



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Καρυές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr



Διπλωματική εργασία

Τίτλος:

**Διερεύνηση της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και της
καθημερινής συμπεριφοράς ατόμων ασχολούμενων με τη
δραστηριότητα της αναρρίχησης**

της

Δρόσου Αρτεμής

ΑΕΜ 0719206)

Υπεύθυνος καθηγητής

Κουθούρης Χαρίλαος

Καθηγητής

ΤΡΙΚΑΛΑ, 2023

Πίνακας περιεχομένων

Κεφάλαιο 1 ^ο Εισαγωγή	06
Κεφάλαιο 2 ^ο –Ανασκόπηση Βιβλιογραφίας	08
Υποκεφάλαιο 1 ^ο Αποσαφήνιση βασικών εννοιολογικών όρων	08
1.1. Περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση	08
1.2. Περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά	08
1.3. Περιβαλλοντική εκπαίδευση	09
1.4. Υπαίθριες δραστηριότητες	10
Υποκεφάλαιο.2 ^ο -Υπαίθρια δραστηριότητα και περιβάλλον	11
2.1. Αρχές της υπαίθριας εκπαίδευσης	11
2.2. Υπαίθρια δραστηριότητα και περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση	13
2.3. Υπαίθριας δραστηριότητα περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφορά	16
Υποκεφάλαιο 3 ^ο – Η δραστηριότητα της αναρρίχησης	17
3.1. Εμφάνιση και εξέλιξη του αθλήματος της αναρρίχησης	18
3.2. Η αναρρίχηση σε φυσικό περιβάλλον	19
3.3. Τα οφέλη της αναρρίχησης	20
3.4. Αναρριχητική δεοντολογία	20
3.5. Η συμβολή της αναρρίχησης στην περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση	21
Κεφάλαιο 3 ^ο – Μεθοδολογία	25
Κεφάλαιο 4 ^ο – Ανάλυση αποτελεσμάτων	26
Κεφάλαιο 5 ^ο – Συζήτηση	32
Βιβλιογραφία	33
Παράρτημα : Ερωτηματολόγιο Έρευνας	41

«Διερεύνηση της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και της καθημερινής συμπεριφοράς ατόμων ασχολούμενων με τη δραστηριότητα της αναρρίχησης»

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση αφορά την αύξηση της επίγνωσης του κοινού σχετικά με τα περιβαλλοντικά ζητήματα και τις σύγχρονες προκλήσεις που αντιμετωπίζει ο πλανήτης. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η αξιολόγηση της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και της καθημερινής συμπεριφοράς, ατόμων που ασχολούνται με το άθλημα της αναρρίχησης. Αναλυτικότερα διερευνήθηκε κατά πόσο η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση συνδέεται με την αναρρίχηση και επιπλέον εάν τα επίπεδα αυτής διαφοροποιούνται με την ηλικία. Ο συνολικός αριθμός συμμετεχόντων στην έρευνα ήταν ογδόντα τρία άτομα (45 άντρες & 38 γυναίκες). Το δείγμα χωρίστηκε σε δύο κατηγορίες: α) άτομα έως 35 ετών και β) άτομα άνω των 36 ετών. Η επιλογή των συμμετεχόντων έγινε με τυχαία δειγματοληψία από συλλόγους αναρρίχησης της Ελλάδας και της Κύπρου. Η έννοια της περιβαλλοντικής συνείδησης αξιολογήθηκε χρησιμοποιώντας τις κλίμακες εκτίμησης περιβαλλοντικής συμπεριφοράς των Ζαφειρούδη & Χατζηγεωργιάδη (2014) των οποίων ελέγχθηκαν επιτυχώς τα ψυχομετρικά χαρακτηριστικά τους. Τα δεδομένα καταγράφηκαν χρησιμοποιώντας κλίμακα Likert 5 βαθμών. Από τα αποτελέσματα προκύπτει ότι το μεγαλύτερο μέρος των συμμετεχόντων αθλητών είναι περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένοι ανεξαρτήτως ηλικίας. Επιπλέον σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των αναρριχητών διαφορετικών ηλικιακών ομάδων ως προς την συχνότητα συμμετοχής σε εκδηλώσεις που σχετίζονται με το περιβάλλον, με τους νεότερους αθλητές να είναι πιο ενεργοί. Μελλοντικές έρευνες μπορούν να μελετήσουν αν το φύλο ή το είδος αναρρίχησης επηρεάζει την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση του κάθε ατόμου.

Λέξεις-κλειδιά: ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ, ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ, ΑΝΑΨΥΧΗ, ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ, ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ

«Investigation of environmental awareness and daily behavior of individuals engaged in the activity of climbing. »

ABSTRACT

Environmental awareness involves increasing the public's awareness of environmental issues and the contemporary challenges facing the planet. Its goal is to promote care and protection of the environment through actions and behaviors that respect nature and sustainability. One of the mechanisms for familiarizing oneself with environmental issues is through sports. Rock climbing, defined as an outdoor athletic activity, involves ascending natural formations, cliffs, or artificial walls using the body's strength, safety techniques, and equipment. The aim of this research was to evaluate the environmental awareness and daily behaviors of individuals engaged in the sport of rock climbing. Specifically, the study investigated the correlation between environmental awareness and rock climbing and whether these levels differ across age groups. The total number of participants in the study was 83 individuals, comprising 45 men and 38 women. The sample was divided into two categories: a) individuals up to 35 years old and b) individuals over 36 years old. Participants were randomly selected from climbing clubs in Greece and Cyprus. The concept of environmental consciousness was assessed using the environmental behavior estimation scales developed by Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis (2014), specifically the GREB scale (General Environmental Behavior) and scales of emotional perception and cognitive perception of environmental issues. These scales have been successfully used in previous studies referenced in the literature, and the data was recorded using a 5-point Likert scale. The results indicate that the majority of participating athletes are environmentally conscious regardless of age. Furthermore, statistically significant differences were observed between climbers up to 35 years old and those aged 36 and above in terms of the frequency of participation in environmentally related events, with younger athletes being more active. Future research could explore whether gender or the type of climbing affects the environmental awareness of individuals."

Keywords: ENVIRONMENTAL AWARENESS, ROCK CLIMBING, RECREATION, OUTDOOR ACTIVITIES, COGNITIVE PERCEPTION OF ENVIRONMENTAL ISSUES

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στις μέρες μας, τα ολοένα και αυξανόμενα περιβαλλοντικά προβλήματα, δημιουργούν πολλαπλά ερωτήματα γύρω από τη σχέση μεταξύ ανθρώπου και περιβάλλοντος, στρέφοντας τους θεωρητικούς του πεδίου στη διερεύνηση των ανθρώπινων συμπεριφορών απέναντι στο φυσικό περιβάλλον και την προάσπισή του (Dunlap & Van Liere, 2008; Ewert et al., 2005; Kaiser, & Biel, 2000; Pryor et al., 2005; Zafeiroudi, 2020; Zelezny, & Schultz, 2000). Πολλές είναι οι έρευνες που έχουν ασχοληθεί επισταμένως με έννοιες που σχετίζονται με την καλλιέργεια περιβαλλοντικής συνείδησης, τους τρόπους υιοθέτησης υπεύθυνης περιβαλλοντικής συμπεριφοράς και το κατά πόσο μπορεί να συμβάλλει σε αυτό η άμεση επαφή του ατόμου με το φυσικό περιβάλλον μέσα από την ενασχόλησή του με υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής (Blake, 2001; Carpenter, & Townsend, 2005; Dunlap & Van Liere, 2008; Ewert et al., 2005; Kaiser, & Biel, 2000; Kouthouris, 2005; Pryor et al., 2000; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014a; Tarrant, 1999). Επιπρόσθετα, σημαντικός αριθμός μελετών διερεύνησαν τη θετική συσχέτιση που μπορεί να υπάρχει μεταξύ της ενασχόλησης και συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής και της ευαισθητοποίησης προς ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον και την προστασία του (Blake, 2001; Kaiser & Biel, 2000; Kouthouris & Kontogianni, 2013; La Trobe & Acott, 2000; Zafeiroudi, 2021).

Από τα αποτελέσματα των σχετικών ερευνών διαπιστώνεται ότι η συμμετοχή των ενηλίκων σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής έχει θετική σχέση με την καλλιέργεια και ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης, βελτιώνοντας τη στάση απέναντι σε ζητήματα που αφορούν την προστασία του περιβάλλοντος και την υιοθέτηση συμπεριφορών που μειώνουν το ανθρώπινο αποτύπωμα στον πλανήτη. Επιπλέον, φαίνεται ότι οι κινητικές υπαίθριες δραστηριότητες και η συμμετοχή σε σχετικά προγράμματα άθλησης, οδηγεί στην υιοθέτηση υπεύθυνων περιβαλλοντικών συμπεριφορών, γεγονός που σταδιακά συμβάλλει στη δημιουργία ενεργών πολιτών οι οποίοι προασπίζονται το περιβάλλον και τη ζωή μέσα σε αυτό (Blake, 2001; Dunlap & Van Liere, 2008; Ewert et al., 2005; Kaiser, & Biel, 2000; Kouthouris et al., 2021; Pryor, et al., 2005; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014b; Zelezny, & Schultz, 2000).

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της παρούσης μελέτης αποτελεί η διερεύνηση της συμπεριφοράς των ενηλίκων που ασχολούνται με τη δραστηριότητα της αναρρίχησης ως προς την υιοθέτηση θετικών στάσεων απέναντι στο περιβάλλον και την προστασία του από ανθρωπογενείς ή άλλους κινδύνους.

Ερευνητικές υποθέσεις

1^η υπόθεση: Οι αναρριχητές στο σύνολό τους θα σημειώσουν υψηλές τιμές στην μεταβλητή Γενική περιβαλλοντική συμπεριφορά (GREB).

2^η υπόθεση: Θα υπάρξουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην μεταβλητή GREB μεταξύ αναρριχητών με διαφορετικό φύλο.

3^η υπόθεση: Θα υπάρξουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην μεταβλητή GREB μεταξύ αναρριχητών με διαφορετική ηλικιακή ομάδα.

4^η υπόθεση: Θα υπάρξουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην μεταβλητή GREB μεταξύ αναρριχητών με διαφορετική οικογενειακή κατάσταση.

5^η υπόθεση: Θα υπάρξουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην μεταβλητή GREB μεταξύ αναρριχητών ανάλογα με το διαφορετικό είδος αναρρίχησης που ασχολούνται.

1^ο Κεφάλαιο – ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

Αποσαφήνιση βασικών εννοιολογικών όρων

1.1. Περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση

Ο όρος «περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση» πρωτοχρησιμοποιήθηκε το 1982 από την Peterson, σύμφωνα με την οποία αποτελεί ένα συμπαγές σύστημα από συναισθήματα και αντιλήψεις που συντελούν στη δόμηση συγκεκριμένης οπτικής για ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον (Hungerford & Volk, 1990; Zafeiroudi, 2013).

Σύμφωνα με έκθεση του ΟΗΕ, η έννοια της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης (environmental awareness) σχετίζεται άμεσα με την καλλιέργεια και ανάπτυξη της ευαισθητοποίησης, την ενεργοποίηση του ενδιαφέροντος των πολιτών απέναντι στα προβλήματα του βιοφυσικού περιβάλλοντος και τις συμπεριφορές που κρίνεται σκόπιμο να υιοθετηθούν με σκοπό τη προστασία του από κινδύνους ανθρωπογενείς και μη. Ως εκ τούτου, η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση συνδέεται με την περιβαλλοντική συνειδητοποίηση (eionet.europa.net).

Ο όρος περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση εμπεριέχει έννοιες όπως η ηθική, η περιβαλλοντική παιδεία και εκπαίδευση, ο κριτικός στοχασμός για το περιβάλλον, η περιβαλλοντική αντίληψη, η αγάπη για το περιβάλλον, η εναρμόνιση ανθρώπου και περιβάλλοντος, η ανάληψη περιβαλλοντικής δράσης (Κρίβας, 1998; Zafeiroudi et al, 2020).

Συνεπώς πρόκειται για μία πολυεπίπεδη έννοια, η οποία είναι εξαιρετικά δύσκολο να στοιχειοθετηθεί και να αποδοθεί επακριβώς με έναν γενικά αποδεκτό ορισμό. Ωστόσο, έχει θετική συσχέτιση με την ανάπτυξη και υιοθέτηση υπεύθυνης προς το φυσικό περιβάλλον συμπεριφοράς, όπου η δια βίου εκπαίδευση για το περιβάλλον και οι ενασχόληση με υπαίθριες δραστηριότητες, οδηγούν σταδιακά προς τη δημιουργία κοινωνιών περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένων (Κούκουζα, 2007; Κρίβας, 1998).

1.2. Περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά

Η έννοια της «Περιβαλλοντικά Υπεύθυνης Συμπεριφοράς» σχετίζεται άμεσα με την έννοια του καθήκοντος, νοηματοδοτώντας την υποχρέωση των ατόμων για την προστασία του περιβάλλοντος και την ανάληψη δράσης προκειμένου να αντιμετωπιστούν προβλήματα που θέτουν σε κίνδυνο τον πλανήτη (Fransson & Garling, 1999; Zafeiroudi et al., 2021). Σε έρευνα των Hines, Hungerford, και Tomera (1986) διαπιστώνεται ότι, ενήλικες με περιβαλλοντική υπευθυνότητα

συμπεριφέρονταν με ευαισθησία απέναντι στο περιβάλλον από τα άτομα που δεν παρουσίαζαν υπεύθυνη περιβαλλοντική συμπεριφορά. Αυτά τα άτομα δεν έδειχναν ευαισθησία για περιβαλλοντικά ζητήματα, καθώς δεν προτίθεντο να γνωρίσουν τα προβλήματα και τις συμπεριφορές που θα μπορούσαν να υιοθετήσουν για την αντιμετώπισή τους.

