

**Οι Προσανατολισμοί στο Στόχο και ο Φόβος Αποτυχίας ως προβλεπτικοί παράγοντες
για το Άγχος: Μια Πειραματική Ανάλυση**

Βάια Μάρου

Υπεύθυνος καθηγητής: Γεώργιος Δ. Σιδερίδης

Πτυχιακή εργασία 2004-2005

**Τμήμα Ψυχολογίας
Σχολή Κοινωνικών Επιστημών
Πανεπιστήμιο Κρήτης**

Περίληψη

Η παρούσα έρευνα μελέτησε το ρόλο των προσανατολισμών στο στόχο και των φόβων αποτυχίας για την πρόβλεψη της αντίδρασης άγχους και των συναισθημάτων 70 φοιτητών ενός κρατικού πανεπιστημίου σε μια αγχογόνα κατάσταση επίτευξης. Το άγχος αξιολογήθηκε τόσο από ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς όσο και από μια συσκευή μέτρησης καρδιακών παλμών σε πολλές χρονικές περιόδους πριν από την παρουσίαση, κατά τη διάρκεια αυτής και μετά. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο 'προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση' ήταν ο σημαντικότερος προβλεπτικός παράγοντας του άγχους πριν από την παρουσίαση, ενώ ο 'φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' ήταν ο σημαντικότερος αρνητικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίας. Επιπλέον, διαπιστώθηκε ότι τα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση προβλέπονται κατά 45,4% θετικά από τον 'προσανατολισμό αποφυγής αποτυχίας της μάθησης' και αρνητικά από τον 'προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης'. Τέλος, φάνηκε ότι ο 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης' ήταν ο πιο σημαντικός αρνητικός προβλεπτικός παράγοντας των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση. Τα παραπάνω ευρήματα φαίνεται να υποστηρίζουν μια οπτική πολλαπλών στόχων ('multiple goal perspective').

Λέξεις Κλειδιά: Προσανατολισμός στο Στόχο, Φόβος Αποτυχίας, Άγχος, Θετικά και Αρνητικά Συναισθήματα

Εισαγωγή

Πίσω από κάθε ανθρώπινη ενέργεια συνειδητή ή ασυνείδητη βρίσκονται τα κίνητρα τα οποία προκαλούν, κατευθύνουν και εξηγούν συμπεριφορές και δράσεις. Τα κίνητρα αποτελούν μια σφαιρική έννοια που συμπεριλαμβάνει μια ποικιλία διεργασιών και αποτελεσμάτων της ανθρώπινης συμπεριφοράς και δράσης το κύριο στοιχείο των οποίων είναι ότι προσφέρουν το αναγκαίο ενεργειακό δυναμικό ώστε να κατευθυνθεί η συμπεριφορά προς συγκεκριμένα προσδοκώμενα αποτελέσματα (Κωσταρίδου- Ευκλείδη, 1999).

Πέραν όμως της γενικής σημασίας του όρου «κίνητρα» υπάρχει και η ειδική σημασία συγκεκριμένων κινήτρων τα οποία εκκινούν ορισμένου τύπου διεργασίες και εμπεριέχουν προσδοκίες για συγκεκριμένα αποτελέσματα με πιθανότητες να επιφέρουν το επιθυμητό αποτέλεσμα στις δεδομένες συνθήκες. Ένα από αυτά είναι και το κίνητρο επίτευξης το οποίο αφορά τόσο τους στόχους που έχει ένα άτομο στη ζωή του – στόχοι που σχετίζονται με την επιτυχία σε συνθήκες όπου απαιτείται ποιότητα στην επίδοση – όσο και χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του μια και το κίνητρο αυτό χαρακτηρίζει το άτομο στη δράση του. Γενικά, εξηγεί την ανθρώπινη συμπεριφορά όταν αυτή προσανατολίζεται σε ένα στόχο (Κωσταρίδου- Ευκλείδη, 1999). Σύμφωνα με τους McClelland και Atkinson (1953), το κίνητρο επίτευξης οδηγεί τα άτομα στο αποτέλεσμα που επιθυμούν, και μάλιστα, η επίδοσή τους στο έργο που αναλαμβάνουν έχει υψηλά επίπεδα τελειότητας.

Προσανατολισμοί στο στόχο

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες, η θεωρία του στόχου επίτευξης αναδύθηκε ως το επικρατέστερο πλαίσιο για την κατανόηση του κινήτρου επίτευξης (Barron & Harackiewicz, 2001). Η συγκεκριμένη θεωρία εξετάζει τις αιτίες για την εμπλοκή ατόμων σε συμπεριφορές σχετικές με επιτεύγματα (Ames, 1992). Οι στόχοι επίτευξης ('achievement goals') αντανακλούν την πρόθεση του ατόμου να επιδιώκει ατομικά επιτεύγματα (Barron & Harackiewicz, 2001). Οι Dweck & Leggett (1988) όρισαν τους στόχους επίτευξης ως στόχους που επιδιώκουν τα άτομα ενώ προσπαθούν να επιφέρουν συγκεκριμένα αποτελέσματα.

Αρχικά, προτάθηκαν δύο γενικοί τύποι προσανατολισμού σε στόχους επίτευξης (Ames & Archer, 1988; Dweck, 1989) οι εξής: οι στόχοι προσανατολισμού στη μάθηση ('mastery goals') και οι στόχοι προσανατολισμού στην επίτευξη ('performance goals'). Τα άτομα που προσανατολίζονται στην προσέγγιση της μάθησης έχουν ως στόχο την ανάπτυξη της επάρκειας τους μέσα από την απόκτηση νέων γνώσεων και ικανοτήτων. Αντίθετα, για τα άτομα που προσανατολίζονται στην προσέγγιση της επίτευξης ο στόχος είναι να επιδείξουν

επάρκεια και ικανότητες σε σύγκριση με άλλους (Barron & Harackiewicz, 2001). Έτσι, ένα άτομο που ανήκει στην πρώτη κατηγορία αναπτύσσει ικανότητες για χάρη της μάθησης αυτής καθαυτής, ενώ το άτομο που κατατάσσεται στην δεύτερη κατηγορία επιδεικνύει ικανότητες για να είναι καλύτερος από άλλους. Και οι δύο τύποι θεωρούνται ως ‘στόχοι προσέγγισης’ (‘approach goals’) καθώς τα άτομα προσεγγίζουν περισσότερο παρά αποφεύγουν τη δραστηριότητα που έχουν να φέρουν εις πέρας (Midgley et al., 2002).

Οι Dweck and Leggett (1988) επισήμαναν πως τα άτομα που προσεγγίζουν μια δραστηριότητα με στόχους προσανατολισμένους στη μάθηση αγωνίζονται να βελτιώσουν και να αναπτύξουν τις ικανότητές τους. Βασικό χαρακτηριστικό τους είναι η επιμονή τους να προσπαθούν παρά τα όποια λάθη ή τις όποιες δυσκολίες αντιμετωπίσουν. Η προσπάθεια αποτελεί το σημείο κλειδί για την επιτυχία. Για τα άτομα, ωστόσο, που προσεγγίζουν μια δραστηριότητα με στόχους προσανατολισμένους στην επίτευξη, το ενδιαφέρον έγκειται στον ανταγωνισμό με τους άλλους και το πιθανότερο είναι ότι θα αποφύγουν την πρόκληση αν υπάρχει κίνδυνος να μην επιδείξουν υψηλά επίπεδα ικανοτήτων και επάρκειας. Το ίδιο συμβαίνει και στην περίπτωση δυσκολιών στην επίτευξη όπου η λύση βρίσκεται περισσότερο στην απόσυρση από τη δραστηριότητα παρά στο ρίσκο αποτυχίας. Η προσπάθεια σε αυτή την περίπτωση ισοδυναμεί με έλλειψη ικανοτήτων. Παρόλα αυτά, τα άτομα με προσανατολισμό στην προσέγγιση της επίτευξης εκδηλώνουν λειτουργική συμπεριφορά, δηλαδή συμπεριφορά που συμβάλλει στο να παραχθεί κάποιο επιθυμητό αποτέλεσμα, σε περιπτώσεις όπου είτε έχουν υψηλή επίδοση ή αντιλαμβάνονται ότι είναι ικανά (Barron & Harackiewicz, 2001).

Κατά συνέπεια, τα άτομα με στόχους προσανατολισμένους στη μάθηση θεωρείται πως έχουν περισσότερες πιθανότητες να υιοθετήσουν έναν λειτουργικό τρόπο επίτευξης και έχουν συσχετιστεί με συμπεριφορές όπως αυτεπάρκεια, αυτορρύθμιση, αποτελεσματικές στρατηγικές μάθησης, θετικά συναισθήματα, ενδιαφέρον, εσωτερική κινητοποίηση και βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες θετικές συνέπειες (Ames, 1992; Ames & Archer, 1988; Dweck and Leggett, 1988; Church, Elliot & Gable, 2001). Τα άτομα, όμως, με στόχους προσανατολισμένους στην επίτευξη θεωρείται πως υποστηρίζουν έναν περισσότερο δυσλειτουργικό τύπο συμπεριφοράς (Dweck and Leggett, 1988) και έχουν συσχετιστεί με επιφανειακές στρατηγικές μάθησης και κλιμακούμενη επίδοση (Midgley, Kaplan, & Middleton, 2001).

Δεν υπάρχουν παρά ελάχιστες αντιγνώμιες σχετικά με τις θετικές επιπτώσεις των στόχων προσανατολισμού στην μάθηση. Η διαφωνία ορισμένων ερευνητών έγκειται στην αυστηρή προσήλωση στους στόχους προσανατολισμού στη μάθηση υποστηρίζοντας πως οι

στόχοι προσανατολισμένοι στην επίτευξη μπορούν να επιδείξουν εξίσου σημαντικά επιτεύγματα καθώς ‘κατευθύνουν’ τα άτομα στον ανταγωνισμό και κατ’ επέκταση στην ανάπτυξη ικανοτήτων. Έτσι, καταλήγουν στην υποστήριξη μιας οπτικής ‘πολλαπλών στόχων’ (‘multiple goal perspective’) όπου η πιο λειτουργική και αποτελεσματική συμπεριφορά εκδηλώνεται με την υιοθέτηση και των δύο τύπων (Butler & Winne, 1995; Barron & Harackiewicz, 2001; McGregor & Elliot, 2002; Ntoumanis & Biddle, 1999; Harackiewicz, Barron, & Elliot, 1998; Pintrich, 2001; Pintrich & Garcia, 1991).

Ένα πλήθος ερευνητών επανεξετάζοντας τον τύπο προσανατολισμού σε στόχους επίτευξης υποστήριξαν πως αυτός συγγείι θεωρητικά ανόμοιες και ξεχωριστές συνιστώσες (Elliot & Harackiewicz, 1996; Middleton & Midgley, 1997; Skaalvik, 1997; Urdan, 2000; Wolters, Yu, & Pintrich, 1996). Βασισμένοι σε αυτή την υπόθεση οι Elliot & Church (1997) χώρισαν την θεωρητική αυτή κατασκευή (‘performance goal construct’) σε δύο υποκατηγορίες: στον προσανατολισμό προσέγγισης της επίτευξης (‘performance approach goals’) και στον προσανατολισμό αποφυγής της επίτευξης (‘performance avoidance goals’). Τα άτομα με προσανατολισμό σε στόχους προσέγγισης της επίτευξης έχουν ως κύριο στόχο να επιδείξουν ότι είναι ικανά σε σχέση με άλλους ενώ τα άτομα με προσανατολισμό σε στόχους αποφυγής της επίτευξης έχουν ως κύριο στόχο να αποφύγουν να φανεί η ανικανότητά τους σε σχέση με άλλους. Έτσι, περισσότερο αποτελεσματική συμπεριφορά ως προς την επίτευξη επιθυμητού αποτελέσματος θεωρήθηκε ο προσανατολισμός σε στόχους προσέγγισης της επίτευξης σε σχέση με τον προσανατολισμό σε στόχους αποφυγής της επίτευξης.

Σχετικά με τους στόχους προσανατολισμένους στη μάθηση, φάνηκε σε έρευνες (Elliot, 1997; Harackiewicz, Barron, Carter, Lehto, & Elliot, 1997) ότι παρά τη συνολική θετική τους επίπτωση σε διάφορες καταστάσεις επίτευξης (όπως για παράδειγμα γραπτές εξετάσεις, αθλητικοί αγώνες, παρουσιάσεις) ορισμένες φορές αποτύγχαναν να επιδράσουν θετικά στην επίδοση κάποιων ατόμων. Διερευνώντας αυτή την πτυχή των προσανατολισμών στη μάθηση οι Elliot & McGregor (1999) διατύπωσαν διάφορες υποθέσεις, με αποτέλεσμα οι ίδιοι στη μελέτη τους το 2001 να προσθέσουν άλλη μια διάσταση στη θεωρία των στόχων. Συμπεριέλαβαν τον όρο αποφυγή στους στόχους προσανατολισμού στη μάθηση δημιουργώντας δύο υποκατηγορίες: τον προσανατολισμό προσέγγισης της μάθησης (‘mastery approach goals’) και τον προσανατολισμό αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση (‘mastery avoidance goals’). Ο προσανατολισμός προσέγγισης της μάθησης πρόκειται για τον προγενέστερο ‘προσανατολισμό στη μάθηση’ ενώ ο προσανατολισμός αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση πρόκειται για μια νέα έννοια στο χώρο αυτό και σχετίζεται με

ανταγωνιστικές συμπεριφορές όπου η ανταγωνιστικότητα ορίζεται από τις απόλυτες απαιτήσεις της δοκιμασίας ή από τον τρόπο επίτευξης των ατομών. Ορισμένα παραδείγματα αποτελούν άτομα που πασχίζουν να αποφύγουν το να καταλάβουν ελλιπώς ή να μην μπορέσουν να μάθουν την ύλη ενός μαθήματος, άτομα που πασχίζουν να μην κάνουν ένα λάθος σε κάποια επαγγελματική συναλλαγή, άτομα που πασχίζουν να μην ξεχάσουν αυτά που έμαθαν, άτομα που πασχίζουν να μην χάσουν τις πνευματικές και σωματικές τους ικανότητες. Τυπικά παραδείγματα αυτού του προσανατολισμού συμπερικλύουν τα τελειομανή άτομα τα οποία πασχίζουν να αποφύγουν οποιοδήποτε λάθος ή να μην κάνουν κάτι λάθος ή όχι τόσο σωστό. (Elliot & McGregor, 2001)

Σχέση των προσανατολισμών στο στόχο με το συναίσθημα/ άγχος

Ο προσανατολισμός στην μάθηση σχετίζεται με υψηλά επίπεδα εσωτερικού ενδιαφέροντος και εσωτερικών κινήτρων και επιμονή στην προσπάθεια παρά τυχόν δυσκολίες ή λάθη (Rawsthorne & Elliot, 1999). Συνδέεται ακόμη με την αυτεπάρκεια, την αυτορρύθμιση, με αποτελεσματικές στρατηγικές μάθησης, εσωτερική κινητοποίηση και θετικές συνέπειες βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες (Church, Elliot & Gable, 2001). Όταν ένα άτομο με το συγκεκριμένο προσανατολισμό έρθει αντιμέτωπο με μια δοκιμασία ή μια πρόκληση διακατέχεται από θετικά συναισθήματα, αισιοδοξία (Dweck & Leggett, 1988; Rawsthorne & Elliot, 1999), ενδιαφέρον και χαρά (Grant & Dweck, 2003) και στις περισσότερες των περιπτώσεων παράγουν θετικά ακαδημαϊκά επιτεύγματα.

Στον αντίποδα θεωρείται ότι βρίσκεται ο προσανατολισμός στην επίτευξη. Τα άτομα με αυτό τον προσανατολισμό όταν έρχονται αντιμέτωπα με δραστηριότητες που εμφανίζουν δυσκολίες παρουσιάζουν μειωμένα εσωτερικά κίνητρα, αυξημένα αρνητικά συναισθήματα και άγχος από το ενδεχόμενο αποτυχίας και τελικά αποσύρονται, παραιτούνται από τις δραστηριότητες αυτές (Dweck & Leggett, 1988). Επιπλέον, φαίνεται να συσχετίζονται με επιφανειακές στρατηγικές μάθησης και κλιμακούμενες επιδόσεις (Midgley, Kaplan, & Middleton, 2001).

Στην έρευνα των Ntoumanis και Biddle (1999) ο προσανατολισμός στη μάθηση εμφάνισε θετική συσχέτιση με θετικά συναισθήματα και αρνητική συσχέτιση με αρνητικά συναισθήματα, ενώ ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης παρουσίασε θετική συσχέτιση τόσο με αρνητικά όσο και θετικά συναισθήματα.

