

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
Μεταπτυχιακό πρόγραμμα "ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ"

Μάθημα: Μεθοδολογία παρουσίασης δεδομένων και  
συγγραφής της διατριβής

## Γράφοντας την έρευνα

Βασιλική Ζήση, PhD

## Θέματα που θα αναλυθούν

- Μελέτη και οργάνωση της βιβλιογραφίας
  - Κριτική σκέψη, κριτικό γράψιμο, κριτικό διάβασμα, ανάγνωση επιστημονικών μελετών
- Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της
  - Εδάφιο, παράφραση, περιληπτική αναφορά.
- Βιβλιογραφία: τρόπος συγγραφής της σύμφωνα με τον APA.

## Μελέτη και οργάνωση της βιβλιογραφίας

### Τι είναι η κριτική σκέψη

Το να σκεφτόμαστε είναι κάτι που δεν το επιλέγουμε. Απλώς το κάνουμε συνέχεια. Όταν σκεφτόμαστε, δηλαδή δίνουμε προσοχή στον τρόπο που σκεφτόμαστε τότε έχουμε **κριτική σκέψη**.

Η κριτική σκέψη δεν είναι μόνο δραστηριότητα, είναι στάση ζωής. Κάποιος που αντιμετωπίζει τη ζωή με περιέργεια και ψάχνει κάτω από την επιφάνεια, έχει κριτική σκέψη.

Το βασικό στοιχείο της κριτικής σκέψης είναι να σκέφτεσαι πέρα από το προφανές, πέρα από τη λάμψη των εικόνων στην τηλεόραση, τις σαγηνευτικές υποσχέσεις των διαφημίσεων, τις διφορούμενες δηλώσεις κάποιων στις «ειδήσεις», τους χειρισμούς με πλάγιο λόγο και λανθασμένη αιτιολόγηση.

## Κριτική σκέψη

### Συμμετοχή στην κριτική σκέψη

Κάποιος **συμμετέχει στην κριτική σκέψη** όταν κατευθύνει όλη του την προσοχή σε μια ενέργεια ή μια ιδέα, τη σκέφτεται και στο τέλος αντιδρά.

Στην καθημερινή ζωή συμμετέχουμε καθημερινά σε κριτική σκέψη, π.χ. όταν γνωρίζουμε ένα καινούριο άτομο και αποφασίζουμε αν μας αρέσει, βλέπουμε μια ταινία ή διαβάζουμε ένα βιβλίο και λέμε αν μας άρεσε.

Στο ακαδημαϊκό περιβάλλον, η κριτική σκέψη περνάει από ορισμένα στάδια, τα οποία **εφαρμόζονται τόσο στο (κριτικό) διάβασμα όσο και στο (κριτικό) γράψιμο**. Τα στάδια αυτά είναι: **Σύνοψη, Ανάλυση, Σύνθεση, Αξιολόγηση**.

## Κριτική σκέψη

### Συμμετοχή στην κριτική σκέψη

**Σύνοψη:** Εξάγουμε και αναδιατυπώνουμε το κεντρικό μήνυμα της πηγής, χωρίς να προσθέσουμε τίποτα.

**Ανάλυση:** Εξετάζουμε το υλικό σπάνοντας το σε κομμάτια, έτσι ώστε να δούμε πώς αυτά συνδέονται μεταξύ τους. Βλέπουμε τη σειρά των συλλογισμών ανάλογα με τα στοιχεία, τις αποδείξεις που δίνονται και τη λογική που χρησιμοποιείται. Διαβάζουμε «ανάμεσα στις γραμμές» για να βγάλουμε συμπεράσματα, έτσι ώστε να κερδίσουμε πληροφορίες που εννοούνται, αλλά δεν διατυπώνονται. Μπορούμε ακόμη να βγάλουμε συμπεράσματα για τον «τόνο» της πηγής από το στυλ του λόγου και την επιλογή των λέξεων.

## Κριτική σκέψη

### Συμμετοχή στην κριτική σκέψη

**Σύνθεση:** Βάζουμε μαζί ότι έχουμε εξάγει στη σύνοψη και την ανάλυση και τα συνδέουμε με τις δικές μας εμπειρίες, που αποκομίσαμε από διάβασμα άλλων πηγών, συζητήσεις, κείμενα στο διαδίκτυο και λοιπά. Με τον τρόπο αυτό δημιουργούμε ένα καινούριο σύνολο που αντανακλά καινούρια γνώση και επίγνωση της παλιάς γνώσης.

**Αξιολόγηση:** Τελικά, κρίνε την ποιότητα του υλικού, εφόσον πέρασες από τα προηγούμενα τρία βήματα. Αντιστάσου στην πολύ συνηθισμένη βιασύνη να κρίνεις πριν συναψίσεις, αναλύσεις και συνθέσεις!

Μην μπερδεύετε τη σύνθεση με την σύνοψη!

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Τι είναι το διάβασμα**

Το διάβασμα είναι μια ενεργητική διαδικασία, μία δυναμική αλληλεπίδραση ανάμεσα στον εγκέφαλο και τη σελίδα. Η κατανόηση της διαδικασίας της ανάγνωσης βοηθάει στην ανάπτυξη της κριτικής σκέψης.

Η κυριότερη δραστηριότητα κατά τη διαδικασία της ανάγνωσης είναι οι προβλέψεις. Το μυαλό μας μαντεύει συνέχεια τι θα ακολουθήσει. Μόλις βλέπει τι ακολουθεί, επιβεβαιώνει ή αναθεωρεί και προχωρά.

Για να μπορέσετε να κάνετε αποτελεσματικές προβλέψεις, αποφασίστε το λόγο για τον οποίο διαβάζετε κάτι, συνήθως για χαλάρωμα ή για να μάθετε. Η ανάγνωση για μάθηση συνήθως απαιτεί επανάληψη της ανάγνωσης και κατανόηση.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Τι είναι το διάβασμα**

Η ταχύτητα της ανάγνωσης εξαρτάται από το σκοπό της. Όταν ψάχνουμε για μια συγκεκριμένη πληροφορία ή όταν είμαστε εξοικειωμένοι με το θέμα του κειμένου, τότε διαβάζουμε πιο γρήγορα.

Όταν το θέμα δεν μας είναι γνωστό, τότε χρειαζόμαστε περισσότερο χρόνο έτσι ώστε ο εγκέφαλος μας να απορροφήσει το καινούριο υλικό

Η ανάγνωση απαιτεί σκέψη σε τρία επίπεδα:

- **Διάβασμα για το κυριολεκτικό νόημα:** διαβάζω «στις γραμμές» για να δω τι λέει.
- **Διάβασμα για διεξαγωγή συμπερασμάτων:** διαβάζω «ανάμεσα στις γραμμές», για να δω τι εννοείται ενώ δεν αναφέρεται.
- **Διάβασμα για αξιολόγηση:** Διαβάζω «πέρα από τις γραμμές» για να σχηματίσω τη δική μου γνώμη.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Διάβασμα για το κυριολεκτικό νόημα**

Είναι το διάβασμα για κατανόηση. Ο βασικός σκοπός είναι να βρούμε την κεντρική ιδέα και τις βασικές λεπτομέρειες.

Το διάβασμα για το κυριολεκτικό νόημα δεν είναι τόσο εύκολο όσο ακούγεται. Η βιαστική ανάγνωση για να «καλύψουμε» ένα κείμενο παίρνει περισσότερο χρόνο απ' ό,τι το αποτελεσματικό διάβασμα για κατανόηση.

Όταν το στυλ που χρησιμοποιεί ο συγγραφέας είναι δύσκολο, τότε χρειαζόμαστε περισσότερο χρόνο. Θα πρέπει να «σπάσουμε» τις προτάσεις για να τις κάνουμε πιο εύληπτες.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

Παρακάτω είναι κάποιες οδηγίες που βοηθούν στο διάβασμα για κατανόηση.

