

# Εναλλακτικοί τρόποι παρακίνησης των εργαζομένων σε περίοδο κρίσης Η επίδραση της μουσικής στην αύξηση της αποδοτικότητας των εργαζομένων

Ασπρίδης Μ. Γεώργιος

Επίκουρος Καθηγητής

Τμ. Διοίκησης & Διαχείρισης Έργων, Τ.Ε.Ι. Θεσσαλίας

+30 2410 - 684 544

[aspridis@teilar.gr](mailto:aspridis@teilar.gr)

## Περίληψη

Πολλές φορές έχουμε αναρωτηθεί πόση και ποια είναι η επίδραση που ασκεί η μουσική σε ένα χώρο εργασίας και ειδικά στους ίδιους τους εργαζόμενους. Αρκετές είναι οι επιχειρήσεις που χρησιμοποιούν μουσική, όπως η Shell, η Dupont ή ακόμη και η Αττικό Μετρό. Για παράδειγμα, όταν θέλουμε να αυξήσουμε την ενεργητικότητά μπορούμε να χορευτική / ρυθμική μουσική, η οποία θα μας παρακινήσει να χορέψουμε. Η παρούσα μελέτη εστιάζει στην επίδραση που έχει η μουσική στην απόδοση των εργαζομένων. Κατά καιρούς έχει παρουσιασθεί η επίδραση που έχουν διάφοροι παράγοντες στην αύξηση της παραγωγικότητας, αλλά σε αυτή την περίπτωση θα επικεντρωθούμε μόνο στη μουσική. Και μάλιστα σε περίοδο κρίσης, όπου η μουσική μπορεί να αποτελέσει βασική μέθοδο παρακίνησης των εργαζομένων. Σε αυτή την εισήγηση θα προσπαθήσουμε να καταγράψουμε τους προβληματισμούς που αναπτύσσονται σχετικά με τη χρήση της μουσικής και πως αυτή επηρεάζει την επαγγελματική ζωή. Η εισήγηση στηρίζεται στη μελέτη των γραπτών τεκμηρίων, στη χρήση της ιστορικής μεθόδου και στην ερευνητική διαδικασία. Τα συμπεράσματα είναι ιδιαίτερα σημαντικά και η όποια αξιοποίησή τους θα συμβάλλουν ουσιαστικά στη μελέτη θεμάτων που άπτονται στη χρήση της μουσικής και άλλων παραγόντων για την αύξηση της παραγωγικότητας των εργαζομένων.

Λέξεις-Κλειδιά: μουσική, παραγωγικότητα, παρακίνηση, αποδοτικότητα, εργασιακές σχέσεις

JEL: Z10, M1, M12

## **Εισαγωγή**

Η περίοδος που διανύουμε είναι περίοδος κρίσης, αμφισβήτησης των εργασιακών σχέσεων, μείωσης των θέσεων εργασίας, απογοήτευσης των εργαζομένων. Σε αυτό το ζοφερό σκηνικό πρέπει ο εργαζόμενος να βρει το κίνητρο να εργασθεί παραγωγικά και αποδοτικά. Πλέον το οικονομικό κίνητρο έχει χαθεί. Οι μισθοί έχουν μειωθεί και τα πριμ παραγωγικότητας έχουν εξαφανισθεί. Το μόνο κίνητρο που απομένει σε όλους είναι αυτό της διατήρησης της θέσης εργασίας.

Τσως πρέπει να σκεφθούμε τη στροφή στη σχολή ανθρωπίνων σχέσεων του **E. Mayo** (αρχές δεκαετίας 1930). Οι επιχειρήσεις προσπαθούσαν να εφαρμόσουν μια πιο ανθρώπινη προσέγγιση στις σχέσεις εργοδοσίας - εργαζομένων. Το σκεπτικό ήταν ότι βελτιώνοντας την ικανοποίηση των εργαζομένων θα είχε ως αποτέλεσμα τη βελτίωση στην παραγωγικότητα της εργασίας. Η εργασία του **Mayo** συνοψίζεται στη φράση ότι «ένας ικανοποιημένος εργάτης είναι ένας παραγωγικός εργάτης» (Μπουρής, 2005; Shikdar et al, 2003).

Σε έρευνα που πραγματοποίησε η εταιρεία ερευνών αγοράς LAB42 (στην ιστοσελίδα <http://lab42.com/>) απέδειξε ότι σε μεγάλο βαθμό ο κόσμος ακούει μουσική όταν εργάζεται (είτε στο σπίτι σε οικιακές εργασίες 56%

είτε σε χώρο εργασίας 26%). Η διαδικτυακή έρευνα πραγματοποιήθηκε το καλοκαίρι 2012 και συμμετείχαν 500 άτομα (στις ιστοσελίδες <http://blog.lab42.com/social-music-sound-bytes>; <http://www.dwaveonline.com/2012/10/infographic-how-are-you-listening-to-music/>).

Ένα σημαντικό θέμα που έχει προκύψει στην Ελλάδα με τη χρήση της μουσικής στις επιχειρήσεις είναι και αυτό των πνευματικών δικαιωμάτων (Ν. 2121/1993 «Πνευματική ιδιοκτησία, συγγενικά δικαιώματα και πολιτιστικά θέματα», Φ.Ε.Κ. 25<sup>Α</sup>/4-3-1993) (στην ιστοσελίδα <http://www.inews.gr/0/ta-pnevmatika-dikaionomata-gia-chrisi-mousikis-se-epicheiriseis-stin-ep-eboriou.htm>).

Τα κίνητρα για την απασχόληση με το συγκεκριμένο θέμα ήταν (α) επιστημονικά, ώστε να καταγραφεί η σχέση μεταξύ αποδοτικότητας και μουσικής και (β) το προσωπικό ενδιαφέρον. Αυτή η εργασία θα προσπαθήσει να απαντήσει στο ερώτημα εάν η ακρόαση μουσικής κατά τη διάρκεια της εργασίας βελτιώνει την παραγωγικότητα ή όχι.

## Ιστορική αναδρομή

Την περίοδο 1924 - 1932, ομάδα ερευνητών υπό τον Καθηγητή **E. Mayo** (Παν. Harvard), σε συνεργασία με το Εθνικό Συμβούλιο Ερευνών των Η.Π.Α. πραγματοποίησε μια σειρά μελετών στο εργοστάσιο Hawthorne της εταιρείας *Western Electric* στο Σικάγο, για την επίδραση του φωτισμού στην αποδοτικότητα των εργατών (στο βιβλίο του Τα ανθρώπινα προβλήματα ενός βιομηχανοποιημένου πολιτισμού, 1933). Οι μελέτες αυτές ενώ ξεκίνησαν με αφορμή να εξαχθούν συμπεράσματα σχετικά με το φωτισμό, γρήγορα επεκτάθηκαν και έφεραν στο προσκήνιο την ιδέα ότι η παραγωγικότητα δεν επηρεάζεται μόνο από την τεχνολογία αλλά και από την παροχή διαφόρων κινήτρων στους εργαζόμενους (Βάλβη *et al*, 2009).

Ο **Roethlisberger**, συνεργάτης του **Mayo**, συμπέρανε ότι η ψυχική κατάσταση, η ορθή εποπτεία και οι άτυπες κοινωνικές σχέσεις που αναπτύσσονται σε μια ομάδα εργαζομένων είναι το κλειδί για την αύξηση της παραγωγικότητας εργασίας. Το συμπέρασμα των ερευνητών ήταν, πως η παραγωγή επηρεαζόταν περισσότερο από το κοινωνικό περιβάλλον, παρά από τις φυσικές συνθήκες εργασίας. Μετά από πολλά πειράματα και εξετάζοντας διάφορες μεταβλητές, όπως τις φυσικές καταστάσεις του χώρου εργασίας, τα διαλείμματα για ξεκούραση, τον τρόπο εποπτείας, τις σχέσεις του ανθρώπινου δυναμικού, τα κίνητρα και άλλα. Οι ειδικοί της μουσικής διαπίστωσαν ότι η ποικιλομορφία των τύπων των ανθρώπων διαδραματίζει ένα σπουδαίο ρόλο στην απόδοση της παραγωγής (παράρτημα 1).<sup>1</sup> Το κίνημα αυτό ενδιαφέρθηκε περισσότερο για τις κοινωνικές ανάγκες των εργαζομένων, τη δημοκρατική ηγεσία, τη συμμετοχή τους στη λήψη αποφάσεων και στην επικοινωνία μεταξύ προϊσταμένων και υφισταμένων (Βάλβη *et al*, 2009).