Ως εκ τούτου, η περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά έχει θετική συσχέτιση με το αίσθημα της ατομικής υπευθυνότητας, καθώς και την επιθυμία για προσφορά στο κοινωνικό σύνολο. Το άτομο λοιπόν, που θα επιδείξει περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά, στέκεται θετικά απέναντι σε δράσεις που στοχεύουν στην προστασία του περιβάλλοντος, ενώ παράλληλα νιώθει προσωπική υπευθυνότητα και ευαισθητοποίηση (Olandar & Thogersen, 1995; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014).

Σύμφωνα με άλλους μελετητές του πεδίου, η περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά απορρέει από το αίσθημα του αλτρουισμού και της αλληλεγγύης, επηρεάζοντας τη γενικότερη συμπεριφορά και στάση του ατόμου (Καπιτσάκης, 2013; Fransson & Garling, 1999; Stern et al., 1995). Για τους Fransson και Garling, (1999) η καθημερινή συμπεριφορά των ατόμων, συχνά επιφέρει πολλαπλά προβλήματα στο περιβάλλον και ως εκ τούτου, κρίνεται επιτακτική η ανάγκη μετασχηματισμού των αρνητικών για το περιβάλλον ανθρώπινων συνηθειών. Σύμφωνα με τους Hungerford και Volk (1990) ο «Περιβαλλοντικά υπεύθυνος πολίτης» είναι ο περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένος. Αυτός ο οποίος γνωρίζει τα περιβαλλοντικά προβλήματα, αφουγκράζεται τους κινδύνους και νιώθει την ηθική υποχρέωση να αντιδράσει υιοθετώντας συμπεριφορές φιλικές προς το περιβάλλον.

Ως εκ τούτου, παγιωμένες συνήθειες που επιφέρουν αρνητικό αποτύπωμα στο περιβάλλον, κρίνεται απαραίτητο να αντικατασταθούν από άλλες, οι οποίες χαρακτηρίζονται ως περιβαλλοντικά υπεύθυνες.

1.3. Περιβαλλοντική εκπαίδευση

Η περιβαλλοντική εκπαίδευση προσφέρει στα άτομα γνώσεις γύρω από ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον, τους κινδύνους και τις συμπεριφορές που μπορεί κανείς να υιοθετήσει προκειμένου να εξασφαλιστεί η διαβίωσή του. Επιπλέον, η περιβαλλοντική εκπαίδευση στοχεύει στην καλλιέργεια του ενδιαφέροντος των ατόμων για το περιβάλλον, ευαισθητοποιώντας τα ώστε να αναλάβουν δράση για την αντιμετώπιση των προβλημάτων και την πρόληψη από καταστροφικούς κινδύνους που το απειλούν (Παπαδημητρίου, 1998; Zafeiroudi et al., 2021).

Βασικές παράμετροι της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης αποτελεί η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση του πληθυσμού για ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον και την προστασία του από απειλητικούς κινδύνους (Χαλεπλής, 2008). Σύμφωνα με τις βασικές αρχές της «Χάρτας του Βελιγραδίου», η περιβαλλοντική εκπαίδευση έχει στόχο την καταγραφή, επεξεργασία και ευαισθητοποίηση για τα περιβαλλοντικά προβλήματα, την ανάληψη δράσης για την αποτελεσματική τους αντιμετώπιση, την καλλιέργεια στάσεων και συμπεριφορών φιλικών προς το περιβάλλον, τη συμμετοχή σε συλλογικότητες που προασπίζονται το δικαίωμα διασφάλισης της βιωσιμότητας του φυσικού πλούτου του πλανήτη (Καλαϊτζίδης & Ουζούνη, 2000).

Τέλος, μέσω της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, δίνεται η δυνατότητα καλλιέργειας της δια βίου μάθησης και συμμετοχής σε περιβαλλοντικά ζητήματα, οικοδομώντας σταδιακά ενεργούς πολίτες με περιβαλλοντικές ευαισθησίες (Καλαϊτζίδης & Ουζούνη, 2000; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014).

1.4. Υπαίθριες δραστηριότητες

1.4.1. Ορισμός

Οι υπαίθριες δραστηριότητες ορίζονται ως οι κινητικές δράσεις που πραγματοποιούνται σε ανοικτούς χώρους και στοχεύουν στην πνευματική και σωματική ευεξία των συμμετεχόντων. Απαιτούν δε, την τήρηση συγκεκριμένων κανόνων ασφαλείας και προστασίας του φυσικού περιβάλλοντος (Κουθούρης, 2009).

Οι συμμετέχοντες σε υπαίθριες δραστηριότητες αναπτύσσουν θετική στάση προς το περιβάλλον με σκοπό την προστασία του από απειλές και κινδύνους (Priest & Gass, 1997).

1.4.2. Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής

Στις υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής συγκαταλέγονται δράσεις από το περπάτημα, το τρέξιμο, η ποδηλασία, το κανό- καγιάκ, η αναρρίχηση, η ορειβασία. Ο βαθμός δυσκολίας κάθε υπαίθριου αθλητικού προγράμματος διαμορφώνεται με βάση τα ατομικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων, ενώ ο χαρακτήρας τους μπορεί να είναι ψυχαγωγικός, εκπαιδευτικός ή και ανταγωνιστικός (Κουθούρης, 2011; Κουθούρης και συν., 2014).

1.4.3. Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής

Η έννοια της αναψυχής, εμπεριέχει το στοιχείο του εθελοντισμού και της προσωπικής επιθυμίας για συμμετοχή σε δράσεις που άπτονται των ενδιαφερόντων των ατόμων, χωρίς να υπάρχει το αίσθημα της υποχρεωτικότητας (Ford & Blanchard, 1993). Οι υπαίθριες δραστηριότητες, δίνουν την δυνατότητα στους συμμετέχοντες να αξιοποιήσουν τον ελεύθερο χρόνο τους με τρόπο εποικοδομητικό, ερχόμενοι σε επαφή με τη φύση και το περιβάλλον της αποκομίζοντας γνώσεις και δεξιότητες (Κουθούρης, 2009, 2011). Κάποιες από αυτές αποσκοπούν στην ψυχαγωγία, την άθληση, την κοινωνική ενεργοποίηση, είτε με τη μορφή της ελεύθερης ατομικής ή ομαδικής εμπειρίας είτε με τη μορφή ενός οργανωμένου προγράμματος το οποίο λαμβάνει χώρα στην ύπαιθρο (Γελαλή και συν., 2017; Κουθούρης, 2009, 2011). Κάθε άτομο, βάση των ενδιαφερόντων του, μπορεί να συμμετάσχει σε πλήθος υπαίθριων δραστηριοτήτων, αποκομίζοντας σημαντικές εμπειρίες και εφόδια για τη ζωή.

Οι υπαίθριες δραστηριότητες πραγματοποιούνται πάντα στο φυσικό περιβάλλον, σε χώρους όπως πεδιάδες, δασικές εκτάσεις, παραλίες, πάρκα, φαράγγια (Priest & Gass, 1997). Μεταξύ των πιο διαδεδομένων υπαίθριων δραστηριοτήτων είναι οι κινητικές, οι οποίες δίνουν τη δυνατότητα στα άτομα να αλληλεπιδράσουν με το φυσικό περιβάλλον σε πραγματικό χρόνο και τόπο (Γαρίτσης και συν., 2010).

Εκτός από την αναψυχή, οι υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες, όπως η πεζοπορία, ορειβασία, αναρρίχηση, ποδηλασία, τρέξιμο, επιτρέπουν στα άτομα να ευαισθητοποιηθούν σε περιβαλλοντικά ζητήματα, υιοθετώντας συμπεριφορές που προάγουν την προστασία και την αρμονική συνύπαρξη μεταξύ ανθρώπου και φυσικού περιβάλλοντος (Δούζη και συν., 2018; Καλαϊτζίδης & Ουζούνης 2000).

Υπαίθρια εκπαίδευση και περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση

2.1. Αρχές της υπαίθριας εκπαίδευσης

Η υπαίθρια εκπαίδευση αποτελεί είδος μάθησης, η οποία πραγματοποιείται στο φυσικό περιβάλλον. Βασικός σκοπός της είναι η ενθάρρυνση της εμπειρικής μάθησης του ατόμου, μέσω αλληλεπίδρασης και βιωματικής ενασχόλησης με ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον.

Η υπαίθρια εκπαίδευση συνδέεται με την περιβαλλοντική καθώς μέσα από το βίωμα, την ψυχαγωγία, την αναψυχή και την ικανοποίηση, δίνει τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να αλληλεπιδράσουν με το φυσικό περιβάλλον. Αυτού του είδους η μάθηση δεν αποτελεί καινοτομία της σύγχρονης εποχής, καθώς ήδη από τις αρχές του 1900 αναπτύσσεται στην Αγγλία το κίνημα του προσκοπισμού, εμπνευστής του οποίου

ήταν ο Robert Baden-Powell. Το κίνημα του προσκοπισμού πρέσβευε την ελεύθερη συμμετοχή των ατόμων σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής με σκοπό την επαφή με το περιβάλλον και την ανάπτυξη ευαισθητοποιημένης στάσης προς αυτό (Ζαφειρούδη και συν., 2015).

Υποστηρικτής και πρωτεργάτης της υπαίθριας εκπαίδευσης υπήρξε και ο Γερμανός Kurt Hahn, ο οποίος υποστήριξε τη σημαντικότητα απόκτησης χειρωνακτικών δεξιοτήτων μέσω της αλληλεπίδρασης με το φυσικό περιβάλλον (Flavin, 1996). Σύμφωνα με τον Kurt Hahn, η υπαίθρια εκπαίδευση επιτρέπει στο άτομο να συνδεθεί με τη φύση, να μάθει αλληλοεπιδρώντας με αυτή και να αποκτήσει σημαντικά εφόδια για την καθημερινότητα (Κουθούρης, 2009).

Βασικές αρχές και στόχοι των υπαίθριων δραστηριοτήτων εκπαίδευσης και αναψυχής είναι πρωτίστως η ελεύθερη και αβίαστη επαφή με το φυσικό περιβάλλον (Flavin, 1996). Οι συμμετέχοντες γνωρίζουν εμπειρικά το περιβάλλον, αναπτύσσουν κριτική σκέψη γύρω από τους κινδύνους που απειλούν τη φύση, διερευνούν και στοχάζονται στρατηγικές και συμπεριφορές που θα μπορούσαν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά, προασπίζοντας τον φυσικό πλούτο, αναπτύσσουν κοινωνικές και συνεργατικές δεξιότητες, ευαισθητοποιούνται για την ατομική ευθύνη που έχει κάθε ένας απέναντι στο περιβάλλον και οικοδομούν υπεύθυνη περιβαλλοντική συμπεριφορά (Flavin, 1996). Οι Priest & Gass (1997) υποστήριξαν ότι οι βασικοί στόχοι της υπαίθριας εκπαίδευσης είναι, η καλλιέργεια δεξιοτήτων συνεργασίας και θετικής συνδιαλλαγής, η κοινωνική και ατομική ανάπτυξη και η σύνδεση του ανθρώπου με το φυσικό περιβάλλον, μέσω της οικοδόμησης σχέσης σεβασμού.

Η υπαίθρια εκπαίδευση βασίζεται στη μάθηση μέσω της εμπειρίας, φιλοσοφία που συμφωνεί με τις αρχές της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης (Ζαφειρούδη και συν. 2008). Οι Higgins και Loynes (1997) αντιλαμβάνονται την υπαίθρια εκπαίδευση ως μία αλυσίδα τριών στοιχείων, τα οποία σωρευτικά οδηγούν προς την ατομική και κοινωνική πραγμάτωση. Συγκεκριμένα, υποστηρίζουν πως η συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες συμβάλλει στην κοινωνική και προσωπική ανάπτυξη ενώ παράλληλα εκπαιδεύει και ενεργοποιεί τα άτομα σε ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον και την προάσπισή του.

Συνεπώς, θα λέγαμε πως η περιβαλλοντική εκπαίδευση αποτελεί πολυεπίπεδη διαδικασία, μέσω της οποίας επιτυγχάνεται η ολιστική ανάπτυξη του ατόμου και η υιοθέτηση συνηθειών φιλικών προς το περιβάλλον για την διαφύλαξη των όσων προσφέρει στην ανθρωπότητα (Hattie et al., 1997).

2.2. Η σχέση μεταξύ υπαίθριας δραστηριότητας και περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης

Η συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής φαίνεται να σχετίζεται θετικά με την καλλιέργεια και εγκαθίδρυση περιβαλλοντικής ευαισθησίας (Jackson, 1987; Παυλίδης και συν., 2018; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014; Ζαφειρούδη & Χατζηγεωργιάδης, 2012). Στην έρευνα του Jackson (1986) διαπιστώνεται η ύπαρξη θετικής συσχέτισης μεταξύ των υπαίθριων δραστηριοτήτων και της ανάπτυξης περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Σύμφωνα με τα ερευνητικά αποτελέσματα, οι συμμετέχοντες σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής οικοδομούν αίσθημα ευθύνης απέναντι στο περιβάλλον, υιοθετώντας στάσεις και συμπεριφορές φιλικές προς αυτό.

Βάση της έρευνας του Cooper (1994) η ενασχόληση των ατόμων με υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής ενεργοποιεί το ενδιαφέρον για περιβαλλοντική μάθηση, ωθώντας προς την υιοθέτηση περιβαλλοντικά υπεύθυνων συμπεριφορών. Θεωρεί δε, ότι η επαφή με τη φύση συντελεί στη δημιουργία περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένων πολιτών.