**Κάνε συνδυασμούς.** Σύνδεσε το υλικό που διαβάζεις με αυτά που ήδη ξέρεις, ειδικά αν δεν είσαι τόσο εξοικειωμένος με το αντικείμενο. Πιθανά να πρέπει να διαβάσεις πρώτα κάποιο εύκολο κείμενο.

**Διευκόλυνε την αυτοσυγκέντρωση σου.** Αν το μυαλό σου ταξιδεύει πίσε τον εαυτό σου να συγκεντρωθεί και κάνε ότι νομίζεις ότι θα σε βοηθήσει: Φρόντισε για ησυχία ή μουσική, μόνος ή στη βιβλιοθήκη. Προσπάθησε να διαβάσεις τις καλύτερες για σένα ώρες (κάποιοι συγκεντρώνονται καλύτερα το πρωί, κάποιοι άλλοι το βράδυ).

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

**Κάνε κατανομή του χρόνου.** Για να κατανοήσεις καινούρια πράγματα θα πρέπει να έχεις αρκετό χρόνο για να διαβάσεις, να σκεφτείς, να ξαναδιαβάσεις και να μελετήσεις. Προσπάθησε να εξισορροπήσεις το χρόνο που χρειάζεται για τα μαθήματα, τη δουλειά, την οικογένεια και τους φίλους.

**Μάθε το λεξιλόγιο.** Αν δεν γνωρίζεις τη βασική ορολογία, τότε δεν μπορείς να κατανοήσεις πλήρως τα σχετικά αναγνώσματα. Όταν συναντάς καινούριες λέξεις προσπάθησε να βρεις τη σημασία τους πρώτα από τα συμφραζόμενα και μετά προσπάθησε να τις εντοπίσεις σε κάποιο γλωσσάρι ή λεξικό.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Διάβασμα για διεξαγωγή συμπερασμάτων**

Εδώ προσπαθούμε να καταλάβουμε τι εννοείται χωρίς να αναφέρεται. Προσπαθούμε να κατανοήσουμε ποιος είναι ο σκοπός του συγγραφέα.

Η διεξαγωγή συμπερασμάτων χρειάζεται εξάσκηση. Για να μπορέσουμε να «διαβάσουμε ανάμεσα στις γραμμές» θα πρέπει να κάνουμε τις εξής ερωτήσεις:

- Είναι κατάλληλος ο **τόνος** του γραπτού?
- Μήπως ανιχνεύω **προκατάληψη** ή **μεροληψία** στο γραπτό?
- Ο διαχωρισμός των **γεγονότων** και της **άποψης** είναι ξεκάθαρος?

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Τόνος**

Διαμορφώνεται από πολλά στοιχεία του γραπτού, αλλά κυρίως από την επιλογή των λέξεων.

Όπως και στον προφορικό λόγο, ο τόνος του γραπτού μπορεί να είναι φιλικός, πομπώδης, σαρκαστικός, προσεκτικός, κ.λ.π. Στο διάβασμα αποκλειστικά «για το κυριολεκτικό νόημα», το πιο πιθανό είναι να μην καταλάβουμε τον τόνο του γραπτού.

Ένας κριτικός αναγνώστης μπορεί να αντιληφθεί έναν πολύ συναισθηματικό τόνο, ο οποίος πολύ πιθανόν να έχει σαν σκοπό να παραπλανήσει τον αναγνώστη. Πρέπει να αντισταθεί σ' αυτόν.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Προκατάληψη ή μεροληψία**

Ένας άλλος λόγος για κριτικό διάβασμα είναι να διαπιστωθεί αν ο συγγραφέας δείχνει σημάδια προκατάληψης ή μεροληψίας.

Αυτό μπορεί να συμβαίνει όταν το κείμενο δείχνει μια αντιπάθεια για μια συγκεκριμένη ομάδα ατόμων ή ιδεών.

Ακόμη και όταν η γλώσσα που χρησιμοποιείται είναι καλή, πάλι στο κείμενο μπορεί να υπάρχει μεροληψία. Αυτό μπορεί να είναι πιο προφανές όταν ο συγγραφέας δεν έχει ισχυρά επιχειρήματα.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Γεγονότα και άποψη**

Άλλη μια δεξιότητα στο κριτικό διάβασμα είναι να μπορείς να ξεχωρίσεις τα γεγονότα από την άποψη.

Τα γεγονότα είναι δηλώσεις που μπορεί να επαληθευθούν μέσα από παρατήρηση, έρευνα ή πειραματισμό.

Η άποψη είναι δηλώσεις ή προσωπικά πιστεύω.

Ένας καλός τρόπος για να διακρίνουμε τη διαφορά ανάμεσα στα γεγονότα και τις απόψεις είναι να δούμε τι τεκμηριώνεται μέσα στο κείμενο και πόσο ακριβή είναι αυτά που γράφονται.

## **Κριτικό διάβασμα - γράψιμο**

### **Διάβασμα για αξιολόγηση**

Με αυτό τον τύπο ανάγνωσης αξιολογούμε τη δουλειά του συγγραφέα.

Το διάβασμα για αξιολόγηση γίνεται αφού έχουμε συνοψίσει, αναλύσει και συνθέσει το υλικό.

Το διάβασμα για αξιολόγηση, δηλαδή «πέρα από τις γραμμές» είναι ένα βήμα πέρα από το «διάβασμα ανάμεσα στις γραμμές», στο οποίο γίνεται μια συνολική αξιολόγηση του ορθολογισμού που χρησιμοποιεί ο συγγραφέας, των αποδείξεων που παραθέτει, την αμεροληψία που δείχνει, την ακρίβεια των λέξεων που χρησιμοποιεί, την επιλογή του τόνου και τον σεβασμό που δείχνει προς τον αναγνώστη.

## **Ανάγνωση ερευνητικών μελετών**

Η ανάγνωση ερευνητικών μελετών παρουσιάζει αρκετές δυσκολίες, κυρίως για τους μη ειδικούς, αφού:

- Η γλώσσα που χρησιμοποιούν δεν είναι εύληπτη
- Περιλαμβάνουν πολλές άγνωστες ορολογίες
- Η στατιστική ανάλυση που χρησιμοποιείται για την παρουσίαση των αποτελεσμάτων είναι δυσπρόσιτη για το ευρύ κοινό.
- Τα θέματα που διαπραγματεύονται δεν έχουν πρακτική εφαρμογή και δεν παρουσιάζουν ευρύτερο ενδιαφέρον

## **Ανάγνωση ερευνητικών μελετών**

Η μελέτη της βιβλιογραφίας είναι κάτι που ... μαθαίνεται. Οι συμβουλές παρακάτω απευθύνονται σε μη ειδικούς που τώρα αρχίζουν να διαβάζουν επιστημονική βιβλιογραφία.

❖ Εξοικειωθείτε πρώτα με έρευνες πρακτικών εφαρμογών, στην Ελληνική γλώσσα.

❖ Διαβάστε πρώτα δευτερογενείς πηγές, όπως βιβλία και ανασκοπήσεις, έτσι ώστε να εξοικειωθείτε με την ορολογία.



## Ανάγνωση ερευνητικών μελετών

❖ Κατά την αναζήτηση της βιβλιογραφίας:

- Διαβάζετε πρώτα τον τίτλο και μετά την περίληψη κάθε άρθρου.
- Διαβάζετε μόνο τις μελέτες που σας ενδιαφέρουν
- Ψάξτε για ιδέες και ευρήματα. Μην «κολλάτε» σε τεχνικές λεπτομέρειες
- Δεν είναι ανάγκη να κατανοήσετε το κεφάλαιο των αποτελεσμάτων (στατιστική). Απλά, δείτε τι βρήκε. Αυτό είναι κάτι που φαίνεται τόσο στην περίληψη όσο και στη συζήτηση.

