

Αξιολόγηση Επαγγελματικής Εξουθένωσης Προπονητών Καλαθοσφαίρισης

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ¹, ΚΩΣΤΑΣ ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ ², ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ ¹

Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

¹ Τομέας Αθλοπαιδιών

² Τομέας Θεωρητικών Επιστημών

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ Ν., ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ Κ., και ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ Μ. Αξιολόγηση εξουθένωσης προπονητών καλαθοσφαίρισης. *Κινησιολογία*, Τομ. 4, Νο. 1, σελ. 40-52. Η επαγγελματική εξουθένωση έχει καθοριστεί ως ένα πολυδιάστατο σύνδρομο το οποίο συνίσταται από συναισθήματα εξάντλησης, αποπροσωποποίησης και ελαχιστοποίησης προσωπικών επιτευγμάτων και το οποίο απαντάται σε εργαζόμενους διάφορων τομέων (Maslach, 1982). Σκοπός αυτής της μελέτης είναι να αποτιμήσει και να αξιολογήσει το βαθμό επαγγελματικής εξουθένωσης που βιώνουν οι Έλληνες προπονητές καλαθοσφαίρισης, οι οποίοι έχουν εργαστεί ή εργάζονται στα εθνικά πρωταθλήματα ανδρών και γυναικών. Συνολικά 170 προπονητές συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (Maslach and Jackson, 1986), καθώς και ένα φύλλο δημογραφικών στοιχείων για τη συλλογή πληροφοριών σχετικά με την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση, το επίπεδο σπουδών, το κύριο επάγγελμα, το αγωνιστικό επίπεδο, τα χρόνια εμπειρίας τους ως προπονητές, καθώς και τα συνεχόμενα χρόνια εργασίας τους στο σύλλογο στον οποίο εργάζονταν την δεδομένη εποχή. Οι στατιστικές αναλύσεις περιελάμβαναν δείκτες περιγραφικής στατιστικής των τριών υποκλιμάκων του Ερωτηματολογίου Επαγγελματικής Εξουθένωσης (συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση και προσωπική επίτευξη) και εφαρμογή ανάλυσης διασποράς μονής κατεύθυνσης, με σκοπό τη σύγκριση διαφορετικών ομάδων του δείγματος και με βάση τα δημογραφικά στοιχεία. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι, με βάση τις νόρμες των Maslach και Jackson (1986), το δείγμα υποφέρει από μέτριου βαθμού επαγγελματική εξουθένωση. Αναφορικά με τα δημογραφικά στοιχεία, αναδείχτηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές (α) στο κύριο επάγγελμα όσον αφορά την αποπροσωποποίηση, (β) το αγωνιστικό επίπεδο όσον αφορά τη συναισθηματική εξάντληση και αποπροσωποποίηση και (γ) τα συνεχόμενα χρόνια εργασίας στον τελευταίο σύλλογο όσον αφορά την αποπροσωποποίηση. Συμπερασματικά το κύριο επάγγελμα, το αγωνιστικό επίπεδο και τα συνεχόμενα χρόνια εργασίας στον τελευταίο σύλλογο, είναι τα κύρια ατομικά χαρακτηριστικά τα οποία διαφοροποιούν τα βιούμενα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης στους προπονητές καλαθοσφαίρισης των εθνικών κατηγοριών.

Λέξεις Κλειδιά: ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ, ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες σε όλον τον κόσμο, αλλά και στην Ελλάδα, το άθλημα της καλαθοσφαίρισης παρουσίασε πολύ μεγάλη ανάπτυξη. Τα αίτια που την προκάλεσαν ήταν πολλά και πιθανόν επαγωγικά, γεγονός είναι όμως πως οι ελληνικές ομάδες τόσο σε εθνικό, όσο και

σε συλλογικό επίπεδο, γνώρισαν μεγάλες επιτυχίες. Ωστόσο, αυτή η ανάπτυξη εκτός από τις θετικές συνέπειες (μαζική προσέλευση των παιδιών, προβολή της χώρας), προκάλεσε και αρνητικές. Μια από τις πιο σημαντικές είναι η πίεση που δέχονται τα μέλη των ομάδων (προπονητές, αθλητές,

βοηθητικό προσωπικό), για την επίτευξη των στόχων, οι οποίοι και όταν επιτυγχάνονται θεωρούνται δεδομένοι και τίθονται αμέσως οι επόμενοι. Η πίεση αυτή είναι ιδιαίτερα έντονη προς τους προπονητές, οι οποίοι, κατά κανόνα, κρίνονται ως υπεύθυνοι για την πορεία της ομάδας. Έτσι, πολλοί προπονητές (αρκετοί απ' τους οποίους είναι καταξιωμένοι στο χώρο του αθλήματος της καλαθοσφαίρισης), έδειξαν πρόθεση για εγκατάλειψη του επαγγέλματος.

Ο Herbert J. Freudenberger (1974) ήταν ο πρώτος ερευνητής ο οποίος μελέτησε συστηματικά το φαινόμενο της επαγγελματικής εξουθένωσης, με σκοπό να εξηγήσει το σύνδρομο, που βασάνιζε εργαζόμενους σε νοσηλευτικά ιδρύματα, καθώς και σε άλλες κοινωνικές υπηρεσίες. Μετά από εντατικές παρατηρήσεις και μελέτες, θεμελίωσε τον όρο «επαγγελματική εξουθένωση» και περιέγραψε το θύμα της, ως «κάποιος, που περιήλθε σε κατάσταση κόπωσης και απογοήτευσης, η οποία προήλθε από την αφοσίωση σ' ένα σκοπό ή τρόπο ζωής ή σχέση, που απέτυχε να παράγει την προσδοκούμενη επιτυχία» (Freudenberger 1974, σελ. 163). Το φαινόμενο αυτό παρουσιάζεται αργά αλλά εξελίσσεται σε χρόνια κατάσταση και εκδηλώνεται με φυσικά και συμπεριφορικά συμπτώματα, όπως «αίσθηση κόπωσης και εξάντλησης, πίεσης και υπερεξουθένωσης, σκληρότητα, αυστηρότητα, πείσμα, άκαμπτη σκέψη, κατάπτωση και αφιέρωση υπερβολικού χρόνου στην εργασία, αποκομίζοντας όλο και λιγότερα» (Freudenberger 1974). Η συστηματική έρευνα από την Maslach (1976, 1978a, 1978b, 1982) και των συνεργατών της (Jackson and Maslach 1982, Maslach and Jackson 1979, 1981a, 1981b, 1982, Maslach and Pines, 1977, Pines and Maslach, 1978, 1980) διευκόλυνε πολύ την κατανόηση του φαινομένου. Οι εκτεταμένες τους έρευνες, οδήγησαν σε πληρέστερη ανάπτυξη και θεμελίωση του όρου, αλλά και στην επινόηση και καταγραφή ενός ψυχομετρικού οργάνου αξιολόγησης του βαθμού επαγγελματικής εξουθένωσης. Το

Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (Maslach Burnout Inventory, Maslach and Jackson 1981b, 1986), είναι η πλέον δοκιμη μέθοδος μέτρησης του βαθμού επαγγελματικής εξουθένωσης, που βιώνουν οι εργαζόμενοι. Η ανάπτυξη του ερωτηματολογίου MBI βοήθησε πολύ στην εμπειρική μελέτη του φαινομένου και επιπλέον οδήγησε στο λειτουργικό καθορισμό του όρου. Έτσι, η Maslach και οι συνεργάτες της, μέσα από ένα κοινό πυρήνα στοιχείων, που προέκυψαν από την έρευνα, καθόρισαν την επαγγελματική εξουθένωση ως ένα σύνδρομο συναισθηματικής εξάντλησης, αποπροσωποποίησης και έλλειψης προσωπικών επιτευγμάτων, το οποίο απαντάται σε εργαζόμενους διαφόρων τομέων (Maslach and Jackson, 1981b). Πρόκειται για μια αντίδραση στη χρόνια συναισθηματική πίεση, λόγω της εκτεταμένης συνεργασίας με άλλους ανθρώπους, ειδικότερα όταν αυτοί αντιμετωπίζουν προβλήματα.

Τα αποτελέσματα έρευνας σε 78 εργαζόμενους σε κοινωνικές υπηρεσίες, έδειξαν πως η επαγγελματική εξουθένωση σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με την ηλικία των εργαζομένων (Gann 1979). Ειδικότερα, νέοι σε ηλικία εργαζόμενοι παρουσίασαν συχνότερα και εντονότερα συναισθήματα επαγγελματικής εξουθένωσης από άλλους μεγαλύτερης ηλικίας εργαζόμενους, αλλά δεν παρουσιάστηκαν διαφορές μεταξύ αντρών και γυναικών. Μια άλλη έρευνα, σχετική με την ευαισθησία στην επαγγελματική εξουθένωση σε δείγμα εκπαιδευτικών έδειξε ότι οι άνδρες ηλικίας 30-49 ετών παρουσίασαν μεγάλη προδιάθεση προς το σύνδρομο, ενώ οι γυναίκες της ίδιας ηλικίας παρουσίασαν τάσεις ανανέωσης (Metz, 1979). Επίσης, έρευνα του Berkeley Planning Associates (1977), έδειξε πως η ηλικία και οι υπευθυνότητες διοίκησης εργαζομένων σχετίζονται σημαντικά με το σύνδρομο. Ειδικότερα, προέκυψε ότι μεγαλύτεροι σε ηλικία εργαζόμενοι με εποπτικές υπευθυνότητες ήταν λιγότερο επιρρεπείς προς το σύνδρομο.

Επιπλέον, όσον αφορά το επίπεδο μόρ-

φωσης, πολλές έρευνες ανέδειξαν ότι το άτομα, τα οποία παρέχουν ποικίλων μορφών υπηρεσίες και έχουν υψηλό επίπεδο μόρφωσης, είναι περισσότερο επιρρεπή στα συμπτώματα επαγγελματικής εξουθένωσης, σε σχέση με εκείνα που έχουν χαμηλό επίπεδο (Berkeley Planning Associates 1977, Maslach και Jackson 1978). Το ίδιο συμπέρασμα εξάγεται και από έρευνα σε αστυνομικούς όπου, οι Maslach και Jackson (1979) βρήκαν πως άτομα με μεγαλύτερη μόρφωση παρουσίασαν υψηλότερη συναισθηματική εξάντληση, χαμηλότερο δείκτη αποπροσωποποίησης και υψηλότερο δείκτη προσωπικής εκπλήρωσης. Επίσης, οι Maslach και Jackson (1978) διαπίστωσαν πως άγαμοι και διαζευγμένοι εργαζόμενοι, ανέφεραν μεγαλύτερη συναισθηματική εξάντληση από τους αντίστοιχους έγγαμους. Αυτό ίσως να σημαίνει πως η σχετική με την εργασία ένταση, μπορεί, τουλάχιστον μερικώς, να μετριάζεται από στενά συγγενικά άτομα εκτός του χώρου εργασίας.

Στο χώρο του αθλητισμού ο Rainey (1995) εξέτασε πιθανές πηγές άγχους και επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και την πρόθεση για εγκατάλειψη σε ένα δείγμα 782 προπονητών baseball και softball, από μια πολιτεία των ΗΠΑ. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης έδειξαν ότι ούτε η ηλικία ούτε και οι επαγγελματικές συγκρούσεις προβλέπουν την επαγγελματική εξουθένωση ή την πρόθεση για εγκατάλειψη.

Ο Caccese (1982) στη διδακτορική του διατριβή ερεύνησε την επαγγελματική εξουθένωση σε δείγμα 231 προπονητών καλαθοσφαίρισης από δύο πανεπιστημιακές κατηγορίες (N.C.A.A. και A.I.A.W.), οι οποίοι συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης των Maslach και Jackson (1981b) και ένα πληροφοριακό έντυπο καταγραφής ατομικών στοιχείων. Οι υποκλίμακες της επαγγελματικής εξουθένωσης, συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση και έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων, συσχετίστηκαν με τα δημογραφικά στοιχεία: (α) ηλικία, (β) φύλο, (γ) οι-

κογενειακή κατάσταση, (δ) συνολικά χρόνια εργασίας ως προπονητής, (ε) χρόνια εργασίας στη τελευταία προπονητική θέση, (στ) ποσοστό επιτυχιών, και (ζ) τύπος αθλήματος. Τα αποτελέσματα της έρευνας οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι: (α) οι προπονητές ηλικίας 30-34 ετών, ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης, από κάθε άλλη ηλικία, (β) οι άγαμοι προπονητές, ανέφεραν συχνότερα συναισθηματική εξάντληση συγκριτικά με τους έγγαμους και διαζευγμένους προπονητές και προπονήτριες. Επιπρόσθετα, οι άγαμοι και διαζευγμένοι προπονητές και προπονήτριες, εμφάνισαν περιορισμένη έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων συγκριτικά με τους έγγαμους, (γ) οι προπονητές με εμπειρία 6-10 ετών, ανέφεραν μεγαλύτερη συναισθηματική εξάντληση και περιορισμένη προσωπική εκπλήρωση από τους περισσότερο, αλλά και τους λιγότερο έμπειρους προπονητές. Επιπλέον, οι πιο έμπειροι προπονητές (7-15 χρόνια εμπειρίας) παρουσίασαν εντονότερα συναισθήματα έλλειψης προσωπικών επιτευγμάτων, από τους λιγότερο έμπειρους προπονητές (1-6 χρόνια), (δ) οι προπονητές με ποσοστό επιτυχιών 41% έως 60% παρουσίασαν τη μεγαλύτερη συναισθηματική εξάντληση, και (ε) ο παράγοντας χρόνια στην παρούσα θέση, δεν παρουσίασε συσχέτιση με τους παράγοντες του Ερωτηματολογίου. Εν κατακλείδι, στην έρευνα αυτή, αν και παρουσιάστηκαν ουσιαστικές διαφορές σχετικά με το φύλο, την οικογενειακή κατάσταση, την εμπειρία και το ποσοστό επιτυχιών, οι προπονητές αυτοί στο σύνολο τους δεν ήταν ολοκληρωτικά εξουθενωμένοι.