Όσον αφορά στις υποκατηγορίες του προσανατολισμού στην επίτευξη και τη σχέση τους με τα συναισθήματα έχουν γραφτεί τα ακόλουθα. Σύμφωνα με τους Church & Elliot (1999) τόσο ο προσανατολισμός σε στόχους προσέγγισης της επίτευξης όσο και ο προσανατολισμός στους στόχους αποφυγής της επίτευξης είναι άρρηκτα συνδεδεμένοι με το

φόβο αποτυχίας. Η διαφορά τους έγκειται στο ότι η πρώτη υποκατηγορία σχετίζεται με υψηλή εκτίμηση ικανοτήτων ενώ η δεύτερη με χαμηλή εκτίμηση των ικανοτήτων. Αυτή η πεποίθηση υποστηρίχθηκε εμπειρικά από τις έρευνες των Elliot et al. (1999) και Pintrich (2000). Οι Elliot και Sheldon (1998) εξέτασαν τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις των στόχων προσανατολισμού στην αποφυγή της επίτευξης. Τα αποτελέσματα της έρευνας αποκάλυψαν ότι μαθητές με αυτόν τον προσανατολισμό είχαν μειωμένη αντίληψη των ικανοτήτων τους, γεγονός που είχε αρνητικές συνέπειες τόσο σε αποτελέσματα σχετικά με τομείς επίτευξης όσο και με τη γενικότερη ικανοποίηση από τη ζωή τους. Επιπλέον, σύμφωνα με την έρευνα του Sideridi (2003) ο προσανατολισμός αυτός φαίνεται να συσχετίζεται σταθερά με χαμηλή αυτοεκτίμηση, αρνητικά συναισθήματα και αισθήματα απελπισίας να ακολουθούν την αποτυχία. Τέλος, οι προσανατολισμοί σε στόχους προσέγγισης της επίτευξης συσχετίστηκαν με επιφανειακή επεξεργασία του μαθησιακού υλικού, με μειωμένα εσωτερικά κίνητρα αλλά, επίσης, τόσο με αρνητικά όσο και με θετικά αποτελέσματα επίτευξης (Harackiewicz et al. 2002). Σύμφωνα με τους Elliot και Church (1997) ο προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης σχετίζεται με αναποτελεσματικές στρατηγικές μάθησης (maladaptive learning strategies) σε αντίθεση με τον προσανατολισμό στην προσέγγιση της επίτευξης ο οποίος σχετίζεται με πιο αποτελεσματικές μαθησιακές συμπεριφορές (adaptive learning strategies).

Ο διαχωρισμός του προσανατολισμού στη μάθηση σε όρους προσέγγισης και αποφυγής είναι πρόσφατος (Elliot & McGregor, 2001). Λίγα έχουν αναφερθεί για τον προσανατολισμό στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση και δεν υπάρχουν παρά ελάχιστες ερευνητικές προσπάθειες που να διερευνούν τη σχέση αυτού του προσανατολισμού με συναισθήματα. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τους Elliot & McGregor (2001) ο προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση στηρίζεται στον φόβο αποτυχίας, σε μειωμένη αποφασιστικότητα, σε υγιά και επιτυχή ανταγωνισμό. Το κοινό σημείο των δύο προσανατολισμών στη μάθηση είναι ότι προέκυψαν από την αντίληψη των ατόμων ότι η τάξη και το αντικείμενο μελέτης ήταν θελκτικά και ενδιαφέροντα. Πηγάζουν δηλαδή, από ένα γνήσιο ενδιαφέρον για μάθηση. Η εξέταση της σχέσης του προσανατολισμού αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση και των συναισθημάτων είναι ιδιαίτερα σημαντική για την καλύτερη κατανόηση του τρόπου λειτουργίας του συγκεκριμένου προσανατολισμού.

Φόβος αποτυχίας

Τον 20^ο αιώνα ο φόβος αποτυχίας αποτέλεσε μια πολύ δημοφιλή ψυχολογική έννοια. Συσχετίστηκε με σοβαρά προβλήματα στην επίτευξη και στην πνευματική και σωματική υγεία. Θεωρήθηκε από τους μελετητές του άλλοτε ανάγκη και άλλοτε κίνητρο ή συναισθηματική τάση (Congroy, 2003).

Αρχικά, ο Murray (1938) όρισε την τάση αποφυγής της αποτυχίας ('infavoidance') ως την ανάγκη να αποφευχθεί η αποτυχία μεταξύ ανδρών φοιτητών ενός Πανεπιστημίου. Ο Atkinson (1964) διερεύνησε τα συστατικά του κινήτρου επίτευξης και τους μηχανισμούς λειτουργίας του και συγκεκριμένα αναφέρθηκε σε δύο τάσεις που ενεργοποιούνται όταν κάποιος προσπαθήσει να εκτελέσει ένα έργο: την τάση για προσέγγιση του έργου ή διαφορετικά κίνητρο για επιτυχία και την τάση για αποφυγή του έργου ή διαφορετικά κίνητρο για αποφυγή της αποτυχίας. Όρισε το κίνητρο αποφυγής της αποτυχίας¹ ως μια ικανότητα του ατόμου να νιώθει ντροπή και ταπείνωση ενώ αναμένει ότι θα οδηγηθεί στην αποτυχία (Atkinson, 1966).

Στη συνέχεια, κλασικοί ερευνητές στη θεωρία των κινήτρων επίτευξης όπως ο Elliot (1997) όρισαν τον φόβο αποτυχίας ως ένα κίνητρο αποφυγής της αποτυχίας. Αυτοί οι ερευνητές ήταν οι πρώτοι που ενσωμάτωσαν στην ερευνητική τους ενασχόληση προγενέστερες θεωρίες βασισμένες στο συναισθηματικό στοιχείο όπως του Atkinson (1966) καθώς επίσης και προηγούμενα εργαλεία μέτρησης του φόβου αποτυχίας όπως για παράδειγμα η δοκιμασία άγχους των Atkinson και Litwin (1960). Ωστόσο, τα εργαλεία μέτρησης του φόβου αποτυχίας εκείνης της περιόδου έβλεπαν μονοδιάστατα αυτή την πολυδιάστατη εννοιολογική κατασκευή. Ασπαζόμενοι αυτή την κριτική, ερευνητές του άγχους όπως οι Liebert και Morris (1967) δημιούργησαν πολυδιάστατα μοντέλα βασισμένα στην ανησυχία ('worry') και τη συναισθηματικότητα ('emotionality') τα οποία επεξεργάζονταν επαρκώς τις διάφορες μορφές συναισθηματικότητας όχι όμως των ανησυχιών.

Οι Birney, Burdick και Teevan (1969) διαβλέποντας το έλλειμμα και την αναγκαιότητα να γίνει επεξεργασία των ποιοτικών διαφορών μεταξύ των ανησυχιών δημιούργησαν ένα μοντέλο τριών μερών βασισμένοι στην υπόθεση ότι η αποτυχία προκαλεί φόβο μόνο στις περιπτώσεις όπου οι συνέπειές της λαμβάνονται από το άτομο ως αρνητικές, απεχθείς. Το μοντέλο περιλάμβανε τα εξής: 1) φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης, 2) φόβος ότι θα τιμωρηθεί από κάποιον άλλο όχι από τον εαυτό του, 3) φόβος ότι θα μειωθεί η κοινωνική του αξία. Σύμφωνα με τον Congroy (2001) το μοντέλο αυτό ήταν πλούσιο και με εξαιρετικές δυνατότητες να συμβάλλει στην καλύτερη κατανόηση του φόβου αποτυχίας δεν κατάφερε, ωστόσο, να αποτελέσει το ερέθισμα για περαιτέρω εμπειρικές μελέτες.

Ο Congroy (2001) υπερασπίστηκε την ιεραρχική, πολυπαραγοντική διάσταση του παραπάνω μοντέλου όπως και την υπόθεση ότι η αποτυχία αυτή καθαυτή δεν έχει τόση

¹ Ο φόβος αποτυχίας αναφερόταν αρχικά στη βιβλιογραφία ως infavoidance ή τάση/ κίνητρο αποφυγής της αποτυχίας (motive to avoid failure).

σημασία όση έχουν οι συνέπειές της καθώς αυτές είναι στην ουσία που προκαλούν τον φόβο. Βασισμένος, λοιπόν, στο μοντέλο των Birney, Burdick και Teevan (1969) και στη γνωστική θεωρία των συναισθημάτων (Lazarus, 1991) δημιούργησε ένα ιεραρχικό και πολυδιάστατο μοντέλο με τις αρνητικές συνέπειες της αποτυχίας συσχετισμένες με τη συναισθηματική πλευρά του φόβου αποτυχίας. Το μοντέλο αυτό έχει συλλέξει επαρκή υποστηρικτικά δεδομένα από πολλές εμπειρικές μελέτες. Όσον αφορά στην εγκυρότητα εννοιολογικής κατασκευής του, τα ερευνητικά δεδομένα που την υποστηρίζουν είναι διαθέσιμα σε δύο μελέτες του Conroy (Conroy, 2001; Conroy et al., 2002).

Η συγκεκριμένη κλίμακα αξιολογεί το βαθμό στον οποίο τα άτομα πιστεύουν ή περιμένουν ότι θα εμφανιστούν συγκεκριμένες αρνητικές συνέπειες μόλις αντιληφθούν ότι αποτυγχάνουν. Οι αρνητικές συνέπειες της αποτυχίας αφορούν τα εξής: α) ‘Φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας’, β) ‘Φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης’, γ) ‘Φόβος για αβέβαιο μέλλον’, δ) ‘Φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή’, ε) ‘Φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν’.

Σχέση του φόβου αποτυχίας και του συναισθήματος/ άγχους

Βασική έννοια που αφορά τον φόβο αποτυχίας είναι το συναίσθημα. Κρίνεται, λοιπόν, σκόπιμο να διασαφηνίσουμε τον όρο σύμφωνα με τη γνωστική θεωρία των συναισθημάτων του Lazarus (1991) στην οποία βασίστηκε ο Conroy (2001) για τη δημιουργία της κλίμακας PFAI. Σύμφωνα με τον Lazarus (1991), τα άτομα βιώνουν συναισθήματα όταν αντιλαμβάνονται αλλαγές στη σχέση τους με το περιβάλλον οι οποίες πιστεύουν ότι θα έχουν κάποια επίδραση στην ικανότητά τους να επιτύχουν έναν ή περισσότερους στόχους τους. Οι αλλαγές στο περιβάλλον μπορεί να είναι αληθινές ή φανταστικές και τα άτομα συνειδητά ή ασυνειδητά εκτιμούν τον τρόπο με τον οποίο οι αλλαγές αυτές θα επιδράσουν στους στόχους τους.

Στη βιβλιογραφία, ο Atkinson (1964) ήταν ο πρώτος που όρισε το φόβο αποτυχίας αναφερόμενος στο συναίσθημα. Συγκεκριμένα, όρισε το κίνητρο αποφυγής της αποτυχίας ως μια τάση αποφυγής της αποτυχίας ή μια ικανότητα του ατόμου να νιώθει ντροπή, ταπείνωση ή εξευτελισμό εξαιτίας μιας ενδεχόμενης αποτυχίας. Όταν το κίνητρο αποφυγής της αποτυχίας υπερισχύσει, το άτομο διακατέχεται από συναισθήματα άγχους και φόβου ότι θα οδηγηθεί στην αποτυχία. Ο φόβος της αποτυχίας είναι αποτέλεσμα της αντίληψης του ατόμου ότι η αποτυχία θα οδηγήσει σε αρνητική αξιολόγηση από το κοινωνικό περιβάλλον και αυτό συνεπάγεται συναισθήματα ντροπής και ταπείνωσης. Συνήθως, τα άτομα με φόβο αποτυχίας δεν ολοκληρώνουν τη δραστηριότητα που ξεκινούν ή επιλέγουν πολύ εύκολες

δραστηριότητες για να μπορέσουν να αντεπεξέλθουν ή πολύ δύσκολες δραστηριότητες για να μπορέσουν να δικαιολογήσουν την ενδεχόμενη αποτυχία τους.

Παρόλο που η ντροπή και η ταπείνωση είναι το συναίσθημα που περιγράφεται ευκρινώς στον παραπάνω ορισμό, η χρησιμοποίηση του φόβου αποτυχίας ως ένα είδος άγχους και η μέτρησή του με κλίμακες μέτρησης του άγχους ήταν κάτι το σύνηθες στη βιβλιογραφία (Congroy, 2001).

Οι Birney, Burdick και Teevan (1969) αναφέρουν ότι η αποτυχία προκαλεί φόβο μόνο στο βαθμό που οι συνέπειες της λαμβάνονται από το άτομο ως αρνητικές.

Ενστερνιζόμενος το παραπάνω ο Congroy (2001) δημιουργεί μια επαρκή μέτρηση του φόβου αποτυχίας διαχωρίζοντας τον στους εξής παράγοντες:

- α) 'Φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας'. Ο Congroy (2001) αναφέρει πως πρόκειται για την τάση του ατόμου να βιώνει εσωτερικά ντροπή και εξωτερικά αμηχανία μετά από αποτυχία. Είναι η πεποίθηση του ατόμου ότι η αποτυχία πρόκειται για μια κατάσταση αμηχανίας που οδηγεί σε αίσθημα προσωπικής μειονεξίας,
- β) 'Φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης'. Πρόκειται για την πεποίθηση του ατόμου ότι η αποτυχία είναι ένδειξη έλλειψης ικανοτήτων και ελέγχου ως προς την δοκιμασία που έχει να φέρει εις πέρας. Σχετίζεται με μειωμένη αυτοεκτίμηση με εσωτερικές συγκρούσεις και πιέσεις.
- γ) 'Φόβος για αβέβαιο μέλλον'. Πρόκειται για την πεποίθηση του ατόμου ότι η αποτυχία θα αλλάξει τα μελλοντικά σχέδιά του και ότι εισάγει ένα σημαντικό ποσοστό αβεβαιότητας στο μέλλον του.
- δ) 'Φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή'. Πρόκειται για την πεποίθηση του ατόμου ότι σημαντικοί άλλοι χάνουν το ενδιαφέρον τους και θεωρεί ότι είναι λιγότερο χρήσιμο ως κοινωνικό ον όταν αποτυγχάνει. Αυτή η χαμένη κοινωνική επιρροή γίνεται αισθητή από την αυξημένη και ακούσια κοινωνική απομάκρυνση του ατόμου καθώς και από την έλλειψη ελέγχου στο αν θα εμφανιστεί κάποια ευκαιρία στη ζωή του και αν θα την αντιληφθεί.
- ε) 'Φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν'. Πρόκειται για την εκτίμηση του ατόμου ότι απογοητεύει και στεναχωρεί τους άλλους όταν αποτυγχάνει.

Τέλος, για τη σχέση συναισθημάτων και φόβου αποτυχίας έχει αναφερθεί ότι άτομα που εμφανίζουν υψηλά επίπεδα άγχους τείνουν περισσότερο να δίνουν εσωτερικές αιτιολογίες για την αποτυχία τους όπως για παράδειγμα η έλλειψη ικανοτήτων και η χαμηλή αυτοεκτίμηση (Weiner, 1986).

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω ερευνητικά δεδομένα θεωρήθηκε σημαντικό να αξιολογηθεί η αντίδραση άγχους και η συναισθηματική κατάσταση των φοιτητών ως απόρροια της υιοθέτησης διαφορετικών προσανατολισμών στο στόχο και διαφορετικών φόβων αποτυχίας σε μια απαιτητική και αγχογόνα κατάσταση επίτευξης όπως είναι μια παρουσίαση.