Tarrant και Green (1999) μελέτησαν τη σχέση μεταξύ των υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής, των πεποιθήσεων και της συμπεριφοράς των ατόμων απέναντι στο φυσικό περιβάλλον. Τα ερευνητικά ερωτήματα διερευνούν το βαθμό επίδραση των υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής που είναι φιλικές προς το περιβάλλον, των καταναλωτικών δραστηριοτήτων όπως το κυνήγι και αυτών που αξιοποιούν μηχανές, όπως το 4x4 με τζιπ στην ανάπτυξη στάσεων και συμπεριφορών απέναντι σε ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον. Στην έρευνα συμμετείχαν 1220 άτομα τα οποία κατοικούσαν σε περιοχή των Ηνωμένων Πολιτειών. Σύμφωνα με τα ερευνητικά δεδομένα ότι μόνο οι συμμετέχοντες σε φιλικές προς το περιβάλλον υπαίθριες δραστηριότητες ανέπτυσαν υπεύθυνες συμπεριφορές προς αυτό και δραστηριοποιούνταν προκειμένου να ευαισθητοποιηθεί η κοινωνία σε ζητήματα προστασίας και διαφύλαξης της βιωσιμότητας του.

Σε άλλη έρευνα, η οποία πραγματοποιήθηκε στην Φινλανδία από τους Palmberg και Kuru (2000) διερευνήθηκε ο βαθμός επίδρασης της συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες στην καλλιέργεια θετικής σχέσης μεταξύ ανθρώπου και φυσικού περιβάλλοντος. Ως ερευνητικό δείγμα αξιοποιήθηκαν μαθητές ηλικίας 11 έως 12 ετών. Από τα αποτελέσματα της έρευνας, διαπιστώνεται ότι οι γνώσεις που αποκτώνται μέσω της βιωματικής μάθησης στην ύπαιθρο υποστηρίζουν την

οικοδόμηση περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και υιοθέτησης συμπεριφορών που προστατεύουν το φυσικό περιβάλλον και τη ζωή μέσα σε αυτό.

Σύμφωνα με τον Κουθούρη (2009) η ενασχόληση και συμμετοχή των ατόμων σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες, εκτός από την ψυχαγωγία και την ολόπλευρη ευεξία που προσφέρουν, συμβάλλουν σημαντικά στην ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και την υιοθέτηση συμπεριφορών που στοχεύουν στην προστασία του φυσικού περιβάλλοντος.

Η έρευνα των D'Amato και Krasny (2011) μελέτησε τα κίνητρα συμμετοχής των ατόμων σε μαθήματα υπαίθριας εκπαίδευσης με περιπέτεια. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι συμμετέχοντες στις συγκεκριμένες δραστηριότητες, επιθυμούν πρωτίστως να συνδεθούν και να αλληλεπιδράσουν με το φυσικό περιβάλλον, μετέχοντας σε δράσεις για την προστασία του και τη διασφάλιση της βιωσιμότητάς του από κινδύνους. Ανέφεραν ως κίνητρο το υψηλό αίσθημα ευθύνης που νιώθουν απέναντι στο περιβάλλον, γεγονός που αναδεικνύει τη θετική συσχέτιση που υπάρχει μεταξύ της συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες με την ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Ως εκ τούτου, διαπιστώνεται ότι θα άτομα που συμμετέχουν σε αυτού του είδους τις δραστηριότητες τείνουν να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης.

Στην έρευνα των Arnocky και Stroink (2011) συμμετείχαν 205 σπουδαστές και σπουδάστριες από τα τμήματα Υπαίθριας Αναψυχής και Ψυχολογίας. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης, οι σπουδαστές του τμήματος Υπαίθριας Αναψυχής, ήταν περισσότερο ευαισθητοποιημένοι σε περιβαλλοντικά ζητήματα από εκείνους που φοιτούσαν στο τμήμα Ψυχολογίας.

Έρευνα των Sahin, Erterpinar και Teksoz (2012) η οποία πραγματοποιήθηκε σε δείγμα 958 φοιτητών πανεπιστημίων της Μέσης Ανατολής, διερεύνησε την πιθανή συσχέτιση μεταξύ των συμπεριφορών προς το περιβάλλον με την συμμετοχή σε κάποια υπαίθρια δραστηριότητα καθώς και τυχόν διαφοροποιήσεις που μπορεί να υπάρχουν ανάλογα με το φύλο των συμμετεχόντων. Από τα ερευνητικά αποτελέσματα, διαπιστώθηκε οι φοιτητές που συμμετέχουν σε υπαίθριες δραστηριότητες έχουν υψηλότερα επίπεδα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης από εκείνους που δεν συμμετείχαν.

Οι Ζαφειρούδη και Χατζηγεωργιάδης (2013) υποστηρίζουν ότι τα άτομα μετασχηματίζουν τη συμπεριφορά τους προς το περιβάλλον όταν συνδέονται με αυτό και αλληλεπιδρούν μαζί του. Η ίδια μελέτη διαπιστώνει ότι η συμμετοχή σε υπαίθριες

δραστηριότητες συμβάλλει στην καλλιέργεια της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης ωθώντας παράλληλα στην ενεργό δράση για την αντιμετώπιση των περιβαλλοντικών προβλημάτων.

Μεταγενέστερη έρευνα των Zafeiroudi και Hatzigeorgiadis (2014) οι υπαίθριες δραστηριότητες προσφέρουν πολλαπλές γνώσεις στους συμμετέχοντες για ζητήματα που αφορούν το φυσικό περιβάλλον και την προστασία του από εξωγενείς και ανθρωπογενείς κινδύνους, ενθαρρύνουν τα άτομα να μετασχηματίσουν τη συμπεριφορά και τις συνήθειες τους ώστε να υιοθετήσουν περιβαλλοντικά υπεύθυνη στάση, ενώ παράλληλα τους καθιστούν περιβαλλοντικά ευαίσθητους πολίτες.

Οι Zafeiroudi και Hatzigeorgiadis (2014) προσπάθησαν μέσω του σχεδιασμού και της υλοποίησης ενός περιβαλλοντικού προγράμματος παρέμβασης να εξετάσουν το βαθμό επίδρασης των υπαίθριων δραστηριοτήτων στην καλλιέργεια θετικής στάσης προς το περιβάλλον και την ευαισθητοποίηση σε περιβαλλοντικά ζητήματα. Ως ερευνητικό δείγμα, αξιοποιήθηκαν 130 έφηβοι οι οποίοι συμμετείχαν εθελοντικά για 5 μήνες στο συγκεκριμένο πρόγραμμα, γνωρίζοντας πλήθος υπαίθριων δραστηριοτήτων όπως, η ποδηλασία, η πεζοπορία, το κανό, η τοξοβολία. Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι οι έφηβοι που συμμετείχαν στις υπαίθριες δραστηριότητες ανέπτυξαν θετική στάση προς το περιβάλλον, σε αντίθεση με τους εφήβους που δεν συμμετείχαν.

Σε παρόμοια μελέτη των Frank, Pintassiglo & Pinto, (2015) εξετάστηκαν τα επίπεδα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης σε τουρίστες οι οποίοι επισκέπτονταν την χώρα της Πορτογαλίας προκειμένου να συμμετάσχουν στη δραστηριότητα του surfing. Τα ευρήματα έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες στη δράση ήταν στη συντριπτική τους πλειοψηφία (86%) διατεθειμένοι να καταβάλλουν κάποιο χρηματικό αντίτυπο, προκειμένου να σχεδιαστούν και να υλοποιηθούν εκπαιδευτικά προγράμματα ευαισθητοποίησης για την προστασία του περιβάλλοντος.

Στην έρευνα των Ποτουρίδου, Ζαφειρούδη, Κουθούρη και Αλεξανδρή (2016) διερευνήθηκε η πιθανή συσχέτιση μεταξύ της ανάπτυξης περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και της συχνής συμμετοχής των μαθητών σε υπαίθριες δραστηριότητες. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι, η συμμετοχή των παιδιών σε υπαίθριες δραστηριότητες έχει θετική συσχέτιση με την ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης.

Σε αντίθεση με τα παραπάνω, η ερευνητική μελέτη του Preston (2004) υποστηρίζει ότι οι υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής κερδίζουν το ενδιαφέρον ατόμων νεαρότερης ηλικίας, τα οποία επικεντρώνονται περισσότερο στην εμπειρία της

περιπέτειας παρά στην ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Ωστόσο, πορίσματα σύγχρονων ερευνών που αναλύθηκαν παραπάνω, δεν επιβεβαιώνουν τον ισχυρισμό, καθώς διαπιστώνεται ότι η συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες από μικρή ηλικία καθιστά τα άτομα περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένα και υπεύθυνα σε ζητήματα που αφορούν τον πλανήτη (Ποτουρίδου και συν., 2016; Palmberg & Kuru, 2000; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014).

2.3. Η σχέση μεταξύ υπαίθριας δραστηριότητες και περιβαλλοντικής υπεύθυνης συμπεριφοράς

Σύμφωνα με τα ερευνητικά δεδομένα, τα άτομα με περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση υιοθετούν σε μεγαλύτερο βαθμό περιβαλλοντικά υπεύθυνες συμπεριφορές. Άλλωστε η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση αποτελεί αφετηρία θα λέγαμε για την οικοδόμηση και ανάληψη περιβαλλοντικής υπεύθυνης συμπεριφοράς, ενώ σωρευτικά αποτελούν αποτέλεσμα την αλληλεπίδρασης του ατόμου με το φυσικό περιβάλλον και τη ζωή μέσα σε αυτό (Ποτουρίδου και συν., 2016; Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014).

Στην έρευνα του Jackson (1986) διαπιστώνεται ότι άτομα που αλληλεπιδρούν με το φυσικό περιβάλλον μέσω της συμμετοχής τους σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής ή άθλησης, τείνουν να εκδηλώνουν σε μεγαλύτερο βαθμό έναντι άλλων, υπεύθυνες συμπεριφορές προς τα περιβαλλοντικά ζητήματα. Οι Vaske και Kobrin (2003) θεωρούν ότι η οικοδόμηση και εδραίωση περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς σχετίζεται με ποικίλους παράγοντες, όπως επί παραδείγματι η προσκόλληση του ατόμου σε μία συγκεκριμένη τοποθεσία, την οποία του αρέσει να επισκέπτεται και άρα μέσω της διαδικασίας αυτής αναπτύσσει εκ καιρό συναισθηματικούς δεσμούς. Συνεπώς, ο δεσμός αυτός με την τοποθεσία οδηγεί σε συμπεριφορές που στοχεύουν στην προστασία της, την πρόληψη από κινδύνους και την ανάδειξή της προς το ευρύ κοινό.

Κουθούρης και συν. (2022), υποστηρίζουν ότι οι συμμετέχοντες σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής αναπτύσσουν θετική στάση απέναντι στα ζητήματα που σχετίζονται με το περιβάλλον, οικοδομώντας περιβαλλοντικά υπεύθυνες συμπεριφορές οι οποίες στοχεύουν στην προστασία του περιβάλλοντος.

Παρόμοια είναι και τα ευρήματα των Hebel, Montpied και Fontanieu, (2014) οι οποίοι εξετάζοντας ένα δείγμα 2124 Γάλλων μαθητών και μαθητριών ηλικίας 15 ετών, διαπίστωσαν ότι υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ της συμμετοχής σε εξωσχολικές

υπαίθριες δραστηριότητες και της καλλιέργειας περιβαλλοντικής υπευθυνότητας, η οποία οδηγεί εν τέλει στην υιοθέτηση συμπεριφορών φιλικών προς το περιβάλλον.

Στην έρευνα της Ζαφειρούδη (2014) διερευνήθηκε ο βαθμός συμβολής των υπαίθριων κινητικών δραστηριοτήτων με την οικοδόμηση περιβαλλοντική ευαισθητοποίησης και την υιοθέτηση υπεύθυνων προς το περιβάλλον συμπεριφορών. Για τους σκοπούς της έρευνας, σχεδιάστηκε και υλοποιήθηκε 5νήμερο παρεμβατικό πρόγραμμα, στο οποίο συμμετείχαν 130 μαθητές ηλικίας 13 έως 17 ετών. Δημιουργήθηκαν 2 ομάδες, όπου η μία λειτούργησε ως «πειραματική» και η δεύτερη ως «ομάδα ελέγχου». Τα ευρήματα της μελέτης δείχνουν ότι οι μαθητές που συμμετείχαν σε υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες μετασχημάτισαν τις απόψεις τους γύρω από ζητήματα που αφορούν την προστασία του περιβάλλοντος, σε αντίθεση με τους μαθητές που δεν συμμετείχαν σε αυτές. Σύμφωνα με την ερευνήτρια, οι συμμετέχοντες μαθητές ευαισθητοποιήθηκαν σε περιβαλλοντικά ζητήματα ενώ παράλληλα αντιλήφθηκαν τη σημαντικότητα εκδήλωσης περιβαλλοντικής υπεύθυνης συμπεριφοράς. Σε παρόμοια αποτελέσματα καταλήγει και η έρευνα των Δελίδου, Ματσούκα, Βενέτη & Διγγελίδη (2012) σύμφωνα με την οποία η συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες οδηγεί σταδιακά προς την εκδήλωση υπεύθυνης συμπεριφοράς προς το περιβάλλον.

Σε μελέτες των Ζαφειρούδη (2014), Κουθούρης και συν. (2014), Δεμενίδου, 2014; Kontogianni et al., 2014 & Φουσέκης και συν., 2009, Kouthouris et al., 2013, Alexandris et al., 2008 & Kouthouris et al., 2021, διαπιστώνεται ότι η συμμετοχή των ενηλίκων σε υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες, αυξάνει το ποσοστό εκδήλωσης περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς, καθώς η άμεση εμπειρία με το περιβάλλον ωθεί τα άτομα στο στοχασμό και την κριτική συνειδητοποίηση της «προσωπικής ευθύνης» απέναντι στην προστασία του.