## Εννοιολογικές οριοθετήσεις

Η μουσική ορίζεται ως η τέχνη που στηρίζεται στην οργάνωση ήχων με σκοπό τη σύνθεση, την εκτέλεση και την ακρόαση/λήψη ενός μουσικού έργου. Με τον όρο μουσική εννοείται και το σύνολο ήχων από το οποίο απαρτίζεται ένα μουσικό κομμάτι. Η μουσική είναι τέχνη, που ως κύριο υλικό έχει τον ήχο και εκφράζει ιδέες και αισθήματα. Εκφράζει τον άνθρωπο και τα αισθήματά του και μάλιστα έχει άμεση επίδραση και στην εργασία του ανθρώπου. Τόσο ο ορισμός της μουσικής, όσο και τα σχετικά με τη μουσική θέματα όπως η εκτέλεση, η σύνθεση και η σπουδαιότητά της, διαφέρουν από πολιτισμό σε πολιτισμό και ανάλογα με το κοινωνικό

<sup>1</sup>Η εργασία πραγματοποιήθηκε από την εταιρεία SONOS (<http://www.sonos.com/>)

πλαίσιο. Το Βρετανικό Λεξικό της Οξφόρδης την ορίζει ως «μια από τις καλές τέχνες που ασχολείται με το συνδυασμό ήχων με σκοπό την ομορφιά ως προς τη φόρμα και την έκφραση των σκέψεων και συναισθημάτων» (στην ιστοσελίδα

<http://oxforddictionaries.com/definition/english/music#m en gb0543390>.

Η μουσική ως τέχνη, καλύπτει την ανάγκη του ανθρώπου να εκφράσει με ήχους, τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις ψυχικές του καταστάσεις. Η **Ευτέρπη** [από το επίρρημα *ευ* (καλά, ωραία) και το ρήμα *τερπέω/-ώ* (ευχαριστώ)] κατά τη μυθολογία, ήταν κόρη της **Μνημοσύνης** και του **Δία**, και ορίστηκε από τους ποιητές ως η μούσα της μουσικής. Στους κλασικούς χρόνους ονομάστηκε μούσα της λυρικής ποίησης. Η λέξη μουσική, κατά τους αρχαίους Έλληνες ποιητές και φιλοσόφους, προέρχεται από τη λέξη «Μούσα», η οποία παράγεται από το μαούσα (από το ρήμα *μάω-μω* = *επινοώ* ή *ψάχνω* ή *ζητώ* διανοητικά). Η μουσική ήταν το δώρο των Μουσών στην αρχαία Ελλάδα και χαρακτήριζε τον άνθρωπο που πράττει, σκέφτεται και αισθάνεται (MacDonald, 2012; Cook, 2007; Weeks, χχ; στην ιστοσελίδα <https://sites.google.com/site/odeiooperaedu/arthra/mousiki-stin-arxaia-ellada>).

Σύμφωνα με τον **Cl. Debussy** «Η μουσική είναι η αριθμητική των ήχων, όπως η οπτική είναι η γεωμετρία του φωτός» (στην ιστοσελίδα <http://www.gnomikologikon.gr/authquotes.php?auth=1618#ixzz2NLEGfZeQ>).

Η παρακίνηση (Dessler, 2012; Brewster et al, 2007) είναι η διαδικασία της ώθησης της συμπεριφοράς του εργαζομένου για την επίτευξη κάποιων στόχων, των οποίων η υλοποίηση θα έχει ως συνέπεια την ικανοποίηση των αναγκών του. Τα κίνητρα είναι η εσωτερική κατάσταση, η οποία ενεργοποιεί / δραστηριοποιεί τους εργαζόμενους και τους οδηγεί σε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά, ώστε να επιτευχθούν οι στόχοι των ατόμων και της οργάνωσης. Οι στόχοι αυτοί μπορεί να είναι είτε βραχυπρόθεσμοι, που συνδέονται κατά βάση με τους ατομικούς στόχους, είτε μακροπρόθεσμοι, που συνδέονται κατά βάση με τους οργανωτικούς στόχους (Stephen et al, 2012; Παπαλεξανδρή et al, 2002).

Ένας γενικός ορισμός για την παραγωγικότητα είναι ότι αποτελεί τη σχέση μεταξύ των δημιουργούμενων εκκρών από ένα σύστημα παραγωγής ή παροχής υπηρεσιών και των εισροών που είναι απαραίτητες για τη δημιουργία αυτών των εκκρών. Η παραγωγικότητα αναφέρεται στην αποτελεσματικότητα και στην αποδοτικότητα (Κονδύλης, χχ).

Σύμφωνα με την Ελληνική Στατιστική Αρχή η ανεργία, στις αρχές του 2013, είχε ανέλθει σε 27,4%. Η επιδείνωση της κατάστασης στον τομέα της απασχόλησης συνδέεται με τη μείωση όλων των δεικτών ανάπτυξης και παραγωγικότητας την ίδια περίοδο (στην ιστοσελίδα <http://www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE>) (παράτημα 2). Οι πραγματικές αμοιβές των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα -δίχως να υπολογίζεται ο πληθωρισμός (προβλέπεται να μειωθούν στα επίπεδα της δεκαετίας 1960).

Μισθοί, συντάξεις και άλλες κοινωνικές δαπάνες παραμένουν χαμηλά, ενώ τα εργασιακά δικαιώματα μειώνονται, λόγω των ελαστικών σχέσεων εργασίας και της αγοράς. Οι εργαζόμενοι - φτωχοί πολλαπλασιάζονται με γρήγορους ρυθμούς. Ταυτόχρονα, οι εργαζόμενοι αποδέχονται μορφές κατανομής της φτώχειας και της ανεργίας που μας γυρίζουν αρκετά χρόνια πίσω (στην ιστοσελίδα <http://www.insurancedaily.gr/blog/?p=19475>).

Αυτή η περίοδος μπορεί να συμβάλει και στην ανάπτυξη του ανθρώπινου δυναμικού. Μέσω της ανάδειξης της τεχνολογίας και της οργανωσιακής κουλτούρας το ανθρώπινο δυναμικό μπορεί να αναδειχτεί σε κομβικό σημείο για την επίτευξη των στόχων της επιχείρησης (Jaidi et al, 2012;

Asyali et al, χχ; στην ιστοσελίδα <http://www.hcamag.com/resources/leadership/how-can-hr-help-during-an-economic-crisis-115053.aspx>).

## Η επίδραση της μουσικής στη ζωή και στον εργασιακό χώρο

### Η επίδραση της μουσικής στη ζωή

Το ενδιαφέρον των νευροεπιστημόνων για την επίδραση της μουσικής στον εγκέφαλο αυξάνεται συνεχώς, την τελευταία περίοδο. Η πρώτη έρευνα πραγματοποιήθηκε από ομάδα νευροβιολόγων του Παν. Irvine της Καλιφόρνιας, με τίτλο «*Music and spatial task performance : A causal relationship*», που δημοσιεύθηκε στο Nature (1993) και αφορούσε τη μουσική του **Mozart** (στην ιστοσελίδα <http://www.vita.gr/html/ent/630/ent.10630.asp>).<sup>2</sup>

Έρευνες έχουν αποδείξει ότι η μουσική επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την οδήγησή. Η ένταση της συνδέεται άμεσα με την επικίνδυνη οδήγηση, καθώς όσοι οδηγούν ακούγοντας γρήγορη μουσική έχουν διπλάσιες πιθανότητες να πάθουν κάποιο τροχαίο από αυτούς που επιλέγουν αργή μουσική. Έρευνα, στην οποία έλαβαν μέρος 28 μεταπτυχιακοί φοιτητές του καθηγητή **Bronski** από το Παν. Ben Gurion (2011), απέδειξε ότι, όσο αυξανόταν ο ρυθμός της μουσικής, τόσο οι οδηγοί οδηγούσαν πιο ριψοκίνδυνα, περνούσαν με κόκκινο και είχαν περισσότερα ατυχήματα. Όταν άκουγαν γρήγορη μουσική είχαν διπλάσιες πιθανότητες να περάσουν με κόκκινο από αυτούς που δεν άκουγαν μουσική, ενώ όταν άκουγαν γρήγορη μουσική είχαν διπλάσιες πιθανότητες να πάθουν ατύχημα από όταν άκουγαν ήρεμη μουσική (στην ιστοσελίδα <http://www.otherside.gr/2011/11/polutimos-rolos-mousikis-sti-zwi-mas/#ixzz2K6TFbj1A>, προσπελάσθηκε στις 16/2/2013).