Ο σκοπός, λοιπόν, της παρούσας έρευνας ήταν ακριβώς αυτός, να εξετάσει τους προσανατολισμούς στον στόχο και τους φόβους αποτυχίας και να διερευνήσει αν αυτοί οι παράγοντες μπορούν να προβλέψουν το άγχος και τα συναισθήματα των φοιτητών, λαμβάνοντας δεδομένα για το άγχος των ατόμων από μια φυσιολογική μέτρηση σε συνδυασμό με ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς. Πιο συγκεκριμένα αξιολογήθηκαν οι παρακάτω ερευνητικές ερωτήσεις:

1) Πως προβλέπουν οι προσανατολισμοί στο στόχο την αντίδραση άγχους του ατόμου; Υπάρχουν σημαντικές διαφορές στα τέσσερα είδη προσανατολισμού όσον αφορά στη μεταβολή του άγχους;

2) Πως προβλέπουν τα διαφορετικά είδη του φόβου αποτυχίας την αντίδραση άγχους και το συναίσθημα; Υπάρχουν σημαντικές διαφορές στα πέντε είδη φόβου όσον αφορά στη μεταβολή του άγχους;

3) Πως ο γραμμικός συνδυασμός των προσανατολισμών στο στόχο και των φόβων αποτυχίας (συνδυαστικά) προβλέπει το άγχος και τα συναισθήματα;

Μεθοδολογία

Συμμετέχοντες

Στην παρούσα έρευνα έλαβαν μέρος 70 φοιτητές κοινωνικών επιστημών ενός κρατικού πανεπιστημίου. Από αυτούς, οι 53 συμμετέχοντες ήταν προπτυχιακοί φοιτητές και οι 17 μεταπτυχιακοί φοιτητές. Ως προς το φύλο, οι 61 από τους συμμετέχοντες ήταν γυναίκες και οι 9 ήταν άντρες, διαφορά που οφείλεται στο γεγονός ότι στην πλειονότητά του ο πληθυσμός των φοιτητών στις κοινωνικές επιστήμες αποτελείται από γυναίκες. Οι συμμετέχοντες αναζητήθηκαν μεταξύ των φοιτητών οι οποίοι τη δεδομένη περίοδο καλούνταν να παρουσιάσουν κάποιο θέμα που είχαν αναλάβει στα πλαίσια ενός συγκεκριμένου μαθήματος, σεμιναρίου ή εργαστηρίου. Από τους φοιτητές που προσεγγίστηκαν για τη συμμετοχή τους, ελάχιστοι (δύο άτομα) αρνήθηκαν να συμμετάσχουν. Η συμμετοχή στη διαδικασία ήταν προαιρετική.

Διαδικασία

Αρχικά, οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για την παρούσα έρευνα καθώς και για διαδικασία στην οποία θα λάμβαναν μέρος. Η ανωνυμία τους διασφαλίστηκε με τη

δημιουργία ενός κωδικού αριθμού για κάθε συμμετέχοντα. Προκειμένου να υπάρχει η δυνατότητα μελλοντικής αναζήτησης των συμμετεχόντων ζητήθηκαν και οι αριθμοί μητρώου που έχουν ως φοιτητές.

Στη συνέχεια, χορηγήθηκαν στους συμμετέχοντες ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς (κλίμακα προσανατολισμού στο στόχο, κλίμακα PANAS-X) τα οποία συμπλήρωσαν πριν από την παρουσίαση. Για τουλάχιστον πέντε λεπτά πριν από την παρουσίαση, ο συμμετέχοντας φορούσε με τη βοήθεια των ερευνητών μια 'ζώνη' στη περιοχή του διαφράγματος και ένα ρολόι στο χέρι του. Η 'ζώνη' είναι μια συσκευή μέτρησης καρδιακών παλμών (HRM). Η συσκευή αυτή περνούσε τα φυσιολογικά δεδομένα που συνέλεγε στο ρολόι το οποίο αποθήκευε τα δεδομένα δημιουργώντας διαφορετικά αρχεία για κάθε συμμετέχοντα. Με το πέρας της διαδικασίας τα αρχεία μέσω ενός ειδικού εργαλείου μεταφέρονταν στον υπολογιστή.

Κατά τη διάρκεια της παρουσίας, ο ένας ερευνητής σε μια κλίμακα παρατήρησης που αποτελούνταν από δώδεκα συμπεριφορές κατέγραφε ποιες από αυτές παρατηρούνταν κάθε είκοσι δευτερόλεπτα της παρουσίας (όπως νευρικές ή λειτουργικές κινήσεις, νευρικό ή λειτουργικό χαμόγελο, λεκτικά λάθη). Ο άλλος ερευνητής κατέγραφε σημαντικούς πραγματικούς χρόνους, δηλαδή χρόνους όπου συνέβαιναν σημαντικά γεγονότα όπως το πότε ξεκίνησε και τελείωσε η παρουσίαση, τη διάρκεια της, ενδεχόμενες παρεμβάσεις κατά τη διάρκεια της παρουσίας και τον αντίκτυπό τους καθώς και συμπεριφορικές παρατηρήσεις. Οι παρουσιάσεις των συμμετεχόντων μαγνητοφωνούνταν. Προκειμένου να μην δημιουργηθεί πρόσθετο άγχος στους συμμετέχοντες, οι ερευνητές δεν τους ανέφεραν ότι η παρουσίαση θα μαγνητοφωνηθεί. Με το πέρας, ωστόσο, της παρουσίας γνωστοποιήθηκε στους συμμετέχοντες πως μαγνητοφωνήθηκαν και πως αν για οποιοδήποτε λόγο κάποιος δεν ήθελε να μαγνητοφωνηθεί, του δινόταν η κασέτα και δεν γινόταν καμία περαιτέρω χρήση αυτής.

Μετά την παρουσίαση, ζητούνταν πάλι από το συμμετέχοντα να συμπληρώσει ερωτηματολόγια αναφοράς (κλίμακα φόβου αποτυχίας PFAI, κλίμακα PANAS-X). Εκτός από τις προαναφερόμενες, χορηγήθηκαν και άλλες κλίμακες οι οποίες δεν θα αναφερθούν και δεν αναλυθούν στην παρούσα έρευνα καθώς δεν υπόκεινται στο αντικείμενο ανάλυσης της.

Μεθοδολογικά Εργαλεία

Αντίδραση στο Άγχος. Το άγχος αξιολογήθηκε με βάση τα φυσιολογικά δεδομένα που συλλέξαμε μέσω μιας αξιόπιστης και έγκυρης συσκευής μέτρησης καρδιακών παλμών (HRM). Η συσκευή συνέλεγε τα φυσιολογικά δεδομένα κάθε πέντε δευτερόλεπτα. Από τα

φυσιολογικά δεδομένα, δύο ήταν οι μεταβλητές που χρησιμοποιήθηκαν και αξιολογήθηκαν στην παρούσα έρευνα: α) τα επίπεδα άγχους πριν από την παρουσίαση και β) τα επίπεδα άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίασης. Παράλληλα με τη φυσιολογική μέτρηση του άγχους, χρησιμοποιήθηκαν ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς πριν και μετά την παρουσίαση προκειμένου να αξιολογηθεί με τη μέγιστη δυνατή επάρκεια το άγχος και η συναισθηματική κατάσταση των συμμετεχόντων. Για τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα θα γίνει εκτεταμένη αναφορά στη συνέχεια. Συμπληρωματικά, οι ερευνητές κατέγραφαν συμπεριφορικές παρατηρήσεις κατά τη διάρκεια της παρουσίασης όπως για παράδειγμα άσκοπες, νευρικές ή λειτουργικές κινήσεις, νευρικό χαμόγελο, λεκτικά λάθη. Η αξιοπιστία μεταξύ εξεταστών της κλίμακας παρατηρήσεων στο 15% των παρατηρήσεων ήταν ,95 και ,99 για όλες τις τάξεις συμπεριφορών με μέσο όρο ,98.

Προσανατολισμοί στο Στόχο. Οι προσανατολισμοί στο στόχο αξιολογήθηκαν από την κλίμακα προσανατολισμού στο στόχο των Elliot & McGregor (2001). Οι 12 ερωτήσεις της κλίμακας περιγράφουν στους προσανατολισμούς στο στόχο που υιοθετεί το άτομο σε καταστάσεις επίτευξης και ειδικότερα τα τέσσερα είδη προσανατολισμού στο στόχο: 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης', 'προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση', 'προσανατολισμός στην προσέγγιση επίτευξης', 'προσανατολισμός στην αποφυγή επίτευξης'. Αντιπροσωπευτικές ερωτήσεις για το κάθε είδος προσανατολισμού είναι οι εξής: 'Πόσο σημαντικό είναι για 'σένα το να πας όσο καλύτερα μπορείς', 'ανησυχείς ότι μπορεί να μην αποδώσεις όσο καλά μπορείς', 'πόσο σημαντικό είναι για 'σένα το να πας καλύτερα σε σχέση με τους άλλους', 'πόσο θέλεις να αποφύγεις το να πας χειρότερα από τους άλλους'. Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν το βαθμό στον οποίο ίσχυε κάθε ένα από τα θέματα του ερωτηματολογίου, σε μια κλίμακα τύπου Likert από το 1 (δεν ισχύει καθόλου) ως το 6 (ισχύει πάρα πολύ). Η αξιοπιστία (alpha) των παραγόντων αυτών ήταν αντίστοιχα ,87/ ,88/ ,79/ ,82.

Φόβος Αποτυχίας. Ο φόβος αποτυχίας μετρήθηκε από την κλίμακα PFAI του Congroy (2001). Περιλαμβάνει 15 ερωτήσεις που εντοπίζουν την ύπαρξη ή όχι του φόβου αποτυχίας και παράλληλα διακρίνουν το φόβο αποτυχίας στις πέντε υποκατηγορίες του. Οι υποκατηγορίες αυτές είναι: α) 'φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας', β) 'φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης', γ) 'φόβος για αβέβαιο μέλλον', δ) 'φόβος ότι θα χάσει την κοινωνική του επιρροή', ε) 'φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν'. Χαρακτηριστικά παραδείγματα ερωτήσεων αντιστοίχως είναι: 'όταν αποτυγχάνω νιώθω ότι αξίζω λιγότερο', 'όταν αποτυγχάνω αυτό οφείλεται στο ότι δεν είμαι αρκετά έξυπνος/ η', 'όταν αποτυγχάνω το μέλλον μου φαίνεται αμφίβολο', 'όταν αποτυγχάνω ο κόσμος

ενδιαφέρεται λιγότερο για 'μένα', 'όταν αποτυγχάνω σημαντικοί άνθρωποι στη ζωή μου θυμώνουν με 'μένα'. Οι ερωτήσεις απαντήθηκαν με μια κλίμακα τύπου Likert που κυμαινόταν από το 1 (καθόλου δε συμφωνώ) μέχρι το 6 (συμφωνώ απόλυτα). Η αξιοπιστία των παραγόντων αυτών ήταν αντίστοιχα: ,78/ ,89/ ,85/ ,85/ ,85. Η αξιοπιστία του τελευταίου παράγοντα υπολογίστηκε από δύο ερωτήσεις, καθώς η τρίτη μείωνε σημαντικά τον Cronbach α.

Θετικά συναισθήματα. Τα θετικά συναισθήματα αξιολογήθηκαν από την κλίμακα PANAS-X (Positive and Negative Affect Schedule) των Watson & Clark (1992). Τα θετικά συναισθήματα καταδεικνύουν ότι το άτομο εμπλέκεται και αλληλεπιδρά με το περιβάλλον του με ευχαρίστηση, θετική ενέργεια και ενθουσιασμό (Sideridis, 2003). Τα επίθετα που χρησιμοποιήθηκαν για τα θετικά συναισθήματα ήταν: ενδιαφέρον, προσεκτικός, σε ετοιμότητα, ενθουσιασμένος, συνεπαρμένος, με έμπνευση, περήφανος, αποφασισμένος, δυνατός, γεμάτος ενέργεια. Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν το βαθμό στον οποίο ίσχυε τη συγκεκριμένη στιγμή κάθε ένα από αυτά τα συναισθήματα σε μια κλίμακα τύπου Likert από το 1 (καθόλου) ως το 5 (πολύ). Η κλίμακα δόθηκε στους συμμετέχοντες δύο φορές, πριν και μετά την παρουσίαση. Έτσι, η εσωτερική συνοχή της κλίμακας για τα θετικά συναισθήματα πριν και μετά την παρουσίαση ήταν αντίστοιχα: ,89/ ,89.

Αρνητικά συναισθήματα. Τα αρνητικά συναισθήματα αξιολογήθηκαν, επίσης, με την κλίμακα μέτρησης συναισθημάτων PANAS-X των Watson & Clark (1992). Τα αρνητικά συναισθήματα σχετίζονται με την αίσθηση ότι το άτομο υποφέρει, βασανίζεται, ανησυχεί και εκφράζονται με την αποδέσμευσή του από καθήκοντα και αλληλεπιδράσεις με το περιβάλλον του (Sideridis, 2003). Τα επίθετα που χρησιμοποιήθηκαν για τα αρνητικά συναισθήματα ήταν: δυστυχισμένος, απογοητευμένος, επιθετικός, εκνευρισμένος, φοβισμένος, τρομαγμένος, ντροπιασμένος, ένοχος, αγχωμένος, ταραγμένος. Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν το βαθμό στον οποίο ίσχυε τη συγκεκριμένη στιγμή κάθε ένα από αυτά τα συναισθήματα σε μια κλίμακα τύπου Likert από το 1 (καθόλου) ως το 5 (πολύ). Η κλίμακα δόθηκε στους συμμετέχοντες δύο φορές, πριν και μετά την παρουσίαση. Η εσωτερική συνοχή της κλίμακας πριν και μετά την παρουσίαση ήταν αντίστοιχα: ,79 / ,80.

Αποτελέσματα

Τα αποτελέσματα της έρευνας προέκυψαν μετά από στατιστική επεξεργασία των συλλεχθέντων δεδομένων με τη βοήθεια του στατιστικού προγράμματος SPSS.

Στο Πίνακα 1 παρατίθενται οι συνάφειες (Pearson r), καθώς και οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις όλων των μεταβλητών της έρευνας. Παρατηρούμε ότι από τα τέσσερα είδη των προσανατολισμών στο στόχο μόνο ο 'προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας

στη μάθηση' συσχετίζεται θετικά σε στατιστικώς σημαντικό βαθμό με το άγχος πριν από την παρουσίαση ($r=0,25, p=0,05$). Όσον αφορά στους φόβους αποτυχίας, μόνο ο 'φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή' βρέθηκε να συσχετίζεται θετικά σε στατιστικώς σημαντικό βαθμό με το άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίας ($r=0,28, p=0,05$).

Εξετάζοντας τη σχέση ανάμεσα στα είδη του προσανατολισμού στο στόχο και τα είδη του φόβου αποτυχίας παρατηρούμε ότι ο 'φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας' συσχετίζεται θετικά με τον 'προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης' ($r=0,30, p=0,05$) με τον 'προσανατολισμό αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση' ($r=0,31, p=0,05$) και με τον 'προσανατολισμό στην αποφυγή της επίτευξης' ($r=0,29, p=0,05$). Επίσης, ο 'φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης' συσχετίζεται θετικά τόσο με τον 'προσανατολισμό στην προσέγγιση της επίτευξης' ($r=0,38, p=0,01$), όσο και με τον 'προσανατολισμό στην αποφυγή της επίτευξης' ($r=0,29, p=0,05$). Παρατηρούμε ακόμη μια θετική συσχέτιση μεταξύ των μεταβλητών 'φόβος ότι οι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν' και 'προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης' ($r=0,31, p=0,05$).

Τέλος, παρατηρούμε σημαντικές συνάψεις τόσο μεταξύ συναισθημάτων και προσανατολισμών στο στόχο όσο και μεταξύ συναισθημάτων και φόβων αποτυχίας. Πιο συγκεκριμένα φαίνεται ότι όσον αφορά στα θετικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση υπάρχει στατιστικώς σημαντική αρνητική, συσχέτιση μόνο με τη μεταβλητή 'φόβος ότι οι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν' ($r=-0,29, p=0,05$). Ως προς τα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση, αυτά συσχετίζονται αρνητικά με τον 'προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης' ($r=-0,26, p=0,05$) ενώ με τον 'προσανατολισμό στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση' θετικά ($r=0,62, p=0,01$). Επιπλέον, τα είδη του φόβου αποτυχίας που παρουσιάζουν σημαντική συσχέτιση με τα αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση είναι ο 'φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας' ($r=0,29, p=0,05$) και ο 'φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' ($r=0,36, p=0,05$). Ως προς τα αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση αυτά συσχετίζονται αρνητικά με το 'φόβο βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας' ($r=-0,01, p=0,05$) αλλά θετικά με το 'φόβο ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' ($r=0,32, p=0,05$).

Πρόβλεψη του άγχους (από τα φυσιολογικά δεδομένα) πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση του άγχους των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα τέσσερα είδη των προσανατολισμών στο στόχο: 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της

μάθησης', 'προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση', 'προσανατολισμός στην προσέγγιση επίτευξης', 'προσανατολισμός στην αποφυγή επίτευξης'. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,304. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 9,2\%$) [$F(4, 69) = 1,656, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b (δηλαδή των κλίσεων) διαπιστώθηκε ότι από τις ανεξάρτητες μεταβλητές μόνο η μεταβλητή 'προσανατολισμός στην αποφυγή της αποτυχίας στη μάθηση' συνέβαλε στατιστικώς σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης μεταβλητής ($b = 7,279, t = 2,19, p < ,05$). Ωστόσο, το εύρημα αυτό έχει μικρή θεωρητική αξία αφού οι συντελεστές b συγκρίνονται σε σχέση με την κλίση $= 0$.