Σε μεταγενέστερη έρευνα των Glowinski και Moore (2014) επιχειρήθηκε η διερεύνηση της άποψης που υποστηρίζει την ανυπαρξία σχέσης μεταξύ της συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες με την εκδήλωση περιβαλλοντικής υπεύθυνης συμπεριφοράς. Ως ερευνητικό δείγμα αξιοποιήθηκαν 529 Αμερικανοί κυνηγοί, μέλη του τοπικού κυνηγητικού συλλόγου. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι δεν υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ της δραστηριότητας του κυνήγιου και της οικοδόμησης περιβαλλοντικής υπεύθυνης συμπεριφοράς, καθώς η φύση της δράσης δεν αποσκοπεί στη σύνδεση με το περιβάλλον αλλά σε ιδιοτελή κίνητρα που τελικά επιφέρουν καταστρεπτικές συνέπειες σε αυτό.

Εν κατακλείδι, θα λέγαμε πως από τη συντριπτική πλειοψηφία των ανασκοπημένων ερευνών (Κουθούρης και συν. 2016; 2015), διαπιστώνεται ότι, τόσο η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση όσο και η περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά σχετίζονται και επηρεάζονται άμεσα από τη συμμετοχή των ατόμων σε υπαίθριες δραστηριότητες, καθώς έρχονται σε άμεση επαφή με το περιβάλλον συνειδητοποιώντας τα πολλαπλά οφέλη που προσφέρει στην ανθρωπότητα.

Η αναρρίχηση στην καλλιέργεια περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης

3.1. Εμφάνιση και εξέλιξη του αθλήματος της αναρρίχησης

Το άθλημα της αναρρίχησης δεν αποτελεί «εφεύρεση» της σύγχρονης εποχής καθώς, εντοπίζονται στοιχεία που αποδεικνύουν ότι οι άνθρωποι συνήθιζαν να αναρριχώνται στους βράχους ήδη από το 400 π.Χ. (Κυπραίος, 2017). Στην ελεύθερη αναρρίχηση βράχου (free climbing) το άτομο επιχειρεί την προσέγγιση ενός σημείου, αναρριχώμενο σε κάθετη ή κεκλιμένη σκληρή επιφάνεια, αξιοποιώντας ειδικό εξοπλισμό μόνο για την ασφάλεια του.

Μεταξύ των πιο διάσημων αναρριχητών του κόσμου, συγκαταλέγονται οι αδερφοί Petrarca οι οποίοι κατάφεραν το 1336 να προσεγγίσουν το όρος Ventu στην Προβηγκία και ο Antoine de Ville το 1492 την Aiguille de dauphin στο Mont Aiguille (Θεοδωρόπουλος, 2001). Το 1886, ο Haskett Smith κατάφερε να σκαρφαλώσει στο Napes Needle, ενώ το 1887 ο Georg Winkler πάτησε στους Δολομίτες στην Ιταλία, αναζωπυρώνοντας το ενδιαφέρον του κοινού γύρω από το άθλημα της αναρρίχησης.

Το άθλημα της αναρρίχησης φαίνεται να αναδύεται περί τα μέσα του 19^{ου} αιώνα, σε περιοχές της Αγγλίας, του Δολομίτες στην Ιταλία και το Mont Blanc (Κυπραίος, 2017). Στην Ελλάδα, η πρώτη προσέγγιση του όρους Μύτικα στον Όλυμπο πραγματοποιείται από τους Χρήστο Κάκαλο, Fred.Boissonas και Daniel Baud Bovy τον Αύγουστο του 1913 (Μιχαηλίδης, 2004). Στην ίδια περιοχή, χαράσσονται το 1934 και οι πρώτες αναρριχητικές διαδρομές, υπό την εποπτεία του Ιταλού Emilio Comici.

Το 1940, αποτελεί θα λέγαμε ημερομηνία σταθμό για την εξέλιξη του αθλήματος της αναρρίχησης στην Ελλάδα, καθώς ιδρύεται εντός του Ελληνικού Ορειβατικού Συνδέσμου η «Ομάδα Αναρριχητών», ενώ από τη δεκαετία του 1950 και έπειτα, ιδρύονται αντίστοιχα σωματεία με αναρριχητικές σχολές σε ολόκληρη της επικράτεια (Μιχαηλίδης, 2004). Στην πραγματικότητα, η αναρρίχηση διαφοροποιείται

και επίσημα από το άθλημα της πεζοπορίας, το 1956 με την ίδρυση του Συνδέσμου Ελλήνων Ορειβατών με αναρριχητική κατεύθυνση (Μιχαηλίδης, 2004).

Ως επίσημο άθλημα, αναγνωρίζεται στις αρχές του 1980, ενώ το 1991 λαμβάνει χώρα το 1^ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Αναρρίχησης, στην πόλη της Φρανκφούρτης (Κυπραίος, 2017). Επιπρόσθετα, ως ολυμπιακό άθλημα, αναγνωρίζεται από την Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή το 2010 και 16 χρόνια αργότερα συμπεριλαμβάνεται στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων (<https://rockclimbingcentral.com/the-history-of-rock-climbing/>).

3.2. *Η αναρρίχηση σε φυσικό περιβάλλον*

Η αναρρίχηση ως άθλημα στοχεύει στην κατάκτηση της «κορυφής» ενός συγκεκριμένου κάθε φορά βουνού- στόχου. Άλλες φορές, οι αθλητές επιδιώκουν την αποτελεσματική προσέγγιση μίας προσχεδιασμένης κάθετης διαδρομής, με συγκεκριμένα περάσματα και καθορισμένο τερματικό σταθμό (Zuckerman, 2004).

Πρόκειται για ένα ιδιαίτερα απαιτητικό άθλημα, το οποίο προϋποθέτει σωματική και πνευματική ευεξία, προσήλωση στο στόχο, ανώτερες σωματικές δεξιότητες, αντοχή και ευστροφία. Με το άθλημα ωστόσο, μπορούν να ασχοληθούν και άτομα χωρίς πρότερη αναρριχητική εμπειρία ή εξειδικευμένες γνώσεις, καθώς η δυνατότητα αξιοποίησης εξοπλισμού σε συνάρτηση με την καθοδήγηση έμπειρων εκπαιδευτών, μειώνει τις πιθανότητες σοβαρών τραυματισμών (Zuckerman, 2004).

Εντούτοις, κάποια είδη υπαίθριας δραστηριότητας, όπως επί παραδείγματι η αναρρίχηση, εμπεριέχουν σοβαρό ρίσκο, καθώς οι συμμετέχοντες είναι εκτεθειμένοι σε φυσικά φαινόμενα και αστάθμητους παράγοντες, οι οποίοι μπορεί να αποβούν μοιραίοι για τη ζωή τους (Lyng, 1990). Ωστόσο, η επικινδυνότητα ορισμένες φορές προέρχεται από λανθασμένες κρίσεις και αποφάσεις των συμμετεχόντων ή από την χρήση εργαλείων, τα οποία δεν είναι ποιοτικά και δεν πληρούν τους κανόνες ασφαλείας (Lyng, 1990).

Οι υπαίθριες δραστηριότητες και ιδιαίτερα η αναρρίχηση εμπεριέχουν υψηλά ποσοστά ρίσκου, καθώς υπάρχουν πιθανότητες οι συμμετέχοντες να υποστούν σοβαρούς τραυματισμούς, ενώ ορισμένοι έρχονται αντιμέτωποι με το συναίσθημα του φόβου το οποίο δεν μπορούν να διαχειριστούν, νιώθοντας εν συνεχεία ανεπαρκείς και ντροπιασμένοι για τον τρόπο που ενήργησαν (Karagiorgos et al., 2021). Η αναρρίχηση αποτελεί την πλέον κορυφαία υπαίθρια δραστηριότητα ρίσκου και επικινδυνότητας,

στοιχεία τα οποία προκειμένου να βιώσουν τα άτομα, αποφασίζουν να ασχοληθούν ενεργά με αυτή (Zuckerman, 1979).

3.3. Τα οφέλη της αναρρίχησης

Η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, αναμφισβήτητα προσφέρει πολλαπλά οφέλη στα άτομα. Ωστόσο, συμμετέχοντας κανείς σε υπαίθριες δραστηριότητες, όπως επί παραδείγματι, η αναρρίχηση, πέρα από την άσκηση και την σωματική ευεξία που προσφέρει, δίνει τη δυνατότητα βίωσης εμπειριών μέσα στη φύση, ενώ συγχρόνως αναμετρώνται με τους φόβους και τις ανησυχίες τους (Buckley, 2011). Επιπρόσθετα, η ενασχόληση με το άθλημα της αναρρίχησης επιτρέπει στα άτομα να αναπτύξουν στρατηγικές, μέσω των οποίων θα μπορέσουν να επιτύχουν τους προσωπικούς τους στόχους, χωρίς να εναποθέτουν τις ελπίδες στην τύχη (Buckley, 2011).

3.4. Αναρριχητική δεοντολογία

Τα μέλη του διοικητικού συμβουλίου της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας Αναρρίχησης πρότειναν το 1998 τις βασικές αρχές που θα έπρεπε να περιλαμβάνονται στον Κώδικα Αναρριχητικής Δεοντολογίας, τον οποίο καλούνταν να εφαρμόζουν πιστά όλα τα μέλη της διεθνούς κοινότητας. Σύμφωνα με τις θέσεις της Ομοσπονδίας, πρόκειται για ένα ιδιαίτερα επικίνδυνο άθλημα, το οποίο απαιτεί την απόλυτη προσήλωση του αθλητή ώστε να διασφαλίζει την προσωπική του ασφάλεια, προστατεύοντας παράλληλα το φυσικό περιβάλλον. Επιπρόσθετα, κρίνεται απαραίτητο να αποφεύγεται η υπερβολική χρήση εξοπλισμού και εργαλείων ασφάλειας, ώστε να μην αλλοιωθεί η μορφολογία των βράχων, του εδάφους και της γενικότερης φυσιογνωμίας του περιβάλλοντος χώρου (http://www.eooa.gr/el/wp-content/uploads/2010/07/diakiriksi_tyrolo.pdf).

Άλλη μία από τις βασικές αρχές δεοντολογίας, είναι η κατάλληλη εκπαίδευση από έμπειρους εκπαιδευτές αναρρίχησης, με σκοπό την εκμάθηση συγκεκριμένων τεχνικών, οι οποίες θα διασφαλίζουν την προστασία του περιβάλλοντος και θα διαπνέονται από αίσθημα ηθικής ευθύνης. Ακόμη, κάθε κοινότητα οφείλει να προστατεύει και να διασφαλίζει την μη αλλοίωση του φυσικού περιβάλλοντος (http://www.eooa.gr/el/wpcontent/uploads/2010/07/diakiriksi_tyrolo.pdf).

Με άξονα τα παραπάνω, το φθινόπωρο του 2002 επικυρώνεται στο Τιρόλο της Αυστρίας η λεγόμενη «Διακήρυξη του Τιρόλο» με σκοπό τη βέλτιστη διεξαγωγή των υπαίθριων δραστηριοτήτων βουνού, ως δράσεις που προωθούν μεταξύ άλλων την

ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και υιοθέτησης υπεύθυνων προς το περιβάλλον συμπεριφορών. Το σύνολο των αρχών της Διακήρυξης διαπνέεται από αξίες που προασπίζουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια, το δικαίωμα της αυτοδιάθεσης, την προστασία των δικαιωμάτων των κατοίκων των περιοχών αναρρίχησης, την προστασία του φυσικού πλούτου και των οικοσυστημάτων (http://www.eooa.gr/el/wp-content/uploads/2010/07/diakiriksi_tyrolo.pdf).

3.5. Η συμβολή της αναρρίχησης στην καλλιέργεια περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης

Στην Ελλάδα, δεν είναι πολλές οι μελέτες για την πιθανή θετική συσχέτιση που μπορεί να υπάρχει μεταξύ της δραστηριότητας της αναρρίχησης με την καλλιέργεια και ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Οι περισσότερες έρευνες στο πεδίο, διαπραγματεύονται τη γενικότερη συμμετοχή των ατόμων σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής ως παράγοντα ανάπτυξης περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και υιοθέτησης υπεύθυνων συμπεριφορών προς το φυσικό περιβάλλον.

Από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, διαπιστώνεται ότι οι αναρριχητές οι οποίοι δεν αξιοποιούν εργαλεία ασφάλειας, τα οποία επιδρούν στην μορφολογία των βράχων, τείνουν να αναπτύσσουν σε μεγαλύτερο βαθμό περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, καθώς αλληλεπιδρούν άμεσα με το φυσικό περιβάλλον και ενεργούν με άξονα την προστασία του από κάθε είδους ανθρωπογενή παρεμβολή (Ewert & Hollenhortst, 1997). Επιπρόσθετα, οι αναρριχητές αυτοί, υιοθετούν υπεύθυνες πρακτικές κατά τη διαδικασία ανάβασης, χωρίς να παρεμβαίνουν στο φυσικό περιβάλλον και την μορφολογία του. Η συμπεριφορά τους χαρακτηρίζεται από υψηλή αίσθηση καθήκοντος απέναντι στη διατήρηση του περιβάλλοντος στη φυσική του μορφή, με όσο το δυνατό μικρότερο ανθρωπογενές αποτύπωμα στην ορθοπλαγιά (Ewert & Hollenhortst, 1997). Στη μελέτη των Alexandris, Douka, Papadopoulos και Kaltsatou (2008) διαπιστώνεται θετική συσχέτιση μεταξύ της προσκόλλησης αναρρίχησης σε συγκεκριμένη τοποθεσία με την ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης για το φυσικό περιβάλλον της περιοχής αλλά και την υιοθέτηση περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς, γενικότερα.