Σε έρευνα της εκπομπής Top Gear,<sup>3</sup> πριν αρκετά χρόνια, για το BBC World, οι τηλεθεατές δήλωσαν τα τραγούδια που τους κάνουν να πατούν περισσότερο το γκάζι. Μεταξύ των άλλων αναφέρθηκαν στα Golden Earring- Radar Love, Meat Loaf- Bat out of hell, Queen- Don't stop me now, Deep Purple - Highway star, Steppenwolf- Born to be child, AC/DC- Highway to hell, Fleetwood Mac- The Chain, Motorhead- **Ace of spades**, Queens of the stone age- go with, Blur - Song 2. Αξίζει να σημειωθεί ότι η συντριπτική πλειοψηφία ήταν ροκ τραγούδια και μάλιστα σε παλιά ροκ κομμάτια (στην ιστοσελίδα <http://www.otherside.gr/2011/11/polutimos-rolos-mousikis-sti-zwi-mas/#ixzz2K6TFbj1A>).<sup>4</sup>

### Η μουσική στο χώρο εργασίας

Έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες σχετικά με τις επιδράσεις της ακρόασης μουσικής κατά τη διάρκεια της εργασίας. Η παραγωγικότητα επηρεάζεται από τη διάρκεια της ακρόασης, την παρουσία άλλων εργαζομένων, το είδος της μουσικής που ακούει ο εργαζόμενος, την ένταση της μουσικής και άλλα. Αν και είναι λίγες οι επιχειρήσεις που έχουν μουσική στο χώρο εργασίας, έχει αρχίσει να διατυπώνεται σχετική ερώτηση κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων επιλογής ανθρώπινου δυναμικού (στην ιστοσελίδα

<sup>2</sup>Στην Ελλάδα έχουν μελετήσει το αντικείμενο όσοι ασχολούνται με τη μουσική και δεν υπάρχουν σημαντικές επιστημονικές έρευνες.

<sup>3</sup>Η εκπομπή Top Gear ξεκίνησε το 1977 στο BBC και το 2002 εξελίχθηκε σε μια εκπομπή για αυτοκίνητα. Η θεαματικότητά της ανέρχεται σε 350 εκατομμύρια ανθρώπους σε 170 χώρες του κόσμου. Θεωρείται η πιο διάσημη εκπομπή του είδους της Μ. Βρετανίας. Η εκπομπή έχει δεχθεί εξαιρετικές κριτικές από εφημερίδες και περιοδικά.

<sup>4</sup>Για το είδος της μουσικής που ακούμε στο χώρο της εργασίας διάβαζε **A. Balderamma**, Jobs That Let You Listen to Music, στην ιστοσελίδα <http://www.careerbuilder.com/Article/CB-1394-The-Workplace-Jobs-That-Let-You-Listen-to-Music/>.

<http://answers.yahoo.com/question/index?qid=20120903073522AAJyBH>

(παράρτημα 3).<sup>5</sup>

Ο **Kirkpatrick** (1943) διαπίστωσε ότι η ακρόαση της μουσικής εμποδίζει τη νοητική συγκέντρωση που απαιτείται.

Ο **Fox** (1971) παρουσιάζει μια σειρά παραδειγμάτων για το ρόλο και τη σημασία που διαδραματίζει η μουσική στο χώρο εργασίας.

Ο **Isen et al** (1987) απέδειξαν ότι οι συμμετέχοντες στην έρευνα είχαν θετική διάθεση λόγω της μουσικής και βοήθησε στην αποτελεσματική επίλυση των εργασιακών προβλημάτων.

Οι **Blood** και **Ferriss** (1993) μελέτησαν την επίδραση της μουσικής σε 104 συμμετέχοντες και τις επιπτώσεις που είχε στην εργασία τους. Από την έρευνα προέκυψε ότι η μουσική είχε τη δυνατότητα να παρακινεί τους εργαζόμενους και να τους κάνει να έχουν καλύτερη επικοινωνία.

Σε έρευνά τους για την επίδραση της μουσικής κατά τη διάρκεια της εργασίας οι **Furnham** και **Bradley** (1997), προσπάθησαν να μελετήσουν τις επιπτώσεις που είχαν διαφορετικά είδη μουσικής στο μνημονικό είκοσι ανθρώπων.

Πιο εξειδικευμένη ήταν η έρευνα που παρουσίασε η **Lesiuk**<sup>6</sup> (2005), Επίκουρη Καθηγήτρια στο Παν. Miami, όπου μελέτησε την επίδραση της μουσικής στην ποιότητα και στην ποσότητα της εργασίας σε στελέχη εταιρείας πληροφορικής. Η μελέτη ανέδειξε τη θετική σχέση μεταξύ μουσικής και απόδοσης και μάλιστα η συγγραφέας τόνισε ότι όσο περνούσε ο καιρός τόσο αυξανόταν και η απόδοση των εργαζομένων. Επίσης, αυτό που τόνισε ήταν ότι ήταν επιλογή των εργαζομένων πότε και τι είδους μουσική θα ακούσουν.

Η **Spherion Workplace Snapshot** (ειδικεύεται στην πρόσληψη προσωπικού στη Β. Αμερική) διεξήγαγε online ηλεκτρονική έρευνα (Αύγουστος 2006) για λογαριασμό της Spherion Corporation. Σύμφωνα με την έρευνα το 32% των εργαζομένων ακούνε μουσική χρησιμοποιώντας iPod, MP3 ή παρόμοιες μουσικές συσκευές. Από αυτούς το 79% νιώθει ότι αυτό βελτιώνει την εργασία τους την ικανοποίηση και/ή την παραγωγικότητα. Το ποσοστό των εργαζομένων που νοιώθουν ότι το να ακούν μουσική βελτιώνουν την ικανοποίηση στην εργασία και/ή την παραγωγικότητα τους, είναι υψηλότερο μεταξύ των νεότερων ενηλίκων, με 90% των εργαζομένων από 18-24 και 89% αυτών που είχαν ηλικία από 30-39 από αυτούς που το ισχυρίστηκαν. Επίσης, από τους εργαζομένους που ακούν από ατομικές μουσικές συσκευές ενώ εργάζονται, το 55% νοιώθει ότι βελτιώνετε και η ικανοποίηση στο χώρο εργασίας και η παραγωγικότητα. Η **N. Halverson**, αντιπρόεδρος της επιχείρησης, τονίζει ότι «όταν η πλειονότητα αυτών που ακούν υποστηρίζει ότι βελτιώνει την ικανοποίηση και την παραγωγικότητα στην εργασία τους, τότε οι εργοδότες οφείλουν να το λάβουν υπόψη τους» (στην ιστοσελίδα <http://spherion.mediaroom.com/pressroom/index.php?s=43&item=30>).

Η **Haake** (2010) ολοκλήρωσε τη Διδακτορική Διατριβή της στο Παν. Sheffield, με θέμα «Πρακτικές ακρόασης μουσικής στο χώρο της εργασίας στο Ηνωμένο Βασίλειο». Σκοπός της έρευνας ήταν να διερευνηθούν οι υφιστάμενες πρακτικές κατά την ακρόαση της μουσικής στο χώρο εργασίας, πόσο συχνά οι εργαζόμενοι ακούνε μουσική κατά την εργασία, τι είδους δραστηριότητες πραγματοποιούν και τέλος αν και πώς η μουσική χρησιμοποιείται ως μέσο για τη βελτίωση της ευημερίας. Σύμφωνα με την

<sup>5</sup> Η ερώτηση διατυπώνεται ως εξής : «Ακούτε και εάν ναι τι είδους μουσική ακούτε κατά τη διάρκεια της εργασίας σας;».

<sup>6</sup> Σύμφωνα με τη **Lesiuk** «Η μουσική πετυχαίνει να σε κάνει να σκέφτεσαι με περισσότερους από έναν τρόπους» (Padnani, 2012).

έρευνα η μουσική μπορεί να αποσπάσει την προσοχή των εργαζομένων από το αντικείμενο της εργασίας τους αλλά ταυτόχρονα μπορεί και να βοηθήσει να αντιμετωπίσει ο εργαζόμενος διάφορα προβλήματα. Η μουσική μπορεί τόσο να σε χαλαρώσει όσο και να είναι ενοχλητική, ειδικά όταν είναι πολύ δυνατά. Πολλοί από τους συμμετέχοντες ανέφεραν ότι η μουσική στο γραφείο ήταν πολύ σημαντική για αυτούς, προκειμένου να διαχειρισθούν το περιβάλλον του γραφείου και τους ακουστικούς περισπασμούς του, με στόχο τη διαχείριση και τη διάθεση των εσωτερικών διαδικασιών τους, που θα τους βοηθήσει στο έργο τους και ταυτόχρονα θα μπορεί να τους εμπνέει. Τα ευρήματα της έρευνας συνεισφέρουν να κατανοήσουμε τον πολύπλευρο ρόλο που διαδραματίζει η μουσική στους εργαζόμενους και τη σημασία της στο χώρο της εργασίας.