Αντικείμενο αυτής της ανάλυσης ήταν να διαπιστωθεί αν κάποιο είδος προσανατολισμού στο στόχο διαφέρει από κάποιο άλλο είδος προσανατολισμού σε σχέση με τα αυξημένα ή μειωμένα επίπεδα άγχους. Για το σκοπό αυτό χρησιμοποιήθηκαν μια σειρά από στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις και μαθηματική φόρμουλα στο Παράρτημα Α). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με τον προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης [$b_1 = 7,279, b_2 = -1,865, t(69) = 2,17, p < ,01$]. Επίσης, ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος σε σύγκριση με τον προσανατολισμό στην αποφυγή επίτευξης [$b_1 = 5,727, b_2 = -4,994, t(69) = 1,697, p < ,05$]. Αναλυτικά, οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήμα 1.

Πρόβλεψη του άγχους (από τα φυσιολογικά δεδομένα) κατά τη διάρκεια της παρουσίας από τους προσανατολισμούς στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση του άγχους των φοιτητών κατά τη διάρκεια της παρουσίας από τους προσανατολισμούς στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,239. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 5,7\%$) [$F(4, 69) = 0,988, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των b -τιμών διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δεν συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις μετέπειτα στατιστικές αναλύσεις (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους βρέθηκε ότι ο προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση διέφερε

από τον προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης ως προς τα επίπεδα άγχους που εμφάνισαν και συγκεκριμένα ο πρώτος εμφάνισε σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με τον δεύτερο [$b_1 = 4,525$, $b_2 = -1,602$, $t(69) = 1,651$, $p < ,05$]. Στο Σχήμα 2 παρουσιάζονται αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή.

Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμοί στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των θετικών συναισθημάτων των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,283.

Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων ($R^2 = 8,0\%$) [$F(4, 69) = 1,393$, $p > ,05$].

Από την αξιολόγηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης διέφερε από τον προσανατολισμό στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση ως προς τα επίπεδα θετικών συναισθημάτων που εμφάνισαν. Πιο συγκεκριμένα, ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης εμφάνισε σημαντικά αυξημένα επίπεδα θετικών συναισθημάτων συγκριτικά με τον προσανατολισμό στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση. [$b_1 = 0,120$, $b_2 = -0,081$, $t(68) = 1,68$, $p < ,05$]. Στο Σχήμα 3 παρουσιάζονται αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή.

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των αρνητικών συναισθημάτων των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,674. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο εξήγησε στατιστικά σημαντικά αλλά και ουσιαστικά ποσοστά διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση ($R^2 = 45,4\%$) [$F(4, 68) = 13,291$, $p < ,001$]. Από την επισκόπηση των b τιμών διαπιστώθηκε ότι ο προσανατολισμός στην αποφυγή της μάθησης ήταν ο πιο σημαντικός προβλεπτικός

παράγοντας και ο μοναδικός που προέβλεπε θετικά τα αρνητικά συναισθήματα των φοιτητών ($b = 0,341, t = 6,464, p < ,001$). Αυτό σημαίνει ότι όσο περισσότερο προσανατολιζόταν στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση τόσο πιο αυξημένο ήταν το επίπεδο αρνητικών συναισθημάτων του. Άλλος στατιστικά σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας ήταν ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης αλλά με αντίθετη φορά ($b = -0,108, t = -2,637, p < ,01$). Δηλαδή όσο πιο πολύ από αυτόν τον προσανατολισμό είχαν οι φοιτητές τόσο μικρότερα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων είχαν. Από τις στατιστικές αναλύσεις (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους διαπιστώθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές μεταξύ του προσανατολισμού στην προσέγγιση της μάθησης και του προσανατολισμού στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση ως προς τα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση. Πιο συγκεκριμένα, ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης εμφάνισε μειωμένα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων συγκριτικά με τον προσανατολισμό στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση [$b_1 = -0,108, b_2 = 0,341, t(68) = -6,7015, p < ,001$]. Στο Σχήμα 4 παρουσιάζονται αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή.

Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των θετικών συναισθημάτων των φοιτητών μετά την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,311. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων ($R^2 = 9,7\%$) [$F(4, 67) = 1,685, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b , δηλαδή των κλίσεων, διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους δεν βρέθηκε κάποιο είδος προσανατολισμού στο στόχο να διαφέρει σε στατιστικά σημαντικό βαθμό από κάποιο άλλο είδος προσανατολισμού ως προς τα επίπεδα θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση. (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α).

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των αρνητικών συναισθημάτων των φοιτητών μετά την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση

παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του προσανατολισμού στο στόχο. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,255. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων ($R^2 = 6,5\%$) [$F(4, 67) = 1,096, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των κλίσεων διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους δεν βρέθηκε κάποιο είδος προσανατολισμού στο στόχο να διαφέρει από κάποιο άλλο είδος προσανατολισμού ως προς τα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση. (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α).

Πρόβλεψη του άγχους(από τα φυσιολογικά δεδομένα) πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση του άγχους των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα εξής είδη του φόβου αποτυχίας: α) ‘φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας’, β) ‘φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης’, γ) ‘φόβος για αβέβαιο μέλλον’, δ) ‘φόβος ότι θα χάσει την κοινωνική του επιρροή’, ε) ‘φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν’. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,244. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 5,9\%$) [$F(5, 48) = 0,544, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των b τιμών διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δεν συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους δεν βρέθηκε κάποιο είδος φόβου αποτυχίας να διαφέρει από κάποιο άλλο είδος φόβου αποτυχίας ως προς τα επίπεδα άγχους πριν από την παρουσίαση (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α).

Πρόβλεψη του άγχους (από τα φυσιολογικά δεδομένα) κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση του άγχους των φοιτητών κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,343. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να

ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 11,8\%$) [$F(5, 48) = 1,150, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των b τιμών διαπιστώθηκε ότι από τις πέντε ανεξάρτητες μεταβλητές μόνο η μεταβλητή 'φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' συνέβαλε στατιστικώς σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης μεταβλητής ($b = -11,636, t = -2,235, p < ,05$). Αυτό σημαίνει ότι όσο περισσότερο φόβο ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή είχε το άτομο τόσο λιγότερο ήταν το άγχος του κατά τη διάρκεια της παρουσίας. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) διαπιστώθηκε ότι η μεταβλητή 'φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας' σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίας συγκριτικά με την μεταβλητή 'φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' [$b_1 = 1,408, b_2 = -11,636, t(48) = 1,770, p < ,05$]. Διαπιστώθηκε ακόμη ότι η μεταβλητή 'φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης' σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με την μεταβλητή 'φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή' [$b_1 = 4,404, b_2 = -11,636, t(48) = 2,353, p < ,01$]. Τέλος, βρέθηκε ότι η μεταβλητή 'φόβος για αβέβαιο μέλλον' σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με τη μεταβλητή 'φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή' [$b_1 = 0,356, b_2 = -11,636, t(48) = 1,647, p = ,05$]. Αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή φαίνονται στο Σχήμα 5.

Πρόβλεψη των θετικά συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των θετικών συναισθημάτων των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,352. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων ($R^2 = 12,4\%$) [$F(5, 47) = 1,187, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους βρέθηκε ότι η μεταβλητή 'φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης' σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένα επίπεδα θετικών συναισθημάτων συγκριτικά με τη μεταβλητή 'φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν' [$b_1 = 0,147, b_2 = -0,185, t(47) = 1,71, p < ,05$]. Στο Σχήμα 6 παρουσιάζονται αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις των μεταβλητών.

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των αρνητικών συναισθημάτων των φοιτητών πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,409. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων ($R^2 = 16,7\%$) [$F(5, 47) = 1,684, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους δεν βρέθηκε κάποιο είδος φόβου αποτυχίας να διαφέρει από κάποιο άλλο είδος φόβου αποτυχίας ως προς τα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α).

Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των θετικών συναισθημάτων των φοιτητών μετά την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης των θετικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,308. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των θετικών συναισθημάτων ($R^2 = 9,5\%$) [$F(5, 47) = 0,879, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b δεν βρέθηκε κάποια από τις ανεξάρτητες μεταβλητές να συμβάλει σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους δεν βρέθηκε κάποιο είδος φόβου αποτυχίας να διαφέρει από κάποιο άλλο είδος φόβου αποτυχίας ως προς τα επίπεδα θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α).

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας

Για την πρόβλεψη- εξήγηση των αρνητικών συναισθημάτων των φοιτητών μετά την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης των αρνητικών συναισθημάτων χρησιμοποιήθηκαν τα είδη του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,395. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών του φόβου αποτυχίας δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του

ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων ($R^2 = 15,6\%$) [$F(5, 47) = 1,557, p > ,05$]. Από την αξιολόγηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης. Από τις στατιστικές αναλύσεις στις οποίες συγκρίθηκαν οι συντελεστές b μεταξύ τους (βλέπε αναλύσεις στο Παράρτημα Α) διαπιστώθηκε ότι η μεταβλητή ‘φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας’ σχετιζόταν με σημαντικά μειωμένα αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση συγκριτικά με την μεταβλητή ‘φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή’ [$b_1 = -0,076, b_2 = 0,131, t(47) = -2,019, p < ,05$]. Επιπλέον, βρέθηκε ότι η μεταβλητή ‘φόβος ότι θα χάσει την κοινωνική του επιρροή’ διέφερε από τη μεταβλητή ‘φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν’ ως προς τα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση και συγκεκριμένα η πρώτη μεταβλητή σχετιζόταν με σημαντικά αυξημένα αρνητικά συναισθήματα συγκριτικά με τη δεύτερη [$b_1 = 0,131, b_2 = -0,032, t(47) = 1,623, p = ,05$]. Στο Σχήμα 7 παρουσιάζονται αναλυτικά οι προβλεπτικές κλίσεις για κάθε ανεξάρτητη μεταβλητή.

Πρόβλεψη του άγχους (από τα φυσιολογικά δεδομένα) πριν από την παρουσίαση από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Προκειμένου να γίνει πιο απλή η ανάλυση της αλληλεπίδρασης δημιουργήθηκαν z-scores για όλες τις ανεξάρτητες μεταβλητές. Για την πρόβλεψη του άγχους πριν από την παρουσίαση από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων ειδών του προσανατολισμού στο στόχο καθώς και των πέντε ειδών του φόβου αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,418. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 17,5\%$) [$F(9, 48) = 0,918, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης.

Πρόβλεψη του άγχους (από τα φυσιολογικά δεδομένα) κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Για την πρόβλεψη του άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων προσανατολισμών στο στόχο και των πέντε φόβων αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,396.

Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 15,7\%$) [$F(9, 48) = 0,805, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι από τις εννέα ανεξάρτητες μεταβλητές μόνο η μεταβλητή ‘φόβος ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή’ συνέβαλε στατιστικώς σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης μεταβλητής ($b = -12,275, t = -2,230, p < ,05$). Αυτό σημαίνει ότι όσο περισσότερο φόβο έχει κάποιος να χάσει την κοινωνική του επιρροή τόσο λιγότερο άγχος έχει κατά τη διάρκεια της παρουσίασης.

Παραδείγματα χάριν, για ένα άτομο με μέσο όρο 2,095 και τυπική απόκλιση 0,979 σε αυτό το χαρακτηριστικό η προβλεπόμενη τιμή του άγχους του κατά τη διάρκεια της παρουσίασης για μία τυπική απόκλιση πάνω από το μέσο όρο θα είναι 109,853 όταν όλες οι άλλοι παράμετροι παραμένουν σταθερές. Αναλυτικά, προβλεπτική εξίσωση έχει την εξής μορφή:

$$Y_{\text{άγχους}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(3,443*3) + (4,103*3) + (2,447*3) - (0,395*3) + (1,341*3) + (5,150*3) + (0,769*3) - (12,275*3,074) + (0,154*3) + 117,208 = 109,853$$

Αντίθετα, αν ένα άτομο βρίσκεται μια τυπική απόκλιση κάτω από το μέσο όρο στο ίδιο χαρακτηριστικό η προβλεπόμενη τιμή άγχους του κατά τη διάρκεια της παρουσίασης θα είναι:

$$Y_{\text{άγχους}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(3,443*3) + (4,103*3) + (2,447*3) - (0,395*3) + (1,341*3) + (5,150*3) + (0,769*3) - (12,275*1,116) + (0,154*3) + 117,208 = -10,329 + 12,309 + 7,341 - 1,185 + 4,023 + 15,45 + 2,307 - 13,699 + 0,462 + 117,208 = 133,887$$

Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων προσανατολισμών στο στόχο και των πέντε φόβων αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,379.

Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 14,3\%$) [$F(9, 47) = 0,699, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b

διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης.

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων προσανατολισμών στο στόχο και των πέντε φόβων αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,673. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων ($R^2 = 45,2\%$) [$F(9, 47) = 3,489, p < ,01$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι από τις εννέα μεταβλητές οι πιο σημαντικοί προβλεπτικοί παράγοντες είναι οι μεταβλητές ‘προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης’ ($b = -0,136, t = -2,146, p < ,05$) και προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση’ ($b = 0,296, t = 4,054, p < ,001$). Αυτό σημαίνει ότι όσο λιγότερο προσανατολισμένο στην προσέγγιση της μάθησης είναι το άτομο και όσο περισσότερο προσανατολισμένο στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση τόσο υψηλότερο είναι το επίπεδο αρνητικών συναισθημάτων του πριν από την παρουσίαση.

Παραδείγματος χάριν, για ένα άτομο με μέσο όρο 3,0405 και τυπική απόκλιση 1,290 στον προσανατολισμό προσέγγισης της μάθησης η προβλεπόμενη τιμή των αρνητικών συναισθημάτων του πριν από την παρουσίαση για μία τυπική απόκλιση πάνω από το μέσο όρο θα είναι 2,528 όταν όλες οι άλλοι παράμετροι παραμένουν σταθερές. Αναλυτικά, προβλεπτική εξίσωση έχει την εξής μορφή:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,136*4,331) + (0,296*3) + (0,001*3) - (0,081*3) + (0,014*3) + (0,012*3) + (0,094*3) + (0,101*3) + (0,028*3) + 1,722 = 2,528$$

Αντίθετα, αν ένα άτομο βρίσκεται μια τυπική απόκλιση κάτω από το μέσο όρο στο ίδιο χαρακτηριστικό η προβλεπόμενη τιμή αρνητικών συναισθημάτων του θα είναι:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,136*1,75) + (0,296*3) + (0,001*3) - (0,081*3) + (0,014*3) + (0,012*3) + (0,094*3) + (0,101*3) + (0,028*3) + 1,722 = 2,879$$

Όσον αφορά στον προσανατολισμό αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση η προβλεπτική εξίσωση θα έχει την εξής μορφή αν λάβουμε υπόψη πως ο μέσος όρος και η τυπική απόκλιση ενός ατόμου σε αυτό το χαρακτηριστικό είναι 3,7167 και 1,05842 αντίστοιχα με όλες τις άλλες παραμέτρους σταθερές:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,136*3) + (0,296*4,775) + (0,001*3) - (0,081*3) + (0,014*3) + (0,012*3) + (0,094*3) + (0,101*3) + (0,028*3) + 1,722 = 3,234$$

Αντίθετα, αν ένα άτομο βρίσκεται μια τυπική απόκλιση κάτω από το μέσο όρο στο ίδιο χαρακτηριστικό η προβλεπόμενη τιμή αρνητικών συναισθημάτων του θα είναι:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,136*3) + (0,296*2,658) + (0,001*3) - (0,081*3) + (0,014*3) + (0,012*3) + (0,094*3) + (0,101*3) + (0,028*3) + 1,722 = 2,608$$

Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Για την πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων προσανατολισμών στο στόχο και των πέντε φόβων αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,437. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών δε βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης του άγχους ($R^2 = 19,1\%$) [$F(9, 47) = 0,996, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι καμία από τις ανεξάρτητες μεταβλητές δε συνέβαλε σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης.

Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από το γραμμικό συνδυασμό των μεταβλητών: προσανατολισμός στο στόχο και φόβος αποτυχίας.

Για την πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από την αλληλεπίδραση των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας χρησιμοποιήθηκε η πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (μέθοδος enter). Ως κριτήρια πρόβλεψης του άγχους χρησιμοποιήθηκαν τα z-scores των τεσσάρων προσανατολισμών στο στόχο και των πέντε φόβων αποτυχίας. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν 0,513. Συνολικά, ο γραμμικός συνδυασμός των ανεξάρτητων μεταβλητών των προσανατολισμών στο στόχο και του φόβου αποτυχίας δεν βρέθηκε να ξεπερνά επίπεδα στατιστικής σημαντικότητας για την εξήγηση του ποσοστού διακύμανσης των αρνητικών

συναισθημάτων ($R^2 = 26,3\%$) [$F(9, 47) = 1,509, p > ,05$]. Από την επισκόπηση των συντελεστών b διαπιστώθηκε ότι από τις εννέα μεταβλητές ο πιο σημαντικός αρνητικός προβλεπτικός παράγοντας είναι η μεταβλητή 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης' ($b = -0,153, t = -2,203, p < ,05$). Αυτό σημαίνει ότι όσο λιγότερο προσανατολισμένο στην προσέγγιση της επίτευξης είναι το άτομο τόσο υψηλότερο είναι το επίπεδο αρνητικών συναισθημάτων του μετά την παρουσίαση.

Παραδείγματος χάριν, για ένα άτομο με μέσο όρο 2,938 και τυπική απόκλιση 0,931 στον προσανατολισμό προσέγγισης της επίτευξης η προβλεπόμενη τιμή των αρνητικών συναισθημάτων του πριν από την παρουσίαση για μία τυπική απόκλιση πάνω από το μέσο όρο θα είναι 1,220 όταν όλες οι άλλοι παράμετροι παραμένουν σταθερές. Αναλυτικά, προβλεπτική εξίσωση έχει την εξής μορφή:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,035*3) + (0,030*3) - (0,153*3,869) + (0,034*3) - (0,098*3) + (0,124*3) + (0,033*3) + (0,102*3) - (0,029*3) + 1,329 = 1,220043$$

Αντίθετα, αν ένα άτομο βρίσκεται μια τυπική απόκλιση κάτω από το μέσο όρο στο ίδιο χαρακτηριστικό η προβλεπόμενη τιμή αρνητικών συναισθημάτων του θα είναι:

$$Y_{\text{αρ. συναισθημάτων}} = \beta_1\chi_1 + \beta_2\chi_2 + \beta_3\chi_3 + \beta_4\chi_4 + \beta_5\chi_5 + \beta_6\chi_6 + \beta_7\chi_7 + \beta_8\chi_8 + \beta_9\chi_9 + \alpha = -(0,035*3) + (0,030*3) - (0,153*2,007) + (0,034*3) - (0,098*3) + (0,124*3) + (0,033*3) + (0,102*3) - (0,029*3) + 1,329 = 1,50493$$

Συζήτηση

Μέσα από την συγκεκριμένη έρευνα έγινε μια προσπάθεια να εξηγηθεί και να προβλεφθεί το άγχος και η συναισθηματική κατάσταση των φοιτητών τόσο από τους προσανατολισμούς στο στόχο που υιοθετούν όσο και από τους φόβους αποτυχίας. Ένας δεύτερος στόχος της έρευνας ήταν να εκτιμηθεί ο τρόπος που ρυθμίζουν οι φοιτητές τη συμπεριφορά τους σε αγχογόνες καταστάσεις επίτευξης που αποτελούν πρόκληση για τους ίδιους ανάλογα με τους προσανατολισμούς στο στόχο και τους φόβους αποτυχίας. Για το σκοπό αυτό και προκειμένου να παραχθεί νέα και ουσιαστική γνώση σε αυτό τον τομέα, η παρούσα έρευνα στηρίχθηκε σε ό,τι νέα ερευνητικά δεδομένα και προόδους έχουν συντελεστεί προς αυτή την κατεύθυνση.

Όσον αφορά στους προσανατολισμούς στο στόχο, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα άτομα με προσανατολισμό αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση παρουσίασαν τα υψηλότερα επίπεδα άγχους τόσο πριν από την παρουσίαση όσο και κατά τη διάρκεια αυτής. Επιπλέον, φάνηκε ότι πριν από την παρουσίαση είχαν τα περισσότερα αρνητικά συναισθήματα και τα λιγότερα θετικά συναισθήματα από κάθε άλλο προσανατολισμό. Ο προσανατολισμός αυτός

αποτελεί τον σημαντικότερο προβλεπτικό παράγοντα του άγχους και των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση. Τα άτομα με αυτόν τον προσανατολισμό ενώ κινητοποιούνται από ένα γνήσιο ενδιαφέρον για μάθηση και γνώση εκφράζουν μια έντονη ανησυχία μήπως δεν αποδώσουν όσο καλά μπορούν, μήπως κάνουν κάποιο λάθος, μήπως ξεχάσουν κάτι από αυτά που έχουν μάθει. Αυτή η έντονη ανησυχία και η έντονη προσπάθεια τους να αποφύγουν την αποτυχία σε συνδυασμό με τα στοιχεία τελειομανίας που φαίνεται να τους διακρίνουν (Elliot & McGregor, 2001) είναι ίσως που τελικά προκαλούν τα υψηλά επίπεδα άγχους και αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση. Το συγκεκριμένο εύρημα συμφωνεί με την έρευνα των Dickson και MacLeod (2004) στην οποία βρέθηκε ότι τα αυξημένα επίπεδα άγχους συσχετίζονταν με τους στόχους αποφυγής ('avoidance goals') και όχι με τους στόχους προσέγγισης ('approach goals'). Αυτό το εύρημα είναι ιδιαίτερα σημαντικό αφού μας δίνει πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο που λειτουργεί ο συγκεκριμένος προσανατολισμός και για τη σχέση του με το άγχος και τα συναισθήματα.

Τα άτομα που ήταν περισσότερο προσανατολισμένα στην προσέγγιση της μάθησης είχαν το λιγότερο άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίασης και είχαν τα περισσότερα θετικά και τα λιγότερα αρνητικά συναισθήματα από κάθε άλλο προσανατολισμό πριν από την παρουσίαση. Ο προσανατολισμός αυτός ενέχει ένα γνήσιο, εσωτερικό κίνητρο για μάθηση και τα άτομα αυτά έκαναν την παρουσίαση με στόχο την προσπάθεια και το μοίρασμα της γνώσης τους με τους συμφοιτητές τους. Ο προσανατολισμός αυτός πρόκειται για τον προγενέστερο πριν το διαχωρισμό 'προσανατολισμό στη μάθηση'. Έτσι, το συγκεκριμένο εύρημα συμφωνεί με το θεωρητικό πλαίσιο των προσανατολισμών στο στόχο και με ερευνητικά δεδομένα (Dweck & Leggett, 1988; Grant & Dweck, 2003; Rawsthorne & Elliot, 1999) τα οποία υποστηρίζουν πως όταν ένα άτομο με το συγκεκριμένο προσανατολισμό έρθει αντιμέτωπο με μια δοκιμασία- πρόκληση διακατέχεται από θετικά συναισθήματα, αισιοδοξία, ενδιαφέρον και χαρά. Επιπλέον, το ερευνητικό αυτό αποτέλεσμα συνηγορεί υπέρ των ερευνών στη διεθνή βιβλιογραφία που υποστηρίζουν πως ο προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης πρόκειται για μια λειτουργική και αποτελεσματική στρατηγική μάθησης (Ames, 1992; Ames & Archer, 1988; Dweck & Leggett, 1988; Church, Elliot & Gable, 2001).

Το λιγότερο άγχος πριν από την παρουσίαση φάνηκε ότι είχαν άτομα που προσανατολιζόνταν περισσότερο στην αποφυγή της επίτευξης. Αυτό το ερευνητικό αποτέλεσμα φαίνεται να έρχεται σε αντίθεση με το θεωρητικό και ερευνητικό πλαίσιο των προσανατολισμών στο στόχο καθώς στον συγκεκριμένο προσανατολισμό ενυπάρχει ο φόβος για ενδεχόμενη αποτυχία και αυτό θεωρητικά αυξάνει τα επίπεδα άγχους. Επί της ουσίας,

όμως, ο προσανατολισμός αποφυγής της επίτευξης δεν συσχετίζεται με στατιστικώς σημαντικά μειωμένα επίπεδα άγχους. Για την ακρίβεια είναι μόλις πέντε σφυγμούς λιγότερους από το γενικό μέσο όρο. Παρόλο που το εύρημα δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντικό, όταν συγκρίθηκαν μεταξύ τους οι προσανατολισμοί ο προσανατολισμός αποφυγής της επίτευξης φάνηκε να έχει σημαντικά λιγότερο άγχος από τους άλλους προσανατολισμούς. Το εύρημα αυτό εξηγείται από το γεγονός ότι το άτομο με αυτό τον προσανατολισμό φοβάται μεν την αποτυχία αλλά η αποτυχία για αυτόν είναι να είναι ένας από τους χειρότερους που συμμετέχουν. Έχει μειωμένη αντίληψη των ικανοτήτων του (Church & Elliot, 1999) και χαμηλή αυτοεκτίμηση (Sideridis, 2003). Για το άτομο με προσανατολισμό στην προσέγγιση της επίτευξης, όμως, η αποτυχία είναι να μην συμπεριλαμβάνεται στους καλύτερους. Διακατέχονται από μια έντονη επιθυμία να ξεπεράσουν τους άλλους και να αποδείξουν τις ανώτερες ικανότητές τους (Elliot & Church, 1997). Αυτό ενδεχομένως εξηγεί και τη διαφορά στα επίπεδα άγχους των δύο προσανατολισμών όπου τα άτομα με προσανατολισμό στην προσέγγιση της επίτευξης εμφανίζουν σημαντικά αυξημένο άγχος συγκριτικά με τα άτομα με προσανατολισμό στην αποφυγή της επίτευξης.

Από τις πολλαπλές παλινδρομήσεις και με τις εννέα μεταβλητές (τους τέσσερις προσανατολισμούς στο στόχο και τους πέντε φόβους αποτυχίας) διαπιστώθηκε ότι ο 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης' ήταν ο πιο σημαντικός αρνητικός προβλεπτικός παράγοντας των αρνητικών συναισθημάτων μετά από την παρουσίαση. Αυτό σημαίνει ότι όσο λιγότερο προσανατολισμένο στην προσέγγιση της επίτευξης ήταν το άτομο τόσο υψηλότερο ήταν το επίπεδο αρνητικών συναισθημάτων του μετά από την παρουσίαση. Αυτό το εύρημα φαίνεται να δικαιώνει τις υποθέσεις και τα ερευνητικά αποτελέσματα που καταλήγουν στην υποστήριξη μιας οπτικής 'πολλαπλών στόχων' όπου η πιο λειτουργική και αποτελεσματική συμπεριφορά εκδηλώνεται με την υιοθέτηση και των δύο βασικών τύπων προσανατολισμού στο στόχο (Butler & Winne, 1995; Barron & Harackiewicz, 2001; McGregor & Elliot, 2002; Ntoumanis & Biddle, 1999; Harackiewicz, Barron, & Elliot, 1998; Pintrich, 2001; Pintrich & Garcia, 1991).

Πολύ σημαντικό εύρημα αποτελεί η προβλεπτική ικανότητα των προσανατολισμών στο στόχο για τα αρνητικά συναισθήματα των ατόμων πριν από την παρουσίαση. Ο γραμμικός συνδυασμός των μεταβλητών 1) 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης' και 2) 'ο προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση' εξήγησε στατιστικά σημαντικά αλλά και ουσιαστικά το 45,4% της διακύμανσης των αρνητικών συναισθημάτων. Πιο συγκεκριμένα φάνηκε ότι όσο περισσότερο προσανατολισμένα σε

στόχους αποφυγής αποτυχίας της μάθησης ήταν τα άτομα τόσο υψηλότερα ήταν τα επίπεδα αρνητικών συναισθημάτων τους πριν από την παρουσίαση. Για τον προσανατολισμό στην προσέγγιση της μάθησης η σχέση ήταν αντιστρόφως ανάλογη. Το συγκεκριμένο εύρημα βρίσκεται σε συμφωνία με το βιβλιογραφικό πλαίσιο της θεωρίας των στόχων (Dweck & Leggett, 1988; Elliot & McGregor, 2001; Grant & Dweck, 2003; Rawsthorne & Elliot, 1999)

Όσον αφορά στους φόβους αποτυχίας, ο ‘φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή’ βρέθηκε να προβλέπει σημαντικά αλλά αρνητικά το άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίας. Αυτό το εύρημα ισχυροποιήθηκε από τις αναλύσεις πολλαπλής παλινδρόμησης με τις εννέα μεταβλητές (τα τέσσερα είδη προσανατολισμού και τα πέντε είδη φόβου αποτυχίας) όπου διαπιστώθηκε ότι αυτός ο παράγοντας είναι ο πιο σημαντικός αρνητικός προβλεπτικός παράγοντας του άγχους των φοιτητών κατά τη διάρκεια της παρουσίας. Ειδικότερα, φάνηκε ότι όσο πιο πολύ φοβόταν ο φοιτητής ότι σημαντικοί άλλοι θα χάσουν το ενδιαφέρον τους για αυτόν τόσο σημαντικά μειωμένο ήταν το άγχος του κατά τη διάρκεια που παρουσίαζε. Αυτό το είδος φόβου αποτυχίας σχετίζεται κυρίως με την κοινωνική εικόνα του ατόμου. Ενδεχομένως, αυτός ο φόβος να είναι τόσο ισχυρός ώστε να οδηγεί τα άτομα να αυτορρυθμίζουν τη συμπεριφορά τους τόσο αποτελεσματικά που να μειώνεται σημαντικά το άγχος τους.

Επιπλέον, στις συγκρίσεις μεταξύ των μεταβλητών διαπιστώθηκε ότι ο ‘φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης’ συσχετίστηκε με σημαντικά υψηλότερο άγχος σε σχέση με το ‘φόβο ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή’. Ο φόβος ότι θα υποτιμηθούν οι ικανότητες του ατόμου σχετίζεται με χαμηλή αυτοπεποίθηση και με εσωτερικές συγκρούσεις και πιθανόν να λειτουργεί αρνητικά για την αυτορρύθμιση σε σύγκριση με τα άτομα που φοβούνται ότι θα χάσουν κοινωνική επιρροή τα οποία φαίνεται να ρυθμίζουν αποτελεσματικότερα τη συναισθηματική τους ένταση. Στις συγκρίσεις διαπιστώθηκε ακόμη ότι τόσο ο ‘φόβος βίωσης αισθημάτων ντροπής και αμηχανίας’ όσο και ο ‘φόβος για αβέβαιο μέλλον’ σχετίζονταν με σημαντικά υψηλότερο άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίας συγκριτικά με τον ‘φόβο ότι θα χάσει κοινωνική επιρροή’.

Στα αποτελέσματα δεν βρέθηκε κάποιο από τα είδη του φόβου αποτυχίας να συμβάλλει σε στατιστικά σημαντικό βαθμό στην πρόβλεψη των θετικών και των αρνητικών συναισθημάτων πριν και μετά την παρουσίαση.

Παρόλο που τα παραπάνω ευρήματα είναι ενδιαφέροντα και συμβάλλουν στην καλύτερη κατανόηση της λειτουργίας των διαφορετικών στόχων προσανατολισμού και φόβων αποτυχίας σε ένα ιδιαίτερα αγχογόνο ακαδημαϊκό πλαίσιο, η συγκεκριμένη έρευνα παρουσιάζει κάποιους περιορισμούς που είναι σημαντικό να ληφθούν υπόψη. Καταρχήν,

πρόκειται για συναφειακή μελέτη και κατά συνέπεια δεν μπορούν να παρατηρηθούν αιτιώδεις σχέσεις αλλά μόνο συμμεταβολές. Έπειτα, το μέγεθος του δείγματος είναι μικρό και αυτό συνεπάγεται μεγάλο τυπικό σφάλμα το οποίο με τη σειρά του ενδεχομένως να 'καλύπτει' σημαντικές διαφορές μεταξύ των μεταβλητών της έρευνας. Επιπλέον, το δείγμα κατανέμεται άνισα ως προς το φύλο αποτελούμενο ως επί το πλείστον από γυναίκες μην επιτρέποντας την διεξαγωγή συμπερασμάτων για διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα. Ένας άλλος περιορισμός της έρευνας αφορά στη διαδικασία επιλογής του δείγματος. Οι συμμετέχοντες προσφέρθηκαν εθελοντικά να λάβουν μέρος στην έρευνα γεγονός που δηλώνει μια ήδη υπάρχουσα κινητοποίηση και προθυμία. Αυτή η συμπεριφορά δηλώνει από μόνη της ένα είδος προσανατολισμού απέναντι σε δοκιμασίες. Παρόλα αυτά, αξίζει να αναφερθεί εδώ ότι από τα άτομα που προσεγγίστηκαν για να συμμετάσχουν μόνο δύο αρνήθηκαν. Ένα άλλο αδύναμο σημείο της παρούσας έρευνας αποτελεί το γεγονός ότι δεν λήφθηκαν υπόψη κάποιοι παράγοντες που ενδεχομένως να επιδρούν στα επίπεδα άγχους των φοιτητών όπως το γνωστικό αντικείμενο της παρουσίασης, το έτος φοίτησης, η εμπειρία από προηγούμενες παρουσιάσεις.

Παρόλα αυτά, η συνεισφορά της παρούσας έρευνας στη βιβλιογραφία είναι σημαντική. Αποτελεί την πρώτη προσπάθεια μέτρησης του άγχους με φυσιολογικό τρόπο σε μια ιδιαίτερα αγχογόνα κατάσταση επίτευξης (όπως είναι μια παρουσίαση για τους φοιτητές). Εκτός από την μέτρηση του ως φυσιολογική αντίδραση του συμπαθητικού συστήματος πριν και κατά τη διάρκεια της παρουσίασης, το άγχος αξιολογήθηκε, επίσης, μέσω ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς καθώς και μέσω μιας κλίμακας παρατήρησης που συμπλήρωναν οι ερευνητές κατά τη διάρκεια της παρουσίασης. Ο στόχος μας ήταν να μελετηθεί και να αξιολογηθεί η αντίδραση άγχους με πληρότητα και επάρκεια. Επιπλέον, η συγκεκριμένη έρευνα παρέχει πολύτιμες πληροφορίες για τη φύση των προσανατολισμών στο στόχο και τη σχέση τους με το άγχος και τα συναισθήματα και δη του προσανατολισμού αποφυγής αποτυχίας στη μάθηση για τον οποίο υπάρχουν ελάχιστα ερευνητικά δεδομένα. Ταυτόχρονα, η μελέτη αυτή παρέχει πληροφορίες για τη φύση των φόβων αποτυχίας και τη σχέση τους με το άγχος και τα συναισθήματα, σχέση που επίσης έχει μελετηθεί ελάχιστα.

Η περαιτέρω εξέταση του άγχους και των συναισθημάτων ως προς τα κίνητρα και τους φόβους αποτυχίας από μελλοντικές έρευνες θα ήταν πολύτιμη. Το άγχος και η συναισθηματική κατάσταση των παιδιών αποτελούν μια πολύ σημαντική πτυχή τόσο των προσανατολισμών στο στόχο όσο και των φόβων αποτυχίας και παίζουν σημαντικό ρόλο στη μαθησιακή διαδικασία.

Το όλο θέμα του φόβου αποτυχίας και των παραγόντων που τον αποτελούν και τον προσδιορίζουν είναι εξαιρετικά ενδιαφέρον αλλά πολύπλοκο. Θα ήταν σημαντικό να διερευνηθούν οι διαφορετικοί παράγοντες που μπορεί να σχετίζονται με την εμφάνιση κάθε φόβου αποτυχίας. Η ταυτόχρονη μελέτη ενδοατομικών και περιβαλλοντικών μεταβλητών πιστεύουμε ότι θα αποδώσει σημαντικά ευρήματα.

Επιπλέον, διαχρονικές μελέτες για τους φόβους αποτυχίας σε παιδιά σχολικής ηλικίας ενδεχομένως να έδιναν σημαντικές πληροφορίες για το πώς οι φόβοι αυτοί επιδρούν στη μαθησιακή διαδικασία και την επίδοση των παιδιών, αποτελώντας έτσι πολύτιμα εργαλεία για την εκπαιδευτική κοινότητα.

Θα ήταν χρήσιμο, επίσης, μελλοντικές έρευνες να εξετάσουν τη διαφορετικότητα αγοριών και κοριτσιών ως προς τους προσανατολισμούς στο στόχο και τους φόβους αποτυχίας ιδιαίτερα όταν σε προηγούμενες έρευνες έχουν εξαχθεί σημαντικά συμπεράσματα για τους προσανατολισμούς και το φύλο.

Τέλος, είναι σημαντικό στις έρευνες που σχεδιάζονται για την καλύτερη κατανόηση των προσανατολισμών στο στόχο και ειδικότερα για το πώς οι διαφορετικοί στόχοι προσανατολισμού επιδρούν στην επίδοση, στα συναισθήματα, στη γνωστική αντίληψη να συμπεριλαμβάνονται και άλλοι τρόποι μέτρησης εκτός από τα ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς.

Βιβλιογραφία

- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Atkinson, J. W. (1966). Motivational determinants of risk-taking behavior. In J.W. Atkinson & N.T. Feather (Eds.), *A theory of achievement motivation* (pp.11- 30). New York: John Wiley & Sons.
- Atkinson, J. W., & Litwin, G. H. (1960). Achievement motive and test anxiety conceived as motive to approach success and motive to avoid failure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 60, 52-63.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84, 261-271.
- Ames, C. & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: student's learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80, 260-267.
- Barron, K. E. & Harackiewicz, J. M. (2001). Achievement goals and optimal motivation: Testing multiple goal models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 706-722
- Birney, R. C., Burdick, H. & Teevan, R. C. (1969). *Fear of failure*. New York: Van Nostrand.
- Butler, D., & Winne, P. (1995). Feedback and self-regulated learning: A theoretical synthesis. *Review of Educational Research*, 65, 245-281
- Church, M. A., Elliot, A., Gable, S. L.(2001). Perceptions of classroom environment, achievement goals and achievement outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 93, 43-54.
- Conroy, D. E. (2001). Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Anxiety, Stress & Coping*, 14, 431-452.
- Conroy, D. E. (2003). Representational models associated with Fear of Failure in adolescents and young adults. *Journal of Personality*, 71, 757-783.
- Conroy, D. E., Metzler, J. N., & Hofer, S. M. (2003). Factorial invariance and latent mean stability of performance failure appraisals. *Structural Equation Modeling*, 10, 401-422.
- Conroy, D. E., Poczwardowski, A., & Henschen, K. P. (2001). Evaluative criteria and perceived consequences of failure and success for elite athletes and performing artists. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 300-322.

- Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*, 76-90.
- Dickson, J. M. & MacLeod, A. K. (2004). Approach and avoidance goals and plans: Their relationship to anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 415-432.
- Dweck, C. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist, 41*, 1040-1048.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review, 95*, 256-273.
- Elliot, J. A. (1997). Intergrating the 'classic' and 'contemporary' approaches to achievement motivation: A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. In M. Maehr & P. Pintrich (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (Vol.10, pp. 243-279). Greenwich, CT: JAI Press.
- Elliot, J. A. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist, 34*, 169-189.
- Elliot, J. A., & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of personality and Social Psychology, 72*, 218-232.
- Elliot, J. A., & McGregor, H. (1999). Test anxiety and the hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 628- 644.
- Elliot, J. A., & McGregor, H. (2001). A 2 X 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*, 501- 519.
- Elliot, J. A., McGregor, A. H., & Gable, S. (1999). Achievement goals, study strategies, and exam performance: A mediational analysis. *Journal of Educational Psychology, 91*, 549-563.
- Elliot, J. A., & Harackiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*, 461-475.
- Elliot, J. A., & Sheldon, K. (1998). Avoidance achievement motivation: A personal goals analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 172-184.
- Grant, H., & Dweck, C. S. (2003). Clarifying achievement goals and their impact. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 541-553.

- Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., Carter, S. M., Lehto, A. T., & Elliot, A. J. (1997). Determinants and consequences of achievement goals in the college classroom: Maintaining interest and making the grade. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 1284-1295.
- Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., & Elliot, A. J. (1998). Rethinking achievement goals: When are they adaptive for college students and why? *Educational Psychologist, 33*, 1-21.
- Harackiewicz, J. M., & Elliot, A. J. (1993). Achievement goals and intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology, 65*, 904—915.
- Harackiewicz, J. M., & Sansone, C. (1991). Goals and intrinsic motivation: You can get there from here, In M. L. Maehr & P. R. Pintrich (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (Vol. 7, pp. 21-49). Greenwich, CT: JAI Press.
- Κωσταρίδου-Ευκλείδη, Α. (1997) . *Ψυχολογία Κινήτρων*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lewin, K. (1958). Psychology of Success and Failure. In: Locke, E. & Latham, G. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. New Jersey: Prentice Hall.
- Liebert, R. M. & Morris, L. W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological Reports, 20*, 975-978.
- Maehr, M., & Nicholls, J. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. In Papaioannou A., Milosis, D., Kosmidou, E., & Tsigilis, N. (2002). Multidimensional structure of goal orientations: The importance of adopting a personal development goal in physical education. *Psychology, 9(4)*, 494-513.
- McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. W., & Lowell, E. L. (1953). The achievement motive. In Κωσταρίδου-Ευκλείδη, Α. (1997). *Ψυχολογία κινήτρων* (β' έκδοση). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- McGregor, A. H., & Elliot, J. A. (2002). Achievement Goals as Predictors of Achievement-Relevant Processes Prior to Task Engagement. *Journal of Educational Psychology, 94*, 381-395
- Midgley, C., Kaplan, A. & Middleton, M. (2001). Performance- approach goals: good for what, for whom, under what circumstances, and at what cost? *Journal of Educational Psychology, 93*, 77-86.
- Midgley, C., Kaplan, A., Middleton, M., Maehr, M., Urdan, T., Anderman, L., Anderman, E., & Roeser, R. (1998). The development and validation of scales assessing students achievement goal orientations. *Contemporary Educational Psychology, 23*, 113-131.

- Middleton, M., & Midgley, C. (1997). Avoiding the demonstration of lack of ability: An underexplored aspect of goal theory. *Journal of Educational Psychology*, 89, 710-718.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age*. New York: Oxford University Press.
- Ntoumanis, N. & Biddle, S. J. H. (1999). Affect and achievement goals in physical activity: A meta-analysis. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9, 315-332.
- Pintrich, P. R. (2000). Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 92, 544-555.
- Pintrich, P. R., & Garcia, T. (1991). Student goal orientation and self-regulation in the college classroom. In M. L. Macho & P. R. Pintrich (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (Vol. 7, pp. 371-402). Greenwich, Cr: JAI Press.
- Pintrich, P. R., & Schunk, D.H. (1996). *Motivation in education: Theory, research and applications*. Englewood Cliffs, NJ: Merrill/Prentice Hall.
- Rawsthorne, L. J. & Elliot, A. J.(1999). Achievement goals and intrinsic motivation: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, 3, 326-344.
- Sideridis, G. D. (2003). On the origins of helpless behavior of students with learning disabilities: avoidance motivation? *Journal of Educational Research*, 39, 497-517.
- Skaalvik, E. M. (1997). Self-enhancing and self-defeating ego orientation: Relations with task and avoidance orientation, achievement, self-perceptions, and anxiety. *Journal of Educational Psychology*, 89, 71-81.
- Urduan, T. (1997). Achievement goal theory: Past results, future directions. In Bong M. (2004). *Academic Motivation in Self- Efficacy, Task Value, Achievement goal Orientations and Attributional Beliefs*. *The Journal of Educational*
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. Springer-Veriag, New York.

Τίτλοι Σχημάτων

Σχήμα 1: Πρόβλεψη της αντίδρασης άγχους πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο.

Σχήμα 2: Πρόβλεψη της αντίδρασης άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από τους προσανατολισμούς στο στόχο.

Σχήμα 3: Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο.

Σχήμα 4: Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους προσανατολισμούς στο στόχο.

Σχήμα 5: Πρόβλεψη της αντίδρασης άγχους κατά τη διάρκεια της παρουσίασης από τους φόβους αποτυχίας.

Σχήμα 6: Πρόβλεψη των θετικών συναισθημάτων πριν από την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας.

Σχήμα 7: Πρόβλεψη των αρνητικών συναισθημάτων μετά την παρουσίαση από τους φόβους αποτυχίας.

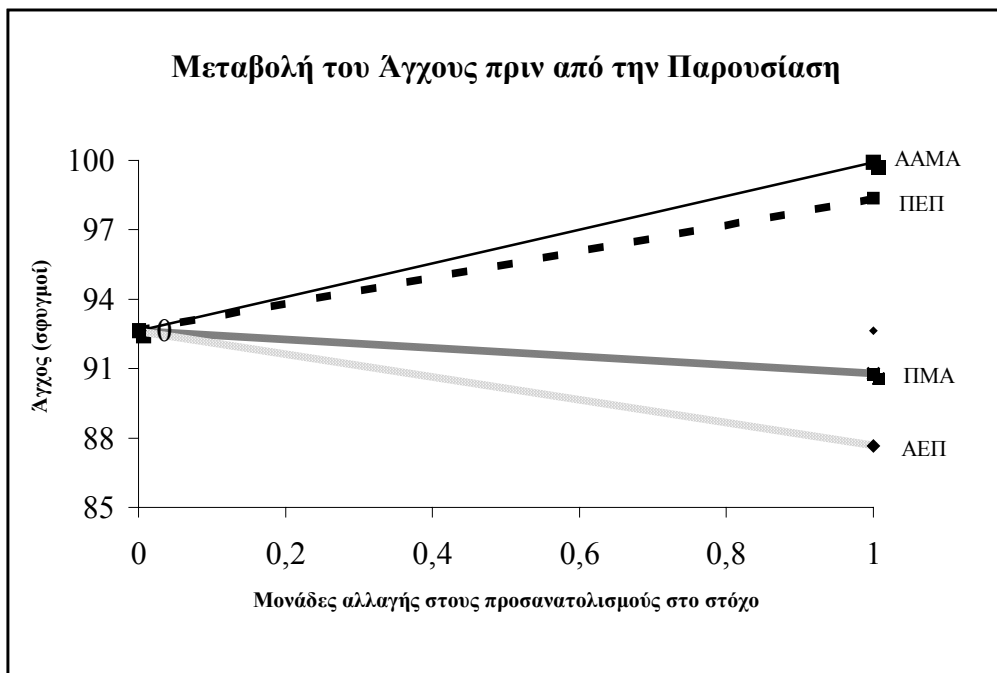
Πίνακας 1. Συνάφειες μεταξύ των μεταβλητών της έρευνας και οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις τους

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Άγχος πριν από την παρουσίαση	1.00														
2. Άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίασης	.62 ^β	1.00													
3. Προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης	-.08	.07	1.00												
4. Προσανατολισμός στην αποφυγή της αποτυχίας στη μάθησης	.25 ^α	.20	-.01	1.00											
5. Προσανατολισμός στην προσέγγιση της επίτευξης	.11	.11	.19	.18	1.00										
6. Προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης	.03	.08	.17	.37 ^β	.63 ^β	1.00									
7. Φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας	.01	.01	.30 ^α	.31 ^α	.22	.29 ^α	1.00								
8. Φόβος υποτίμησης αυτοεκτίμησης	-.10	-.02	.20	.15	.38 ^β	.29 ^α	.55 ^β	1.00							
9. Φόβος για αβέβαιο μέλλον	.04	-.03	.24	.11	.23	.11	.58 ^β	.46 ^β	1.00						
10. Φόβος να χάσει κοινωνική επιρροή	-.19	.28 ^α	-.09	.09	.18	.25	.40 ^β	.59 ^β	.38 ^β	1.00					
11. Φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν	-.03	-.09	-.03	.16	.10	.31 ^α	.40 ^β	.27	-.02	-.42 ^β	1.00				
12. Θετικά συναισθήματα	.16	-.07	.23	-.08	.16	.09	-.15	-.02	-.06	-.23	-.29 ^α	1.00			

πριν από την παρουσίαση															
13. Αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση	.18	.19	-.26 ^α	.62 ^β	.06	.12	.29 ^α	.24	.27	.36 ^α	.20	-.31 ^β	1.00		
14. Θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	.10	-.05	.05	.23	.24	.16	.22	-.04	.08	-.04	.138	.47 ^β	.09	1.00	
15. Αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση	-.00	-.03	-.07	.19	-.12	-.00	-.01 ^α	.23	.09	.32 ^α	.00	-.07	.41 ^β	-.23	1.00
Μέσος όρος	111.35	119.35	3.04	3.72	2.93	3.90	3.48	2.26	2.86	2.09	2.54	2.86	1.75	3.17	1.29
Τυπική απόκλιση	27.55	23.83	1.29	1.06	0.93	1.02	1.07	1.17	1.02	0.98	0.96	0.77	0.56	0.80	0.38