Η έρευνα των Καπιτσάκη, Λομπρανού, Σιόλα, και Σμυρνάκη (2013) διερευνά τις γνώσεις των κατοίκων του Νομού Ηρακλείου για την έννοια της περιβαλλοντικής ηθικής. Στόχοι της μελέτης ήταν η διερεύνηση των παραγόντων που επιδρούν στη

διαμόρφωση αντιλήψεων και στάσεων απέναντι στην περιβαλλοντική ηθική, οι υπάρχουσες γνώσεις του πληθυσμού, η διερεύνηση της περιβαλλοντικής τους ευαισθητοποίησης και οι δράσεις μέσω των οποίων εκδηλώνεται. Σύμφωνα με τα ερευνητικά δεδομένα, η συμμετοχή των ατόμων του δείγματος στην υπαίθρια δραστηριότητα της αναρρίχησης, άλλα και σε άλλες υπαίθριες δραστηριότητες, έχει θετική επίδραση στην ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και την εκδήλωση συμπεριφορών φιλικών προς το περιβάλλον. Κάποιες από τις συμπεριφορές που συχνά εκδηλώνουν οι αναρριχητές είναι η χρήση των μέσων μαζικής μεταφοράς, η φειδωλή χρήση ηλεκτρικού ρεύματος και νερού, η ανακύκλωση υλικών, η αγορά βιολογικών προϊόντων.

Στην μελέτη της Τσιάμη (2018) διερευνήθηκε ο ρόλος της δραστηριότητας της αναρρίχησης στην εκδήλωση προσκόλλησης των αναρριχητών με την περιοχή των Μετεώρων. Επιπλέον, μεταξύ άλλων εξετάστηκε η πιθανή ύπαρξη θετικής συσχέτισης των παραπάνω με την ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Τα ευρήματα έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες στη δραστηριότητα της αναρρίχησης, αλλά και σε άλλες υπαίθριες δραστηριότητες περιπέτειας, εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και τείνουν να συμπεριφέρονται υπεύθυνα απέναντι σε ζητήματα που σχετίζονται με την προστασία του περιβάλλοντος. Οι συμμετέχοντες αναφέρουν ότι η ενασχόληση με υπαίθριες δραστηριότητες τους οδήγησε στην οικοδόμηση θετικών προς το περιβάλλον στάσεων, παρακινώντας τους στην ανάληψη δράσης για την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος.

Σε έρευνα της Χαλιπήλια (2020) διερευνήθηκε μεταξύ άλλων ο βαθμός συμβολής της αναρρίχησης στην περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων, οι οποίοι επιλέγουν το νησί της Καλύμνου διαχρονικά, προκειμένου να απολαύσουν τις ορθοπλαγίες του. Τα αποτελέσματα της μελέτης δείχνουν θετική συσχέτιση μεταξύ της δραστηριότητας της αναρρίχησης και της ανάπτυξης περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης από τους συμμετέχοντες. Σύμφωνα με την ερευνήτρια, οι αναρριχητές του δείγματος μέσα από την ενασχόληση με το άθλημα, μετασχημάτισαν τη συμπεριφορά και τη στάση τους προς το περιβάλλον, υιοθετώντας περιβαλλοντικά υπεύθυνες συμπεριφορές. Ακόμη, οι συμμετέχοντες εκδήλωσαν το ενδιαφέρον ανάληψης δράσης για την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος του νησιού της Καλύμνου, μέσω της ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών σε σχετικά ζητήματα.

Στην έρευνα της Ανατολίτη (2021) διερευνάται ο αναρριχητικός τουρισμός στο νησί της Καλύμνου και οι πεποιθήσεις των τουριστών αναρριχητών σε ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον και την προστασία του. Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι, το μεγαλύτερο ποσοστό των συμμετεχόντων στην έρευνα, θεωρεί ως αρνητική την μη ύπαρξη περιβαλλοντικής κουλτούρας από το ντόπιο πληθυσμό. Οι αναρριχητές τουρίστες του νησιού, υποστήριξαν ότι οι κάτοικοι δεν επιδεικνύουν περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, γεγονός που μπορεί να πλήξει το συγκεκριμένο είδος τουρισμού στην περιοχή.

Στην έρευνα της Λυκούδη (2021) διερευνήθηκε ο τρόπος που οι συμμετέχοντες προσεγγίζουν την υπαίθρια δραστηριότητα της αναρρίχησης και αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους εντός του φυσικού περιβάλλοντος. Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες, μέσω της αναρρίχησης επιχειρούν να συνδεθούν με το φυσικό περιβάλλον, να αλληλεπιδράσουν και να αντιληφθούν τα όρια τους. Οι αναρριχητές του δείγματος υποστηρίζουν ότι στόχος δεν αποτελεί ο έλεγχος της φύσης αλλά η δημιουργία σχέσης μεταξύ τους. Επιπρόσθετα, η επαφή με το περιβάλλον τους βοηθά στην αντιμετώπιση καθημερινών προκλήσεων στην «πραγματική» ζωή, εξοικειώνοντας τους με τη διαδικασία λήψης αποφάσεων, προσαρμόζοντας τις ανάγκες τους στα δεδομένα που έχουν στη διάθεσή τους.

Συμπερασματικά, διαπιστώνεται ότι η πλειοψηφία των ερευνητικών μελετών στο πεδίο, συμφωνεί στη θετική σχέση που υπάρχει μεταξύ της δραστηριότητας της αναρρίχησης σε εξωτερικό περιβάλλον με την ανάπτυξη περιβαλλοντικής αναισθητοποίησης και υιοθέτησης συμπεριφορών που σκοπό έχουν την προστασία του περιβάλλοντος. Η αναρρίχηση, πέρα από τα πολλαπλά οφέλη που προσφέρει στη σωματική και πνευματική υγεία των συμμετεχόντων, ταυτόχρονα τους υποστηρίζει στη διαχείριση των συναισθημάτων του φόβου, της απογοήτευσης, της ανησυχίας, στοιχείο ιδιαίτερα σημαντικό για την διαχείριση καταστάσεων που αφορούν τη καθημερινότητα των ατόμων. Αποτελεί θα λέγαμε έναν οδηγό επιβίωσης όχι μόνο εντός του φυσικού περιβάλλοντος αλλά και εντός της κοινότητας γενικότερα.

2^ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Συμμετέχοντες/ Όργανα- Μετρήσεις

Στην έρευνα συμμετείχαν 83 άτομα τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ηλικιακές κατηγορίες: άτομα ηλικίας έως 35 ετών και άτομα ηλικίας άνω των 36 ετών. Από τα 83 αυτά άτομα τα 45 είναι άντρες και τα 38 γυναίκες (ΠΙΝΑΚΑΣ.1). Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα και οι συμμετέχοντες, αφού ενημερώθηκαν για την εμπιστευτικότητα των απαντήσεών τους, έδωσαν τη συγκατάθεση τους να δημοσιευθούν τα αποτελέσματα της έρευνας. Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν δια ζώσης αλλά και ηλεκτρονικά μέσω της πλατφόρμας Google Forms. Η επιλογή του δείγματος αφορά αναρριχητές που είτε είναι ενεργά μέλη ενός συλλόγου είτε όχι, από τις πόλεις των Τρικάλων, Καλαμπάκας, Αθήνας, Λάρισας, Κρήτης, Θεσσαλονίκης και Καρδίτσας αλλά και από πόλεις της Κύπρου. Οι συμμετέχοντες απάντησαν στο ερωτηματολόγιο με βάση την εμπειρία τους στην αναρρίχηση, την καθημερινή τους συμπεριφορά και την περιβαλλοντική τους ευαισθητοποίηση. Το ερωτηματολόγιο θα περιλάμβανε 3 κλίμακες αξιολόγησης. Αναλυτικότερα, την κλίμακα αξιολόγησης της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς (Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014), πιο συγκεκριμένα την κλίμακα GREB (γενική περιβαλλοντική συμπεριφορά) και τις κλίμακες της συναισθηματικής αντίληψης και της γνωστικής αντίληψης έναντι περιβαλλοντικών θεμάτων. Οι κλίμακες έχουν ελεγχθεί ψυχομετρικά επιτυχώς σε προηγούμενες έρευνες που αναφέρονται στη βιβλιογραφία, ενώ η καταγραφή των δεδομένων έγινε σε 5βάθμια κλίμακα Likert. Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε ακόμη καταγραφή σε δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων, τη συχνότητα συμμετοχής και την πρακτική εμπειρία στη δραστηριότητα της αναρρίχησης.

Γράφημα 1 Ποσοστά ανδρών, γυναικών.



3^ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Από τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου συλλέχθηκαν προσωπικά δεδομένα από τους συμμετέχοντες σχετικά με την ηλικία, την οικογενειακή κατάσταση, την εκπαίδευση, την επαγγελματική κατάσταση και την πηγή πληροφοριών για θέματα που σχετίζονται με την αναρρίχηση. Αναλυτικότερα όπως περιγράφεται στον ΠΙΝΑΚΑ 1 το 67,5% είναι άτομα ηλικίας κάτω των 35 ετών και το 32,5% άτομα ηλικίας άνω των 36 ετών.

Πίνακας 1. Ηλικία		
	Έως 35 ετών	Από 36 ετών και άνω
Σύνολο	56	27

Επιπλέον στον ΠΙΝΑΚΑ 2, από τους συμμετέχοντες οι 61 (73,5%) είναι άγαμοι και οι υπόλοιποι 22 (26,5%) είναι έγγαμοι.

Πίνακας 2. Οικογενειακή κατάσταση		
	Ελεύθεροι	Έγγαμοι
Σύνολο	61	22

Από αυτούς (ΠΙΝΑΚΑΣ 3) το 9,6% είναι απόφοιτοι Γυμνασίου- Λυκείου, το 21,7% είναι φοιτητές, το 7,2% και το 39,8% είναι απόφοιτοι ΙΕΚ και ΑΕΙ αντίστοιχα και τέλος το 21,7% είναι κάτοχοι Μεταπτυχιακού Διπλώματος.

Πίνακας 3. Εκπαίδευση	
ΣΥΝΟΛΟ	
Γυμνάσιο- Λύκειο	8
Φοιτητής/-τρια	18
ΙΕΚ	6
ΑΕΙ	33
Μεταπτυχιακό	18

Όσον αφορά την επαγγελματική τους κατάσταση (ΠΙΝΑΚΑΣ 4) το 12% είναι άνεργοι, το 48,2% είναι ιδιωτικοί υπάλληλοι, το 10,8% είναι δημόσιοι υπάλληλοι και το 28.9% ελεύθεροι επαγγελματίες.

Πίνακας 4. Επαγγελματική κατάσταση	
ΣΥΝΟΛΟ	
Άνεργος/ Άνεργη	10
Ιδιωτικός Υπάλληλος	40
Δημόσιος Επαγγελματίας	9
Ελεύθερος Επαγγελματίας	24

Τέλος, στη πρώτη ομάδα των δημογραφικών, τους ζητήσαμε να απαντήσουν σχετικά με την συνηθέστερη πηγή πληροφοριών τους όσον αφορά την αναρρίχηση. Έτσι παρατηρήσαμε (ΠΙΝΑΚΑΣ 5) ότι το 45,8% λαμβάνει πληροφορίες από φίλους, το 19,3% από το Internet, το 21,7% από αναρριχητικούς οδηγούς και το 13,3% από άλλες πηγές.

Πίνακας 5. Πηγές	
ΣΥΝΟΛΟ	
Φίλους	38
Internet	16
Αναρριχητικοί οδηγοί	18
Άλλο	11

Στη δεύτερη ομάδα των δημογραφικών τους ζητήσαμε να απαντήσουν σε κάποιες ερωτήσεις που αφορούσαν περισσότερο την επαφή τους με το άθλημα της αναρρίχησης. Αρχικά θέλαμε να δούμε με ποιους συνηθίζουν να πηγαίνουν για αναρρίχηση. Το 79,5% απάντησε ότι συνηθίζει να κάνει αναρρίχηση με φίλους, τον/την σύντροφο και την οικογένεια τους και το 20,5% απάντησε ότι συνηθίζει να πηγαίνει για αναρρίχηση με το σύλλογο τους. (ΠΙΝΑΚΑΣ 6)

Πίνακας 6. Climbing company	
ΣΥΝΟΛΟ	
Φίλους	58
Σύντροφος	4
Οικογένεια	4
Σύλλογος	17

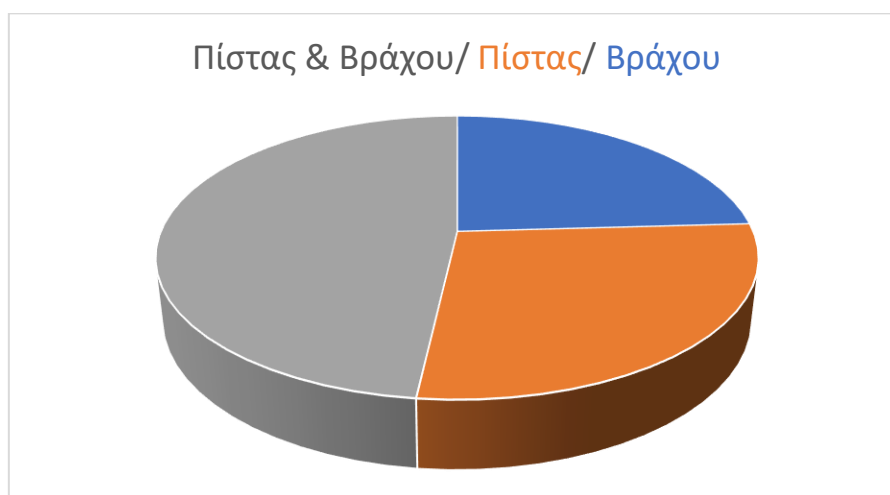
Επιπλέον όσον αφορά τη συχνότητα συμμετοχής τους στην αναρρίχηση (ΠΙΝΑΚΑΣ 7) το μεγαλύτερο ποσοστό (34,9%) πηγαίνουν για αναρρίχηση 3-5 φορές την εβδομάδα ενώ το μικρότερο ποσοστό (9,6%) πηγαίνουν 3 με 5 φορές τον χρόνο.

