

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### 1. ΓΕΝΙΚΑ

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	<b>ΨΧ3410</b>	<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	6 <sup>ο</sup>
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	<b>Διαχείριση και ανάλυση δεδομένων από μελέτες ποσοτικών ημερολογίων</b>		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b> <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b>	
Διαλέξεις του/της διδάσκοντα/ουσας, Εργαστηριακές Ασκήσεις, Εκπαίδευση σε Τεχνικές	3	6	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	Ανάπτυξη Δεξιοτήτων (Εργαστήριο)		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>	Μεθοδολογία Έρευνας στις Κοινωνικές Επιστήμες, Στατιστική I, Στατιστική II		
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	Ελληνική		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>	ΟΧΙ		
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>	<a href="https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=6442">https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=6442</a>		

### 2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### **Μαθησιακά Αποτελέσματα**

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης

και Παράρτημα Β

- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Στο παρόν εργαστήριο, οι φοιτητές και οι φοιτήτριες θα ασχοληθούν με τη διαχείριση και ανάλυση δεδομένων που προκύπτουν από τη μέθοδο των ποσοτικών ημερήσιων ημερολογίων. Η εν λόγω μέθοδος, στην πιο βασική και δομημένη της μορφή, περιλαμβάνει την τακτική συλλογή, κυρίως ποσοτικού χαρακτήρα, αυτό-αναφορών, σε ένα περιορισμένο χρονικό διάστημα. Ο στόχος της μεθόδου είναι η καταγραφή εμπειριών/ψυχολογικών διεργασιών πολύ κοντά στην χρονική τους εμφάνιση. Τα δεδομένα που προκύπτουν από τη μέθοδο, αναφέρονται ως εντατικά διαχρονικά δεδομένα (intensive longitudinal data) και παρουσιάζουν προκλήσεις στην ανάλυση τους που απορρέουν από τις χρονικές εξαρτήσεις των δεδομένων και τα πολλαπλά επίπεδα ανάλυσης.

Το εργαστήριο έχει ως αφετηρία βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις του πεδίου της Μεθοδολογίας της

Έρευνας και της Στατιστικής Ανάλυσης Δεδομένων τις οποίες οι φοιτητές διδάχτηκαν στο πλαίσιο των μαθημάτων υποβάθρου της Μεθοδολογίας της Έρευνας στις Κοινωνικές Επιστήμες I και των Στατιστική I και II. Το εργαστήριο θα εστιάσει στο μοντέλο μικτών επιδράσεων για τη στατιστική ανάλυση, το οποίο αποτελεί ένα ευέλικτο αναλυτικό εργαλείο που μπορεί να λάβει υπόψη τις πολυπλοκότητες των εντατικών διαχρονικών δεδομένων.

Κατά την διάρκεια των συναντήσεων οι φοιτητές/τριες αναμένεται:

- Να μπορούν να εξηγήσουν τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους μπορούν να συλλεχθούν τα εντατικά διαχρονικά δεδομένα (interval, signal, event contingent methods).
- Να μπορούν να επιλέξουν κατάλληλα ψυχομετρικά εργαλεία για την έρευνα τους
- Να μπορούν να δημιουργήσουν κατάλληλες βάσεις δεδομένων με τη βοήθεια του excel και να μετατρέπουν τα δεδομένα από wide σε long
- Να μπορούν να εξηγήσουν την έννοια της ενδοατομικής διακύμανσης
- Να μπορούν να εκτιμήσουν το ποσοστό της ενδοατομικής διακύμανσης μιας μεταβλητής με τη βοήθεια πολυεπίπεδων μοντέλων στο πρόγραμμα Jamovi.
- Να μπορούν να εκτιμήσουν την ενδοατομική συσχέτιση δύο μεταβλητών με το πρόγραμμα Jamovi
- Να μπορούν να εκτιμήσουν την επίδραση ατομικών διαφορών σε ενδοατομικές σχέσεις με το πρόγραμμα Jamovi
- Να μπορούν να εξηγήσουν την έννοια της στατιστικής ισχύος

#### **Γενικές Ικανότητες**

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:

*Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*

*Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*

*Λήψη αποφάσεων*

*Αυτόνομη εργασία*

*Ομαδική εργασία*

*Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*

*Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*

*Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών*

*Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*

*Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην*

*πολυπολιτισμικότητα*

*Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*

*Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής*

*υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*

*Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*

*Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και*

*επαγωγικής σκέψης*

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
- Λήψη αποφάσεων
- Αυτόνομη εργασία
- Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

### **3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

Το περιεχόμενο του μαθήματος συνδέεται με τους 5 βασικούς άξονες του προγράμματος σπουδών: **Επιστημονικές βάσεις [1], Επιστημονική Έρευνα και Κριτική Σκέψη [2], Ηθική και Κοινωνική Ευθύνη [3], Ικανότητα Επικοινωνίας [4], Βασική προετοιμασία για αποφάσεις καριέρας και επαγγελματικής αποκατάστασης [5]** (δίπλα σε κάθε εβδομάδα αναφέρεται το νούμερο του άξονα με τον οποίο συνδέεται).

#### **Εβδομάδα 1: Γνωριμία – Βασικοί Στόχοι του Εργαστηρίου- Απαιτήσεις [1, 2]**

- Επεξήγηση τρόπου λειτουργίας και αξιολόγησης του Εργαστηρίου
- Λεπτομέρειες ατομικών εργασιών (4 ατομικές εργασίες)
- Λεπτομέρειες ομαδικής εργασίας (1 ομαδική εργασία).

#### **Εβδομάδα 2 Σχεδιασμός ερευνητικών πρωτοκόλλων [2, 3]**

- Μέθοδοι συλλογής (interval, signal, event contingent methods)
- Συνηθισμένα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν
- Προετοιμασία Ομαδικής εργασίας (περιλαμβάνει τη δημιουργία 3 Ομάδων κάθε μία από τις οποίες διερευνά βιβλιογραφικά το ίδιο φαινόμενο αλλά με διαφορετικό ερευνητικό πρωτόκολλο).

#### **Εβδομάδα 3: Κατανοώντας τις εντός των ατόμων και μεταξύ των ατόμων σχέσεις [1, 2, 3]**

- Γιατί πρέπει να σκεφτόμαστε ενδο-ατομικά;

- Ερευνητικά ερωτήματα που μπορούν να απαντηθούν
- Επιλογή κατάλληλων ψυχομετρικών εργαλείων

**Εβδομάδα 4: Χειρισμός Δεδομένων-Πρακτικές δεξιότητες [2, 5]**

- Δημιουργία βάσης δεδομένων ανάλογα τον ερευνητικό σχεδιασμό
- Μετασχηματισμός δεδομένων από wide σε long.
- Ασκήσεις εμπέδωσης
- 1η Ατομική εργασία (μετατροπή βάσης δεδομένων από wide σε long)

**Εβδομάδα 5: Πόσα άτομα και χρονικές στιγμές απαιτούνται [2, 3]**

- Η έννοια της στατιστικής ισχύος στα διαχρονικά δεδομένα
- Παραδείγματα

**Εβδομάδα 6: Εισαγωγή στα πολυεπίπεδα μοντέλα ανάλυσης δεδομένων – [2, 5]**

- Παρουσίαση του «κενού» μοντέλου για την πολυεπίπεδη ανάλυση (null model)
- Εισαγωγή δεδομένων στο πρόγραμμα Jamovi
- Κέντρωση τιμών (centering)
- Ο δείκτης ενδοταξικής συσχέτισης
- Εκτίμηση ενδοατομικής / διατομικής διακύμανσης μεταβλητών
- 2η Ατομική εργασία (εκτίμηση του δείκτη ενδοταξικής συσχέτισης -ICC).

**Εβδομάδα 7: Εκτίμηση της ενδοατομικής συσχέτισης δύο μεταβλητών στο Jamovi [2]**

- Πολυεπίπεδη γραμμική παλινδρόμηση
- Ασκήσεις εμπέδωσης
- 3η Ατομική εργασία (εκτίμηση της ενδοατομικής συσχέτισης δύο μεταβλητών).

**Εβδομάδα 8: Εκτίμηση της επίδρασης ατομικών διαφορών σε ενδοατομικές σχέσεις στο Jamovi [2]**

- Ασκήσεις εμπέδωσης
- 4η Ατομική εργασία (Cross-level interaction Jamovi).