Η Hunt (1984) αποτίμησε τη συχνότητα της επαγγελματικής εξουθένωσης, σε προπονητές καλαθοσφαίρισης και αντισφαίρισης αθλητικών προγραμμάτων 1ης και 3ης κατηγορίας κολεγίων, ενώ παράλληλα μελέτησε και τη σχέση μεταξύ άγχους και επαγγελματικής εξουθένωσης. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι, οι προπονητές στο σύνολο τους (N=915) παρουσία-

σαν χαμηλότερα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης από τις καθιερωμένες νόρμες των Maslach και Jackson (1986). Οι προπονητές καλαθοσφαίρισης πανεπιστημίων 1ης κατηγορίας, σημείωσαν μεγαλύτερη επίδοση από αυτούς της 3ης κατηγορίας στην αποπροσωποποίηση, καθώς και στη συναισθηματική εξάντληση. Επιπλέον, αυτοί που είχαν ως αποκλειστικό επάγγελμα την προπονητική, σημείωσαν μεγαλύτερη συναισθηματική εξάντληση και αποπροσωποποίηση από τους μερικώς απασχολούμενους προπονητές, οι οποίοι με τη σειρά τους παρουσίασαν χαμηλά επίπεδα έλλειψης προσωπικών επιτευγμάτων.

Σε μια άλλη σχετική έρευνα (Dale and Weinberg 1989), μελετήθηκαν δημογραφικά χαρακτηριστικά των προπονητών και συγκεκριμένα, η σχέση μεταξύ ηγετικού τύπου προπονητή, κοινωνικής επιθυμητότητας και επαγγελματικής εξουθένωσης, σ' ένα δείγμα 302 προπονητών καλαθοσφαίρισης Γυμνασίων, Λυκείων και Κολεγίων 1ης κατηγορίας από την πολιτεία του Τέξας. Οι προπονητές συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (MBI) των Maslach και Jackson (1981b), το Ερωτηματολόγιο Περιγραφής Ηγετικής Συμπεριφοράς (LBDQ) των Hemphill και Coons (1957) και την Κλίμακα Κοινωνικής Επιθυμητότητας (SDS) των Crowne και Marlowe (1960). Τα αποτελέσματα ανέδειξαν σημαντικές διαφορές στο γένος, την οικογενειακή κατάσταση και την ηγετική συμπεριφορά. Οι προπονήτριες σημείωσαν υψηλότερες επιδόσεις στην υποκλίμακα της αποπροσωποποίησης και οι έγγαμοι προπονητές-τριες σημείωσαν υψηλότερες επιδόσεις σε σχέση με τους άγαμους-ες στην έλλειψη προσωπικών επιτευγμάτων.

Σε παρόμοια έρευνα των Κουστέλιου, Μπαγιάτη και Κέλλη (1996), με δείγμα 224 Ελλήνων προπονητών ποδοσφαίρου διαφόρων κατηγοριών, φάνηκε ότι: (α) ο βαθμός επαγγελματικής εξουθένωσης, που βιώνουν οι Έλληνες προπονητές ποδοσφαίρου είναι χαμηλός, και (β) η επαγγελματική ε-

ξουθένωση δεν είναι ισχυρός παράγοντας πρόβλεψης της πρόθεσης για την εγκατάλειψη του επαγγέλματος.

Οι Vealey, Udry, Zimmerman και Soliday (1992), εξέτασαν ρυθμιστικούς, γνωστικούς και παράγοντες κατάστασης για την πρόβλεψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των προπονητών, χρησιμοποιώντας το γνωστικό-συναισθηματικό μοντέλο του Smith (1986). Το δείγμα αποτέλεσαν 848 προπονητές διαφόρων αθλημάτων γυμνασίων και κολεγίων των ΗΠΑ, οι οποίοι συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (Maslach and Jackson 1981b), το Ερωτηματολόγιο Άγχους Προδιάθεσης (Trait Anxiety Inventory) των Spielberger, Gorsuch και Lushere (1970), καθώς κι ένα φύλλο δημογραφικών στοιχείων. Το άγχος προδιάθεσης, διαγνώστηκε ως ο ισχυρότερος παράγοντας πρόβλεψης της επαγγελματικής εξουθένωσης, ενώ, επίσης, σημαντικοί παράγοντες πρόβλεψης ήταν η γνωστική αντίληψη και τα συστατικά του επαγγέλματος (π.χ. αποκλειστικά προπονητής, πρόσθετα εκπαιδευτικά καθήκοντα κ.α.). Οι παράγοντες στενότητα χρόνου, τύπος αθλήματος, αγωνιστικό επίπεδο, δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου και οικογενειακή κατάσταση, δεν βρέθηκαν να σχετίζονται με την επαγγελματική εξουθένωση.

Συμπερασματικά, οι έρευνες αυτές πρόσθεσαν θεωρητικές γνώσεις στην κατανόηση του φαινομένου της επαγγελματικής εξουθένωσης, σχετικά με το επάγγελμα του προπονητή. Το πιο εντυπωσιακό αποτέλεσμα αυτών των ερευνών ήταν ότι, οι προπονητές βρίσκονταν κάτω από το μέσο όρο των επιπέδων επαγγελματικής εξουθένωσης, συγκριτικά με τις νόρμες των κοινωνικών επαγγελμάτων των Maslach και Jackson (1986).

Με βάση την υπάρχουσα βιβλιογραφία, σκοπός της έρευνας αυτής είναι να αποτιμηθεί ο βαθμός επαγγελματικής εξουθένωσης, που βιώνουν οι Έλληνες προπονητές καλαθοσφαίρισης και να αξιολογηθεί με βάση τις νόρμες για τους επαγγελματίες δια-

φόρων τομέων, όπως καθορίστηκαν από τις Maslach και Jackson (1986), αλλά και με βάση τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Δοκιμαζόμενοι. Σύμφωνα με τους περιορισμούς που τέθηκαν, οι προπονητές καλαθοσφαίρισης που συμμετείχαν, ήταν μόνον άντρες και είχαν εργαστεί για μια πληρής αγωνιστική περίοδο σε σύλλογο εθνικής κατηγορίας την τελευταία δεκαετία, ενώ ασκούσαν το επάγγελμα του προπονητή τουλάχιστον τέσσερα χρόνια. Από τους 284 προπονητές, που έλαβαν τη δέσμη των ερωτηματολογίων, απέστειλαν έγκαιρα και πλήρως συμπληρωμένα τα ερωτηματολόγια οι 170, οι οποίοι συγκρότησαν το τελικό δείγμα της έρευνας.

Μετρήσεις. Στην έρευνα αυτή χρησιμοποιήθηκαν (α) το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης (Maslach και Jackson 1986) για τη μέτρηση της επαγγελματικής εξουθένωσης, και (β) ένα φύλλο δημογραφικών στοιχείων.