Πίνακας 7. Συχνότητα συμμετοχής	
ΣΥΝΟΛΟ	
3-5 φορές το χρόνο	8
3-5 φορές το εξάμηνο	15
3-5 φορές το μήνα	21
3-5 φορές την εβδομάδα	29
Κάθε μέρα	10

Οι περισσότεροι ασχολούνται με την αναρρίχηση 2-4 χρόνια (45,8%) σε αντίθεση με το μικρότερο ποσοστό (9,6%) των συμμετεχόντων που ασχολούνται πάνω από 20 χρόνια. (Πίνακας 8). Επιπρόσθετα οι περισσότεροι συμμετέχοντες ασχολούνται και με τις δύο μορφές αναρρίχησης (πίστας & βράχου). (Γράφημα 2)

Πίνακας 8. Χρόνια ενασχόλησης	
ΣΥΝΟΛΟ	
1 χρόνο	12
2-4 χρόνια	38
5-9 χρόνια	11
10-20 χρόνια	14
Πάνω από 20 χρόνια	8

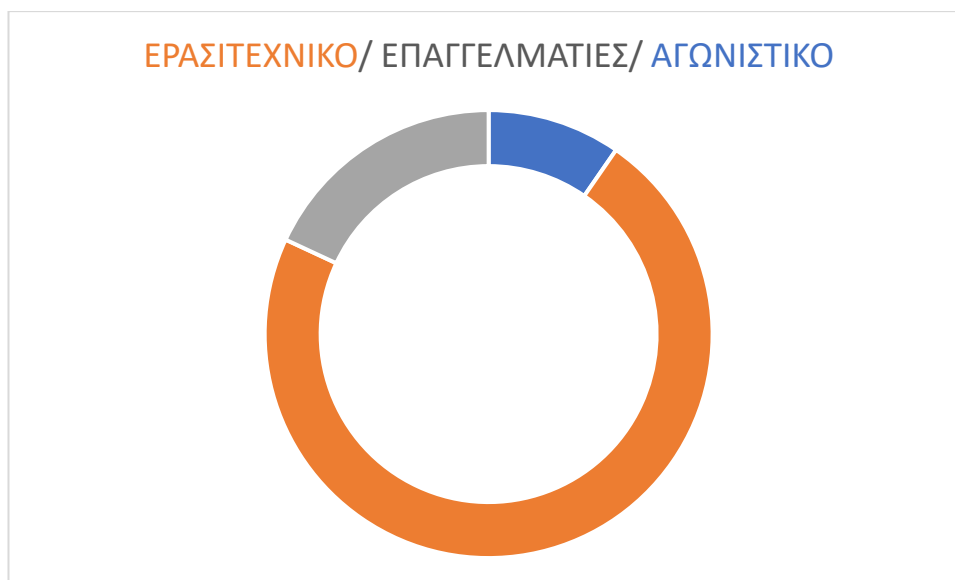
Γράφημα 2 Ποσοστά συμμετεχόντων πίστας & βράχου



Αναμενόμενο ήταν το ποσοστό των αναρριχητών που ασχολούνται με το άθλημα ερασιτεχνικά (72,3%) σε αντίθεση με τους αθλητές που ασχολούνται σε αγωνιστικό

επίπεδο με ποσοστό 9,6%. Το 18,1% των συμμετεχόντων ασχολείται με την αναρρίχηση σε επαγγελματικό επίπεδο ως προπονητές. (Γράφημα 3)

Γράφημα 3 Ποσοστά συμμετεχόντων σε ερασιτεχνικό, επαγγελματικό, αγωνιστικό επίπεδο.



Ορισμένοι από τους συμμετέχοντες ασχολούνται ταυτόχρονα και με άλλα αθλήματα (ΠΙΝΑΚΑΣ 9) πέρα από την αναρρίχηση. Μεγάλο ποσοστό (38,6%) δήλωσε ότι συμμετέχει κάποιες φορές σε άλλα αθλήματα ενώ το μικρότερο ποσοστό (12%) δήλωσε ότι συμμετέχει συχνά σε άλλα αθλήματα.

Πίνακας 9. Συμμετοχή σε άλλα αθλήματα					
	Ποτέ	Μόνον ευκαιριακά	Κάποιες φορές	Συχνά	Συστηματικά
Σύνολο	12	12	32	10	17

Τέλος όσον αφορά την δεύτερη ομάδα των δημογραφικών θελήσαμε να δούμε που βρίσκεται η μόνιμη κατοικία των συμμετεχόντων. Οι περισσότεροι (59%) διαμένουν σε μεγάλες πόλεις ενώ το 34,9% των συμμετεχόντων διαμένει σε μικρή πόλη ή χωριό. Μόνο σε 5 από τους συμμετέχοντες, η μόνιμη κατοικία τους βρίσκεται σε προάστιο κάποιας μεγάλης πόλης. (ΠΙΝΑΚΑΣ 10)

Πίνακας 10. Μόνιμη κατοικία	
ΣΥΝΟΛΟ	
Χωριό/ Μικρή πόλη	29
Προάστιο μεγάλης πόλης	5
Μεγάλη πόλη	49

Στον πίνακα 11 περιγράφονται οι απαντήσεις σχετικά με την γενική περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση. Χρησιμοποιήθηκε t test για ανεξάρτητα δείγματα για να εξετασθεί αν η ηλικία επηρεάζει την γενική περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και την καθημερινή συμπεριφορά των ατόμων που ασχολούνται με την αναρρίχηση. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντική διαφορά μόνο στο θέμα 10 της κλίμακας GREB ($p=0.05$). Συγκεκριμένα η συμμετοχή των ατόμων ηλικίας <35 είναι μεγαλύτερη (3.18 ± 1.25) από αυτή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας >36 (2.63 ± 1.006) (Πίνακας 15). Δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στα υπόλοιπα θέματα της κλίμακας GREB ούτε στις υπόλοιπες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου ($p>0.05$).

Πίνακας 11. Συχνότητες απαντήσεων σε πενταβάθμια κλίμακα στα δέκα θέματα της κλίμακας GREB και των τιμών MO & TA ανά θέμα στο σύνολο του δείγματος

ΘΕΜΑ	Ποτέ	Σπάνια	Έτσι & Έτσι	Αρκετά	Συχνά	MO	Τυπική Απόκλιση
1 ^ο θέμα	4	28	21	16	14	3.10	1.185
2 ^ο θέμα	10	26	26	14	7	2.78	1.127
3 ^ο θέμα	10	17	37	10	9	2.89	1.115
4 ^ο θέμα	6	16	24	25	12	3.25	1.146
5 ^ο θέμα	4	6	38	26	9	3.36	0.945
6 ^ο θέμα	4	4	26	32	17	3.65	1.017
7 ^ο θέμα	8	4	16	33	22	3.69	1.199
8 ^ο θέμα	8	16	19	27	13	3.25	1.218
9 ^ο θέμα	4	17	21	15	26	3.51	1.263
10 ^ο θέμα	8	24	22	18	11	3.00	1.2

Επιπλέον στο Πίνακα 12, φαίνεται αναλυτικά ότι στο 1^ο, 6^ο, 7^ο και 9^ο Θέμα σημειώθηκαν οι περισσότερες απαντήσεις «Συχνά» - υψηλότερο σκορ όσον αφορά τα ζητήματα γενικής περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και στα Θέματα 2 και 3 σημειώθηκαν οι περισσότερες απαντήσεις «Ποτέ» - χαμηλότερο σκορ.

Πίνακας 12. Διαφορές θεμάτων κλίμακας GREB μεταξύ ατόμων διαφορετικής ηλικίας

Θέματα κλίμακας	Ηλικία	ΜΟ	Τ. Α.	Σημαντικότητα
1 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.25	1.254	n. s.
	36 <	2.78	0.974	
2 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	2.91	1.164	n. s.
	36 <	2.52	1.014	
3 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	2.95	1.052	n. s.
	36 <	2.78	1.251	
4 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.18	1.177	n. s.
	36 <	3.41	1.083	
5 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.30	0.989	n. s.
	36 <	3.48	0.849	
6 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.52	1.079	n. s.
	36 <	3.93	0.829	
7 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.79	1.171	n. s.
	36 <	3.48	1.252	
8 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.41	1.187	n. s.
	36 <	2.93	1.238	
9 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.50	1.250	n. s.
	36 <	3.52	1.312	
10 ^ο ΘΕΜΑ	< 35	3.18	1.252	P<.05
	36 <	2.63	1.006	

4^ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ – ΣΥΖΗΤΗΤΗ

Αντικείμενο της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και της καθημερινής ζωής των ατόμων που ασχολούνται με το άθλημα της αναρρίχησης. Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας φάνηκε ότι τα νεότερα άτομα είναι περισσότερο ευαισθητοποιημένα όσον αφορά ζητήματα σχετικά με το περιβάλλον. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι οι νέοι έχουν περισσότερη και ευκολότερη πρόσβαση στη πληροφορία κάτι το οποίο μπορεί να δρα θετικά όσον αφορά την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση καθώς είναι ένα κομμάτι της καθημερινότητας μας, για το οποίο πρέπει να ενημερωνόμαστε συνεχώς.

Συγκεκριμένα, οι αναρριχητές που συμμετείχαν, στο σύνολο τους σημείωσαν υψηλές τιμές στη μεταβλητή GREB, η οποία αφορά την γενική περιβαλλοντική συμπεριφορά. Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν με τους Filo, Funk και Alexandris (2008) σύμφωνα με τους οποίους η αναρρίχησης δημιουργεί στους συμμετέχοντες ψυχολογική δέσμευση απέναντί της, καλλιεργώντας το αίσθημα της υπευθυνότητας για την προστασία της από κινδύνους. Αναπτύσσουν περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και ενεργοποιούνται προκειμένου να διασφαλίσουν τη βιωσιμότητά της.

Επιπλέον, από την ανάλυση των αποτελεσμάτων, όσον αφορά την διαφορά ως προς την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση ανάμεσα στα δύο φύλα δεν υπήρξε κάποια στατιστικά σημαντική διαφορά. Η επίδραση της ηλικίας φάνηκε να παρουσίαζε διαφορά όσον αφορά την συμμετοχή των αναρριχητών σε εκδηλώσεις που έχουν σχέση με το περιβάλλον. Οι αθλητές από 18-35 ετών συμμετέχουν περισσότερο σε τέτοιου είδους εκδηλώσεις σε σχέση με τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας. Επιπρόσθετα φαίνεται πως η οικογενειακή κατάσταση των αναρριχητών αλλά και το είδος της αναρρίχησης με το οποίο ασχολούνται, δεν φαίνεται να διαφοροποιούν σημαντικά την ευαισθητοποίηση τους όσον αφορά ζητήματα του περιβάλλοντος.

Το δείγμα που συμμετείχε στη παρούσα έρευνα ήταν μικρό ώστε να μπορέσουμε να εξάγουμε γενικευμένα συμπεράσματα. Περαιτέρω διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ των καθημερινών συνηθειών της αναρριχητικής κοινότητας και της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης κρίνεται αναγκαία, με σκοπό τη προσθήκη, στους αναρριχητικούς οδηγούς, πληροφοριών αλλά και οδηγιών, που αφορούν την προστασία του περιβάλλοντος. Αυτό θα βοηθήσει ώστε οι νέοι αναρριχητές να ακολουθήσουν το τρόπο σκέψης και την αγάπη προς την φύση και το περιβάλλον, που πρέπει να έχουν όλοι όσοι ασχολούνται με τις υπαίθριες δραστηριότητες.

Η αναρρίχηση είναι ένα άθλημα για όλους. Δεν έχει σημασία η ηλικία, το φύλο, η οικονομική κατάσταση κ.α. Σκοπός της αναρρίχησης, όπως και των υπόλοιπων αθλημάτων που σχετίζονται με την φύση, είναι να σου μάθουν να την αγαπάς και να τη σέβεσαι ώστε να σε σεβαστεί και αυτή. Επιπλέον αποτελεί και ένα είδος άσκησης και η συχνή μας συμμετοχή βελτιώνει την ποιότητα ζωής μας , συμβάλλει στη ψυχική ευεξία, στην αυτοπεποίθηση, στην μείωση του άγχους και του στρες και αυξάνει την αυτοεκτίμηση.

Εν κατακλείδι, ο Μάνθος Βαλσαμίδης, ένας εκ των αναρριχητών της εθνικής μας ομάδας αναφέρει πως σημασία δεν έχει να κυνηγάμε τις δύσκολες αναρριχητικές διαδρομές, αλλά σημαντικότερο είναι η διασκέδαση, το να έρθουμε σε επαφή με το βράχο και τη φύση, να φτάσουμε ψηλά ώστε να δούμε τη θέα. Έτσι σίγουρα μέχρι τα 98, 99, 100 θα σκαρφαλώνουμε!

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D. & Chatzigianni, E. (2008). Examining the Relationships Between Leisure Constraints, Involvement and Attitudinal Loyalty among Greek Recreational Skiers. *European Sport Management Quarterly*, 8(3) 247 - 264.

Arnocky, S., & Stroink, M. (2011). Variation in environmentalism among university students: Majoring in outdoor recreation, parks, and tourism predicts environmental concerns and behaviors. *The Journal of Environmental Education*, 42(3), 137–151.

Blake, D. E. (2001). Contextual effects of environmental attitudes and behavior. *Environment and Behavior*, 33, 708-725.

Buckley, R. (2011). Tourism and environment. *Annual Review of Environment and Resources*, 36, 397- 416.

Cooper, G. (1994). The role of outdoor education in education for the 21st century. *Journal for Adventure e Education and Outdoor Leadership*, 11(2), 9-12.

