε

ότι οι πρωταθλητές και πρωταθλήτριες ενδιαφέρονται πιο πολύ για την επίδειξη της ικανότητάς τους και καταβάλλουν μικρότερη προσπάθεια προκειμένου να έχουν επιτυχία και ικανοποιητική απόδοση. Όμως, σύμφωνα με την Duda (1989a), οι πρωταθλητές, συμμετέχοντας σε αγώνες, ενδέχεται να αποσκοπούν αφενός στο να αποκομίζουν προσωπικά οφέλη και αφετέρου στο να βελτιώνουν την κοινωνική τους θέση. Οι πρωταθλητές-τριες, σε σύγκριση με τους αθλητές χαμηλών επιδόσεων, έχουν τη δυνατότητα να αξιολογούν την ικανότητά τους και να συνδέουν την επιτυχία τους με την προσωπική τους ανωτερότητα. Μάλιστα σε κάθε αγώνα επιδιώκουν να δείχνουν τον καλύτερο εαυτό τους και προσπαθούν να εμφανίζονται καλύτεροι από τους άλλους. Επίσης, εφόσον έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο εγώ, προσπαθούν συνεχώς να αποδεικνύουν ότι η ικανότητα τους είναι ανώτερη από εκείνη των άλλων και αντιλαμβάνονται καλύτερα τις συνέπειες της απόδοσής τους. Αυτό οφείλεται πιθανώς στο ότι έχουν πεποίθηση στην ικανότητά τους, την οποία θεωρούν πως αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για την επίτευξη του στόχου τους. Επιπλέον, είναι πεπεισμένοι ότι για να επιτύχουν τον στόχο τους δεν χρειάζεται να καταβάλλουν μεγάλη προσπάθεια, γιατί αρκεί η ικανότητά τους καθώς και άλλοι εξωτερικοί παράγοντες. Όταν συμμετέχουν σε αγώνες θέτουν στόχους επίδοσης και αποτελέσματος, οι οποίοι ενδέχεται να είναι εφικτοί (Vealey 1986).

Ανάλογα με το αγώνισμα στο οποίο συμμετέχουν οι αθλητές-τριες, και συγκρίνοντας μονοπαραγοντικά ως προς αυτό, δεν παρατηρήθηκαν διαφοροποιήσεις ούτε ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο εγώ, ούτε ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο. Όμως παρατηρήθηκε ότι, ανάλογα με την αγωνιστική τους εμπειρία, οι αθλητές και οι αθλήτριες έχουν διαφορετικό προσανατολισμό στόχου στο έργο. Επιχειρώντας μια πρώτη ερμηνεία σε συγχρονικό

ερευνητικό επίπεδο (cross-sectional study) πως οι αθλητές-τριες, όταν αρχίζουν να συμμετέχουν σε αγώνες, μάλιστα μέχρι τα δύο πρώτα έτη, όπου θεωρείται ότι έχουν μικρή αγωνιστική εμπειρία σε αγώνες Κλασικού Αθλητισμού, προσανατολίζουν σε μεγάλο βαθμό τον στόχο τους στο έργο και επιδιώκουν κυρίως την προσωπική τους βελτίωση. Συνεχίζοντας τη συμμετοχή τους μέχρι πέντε έτη και αποκτώντας μέτρια αγωνιστική εμπειρία, μειώνουν σημαντικά το βαθμό προσανατολισμού στόχου τους στο έργο και κατ' ακολουθία το ενδιαφέρον τους για βελτίωση. Αν συνεχίσουν να συμμετέχουν σε αγώνες, οπότε αποκτούν μεγάλη αγωνιστική εμπειρία, αυξάνουν το βαθμό προσανατολισμού στόχου τους στο έργο. Ο προσανατολισμός αυτός ενδέχεται να έχει σχεδόν τον ίδιο βαθμό με εκείνον που είχαν όταν άρχισαν τη συμμετοχή τους σε αγώνες. Το φαινόμενο αυτό οφείλεται ίσως στον αρχικό ενθουσιασμό που έχουν οι αθλητές-τριες, όταν αρχίζουν να συμμετέχουν σε αγώνες. Ο ενθουσιασμός αυτός στη συνέχεια είναι πιθανόν να μεταβάλλεται σε συνεχιζόμενη απλή αθλητική ενέργεια, χωρίς ιδιαίτερα ενδιαφέροντα. Όταν όμως οι αθλητές-τριες υπερβούν την κατάσταση αυτή, τότε αρχίζουν να προσανατολίζουν πάλι σε μεγάλο βαθμό τον στόχο τους στο έργο και να αυξάνουν το ενδιαφέρον τους για την προσωπική τους βελτίωση.