Το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης είναι ένα όργανο 22 ερωτημάτων, το οποίο αξιολογεί τη συχνότητα των σχετικών βιούμενων συναισθημάτων, με επτάβαθμη κλίμακα τύπου Likert από ποτέ (0) έως κάθε μέρα (6). Το ερωτηματολόγιο παρέχει πληροφορίες για τις υποκλίμακες της συναισθηματικής εξάντλησης (ΣΕ), της αποπροσωποποίησης (ΑΠ) και της προσω-

πικής επίτευξης (ΠΕ). Η υποκλίμακα της ΣΕ περιλαμβάνει 9 ερωτήματα που αξιολογούν κατά πόσο ο εξεταζόμενος υποφέρει από συναισθηματική υπερφόρτωση και εξάντληση των συναισθηματικών πόρων, λόγω της εργασίας του. Η υποκλίμακα της ΑΠ περιλαμβάνει 5 ερωτήματα που αξιολογούν τις απρόσωπες σχέσεις των προπονητών με τους αθλητές και το βαθμό απομάκρυνσης από αυτούς και τέλος η υποκλίμακα της ΠΕ περιλαμβάνει 8 ερωτήματα, που αξιολογούν την εκπλήρωση των στόχων μέσα από την ολοκληρωμένη εμπειρία και ικανότητα, σχετικά με τη συγκεκριμένη εργασία. Το ερωτηματολόγιο αυτό χαρακτηρίζεται ως η πλέον δόκιμη μέθοδος μέτρησης του βαθμού επαγγελματικής εξουθένωσης σε ποικίλα επαγγέλματα και πληθυσμούς. Το Ερωτηματολόγιο Επαγγελματικής Εξουθένωσης αρχικά χρησιμοποιήθηκε από τους ερευνητές στο πεδίο των κοινωνικών επαγγελμάτων, αλλά αργότερα επεκτάθηκε η χρήση του στο πεδίο της εκπαίδευσης και του αθλητισμού.

Οι Maslach και Jackson (1986), καθιέρωσαν νόρμες για την αξιολόγηση των διαστάσεων της επαγγελματικής εξουθένωσης, σε διάφορα επαγγέλματα και πληθυσμούς (Πίνακας 1). Ανάλογα με το εκάστοτε πεδίο χρήσης του ερωτηματολογίου, οι ερευνητές (αφού εξασφάλισαν άδεια από τους εκδότες) αντικατέστησαν τη λέξη πελάτες (recipients), με τις λέξεις σπουδαστές

Πίνακας 1. Καθιερωμένες νόρμες της Επαγγελματικής Εξουθένωσης στην ανώτατη εκπαίδευση (Maslach and Jackson, 1986)

ΥΠΟΚΛΙΜΑΚΑ	ΧΑΜΗΛΗ	ΜΕΤΡΙΑ	ΥΨΗΛΗ
Συναισθηματική εξάντληση	≤ 16	17-26	≥ 27
Αποπροσωποποίηση	≤ 8	9-13	≥ 14
Προσωπική εκπλήρωση	≥ 37	31-36	≤ 30

Πίνακας 2. Συχνότητα και ποσοστά δημογραφικών στοιχείων (N=170)

Μεταβλητή		Συχνότητα	Ποσοστό %
Ηλικία	28-34	54	31.76
	35-39	44	25.88
	40-44	36	21.18
	45-49	19	11.18
	50-62	17	10
Οικογ. κατάσταση	Άγαμοι	134	78.82
	Έγγαμοι	36	21.28
Επάγγελμα	αποκλειστικά προπονητής	27	15.88
	εκπαιδευτικός & προπονητής	73	42.94
	υπάλληλος & προπονητής	37	21.76
	άλλο επάγγελμα & προπονητής	33	19.41
Σπουδές	απόφοιτοι λυκείου	32	18.82
	απόφοιτοι ανώτερης σχολής	17	10
	απόφοιτοι ανώτατης σχολής	95	55.88
	μεταπτυχιακούς τίτλους	26	15.29
Αγωνιστικό επίπεδο	A1 ανδρών	32	18.82
	A2 ανδρών & A1 γυναικών	58	34.12
	B ανδρών & A2 γυναικών	31	18.24
	Γ ανδρών & B γυναικών	49	28.82
Χρόνια εμπειρίας	4-9	46	27.06
	10-14	55	32.35
	15-19	37	21.76
	20-27	32	18.82
Χρόνια στην ίδια θέση	0	8	4.71
	1	39	22.94
	2	44	25.88
	3-4	50	29.41
	5-17	29	17.01

(students) ή αθλητές (athletes).

Επίσης, για τις ανάγκες αυτής της έρευνας σχεδιάστηκε ένα ερωτηματολόγιο ατομικών στοιχείων, με σκοπό τη συλλογή πληροφοριών για τους δοκιμαζόμενους που αφορούσαν την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση, τις σπουδές, το επάγγελμα, την κατηγορία των ομάδων που εργάστηκαν, την προπονητική εξέλιξη, τα συνολικά χρόνια άσκησης του επαγγέλματος και το χρό-

νο εργασίας στον τελευταίο σύλλογο.

Στατιστική επεξεργασία και ανάλυση. Η στατιστική επεξεργασία και ανάλυση των δεδομένων έγινε με τη χρήση του στατιστικού προγράμματος SPSS 10.0. Εφαρμόστηκε η στατιστική μέθοδος ανάλυσης διασποράς (one way ANOVA) με Post Hoc συγκρίσεις και συγκεκριμένα χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης Tukey με σκοπό (α) να αξιολογηθεί ο βαθμός επαγγελματικής

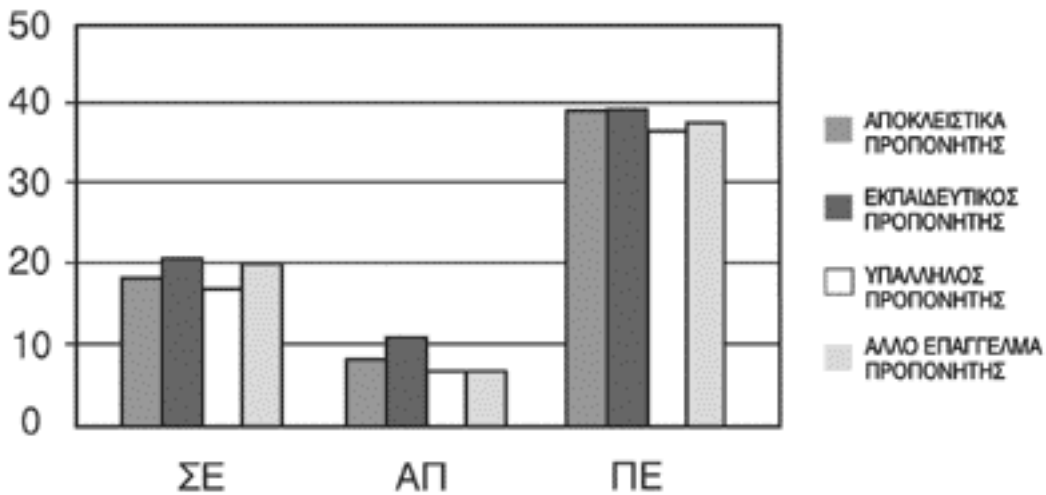
Πίνακας 3. Μέσες τιμές και σταθερές αποκλίσεις των διαστάσεων της ΕΕ αναφορικά με το διαχωρισμό των δημογραφικών στοιχείων.