^α = $p < .05$, ^β = $p < .001$

Σχήμα 1:



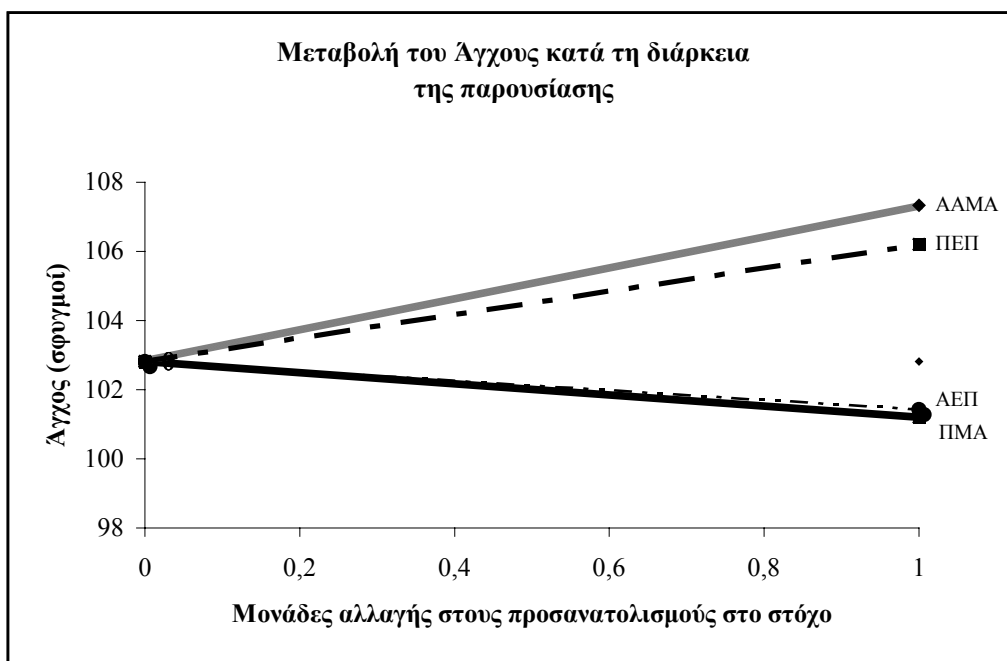
ΠΜΑ= 'προσανατολισμός στην προσέγγιση της μάθησης',

ΑΑΜΑ= 'προσανατολισμός στην αποφυγή αποτυχίας στη μάθηση',

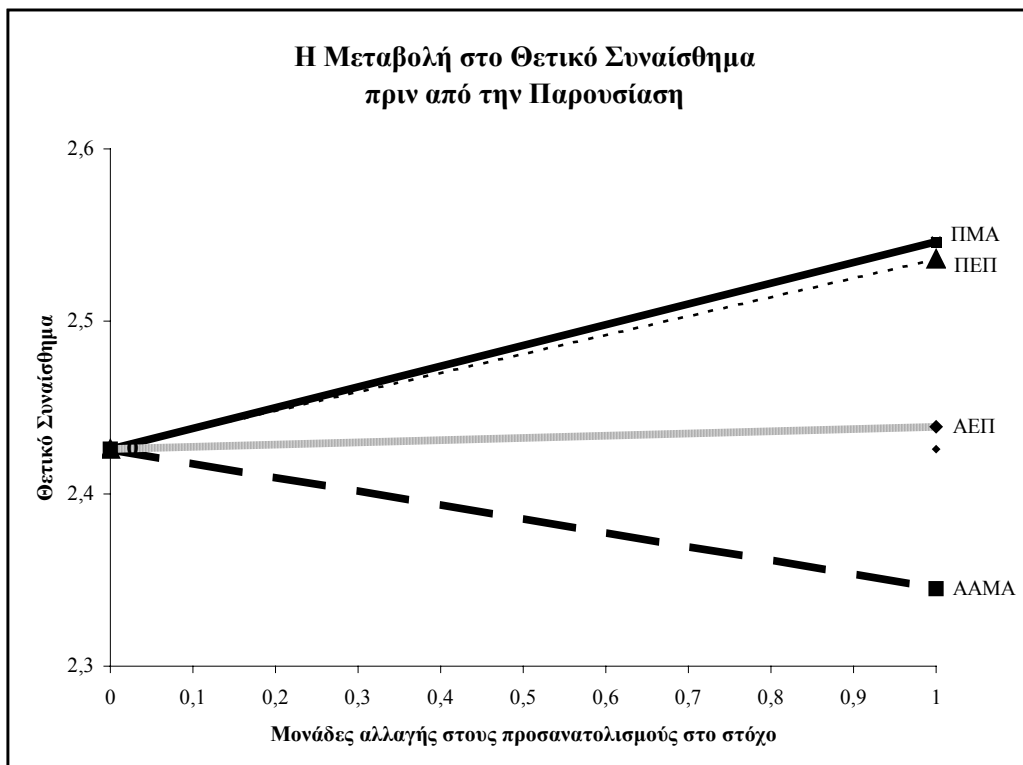
ΠΕΠ= 'προσανατολισμός στην προσέγγιση επίτευξης',

ΑΕΠ= 'προσανατολισμός στην αποφυγή επίτευξης'.

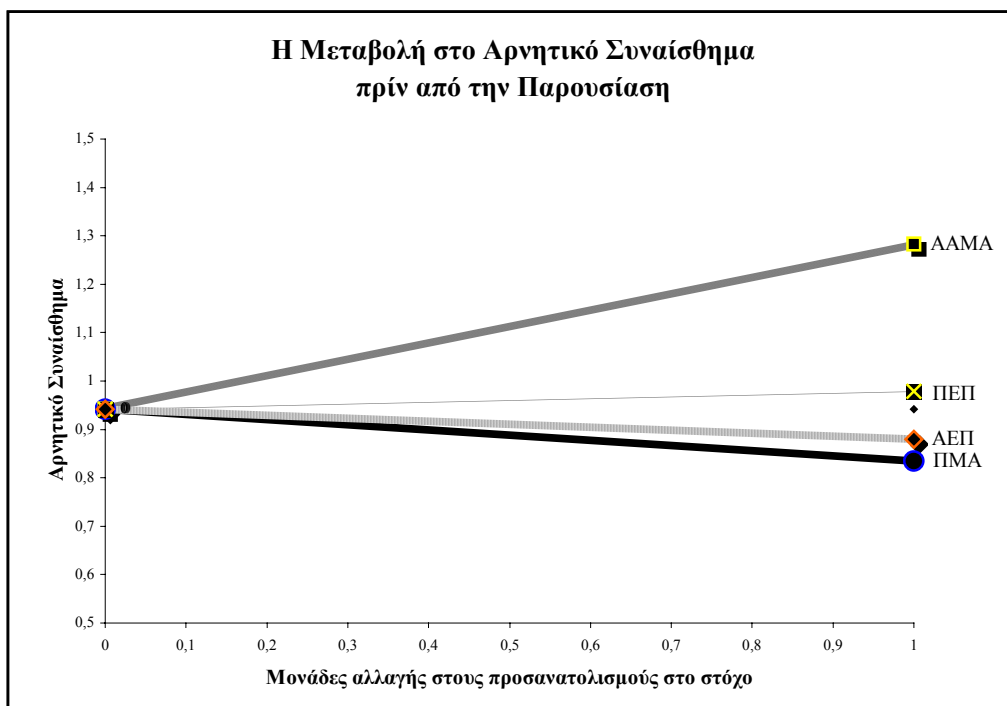
Σχήμα 2:



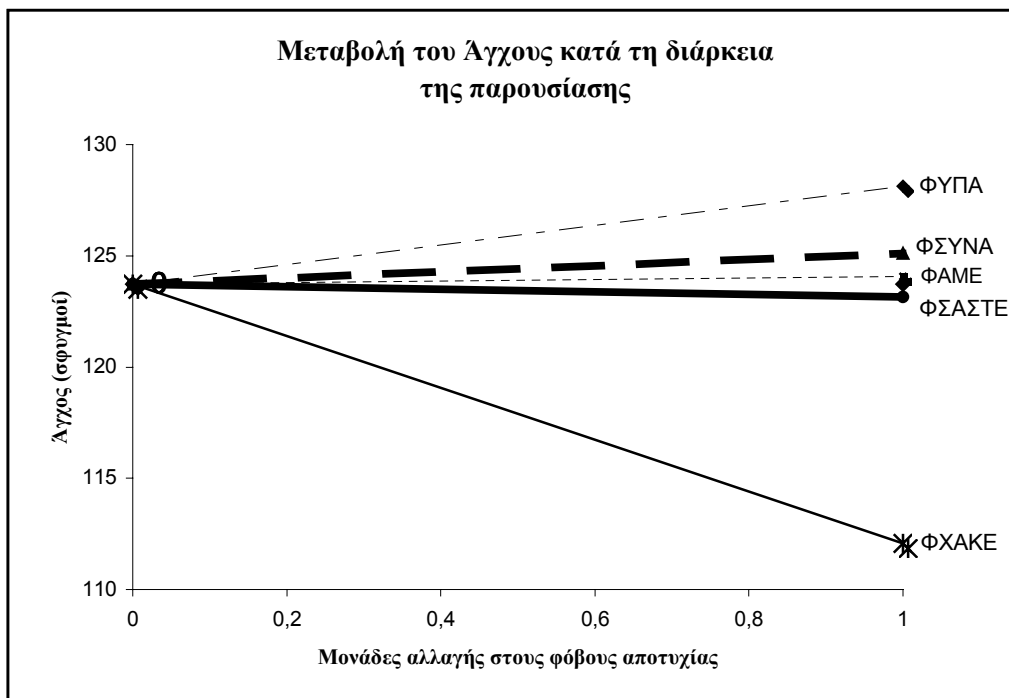
Σχήμα 3:



Σχήμα 4:

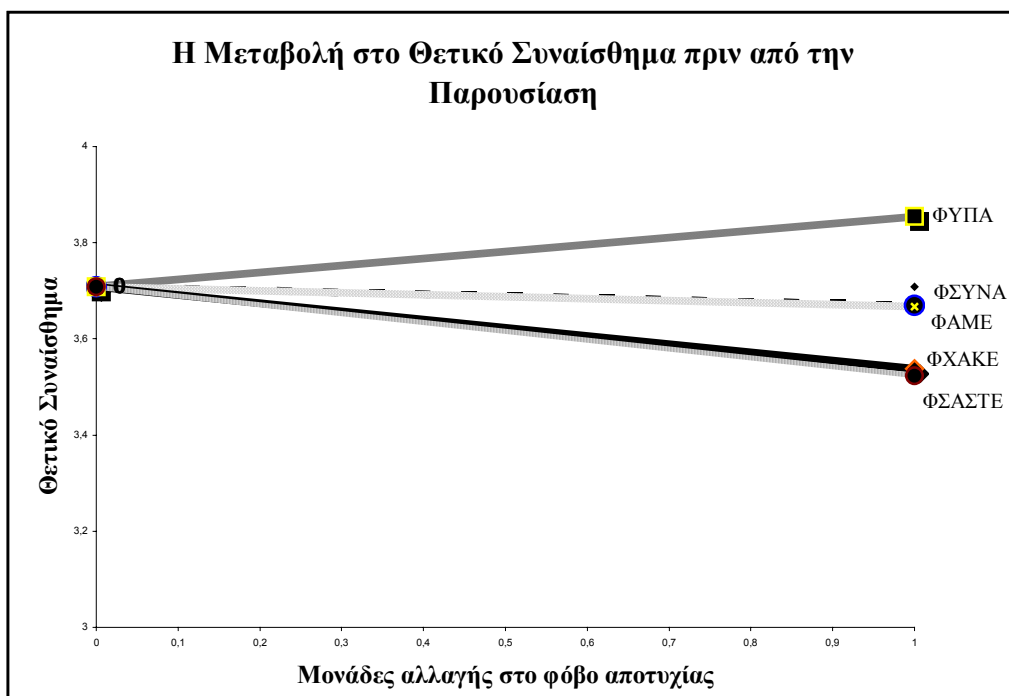


Σχήμα 5:

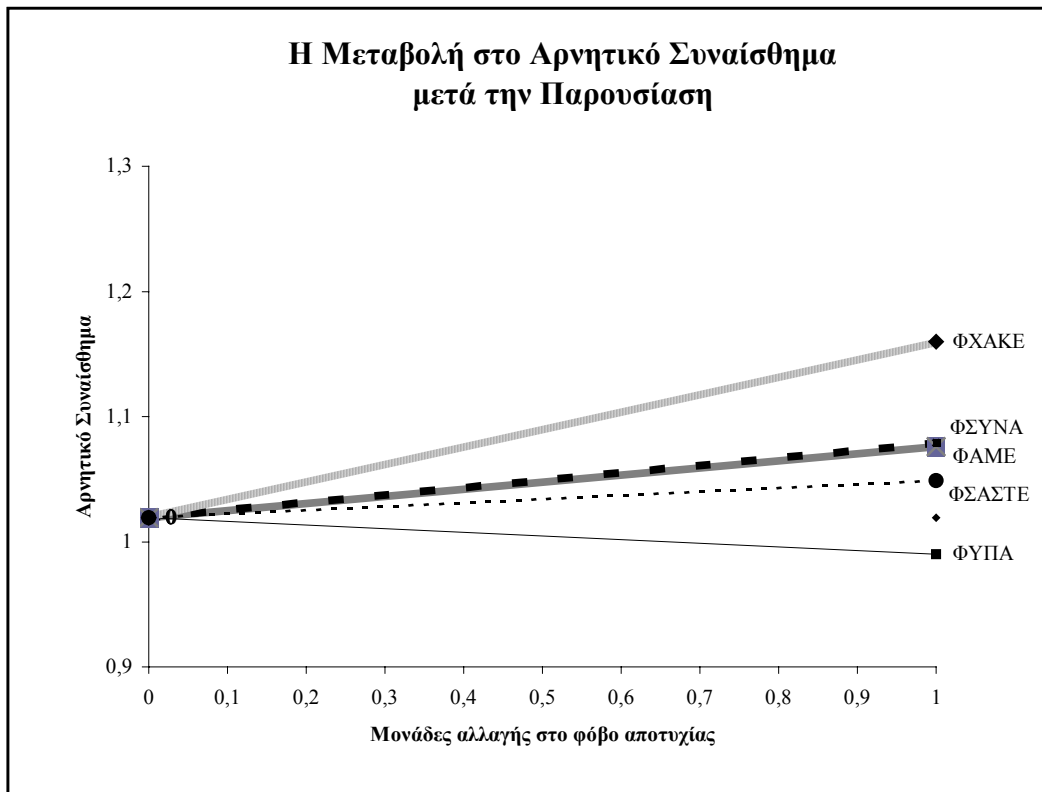


ΦΣΥΝΑ= 'φόβος βίωσης συναισθημάτων ντροπής και αμηχανίας',
 ΦΥΠΑ= 'φόβος υποτίμησης της αυτοεκτίμησης',
 ΦΑΜΕ= 'φόβος για αβέβαιο μέλλον',
 ΦΧΑΚΕ= 'φόβος ότι θα χάσει την κοινωνική του επιρροή',
 ΦΣΑΣΤΕ= 'φόβος ότι σημαντικοί άλλοι θα στεναχωρηθούν'.