Ένα ακόμα ενδιαφέρον εύρημα της έρευνάς μας ήταν αυτό της αλληλεπίδρασης φύλου και επιπέδου επίδοσης ως προς τον προσανατολισμό στόχου στο έργο. Το εύρημα αυτό μπορούμε να το ερμηνεύσουμε σύμφωνα με τα γνωστικά επακόλουθα της επίτευξης στόχων (Duda 1989a). Όπως προαναφέραμε, οι πρωταθλητές και πρωταθλήτριες, σε αντίθεση με τους αθλητές-τριες χαμηλών επιδόσεων, θέτουν στόχους οι οποίοι, σύμφωνα με τη Vealey (1986), είναι εφικτοί. Όμως, φαίνεται πως οι στόχοι τους οποίους θέτουν οι πρωταθλητές, μάλλον διαφέρουν από τους στόχους που θέ-

των οι πρωταθλήτριες. Επιπλέον, οι πρωταθλητές, συγκριτικά με τις πρωταθλήτριες και τους αθλητές-τριες χαμηλών επιδόσεων, έχουν διαφορετική αντίληψη για την επιτυχία τους. Φαίνεται μάλιστα πως έχουν υψηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο και ότι με τη συμμετοχή τους σε αγώνες επιδιώκουν την προσωπική τους βελτίωση (Duda, 1989α). Επίσης θεωρούν ότι η προσωπική τους ανωτερότητα αποτελεί υποβοηθητικό παράγοντα στην επίτευξη αυτών των στόχων. Με τη συμμετοχή τους προσπαθούν να επιτύχουν τον στόχο τους για προσωπικό όφελος και όχι για να επιδείξουν τη μεγάλη τους ικανότητα. Οι πρωταθλητές στρέφουν την προσοχή τους κυρίως στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους, στην προσπάθεια για μάθηση νέων δεξιοτήτων και στην επίδειξη της ανωτερότητάς τους στο έργο το οποίο επιτελούν (Nicholls, 1989). Αντίστροφα, οι πρωταθλήτριες, συγκριτικά με τις αθλήτριες χαμηλών επιδόσεων, έχουν χαμηλότερο προσανατολισμό στόχου στο έργο. Οι πρωταθλήτριες, σε αντίθεση με τους πρωταθλητές, είναι πιθανόν να μην ενδιαφέρονται ιδιαίτερα για την προσωπική τους βελτίωση. Φαίνεται όμως πως οι αθλήτριες χαμηλών επιδόσεων, συγκριτικά με τις πρωταθλήτριες, θεωρούν ότι για να επιτύχουν τον στόχο τους χρειάζεται να καταβάλλουν μεγάλη προσπάθεια, ενώ με τη συμμετοχή τους σε αγώνες αποσκοπούν σε προσωπικό τους όφελος και όχι στην επίδειξη της μεγάλης ικανότητάς τους.

Η επίτευξη στόχων ίσως εκλαμβάνεται από τους πρωταθλητές ως αποτέλεσμα της αυτοπεποίθησης που αποκτούν λόγω της υψηλής επίδοσης και της μεγάλης αγωνιστικής εμπειρίας τους. Η αυτοπεποίθηση αυτή συνδέεται στη συνέχεια με τον προσανατολισμό στόχου στο έργο. Οι αθλήτριες με χαμηλές επιδόσεις θεωρούν ότι η ενασχόλησή τους με το άθλημα αποσκοπεί στην προσπάθεια για το καλύτερο. Οι πρωταθλητές πιθανόν να χρησιμοποιούν τον προσανατολισμό στόχου στο έργο ως ένα ε-

πιπλέον μέσον για την ατομική αθλητική βελτίωσή τους ενώ η συμμετοχή τους σε αγώνες έχει ως σκοπό τη συνεχή βελτίωση της ατομικής τους επίδοσης. Αντίθετα, οι αθλήτριες με χαμηλές επιδόσεις είναι πιθανόν να χρησιμοποιούν τον προσανατολισμό στόχου στο έργο ως ευκαιρία συνύπαρξης, συνεργασίας, κοινωνικού οφέλους, αποφεύγοντας έτσι τις οποιεσδήποτε επιπτώσεις από τη βίωση ενδεχόμενης γνωστικής ασυμφωνίας (Festinger, 1957).