Ο **Yehuda** (2011) μελέτησε (α) τις επιπτώσεις της μουσικής στο άγχος των εργαζομένων και (β) τους ψυχολογικούς μηχανισμούς που επηρεάζονται από τη μουσική. Σύμφωνα με τη μελέτη του η μουσική επιδρά θετικά στην αντιμετώπιση του άγχους.

Στο βιβλίο τους οι **Hodges** και **Sebald** (2011) αναλύουν διεξοδικά το θέμα της επίδρασης της μουσικής στον άνθρωπο. Ειδικά στο τρίτο μέρος αναφέρονται στην ανάπτυξη των ικανοτήτων, της απόδοσης και της διδασκαλίας στη μουσική και ουσιαστικά αναδεικνύουν την επίδραση της μουσικής.

Επικρατεί και η άποψη ότι οι εργαζόμενοι που ακούν ορχηστρική μουσική συγκεντρώνονται περισσότερο στην εργασία τους, σύμφωνα με τον Δρ **A. Sood** από τη *Mayo Clinic* (Padnani, 2012).

Πολλές επιχειρήσεις αλλά και εκπαιδευτικά ιδρύματα, έχουν φροντίσει να αξιοποιήσουν την επιρροή της μουσικής, στην καλύτερη επικοινωνία, στη μεγαλύτερη ευκολία στη μάθηση και στη συγκράτηση της γνώσης, λιγότερο άγχος και περισσότερη δημιουργικότητα. Στον εργασιακό χώρο, όπως αναφέρει ο **Campbell**, η μουσική «ανεβάζει τα επίπεδα της απόδοσης και της παραγωγικότητας, μειώνοντας το στρες και την ένταση, καμουφλάροντας τους ενοχλητικούς θορύβους και δίνοντας μια αίσθηση απομόνωσης» (Τζουράκη, 2007).

Σαράντα τρεις (43) από τις κορυφαίες επιχειρήσεις του κόσμου, μεταξύ των οποίων η Shell, η Dupont και η IBM, βάζουν μουσική στους εργαζομένους τους (στην ιστοσελίδα [http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt\\_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1](http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1)).

### Η μεθοδολογία της έρευνας

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε την περίοδο Φεβρουάριου – Μαρτίου 2013, ήταν διερευνητική και σκοπός της ήταν να καταγραφούν οι απόψεις των εργαζομένων για την επίδραση της μουσικής στην αύξηση της παραγωγικότητας τους.

Η αποστολή των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και με τον ίδιο τρόπο συνελέγησαν και οι απαντήσεις (Dillman, 2000). Το δείγμα ήταν από όλη την Ελλάδα και στηρίχθηκε στην τυχαία δειγματοληψία. Τα πλεονεκτήματα της ηλεκτρονικής συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου ήταν ότι οι ερωτώμενοι δεν πιέστηκαν χρονικά για τις απαντήσεις, κόστισε λιγότερο, δεν υπήρχε επιρροή του ερευνητή στις απαντήσεις. Τα μειονεκτήματα που παρουσιάζει η μέθοδος αυτή, ήταν το χαμηλό ποσοστό και ο αργός ρυθμός επιστροφής των ερωτηματολογίων και ότι είναι ακατάλληλη μέθοδος για ανοιχτές ερωτήσεις. Το ερωτηματολόγιο ήταν μικρό, χρηστικό και ευέλικτο και

αποτελείται από κλειστές ερωτήσεις όπου ο ερωτώμενος καλείται να επιλέξει μεταξύ συγκεκριμένων απαντήσεων (Ρόντος *et al*, 2006).

Σφάλματα τα οποία οφείλουμε να αντιμετωπίσουμε είναι η τάση της υπεργενίκευσης των αποτελεσμάτων και ο κίνδυνος της μεροληψίας, ως αποτέλεσμα της διαμόρφωσης του λάθους δείγματος. Ανάλογα με το είδος της έρευνας, οι συμμετέχοντες στην έρευνα μπορεί να ανέρχονται από 50 έως 100 (Παρασκευόπουλος, 1993).

Ο σχεδιασμός της έρευνας, περιελάμβανε τον προσδιορισμό του ερευνητικού προβλήματος και των ερευνητικών στόχων. Τη διαμόρφωση και τη δημιουργία των εργαλείων συλλογής δεδομένων, την εφαρμογή της προβλεπόμενης δειγματοληψίας, τη συλλογή και έλεγχο και την επεξεργασία δεδομένων, την ανάλυση αποτελεσμάτων, τα συμπεράσματα και τέλος τις προτάσεις. Η φύση της μελέτης αναδεικνύει περιορισμούς όπως την άγνοια της σχέσης μουσικής και αύξησης της παραγωγικότητας, το γεγονός ότι η ποιότητα των επίσημα δημοσιευμένων στοιχείων που παραμένει εν αμφιβολία. Ορισμένοι εργαζόμενοι αντιμετώπισαν δυσκολίες στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, δεν το κατανόησαν, δεν πίστεψαν στην εμπιστευτικότητά του και δεν έδωσαν την απαραίτητη προσοχή στη συμπλήρωσή του (Babbie, 2011; Ρόντος *et al*, 2006). Από τις διευκρινιστικές απαντήσεις είχε γίνει σαφές ότι το ερωτηματολόγιο αναφέρεται σε περίοδο κρίσης.

## Παρουσίαση της έρευνας

### **Γενικά για το ερωτηματολόγιο**

Το ερωτηματολόγιο διακρίνεται σε τρεις ενότητες. Στην πρώτη αναφέρονται τα δημογραφικά στοιχεία (*φύλο, ηλικία, μορφωτικό επίπεδο, προϋπηρεσία και άλλα*). Η δεύτερη ενότητα περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικά με το εάν η επιχείρηση που εργάζεται ή εργαζόταν ο ερωτώμενος έχει μουσική ενώ στην τρίτη ενότητα υπάρχουν ερωτήσεις που αφορούν τη μη ύπαρξη μουσικής στην επιχείρηση. Παράλληλα, υπήρχε συνοδευτική επιστολή με πληροφορίες σχετικά με την έρευνα και δίναμε τη δυνατότητα σε όλους να επικοινωνήσουν μαζί μας για απορίες σχετικές με το ερωτηματολόγιο. Οι ερωτήσεις ήταν κυρίως κλειστές, ενώ υπήρχε και η δυνατότητα ο ερωτώμενος να αναπτύξει τις προσωπικές του απόψεις.

### **Τα δημογραφικά στοιχεία της έρευνας**

Από τους συμμετέχοντες το 56% ήταν γυναίκες και το υπόλοιπο 44% άντρες. Το 28% των συμμετεχόντων εργάζονται στο δημόσιο τομέα και το 62% εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα. Το 35% εξ αυτών είναι έγγαμοι και το 65% άγαμοι. Οι περισσότεροι συμμετέχοντες ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα 21-30 (37%), στην ηλικιακή ομάδα 19-20 (25%) και οι υπόλοιποι στις λοιπές ηλικιακές ομάδες. Το 44% είναι πτυχιούχοι της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (31,6% *A.E.I.* και 4,45% *T.E.I.*), το 24,5% των συμμετεχόντων είναι κάτοχοι μεταπτυχιακού τίτλου και το 32% απόφοιτοι Λυκείου ή/και *I.E.K.* Οι περισσότεροι εκ των συμμετεχόντων εργάζονται στην Αθήνα (44%), ενώ το 42% στην Περιφέρεια Θεσσαλίας. Το υπόλοιπο 14% σε άλλες πόλεις της Ελλάδας. Οι περισσότεροι εκ των συμμετεχόντων εργάζονται σε μικρές και μεσαίες επιχειρήσεις, για παράδειγμα από 1 - 10 εργαζόμενους δήλωσε το 33% των συμμετεχόντων και το υπόλοιπο 66% άνω των 11 εργαζομένων (*συμπεριλαμβάνονται και οι ΔΕΚΟ*). Από τους συμμετέχοντες το 44% έχουν 1 ή 2 χρόνια προϋπηρεσίας, το 35% από 3 - 10 χρόνια προϋπηρεσίας και τέλος το υπόλοιπο 22% συμμετέχοντες από 11 έως 25 χρόνια προϋπηρεσίας.