## Οργάνωση βιβλιογραφίας

1. Κρατήστε στο αρχείο σας εκτυπώσεις – φωτοτυπίες από τα άρθρα που θεωρείται πιο σχετικά για την εργασία σας
2. Προσέξτε αν το άρθρο έχει τις απαραίτητες πληροφορίες για να χρησιμοποιηθεί σαν αναφορά (όνομα περιοδικού, τόμος, σελίδες ή τίτλος βιβλίου, τόπος και έτος έκδοσης, εκδότης)
3. Κρατήστε σημειώσεις από κάθε άρθρο. Γράψτε τις σημειώσεις σε μία ξεχωριστή σελίδα που θα την αρχειοθετήσετε μαζί με το άρθρο
4. Ταξινομήστε τα άρθρα σας (π.χ. χρησιμοποιώντας stickers ή αριθμούς ή κωδικούς)

## Οργάνωση βιβλιογραφίας

1. Ταξινομήστε τα άρθρα ανάλογα με τα επιμέρους κεφάλαια της εργασίας σας για τα οποία είναι χρήσιμα (π.χ. Ανασκόπηση, Συζήτηση, Μέθοδος)
2. Αν ένα άρθρο μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε παραπάνω από μία ενότητες, ξεκινήστε την ταξινόμηση από το κεφάλαιο που θα γράψετε πρώτο (π.χ. Εισαγωγή)
3. Ταξινομήστε τα άρθρα κάθε ενότητας σε επιμέρους υποενότητες ανάλογα με το θέμα που διαπραγματεύονται. Για παράδειγμα στην εισαγωγή μπορεί να ταξινομήσετε τα άρθρα σας από τα πιο γενικά στα πιο ειδικά
4. Μην «κολλάτε» με λεπτομέρειες στην ταξινόμηση!!!

## Οργάνωση βιβλιογραφίας

### Τι σημειώσεις να κρατήσω από κάθε άρθρο?

Αν και οι σημειώσεις είναι προσωπική υπόθεση του καθένα, παρακάτω προτείνονται ορισμένες πληροφορίες που συνήθως είναι χρήσιμες.

1. Το πρόβλημα που διαπραγματεύεται η εργασία (ο σκοπός)
2. Τα χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων (π.χ. ηλικία, φύλο, κλ.π.)
3. Όργανα μέτρησης (π.χ. εργαστηριακά όργανα, ερωτηματολόγια, κ.λ.π.)
4. Διαδικασίες μέτρησης (π.χ. πρωτόκολλο άσκησης, ή μέτρησης, κλ.π.)
5. Μεταβλητές – ανεξάρτητες και εξαρτημένες
6. Σχεδιασμός και στατιστική ανάλυση
7. Αποτελέσματα – Τι βρήκε
8. Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

**Λογοκλοπή** είναι η χρήση ιδεών, κειμένων, σχημάτων – σχεδίων σαν δικές σας

### Πώς θα αποφύγεις την ακούσια λογοκλοπή:

- Μην χρησιμοποιείς βιβλιογραφικές αναφορές για τις δικές σου σκέψεις και κοινές γνώσεις
- **Χρησιμοποίησε βιβλιογραφικές αναφορές** με ακρίβεια για κάθε άλλη πληροφορία
- Όταν **αμφιβάλλεις** αν αυτό που αναφέρεις είναι κοινή γνώση, χρησιμοποίησε βιβλιογραφικές αναφορές
- Εφάρμοσε μια από τις παρακάτω τεχνικές όταν χρησιμοποιείς υλικό από άλλες πηγές

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

**Χρήση εδαφίου:** όταν παραθέτεις αυτούσιο το κείμενο ενός συγγραφέα μέσα σε εισαγωγικά

**Παράφραση:** όταν αναφέρεις τους ισχυρισμούς ή τις δηλώσεις κάποιου άλλου με δικά σου λόγια και το δικό σου τρόπο γραφής

**Περιληπτική αναφορά:** όταν αναφέρεις περιληπτικά τα βασικά σημεία της δουλειάς κάποιου άλλου με δικά σου λόγια.

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Χρήση εδαφίου

Εδάφιο είναι ένα κομμάτι που το παίρνουμε αυτούσιο από την πρωτότυπη πηγή. Μέσα στο κείμενο της εργασίας μας βάζουμε αυτό το κομμάτι σε εισαγωγικά και στην παρένθεση στην οποία γράφουμε την βιβλιογραφική αναφορά αναφέρουμε και τον αριθμό σελίδας της πηγής.

**Παράδειγμα:** «Υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους φυσικής, πνευματικής και κοινωνικής ευεξίας, και όχι απλά, η απουσία ασθενειών και αναπηριών» (WHO, 1947, p. 93).

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση εδαφίου

1. Επέλεξε να χρησιμοποιήσεις ένα εδάφιο μόνο αν πληρεί μία ή περισσότερες από τις παρακάτω προϋποθέσεις:
  - Η γλώσσα που χρησιμοποιεί είναι ιδιαίτερα καλή
  - Η ιδέα που διαπραγματεύεται είναι δύσκολο να αποδοθεί με παράφραση
  - Ο συγγραφέας του εδαφίου είναι πολύ σημαντικός για την περιοχή σου
  - Μπορούν να δοθούν πολλές ερμηνείες στο κείμενο του εδαφίου, επομένως οι αναγνώστες της εργασίας σου θα πρέπει να διαβάσουν την πρωτότυπη αναφορά

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση εδαφίου

1. Χρησιμοποίησε εδάφια από αυθεντίες στον τομέα σου για να υποστηρίξεις τα λεγόμενα σου
2. Διάλεξε εδάφια που ταιριάζουν με το μήνυμα που θέλεις να δώσεις
3. Μην χρησιμοποιείς εδάφια σε περισσότερο από το ¼ του κειμένου σου. Θα πρέπει να βασιστείς κυρίως σε παραφράσεις και περιληπτικές αναφορές
4. Να παραθέσεις με ακρίβεια το εδάφιο

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση εδαφίου

5. Πρόσεξε να μη διακόπτεται η ροή του κειμένου όταν συμπεριλαμβάνεις εδάφια
6. Χρησιμοποίησε εισαγωγικά για μικρά εδάφια. Στα μεγάλα εδάφια κάνε ξεχωριστές παραγράφους με μικρότερο πλάτος έτσι ώστε να είναι εμφανές το εδάφιο

Εδώ υπάρχει σύνδεση με το αρχείο I9\_example1, στο οποίο φαίνεται ο σωστός τρόπος χρήσης εδαφίου. Μπορείτε όμως να κατεβάσετε το αρχείο και ανεξάρτητα



## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Χρήση παράφρασης

Στην παράφραση αποδίδουμε με δικά μας λόγια κάτι που είπε κάποιος άλλος.

### Παράδειγμα:

Στην περίληψη μιας εργασίας διαβάζουμε:

« ... Οι ικανότητες που αξιολογήθηκαν ήταν η δύναμη του άνω και κάτω μέρους του σώματος, η αντοχή και η κινητικότητα ... η διατήρηση των θετικών προσαρμογών, στις συγκεκριμένες ικανότητες παρατηρείται μόνο όταν η συμμετοχή στα προγράμματα άσκησης αντιστοιχεί σε συχνότητα ίση και μεγαλύτερη των 2 συμμετοχών ανά εβδομάδα.»

Εμείς θα γράψουμε:

Οι θετικές προσαρμογές στη δύναμη του άνω και κάτω μέρους του σώματος διατηρείται όταν η συχνότητα του προγράμματος είναι 2 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα (????, ??).

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση παράφρασης

1. Πες αυτό που λέει η πηγή σου και μόνον αυτό
2. Δώσε έμφαση σ'αυτά που δίνει έμφαση και η πηγή σου
3. Χρησιμοποίησε τις δικές σου λέξεις και προτάσεις για να δώσεις με άλλο τρόπο το μήνυμα του συγγραφέα
4. Ξαναδιάβασε τα γραφόμενα σου για να βεβαιωθείς ότι δεν αλλοιώνεις αυτά που αναφέρει η πηγή σου
5. Το κείμενο σου λογικά θα είναι μεγαλύτερο από το πρωτότυπο
6. Χρησιμοποίησε τις κατάλληλες λέξεις για να μη διακόπτεται η ροή του κειμένου σου (π.χ. αναφέρει, σύμφωνα με, αντίθετα, υποστηρίζει θεωρεί, προτείνει, συστήνει, δηλώνει, κ.λ.π.)