D'Amato, L. G., & Krasny, M. E. (2011). Outdoor Adventure Education: Applying Transformative Learning Theory to Understanding Instrumental Learning and Personal Growth in Environmental Education. *The Journal of Environmental Education*, 42(4), 237-254. doi:10.1080/00958964.2011.581313.

Dunlap, R., & Heffernan, R.B. (1975). Outdoor recreation and environmental concern: Anempirical examination. *Rural Sociology*, 40, 18-30.

Ewert, A. W., & Hollenhortst, S. J. (1997). Adventure recreation and its implications for wilderness. *International journal of Wilderness*.

Ewert, A., Place, G., & Sibthorp, J. (2005). Early-life outdoor experiences and an individual's environmental attitudes. *Leisure Sciences*, 27, 225-239.

Filo, K., Funk, D. C. & Alexandris, K. (2008). Exploring the role of brand trust in the relationship between brand associations and brand loyalty in sport and fitness. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 3, 39-57.

Flavin, M. (1996). *Kurt Hahn's Legacy. To Discover You Can Be More Than You Believe. The Story of One of the 20th Century's Most Innovative and Inspiring Educators*. Wilmington: Middle Atlantic Press.

Ford, P., & Blanchard, J. (1993). *Leadership and administration of outdoor pursuits*. State College, PA: Venture Publishing.

Frank, F., Pintassilgo, P. & Pinto, P. (2015). Environmental awareness of surf tourists: a case study in Algarve. *Journal of Spatial and Organizational Dynamics* 3(2), 102-113.

Fransson, N., & Garling, T. (1999). Environmental concern: Conceptual definitions, measurement methods, and research findings. *Journal of Environmental Psychology*, 19, 369-382.

Glowinski, S. & Moore, F. (2014). The role of recreational motivation in the birding participation- environmental concern relationship. *Human Dimensions of Wildlife*, 19, 219-233.

Hattie, J., Marsh, H., Neill, J. T., & Richards, G. (1997). Adventure education and Outward Bound: Out-of-class experiences that make a lasting difference. *Review of Educational Research*, 67(1), 43-48.

Hebel, F. L., Montpied, P. & Fontanieu, V. (2014). What Can Influence Students' Environmental Attitudes? Results from a Study of 15-year-old Students in France. *International Journal of Environmental & Science Education*, 9, 329-345.

Higgins, P., & Loynes, C. (1997). *Towards Consensus on the Nature of Outdoor Education in: A guide for Outdoor Educators in Scotland*. Penrith: Adventure Education.

Hines, J. M., Hungerford, H. R., & Tomera, A. N. (1986). Analysis and synthesis of research on responsible environmental behavior: A meta-analysis. *The Journal of Environmental Education*, 18(2), 1-8.

- Hungerford H.R., & Volk L.T. (1990). Changing Learner Behavior Through Environmental Education. *The Journal of Environmental Education*, Volume 21(3), 8-21.
- Jackson, E. L. (1987). Outdoor recreation participation and views on resource development and preservation. *Leisure Sciences*, 9, 235-250.
- Jackson, E.L. (1986). Outdoor recreation participation and attitudes to the environment. *Leisure Studies*, 5, 1-23.
- Kaiser, F. G., & Biel, A. (2000). Assessing general ecological behavior: A cross-cultural comparison between Switzerland and Sweden. *European Journal of Psychological Assessment*, 16, 44-52.
- Karagiorgos, T., Kouthouris, C., & Zafeiroudi A. (2021). Exploring the well-being factors among different adventure recreation activities. *Proceedings on AEE's 49th Annual International Conference*, November 11-14, Association for Experiential Education, USA.
- Kontogianni, E., Kouthouris, C., & Zafeiroudi, A. (2014). Environmentally friendly behavior in Greek leisure centers and different participants' characteristics. *Journal of Management Research*, 6(4), 155-175.
- Kouthouris, C. (2005) Investigating demographic and attitude characteristics of recreational skiers: An application of behavioral segmentation. *The Sport Journal*, U.S.A. 8(4).
- Kouthouris, C., & Kontogianni, E. (2013). Environmentally Friendly Services in Sport Centers. *Proceedings of the 6th International Conference of Education, Research and Innovation*. Seville: ICERI2013.
- Kouthouris, C., Zafeiroudi, A., Georgomanos, S., & Kontogianni, E. (2021). Enhancing active living and physical exercise through environmentally friendly policies in urban areas. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 91, 47-58.
- Κουθούρης, Χ. Παναγιωτίδου, Δ. Κοντογιάννη, Ε. Ζαφειρούδη, Α. & Αλεξανδρής, Κ. (2014). Φιλικές στο Περιβάλλον Υπηρεσίες σε Αθλητικά Κέντρα Διερεύνηση Απόψεων Ελλήνων φοιτητών. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής* 11(2), 58– 74.
- La Trobe, H. L., & Acott, T. G. (2000). A modified NEP/ DSP environmental attitudes scale. *The Journal of Environmental Education*, 32(1), 12-20.
- Lyng, S. (1990). Edgework: A social psychological analysis of voluntary risk taking. *American Journal of Sociology*, 95, 851-886.

Olander, F., & Thøgersen, J. (1995). Understanding consumer behavior as a prerequisite for environmental protection. *Journal of Consumer Policy*, 18, 345-385.

Palmberg, I.E., & Kuru, J. (2000). Outdoor activities as a basis for environmental responsibility. *The Journal of Environmental Education*, 31(4), 32-36.

Priest, S. & Gass, M. (1997). *Effective leadership in adventure programming*. USA: Human Kinetics.

Pryor, A., Carpenter, C, & Townsend, M. (2005). Outdoor education and bush adventure therapy: A socio-ecological approach to health and well-being. *Australian Journal of outdoor education*, 9(1), 3-13.

Sahin, E., Ertepinar, H., & Teksoz, G. (2012). University students' behaviors pertaining to sustainability: A structural equation model with sustainability-related attributes. *International Journal of Environmental Science Education*, 7(3), 459-478.

Stern, P., Dietz, T., Kalof, L., & Guagnano, G. A. (1995). Values, beliefs and pro- environmental action: Attitude formation toward emergent attitude objects. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 1611-1636.

Tarrant, M.A., & Green, G.T. (1999). Outdoor recreation participation and predictive validity of environmental attitudes. *Leisure Sciences*, 21, 17-30.

Vaske, J. J., & Kobrin, K. C. (2003). Place attachment and environmentally responsible behaviour. *The Journal of Environmental Education*, 32(4), 16-21.

Zafeiroudi, A. & Hatzigeorgiadis, A. (2014b). The effects of an outdoor pursuit's intervention program on adolescents' environmental beliefs. *International Journal on Advances in Education Research*, 1(3), 106-118.

Zafeiroudi, A. & Kouthouris, C. (2021). Teaching outdoor adventure activities in preschools: A review of creativity and learning development. *International Journal of Learning and Development*, 11(2), 141-156.

Zafeiroudi, A. (2020). Enhancing Adolescents' Environmental Responsibility Through Outdoor Recreation Activities. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 9(6), 43-55.

Zafeiroudi, A. (2021). Exploring outdoor play in kindergartens: A literature review of practice in modern Greece. *Journal of Studies in Education*, 11(3), 84-100.

Zafeiroudi, A., & Hatzigeorgiadis, A. (2013). Responsible environmental behavior in Greek adolescents. IN-TED Proceedings (pp 2570 –2575). 7th International Technology, Education and Development Conference, March 4th-6th, Valencia, Spain.

Zafeiroudi, A., & Hatzigeorgiadis, A. (2013). *Environmental responsibility scales in secondary school students: Predisposition for environmental action*. International Conference of Education, Research, and Innovation 2013 proceedings, 6227-6231. https://library.iated.org/authors/Aglaia_Zafeiroudi

Zafeiroudi, A., & Hatzigeorgiadis, A. (2013). *Environmental responsibility scales in secondary school students: Beliefs and perceived information*. International Conference of Education, Research, and Innovation, 2013 proceedings, 6227-6231. https://library.iated.org/authors/Aglaia_Zafeiroudi

Zafeiroudi, A., & Hatzigeorgiadis, A. (2014a). Validation of the Greek version of the Responsible Environmental Behavior Scale and relationships with participation in outdoor activities. *International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism*, 13(b), 20-37.

Zafeiroudi, A., & Kouthouris, C. (2020). Segmenting visitors of a Greek recreational theme park using factors that motivate attendance. *Journal Managing Sport and Leisure*, DOI: 10.1080/23750472.2020.1860802

Zafeiroudi, A., Pipinia, M., Yfantidou, G., & Georgomanos, S. (2021). The impact of Yoga practice on participants' environmental behaviour. *Environmental Management and Sustainable Development*, 10(3), 76-88.

Zelezny, L. C., & Schultz, P. W. (2000). Promoting Environmentalism. *Journal of Social Issues*, 56(3), 365-371.

Ανατολίτη, Κ. (2021). *Οι ειδικές μορφές τουρισμού στα Δωδεκάνησα: Η περίπτωση του αναρριχητικού τουρισμού της Καλύμνου*. Διπλωματική Εργασία. Πανεπιστήμιο Πειραιώς.

Γαρίτσας, Ι., Κουθούρης, Χ., Ζαφειρούδη, Α., & Αλεξανδρής, Κ. (2010). Η επίδραση της «Πράσινης διαμόρφωσης των σχολικών αυλών», στην περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, τη μάθηση, τη σωματική την κοινωνική και την

ψυχική υγεία μαθητών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. *Επιστημονικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 7(2), 19 -37.

Γελαλή, Α. & Ζαφειρούδη, Α. (2017). Προγράμματα Υπαίθριας Κινητικής Αναψυχής και Περιβαλλοντική Υπευθυνότητα σε μαθητές Δημοτικού Σχολείου στη νήσο Πόρο. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 14(1), 33-51.

Δελίδου, Ε., Ματσούκα, Ο., Βενέτη, Χ., & Διγγελίδης, Ν. (2012). Η συμβολή της φυσικής δραστηριότητας στην περιβαλλοντική εκπαίδευση μαθητών/τριών της ΣΤ' Δημοτικού. *Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής*, 6(a), 1-17.

Δεμενίδου, Π. (2014). *Περιβαλλοντική υπευθυνότητα μαθητών πρωτοβάθμιας/ δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και συχνότητα συμμετοχής σε υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες. Η περίπτωση του Κ.Π.Ε. Βιστωνίδας*. Μεταπτυχιακή διατριβή, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης & Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Τρίκαλα: Ελλάδα.

Διακήρυξη του Τυρόλο (http://www.eooa.gr/el/wp-content/uploads/2010/07/diakiriksi_tyrolo.pdf).

Δούζη, Ε., Ζαφειρούδη, Α., & Κουθούρης, Χ. (2018). Η συμβολή του διαφορετικού τόπου κατοικίας μαθητών Δημοτικών Σχολείων στη διαμόρφωση ανάλογης περιβαλλοντικής υπευθυνότητας. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 15(1), 22-49.

Ζαφειρούδη Α., Κακαρινού Β. & Κουθούρης Χ. (2015). Περιβαλλοντική Υπευθυνότητα και Επίπεδο Φυσικής Δραστηριότητας Μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης. Η περίπτωση του ΚΠΕ Παρανεστίου. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 12(2), 19-35.

Ζαφειρούδη, Α., & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2012). Περιβαλλοντικά Υπεύθυνη Συμπεριφορά & Άσκηση σε Υπαίθρια Αθλητικά Κέντρα . *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 9(1), 1 –9.

Ζαφειρούδη, Α. & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2008). Περιβαλλοντικό Ενδιαφέρον, Ανθρώπινη Συμπεριφορά και Συμμετοχή σε Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 5(2), 23-40.

Ζαφειρούδη, Α. (2014). Φυσική Αγωγή και Περιβαλλοντική Εκπαίδευση: Η Επίδραση ενός Προγράμματος Κινητικών Δραστηριοτήτων Υπαίθριας Αναψυχής στην Περιβαλλοντική Υπευθυνότητα. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 12(3), 253-264.

Ζαφειρούδη, Α., & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2013). Περιβαλλοντική Υπευθυνότητα Μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης: Ανάπτυξη Ερωτηματολογίων, Ψυχομετρικός Έλεγχος & Σχέσεις Μεταξύ Περιβαλλοντικών Εννοιών. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 11(3), 22-35.

Θεοδωρόπουλος, Α. (2001). *Αναρρίχηση, Αναλυτικός τεχνικός οδηγός*. Αθήνα

Καλαϊτζίδης, Δ., & Ουζούνης Κ. (2000). *Περιβαλλοντική Εκπαίδευση*. Ξάνθη: Εκδόσεις Σπανίδη.

Καπιτσάκης, Μ., Λομπρανού, Μ., Σιόλα, Α., & Σμυρνάκη, Ι. (2013). *Περιβαλλοντική Ηθική - Μελέτη των στάσεων, αντιλήψεων και συμπεριφορών των κατοίκων της πόλης του Ηρακλείου*. Διπλωματική Εργασία, Ηράκλειο. Ανακτήθηκε στις 17/10/2023 από <http://hdl.handle.net/20.500.12688/1272>.

Κουθούρης, Χ, Ζαφειρούδη, Α., & Δεμενίδου, Π. (2015). Υπαίθριες Κινητικές Δραστηριότητες και Περιβαλλοντική Υπευθυνότητα. Η περίπτωση Μαθητών Νομού Ξάνθης. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 12(1), 51-63.

Κουθούρης, Χ, Ζαφειρούδη, Α., Χορτιατίνος, Γ, & Κοντογιάννη, Ε. (2016). Στάσεις Ελλήνων Φοιτητών ως προς Θέματα Προστασίας του Περιβάλλοντος. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 13(2), 16-27.

Κουθούρης, Χ. (2009). *Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής-Ακραία Αθλήματα, Μάνατζμεντ Υπηρεσιών – Εκπαίδευση Στελεχών*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.