**Τα αποτελέσματα της έρευνας**

Από τα αποτελέσματα της έρευνας προκύπτει ότι το 81% των επιχειρήσεων έχουν μουσική και το 19% δεν έχουν μουσική κατά τη διάρκεια της εργασίας. Σύμφωνα με τις απαντήσεις ο λόγος που έβαλε μουσική η επιχείρηση ήταν, κυρίως, η ψυχαγωγία (η/και διασκέδαση) των εργαζομένων (13 απαντήσεις), η δημιουργία ενός ευχάριστου εργασιακού κλίματος (15 απαντήσεις) και η βελτίωση της αποδοτικότητας (10 απαντήσεις).

Τη μουσική στο χώρο της εργασίας επιλέγει κυρίως ο ιδιοκτήτης (22%) ή οι ίδιοι οι εργαζόμενοι (24%). Αρκετοί ήταν εκείνοι που δήλωσαν ότι δεν γνωρίζουν ποιος επιλέγει τη μουσική (17%). Στην ερώτηση «Ποιος ήταν ο λόγος της επιλογής μουσικής» (μπορούσαν να δώσουν περισσότερες από μια απαντήσεις) οι 23 απάντησαν ιδεολογικοί λόγοι, οι 18 για χαλάρωση, οι 15 ότι ήταν απόφαση της πλειοψηφίας και 5 ότι ήταν τυχαία η επιλογή της μουσικής.

Στην ερώτηση εάν είχε ειδικές γνώσεις αυτός που επέλεξε τη μουσική το 28% απάντησε πως είχε και το 22% πως δεν είχε ειδικές γνώσεις. Στην ερώτηση ποια είναι η επίδραση της μουσικής το 24% δήλωσε για την αύξηση της αποδοτικότητας και το 11% ότι δημιουργεί ένα αίσθημα ικανοποίησης. Στην ερώτηση τι είδους μουσική επιλέγουν δήλωσαν ότι προτιμούν την κλασική μουσική (28%) και το 28% δήλωσαν ότι προτιμούν είτε χαλαρή είτε lounge μουσική.

Στην ερώτηση «για ποιο λόγο θα κόβατε τη μουσική» το 55% απάντησαν διότι χαλαρώνει την ώρα της εργασίας και το 28% ότι προξενεί νευρικότητα ή αποσπά την προσοχή των εργαζομένων.

**Πίνακας 1: Αρνητική επίδραση της μουσικής στους εργαζόμενους**

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Απόδοση εργαζομένων	1,3750	,49029	40
Αρνητική επίδραση της μουσικής	1,7250	,45220	40
Correlations			
		Απόδοση εργαζομένων	Αρνητική επίδραση της μουσικής
Απόδοση εργαζομένων	Pearson Correlation	1	,361*
	Sig. (2-tailed)		,022
	Sum of Squares and Cross-products	9,375	3,125
	Covariance	,240	,080
	N	40	40
Αρνητική επίδραση της μουσικής	Pearson Correlation	,361*	1
	Sig. (2-tailed)	,022	
	Sum of Squares and Cross-products	3,125	7,975
	Covariance	,080	,204
	N	40	40
* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

**Πίνακας 2: Επίδραση του είδους της μουσικής στην αποδοτικότητα των εργαζομένων**

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Αρνητική επίδραση της μουσικής	1,7250	,45220	40



Είδος μουσικής	1,8750	,33493	40
<b>Correlations</b>			
		Αρνητική επίδραση μουσικής της	Είδος μουσικής
Αρνητική επίδραση μουσικής της	Pearson Correlation	1	,444**
	Sig. (2-tailed)		,004
	Sum of Squares and Cross-products	7,975	2,625
	Covariance	,204	,067
	N	40	40
Είδος μουσικής	Pearson Correlation	,444**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	Sum of Squares and Cross-products	2,625	4,375
	Covariance	,067	,112
	N	40	40

**\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).**

**Πίνακας 3: Αύξηση της αποδοτικότητας εργαζομένων λόγω της μουσικής**

<b>Descriptive Statistics</b>			
	Mean	Std. Deviation	N
Αύξηση αποδοτικότητας της	1,0588	,24254	17
Επιθυμία εργαζομένων για μουσική	1,7059	,46967	17
<b>Correlations</b>			
		Αύξηση αποδοτικότητας της	Επιθυμία εργαζομένων για μουσική
Αύξηση αποδοτικότητας της	Pearson Correlation	1	,161
	Sig. (2-tailed)		,536
	Sum of Squares and Cross-products	,941	,294
	Covariance	,059	,018
	N	17	17
Επιθυμία εργαζομένων για μουσική	Pearson Correlation	,161	1
	Sig. (2-tailed)	,536	
	Sum of Squares and Cross-products	,294	3,529
	Covariance	,018	,221
	N	17	17

Από τον πίνακα 1 παρατηρούμε ότι υπάρχει στατιστική σημαντικότητα μεταξύ της αρνητικής επίδρασης των εργαζομένων στην αποδοτικότητά τους. Στον πίνακα 2 παρατηρούμε ότι υπάρχει πολύ σημαντική συσχέτιση μεταξύ του είδους της μουσικής που ακούν οι εργαζόμενοι και στην επίδραση αυτής στην αποδοτικότητά τους. Τέλος, στον πίνακα 3 εμφανίζεται συσχέτιση μεταξύ της επιθυμίας των εργαζομένων για μουσική και της αύξησης της αποδοτικότητάς τους.

Διαπιστώνουμε ότι με τη μουσική οι επιχειρήσεις προσπαθούν να πετύχουν τη διαμόρφωση ενός ευχάριστου εργασιακού κλίματος εντός της επιχείρησης, ώστε να επιτευχθεί η μεγιστοποίηση της απόδοσης των εργαζομένων. Βέβαια και εδώ καταγράφονται ενστάσεις σχετικά με τη χρησιμότητα της μουσικής. Αρκετοί ήταν εκείνοι που υποστήριξαν ότι η μουσική αποσπά την προσοχή των εργαζομένων και προκαλεί χαλάρωση στην εργασία τους.

## Συνεισφορά, μελλοντική έρευνα και περιορισμοί της έρευνας

Η συνεισφορά της έρευνας στην πρόοδο της Επιστήμης έχει τονισθεί από την εποχή του **Ιπποκράτη** (*Περί Τέχνης*), όταν ανέφερε ότι «εμοί δε το μεν τι των μη ευρημένων εξευρίσκειν, ό,τι και ευρεθέν κρέσσον η ανεξεύρετον, ξυνέσιος δοκέει επιθύμημα τε και έργον είναι και το ημίεργα ες τέλος εξεργάζεσθαι ωσαύτως».

Η έρευνα παρέχει εμπειρικά στοιχεία με βάση τα οποία ελέγχονται θεωρίες και συμβάλλει στην εκπλήρωση των στόχων της Επιστήμης, όπως είναι η κατάρτιση γνώσης, η αναζήτηση της επιστημονικής αλήθειας, η αποφυγή λαθών και η διευκόλυνση της καθημερινότητας.

Τα αποτελέσματα της έρευνας είναι βάση για γενίκευση και συστάσεις που έχουν θεωρητική και πρακτική κατεύθυνση και καθορίζουν και την ανάλογη συμβολή και τις συστάσεις για περαιτέρω μελέτη. Μια μελλοντική έρευνα θα παράσχει περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το θέμα και θα συμβάλλει στην πρακτική εφαρμογή της μουσικής στο χώρο εργασίας.

Όπως ήδη αναφέραμε ο πλέον βασικός περιορισμός είναι η άγνοια που έχουν οι εργαζόμενοι για τη σχέση της μουσικής με την αποδοτικότητα. Τέλος, ορισμένοι από τους συμμετέχοντες αντιμετώπισαν δυσκολίες στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου και δεν έδωσαν την απαραίτητη προσοχή στη συμπλήρωσή του.

### Επίλογος

Επικρατεί η άποψη που υποστηρίζει ότι όταν ο εργαζόμενος ακούει μουσική κατά τη διάρκεια της εργασίας του παρακινείται ώστε να εργασθεί περισσότερο, να γίνει ακόμη πιο παραγωγικός και δημιουργικός. Επίσης, συμβάλλει στο να αντιμετωπίσει ο εργαζόμενος το άγχος της εργασίας του. Βέβαια πάντοτε υπάρχει και η αντίθετη άποψη, η οποία υποστηρίζει ότι η μουσική στο χώρο εργασίας δεν βοηθάει στην αύξηση της αποδοτικότητας των εργαζομένων και ότι αποσπάει την προσοχή τους από το αντικείμενο της εργασίας τους.

