

2025-11

bö œ - ã ± 0 ç 1 ½ é ½ 1 0 ® â ´ 1 0 ä å î ã µ 1 â  
 bö ³ å ½ ± 0 µ 1 ± è å ç ç » ç ³ ± ã ä · ½ š í  
 bö á ì » ç â ä ç å Instagram ã ä · ½  
 bö ± å ä ç à µ à ç , · ã · , ä · ½ ± å ä ç µ 0 ä -  
 bö 0 ± 1 ä · ½ µ 1 0 ì ½ ± ã î ¼ ± ä ç â

bö ‘ á 1 ã ä µ ´ ç å , § á å ã ä ¬ » » ±

bö œ µ ä ± ä ä å ç 1 ± 0 ì á ì ³ á ± ¼ ¼ ± ´ · æ 1 ± 0 ì œ ¬ á 0 µ ä 1 ½ ³ 0 , £ ç ç » ® ý 1 0 ç ½ ç ¼ 1 0 î ½ · à 1 á  
 bö ” 1 ç 0 · ã · â , ± ½ µ à 1 ã ä ® ¼ 1 ç · µ ¬ à ç » 1 â ¬ æ ç å

<http://hdl.handle.net/11728/13514>

Downloaded from HEPHAESTUS Repository, Neapolis University institutional repository



**ΣΧΟΛΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ, ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ  
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ**

**ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΟ  
ΨΗΦΙΑΚΟ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ**

**ΤΙΤΛΟΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ  
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ  
INSTAGRAM ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ, ΤΗΝ  
ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΙΚΟΝΑ ΣΩΜΑΤΟΣ.**

**ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ ΧΡΥΣΤΑΛΛΑ**

**ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ**

**ΔΡ. ΕΛΕΝΗ ΖΑΦΕΙΡΙΟΥ**

**ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ, 2025**

**ΣΧΟΛΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ, ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ  
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ. ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ  
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΟ ΨΗΦΙΑΚΟ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ**

**ΤΙΤΛΟΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ  
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ  
INSTAGRAM ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ, ΤΗΝ  
ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΙΚΟΝΑ ΣΩΜΑΤΟΣ.**

Διπλωματική Εργασία η οποία υποβλήθηκε προς απόκτηση τίτλου  
μεταπτυχιακών σπουδών στο Ψηφιακό Μάρκετινγκ στο Πανεπιστήμιο  
Νεάπολις Πάφος.

**ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ ΧΡΥΣΤΑΛΛΑ**

**ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

**ΝΙΚΟΣ ΣΧΟΙΝΙΩΤΑΚΗΣ**

**ΣΩΤΗΡΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ**

**ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ, 2025**

## Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Χρυστάλλα Αριστείδου, 2026. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved. Η έγκριση της Διπλωματικής Εργασίας από το Πανεπιστημίου Νεάπολις δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Πανεπιστημίου.

## **i) Πίνακας Περιεχομένων:**

<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Εισαγωγή</b>	8
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2:Βιβλιογραφική Ανασκόπηση</b>	10
2.1 Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	10
2.2 Γυναικεία Ψυχολογία και Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	12
2.3 Instagram ως Πλατφόρμα Κοινωνικής Δικτύωσης	13
2.3.1Χρήση του Instagram από Γυναίκες	15
2.4 Αυτοπεποίθηση και Αυτοεκτίμηση	16
2.4.1.Επίδραση του Instagram στην Αυτοπεποίθηση και Αυτοεκτίμηση	17
2.5 Αυτοεκτίμηση, εικόνα σώματος και ο ρόλος των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις γυναίκες	18
2.6 Η Περίπτωση της Κύπρου	20
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: Μεθοδολογία Έρευνας</b>	23
3.1 Σχεδιασμός της έρευνας	23
3.2 Πληθυσμός και δείγμα της έρευνας	23
3.3 Μέσα συλλογής δεδομένων	24
3.4 Διαδικασία συλλογής δεδομένων	25
3.5 Στατιστική ανάλυση δεδομένων	25
3.6 Ηθικά ζητήματα και άδεια βιοηθικής	25
3.7 Οφέλη από τη συμμετοχή στην έρευνα	26
3.8 Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα ολοκλήρωσης	26
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4:Παρουσίαση δεδομένων /Αποτελέσματα</b>	27
4.1Περιγραφικά αποτελέσματα	28
4.1.1 Δημογραφικά	28
4.1.2. Χρήση του Instagram	30
4.2 Σύνθετες Μεταβλητές (Composite Scales)	32
4.2.1 Περιγραφή των Σύνθετων Δεικτών	32
4.2.2 Χειρισμός των Σύνθετων Κλιμάκων στις Αναλύσεις	33
4.2.3 Έλεγχοι Προϋποθέσεων για Παραμετρικές Αναλύσεις	33
4.3 Έλεγχοι t-test	34
4.3.1 Ώρες Χρήσης Instagram ( $\leq 2$ ώρες vs $>4$ ώρες)	34
4.3.2 Εκπαίδευση (Ανώτατη vs Μη Ανώτατη)	35
4.4.1 Ανάλυση Διακύμανσης ως προς την Ηλικία (NegImpact)	37
4.4.2 Αποτελέσματα Παραμετρικής και Μη Παραμετρικής Ανάλυσης	37
4.4.3 Post-hoc Συγκρίσεις (Welch t-tests με Holm διόρθωση)	37
4.5 Αποτελέσματα ανοικτών ερωτήσεων	38
4.5.1 Ερώτηση 1	38