Μεταβλητή	ΣΕ		ΑΠ		ΠΕ	
	Μ	SD	Μ	SD	Μ	SD
Ηλικία						
28-34	19.99	8.42	9.09	5.99	39.76	4.93
35-39	20.09	8.25	10.16	6.59	39.43	4.89
40-44	20.42	9.88	10.44	6.89	41.22	4.53
45-49	21.26	8.98	10.37	6.87	39.47	4.85
50-62	18.76	8.4	7.94	6.62	39.12	6.95
Οικογ. κατάσταση	18.03	8.06	9.22	5.67	40.08	5.21
	20.68	9.04	9.81	6.58	39.84	5.61
Επάγγελμα	19.15	8.06	9.04	6.50	40.15	5.25
	21.45	9.58	11.73	6.80	40.26	4.857
	17.78	9.40	7.86	5.26	38.92	7.59
	20.48	6.85	7.73	5.34	39.94	4.32
Επίπεδο σπουδών	18.88	7.07	8.19	5.47	39.84	6.31
	17	8.34	7.06	4.91	40.35	7.04
	21.17	9	10.32	6.71	39.57	5.30
	19.85	10.50	10.92	6.60	40.81	4.22
Αγωνιστικό επίπεδο	23.59	10.29	12.41	7.17	38.72	6.55
	19.55	9.08	8.83	5.98	40.05	5.25
	20.42	7.73	9.55	6.59	40	5.50
	18.33	7.91	9	5.87	40.39	5.16
Χρόνια εμπειρίας	20.22	9.10	10.43	5.52	40.41	4.14
	19.60	8.20	8.27	6.71	40.16	5.49
	20.57	9.56	10.32	5.71	39.41	4.82
	20.34	9.3	10.28	7.52	39.22	7.77
Χρόνια στην ίδια θέση	22.25	8.35	8.88	6.47	35.25	8.03
	21.51	9.78	11.23	6.51	39.64	6.36
	21.55	8.08	10.36	6.09	39.95	4.86
	19.22	9.68	9.76	6.33	40.20	4.89
	17.03	6.85	6.66	6.13	40.86	5.22

εξουθένωσης, που αποτυπώθηκε από το δείγμα και (β) να συγκριθούν οι διαφορές μεταξύ διαφορετικών ομάδων του δείγματος. Για όλες τις αναλύσεις καθορίστηκε επίπεδο σημαντικότητας .05.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 2, το δείγμα των 170 προπονητών περιλαμβάνει περισσότερους νέους ηλικιακά (28-44 ετών) από ό,τι μεγαλύτερους (45-62 ετών), πολύ



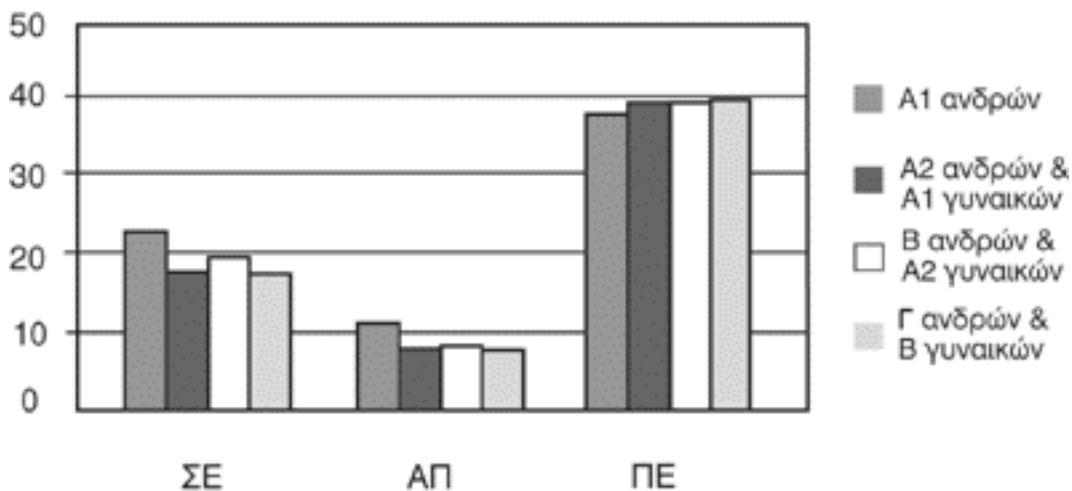
Σχήμα 1. Επαγγελματική εξουθένωση και κύριο επάγγελμα.

περισσότερους έγγαμους (134) συγκριτικά με τους άγαμους (36), σημαντικά περισσότερους εκπαιδευτικούς-προπονητές (73) σε σχέση με τα υπόλοιπα επαγγέλματα, λιγότερους απόφοιτους ανώτερης σχολής (17) και περισσότερους απόφοιτους πανεπιστημιακών ιδρυμάτων (95), ομοιόμορφη κατανομή σχετικά με το αγωνιστικό επίπεδο, επίσης, περισσότερους (55) με εμπειρία 10-14 χρόνια στο επάγγελμα και ελάχιστους άνεργους (8).

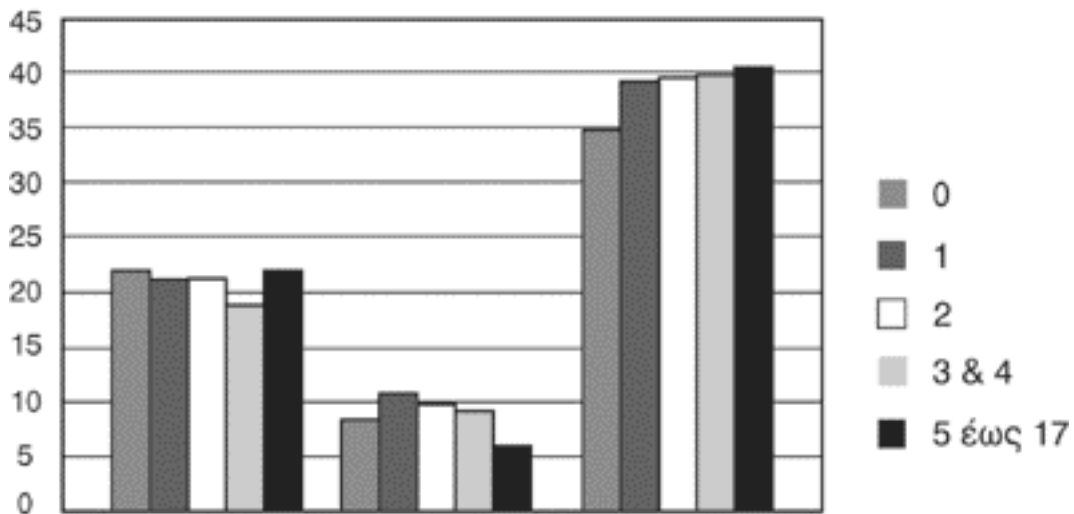
Η ανάλυση διακύμανσης δεν ανέδειξε στατιστικά σημαντικές διαφορές σε κάποια

από τις τρεις υποκλίμακες (ΣΕ, ΑΠ, ΠΕ), αναφορικά με την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση, τις σπουδές και τα χρόνια εμπειρίας (Πίνακας 3).

Αναδείχτηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές αναφορικά με: (α) το επάγγελμα και μόνο στη διάσταση ΑΠ ($F(0.01,3,507)=4.94$) με τους εκπαιδευτικούς-προπονητές να βιώνουν εντονότερα συναισθήματα αποπροσωποποίησης συγκριτικά με τους υπαλλήλους προπονητές ($p<.05$) και συγκριτικά με αυτούς που εξασκούσαν άλλο επάγγελμα όντας ταυτόχρονα και προπονητές ($p<.05$),



Σχήμα 2. Επαγγελματική εξουθένωση και αγωνιστικό επίπεδο.



Σχήμα 3. Επαγγελματική εξουθένωση και χρόνια στην παρούσα θέση.

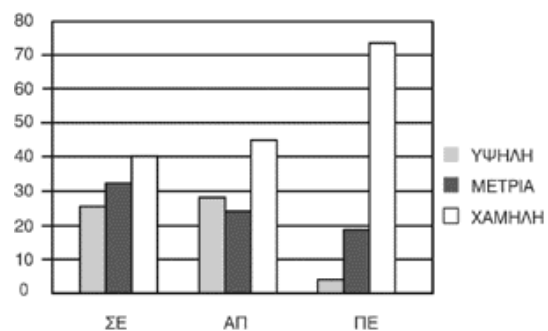
οι οποίοι στη συγκεκριμένη υποκλίμακα παρουσιάζουν χαμηλές τιμές (Σχήμα 1), (β) το αγωνιστικό επίπεδο στη ΣΕ ($F(0.01, 3, 507)=2.45$) και ΑΠ ($F(0.01, 3, 507)=2.55$), όπου αυτοί οι οποίοι εργάστηκαν ή εργάζονται σε ομάδα υψηλότερου επιπέδου βιώνουν εντονότερη ΣΒ ($p<.05$) από αυτούς του χαμηλότερου επιπέδου και ΑΠ ($p<.05$) από αυτούς του δεύτερου επιπέδου (Σχήμα 2) και (γ) τα χρόνια στην παρούσα θέση στην ΑΠ ($F(0.01, 3, 507)=2.44$), όπου οι προπονητές οι οποίοι εργάζονταν για πρώτη χρονιά στο σύλλογο φάνηκε να βιώνουν υψηλότερη ΑΠ ($p<.05$) από αυτούς με περισσότερα από πέντε χρόνια στην ίδια θέση (Σχήμα 3).

Όσον αφορά στη συνολική αποτίμηση του βαθμού επαγγελματικής εξουθένωσης, που βιώνουν οι Έλληνες προπονητές καλαθοσφαίρισης, όπως παρουσιάζεται στον Πίνακα 4 και στο Σχήμα 4, κυμαίνεται σε μέτρια επίπεδα. Αναλυτικότερα, όσον αφορά στη ΣΕ που αποτελεί και τη σημαντικότερη διάσταση της επαγγελματικής εξουθένωσης, το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος (59%) εμφανίζει μέτριο και μεγάλο βαθμό. Στα ίδια περίπου ποσοστά του δείγματος (54%) κυμαίνονται αθροιστικά τα μέτρια και υψηλά επίπεδα ΑΠ. Αντίθετα, ο μεγαλύτερος όγκος του δείγματος (75%) εμ-

φανίζει χαμηλά συναισθήματα ΠΕ. Συνολικά, όσον αφορά στις διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης, το δείγμα εμφάνισε μέτρια ΣΕ ($M=20.12$), μέτρια ΑΠ ($M=9.68$) και χαμηλή ΠΕ ($M=39.78$).

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Έχει μεγάλη σημασία να ελεγχθούν τα βιούμενα συναισθήματα επαγγελματικής εξουθένωσης σε σχέση με βασικά δημογραφικά χαρακτηριστικά, ώστε να εξαχθούν κατά το δυνατόν ασφαλή συμπεράσματα, συγκριτικά με τα ερευνητικά ευρήματα της πρόσφατης βιβλιογραφίας. Στην έρευνα αυτή δεν παρουσιάζεται καμιά ουσιαστική διαφορά στα βιούμενα επίπεδα επαγγελματι-



Σχήμα 4. Συνολικά επίπεδα των υποκλιμάκων της επαγγελματικής Εξουθένωσης σε αναλογία % (N=170).

Πίνακας 4. Αποτίμηση των διαστάσεων της ΕΕ στο συνολικό δείγμα (N= 170)

Υποκλίμακες ΕΕ	Χαμηλή	Μέτρια	Μεγάλη
ΣΕ συχνότητα ποσοστό	69 41%	56 33%	45 26%
ΑΠ συχνότητα ποσοστό	78 46%	43 25%	49 29%
ΠΕ συχνότητα ποσοστό	128 75%	34 20%	8 5%

κής εξουθένωσης μεταξύ των ηλικιακών ομάδων καθώς και μεταξύ των προπονητών διαφορετικής εμπειρίας, διαφορετικής οικογενειακής κατάστασης και διαφορετικού επιπέδου σπουδών. Στη διεθνή βιβλιογραφία, οι απόψεις των ερευνητών όσον αφορά την πρόβλεψη της επαγγελματικής εξουθένωσης μέσω του δημογραφικού παράγοντα ηλικία, δε συμπίπτουν. Οι Gann (1979), Metz (1979) και Berkeley Planning Associates (1977), υποστήριξαν ότι η ηλικία σχετίζεται θετικά με την επαγγελματική εξουθένωση ενώ οι Rainey (1995), Caccese (1982) και Kelley (1990), δεν βρήκαν καμιά διαφορά στα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης μεταξύ των ηλικιακών ομάδων και καμιά συσχέτιση μεταξύ ηλικίας και επαγγελματικής εξουθένωσης.

Σχετικά με τα χρόνια εμπειρίας, οι Caccese (1982), και Kelley (1990), υποστήριξαν ότι δεν υπάρχουν σαφείς διαφορές μεταξύ προπονητών διαφορετικής εμπειρίας, ενώ η Capel (1985), υποστήριξε ότι η μεταβλητή αυτή εξήγησε την υποκλίμακα της προσωπικής επίτευξης.