Σχήμα 6:



Σχήμα 7:



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α΄

ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΙ ΣΤΟ ΣΤΟΧΟ

1. Άγχος πριν από την παρουσίαση

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{7,279 + 1,865}{\sqrt{2,58^2 + 3,328^2}} = \frac{9,144}{4,21} = 2,17$$

p=0,0167, για df=69

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{5,727 + 4,994}{\sqrt{4,547^2 + 4,385^2}} = \frac{10,72}{\sqrt{39,91}} = 1,697$$

p=0,047, για df=69

2. Άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίασης

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,525 + 1,602}{\sqrt{2,275^2 + 2,934^2}} = \frac{6,13}{\sqrt{13,783}} = 1,651$$

p=0,0517, για df=69

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{3,401 + 1,386}{\sqrt{4,009^2 + 3,866^2}} = \frac{4,79}{\sqrt{31,02}} = 0,860$$

p=0,196, για df=69

3. Θετικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,120 + 0,081}{\sqrt{0,073^2 + 0,094^2}} = \frac{0,201}{0,119} = 1,68$$

p=0,048 για df=68

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,110 - 0,013}{\sqrt{0,128^2 + 0,124^2}} = \frac{0,097}{0,178} = 0,5449$$

p=0,293 για df=68

4. Αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,108 - 0,341}{\sqrt{0,041^2 + 0,053^2}} = \frac{-0,449}{0,067} = -6,7015$$

p=2,4361E-09, για df=68

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,037 + 0,062}{\sqrt{0,072^2 + 0,070^2}} = \frac{0,099}{0,1005} = 0,985$$

p=0,196, για df=68

5. Θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,011 - 0,163}{\sqrt{0,076^2 + 0,097^2}} = \frac{-0,152}{0,1233} = -1,233$$

p=0,1109, για df=67

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,214 + 0,067}{\sqrt{0,133^2 + 0,129^2}} = \frac{0,281}{0,18528} = 1,5166$$

p=0,067, για df=67

6. Αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση

$$t_{\text{ΠΜΑ vs ΑΑΜΑ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,012 - 0,077}{\sqrt{0,037^2 + 0,047^2}} = \frac{-0,089}{0,0598} = -1,488$$

p=0,07, για df=67

$$t_{\text{ΠΕΠ vs ΑΕΠ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,068 - 0,011}{\sqrt{0,064^2 + 0,063^2}} = \frac{-0,079}{0,0898} = -0,88$$

p=0,426, για df=67

ΦΟΒΟΣ ΑΠΟΤΥΧΙΑΣ

1. Άγχος πριν από την παρουσίαση

$$t_{\Phi\Sigma\Upsilon\text{N}\text{A}\text{vs}\Phi\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,293 + 0,940}{\sqrt{6,408^2 + 5,403^2}} = \frac{1,233}{\sqrt{70,254}} = 0,147$$

$$p=0,441, df=48$$

$$t_{\Phi\Sigma\Upsilon\text{N}\text{A}\text{vs}\Phi\text{A}\text{M}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,293 - 4,637}{\sqrt{6,250^2 + 6,408^2}} = \frac{-4,344}{\sqrt{80,124}} = -0,485$$

$$p=0,314, df= 48$$

$$t_{\Phi\Sigma\Upsilon\text{N}\text{A}\text{vs}\Phi\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,293 + 8,695}{\sqrt{6,408^2 + 6,393^2}} = \frac{8,988}{\sqrt{41,062}} = 0,993$$

$$p=0,162, df=48$$

$$t_{\Phi\Sigma\Upsilon\text{N}\text{A}\text{vs}\Phi\Sigma\text{A}\Sigma\text{T}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,293 - 3,006}{\sqrt{6,408^2 + 6,112^2}} = \frac{-2,713}{\sqrt{41,062 + 37,356}} = \frac{-2,713}{\sqrt{78,418}} = -0,306$$

$$p=0,380, df=48$$

$$t_{\Phi\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi\text{A}\text{M}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,637 + 0,940}{\sqrt{5,403^2 + 6,250^2}} = \frac{5,577}{\sqrt{68,254}} = 0,675$$

$$p=0,251, df=48$$

$$t_{\Phi\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{8,695 - 0,940}{\sqrt{5,403^2 + 6,112^2}} = \frac{7,755}{\sqrt{70,062}} = 0,926$$

$$p= 0,179, df= 48$$

$$t_{\Phi\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi\Sigma\text{A}\Sigma\text{T}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{3,006 + 0,940}{\sqrt{5,403^2 + 6,112^2}} = \frac{3,946}{\sqrt{66,548}} = 0,48$$

$$p=0,3167, df=48$$

$$t_{\Phi\text{A}\text{M}\text{E}\text{vs}\Phi\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,637 + 8,695}{\sqrt{6,250^2 + 6,393^2}} = \frac{13,332}{\sqrt{79,932}} = 1,491$$

$$p=0,071, df=48$$

$$t_{\Phi_{AME}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,637 - 3,006}{\sqrt{6,250^2 + 6,112^2}} = \frac{1,631}{\sqrt{76,418}} = 0,186$$

$$p=0,426, df=48$$

$$t_{\Phi_{\chi\chi\chi E}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{3,006 + 8,695}{\sqrt{6,393^2 + 6,112^2}} = \frac{11,701}{\sqrt{40,870 + 37,356}} = 1,32$$

$$p=0,096, df=48$$

2. Άγχος κατά τη διάρκεια της παρουσίασης

$$t_{\Phi_{\Sigma YN\Lambda vs\Phi_{\gamma\gamma\gamma\Lambda}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{1,408 - 4,404}{\sqrt{5,217^2 + 4,400^2}} = \frac{-2,996}{\sqrt{46,577}} = -0,439$$

$$p=0,331, df=48$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YN\Lambda vs\Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{1,408 - 0,356}{\sqrt{5,217^2 + 5,089^2}} = \frac{1,052}{7,287} = 0,144$$

$$p=0,443, df=48$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YN\Lambda vs\Phi_{\chi\chi\chi E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{1,408 + 11,636}{\sqrt{5,217^2 + 5,205^2}} = \frac{13,044}{\sqrt{54,309}} = 1,770$$

$$p=0,041, df=48$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YN\Lambda vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{1,408 - 0,565}{\sqrt{5,217^2 + 4,977^2}} = \frac{0,843}{\sqrt{51,987}} = 0,116$$

$$p=0,454, df=48$$

$$t_{\Phi_{\gamma\gamma\gamma\Lambda vs\Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,404 - 0,356}{\sqrt{4,400^2 + 5,089^2}} = \frac{4,048}{\sqrt{19,36 + 25,897}} = \frac{4,048}{6,727} = 0,601$$

$$p=0,275, df=48$$

$$t_{\Phi_{\gamma\gamma\gamma\Lambda vs\Phi_{\chi\chi\chi E}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,404 + 11,636}{\sqrt{4,400^2 + 5,205^2}} = \frac{16,04}{\sqrt{46,452}} = 2,353$$

$$p=0,011, df=48$$

$$t_{\Phi_{YIIA}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{4,404 - 0,565}{\sqrt{4,400^2 + 4,977^2}} = \frac{3,839}{\sqrt{44,13}} = 0,577$$

$$p=0,283, df=48$$

$$t_{\Phi_{AME}vs\Phi_{\chi\chi\chi KE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,356 + 11,636}{\sqrt{5,089^2 + 5,205^2}} = \frac{11,992}{\sqrt{52,989}} = 1,647$$

$$p=0,053, df=48$$

$$t_{\Phi_{AME}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,356 - 0,565}{\sqrt{5,089^2 + 4,977^2}} = \frac{-0,209}{\sqrt{50,667}} = -0,029$$

$$p=0,488, df=48$$

$$t_{\Phi_{\chi\chi\chi KE}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,565 + 11,636}{\sqrt{4,977^2 + 5,205^2}} = \frac{12,201}{\sqrt{51,862}} = 1,694$$

$$p=0,048, df=48$$

3. Θετικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA}vs\Phi_{YIIA}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,038 - 0,147}{\sqrt{0,152^2 + 0,129^2}} = \frac{-0,185}{0,19935} = -0,928$$

$$p=0,179, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA}vs\Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,038 + 0,041}{\sqrt{0,152^2 + 0,150^2}} = \frac{0,003}{0,2135} = 0,014$$

$$p=0,494, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA}vs\Phi_{\chi\chi\chi KE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,038 + 0,170}{\sqrt{0,152^2 + 0,152^2}} = \frac{0,132}{0,2149} = 0,614$$

$$p=0,271, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,038 + 0,185}{\sqrt{0,152^2 + 0,145^2}} = \frac{0,147}{0,210} = 0,7$$

$$p=0,243, df=47$$

$$t_{\Phi\text{YPIA vs } \Phi\text{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,147 + 0,041}{\sqrt{0,129^2 + 0,150^2}} = \frac{0,188}{0,1978} = 0,9504$$

$$p=0,173, df=47$$

$$t_{\Phi\text{YPIA vs } \Phi\text{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,147 + 0,170}{\sqrt{0,129^2 + 0,152^2}} = \frac{0,317}{0,199} = 1,593$$

$$p= 0,059, df= 47$$

$$t_{\Phi\text{YPIA vs } \Phi\text{ΣΑΣΤΕ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,147 + 0,185}{\sqrt{0,129^2 + 0,145^2}} = \frac{0,332}{0,194} = 1,71$$

$$p=0,047, df=47$$

$$t_{\Phi\text{AME vs } \Phi\text{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,041 + 0,17}{\sqrt{0,150^2 + 0,152^2}} = \frac{0,129}{0,2135} = 0,6042$$

$$p=0,274, df=47$$

$$t_{\Phi\text{AME vs } \Phi\text{ΣΑΣΤΕ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,041 + 0,185}{\sqrt{0,150^2 + 0,145^2}} = \frac{0,144}{0,2086} = 0,6903$$

$$p=0,2467, df=47$$

$$t_{\Phi\text{XAKE vs } \Phi\text{ΣΑΣΤΕ}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,170 + 0,185}{\sqrt{0,152^2 + 0,145^2}} = \frac{0,015}{0,21} = 0,0714$$

$$p=0,471, df=47$$

4. Αρνητικά συναισθήματα πριν από την παρουσίαση

$$t_{\Phi\text{ΣΥΝΑ vs } \Phi\text{YPIA}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,057 + 0,029}{\sqrt{0,096^2 + 0,081^2}} = \frac{0,086}{0,1256} = 0,685$$

$$p=0,248, df=47$$

$$t_{\Phi\text{ΣΥΝΑ vs } \Phi\text{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,057 + 0,060}{\sqrt{0,096^2 + 0,094^2}} = \frac{0,117}{0,134} = 0,87$$

p=0,194, df= 47

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA} vs \Phi_{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,057 + 0,141}{\sqrt{0,096^2 + 0,096^2}} = \frac{0,198}{0,1357} = 1,459$$

p=0,075, df=47

$$t_{\Phi_{\Sigma YNA} vs \Phi_{\Sigma \Lambda \Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,057 + 0,030}{\sqrt{0,096^2 + 0,092^2}} = \frac{0,087}{0,1329} = 0,654$$

p=0,258, df=47

$$t_{\Phi_{YIIA} vs \Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,029 - 0,060}{\sqrt{0,081^2 + 0,094^2}} = \frac{-0,089}{0,124} = -0,718$$

p=0,238, df=47

$$t_{\Phi_{YIIA} vs \Phi_{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,021 - 0,141}{\sqrt{0,081^2 + 0,096^2}} = \frac{-0,17}{0,126} = -1,352$$

p= 0,091, df= 47

$$t_{\Phi_{YIIA} vs \Phi_{\Sigma \Lambda \Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,029 - 0,030}{\sqrt{0,081^2 + 0,092^2}} = \frac{-0,059}{0,1227} = -0,4808$$

p=0,316, df=47

$$t_{\Phi_{AME} vs \Phi_{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,060 - 0,141}{\sqrt{0,094^2 + 0,096^2}} = \frac{-0,081}{0,134} = -0,6035$$

p=0,274, df=47

$$t_{\Phi_{AME} vs \Phi_{\Sigma \Lambda \Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,060 + 0,030}{\sqrt{0,094^2 + 0,092^2}} = \frac{0,09}{0,1314} = 0,685$$

p=0,248, df=47

$$t_{\Phi_{XAKE} vs \Phi_{\Sigma \Lambda \Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,141 + 0,030}{\sqrt{0,096^2 + 0,092^2}} = \frac{0,171}{0,133} = 1,286$$

p=0,102, df=47

5. Θετικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση

$$t_{\Phi_{\Sigma\Upsilon\text{N}\Delta\text{vs}\Phi_{\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,227 + 0,120}{\sqrt{0,169^2 + 0,140^2}} = \frac{0,347}{0,2195} = 1,5808$$

$$p=0,06, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma\Upsilon\text{N}\Delta\text{vs}\Phi_{\text{A}\text{M}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,227 - 0,023}{\sqrt{0,169^2 + 0,165^2}} = \frac{0,204}{0,236} = 0,864$$

$$p=0,196, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma\Upsilon\text{N}\Delta\text{vs}\Phi_{\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,227 + 0,103}{\sqrt{0,169^2 + 0,166^2}} = \frac{0,33}{0,237} = 1,393$$

$$p=0,085, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Sigma\Upsilon\text{N}\Delta\text{vs}\Phi_{\Sigma\text{A}\Sigma\text{T}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,227 - 0,093}{\sqrt{0,169^2 + 0,161^2}} = \frac{0,134}{0,233} = 0,574$$

$$p=0,284, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi_{\text{A}\text{M}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,120 - 0,023}{\sqrt{0,140^2 + 0,165^2}} = \frac{-0,143}{0,216} = -0,66084$$

$$p=0,256, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi_{\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,120 + 0,103}{\sqrt{0,140^2 + 0,166^2}} = \frac{-0,017}{0,217} = -0,078$$

$$p=0,469, df=47$$

$$t_{\Phi_{\Upsilon\text{I}\text{I}\text{A}\text{vs}\Phi_{\Sigma\text{A}\Sigma\text{T}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,120 - 0,093}{\sqrt{0,140^2 + 0,161^2}} = \frac{-0,213}{0,21336} = 0,998$$

$$p=0,162, df=47$$

$$t_{\Phi_{\text{A}\text{M}\text{E}\text{vs}\Phi_{\text{X}\text{A}\text{K}\text{E}}}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,023 + 0,103}{\sqrt{0,165^2 + 0,166^2}} = \frac{0,126}{0,234} = 0,538$$

$$p=0,2964, df=47$$

$$t_{\Phi_{AME}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,023 - 0,093}{\sqrt{0,165^2 + 0,161^2}} = \frac{-0,07}{0,2305} = -0,3036$$

$$p=0,381, df=47$$

$$t_{\Phi_{XAKE}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,103 - 0,093}{\sqrt{0,166^2 + 0,161^2}} = \frac{-0,196}{0,231} = -0,848$$

$$p=0,2002, df=47$$

6. Αρνητικά συναισθήματα μετά την παρουσίαση

$$t_{\Phi_{SYNA}vs\Phi_{YIIA}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,076 - 0,054}{\sqrt{0,073^2 + 0,061^2}} = \frac{-0,13}{0,095} = -1,368$$

$$p=0,088, df=47$$

$$t_{\Phi_{SYNA}vs\Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,076 - 0,005}{\sqrt{0,073^2 + 0,072^2}} = \frac{-0,081}{0,10253} = -0,79001$$

$$p=0,216, df=47$$

$$t_{\Phi_{SYNA}vs\Phi_{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,076 - 0,131}{\sqrt{0,073^2 + 0,072^2}} = \frac{-0,207}{0,1025} = -2,019$$

$$p=0,024, df=47$$

$$t_{\Phi_{SYNA}vs\Phi_{\Sigma\Lambda\Sigma TE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{-0,076 + 0,032}{\sqrt{0,073^2 + 0,070^2}} = \frac{-0,044}{0,101} = -0,435$$

$$p=0,332, df=47$$

$$t_{\Phi_{YIIA}vs\Phi_{AME}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,054 - 0,005}{\sqrt{0,054^2 + 0,005^2}} = \frac{0,049}{0,054} = 0,907$$

$$p=0,184, df=47$$

$$t_{\Phi_{YIIA}vs\Phi_{XAKE}} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,054 - 0,131}{\sqrt{0,061^2 + 0,072^2}} = \frac{-0,077}{0,094} = -0,819$$

$$p=0,208, df=47$$

$$t_{\Phi YPIA vs \Phi \Sigma \Lambda \Sigma TE} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,054 + 0,032}{\sqrt{0,061^2 + 0,070^2}} = \frac{0,086}{0,0928} = 0,9267$$

$$p=0,179, df=47$$

$$t_{\Phi AME vs \Phi \chi \Lambda KE} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,005 - 0,131}{\sqrt{0,072^2 + 0,072^2}} = \frac{-0,126}{0,102} = -1,237$$

$$p=0,111, df=47$$

$$t_{\Phi AME vs \Phi \Sigma \Lambda \Sigma TE} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,005 + 0,037}{\sqrt{0,072^2 + 0,070^2}} = \frac{0,037}{0,1004} = 0,3685$$

$$p=0,357, df=47$$

$$t_{\Phi \chi \Lambda KE vs \Phi \Sigma \Lambda \Sigma TE} = \frac{b_1 - b_2}{\sqrt{se_1^2 + se_2^2}} = \frac{0,131 + 0,032}{\sqrt{0,072^2 + 0,070^2}} = \frac{0,163}{0,1004} = 1,623$$

$$p=0,055, df=47$$