Η δεύτερη στατιστικά σημαντική αλληλεπίδραση που παρατηρήθηκε αναφέρεται πάλι στον προσανατολισμό στόχου στο έργο, αλλά αυτήν τη φορά συνδέεται με την κατηγορία αγώνισματος και το επίπεδο επίδοσης των αθλητών-τριών. Σημείο ενδιαφέροντος αποτελεί η διαφοροποίηση του προσανατολισμού στόχου στο έργο ανάμεσα στους πρωταθλητές-τριες και στους αθλητές-τριες χαμηλών επιδόσεων δρόμων ημιαντοχής. Αντίστοιχες διαφοροποιήσεις δεν παρατηρούνται στους αθλητές-τριες δρόμων ταχύτητας ούτε στους αθλητές-τριες αλμάτων. Οι αθλητές-τριες ημιαντοχής, συγκριτικά με τους αθλητές-τριες δρόμων ταχύτητας και αλμάτων, θεωρούν ότι για να επιτύχουν στον αθλητισμό και να έχουν την ανάλογη ατομική βελτίωσή τους απαιτείται σκληρή και επίπονη προετοιμασία. Η διαφοροποίηση στους αθλητές-τριες δρόμων ημιαντοχής οφείλεται ίσως στις στρατηγικές που πρέπει να εφαρμόσει ένας αθλητής δρόμων ημιαντοχής κατά τη διάρκεια του αγώνα, προκειμένου να επιτύχει τον στόχο του. Οι στρατηγικές αυτές είναι διαφορετικές από εκείνες των αθλητών-τριών δρόμων ταχύτητας και αλμάτων. Επιπλέον, ο χρόνος που απαιτείται για τις διαδικασίες αυτές είναι περισσότερος από τις αντίστοιχες στρατηγικές για τους δρόμους ταχύτητας ή για τα άλματα. Οι στρατηγικές αυτές, οι οποίες είναι μάλιστα περισσότερες αριθμητικά, απαιτούν προσωπικό σχεδιασμό και εκτέλεση, δηλαδή, σταδιακή βελτίωση και επίτευξη σταδιακών στόχων, χαρακτηριστικά που φαίνονται έ-

ντονα στον προσανατολισμό στόχου στο έργο. Η συλλογιστική αυτή είναι σύμφωνη με προηγούμενες έρευνες (Duda 1989a, Roberts 1989), όπου ο προσανατολισμός στόχου στο έργο συσχετίζεται με: α) την απλή συμμετοχή στην άσκηση, β) την έντονη συμμετοχή και γ) την εμμονή στην άσκηση.

Συμπερασματικά, η μέτρηση του προσανατολισμού στόχου στο εγώ και στο έργο των αθλητών και αθλητριών Κλασικού Αθλητισμού είναι πιθανόν να σχετίζεται με ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες μορφές της συμμετοχής σε αθλητικούς αγώνες, όπως είναι το Είδος Αγώνισματος, το Επίπεδο Επίδοσης και η Αγωνιστική Εμπειρία, που συνδέονται με τις διαφορετικές στρατηγικές τις οποίες χρησιμοποιούν οι πρωταθλητές-τριες δρό-

μων ημιαντοχής, την αξιολόγηση της ικανότητας, τον αρχικό ενθουσιασμό και τον καθορισμό στόχου, αντίστοιχα. Ο προσανατολισμός στόχου επιβάλλεται ίσως να εξετασθεί και σε συνάρτηση με αντίστοιχα θέματα, όπως είναι η συμμετοχή του ατόμου σε απλές αθλητικές δραστηριότητες, η σημασία του αγώνα, ο καθορισμός στόχου του αθλητή σε κάθε αγώνα ξεχωριστά, οι διαδικασίες επίτευξης του προκαθορισμένου στόχου, οι στρατηγικές εκπλήρωσης του επιτελούμενου έργου (δηλαδή του αγώνα), κ.ά. Ακόμα, χρειάζεται η συνεξέταση του προσανατολισμού στόχου με άλλα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του αθλητή, τα οποία πιθανώς συνδέονται με τις παραπάνω ενδιαφέρουσες μορφές της συμμετοχής σε αθλητικούς αγώνες.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- AMES C and AMES R. Goal structures and motivation. *Elementary School Journal* 85: 39-52, 1984a.
- AMES C and AMES R (1984β). Systems of student and teacher motivation: Toward a qualitative definition. *Journal of Educational Psychology* 76: 535-556, 1984b.
- AMES C and ARCHER J. Mothers' beliefs about the role of ability and effort in school learning. *Journal of Educational Psychology* 79: 409-414, 1987.
- CHI L and DUDA JL. Multi-sample confirmatory factor analyses of Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 66: 91-98, 1995.
- Deci EL and Ryan RM. The basis of self-determination: Intrinsic motivation and integrated internalizations. *Academic Psychology Bulletin* 5: 21-29, 1983
- DUDA JL. (1989a). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology* 20: 42-56, 1989a.
- DUDA JL. Relationships between Task and Ego orientation and perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 11: 318-335, 1989b.
- DUDA J and ALLISON M. The attributional theory of achievement motivation: Cross-cultural considerations. *International Journal of Intercultural Relations* 13: 37-55, 1989.
- DUDA J and NICHOLLS J. *The Task and Ego orientation in sport questionnaire. Psychometric properties*. Unpublished manuscript. Purdue University, 1989.
- DUDA J and NICHOLLS J. Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology* 84: 290-299, 1992.
- DUDA J, OLSON L and TEMPLIN T. The relationship of Task and Ego Orientation to Sportsmanship Attitudes and Perceived Legitimacy of Injurious Acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 62: 79-87, 1991.
- DUDA JL, FOX KR, BIDDLE SJH and ARMSTRONG N. Children's achievement goals and beliefs about success in sport. *British Journal of Educational Psychology* 62: 313-323, 1992.
- ELLIOTT ES and DWECK CS. Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology* 54: 5-12, 1988.
- ESCARTI A, ROBERTS G, CERVELLO E, and GUZMAN J. Adolescent Goal Orientations and the Perception of Criteria of Success Used by Significant Others. *International Journal of Sport Psychology* 30: 309-324, 1999.
- FESTINGER LA. *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, Ill.: Harper, Row, Peterson, 1957.
- LOCHBAUM M and ROBERTS GC. (1993). Goal orientations and perception of sport experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 15: 160-171, 1993.
- MAEHR ML. Meaning and motivation. In: R. Ames and C Ames (Eds.), *Research on Motivation and Education* 1, 38-61. New York: Academic Press, 1984.