Σχετικά με τους υπόλοιπους δημογραφικούς παράγοντες παρατηρείται ότι, όσον αφορά στη μεταβλητή «χρόνια στην παρούσα θέση», οι άνεργοι προπονητές παρουσίασαν σχετικά χαμηλή αποπροσωποποίηση, ενώ αυτοί με περισσότερα από πέντε συνεχή χρόνια εργασίας στον ίδιο σύλλογο εμφάνισαν πολύ χαμηλά επίπεδα συ-

ναισθηματικής εξάντλησης, αποπροσωποποίησης και προσωπικής επίτευξης σε αντίθεση με τα ευρήματα του Caccese (1982), που υποστήριξε πως η μεταβλητή αυτή δεν παρουσίασε συσχέτιση με την επαγγελματική εξουθένωση. Επομένως, ο προσωπικός παράγοντας «χρόνια στην παρούσα θέση» φαίνεται ότι αμβλύνει τους παράγοντες της επαγγελματικής εξουθένωσης και οι προπονητές που εργάζονται πολλά συνεχή χρόνια στον ίδιο σύλλογο, αισθάνονται ασφάλεια για τη θέση τους, δεν υποχρεώνονται προφανώς να κατακτήσουν το άμεσο αποτέλεσμα, αλλά κρίνονται με βάση την ποιότητα της εργασίας που προσφέρουν κι έτσι, δεν αποτυπώνουν βιούμενα συναισθήματα επαγγελματικής εξουθένωσης.

Όσον αφορά το επίπεδο μόρφωσης, τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής έδειξαν ότι οι απόφοιτοι Ανώτατων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων, καθώς και οι κάτοχοι μεταπτυχιακών τίτλων, εμφάνισαν υψηλότερη συναισθηματική εξάντληση και αποπροσωποποίηση, συγκριτικά με τους προπονητές με χαμηλότερη μόρφωση, χωρίς ωστόσο, οι διαφορές τους να είναι σημαντικές. Τα αποτελέσματα αυτά είναι συνεπή με τις λιγοστές έρευνες που αναφέρονται στη σχέση εκπαιδευτικού επιπέδου και επαγγελματικής εξουθένωσης, (Maslach και Jackson 1978, 1982, Berkeley Planning Associates 1977). Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, το επίπεδο σπουδών των εργαζομένων σε παροχές κοι-

νωνικών υπηρεσιών είναι ανάλογο των επιπέδων επαγγελματικής εξουθένωσης. Επομένως, οι προπονητές, που έχουν υψηλότερα επίπεδα μόρφωσης και εκπαίδευσης, είναι άτομα ιδεαλιστικά, επαγγελματικά προσανατολισμένα και παθιασμένα με το έργο που επιτελούν, άρα και επιρρεπή προς το σύνδρομο επαγγελματικής εξουθένωσης (Bloch, 1977).

Τα ίδια αποτελέσματα βρέθηκαν και σε ότι αφορά το κύριο επάγγελμα των προπονητών σε σχέση με την επαγγελματική εξουθένωση. Οι εκπαιδευτικοί προπονητές φαίνεται να βιώνουν υψηλότερη συναισθηματική εξάντληση και εντονότερα συναισθήματα αποπροσωποποίησης, επομένως η ίδια ερμηνεία ισχύει και γι' αυτή την κατηγορία.

Ένα από τα σημαντικά ευρήματα αυτής της έρευνας είναι ότι, σε αντίθεση με προηγούμενες έρευνες σχετικές με το προπονητικό περιβάλλον (Caccese 1982, Hunt 1984, Κουστέλιος και συνεργάτες 1996), το δείγμα εμφάνισε σαφείς τάσεις επαγγελματικής εξουθένωσης σε δύο από τις τρεις υποκλίμακες της σύμφωνα με τις νόρμες των Maslach και Jackson (1986). Επίσης, διαπιστώθηκε ότι το 60% περίπου του δείγματος παρουσίασε μέτρια και υψηλά επίπεδα συναισθηματικής εξάντλησης, το 54% υπέφερε από μέτρια και υψηλή αποπροσωποποίηση και μόνο το 25% εμφάνισε αξιοπρόσεκτα συναισθήματα έλλειψης προσωπικών επιτευγμάτων, αποτελέσματα ενδεικτικά της υποβόσκουσας επαγγελματικής εξουθένωσης στο συγκεκριμένο δείγμα. Τα επίπεδα της βιουμένης επαγγελματικής εξουθένωσης αυτού του δείγματος είναι δυνατόν να παρουσιάζονται υψηλότερα συγκριτικά με προηγούμενες έρευνες και άλλους πληθυσμούς, επειδή οι συμμετέχοντες ήταν όλοι επικεφαλής προπονητές υψηλού αγωνιστικού επιπέδου και επειδή αποτύπωσαν τα συναισθήματα τους το μήνα Φεβρουάριο, που θεωρητικά είναι μια από τις περιόδους κορυφαίας έντασης και αγωνίας, συγκριτικά με το υπόλοιπο χρονικό διάστημα της αγωνιστικής περιόδου. Ωστόσο, το εν-

διαφέρον εστιάζεται περισσότερο στη μεγάλη διαφορά των επιπέδων της συναισθηματικής εξάντλησης και της αποπροσωποποίησης συγκριτικά με την προσωπική επίτευξη. Σχετικά με τη συναισθηματική εξάντληση και αποπροσωποποίηση, η ένταση των συναισθημάτων αυτών κρίνεται ως φυσιολογική και αναμενόμενη, αν ληφθούν υπόψιν οι οριοθετήσεις ότι πρόκειται για προπονητές υψηλού ανταγωνισμού σε ένα ιδιαίτερα ανταγωνιστικό και απαιτητικό άθλημα. Οι πολλαπλές αγωνιστικές υποχρεώσεις των ομάδων (30 έως 60 ετησίως), υπό τη διαρκή πίεση της κατάκτησης των επιθυμητών αποτελεσμάτων, φυσιολογικά εκκλύουν αισθήματα κόπωσης, περιορίζουν τις πηγές συναισθηματικής ανατροφοδότησης, με συνέπεια να παρατηρούνται έντονα συναισθήματα συναισθηματικής εξάντλησης (Maslach 1982, Maslach and Jackson 1981, 1986, Pines and Aronson 1988). Επίσης, η διαρκής επαφή των προπονητών με τους αθλητές και μάλιστα κάτω από συνθήκες διαρκούς έντασης, επιτυχημένων αλλά και αποτυχημένων αποτελεσμάτων, φυσιολογικά οξύνει κατά περιόδους τις υποκείμενες σχέσεις, με συνέπεια την αρνητική αλλαγή αντίδρασης, την ανάπτυξη αυστηρής συμπεριφοράς, τη φυσική απομάκρυνση των προπονητών από τους αθλητές και την αποπροσωποποίηση (Maslach 1982, Pines and Aronson 1988). Σημαντική επίσης παρατήρηση είναι ότι το δείγμα παρουσίασε χαμηλά συναισθήματα έλλειψης προσωπικών επιτευγμάτων. Η δυσανάλογη αυτή συμπεριφορά της υποκλίμακας, αναφορικά με τις υπόλοιπες δύο, είναι πιθανόν να ερμηνεύεται με την άποψη ότι οι προπονητές του δείγματος άρχισαν να εμφανίζουν τάσεις επαγγελματικής εξουθένωσης, έχοντας εκπληρώσει προσωπικούς στόχους και φιλοδοξίες ή απλά εξουθενώθηκαν αφού κατέκτησαν τους στόχους που αρχικά είχαν προσδιορίσει. Ωστόσο, πρέπει να διατυπωθεί ότι, στις περισσότερες από τις έρευνες που αναφέρθηκαν στη βιβλιογραφία αποτυπώθηκε η ίδια δυσαναλογία μεταξύ των

τριών διαστάσεων.

Συνοπτικά, είναι αδύνατο να επιβεβαιωθεί αν η επαγγελματική εξουθένωση, όπως θεμελιώθηκε σε προηγούμενες έρευνες με επαγγελματίες στις κοινωνικές υπηρεσίες, μπορεί να έχει εφαρμογή και στον πληθυσμό των προπονητών. Αυτή η κατηγορία των επαγγελματιών, σε αντίθεση με άλλες, διέρχεται συγκεκριμένες περιόδους με έντονη ψυχολογική φόρτιση. Έτσι, οι τάσεις επαγγελματικής εξουθένωσης που βιώνουν οι προπονητές καλαθοσφαίρισης, αποτυπώνεται καλύτερα σε συγκεκριμένες χρονικές περιόδους, χωρίς ωστόσο, να αποδεικνύεται πως είναι διαρκής κατάσταση. Κατά μία έννοια, τα δεδομένα αυτής της ερευνας δεν είναι δυνα-

τόν να υποστηρίξουν με βεβαιότητα ότι τα υψηλά επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης μπορεί να αποτελούν αντίδραση μιας προσωρινά αγχωτικής περιόδου ή αποτελούν διαρκές σύνδρομο. Είναι σημαντικό λοιπόν μελλοντικές ερευνητικές προσπάθειες να ακολουθήσουν το προπονητικό δείγμα καθόλη τη διάρκεια της αγωνιστικής περιόδου, ώστε, να διαφανεί αν πρόκειται για προσωρινή αντίδραση ή διαρκές σύνδρομο. Επίσης ένα ερευνητικό πεδίο με μεγάλη δυναμική πρέπει να θεωρηθεί και η δημιουργία σχεδιασμών παρέμβασης, είτε με τη μορφή παράγοντα μετρίασης της αντίληψης του άγχους είτε ως μηχανισμού απορρόφησης της έντασης μεταξύ άγχους και επαγγελματικής εξουθένωσης.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- BERKELEY PLANNING ASSOCIATES. *Evaluation of child abuse and neglect demonstration project 1974-1977*. Volume IX. Project management worker burnout: Final report. U.S. Department of Commerce, 1977.
- BLOCH AM. The Battered teacher. *Today's Education* 2: 58-62, 1977.
- CACCESE TM. *Differences in perceived burnout of NCAA and AIAW Division I head coaches grouped according to selected demographic variables*. Thesis, Temple University, 1982.
- CAPEL S. *Psychological and organizational factors related to burnout in athletic trainers*. Thesis, University of Oregon, 1985.
- CROWNE DP and MARLOWE D. A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology* 24: 349-354, 1960.
- DALE J and WEINBERG RS. The relationship between coaches leadership style and burnout. *The Sport Psychologist* 3: 1-13, 1989.
- FREUDENBERGER HJ. Staff burnout. *Journal of Social Issues* 30: 159-165, 1974.
- GANN ML. *The role of personality factors and job satisfaction in burnout: A study of social service workers*. Doctoral dissertation, University of California, 1979, Dissertation Abstracts International 40, 3366B, 1979.
- HEMPHILL JK and COONS AE. Development of Leadership Behavior Description Questionnaire In: RM Sloodgill and AE Coons (Eds). *Leadership Behavior: Its description and measurement*. Columbus, Ohio: Bureau of Business Research, 1957.
- HUNT KR. *The relationship between occupational stressors and burnout among coaches*. Doctoral dissertation, University of Iowa, 1984, Dissertation Abstracts International 44, 2406A, 1984.
- JACKSON SE and MASLACH C. After-effects of job-related stress: Families as victims. *Journal of Occupational Behavior* 3: 63-77, 1982.
- KELLEY BC. An examination of a model of burnout in dual-role teacher-coaches. Doctoral dissertation, University of North Carolina at Greensboro, 1990, Dissertation Abstracts International, 51, 4060A, 1990.
- ΚΟΥΣΤΕΛΙΟΣ Α, ΜΠΑΓΙΑΤΗΣ Κ και ΚΕΛΛΗΣ Σ. Επαγγελματική Εξουθένωση Προπονητών Ποδοσφαίρου: Πρόθεση για Εγκατάλειψη. *Κοινωνική Ψυχολογία* 4: 93-97, 1996.
- MASLACH C. Burned-out. *Human Behavior* 5, 16-22, 1976.
- MASLACH C. Job burnout: How people cope. *Public Welfare* 36, 56-58, 1978a.
- MASLACH C. The client role in staff burnout. *Journal of Social Issues* 34:111-124, 1978b.
- MASLACH C. Burnout: The cost of caring. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, Inc. 1982.
- MASLACH C and JACKSON SE. Lawyer burnout. *Barrister* 5 (2), 8, 52-54, 1978.
- MASLACH C and JACKSON SE. Burned-out cops and their families. *Psychology Today* 12 (12), 59-62, 1979.
- MASLACH C and JACKSON SE. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational*

- Behavior* 2: 99-113, 1981a.
- MASLACH C and JACKSON SE. *The Maslach Burnout Inventory: Research edition*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1981b.
- MASLACH C and JACKSON SE. Burnout in health professions: A social psychological analysis. In: G Sanders and J Suls (Eds.), *Social psychology of health and illness*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1982.
- MASLACH C and JACKSON SE. *The Maslach Burnout Inventory Manual* (2nd ed.) Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1986.
- MASLACH C and PINES A. The burnout syndrome in the day care setting. *Child Care Quarterly* 6: 100-113, 1977.
- METZ P. *An exploratory study of professional burnout and renewal among educators*. Doctoral Dissertation, University of Colorado, 1979, Dissertation Abstracts International, 40, 4308A, 1979.
- PINES A and ARONSON E. *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press, 1988.
- PINES A and MASLACH C. Characteristics of staff burnout in mental health settings. *Hospital and Community Psychiatry* 29: 233-237, 1978.
- PINES A and MASLACH C. Combatting staff burn-out in a day care center: A case study. *Child Care Quarterly* 9: 5-19-6, 1980.
- RAINEY DW. Stress, burnout and intention to terminate among umpires. *Journal of Sport Behavior* 18 (4): 312-323, 1995.
- SPIELBERGER CD, GORSUCH RL and LUSHERE RE. *Manual of the State-Trait Anxiety Inventory- Form X*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1970.
- VEALEY RS, UDRY EM, ZIMMERMAN V and SOLIDAY J. Intrapersonal and situational predictors of coaching burnout. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 13: 87-202, 1992.