**Εβδομάδα 9: Επανάληψη I: Παράδειγμα σε ερευνητικό θέμα που έχουν αποφασίσει οι φοιτητές/ριες [1,2]**

- Δημιουργία βάσης δεδομένων
- Μηδενικό μοντέλο

**Εβδομάδα 10: Επανάληψη Παράδειγμα σε ερευνητικό θέμα που έχουν αποφασίσει οι φοιτητές/ριες [1,2]**

- Πολυεπίπεδη παλινδρόμηση
- Cross-level interaction

**Εβδομάδα 11: Παρουσίαση Ομαδικών εργασιών [3,4]**

**Εβδομάδα 12: Δεοντολογία της Μεθόδου των ποσοτικών ημερολογίων [3, 4]**

- Ζητήματα προστασίας ατομικής ταυτότητας
- Ζητήματα συναίνεσης συμμετοχής
- Προεγγραφή μελετών και σχεδίων ανάλυσης

**Εβδομάδα 13: Κλείσιμο του Εργαστηρίου [1, 5]**

- Διατύπωση και επίλυση αποριών.
- Αναστοχαστική συζήτηση για την εμπειρία των φοιτητών/τριων στο εργαστήριο, τις δεξιότητες που αποκόμισαν και τα πιθανά πεδία εφαρμογής τους.

**4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

<p><b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b>  <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i></p>	<p>Διά ζώσης</p>
<p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b>  <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Παρουσιάσεις Power Point</li> <li>- Προγράμματα ανάλυσης ποσοτικών δεδομένων στον υπολογιστή</li> <li>- Υποστήριξη της μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-learn.</li> </ul>

<p align="center"><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b></p> <p>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.          Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</p> <p>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th><b>Δραστηριότητα</b></th> <th><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου (ώρες)</b></th> <th><b>ECTS</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Συναντήσεις μαθήματος</td> <td>39 ώρες</td> <td>1,56</td> </tr> <tr> <td>Ατομικές ασκήσεις</td> <td>20 ώρες</td> <td>0,80</td> </tr> <tr> <td>Ανεξάρτητη μελέτη</td> <td>45 ώρες</td> <td>1,80</td> </tr> <tr> <td>Ομαδική εργασία</td> <td>55 ώρες</td> <td>2,00</td> </tr> <tr> <td><b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b></td> <td><b>159</b></td> <td><b>(6,16 ECTS)</b></td> </tr> </tbody> </table>	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου (ώρες)</b>	<b>ECTS</b>	Συναντήσεις μαθήματος	39 ώρες	1,56	Ατομικές ασκήσεις	20 ώρες	0,80	Ανεξάρτητη μελέτη	45 ώρες	1,80	Ομαδική εργασία	55 ώρες	2,00	<b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b>	<b>159</b>	<b>(6,16 ECTS)</b>
<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου (ώρες)</b>	<b>ECTS</b>																	
Συναντήσεις μαθήματος	39 ώρες	1,56																	
Ατομικές ασκήσεις	20 ώρες	0,80																	
Ανεξάρτητη μελέτη	45 ώρες	1,80																	
Ομαδική εργασία	55 ώρες	2,00																	
<b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b>	<b>159</b>	<b>(6,16 ECTS)</b>																	
<p align="center"><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b></p> <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<p>Η αξιολόγηση γίνεται στην Ελληνική. Τα κριτήρια αξιολόγησης παρουσιάζονται κατά την πρώτη παράδοση και είναι αναρτημένα στην ηλεκτρονική σελίδα του μαθήματος.  <b>ΔΕΝ προβλέπονται τελικές εξετάσεις</b></p> <p>Η αξιολόγηση θα γίνει με βάση</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 Ατομικές Ασκήσεις - 45%</li> <li>- 1 Ομαδική εργασία (65%- 1<sup>η</sup> δραστηριότητα 40%, 2<sup>η</sup> δραστηριότητα 25%).</li> </ul> <p>Συγκεκριμένα: Οι ατομικές εργασίες εστιάζουν σε πρακτικά ζητήματα διαχείρισης και στατιστικής ανάλυσης δεδομένων.</p> <p>Η ομαδική εργασία περιλαμβάνει 2 δραστηριότητες:</p> <p>(α). Για την υλοποίηση αυτής της δραστηριότητας, οι φοιτητές/ριες θα επιλέξουν μια θεματική περιοχή/ερευνητικό ερώτημα, από μια λίστα που παρουσιάζει ο διδάσκων. Στη συνέχεια θα δημιουργηθούν 3 ομάδες με τυχαίο τρόπο και με βάση τους 3 συνηθισμένους μεθόδους συλλογής δεδομένων (interval, signal, event contingent methods) των ποσοτικών ημερολογίων. Η κάθε ομάδα θα αναλάβει να βρει και να παρουσιάσει μία μελέτη με το επιλεγμένο θέμα, ανάλογα με τη μέθοδο συλλογής</p> <p>(β) Στη 2η δραστηριότητα οι φοιτητές και φοιτήτριες θα συλλέξουν δεδομένα, με τη μέθοδο του ημερήσιου ημερολογίου, τα οποία θα χρησιμοποιηθούν την 9η και 10η εβδομάδα, στο πλαίσιο επαναληπτικών ασκήσεων.</p>																		

## 5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<p><b>Βιβλία</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ζαφειρόπουλος, Κ. (2021) . Εφαρμογές Ανάλυσης Παλινδρόμησης. Εκδόσεις Τζιόλα, Αθήνα.</li> <li>• Myin-Germeyns, I., &amp; Kuppens, P. (Eds.). (2022) The open handbook of experience sampling methodology: A step-by-step guide to designing, conducting, and analyzing ESM studies (2nd ed.). Leuven: Center for Research on Experience Sampling and Ambulatory Methods. Διαθέσιμο: <a href="https://ppw.kuleuven.be/okp/esmhandbook.php">https://ppw.kuleuven.be/okp/esmhandbook.php</a></li> <li>• Silvia, P.J. &amp; Cotter, K.N (2021). Researching Daily Life: A Guide to Experience Sampling and</li> </ul>
---

Daily Diary Methods, American Psychological Association, Washington DC. \

- Bolger, N., & Laurenceau, J. P. (2013). Intensive longitudinal methods: An introduction to diary and experience sampling research. Guilford press.
- Bakker, A. B., & Daniels, K. (2012). A day in the life of a happy worker. Psychology Press.

#### **Άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά**

- Horstmann, K. T. (2021). Experience sampling and daily diary studies: Basic concepts, designs, and challenges. In: *The handbook of personality dynamics and processes* (pp. 791-814). Academic Press.
- Ohly, S., Sonnentag, S., Niessen, C., & Zapf, D. (2010). Diary studies in organizational research. *Journal of Personnel Psychology*, 9, 79-73
- Bolger, N., Davis, A., & Rafaeli, E. (2003). Diary methods: Capturing life as it is lived. *Annual review of psychology*, 54(1), 579-616.
- Σιδερίδης, Γ.Δ. & Καφέτσιος, Κ. (2010). Εφαρμογή πολυεπίπεδης μοντελοποίησης στην εκπαιδευτική και κοινωνική ψυχολογία. *Επιστημονική Επετηρίδα Ψ.Ε.Β.Ε.*, Τόμος 8, σελ. 157-195.

#### **Άρθρα για παραδείγματα δεδομένων**

- Zampetakis, L. A. (2023). Employees' fear at work, job crafting, and work engagement on a daily basis: The case for fear of COVID-19. *Applied Psychology*, 72(2), 535-558.
- Zampetakis, L. A. (2022). Core job characteristics and change oriented organization citizenship behavior: what can managers do on a day-to-day basis? *The International Journal of Human Resource Management*, 1-21.
- Nezlek, J. B., Krejtz, I., Rusanowska, M., & Holas, P. (2019). Within-person relationships among daily gratitude, well-being, stress, and positive experiences. *Journal of Happiness Studies*, 20, 883-898.
- Ανέστης, Α. & Ζαμπετάκης, Λ.Α. (2023) Καταστασιακή Αισιοδοξία, Καταστασιακή Απαισιοδοξία Και Ημερήσια Εργασιακή σμίλευση: Μια ποσοτική έρευνα ημερολογίου. *Περιοδικό Ψυχολογία, ΕΛΨΕ*.