4.5.2 Ερώτηση 2	39
4.5.3 Επιπτώσεις πολιτικής	40
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: Συζήτηση ή Ερμηνεία ή Σχολιασμός</b>	42
<b>Αποτελεσμάτων</b>	
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: Συμπεράσματα</b>	44
6.1 Επισκόπηση Συμπερασμάτων	44
6.2 Κενά, περιορισμοί και αδυναμίες της μελέτης	45
6.3 Απάντηση στα Ερευνητικά Ερωτήματα & Επίτευξη Στόχων	46
6.4 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα και μελέτη	48
6.5 Πιθανά ερευνητικά ερωτήματα που προέκυψαν από την παρούσα μελέτη	48
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7:Επίλογος</b>	49
Βιβλιογραφικές Αναφορές	50
<b>Παραρτήματα</b>	55
Παράρτημα 1: Ερωτηματολόγιο	55
Παράρτημα 2: Σχήμα Κωδικοποίησης Μεταβλητών	61
Παράρτημα 3: Έντυπο Συγκατάθεσης	64
Παράρτημα 4: Έγκριση Επιτροπής Βιοηθικής	66

## **ii) Σελίδα Εγκυρότητας**

**Όνοματεπώνυμο Φοιτητή:** Χρυστάλλα Αριστείδου

**Τίτλος Διπλωματικής Εργασίας:** Μέσα κοινωνικής δικτύωσης και γυναίκεια ψυχολογία στην Κύπρο: Ο ρόλος του Instagram στην αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση και την εικόνα σώματος.

Η παρούσα Διπλωματική Εργασία εκπονήθηκε στο πλαίσιο των σπουδών για την απόκτηση εξ αποστάσεως μεταπτυχιακού τίτλου στο Πανεπιστήμιο Νεάπολις και εγκρίθηκε στις 21/02/2026 από τα μέλη της Εξεταστικής Επιτροπής.

**Εξεταστική Επιτροπή:**

Νίκος Σχοινιωτάκης

Σωτήρης Αποστολόπουλος

### **Ή ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ**

Η Χρυστάλλα Αριστείδου, γνωρίζοντας τις συνέπειες της λογοκλοπής, δηλώνω υπεύθυνα ότι η παρούσα εργασία με τίτλο « Μέσα κοινωνικής δικτύωσης και γυναίκεια ψυχολογία στην Κύπρο: Ο ρόλος του Instagram στην αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση και την εικόνα σώματος», αποτελεί προϊόν αυστηρά προσωπικής εργασίας και όλες οι πηγές που έχω χρησιμοποιήσει, έχουν δηλωθεί κατάλληλα στις βιβλιογραφικές παραπομπές και αναφορές. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο ή/και πηγές άλλων συγγραφέων, αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα των βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή.

**Ο/Η Δηλών /σα**

### iii) Πρόλογος και ευχαριστίες

Η επιλογή του θέματος για αυτή τη διπλωματική εργασία προέκυψε επειδή πάντα με ενδιέφερε πώς τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, και ειδικά το Instagram, επηρεάζουν την αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση και την εικόνα του σώματος των γυναικών στην Κύπρο. Μέσα από τη μελέτη αυτή, είχα την ευκαιρία να διαβάσω ιστορίες που μου έδωσαν καλύτερη κατανόηση των δυσκολιών που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι γυναίκες στην καθημερινότητά τους, ειδικά μέσω της χρήσης των κοινωνικών δικτύων.

Η διαδικασία για την ολοκλήρωση της εργασίας δεν ήταν πάντα εύκολη, καθώς χρειάστηκε να λάβω έγκριση και από την επιτροπή βιοηθικής της Κύπρου, γεγονός που απαίτησε χρόνο και επιπλέον προσπάθεια. Επιπλέον, η συλλογή μεγάλου αριθμού δειγμάτων από Κύπριες γυναίκες αποτέλεσε μια πρόκληση, καθώς έπρεπε να διασφαλίσω ότι έχω ένα δείγμα που να τις εκπροσωπεί σωστά. Παρ' όλα αυτά, το γεγονός ότι πολλές γυναίκες θέλησαν να μοιραστούν τις απόψεις τους, βοήθησε σημαντικά στην ολοκλήρωση της έρευνας.

Ευχαριστώ ιδιαίτερα όλες τις γυναίκες που συμμετείχαν στην έρευνα, καθώς και τους φίλους και την οικογένειά μου για τη στήριξή τους.

Ελπίζω η εργασία αυτή να βοηθήσει στο να καταλάβουμε καλύτερα πώς επηρεάζονται οι γυναίκες από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και να ανοίξει τη συζήτηση για θέματα που σχετίζονται με την ψυχολογία και την αυτοεκτίμηση.

## Περίληψη

Η παρούσα διπλωματική εργασία εστιάζει στη διερεύνηση του ρόλου που διαδραματίζει το Instagram στην αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση και την εικόνα σώματος των γυναικών στην Κύπρο. Κύριος στόχος της μελέτης είναι να αναδείξει πώς η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, και ειδικότερα του Instagram, επηρεάζει ψυχολογικές πτυχές της γυναικείας ταυτότητας.

Για την επίτευξη του σκοπού αυτού, ακολουθήθηκε ποσοτική ερευνητική προσέγγιση, με τη συλλογή δεδομένων μέσω ερωτηματολογίου που απευθύνθηκε σε γυναίκες από διάφορες περιοχές της Κύπρου, με στόχο τη συγκρότηση ενός όσο το δυνατόν πιο αντιπροσωπευτικού δείγματος. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατόπιν έγκρισης από την αρμόδια επιτροπή βιοηθικής και διεξήχθη με πλήρη σεβασμό στις αρχές της ανωνυμίας, της εθελοντικής συμμετοχής και της προστασίας των προσωπικών δεδομένων των συμμετεχουσών.

Τα αποτελέσματα της μελέτης καταδεικνύουν ότι η συχνή χρήση του Instagram συνδέεται με αυξημένες ανησυχίες σχετικά με την εικόνα σώματος και με εντονότερη τάση κοινωνικής σύγκρισης. Παράλληλα, διαπιστώθηκε ότι η έκθεση σε θετικό, υποστηρικτικό και ενδυναμωτικό περιεχόμενο, καθώς και η αλληλεπίδραση με λογαριασμούς που προάγουν την αποδοχή και τη διαφορετικότητα, μπορεί να λειτουργήσει ενισχυτικά για την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση των γυναικών.

Συνολικά, το Instagram αναδεικνύεται ως ένας διττός παράγοντας για τη γυναικεία ψυχολογία στην Κύπρο: αφενός μπορεί να ενισχύσει ανασφάλειες και αρνητικές αντιλήψεις για το σώμα, αφετέρου μπορεί να προσφέρει ευκαιρίες υποστήριξης, ενημέρωσης και ψυχολογικής ενδυνάμωσης. Η παρούσα εργασία υπογραμμίζει την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα, καθώς και για την ανάπτυξη στοχευμένων παρεμβάσεων και στρατηγικών που θα βοηθήσουν τις γυναίκες να διαχειρίζονται πιο συνειδητά και υγιή την επίδραση των κοινωνικών δικτύων στην ψυχολογία τους.

**Λέξεις Κλειδιά:** Instagram, Αυτοπεποίθηση, Αυτοεκτίμηση, Εικόνα σώματος, Γυναίκες Κύπρου, Μέσα κοινωνικής δικτύωσης

## **Abstract**

The present master's thesis focuses on investigating the role of Instagram in women's self-confidence, self-esteem, and body image in Cyprus. The main objective of the study is to highlight how the use of social media, and Instagram in particular, influences psychological aspects of female identity.

To achieve this aim, a quantitative research approach was employed, involving the collection of data through a questionnaire distributed to women from various regions of Cyprus, with the goal of forming a sample that was as representative as possible. The study was conducted following approval from the relevant bioethics committee and in full accordance with the principles of anonymity, voluntary participation, and the protection of participants' personal data.

The findings of the study indicate that frequent use of Instagram is associated with increased concerns regarding body image and a stronger tendency toward social comparison. At the same time, it was found that exposure to positive, supportive, and empowering content, as well as interaction with accounts that promote acceptance and diversity, can have a beneficial effect on women's self-confidence and self-esteem.

Overall, Instagram emerges as a dual-factor influence on women's psychological well-being in Cyprus: on the one hand, it can intensify insecurities and negative perceptions of the body, while on the other hand, it can provide opportunities for support, information, and psychological empowerment. This thesis highlights the need for further research, as well as for the development of targeted interventions and strategies that will help women manage the impact of social media on their psychological well-being in a more conscious and healthy manner.

**Keywords:** Instagram, Self-confidence, Self-esteem, Body image, Women in Cyprus, Social media

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Εισαγωγή

Η ραγδαία ανάπτυξη των μέσων κοινωνικής δικτύωσης έχει επηρεάσει σημαντικά τον τρόπο επικοινωνίας, αυτοπαρουσίασης και αυτοαντίληψης των ατόμων. Το Instagram, ως πρωτίστως οπτικοκεντρική πλατφόρμα, προάγει την κοινοποίηση επιμελημένων ή επεξεργασμένων εικόνων, ενισχύοντας περιβάλλοντα κοινωνικής σύγκρισης και αισθητικών προτύπων. Τα φαινόμενα αυτά έχουν ερμηνευθεί μέσω θεωριών όπως η Κοινωνική Σύγκριση (Social Comparison Theory· Festinger, 1954), η Αντικειμενοποίηση (Objectification Theory· Fredrickson & Roberts, 1997) και η Αυτο-Ασυμφωνία (Self-Discrepancy Theory· Higgins, 1987), οι οποίες υποδεικνύουν ότι η έκθεση σε ιδεατά πρότυπα μπορεί να πλήξει την αυτοεκτίμηση και την εικόνα σώματος, ιδιαίτερα στις γυναίκες. Σύγχρονες μελέτες τεκμηριώνουν ότι η χρήση πλατφορμών όπως το Instagram συνδέεται με δυσaréσκεια σώματος, μειωμένη αυτοεκτίμηση και αυξημένη κοινωνική σύγκριση.

Η διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο το Instagram επηρεάζει την αυτοεκτίμηση, την αυτοπεποίθηση και την εικόνα σώματος γυναικών στην Κύπρο αποκτά σημασία όχι μόνο σε ψυχολογικό επίπεδο, αλλά και σε κοινωνιολογικό και επικοινωνιακό, αφού αγγίζει ζητήματα αυτοπαρουσίασης, κοινωνικών προσδοκιών, διαδικτυακών ρόλων και πολιτισμικών επιταγών γύρω από το σώμα και την εμφάνιση. Επιπλέον, οι κοινωνιο-πολιτισμικές ιδιαιτερότητες της Κύπρου υποδεικνύουν την ανάγκη παραγωγής τοπικών δεδομένων, δεδομένου ότι η διεθνής βιβλιογραφία δεν μπορεί να θεωρηθεί πάντα πολιτισμικά αντιπροσωπευτική.

Η επιλογή του θέματος εδράζεται τόσο σε επιστημονικά όσο και σε κοινωνικά κίνητρα. Από τη μία πλευρά, η αυξανόμενη χρήση του Instagram από γυναίκες στην Κύπρο δημιουργεί νέα ερευνητικά ερωτήματα σχετικά με τις επιπτώσεις του στην ψυχική ευεξία, την αυτοεικόνα και τη διαμόρφωση στάσεων γύρω από την εμφάνιση. Από την άλλη, ενώ διεθνώς παρατηρείται αυξημένη ερευνητική δραστηριότητα γύρω από τη σχέση μεταξύ κοινωνικών δικτύων, εικόνας σώματος και αυτοεκτίμησης, το κυπριακό πλαίσιο παραμένει συγκριτικά υπο-μελετημένο. Η έλλειψη τοπικών ευρημάτων αναδεικνύει την ανάγκη για συστηματική μελέτη του φαινομένου, ώστε να αποτυπωθούν οι ιδιαιτερότητες του συγκεκριμένου κοινωνικοπολιτισμικού περιβάλλοντος.

Η σημασία της παρούσας έρευνας είναι διττή. Σε επιστημονικό επίπεδο, η μελέτη φιλοδοξεί να συμβάλει στην κατανόηση των ψυχολογικών και κοινωνικών μηχανισμών μέσω των οποίων το Instagram επιδρά στη γυναικεία ψυχολογία, εστιάζοντας σε έννοιες όπως η κοινωνική σύγκριση, η αυτοπαρουσίαση, η εσωτερίκευση προτύπων και η αναζήτηση ψηφιακής επιβεβαίωσης. Παράλληλα, ενισχύει τη διεθνή βιβλιογραφία προσθέτοντας δεδομένα από έναν λιγότερο ερευνημένο πληθυσμό. Σε κοινωνικό επίπεδο, τα αποτελέσματα αναμένεται να συμβάλουν στην ανάπτυξη παρεμβάσεων σε εκπαιδευτικό, κοινοτικό και πολιτικό επίπεδο, με στόχο την προαγωγή της ψυχικής ευεξίας, της αυτοαποδοχής και της ενδυνάμωσης των γυναικών.

Η παρούσα μελέτη επικεντρώνεται αποκλειστικά σε γυναίκες ηλικίας 18 ετών και άνω που χρησιμοποιούν ενεργά το Instagram στην Κύπρο και διερευνά συγκεκριμένες ψυχολογικές διαστάσεις, όπως η αυτοπεποίθηση, η αυτοεκτίμηση και η εικόνα σώματος. Δεν επιχειρείται γενίκευση των αποτελεσμάτων σε άλλες πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης ούτε σε άλλες πληθυσμιακές ομάδες, γεγονός που επιτρέπει την εις βάθος ανάλυση του φαινομένου σε ένα συγκεκριμένο και μεθοδολογικώς οριοθετημένο πλαίσιο.

Όσον αφορά την υπάρχουσα ερευνητική κατάσταση, προηγούμενες διεθνείς και κυπριακές μελέτες έχουν αναδείξει ότι οι γυναίκες επηρεάζονται έντονα από κοινωνικοπολιτισμικά πρότυπα εμφάνισης και ότι η ενεργή χρήση μέσω κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να ενισχύσει τη δυσαρέσκεια σώματος, την κοινωνική σύγκριση και την αρνητική αυτοαξιολόγηση. Ωστόσο, η παρούσα έρευνα διαφοροποιείται, καθώς εξετάζει συστηματικά τον βαθμό και τον τρόπο με τον οποίο η ένταση και η μορφή χρήσης του Instagram σχετίζονται με συγκεκριμένες ψυχολογικές μεταβλητές στον κυπριακό χώρο.

Η δομή της διπλωματικής εργασίας έχει ως εξής: στο πρώτο κεφάλαιο παρουσιάζεται η εισαγωγή. Στο δεύτερο κεφάλαιο ακολουθεί η βιβλιογραφική ανασκόπηση, όπου αναλύονται οι βασικές θεωρητικές έννοιες και τοποθετείται το θέμα στο διεθνές και κυπριακό πλαίσιο. Το τρίτο κεφάλαιο περιγράφει το μεθοδολογικό πλαίσιο, τα χαρακτηριστικά του δείγματος, τα ερευνητικά εργαλεία και τη διαδικασία συλλογής δεδομένων. Το τέταρτο κεφάλαιο παρουσιάζει τα αποτελέσματα της ποσοτικής και ποιοτικής ανάλυσης. Τέλος, στα κεφάλαια πέντε και έξι παρατίθενται η συζήτηση, τα συμπεράσματα, οι περιορισμοί της μελέτης, οι προτάσεις για μελλοντική έρευνα και οι πρακτικές εφαρμογές των ευρημάτων.