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση παράφρασης

7. Πρόσεξε τη λογοκλοπή
8. Κράτησε ακριβείς πληροφορίες για τις πηγές που χρησιμοποιείς, έτσι ώστε να τις αναφέρεις σωστά στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας

Εδώ υπάρχει σύνδεση με το αρχείο I9\_example2, στο οποίο φαίνεται ένας τρόπος σωστής παράφρασης. Μπορείτε όμως να κατεβάσετε το αρχείο και ανεξάρτητα



## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Χρήση περιληπτικής αναφοράς

Σε αυτή την τεχνική περιγράφουμε περιληπτικά αυτά που έχει γράψει κάποιος άλλος.

Χρησιμοποιείται συνήθως όταν θέλουμε να περιγράψουμε την έρευνα κάποιου, όπως τη διαβάζουμε από την περίληψη ενός άρθρου.

Οι εκφράσεις που χρησιμοποιούμε μπορεί να είναι:

- Στην έρευνα τους οι Thomas και Nelson (1997) διαπίστωσαν ...
- Η έρευνα των ... είχε σαν σκοπό ... Οι συγγραφείς βρήκαν ...
- Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας των ...

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση περιληπτικής αναφοράς

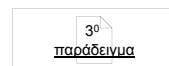
1. Προσπάθησε να διακρίνεις τα πιο σημαντικά σημεία και παρουσίασε τα περιληπτικά χωρίς να χάσεις το νόημα.
2. Χρησιμοποίησε δικά σου λόγια
3. Φρόντισε η έκταση του κειμένου να είναι μικρή
4. Χρησιμοποίησε τις κατάλληλες λέξεις για να μη χαλάει η ροή του κειμένου (όπως και στην παράφραση)

## Λογοκλοπή και τεχνικές για την αποφυγή της

### Οδηγίες για τη σωστή χρήση περιληπτικής αναφοράς

1. Πρόσεξε τη λογοκλοπή
2. Κράτησε ακριβείς πληροφορίες για τις πηγές που χρησιμοποιείς, έτσι ώστε να τις αναφέρεις σωστά στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας

Εδώ υπάρχει σύνδεση με το αρχείο I9\_example3, στο οποίο φαίνεται ένας τρόπος σωστής περιληπτικής αναφοράς. Μπορείτε όμως να κατεβάσετε το αρχείο και ανεξάρτητα



## Βιβλιογραφία: τρόπος συγγραφής σύμφωνα με τον APA.

Οι βιβλιογραφικές αναφορές μέσα στο κείμενο γράφονται με διαφορετικό τρόπο απ' ότι στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας. Και στις δύο περιπτώσεις όμως η ακρίβεια στον τρόπο γραφής τους είναι σημαντική. Θα πρέπει να αποκλεισθεί οποιαδήποτε παρερμηνεία ή σύγχυση με άλλη πηγή.

Για το λόγο αυτό ακολουθούνται ορισμένοι κανόνες.

Οι πληροφορίες από μια πηγή που είναι απαραίτητες για να γίνει μια αναφορά μέσα στο κείμενο είναι:

επώνυμα συγγραφέων & έτος δημοσίευσης

Ακολουθούμε πάντα ένα συγκεκριμένο στυλ γραφής των βιβλιογραφικών αναφορών: π.χ. APA, MLA, CM, CBE, COS

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

Μία βασική διαφοροποίηση στον τρόπο γραφής των βιβλιογραφικών αναφορών μέσα στο κείμενο μπορεί να γίνει ανάλογα με την έκφραση που χρησιμοποιούμε κάθε φορά:

A) τα ονόματα των συγγραφέων μέσα στο κείμενο, το έτος σε παρένθεση

**Παράδειγμα:**

Στην έρευνα τους οι Salthouse και Somberg (1982) οδηγήθηκαν στο συμπέρασμα ότι η μείωση της ταχύτητας είναι ένα γενικό φαινόμενο.

B) ονόματα συγγραφέων και έτος δημοσίευσης σε παρένθεση

**Παράδειγμα:**

Η μείωση της ταχύτητας στις γνωστικές λειτουργίες των ηλικιωμένων έχει συνδεθεί με τον περιορισμό της ταχύτητας επεξεργασίας των πληροφοριών (Salthouse, 1995).

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

Ο τρόπος γραφής των βιβλιογραφικών αναφορών μέσα στο κείμενο διαφοροποιείται ακόμη και ανάλογα με τον αριθμό των συγγραφέων, αλλά και με τη χρήση της ίδιας πηγής περισσότερες από μία φορές. Θα δούμε τις εξής περιπτώσεις:

1. Ένας συγγραφέας
2. Δύο συγγραφείς
3. Τρεις έως πέντε συγγραφείς
4. Έξι και περισσότεροι συγγραφείς



## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 1. Ένας συγγραφέας

#### Παράδειγμα:

Η συστηματική άσκηση συμβάλλει θετικά στην ποιότητα ζωής των μεγάλων σε ηλικία ατόμων (Shephard, 1995) ...

Μην χρησιμοποιείτε τα αρχικά των συγγραφέων! ~~(Shephard E., 1995)~~ <sup>λέθος</sup>

Αν θέλουμε να γράψουμε τον συγγραφέα έξω από την παρένθεση, ο κανόνας είναι ο ίδιος

#### Παράδειγμα:

Ο Salthouse (1995) διαπίστωσε στην έρευνα του ότι η μείωση της ταχύτητας στις γνωστικές λειτουργίες των ηλικιωμένων έχει συνδεθεί με τον περιορισμό της ταχύτητας επεξεργασίας των Πληροφοριών.

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 2. Δύο συγγραφείς

(επώνυμο 1<sup>ου</sup> συγγραφέα & επώνυμο 2<sup>ου</sup> συγγραφέα, έτος)

*Κάθε φορά που χρησιμοποιείται η πηγή γράφεται με τον ίδιο τρόπο*

#### Παράδειγμα:

Πέρα από τις φυσιολογικές παραμέτρους, ευρήματα στη βιβλιογραφία δείχνουν ότι η άσκηση επιδρά θετικά και σε ψυχολογικές μεταβλητές (Krawczynski & Olszewski, 2000), ....

Μην χρησιμοποιείτε τη λέξη «και» ή "and" μέσα στην παρένθεση !

~~(Krawczynski and Olszewski, 2000)~~ <sup>λέθος</sup>

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 2. Δύο συγγραφείς

Αν θέλουμε να γράψουμε τους συγγραφείς έξω από την παρένθεση, χρησιμοποιούμε τη λέξη «και» αντί για το σύμβολο «&», δηλαδή:

επώνυμο 1<sup>ου</sup> συγγραφέα και επώνυμο 2<sup>ου</sup> συγγραφέα (έτος)

#### Παράδειγμα:

Οι Krawczynski και Olszewski (2000) διαπίστωσαν ότι πέρα από τις φυσιολογικές παραμέτρους, η άσκηση επιδρά θετικά και σε ψυχολογικές μεταβλητές.

Μην χρησιμοποιείτε το σύμβολο & όταν γράφετε τα ονόματα των συγγραφέων έξω από την παρένθεση !

~~Krawczynski & Olszewski (2000)~~ <sup>λέθος</sup>

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 3. Τρεις έως πέντε συγγραφείς – 1<sup>η</sup> φορά

*Την πρώτη φορά που χρησιμοποιείται η πηγή γράφονται όλοι οι συγγραφείς:*

(επώνυμο 1ου συγγραφέα, επώνυμο 2ου συγγραφέα, επώνυμο 3ου συγγραφέα, επώνυμο 4ου συγγραφέα, & επώνυμο 5ου συγγραφέα, έτος)

#### Παράδειγμα:

Πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι, οι μηχανισμοί που υποστηρίζουν τις γνωστικές λειτουργίες συνδέονται στενά με την ποιότητα ζωής (Wood, Reyes-Alvarez, Maraj, Metoyer, & Welsch, 1999).

Προσέξτε, πριν από τον τελευταίο συγγραφέα μπαίνει «,» και μετά το «&» !

~~(McAuley, Kaplan, Newson, McFarland, Leining, 2000)~~ <sup>λέθος</sup>

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 3. Τρεις έως πέντε συγγραφείς – 1<sup>η</sup> φορά

Όταν γράφουμε τους συγγραφείς έξω από την παρένθεση, χρησιμοποιούμε τη λέξη «και» αντί για το σύμβολο «&», δηλαδή:

επώνυμο 1<sup>ου</sup> συγγραφέα, .... επώνυμο 4<sup>ου</sup> συγγραφέα και επώνυμο 5<sup>ου</sup> συγγραφέα, (έτος)

#### Παράδειγμα:

Στην έρευνα των Hassmen, Ceci και Bäckman, (1992), συμμετείχαν άτομα ηλικίας 55 – 75 ετών, τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ομάδες.

Μην ξεχνάτε τη λέξη «και» !

~~Hassmen, Ceci, Bäckman (1992)~~ <sup>λέθος</sup>

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 3. Τρεις έως πέντε συγγραφείς – 2η φορά

Τη δεύτερη φορά (και όλες τις υπόλοιπες φορές) που χρησιμοποιείται η πηγή:

(επώνυμο 1ου συγγραφέα et al., έτος)

#### Παράδειγμα:

Η επίδραση της άσκησης φαίνεται να είναι πιο άμεση σε ορισμένες γνωστικές δοκιμασίες (Hassmen et al., 1992).

Προσέξτε, δεν μπαίνει «,» μετά το συγγραφέα αλλά μόνο μετά το et al. !

(~~Hassmen et al.~~, 1992), Λάθος

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 3. Τρεις έως πέντε συγγραφείς – 2η φορά

Όταν γράφουμε τους συγγραφείς έξω από την παρένθεση, χρησιμοποιούμε τη φράση «και τους συνεργάτες του/της», αντί για το et al.

#### Παράδειγμα:

Ο Hassmen και οι συνεργάτες του (1992) διαπίστωσαν ότι η επίδραση της άσκησης φαίνεται να είναι πιο άμεση σε ορισμένες γνωστικές δοκιμασίες.

Χρησιμοποιήστε σωστά την πτώση του ρήματος!

Ο Hassmen και οι συνεργάτες του (1992) διαπίστωσε ότι ...  
Ο Hassmen et al. (1992) διαπίστωσε ότι ... Λάθος

## Αναφορές - APA 5 - αριθμός συγγραφέων

### 4. Έξι και περισσότεροι συγγραφείς

(επώνυμο 1ου συγγραφέα et al., έτος)

*Κάθε φορά που χρησιμοποιείται η πηγή γράφεται με τον ίδιο τρόπο*

#### Παράδειγμα:

Ευρήματα πρόσφατων ερευνών προτείνουν ότι υπάρχει μία εμφανής πτώση στις γνωστικές λειτουργίες, η οποία ξεκινάει στην ηλικία των 50, 60 ή 70 ετών. (Mattlar et al., 1995).

Όταν γράφουμε τους συγγραφείς έξω από την παρένθεση, χρησιμοποιούμε τη φράση «και τους συνεργάτες του/της», αντί για το et al. (βλέπε διαφάνεια 13)

## Πολλές αναφορές στην ίδια παρένθεση

Ορισμένες φορές αυτά που αναφέρονται σε μια πρόταση αντιστοιχούν σε περισσότερες από μία πηγές. Αυτό συμβαίνει κυρίως όταν οι πηγές αυτές δίνουν παρόμοια στοιχεία για το ίδιο θέμα. Στην περίπτωση αυτή μπαίνουν όλες οι πηγές μέσα στην ίδια παρένθεση, με συγκεκριμένο όμως τρόπο, ακολουθώντας δηλαδή κάποιους κανόνες. Εδώ θα δούμε τις εξής περιπτώσεις αναφορών μέσα στην ίδια παρένθεση:

5. Περισσότερες από μία αναφορές - γενικά
6. Πολλές αναφορές του ίδιου συγγραφέα
7. Πολλές αναφορές μιας ομάδας συγγραφέων

## Πολλές αναφορές στην ίδια παρένθεση

### 5. Περισσότερες από μία αναφορές - γενικά

Οι αναφορές που μπαίνουν στην ίδια παρένθεση διαχωρίζονται μεταξύ τους με το σύμβολο «;». Έχουν συγκεκριμένη σειρά, δηλαδή αλφαβητικά σύμφωνα με τον 1<sup>ο</sup> συγγραφέα κάθε αναφοράς. Ανάλογα με τον αριθμό των συγγραφέων, ακολουθούνται οι κανόνες γραφής που αναφέρθηκαν προηγουμένως (διαφάνειες 6-14).

#### Παράδειγμα:

Η μεγαλύτερη βελτίωση στο εύρος της δυσμορφίας αναφέρεται σε έρευνες στις οποίες το πρόγραμμα άσκησης ήταν εντατικό, εξατομικευμένο, με διάρκεια 2 ώρες και συχνότητα τουλάχιστον 2 φορές την εβδομάδα (Rigo, Quera-Salva, & Puigdevall, 1991; Weiss, 1992; Weiss et al., 2003)

Αναφορά με 3 συγγραφείς που χρησιμοποιείται 2<sup>η</sup> φορά !

## Πολλές αναφορές στην ίδια παρένθεση

### 6. Πολλές αναφορές του ίδιου συγγραφέα

Όταν το κείμενο αναφέρεται σε περισσότερες από μία πηγές του ίδιου συγγραφέα τότε γράφεται κανονικά η 1<sup>η</sup> αναφορά και για τις υπόλοιπες αναφέρεται μόνο το έτος. Οι αναφορές διαχωρίζονται με το «;», δηλαδή όπως γίνεται όταν υπάρχουν πολλές φορές στην ίδια παρένθεση.

#### Παράδειγμα:

Η μείωση της ταχύτητας στις γνωστικές λειτουργίες των ηλικιωμένων έχει συνδεθεί με τον περιορισμό της ταχύτητας επεξεργασίας των πληροφοριών (Salthouse, 1994; 1995)

Οι αναφορές ταξινομούνται και χρονικά! Πρώτα η παλαιότερη



## Πολλές αναφορές στην ίδια παρένθεση

### 7. Πολλές αναφορές μιας ομάδας συγγραφέων

Όπως και στην προηγούμενη περίπτωση, γράφεται κανονικά η 1<sup>η</sup> αναφορά και για τις υπόλοιπες αναφέρεται μόνο το έτος. Οι αναφορές διαχωρίζονται με το «;» και χρησιμοποιούνται οι κανόνες για τη χρήση της ίδιας πηγής περισσότερες από μία φορές

#### Παράδειγμα:

Ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι, οι κανόνες αυτοί έχουν μια πρωτότυπη αφαιρετική μορφή, κάτι που όμως δεν ισχύει στις λεκτικές δεξιότητες (Chamberlin, Magill, & Hall, 1992; 1993; Imanaka *et al.*, 1992; 1994).

Αν έχω αναφέρει ξανά τους συγγραφείς – σε μία οποιαδήποτε από τις πηγές τους – και οι οποίοι είναι πάνω από 3 σε αριθμό, τότε χρησιμοποιώ το *et al.*

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών εντός κειμένου

Οι παραπάνω κανόνες δεν καλύπτουν όλες τις περιπτώσεις των αναφορών που εμφανίζονται μέσα σ' ένα κείμενο. Βέβαια αρκετές φορές θα πρέπει να συνδυάζονται κάποιοι κανόνες, όπως αυτοί που αναφέρονται στην επανάληψη των αναφορών αλλά και αυτοί για την ταξινόμηση πολλών αναφορών σε μία παρένθεση. Εδώ θα δούμε ορισμένες περιπτώσεις που οι βασικές τους πληροφορίες (έτος, συγγραφείς) διαφοροποιούνται και έτσι δεν καλύπτονται από τους γενικούς κανόνες που αναφέρθηκαν προηγουμένως:

8. Συγγραφείς με ίδιο επώνυμο και διαφορετικό όνομα
9. Αναφορά χωρίς ονόματα συγγραφέων
10. Εργασίες υπό δημοσίευση (In press)

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών εντός κειμένου

### 8. Συγγραφείς με ίδιο επώνυμο και διαφορετικό όνομα

Όταν χρησιμοποιούμε διαφορετικές πηγές που είναι γραμμένες από συγγραφείς που έχουν το ίδιο επώνυμο, αλλά διαφορετικό όνομα, τότε χρησιμοποιούμε και τα αρχικά των συγγραφέων.

#### Παράδειγμα:

Τόσο ο R. A. Smith (1997), όσο και ο C. Smith (1989) βρίσκουν τα ίδια αποτελέσματα

Αυτά τα αποτελέσματα έχουν επιβεβαιωθεί από διαφορετικούς ερευνητές (C. Smith, 1989; R. A. Smith, 1997).

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών εντός κειμένου

### 9. Αναφορά χωρίς ονόματα συγγραφέων

Στην περίπτωση που δεν αναφέρεται συγκεκριμένος συγγραφέας, αλλά η πηγή αναφέρεται σε μια ένωση, οργανισμό, κ.λ.π. τότε χρησιμοποιούμε τον τίτλο αυτού του οργανισμού

#### Παράδειγμα:

Σύμφωνα με αυτή τη δοκιμασία, ο εξεταζόμενος εκτελεί διπλωση προς τα εμπρός και ανιχνεύεται οποιοδήποτε μη φυσιολογικό ή ασύμμετρο εξόγκωμα στην πλάτη (π.χ. American Physical Therapy Association, 2004).

**Σημείωση:** Το π.χ. χρησιμοποιείται για να δείξει ότι αυτή είναι μία αναφορά που μπορεί να βρεθεί σε πολλές πηγές και στο κείμενο αναφέρεται αντιπροσωπευτικά μία από αυτές

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών εντός κειμένου

### 10. Εργασίες υπό δημοσίευση (in press)

Αν η πηγή που χρησιμοποιούμε δεν έχει δημοσιευθεί ακόμη, αλλά έχει εγκριθεί για δημοσίευση, τότε χρησιμοποιούμε αντί για το έτος την λέξη *in press* ή - στα ελληνικά – υπό δημοσίευση.

#### Παράδειγμα:

Σύγχρονες μελέτες δείχνουν ότι η βραχυπρόθεσμη μνήμη μένει ανεπηρέαστη από την ηλικία (Pelosi & Blumhardt, *in press*) ...

Σύμφωνα με τους Lajoie και Teasdale (*in press*), η προσοχή έχει ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο στις δραστηριότητες των ηλικιωμένων.

## Αναφορές στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας - APA 5

Οι βιβλιογραφικές αναφορές που γράφονται στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας θα πρέπει να βρίσκονται σε πλήρη αντιστοιχία με τις αναφορές μέσα στο κείμενο. Κάθε αναφορά θα πρέπει να περιέχει όλες τις πληροφορίες που είναι απαραίτητες για να μπορέσει κάποιος να ανακτήσει αυτή την πηγή.

Οι πληροφορίες από μια πηγή που είναι απαραίτητες για να γίνει μια αναφορά στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας είναι:

επώνυμο και αρχικά ονόματος συγγραφέων, χρονολογία δημοσίευσης, τίτλος άρθρου - εργασίας, πληροφορίες για το μέσο δημοσίευσης.

## Ταξινόμηση των αναφορών

### Ταξινόμηση

Οι αναφορές που γράφονται στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας ταξινομούνται αλφαβητικά, σύμφωνα με το επώνυμο του 1<sup>ου</sup> συγγραφέα.

Αν υπάρχουν περισσότερες από μία αναφορές με τον ίδιο 1<sup>ο</sup> συγγραφέα, τότε ταξινομούνται σύμφωνα με το επώνυμο του 2<sup>ου</sup> συγγραφέα, κ.λ.π.

Σε περίπτωση που ο συγγραφέας ή οι συγγραφείς είναι ίδιοι σε περισσότερες από μία αναφορές τότε ταξινομούνται χρονολογικά με την αρχαιότερη πρώτα.

## Επώνυμα συγγραφέων

Στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας σε κάθε αναφορά γράφονται τα επώνυμα και τα αρχικά όλων των συγγραφέων - εφόσον οι συγγραφείς είναι μέχρι 6.

Θα πρέπει να δίνεται προσοχή στα σημεία στίξης:

«.» μετά το επώνυμο,

«.» μετά το ή τα αρχικά.

Πριν από τον τελευταίο συγγραφέα  
Χρησιμοποιείται το σύμβολο &

Παράδειγμα:

Abourezk, T., Hall, G.E., & Toole, T. (1995). Effect of task complexity on the relationship between physical fitness and reaction time in older women. *Journal of Aging and Physical Activity*, 3, 251-260.

Δύο αρχικά χωρίζονται με τελεία. Το δεύτερο αρχικό είναι middle name ή πατρώνυμο

## Επώνυμα συγγραφέων

Όταν οι συγγραφείς είναι περισσότεροι από 6 τότε γράφονται μόνοι οι πρώτοι 6 συγγραφείς και ακολουθεί η φράση et al.

Οι κανόνες για τα σημεία στίξης μετά το επώνυμο και τα αρχικά του ονόματος ισχύουν πάντα!

### Παράδειγμα:

Mattlar, C. E., Forsander, C., Norrlund, L. B., Carlsson, A., Karppi, S. L., Helenius, H., et al. (1995). Cognitive capacity in a group of physically fit 80-year-old-men .....

## Αναφορές σε περιοδικά

Ο τρόπος γραφής των βιβλιογραφικών αναφορών διαφοροποιείται ανάλογα με το είδος της πηγής.

Στα περιοδικά οι πληροφορίες που χρειάζονται είναι συνήθως ο τίτλος, ο τόμος και ο αριθμός σελίδων του περιοδικού. Βέβαια υπάρχουν διαφοροποιήσεις ανάλογα με ορισμένα χαρακτηριστικά κάθε περίπτωσης. Εδώ θα αναφερθεί ο τρόπος γραφής για τις εξής πιο συνηθισμένες περιπτώσεις:

1. Άρθρο σε περιοδικό
2. Άρθρο σε ηλεκτρονικό περιοδικό
3. Άρθρο υπό δημοσίευση σε περιοδικό

## Αναφορές σε περιοδικά

### 1. Άρθρο σε περιοδικό

Η πιο συνηθισμένη περίπτωση περιοδικών που συναντιέται στη βιβλιογραφία είναι αυτά που εκδίδονται σε τακτά χρονικά διαστήματα και έχουν ένα τόμο το χρόνο.

Οι πληροφορίες που χρειάζονται είναι ο τίτλος και ο τόμος του περιοδικού, οι οποίες γράφονται με πλάγια γραφή, καθώς και ο αριθμός σελίδων με κανονική γραφή

### Παράδειγμα:

Czigler, I. (1996). Age, colour processing and meaningfulness: an event related potential study. *International Journal of Psychophysiology*, 22, 25-34.

Ο τίτλος και ο τόμος του περιοδικού με πλάγια γραφή

## Άσκηση μέσα στην τάξη

### 1. Άρθρο σε περιοδικό

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω πληροφορίες για να γράψετε την αναφορά στο κεφάλαιο της Βιβλιογραφίας

Όνοματεπώνυμο συγγραφέων	C. E Mattlar / C. Forsander / L. B. Norrlund / A. Carlsson / S. L. Karppi / H. Helenius / E. Gronroos
Τίτλος εργασίας	Determinants of independence in the elderly
Έτος	1993
Πηγή → περιοδικό	Canadian Journal of Applied Physiology
τόμος	18
σελίδες	243 - 254

Mattlar, C. E., Forsander, C., Norrlund, L. B., Carlsson, A., Karppi, S. L., Helenius, H. et al. (1993). Determinants of independence in the elderly. *Canadian Journal of Applied Physiology*, 18, 243 - 254.

## Αναφορές σε περιοδικά

### 2. Άρθρο σε ηλεκτρονικό περιοδικό

Η επιπλέον πληροφορία που χρειάζεται εδώ είναι η ηλεκτρονική διεύθυνση της αναφοράς, όπως και σε κάθε αναφορά που παραπέμπει σε εργασία δημοσιευμένη μόνο στο διαδίκτυο. Την ημερομηνία ανάκτησης τη βάζουμε μόνο στην περίπτωση που υπάρχει πιθανότητα να γίνουν αλλαγές στο αρχικό κείμενο της αναφοράς.

#### Παράδειγμα:

Ζήση, Β., Γκικούδη, Μ., & Κιομουρτζόγλου, Ε. (2003). Φυσική δραστηριότητα και γνωστική λειτουργία σε άτομα τρίτης ηλικίας. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό*, 1, 80 - 91. [http://www.hape.gr/emaag/Vol1\\_1/hape18.pdf](http://www.hape.gr/emaag/Vol1_1/hape18.pdf)

Γράφεται όπως και το έντυπο περιοδικό, αλλά αναφέρεται και η ηλεκτρονική διεύθυνση. Η ημερομηνία δεν χρειάζεται γιατί δεν πρόκειται να αλλάξει το κείμενο

## Αναφορές σε περιοδικά

### 3. Άρθρο υπό δημοσίευση σε περιοδικό

Υπό δημοσίευση θεωρείται ότι είναι ένα άρθρο, όταν έχει περάσει από τη διαδικασία αξιολόγησης και θεωρείται αποδεκτό για δημοσίευση. Αν δεν έχει εγκριθεί η δημοσίευση του τότε είναι διαφορετική περίπτωση.

Στην περίπτωση αυτή στην αναφορά δεν αναγράφονται το έτος, ο τόμος και ο αριθμός σελίδων του περιοδικού.

#### Παράδειγμα:

Pelosi, L., & Blumhardt, L.D. (in press). Effects of age on working memory: an event - related potential study. *Cognitive Brain Research*.

## Αναφορές σε βιβλία

Στα βιβλία σημαντική πληροφορία είναι ο τίτλος του βιβλίου, ενώ χρειάζονται ακόμη ο τόπος έκδοσης και ο εκδότης. Σε ορισμένες περιπτώσεις θα πρέπει να γραφούν και άλλες πληροφορίες, ανάλογα πάντα με το είδος της έκδοσης. Εδώ θα αναφερθεί ο τρόπος γραφής για τις εξής πιο συνηθισμένες περιπτώσεις:

4. Βιβλίο
5. Κεφάλαιο σε βιβλίο
6. Μεταφρασμένο βιβλίο

## Αναφορές σε βιβλία

### 4. Βιβλίο

Στην απλούστερη και πιο συνηθισμένη μορφή βιβλίου, όπου ένας συγγραφέας ή μια ομάδα συγγραφέων γράφουν ένα βιβλίο και το εκδίδει ένας εκδοτικός οίκος, οι πληροφορίες που χρειάζονται είναι: ο τίτλος του βιβλίου, ο τόπος έκδοσης και ο εκδότης.

Ο τίτλος του βιβλίου γράφεται με πλάγια γραφή. Το «,» χωρίζει την πόλη από τη χώρα έκδοσης, ενώ το «:» διαχωρίζει τον εκδότη

Στον τόπο έκδοσης θα πρέπει να γραφεί η πόλη και η χώρα.

#### Παράδειγμα:

Schuhfried, G. (1996). *Manuals of the VIENNA Test Instrument Systems*. Mödling, Austria: Schuhfried Eigenverlag.

Περιοχή και χώρα έκδοσης Εκδότης

## Αναφορές σε βιβλία

### 4. Βιβλίο – διαφοροποιήσεις στον τόπο έκδοσης

Όταν ένα βιβλίο εκδίδεται στις ΗΠΑ, τότε δεν αναγράφεται η χώρα (USA), αλλά τα αρχικά, δηλαδή η συντομογραφία της πολιτείας.

Παραδείγματα συντομογραφιών από πόλεις τις ΗΠΑ είναι:

District of Columbia → DC, Illinois → IL, Massachusetts → MA, Texas → TX, Virginia → VA, Washington → WA

#### Παράδειγμα:

Martens, R. (1987). *Coaches guide to sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Πόλη, πολιτεία, εκδότης

## Αναφορές σε βιβλία

### 4. Βιβλίο – διαφοροποιήσεις στον τόπο έκδοσης

Όταν ο τόπος έκδοσης είναι μια γνωστή μεγάλη πόλη τότε δεν αναγράφεται ούτε η χώρα, ούτε η πολιτεία.

Παραδείγματα τέτοιων μεγάλων πόλεων είναι:

Amsterdam, Boston, Chicago, London, Milan, Moscow, New York, Paris, Philadelphia, Rome, Stockholm, Tokyo, Vienna.

#### Παράδειγμα:

Alreck, P. & Settle, R. (1995). *The Survey Research Handbook*. Boston: Inwin.

Πόλη, εκδότης

## Άσκηση μέσα στην τάξη

### 4. Βιβλίο

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω πληροφορίες για να γράψετε την αναφορά στο κεφάλαιο της Βιβλιογραφίας

Έτος	1995
Πηγή → βιβλίο	Memory performance and competencies, issues in growth and development
editors	F. E. Weinert / W. Schneider
σελίδες	111 - 124 (???)
Εκδότης	Lawrence Erlbaum Associates
Τόπος	New Jersey, New Jersey (η συντομογραφία για το New Jersey είναι NJ)

Weinert, F. E. & Schneider, W. (1995). *Memory performance and competencies, issues in growth and development*. New Jersey, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

## Αναφορές σε βιβλία

### 5. Κεφάλαιο ή άρθρο σε βιβλίο

Σε ορισμένες περιπτώσεις η αναφορά παραπέμπει σε ένα κείμενο που αποτελεί ένα από τα κεφάλαια ενός βιβλίου. Το κάθε ένα από τα κεφάλαια αυτά είναι γραμμένα από διαφορετικό συγγραφέα, ενώ ένας συγγραφέας ή μια ομάδα συγγραφέων έχουν την επιμέλεια του βιβλίου. Τότε χρειάζονται όλες αυτές οι πληροφορίες, όπως φαίνεται στο παράδειγμα της επόμενης διαφάνειας.

Ουσιαστικά οι πληροφορίες που χρειαζόμαστε είναι: συγγραφείς, έτος έκδοσης, τίτλος κεφαλαίου, αυτοί που έκαναν την επιμέλεια, τίτλος βιβλίου, αριθμός σελίδων, τόπος έκδοσης (ακολουθούνται οι κανόνες που αναφέρθηκαν προηγουμένως) και εκδότης.

## Αναφορές σε βιβλία

### 5. Κεφάλαιο ή άρθρο σε βιβλίο

#### Παράδειγμα:

Γράφονται τα ονόματα αυτών που έκαναν την επιμέλεια του βιβλίου (editors)

Χρησιμοποιείται η λέξη «In»

Salthouse, T.A. (1995). Processing capacity and its role on the relations between age and memory. In F. E. Weinert and W. Schneider (Eds.), *Memory performance and competencies, issues in growth and development* (pp. 111-124). New Jersey, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Με πλάγια γράμματα γράφεται ο τίτλος του βιβλίου και όχι ο τίτλος του κεφαλαίου ή άρθρου

Αναφέρεται ο αριθμός σελίδων

## Άσκηση μέσα στην τάξη

### 5. Κεφάλαιο ή άρθρο σε βιβλίο

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω πληροφορίες για να γράψετε την αναφορά στο κεφάλαιο της Βιβλιογραφίας

Όνοματεπώνυμο συγγραφ.	B. D. McPherson
Τίτλος εργασίας	Sport, health, well-being, and aging: some conceptual and methodological issues and questions for sport scientists
Έτος	1986
Πηγή → κεφάλαιο σε βιβλίο	Sport and Aging
editor	Benjamin David McPherson
σελίδες	3 - 24
Εκδότης	Human Kinetics
Τόπος	Champaign Illinois (η συντομογραφία για το Illinois είναι IL)

McPherson, B. D. (1986). Sport, health, well-being, and aging: some conceptual and methodological issues and questions for sport scientists. In B. D. McPherson (Ed.), *Sport and Aging* (pp. 3 - 24). Champaign, IL: Human Kinetics

## Αναφορές σε βιβλία

### 6. Μεταφρασμένο βιβλίο

Στην περίπτωση που το βιβλίο είναι μεταφρασμένο στην ελληνική γλώσσα θα γράψουμε το όνομα του συγγραφέα στα Αγγλικά, το έτος δημοσίευσης, τον τίτλο στα ελληνικά και σε παρένθεση το όνομα αυτού που έκανε τη μετάφραση. Ο τόπος έκδοσης και ο εκδότης αναφέρονται για την ελληνική έκδοση, ενώ στο τέλος μπαίνει σε παρένθεση το έτος δημοσίευσης του πρωτοτύπου.

#### Παράδειγμα:

1. Corcos, R. W. (1992). *Προπονητής, μάθηση και απόδοση*
2. (Ε. Πολλάτου, μετάφραση). Θεσσαλονίκη: ΣΑΛΤΟ. (Δημοσίευση
3. πρωτοτύπου 1989).

Αναφέρουμε αυτόν που έκανε τη μετάφραση

## Αναφορές σε βιβλία

### 6. Μεταφρασμένο βιβλίο

Εάν αναφέρεται κάποιος που έχει την επιμέλεια της μετάφραση και γενικότερα την επιμέλεια έκδοσης για την ελληνική γλώσσα, τότε στην παρένθεση μπαίνει το δικό του όνομα με τη σημείωση «επιμέλεια για την ελληνική έκδοση».

Όλα τα άλλα στοιχεία γράφονται όπως περιγράφηκε στην προηγούμενη περίπτωση μεταφρασμένου βιβλίου.

#### Παράδειγμα:

- Rose, D.J. (1998). *Κινητική μάθηση και κινητικός έλεγχος* (Ε. Κιουμουρτζόγλου επιμέλεια για την Ελληνική έκδοση). Θεσ/νίκη: University Studio Press. (Δημοσίευση πρωτοτύπου 1994).

Αναφέρουμε αυτόν που έκανε την επιμέλεια της έκδοσης στην ελληνική γλώσσα

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών

Μετά τα περιοδικά και τα βιβλία οι πιο συνηθισμένες πηγές πληροφοριών που χρησιμοποιούνται κατά τη συγγραφή επιστημονικών εργασιών είναι τα πρακτικά συνεδρίων, οι διπλωματικές εργασίες (πτυχιακές και μεταπτυχιακές), καθώς και οι διδακτορικές διατριβές. Εδώ δεν θα πρέπει να παραλειφθούν βέβαια και τα ενημερωτικά κείμενα από επιστημονικούς οργανισμούς που μπορεί να εντοπίσει κανείς στο διαδίκτυο. Οι περιπτώσεις που θα αναλυθούν παρακάτω είναι:

7. Δημοσιευμένα πρακτικά συνεδρίων
8. Πτυχιακή εργασία ή διδακτορική διατριβή
9. Αναφορά χωρίς ονόματα συγγραφέων

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών

### 7. Δημοσιευμένα πρακτικά συνεδρίων

Ο τρόπος γραφής είναι ίδιος σχεδόν με αυτόν για το κεφάλαιο σε βιβλίο (βλέπε διαφάνεια 15), μόνο που αντί για τον τίτλο του βιβλίου, μπαίνει ο τίτλος των πρακτικών (που ουσιαστικά είναι βιβλίο!) του συνεδρίου.

Αν η εργασία είναι περίληψη μόνο και όχι άρθρο, τότε μετά τον τίτλο της εργασίας μπαίνει η λέξη [Abstract]

#### Παράδειγμα:

Harahousou, Y. S., & Kabitsis, C. N. (1994). Important reasons that motivate Greek women into participation in physical recreation. In: F. I. Bell, G. H. Van Gyn (Eds.), *Proceedings for the 10th Commonwealth & International scientific congress: access to active living* (pp. 113-118). Victoria, BC: University of Victoria.

Ο τίτλος των πρακτικών με πλάγια γράμματα

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών

### 8. Πτυχιακή εργασία ή διδακτορική διατριβή

Ο τρόπος γραφής αυτής της αναφοράς είναι παρόμοιος με τον τρόπο γραφής στην περίπτωση που γίνεται αναφορά σε βιβλίο (βλέπε διαφάνεια 12). Ο τίτλος της εργασίας γράφεται με πλάγια γραφή και μετά μπαίνει η φράση «Αδημοσίευτη πτυχιακή εργασία» - ή διατριβή, ανάλογα με την περίπτωση. Στη συνέχεια αναφέρεται το ίδρυμα και ο τόπος. Σχετικά με τον τόπο, αν η πόλη εμπεριέχεται στο όνομα του ιδρύματος δεν ξαναγράφεται.

#### Παράδειγμα:

Ζήση, Β. Ζ. (2001). *Συνήθης φυσική δραστηριότητα σε άτομα 60-75 ετών: Επιπτώσεις στις αντιληπτικο-κινητικές και γνωστικές ικανότητες*. Αδημοσίευτη διδακτορική διατριβή. Κριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Ελλάς.

Ο τίτλος της εργασίας με πλάγια γράμματα

## Άλλες περιπτώσεις αναφορών

### 9. Αναφορά χωρίς ονόματα συγγραφέων

Αντί για τα ονόματα των συγγραφέων γράφεται το όνομα του οργανισμού ή της ένωσης από την οποία προέρχεται.

#### Παράδειγμα:

Πρόκειται για ηλεκτρονική πηγή, οπότε εφαρμόζονται οι αντίστοιχοι κανόνες (ηλ. Διεύθυνση και ημερομηνία)

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (2001). Retrieved July 2001 from <http://www.niams.nih.gov/hi/topics/scoliosis/scochild.htm>.

Australian Bureau of Statistics. (1991). *Estimated resident population by age and sex in statistical local areas, New South Wales, June 1990* (No 3209.1). Canberra, Australian Capital Territory: Author

Σε γενικές γραμμές εφαρμόζονται οι κανόνες γραφής για την πηγή από βιβλίο, αλλά χωρίς συγγραφέα

Γράφουμε ότι πληροφορίες έχουμε, π.χ. τίτλος

## Βιβλιογραφία

Thomas, J.R., & Nelson, J.K. (2000). Μέθοδοι έρευνας στη φυσική δραστηριότητα (Κ. Καρτερολιώτης, επιμέλεια για την ελληνική έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Πασχαλίδη. (σσ. 101 - 120).

Troyka, L.Q. (2002). *Simon & Schuster handbook for writers, 6th ed.* Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall. pp. 481-498.

# Ευχαριστώ!