### Βιβλιογραφία

- Asyali, E. Zorba, Y. Cerit, A.G. & Sag, O.K. (χχ), "Global economic crisis and the impact on human resources strategies for seafarers," στην ιστοσελίδα του Παν. Piri Reis <http://193.243.196.149/wp-content/uploads/showcontent0007.pdf>
- Blood D. & Ferriss St. (1993), "Effects of background music on anxiety, satisfaction with communication and productivity", *Psychological Reports*, **72** (171 - 77)
- Brewster, C., Sparrow, P. και Vernon G., (2007), *International Human Resource Management*, 2<sup>nd</sup> edition, London: CIPD
- Cook, N. (2007), *Μουσική - Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Dessler, G. (2012), *Διαχείριση ανθρώπινου δυναμικού - Βασικές έννοιες και σύγχρονες τάσεις*, Αθήνα: Κριτική
- Dillman, D. A., (2000), *Mail and internet surveys: The tailored design method*, **2**, N.Y.: Wiley
- Fox, J. (1971), "Background music and industrial efficiency—A review", *Applied Ergonomics*, **Vol. 2, Issue 2** (70 - 3)
- Furnham, A. & Bradley A., (1997), "Music while work: The differential distraction of background music on the cognitive test performance of introverts and extraverts", *Applied Cognitive Psychology*, **11**, (445 - 55)

- Haake, A.B. (2010), *Music listening in offices: Balancing internal needs and external considerations* (Doctoral Thesis, University of Sheffield, Sheffield) στην ιστοσελίδα [www.musicatwork.net](http://www.musicatwork.net)
- Hodges, D. & Sebald D. (2011), *Music in the human experience : an introduction to music psychology*, NY : Routledge
- Isen, A.M. Daubman, K.A. & Nowicki, G.P. (1987), "Positive Affect Facilitates Creative Problem Solving," *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(6) (1122 - 31)
- Jaidi, Y. & Thévenet, M. (2012), "Managers during crisis: the case of a major French car manufacturer," *The International Journal of Human Resource Management*, **23** (16) (3397-413)
- Kirkpatrick, F.H. (1943), "Music takes the mind away," *Personnel Journal*, 22 (225 - 28)
- Lesiuk, T. (2005), "The effect of music listening on work performance", *Psychology of Music*, **33** (173 - 191)
- MacDonald, R. (2012), *Psychology of music: 40 years of multidisciplinary innovation*, Thousand Oaks: SAGE
- Μπουρής, Ι.Δ. (2005), *Αρχές οργάνωσης και διοίκησης επιχειρήσεων*, Αθήνα: του ίδιου
- Padnani, A. (2012), "The power of music, tapped in a cubicle", *New York Times*, 11/8/2012
- Stephen, R. Decenzo, D. & Coulter, M. (2012), *Διοίκηση Επιχειρήσεων - Αρχές και εφαρμογές*, Αθήνα: Κριτική
- Shikdar, A.A. & Das B. (2003), "The relationship between worker satisfaction and productivity in a repetitive industrial task". *Applied Ergonomics*, **34**, (603 - 10)
- Yehuda, N. (2011), "Music and stress", *J. Adult Dev*, 18 (85 - 94)
- Βάλβη, Αικ. Φράγκος Κ. & Φράγκος Χρ. (2009), «Η παραγωγικότητα ενός εργαζόμενου εξαρτάται από την επαγγελματική ικανοποίηση», *Επιθεώρηση Εργασιακών Σχέσεων*, τ. 53 (83 - 90)
- Babbie, E. (2011), *Εισαγωγή στην κοινωνική έρευνα*, Αθήνα: Κριτική
- Κονδύλης, Εμμ. (χχ), *Νέοι και Επιχειρηματικότητα*, Πειραιάς : Παν. Πειραιώς - Πρόγραμμα Επιχειρηματικότητα, στην ιστοσελίδα [http://www.unipi.gr/akad\\_tmhm/org\\_dioik\\_epix/simeiwseis/neoi\\_kai\\_epixeirimatikotita.pdf](http://www.unipi.gr/akad_tmhm/org_dioik_epix/simeiwseis/neoi_kai_epixeirimatikotita.pdf)
- Παπαλεξανδρή, Ν. & Μπουραντιάς Δ. (2002), *Διοίκηση Ανθρώπινων Πόρων*, Αθήνα: Μπένος
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1993), *Μεθοδολογία επιστημονικής έρευνας*, Αθήνα : του ίδιου
- Ρόντος, Κ. & Ράπανης, Ε. (2006), *Στατιστική έρευνα : Μέθοδοι και εφαρμογές*, Αθήνα: Σιδέρης
- Weeks, M. (χχ), *Τα μυστικά της μουσικής*, Αθήνα: Μοτίβο Α.Ε.
- Τζουράκη, Β. (2007), *Οι επιδράσεις της μουσικής στον άνθρωπο*, στην ιστοσελίδα [http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt\\_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1](http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1)

## Διαδικτυακές πηγές

- <https://sites.google.com/site/odeiooperaedu/arthra/mousiki-stin-archaia-ellada>, προσπελάσθηκε στις 16/2/2013
- [http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt\\_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1](http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1), προσπελάσθηκε στις 16/2/2013
- [http://oxforddictionaries.com/definition/english/music#m\\_en\\_gb0543390](http://oxforddictionaries.com/definition/english/music#m_en_gb0543390), προσπελάσθηκε στις 15/2/2013
- <http://www.inews.gr/0/ta-pneumatika-dikaionomata-gia-chrisi-mousikis-se-epicheiriseis-stin-ep-eboriou.htm>, προσπελάσθηκε στις 15/2/2013
- <http://spherion.mediaroom.com/pressroom/index.php?s=43&item=30>, προσπελάσθηκε στις 12/3/2013
- <http://www.hcamag.com/resources/leadership/how-can-hr-help-during-an-economic-crisis-115053.aspx>, προσπελάσθηκε στις 12/3/2013

<http://www.insurancedaily.gr/blog/?p=19475>, προσπελάσθηκε στις 17/8/2011

[http://www.unipi.gr/akad\\_tmhm/org\\_dioik\\_epix/simeiwseis/neoi\\_Kai\\_epixe\\_irimatikotita.pdf](http://www.unipi.gr/akad_tmhm/org_dioik_epix/simeiwseis/neoi_Kai_epixe_irimatikotita.pdf), προσπελάσθηκε στις 12/3/2013

<http://www.gnomikologikon.gr/catquotes.php?categ=2140#ixzz2NLDFC7iv>, προσπελάσθηκε στις 12/3/2013

<http://www.gnomikologikon.gr/authquotes.php?auth=1618#ixzz2NLEGfZeQ>, προσπελάσθηκε στις 12/3/2013

<http://www.thisblogrules.com/2012/05/what-music-should-you-listen-to-on-the-job-infographic.html>, προσπελάσθηκε στις 14/3/2013

[www.musicatwork.net](http://www.musicatwork.net), προσπελάσθηκε στις 12/3/2013

<http://www.dwaveonline.com/2012/10/infographic-how-are-you-listening-to-music/>, προσπελάσθηκε στις 14/3/2013

<http://answers.yahoo.com/question/index?qid=20120903073522AAJyBH>, προσπελάσθηκε στις 14/3/2013

<http://blog.k-m.de/en/music-at-work-degrades-the-job-performance-doesn%C2%B4t-it/>, προσπελάσθηκε στις 14/3/2013

<http://www.careerbuilder.com/Article/CB-1394-The-Workplace-Jobs-That-Let-You-Listen-to-Music/>, προσπελάσθηκε στις 14/3/2013

<http://www.vita.gr/html/ent/630/ent.10630.asp>, προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

<http://www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE>, προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

<http://lab42.com/>, προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

<http://blog.lab42.com/social-music-sound-bytes>, προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

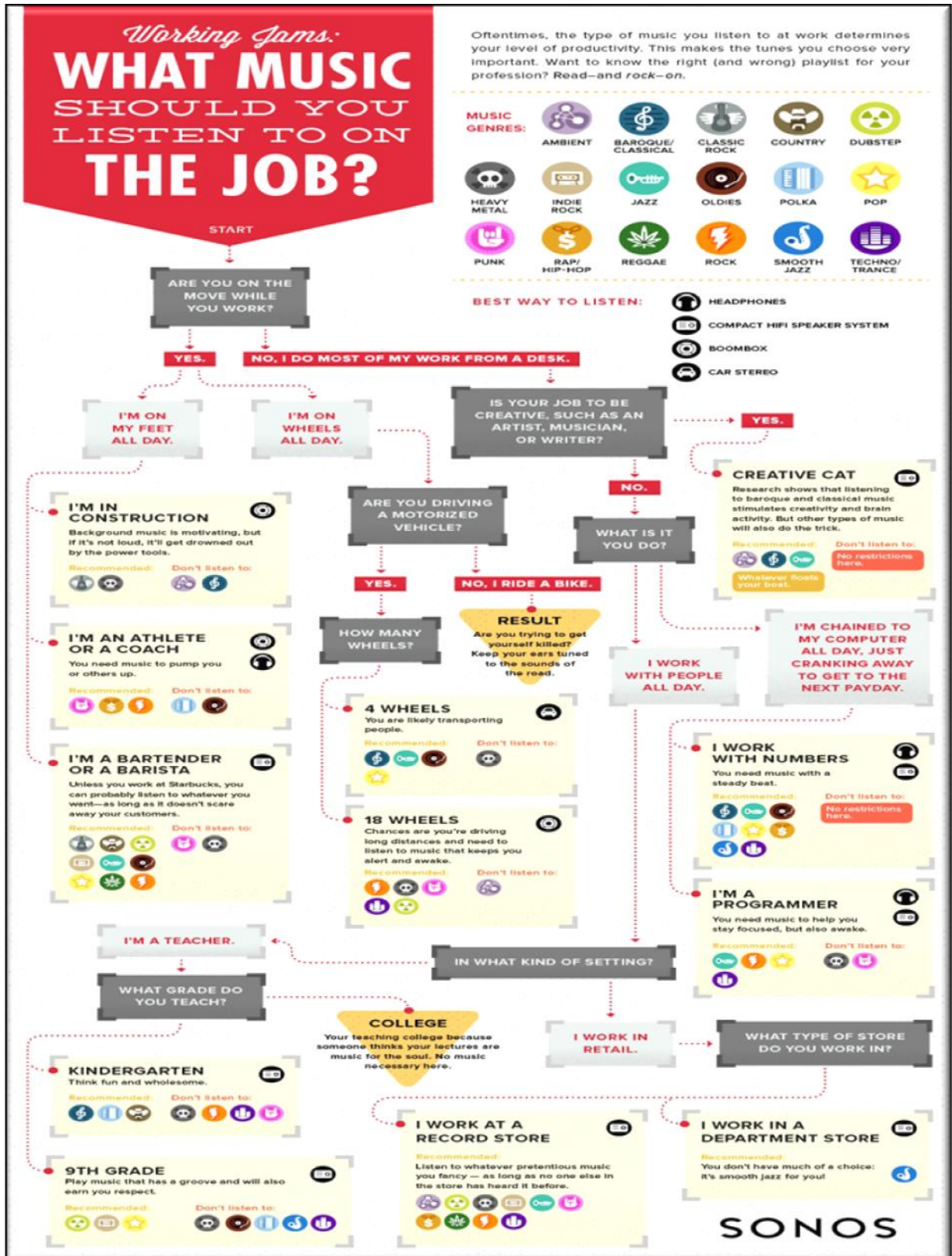
[http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt\\_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1](http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Splatt_Forums&file=viewtopic&topic=10146&gotolast=1), προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

<http://www.sonos.com/>, προσπελάσθηκε στις 14/6/2013

<http://193.243.196.149/wp-content/uploads/showcontent0007.pdf>, προσπελάσθηκε στις 15/6/2013

Παράρτημα

Παράρτημα 1 : Το είδος της μουσικής που οφείλουμε να ακούμε κατά τη διάρκεια της εργασίας μας



Πηγή: <http://www.thisblogrules.com/2012/05/what-music-should-you-listen-to-on-the-job-infographic.html>

**Παράρτημα 2 : Πρόσφατα στατιστικά στοιχεία**

Στοιχείο	Περίοδος	Τιμή
<u>Δείκτης Τιμών Καταναλωτή (Πληθωρισμός)</u>	Μάι. 13/Μάι. 12	-0,4
<u>Εναρμονισμένος Δείκτης Τιμών Καταναλωτή</u>	Μάι. 13/Μάι. 12	-0,3
<u>Ακαθάριστο Εγχώριο Προϊόν (Προσωρινά Στοιχεία)</u>	Α' 3μηνο 2013	-5,6
<u>Δείκτης Ανεργίας</u>	Α' 3μηνο 2013	27,4
<u>Δείκτης Βιομηχανικής Παραγωγής</u>	Απρ. 13/Απρ. 12	-1,8
<u>Δείκτης Κύκλου Εργασιών στο Λιανικό Εμπόριο</u>	Μάρτ. 13/Μάρτ. 12	-6,1
<u>Δείκτης Τιμών Παραγωγού στη Βιομηχανία</u>	Απρ. 13/Απρ. 12	-2,7
<u>Οικοδομική Δραστηριότητα (όγκος)</u>	Μάρτ. 13/Μάρτ. 12	-54,3%

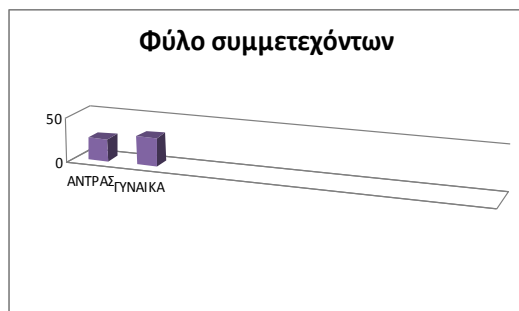
Πηγή : <http://www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE>

**Παράρτημα 3 : Ανασκόπηση ενδεικτικών επιστημονικών ερευνών**

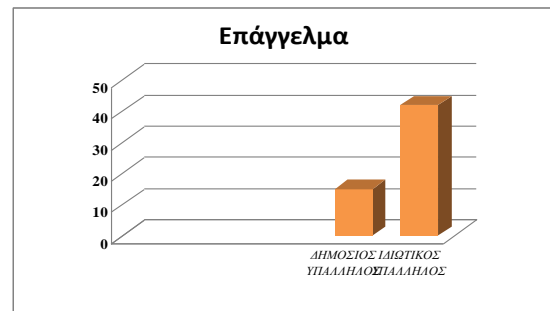
A/A	Ερευνητής / Έτος	Υποθέσεις εργασίας	Αποτελέσματα
1.	Blood & Ferriss /1993	Η μουσική επιδρά στη μουσική.	Η μουσική παρακινεί τους εργαζόμενους.
2.	Furnham & Bradley / 1997	Ποιες είναι οι επιπτώσεις της μουσικής στη μνήμη.	Η μουσική έχει θετική επίδραση στους εργαζόμενους.
3.	Lesiuk / 2005	Ποια είναι η επίδραση της μουσικής στην εργασία στελεχών πληροφορικής.	Εμφανίζεται θετική σχέση μεταξύ μουσικής και εργασιακής απόδοσης.
4.	Spherion Workplace Snapshot / 2006	Εάν υπάρχει μουσική στις επιχειρήσεις και ποια η επίδρασή τους.	Η πλειονότητα των εργαζομένων πιστεύει ότι η μουσική βελτιώνει την απόδοσή τους και ακούνε μουσική από προσωπικές συσκευές.
5.	Haake /2010	Ποιες είναι οι υφιστάμενες πρακτικές, συχνότητα ακρόασης μουσικής και επιπτώσεις στην εργασία.	Η μουσική διαδραματίζει πολύπλευρο ρόλο και επιδρά στην εργασιακή απόδοση.
6.	Yehuda /2011	Ποιες είναι οι επιπτώσεις της μουσικής στους εργαζόμενους.	Η μουσική επιδρά θετικά στην αντιμετώπιση του άγχους.
7.	Hodges & Sebald /2011	Ποια είναι η επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο.	Η μουσική συμβάλλει στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων των στελεχών.

Πηγή : Προσωπική επεξεργασία δεδομένων

**Παράρτημα 4 : Τα αποτελέσματα της έρευνας**



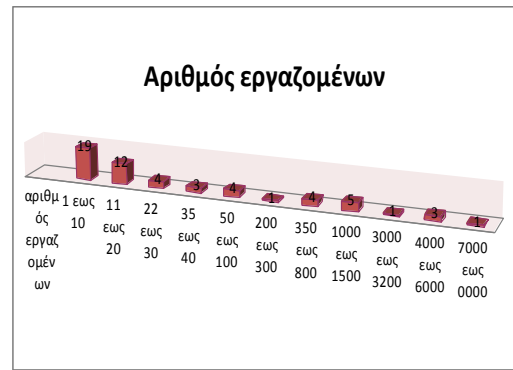
Διάγραμμα 1 : Φύλο συμμετεχόντων



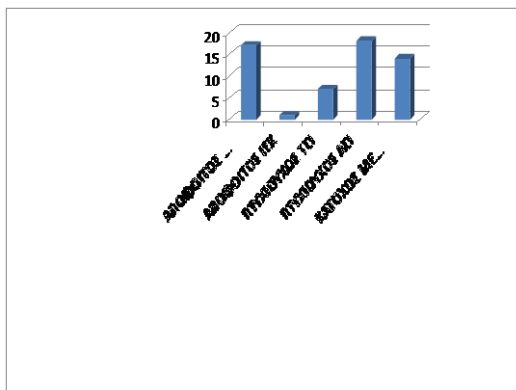
Διάγραμμα 2 : Το επάγγελμα των συμμετεχόντων



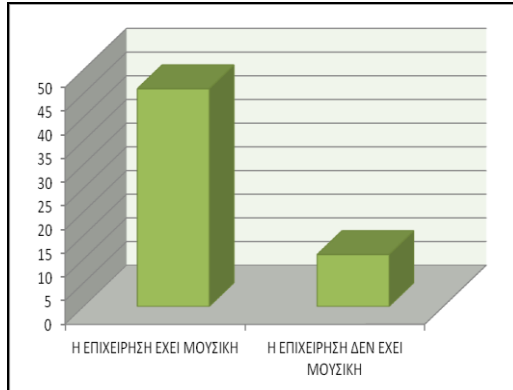
Διάγραμμα 3 : Η επαγγελματική προϋπηρεσία



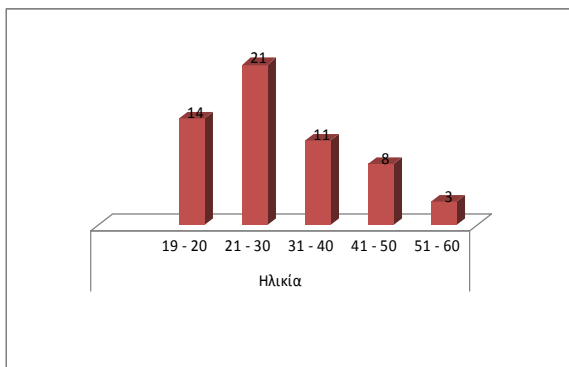
Διάγραμμα 7 : Το μέγεθος των επιχειρήσεων



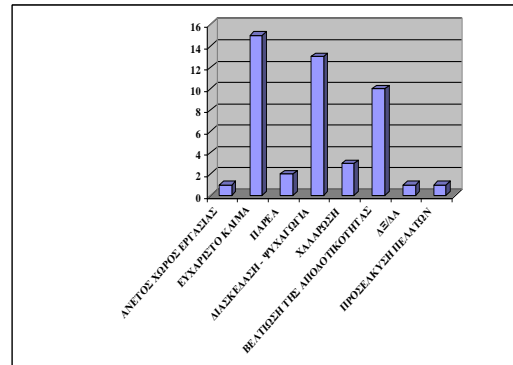
Διάγραμμα 4 : Το μορφωτικό επίπεδο



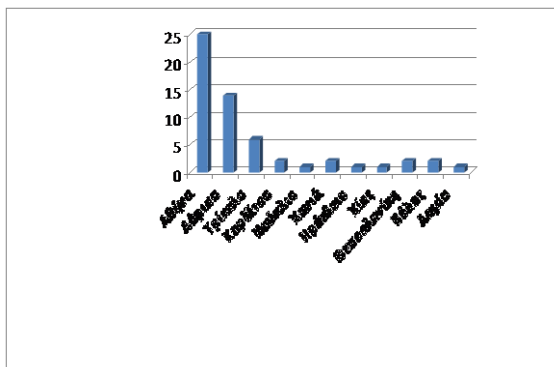
Διάγραμμα 8 : Πόσες επιχειρήσεις έχουν μουσική;



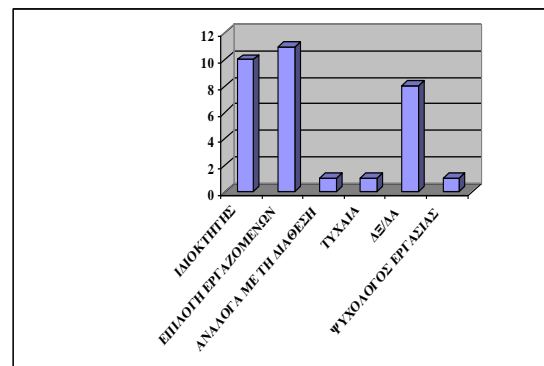
Διάγραμμα 5 : Οι ηλικιακές ομάδες



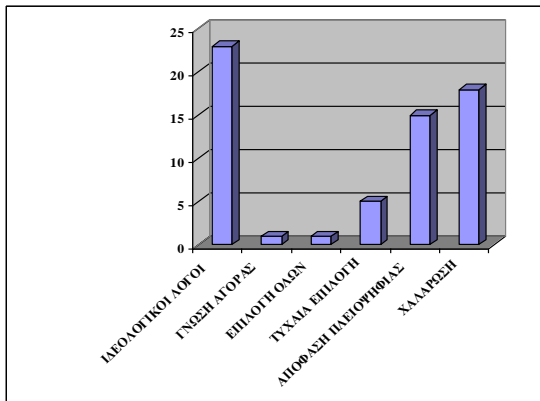
Διάγραμμα 9 : Για ποιο λόγο βάλατε μουσική;



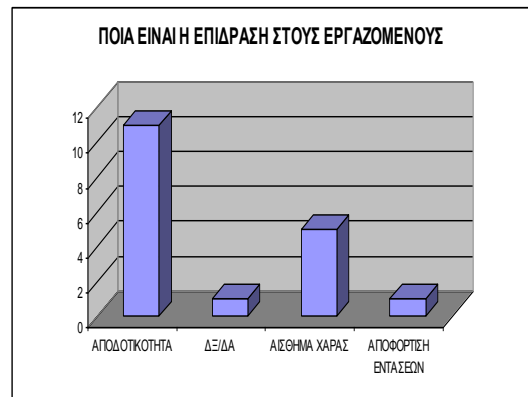
Διάγραμμα 6 : Η προέλευση των συμμετεχόντων



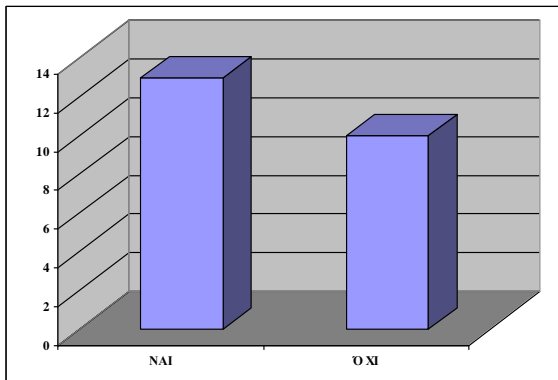
Διάγραμμα 10 : Ποιος επέλεξε τη μουσική;



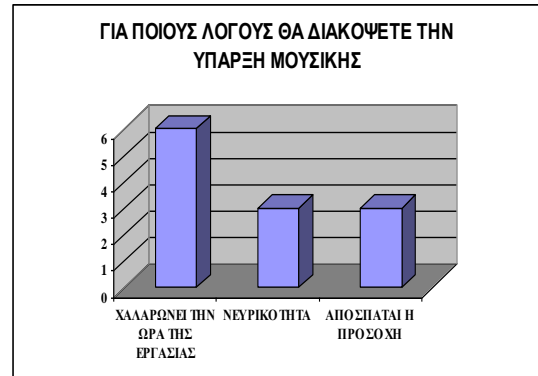
Διάγραμμα 11 : Ποιος είναι ο λόγος που επιλέξατε μουσική;



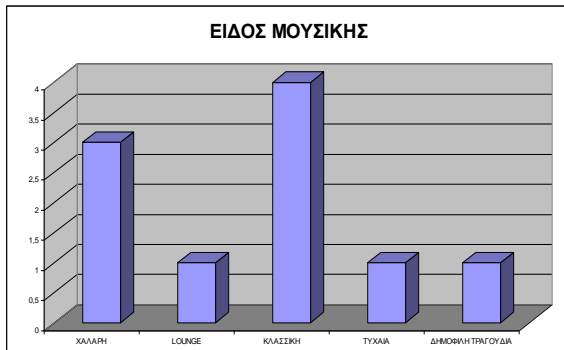
Διάγραμμα 14 : Ποια είναι η επίδραση της μουσικής στους εργαζόμενους;



Διάγραμμα 12 : Είχε γνώσεις για τη μουσική;



Διάγραμμα 15 : Για ποιους λόγους θα διακόψετε τη μουσική στην επιχείρησή σας;



Διάγραμμα 13 : Τι είδους μουσική έχετε στην επιχείρησή σας;