- MAEHR ML and BRASKAMP LA. *The Motivation Factor: A Theory of Personal Investment*. Lexington, Mass.: Lexington Books, 1986.
- MAEHR ML and NICHOLLS JG. (1980). Culture and Achievement motivation: A second look. In: N Warren (Ed.), *Studies in Cross Cultural Psychology*, 221-267. New York: Academic Press, 1980.
- MCARTHUR LZ and BARON RC. Toward an ecological theory of social perception. *Psychological Review* 90: 215-238, 1983.
- NEWTON ML and DUDA JL. Elite adolescent athletes' achievement goals and beliefs concerning success in tennis. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 15: 437-448, 1993.
- NICHOLLS JG. Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review* 91 (3), 328-346, 1984.
- NICHOLLS JG. *The Competitive Ethos and Democratic Education*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1989.
- NICHOLLS JG and MILLER AT. Reasoning about the ability of self and others: A developmental study. *Child Development* 55:1990-1999, 1984.
- NICHOLLS JG, PATASHNICK M and NOLEN SB. Adolescents' theories of education. *Journal of Education Psychology* 77: 683-692, 1985.
- ROBERTS GC. Achievement motivation in children's sport. In: J Nicholls (Ed.), *The Development of Achievement motivation*, 251-282. Greenwich, CT: JAI Press, 1984.
- ROBERTS GC. When motivation matters: The need to expand the conceptual model . In: JS Sinner, CB Corbin, DM Landers, PE Martin, & CL Wells (Eds.), *Future directions in exercise/sport research*, 77-84. Champaign, IL: Human Kinetics, 1989.
- ROBERTS GC. Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. In: G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise*, 3-30. Champaign, IL: Human Kinetics, 1992.
- ROBERTS G, KLEIBER DA and DUDA J. An Analysis of Motivation in Children's Sport: The role of perceived competence in participation. *Journal of Sport Psychology*, 3: 206-216, 1981.
- ROBERTS GC and BALAGUE G. *The development of social cognitive scale modification*. Paper presented at the 7th World Congress of Sport Psychology, Singapore, 1989.
- ROBERTS GC and BALAGUE G. *The development and validation of perception of success questionnaire*. Paper presented at the FEPSAC Congress, Cologne, Germany, 1991.
- ROBERTS GC, TREASURE DC and HALL H. Parental goal orientation and beliefs about the competitive sport experience of their child. *Journal of Applied Social Psychology* 24: 65-80, 1994.
- TREASURE DC and ROBERTS GC. Cognitive and affective concomitants of task and ego goal orientations during the middle-school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 16 (1), 15-28, 1994a.
- TREASURE DC and ROBERTS GC. Perception of success questionnaire. Preliminary validation in an adolescent population. *Perceptual and Motor Skills* 79: 607-610, 1994b.
- TREASURE DC and ROBERTS GC. Relationship Between Female Adolescents' Achievement Goal Orientations, Perceptions of the Motivational Climate, Beliefs about Success and Sources of Satisfaction in Basketball. *International Journal of Sport Psychology* 29: 211-230, 1998.
- VEALEY RS. Conceptualization sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology* 8: 221-246.
- WATKINS B and MONTGOMERY AB. (1989). Conception of athletic excellence among children and adolescents. *Child Development* 60: 1362-1372, 1989.
- WHITE SA and DUDA JL. The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology* 25: 4-18, 1994.