Κουθούρης, Χ. (2011). Άσκηση σε φυσικό περιβάλλον / υγεία / ποιότητα ζωής / περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση. «ΑΓΩΓΗ ΥΠΑΙΘΡΟΥ». Ανακτήθηκε από <http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/1226> στις 13 Οκτωβρίου 2023).

Κουθούρης, Χ. (2011). Άσκηση σε φυσικό περιβάλλον / υγεία / ποιότητα ζωής / περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση: Αγωγή υπαίθρου. ΕΚΤ.

Κουθούρης, Χ., Ζαφειρούδη, Α., Πατσιαούρας, Α., Μπεκιάρη, Α., Ζήση, Β., & Δαλαμήτρος, Α. (2022). *Κινητική Αναψυχή: Φύση, Σπορ, Τέχνες*. Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <http://dx.doi.org/10.57713/kallipos-50>

Κούκουζα, Α. (2007). *Καταγραφή Περιβαλλοντικών Δραστηριοτήτων ΔΑΑ για την προώθηση υπεύθυνης περιβαλλοντικής συμπεριφοράς μέσω της τυπικής και της μη τυπικής περιβαλλοντικής εκπαίδευσης*. Μυτιλήνη: Τμήμα Περιβάλλοντος, Πανεπιστήμιο Αιγαίου.

Κρίβας, Σ. (1998), Περιβαλλοντική Αγωγή και Περιβαλλοντική Συμπεριφορά: Μία Κριτική Συνθετική Προσέγγιση μέσω Βιβλιογραφικής Διερεύνησης. *Παιδαγωγική Επιθεώρηση*, 27, 41-70.

Κυπραίος, Σ. Γ. (2017). *Αγγίζοντας τα όρια. Τα ακραία αθλήματα*. Αθήνα: Εκδόσεις Δίσιγμα.

Λυκούδη, Α. (2021). *Αναζητώντας τα όρια: Η αναρρίχηση ως άθλημα ρίσκου στη σύγχρονη Ελλάδα*. Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.

Μιχαηλίδης, Γ.(2004). *Συμβολή στην ιστορία της Ελληνικής αναρρίχησης 1913-1962*. Αθήνα: Ε.Ο.Ο.Α.

Παπαδημητρίου, Β. (1998). *Περιβαλλοντική Εκπαίδευση και Σχολείο: Μια Διαχρονική Θεώρηση*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Παυλίδης, Γ., Ζαφειρούδη, Α., & Κουθούρης, Χ. (2018). Διερεύνηση της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς ορειβατών επισκεπτών καταφύγιων του Ολύμπου. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 15(1), 1-21.

Ποτουρίδου, Γ. Ζαφειρούδη, Α. Κουθούρης, Χ. & Αλεξανδρή, Κ. (2016). Συσχέτιση Συχνότητας Συμμετοχής σε Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής και Στάσεις ως προς το Περιβάλλον Μαθητών Δημοτικών Σχολείων Ν. Ημαθίας. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 13(1), 25–49.

Τσιάμη, Ε. (2018). *Αθλητικές δραστηριότητες στο φυσικό περιβάλλον: η επίδρασή τους στη συναισθηματική κατάσταση των ασκούμενων*. Διπλωματική Εργασία. Πανεπιστήμιο Αιγαίου.

Φουσέκης, Ν. & Κουθούρης, Χ. (2009). Η επίδραση ενός προγράμματος αγωγής υπαίθρου σε ατομικές & ομαδικές δεξιότητες συμμετεχόντων μαθητών/τριών. *Διοίκηση Αθλητισμού και Αναψυχής*. 6(2), 34-49.

Χαλεπλής, Σ. (2008). Περιβαλλοντική Εκπαίδευση: Μια διάσταση της εκπαίδευσης που συμβάλλει στο χτίσιμο μιας νέας κοσμοαντίληψης για το περιβάλλον και τον άνθρωπο. *Επιστημονικό Βήμα*, 9, 159-174.

Χαλιπήλια, Δ. (2020). *Διερεύνηση της συναισθηματικής προσκόλλησης, διάθεση για επανάληψη της αναρρίχησης και περιβαλλοντική εκπαίδευση στην Κάλυμνο*. Διπλωματική Εργασία. Πανεπιστήμιο Αιγαίου.

Κλίμακα αξιολόγησης της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς
(Zafeiroudi & Hatzigeorgiadis, 2014)

ΠΟΣΟ ΣΥΜΦΩΝΕΙΤΕ Η ΔΙΑΦΩΝΕΙΤΕ ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΔΗΛΩΣΕΙΣ:

	ΔΙΑΦΩΝΩ — ΣΥΜΦΩΝΩ				
	1	2	3	4	5
Οι γνώσεις μου σχετικά με την αναρρίχηση είναι πολύ καλές	1	2	3	4	5
Σε σύγκριση με άλλες δραστηριότητες αναψυχής θεωρώ τον εαυτό μου ως ειδικό στην αναρρίχηση	1	2	3	4	5
Αν έκανα μια λίστα με ότι γνωρίζω για την αναρρίχηση η λίστα αυτή θα ήταν μεγάλη	1	2	3	4	5
Η αναρρίχηση είναι πολύ σημαντική για μένα	1	2	3	4	5
Το να είμαι αναρρηγής είναι πολύ σημαντικό για μένα	1	2	3	4	5
Σε σύγκριση με άλλες δραστηριότητες αναψυχής η αναρρίχηση είναι η πιο σπουδαία για μένα	1	2	3	4	5
Οι φίλοι μου έχουν θετική γνώμη για μένα γνωρίζοντας ότι είμαι αναρρηγής	1	2	3	4	5
Άτομα που με γνωρίζουν διαμορφώνουν θετική άποψη για μένα όταν μαθαίνουν ότι κάνω αναρρίχηση	1	2	3	4	5
Το να είμαι αναρρηγής με βοηθάει να «περνάω» μια καλή εικόνα του εαυτού μου στους άλλους	1	2	3	4	5

Πόσο συχνά:	Ποτέ	Σπάνια	Έτσι & έτσι	Αρκετά	Συνεχώς
1. παίρνεις μέρος σε εκδηλώσεις που έχουν σχέση με το περιβάλλον;	1	2	3	4	5
2. συμμετέχεις σε κάποια εκδήλωση που να σχετίζεται με την καθαριότητα;	1	2	3	4	5
3. βρίσκεις με άτομα ή ομάδες που ασχολούνται με περιβαλλοντικά θέματα;	1	2	3	4	5
4. ρωτάς για να μάθεις τι μπορείς να κάνεις για τη μόλυνση του περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5
5. χρησιμοποιείς προϊόντα που δε μολύνουν το περιβάλλον;	1	2	3	4	5
6. αγοράζεις ένα προϊόν επειδή μολύνει λιγότερο το περιβάλλον;	1	2	3	4	5
7. κάνεις προσπάθεια να αγοράσεις προϊόντα σε συσκευασίες που ανακυκλώνονται;	1	2	3	4	5
8. υποστηρίζεις τους ηθοποιούς/τραγουδιστές που είναι υπέρ του περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5
9. διαβάζεις σε περιοδικά/βιβλία/ιντερνετ για το περιβάλλον;	1	2	3	4	5

Πόσο ενημερωμένος/η πιστεύεις ότι είσαι σχετικά:	Καθόλου	Λίγο	Έτσι & έτσι	Πολύ	Πάρα Πολύ
1. με τις κλιματικές αλλαγές και με την υπερθέρμανση του πλανήτη;	1	2	3	4	5
2. με τη μόλυνση των ακτών και των θαλασσών;	1	2	3	4	5
3. με την καταστροφή των φυτών, των δασών και των ζώων;	1	2	3	4	5

4. με τις μεταλλαγμένες τροφές;	1	2	<u>3</u>	4	5
5. με την εξοικονόμηση ενέργειας;	1	2	<u>3</u>	4	5
6. με τη μόλυνση του πόσιμου νερού;	1	2	<u>3</u>	4	5
7. με τη μόλυνση της ατμόσφαιρας και του αέρα που αναπνέουμε;	1	2	<u>3</u>	4	5
8. με τα περιβαλλοντικά προβλήματα του μέρους που ζεις;	1	2	<u>3</u>	4	5
9. με τα βιολογικά και οικολογικά προϊόντα;	1	2	<u>3</u>	4	5
10. με τρόπους που μπορούμε καθημερινά να αντιμετωπίσουμε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (ανακύκλωση κτλ);	1	2	<u>3</u>	4	5

Τι πιστεύεις σε σχέση με τα παρακάτω	Διαφωνώ ΠΟΛΥ	Διαφωνώ	Έτσι & έτσι	Συμφωνώ	Συμφωνώ ΠΟΛΥ
1. Είναι σημαντικό να συμμετέχουμε στη δένδροφύτευση ενός καμένου δάσους.	1	2	<u>3</u>	4	5
2. Πρέπει να ξεχωρίζουμε τα σκουπίδια που είναι για ανακύκλωση.	1	2	<u>3</u>	4	5
3. Πιστεύω πως πρέπει να παίρνουμε μέρος σε εκδηλώσεις καθαριότητας.	1	2	<u>3</u>	4	5
4. Θεωρώ πως πρέπει να μάθουμε να ξεχωρίζουμε τα προϊόντα που δε μολύνουν το περιβάλλον.	1	2	<u>3</u>	4	5
5. Είναι σημαντικό να μην αφήνουμε το νερό να τρέχει χωρίς λόγο, όταν πλένουμε τα χέρια μας.	1	2	<u>3</u>	4	5
6. Είναι σημαντικό να συζητάμε περισσότερο με τους γονείς μας για το περιβάλλον.	1	2	<u>3</u>	4	5
7. Είναι σημαντικό να κλείνουμε το φως όταν δε το χρειαζόμαστε.	1	2	<u>3</u>	4	5

Πώς αισθάνεσαι με τις σκέψεις	Διαφωνώ ΠΟΛΥ	Διαφωνώ	Έτσι & έτσι	Συμφωνώ	Συμφωνώ ΠΟΛΥ
1. Με τρομάζει η σκέψη ότι οι άνθρωποι δεν ενδιαφέρονται για το περιβάλλον.	1	2	<u>3</u>	4	5
2. Θυμώνω με την καταστροφή που δημιουργεί η μόλυνση στο περιβάλλον.	1	2	<u>3</u>	4	5
3. Θυμώνω όταν σκέφτομαι ότι χρησιμοποιούν τα ζώα για πειράματα.	1	2	<u>3</u>	4	5
4. Εκνευρίζομαι όταν σκέφτομαι ότι πολλοί άνθρωποι πετούν στα σκουπίδια πράγματα που μπορούν να ανακυκλωθούν.	1	2	<u>3</u>	4	5
5. Στενοχωριέμαι όταν καταστρέφουν το δάσος και τις φωλιές των ζώων για να χτίσουν σπίτια.	1	2	<u>3</u>	4	5
6. Με τρομάζει η σκέψη του πόση ενέργεια σπαταλάνε οι άνθρωποι χωρίς λόγο.	1	2	<u>3</u>	4	5
7. Με αναστατώνει όταν βλέπω τους ανθρώπους να σπαταλούν πολύ νερό	1	2	<u>3</u>	4	5

Πως αισθάνεσαι με τις σκέψεις	Διαφωνώ ΠΟΛΥ	Διαφωνώ Λίγο	Έξω από έναν	Συμφωνώ Λίγο	Συμφωνώ ΠΟΛΥ
1. Είμαι πρόθυμος να ξοδεύω λιγότερο νερό όταν κάνω μπάνιο.	1	2	3	4	5
2. Είμαι πρόθυμος να χρησιμοποιώ περισσότερο το λεωφορείο ή το ποδήλατό ώστε να μειωθεί η μόλυνση του αέρα.	1	2	3	4	5
3. Είμαι πρόθυμος να χωρίζω τα σκουπίδια του σπιτιού μου που είναι για την ανακύκλωση.	1	2	3	4	5
4. Είμαι πρόθυμος να μην αφήνω το νερό να τρέχει χωρίς λόγο όταν πλένω τα χέρια μου.	1	2	3	4	5
5. Είμαι πρόθυμος να πάω από σπίτι σε σπίτι για να ενημερώσω τους άλλους ανθρώπους για το περιβάλλον.	1	2	3	4	5
6. Είμαι πρόθυμος να στείλω γράμμα στους άλλους ανθρώπους για να τους ζητήσω τη βοήθεια τους για τη μόλυνση του περιβάλλοντος.	1	2	3	4	5
7. Είμαι πρόθυμος να πάω από σπίτι σε σπίτι να ζητήσω από τους άλλους ανθρώπους να κάνουν ανακύκλωση.	1	2	3	4	5

Πόσες φορές στη ζωή σου έχεις πάρει μέρος σε Περιβαλλοντικά Προγράμματα;

Ποτέ	1 έως 2 φορές	3 έως 5 φορές	6 έως 9 φορές	10 και περισσότερες φορές
------	---------------	---------------	---------------	---------------------------

	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφω νώ	Σχεδόν Διαφωνώ	Όσοι συμφωνώ ούτε διαφωνώ	Σχεδόν Συμφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
1. Τις περισσότερες φορές η ζωή μου είναι κοντά στο ιδανικό μου	1	2	3	4	5	6	7
2. Οι συνθήκες της ζωής μου είναι άριστες	1	2	3	4	5	6	7
3. Είμαι ικανοποιημένος με τη ζωή μου	1	2	3	4	5	6	7
4. Μέχρι τώρα έχω αποκτήσει τα σπουδαία πράγματα που θέλω στη ζωή μου	1	2	3	4	5	6	7
5. Εάν μπορούσα να ξαναζήσω τη ζωή μου, δεν θα άλλαζα σχεδόν τίποτα	1	2	3	4	5	6	7

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΟΥ