

ΑΝΑΣΤΑΛΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ  
ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

του  
Ιωάννη Κώτη

Μεταπτυχιακή Διατριβή που υποβάλλεται στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων για την απόκτηση του μεταπτυχιακού τίτλου του Διατμηματικού Μεταπτυχιακού Προγράμματος «Άσκηση και Ποιότητα Ζωής» των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Δημοκρίτειου Παν/μίου Θράκης και του Παν/μίου Θεσσαλίας στην κατεύθυνση «Φυσική Δραστηριότητα και Αθλητική Αναψυχή»

Τρίκαλα 2008

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

---

1<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Κώστα Γιώργος, Αναπλ. Καθηγητής

---

2<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Γουλιμάρης Δημήτριος, Επικ. Καθηγητής

---

3<sup>ος</sup> Επιβλέπων: Κουθούρης Χαρίλαος, Επικ. Καθηγητής



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ  
ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΟΓΗ «ΓΚΡΙΖΑ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ»

Αριθ. Εισ.: 7236/1

Ημερ. Εισ.: 25/01/2010

Δωρεά:

Ταξιθετικός Κωδικός: Δ

793.31

ΚΩΤ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ



004000102708

© 2008

Ιωάννη Κώτη

**ALL RIGHTS RESERVED**

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ιωάννης Κώτης: Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής γονέων σε προγράμματα  
ελληνικών παραδοσιακών χορών  
(Υπο την επίβλεψη του Αναπληρωτή Καθηγητή κ. Γιώργου Κώστα)

Σκοπός της παρούσης έρευνας ήταν να εξεταστεί η δομική εγκυρότητα του Μοντέλου των Ανασταλτικών Παραγόντων Αναψυχής στο πεδίο των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών και να διερευνηθούν πιθανές διαφορές σε σχέση με τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά.. Στην έρευνα συμμετείχαν 339 γονείς (N=339) εκ των οποίων 164 άντρες και 175 γυναίκες. Για την μέτρηση των Ανασταλτικών παραγόντων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Alexandris & Carroll (1997a) αφού πρώτα προσαρμόστηκε και μετά από σχετική άδεια, για το πεδίο των παραδοσιακών χορών. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 339 γονείς, κάτοικοι των Τρικάλων των οποίων τα παιδιά τους συμμετείχαν σε χορευτικές ομάδες ενώ οι ίδιοι όχι. Από τα αποτελέσματα αναδείχθηκαν 5 διαστάσεις ανασταλτικών παραγόντων και πιο συγκεκριμένα: έλλειψη χρόνου, προσωπικοί - ψυχολογικοί, εμπόδια εγκαταστάσεων - υπηρεσιών, οικονομικοί - προβλήματα προσέγγισης και έλλειψη παράας. Επιπλέον από τα αποτελέσματα υποστηρίχθηκε ότι υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο, το επάγγελμα και το μορφωτικό επίπεδο. Αντίθετα δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς την ηλικία.

Λέξεις κλειδιά: ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής, παραδοσιακοί χοροί

## **ABSTRACT**

Ioannis Kotis: Perceived Constraints towards Parental Participation in Learning Greek  
Traditional Dances  
(Under the supervision of Associate Professor George Kosta)

The aim of this research was to examine the structural validity of the Perceived Constraints towards Recreation Model in the field of Greek Traditional Dances and to scrutinize potential differences with regard to their demographic characteristics. In the survey, 339 parents participated (N=339) from whom 164 were males and 175 females. For the Perceived Constraints measurement, the Alexandris & Carroll questionnaire (1997a) was used, after being adjusted and approved for the field of Traditional Dances. The sample of the research consisted of 339 parents from whom 164 were males and 175 females. All of them were residents of Trikala whose children took part in a dancing group, however the parents did not participate in the least. Five dimensions of Perceived Constraints were distinguished by the results. More specifically: lack of time, personal – psychological factors, obstructions concerning facilities and services, financial reasons, problems of approach and lack of companionship. Furthermore, it was claimed by the results that there are statistically considerable differences concerning the sex, occupation and educational level. On the contrary, there were statistically no remarkable differences concerning the age.

Key words: perceived constraints towards participation, traditional dances.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	iii
ABSTRACT.....	iv
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ.....	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ.....	viii
I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
Σκοπός της έρευνας.....	2
Σημασία της έρευνας.....	3
Περιορισμοί της έρευνας.....	4
Λειτουργικοί ορισμοί.....	4
Υποθέσεις.....	4
Ερευνητικές.....	4
Στατιστικές.....	5
Μηδενικές.....	5
Εναλλακτικές.....	5
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....	6
Περιγραφικές κατηγορίες των ανασταλτικών παραγόντων .....	7
Αντίληψη ανασταλτικών παραγόντων και παρακίνηση συμμετοχής .....	11
Υπερπήδηση ανασταλτικών παραγόντων.....	13
Κατηγοριοποίηση ανασταλτικών παραγόντων.....	14
Σχέση ανασταλτικών παραγόντων και δημογραφικών χαρακτηριστικών. ....	17
Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το φύλο .....	18
Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς την ηλικία.....	20
Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το μορφωτικό επίπεδο.....	21
Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το επάγγελμα.....	22
Ευκαιρία και συμμετοχή σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου .....	23
III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	26
Δείγμα.....	26
Όργανο μέτρησης.....	27

	Διαδικασία μέτρησης.....	28
	Στατιστικές αναλύσεις .....	28
IV.	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	30
	Έλεγχος εγκυρότητας και αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου.....	30
	Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το φύλο.....	33
	Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με την ηλικία.....	34
	Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο....	34
	Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το επάγγελμα.....	35
V.	ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	37
VI.	ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	42
VII.	ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	45
VIII.	ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ .....	52
	Ερωτηματολόγιο.....	52

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος.....	27
Πίνακας 2. Παραγοντική ανάλυση ανασταλτικών παραγόντων.....	31
Πίνακας 3. Ανάλυση αξιοπιστίας ανασταλτικών παραγόντων.....	32
Πίνακας 4. Μέσος όρος - τυπική απόκλιση ανασταλτικών παραγόντων.....	33
Πίνακας 5. Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το φύλο.....	33
Πίνακας 6. Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με την ηλικία.....	34
Πίνακας 7. Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο .....	35
Πίνακας 8. Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το επάγγελμα.....	36



## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ

Συντομογραφίες	Επεξήγηση
M.O.	Μέσος όρος
T.A.	Τυπική απόκλιση

## ΑΝΑΣΤΑΛΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ

Στο πέρασμα των αιώνων μέχρι τις μέρες μας ο χορός εξακολουθεί να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι και δραστηριότητα της διττής φύσης του ανθρώπου (σώμα και πνεύμα) που χαρακτηρίζει, μέσω της γλώσσας του σώματος, το πολιτιστικό γίγνεσθαι του κάθε λαού, απελευθερώνοντας παράλληλα συναισθήματα και συμβάλλοντας έτσι στη συνέχεια της χορευτικής κληρονομιάς και παράδοσης (Lawler, 1984; Παυλογιάννης, 2000).

Ο χορός αποτελεί μια καλλιτεχνική δημιουργία που συνδέεται με το φυσικό περιβάλλον, την κοινωνία και την ιστορία κάθε τόπου, αλλά ταυτόχρονα εξυπηρετεί την ανάγκη του ατόμου για ψυχαγωγία: ανάπαυση και διακοπή από τη μονοτονία της καθημερινότητας, αλλαγή του τρόπου ζωής και διασκέδαση (Hanley, 1986).

Αποτελεί μια συλλογική μορφή έκφρασης συναισθημάτων, πηγή λαϊκού πολιτισμού αλλά και τρόπο σωματικής άσκησης. Η διάδοση των ελληνικών παραδοσιακών χορών και κατά συνέπεια η διατήρηση της λαϊκής παράδοσης οφείλεται κατά ένα μεγάλο βαθμό στην παρουσία αλλά και την αύξηση του αριθμού των συγκροτημάτων (ομάδων) παραδοσιακών χορών, που με τη δράση τους εξασφαλίζουν τη συμμετοχή ενός μεγάλου αριθμού ατόμων.

Σύμφωνα με τον Σερμπέζη (1999) διανύουμε την εποχή του πολιτισμού των συλλόγων. Όλο και περισσότερα παιδιά συμμετέχουν σε πολιτιστικούς συλλόγους προκειμένου να μάθουν τους παραδοσιακούς χορούς του τόπου τους.

Ο παραδοσιακός χορός εκτός από μορφή τέχνης, διασκέδαση, έκφρασης της παραδοσιακής κοινότητας και προσωπικών συναισθημάτων αποτελεί και κινητική δεξιότητα η οποία συμβάλλει στη βελτίωση της υγείας του ανθρώπου (Πίτση, 2002) κάτι που δεν είναι, όμως, ευρέως γνωστό. Έτσι αν τα υποψήφια μέλη καταφέρουν να ξεπεράσουν τα προβλήματα που εμποδίζουν τη συμμετοχή τους σε χορευτικές

δραστηριότητες, αυτό θα τους προσφέρει πολλαπλά οφέλη όπως χαρά, διασκέδαση και διατήρηση ή και βελτίωση της σωματικής του υγείας.

Πέρα από τη σπουδαιότητα των παραδοσιακών χορών για τη διατήρηση και τη μετάδοση της ελληνικής παράδοσης στις επόμενες γενεές, η άσκηση με αυτόν τον τρόπο βελτιώνει την ποιότητα ζωής με πολλούς τρόπους. Συνεισφέρει στη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης, καθώς είναι ένας ήπιος τρόπος άσκησης, ο οποίος μπορεί να γίνει εύκολα αποδεκτός ακόμη και από τα άτομα που δεν τους αρέσει η άσκηση.

Η συμμετοχή σε ομάδες παραδοσιακών χορών αυξάνει την καλή διάθεση και την προσωπική διασκέδαση των συμμετεχόντων με αποτέλεσμα τη βελτίωση της ποιότητας ζωής. Η έλλειψη του ανταγωνιστικού στοιχείου και η παρουσία όλων των θετικών στοιχείων της εξάσκησης μέσα από αυτόν τον τρόπο άσκησης βοηθά σε άτομα με μέτρια ή χαμηλή κινητική δραστηριότητα να ασκούνται μέσα από ανάλογα προγράμματα παραδοσιακών χορών. Για την προσέλκυση όλο και περισσότερων ενηλίκων είναι αναγκαίο να διερευνηθούν οι λόγοι που τους αποτρέπουν τη συμμετοχή τους.

Σχετικές έρευνες στο αντικείμενο των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, τόσο στην ελληνική όσο και στη διεθνή βιβλιογραφία, είναι περιορισμένες. Για το λόγο αυτό θα χρησιμοποιηθεί βιβλιογραφία με θέμα τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής στον χώρο της αναψυχής, αφού ο παραδοσιακός χορός θεωρείται φυσική δραστηριότητα και χρησιμοποιείται μάλιστα από πολλούς τόσο ως μέσο άσκησης όσο και ως μέσο ψυχαγωγίας.

### *Σκοπός της έρευνας*

Ο σκοπός της παρούσης έρευνας ήταν να εξετάσει την δομική εγκυρότητα του Μοντέλου των Ανασταλτικών Παραγόντων Αναψυχής στο πεδίο των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών διερευνώντας έτσι τους λόγους που δυσκολεύουν την συμμετοχή των γονέων σε προγράμματα παραδοσιακών χορών στην πόλη των Τρικάλων. Ακόμη επιχειρήθηκε η διερεύνηση της σχέσης επηρεασμού των παραγόντων του μοντέλου από το φύλο, την ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο και τις επαγγελματικές κατηγορίες των συμμετεχόντων.

### **Σημασία της έρευνας**

Η αντίληψη των ατόμων για τους ανασταλτικούς παράγοντες μπορεί να είναι χρήσιμη και να έχει σημαντικές πρακτικές επιπτώσεις (Carroll & Alexandris, 1997).

Οι ανασταλτικοί παράγοντες δραστηριοτήτων αναψυχής περιορίζουν ή εμποδίζουν τη συμμετοχή στην αναψυχή (Bonnen & McCabe, 1991; Kay & Jackson, 1991; Shaw, 1994). Το γεγονός ότι οι άνθρωποι μπορούν να αντιμετωπίσουν τους ανασταλτικούς παράγοντες δραστηριοτήτων αναψυχής (Jackson, Crawford & Godbey, 1993; Jackson & Rucks, 1995) υπονοεί ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες δεν είναι στατικοί και μόνιμοι αλλά διαμορφώνονται ενεργά και μετασχηματίζουν την έκφραση μας για την αναψυχή μέσω της αλληλεπίδρασης με τις προτιμήσεις και τα σχέδια της συμπεριφοράς.

Επεκτείνοντας λοιπόν τις έννοιες των ανασταλτικών παραγόντων και σε άλλα ερευνητικά πεδία, θα πρέπει οι υπεύθυνοι φορείς χάραξης πολιτικής και οι επαγγελματίες, όχι μόνο να απομακρύνουν τους παράγοντες που περιορίζουν την συμμετοχή, αλλά και να εισάγουν εκείνους τους παράγοντες που θα καταστήσουν την συμμετοχή δυνατή.

Έτσι στην παρούσα έρευνα έγινε μια πρώτη προσπάθεια για την προσέγγιση της επιστήμης του χορού μέσα από μια διαφορετική οπτική. Μια προσέγγιση που συνδυάζει την μελέτη της θεωρίας των ανασταλτικών παραγόντων, στο πεδίο των παραδοσιακών χορών και την διαχείριση των ανθρώπινων πόρων. Με αυτό τον τρόπο συμβάλουμε στην προαγωγή της επιστήμης μιας και το φαινόμενο της διερεύνησης των ανασταλτικών παραγόντων αρχίζει να γίνεται επιτακτικό. Από την μία η σκιαγράφηση του προφίλ των υποψηφίων συμμετεχόντων σε συνδυασμό με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής και τις διαστάσεις των κινήτρων για συμμετοχή αρχίζει να αποκτά ιδιαίτερο ερευνητικό ενδιαφέρον. Με αυτό τον τρόπο μπορούμε να κατανοήσουμε τις ανάγκες και τα θέλω των υποψηφίων μελών και αντίστοιχα να παραθέσουμε τις κατάλληλες προτάσεις.

Η ενασχόληση με προγράμματα Ελληνικών παραδοσιακών χορών είναι ιδιαίτερη και συνεχώς αναπτυσσόμενη σ' όλο τον Ελλαδικό χώρο και όχι μόνο. Παρόλα αυτά παρατηρείται ότι το ποσοστό συμμετοχής των ενηλίκων έναντι των παιδιών υπολείπεται δημιουργώντας πολλές φορές ποικίλα προβλήματα στους χορευτικούς συλλόγους.

Αντίστοιχα μελέτες σχετικές με την λειτουργία των χορευτικών συλλόγων είναι περιορισμένες και γι' αυτό το λόγο είναι πλέον απαραίτητη η διερεύνηση των

εμποδίων τόσο ως προς την διατήρηση αλλά και ως προς την αύξηση των μελών, που στην παρούσα εργασία είναι οι γονείς των παιδιών που ήδη συμμετέχουν.

### ***Περιορισμοί της Έρευνας***

Οι χορευτικοί σύλλογοι όπου χρησιμοποιήθηκαν στην επιλογή του δείγματος είχαν συγκεκριμένη οργανωτική δομή καθώς και χαρακτηριστικά. Καταρχήν όλοι οι χορευτικοί σύλλογοι ήταν από την πόλη των Τρικάλων Θεσσαλίας και ήταν ιδιωτικές πρωτοβουλίες. Είχαν παιδικά χορευτικά τμήματα αλλά και χορευτικά τμήματα ενηλίκων. Δεν επιχορηγούνταν οικονομικά από κανένα δημόσιο φορέα και υπήρχε οικονομική συνδρομή για όλα τα μέλη τους. Τέλος θα έπρεπε την διδακτική ευθύνη να την είχε πτυχιούχος φυσικής αγωγής με κύρια ειδικότητα στους Ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς.

### ***Λειτουργικοί Ορισμοί***

Ως ανασταλτικοί παράγοντες έχουν ορισθεί «οι παράγοντες που αναγνωρίζονται από τους ερευνητές και γίνονται αντιληπτοί από τα ίδια τα άτομα και οι οποίοι αναστέλλουν ή αποτρέπουν την τελική συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής» (Jackson, 1993). Αντίστοιχα οι Jackson και Henderson (1995) όρισαν ως ανασταλτικούς παράγοντες «κάθε αιτία που περιορίζει τη διάθεση των ατόμων να συμμετέχουν σε δραστηριότητες αναψυχής, να διαθέσουν περισσότερο χρόνο σ' αυτές και να αξιοποιήσουν τα αντίστοιχα προγράμματα και υπηρεσίες».

### ***Υποθέσεις***

#### ***Ερευνητικές υποθέσεις***

1. Το μοντέλο των ανασταλτικών παραγόντων όπως διαμορφώθηκε με τους παράγοντες «Έλλειψη χρόνου», «Ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι», «Προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών», «Οικονομικοί και προβλήματα προσέγγισης» και «Έλλειψη παρέας» έχει εφαρμογή και στο πεδίο των ελληνικών παραδοσιακών χορών.
2. Το φύλο θα επηρεάζει τους παράγοντες του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων.
3. Το μοντέλο των ανασταλτικών παραγόντων θα επηρεάζεται από την ηλικία όσων συμμετέχουν.



4. Το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων θα επηρεάζει τους παράγοντες του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων.
5. Οι επαγγελματικές κατηγορίες των συμμετεχόντων θα επηρεάζουν τους παράγοντες του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων.

### **Στατιστικές Υποθέσεις**

#### *Μηδενικές υποθέσεις*

1. Δεν θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και του φύλου των συμμετεχόντων.
2. Δεν θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και της ηλικίας των συμμετεχόντων.
3. Δεν θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων.
4. Δεν θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και των επαγγελματικών κατηγοριών των συμμετεχόντων.

#### *Εναλλακτικές υποθέσεις*

1. Θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και του φύλου των συμμετεχόντων.
2. Θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και της ηλικίας των συμμετεχόντων.
3. Θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων.
4. Θα υπάρχει διαφορά μεταξύ των παραγόντων του μοντέλου των ανασταλτικών παραγόντων και των επαγγελματικών κατηγοριών των συμμετεχόντων.

## ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Οι ανασταλτικοί παράγοντες δραστηριοτήτων αναψυχής, αντιλαμβανόμενοι και εμπειρικοί, είναι οι λόγοι που ένα άτομο εμποδίζεται να συμμετάσχει ενεργά σε μια δραστηριότητα (Jackson, 1997). Από την εποχή των Iso-Ahola και Mannell (1985), που έλεγαν ότι οι προσωπικοί ψυχολογικοί ανασταλτικοί παράγοντες είναι οι σημαντικότεροι, και των Spreitzer και Synder (1976), που αποφαίνονταν ότι η αντιλαμβανόμενη δυνατότητα ήταν ο ισχυρότερος παράγοντας πρόβλεψης της συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής, η έρευνα των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής έχει αυξηθεί σταθερά, αντιπροσωπεύοντας έναν συνεπή όγκο βιβλιογραφίας που έχει εξελιχθεί και έχει αλλάξει με τις νέες και αναδυόμενες αντιλήψεις. Οι ανασταλτικοί παράγοντες αναψυχής έχουν αποτελέσει ένα χαρακτηριστικό πεδίο των μελετών αναψυχής (Jackson, 1991).

Αρχικά είχαν γίνει αντιληπτοί ως μηχανισμός για καλύτερη αντίληψη των εμποδίων στη συμμετοχή σε κάποια δραστηριότητα προτείνοντας ότι «οι ανασταλτικοί παράγοντες αυτοί καθ' εαυτοί αντιμετωπίζονται καλύτερα ως υποσύνολο των λόγων που καθίστανται μη ελκυστικοί ή ευχάριστοι σε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά» (Buchanan & Allen, 1985; Jackson & Searle, 1985).

Εντούτοις, πολλές συζητήσεις έχουν υπερβεί εκείνο τον αρχικό σκοπό, προτείνοντας ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες αναψυχής μπορούν να μας βοηθήσουν να καταλάβουμε τους ευρύτερους παράγοντες και τις επιρροές που διαμορφώνουν τις καθημερινές συμπεριφορές των ανθρώπων, που σχετίζονται με την αναψυχή.

Οι ανασταλτικοί παράγοντες αναψυχής έχουν χρησιμοποιηθεί για να εξηγήσουν τις μεταβαλλόμενες τάσεις στις προτιμήσεις αναψυχής κατά τη διάρκεια του χρόνου (Jackson, 1990; Jackson & Witt, 1994) και να καταλάβουν την απόκλιση στις επιλογές και τις εμπειρίες αναψυχής για διαφορετικά τμήματα του πληθυσμού (Henderson, Stalnaker & Taylor, 1988; Jackson, 1990; Jackson, 1993; Jackson & Henderson, 1995; McGuire, Dottavio & O'Leary, 1986; Shaw, 1994).

Αυτή η συνεχώς αυξανόμενη εξειδίκευση της έρευνας των

ανασταλτικών παραγόντων αναψυχής, φαίνεται να παρέχει ένα σύνολο ολοένα και πιο σύνθετων μοντέλων, που εξηγεί τον τρόπο με τον οποίο οι ανασταλτικοί παράγοντες επηρεάζουν ή αναστέλλουν την πρόθεση λήψης απόφασης συμμετοχής (Jackson & Henderson, 1995).

### *Περιγραφικές κατηγορίες των ανασταλτικών παραγόντων*

Οι κατηγορίες περιορισμών έχουν χρησιμότητα για τον προσδιορισμό των σημαντικότερων τύπων ανασταλτικών παραγόντων που επηρεάζουν τη συμμετοχή (Jackson, 1988).

Οι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής έχουν ερευνηθεί ως προς δυο κατευθύνσεις: α) ως περιορισμός της συμμετοχής του ατόμου σε δραστηριότητες αναψυχής σε επιθυμητό επίπεδο, και β) ως αποκλεισμός του ατόμου από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής (Raymore, Godbey, & Crawford, 1994).

Οι Francken και Van Raij (1981) ήταν από τους πρώτους ερευνητές που κατηγοριοποίησαν τους ανασταλτικούς λόγους σε εξωτερικούς και σε εσωτερικούς. Τα οικονομικά προβλήματα, η έλλειψη χρόνου, η γεωγραφική απόσταση και η έλλειψη εγκαταστάσεων ανήκουν στην κατηγορία των εξωτερικών ανασταλτικών παραγόντων. Αντίθετα, οι προσωπικές ικανότητες και έλλειψη ανάλογων δεξιοτήτων, τα διαφορετικά προσωπικά ενδιαφέροντα και η μη γνώση μιας δραστηριότητας ανήκουν στην κατηγορία των εσωτερικών ανασταλτικών λόγων.

Προεκτείνοντας τις παραπάνω ερευνητικές προσεγγίσεις οι Henderson, Stalnaker και Taylor (1988) διαχώρισαν τους ανασταλτικούς λόγους σε παρεμβατικούς λόγους, οι οποίοι επηρεάζουν τη συμμετοχή, και σε πρότερους ανασταλτικούς λόγους, οι οποίοι περιορίζουν ή επηρεάζουν αρνητικά τις προτιμήσεις των ατόμων για κάποια συγκεκριμένη δραστηριότητα, ενώ επιπλέον προηγούνται και της επιθυμίας για αλλαγή των προτιμήσεων συμμετοχής.

Η συνεισφορά των Henderson et al (1988) έγκειται στην διάκριση ανάμεσα στους όρους «προτίμηση» και «συμμετοχή». Οι εσωτερικοί λόγοι υποστηρίζεται ότι επιδρούν εξ' αρχής αρνητικά στη διαδικασία «προτίμησης» (επιλογής) και συνεπώς δεν επιτρέπουν το άτομο στη συνέχεια να εκδηλώσει πρόθεση για συμμετοχή.

Η εισαγωγή ενός πρώτου μοντέλου ανασταλτικών παραγόντων δραστηριοτήτων αναψυχής πραγματοποιήθηκε από τους Crawford και Godbey (1987), το οποίο και αναπτύχθηκε περαιτέρω από τους Crawford et al. (1991),



παρέχοντας μια θεωρητική βάση για μελλοντική έρευνα σε αυτόν τον τομέα. Το προτεινόμενο μοντέλο εντόπισε για πρώτη φορά ανασταλτικούς παράγοντες μέσα στη διαδικασία λήψης απόφασης του ατόμου. Οι πρόσφατες μελέτες (Alexandris & Carroll, 1997; Jackson & Rucks, 1995; Raymore Godbey, Crawford & Von Eye, 1993) χρησιμοποίησαν το μοντέλο και έδειξαν τη δυνατότητα εφαρμογής και τη χρησιμότητά του σε μια προσπάθεια να κατανοηθεί μια ποικιλία πτυχών σχετικές με τον αθλητισμό και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.

Επιπλέον, διάφορες προτάσεις, όπως η «ιεραρχία σπουδαιότητας» (Crawford et al. 1991), «διαπραγμάτευσης» και «ισορροπίας» (Jackson, Crawford & Godbey 1993) εισήχθησαν βασισμένες σε αυτό το μοντέλο. Αυτές οι προτάσεις, οι περισσότερες από τις οποίες (π.χ. της «ισορροπίας») είχαν μικρή εμπειρική επαλήθευση μέχρι τώρα, πρότειναν ότι η σχέση μεταξύ της αντίληψης για τους ανασταλτικούς παράγοντες και της συμμετοχής είναι σύνθετη και χρειάζεται περαιτέρω έρευνα προκειμένου να διευκρινιστεί.

Η εξέλιξη του κλασικού μοντέλου ανασταλτικών παραγόντων δραστηριοτήτων αναψυχής περιγράφεται από τους Jackson, et al. (1993) και προτείνει ότι οι τρεις περιγραφικές κατηγορίες περιορισμών ευθυγραμμίζονται κατά τρόπο διαδοχικό και ιεραρχικό, έτσι ώστε «στην πράξη, η συμμετοχή εξαρτάται από την επιτυχή αντιμετώπιση κάθε επιπέδου περιορισμού».

Οι πρώτες εργασίες των Crawford και Godbey (1987) περιγράφουν τρεις διακριτές κατηγορίες περιορισμών: ενδοατομικές, διαπροσωπικές, και δομικές (intrapersonal, interpersonal, structural). Οι Crawford, Jackson και Godbey (1991) και Jackson et al. (1993) πιο πρόσφατα πρότειναν ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες τοποθετούνται σε ένα ενιαίο μοντέλο που αποτελείται από μια ιεραρχία μεταξύ αυτών των τριών κατηγοριών.

Οι ενδοατομικοί περιορισμοί περιλαμβάνουν «ατομικές ψυχολογικές στάσεις, ιδιότητες και χαρακτηριστικά, όπως το στρες, το άγχος, την ανησυχία, την κατάθλιψη και την κοινωνικοποίηση μέσα από συγκεκριμένες δραστηριότητες», τις αντιλήψεις δηλαδή κάποιου που, πρωτίστως, διαμορφώνουν την έκφραση των προτιμήσεών του. Οι ενδοατομικοί παράγοντες μπορούν να οδηγήσουν στα διαπροσωπικά εμπόδια εάν έχουν επιπτώσεις στη φύση των σχέσεων και των αλληλεπιδράσεων. Οι αντιλαμβανόμενες στάσεις και η αντιληπτή καταλληλότητα των δραστηριοτήτων είναι, επίσης, παραδείγματα που δίνονται για αυτήν την κατηγορία.

Η διαπροσωπική κατηγορία είναι «το αποτέλεσμα της διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης ή της σχέσης μεταξύ των ατομικών χαρακτηριστικών». Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν α) τη δυνατότητα να βρεθούν κατάλληλοι εταίροι, συνεργάτες ή φίλοι με τους οποίους θα μπορούσε να ασκήσει την επιθυμητή δραστηριότητα αναψυχής, β) τα χρήματα και τη χρονική διαθεσιμότητα, και γ) πάρα πολλές οικογενειακές υποχρεώσεις.

Οι δομικοί περιορισμοί είναι «οι παράγοντες που παρεμβαίνουν μεταξύ των προτιμήσεων ή των επιλογών αναψυχής και της ενεργητικής συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής». Αυτή η κατηγορία περιλαμβάνει περιορισμούς όπως η διαθεσιμότητα μεταφορών, εγκαταστάσεων και ευκαιριών.

Οι Crawford et al. (1991) σημείωσαν ότι παρόλο που η ταξινόμηση των ανασταλτικών παραγόντων είναι λειτουργική στην περιγραφή της έννοιας, μοντέλα που παρέχουν εξήγηση των σχέσεων μεταξύ των κατηγοριών των περιορισμών, καθώς επίσης και της δυναμικής υπερπήδησης περιορισμών, συμβάλλουν στην εξέλιξη της θεωρίας των ανασταλτικών παραγόντων.

Η διαδικασία αρχίζει με τους ενδοατομικούς περιορισμούς στην ανάπτυξη των προτιμήσεων αναψυχής. Οι προτιμήσεις αναψυχής διαμορφώνονται όταν ξεπεραστούν οι ενδοατομικοί περιορισμοί ή δεν είναι παρόντες. Η διαδικασία τότε προχωρεί μέσω της διαδοχικής υπερπήδησης των διαπροσωπικών περιορισμών και των δομικών περιορισμών προκειμένου να επιτευχθεί η συμμετοχή. Με βάση αυτήν την πρόταση, μια έλλειψη ενδιαφέροντος μπορεί να είναι αποτέλεσμα ενός υψηλού επιπέδου αντιλαμβανόμενων ενδοατομικών περιορισμών (Hawkins, Peng, Hsieh & Eklund, 1999).

Μια δοκιμή της διαδοχικής ιεραρχίας των τριών κατηγοριών περιορισμού θα μπορούσε είτε να επιβεβαιώσει την ιεραρχία είτε να παρέχει στοιχεία εναλλακτικών υποθέσεων για να εξηγηθούν οι λειτουργικές σχέσεις μεταξύ των τριών κατηγοριών περιορισμών.

Μια δεύτερη πρόταση του μοντέλου δηλώνει ότι υπάρχει μια ιεραρχία σημαντικότητας μεταξύ ενδοατομικών, διαπροσωπικών και δομικών ανασταλτικών παραγόντων, όπου οι ενδοατομικοί περιορισμοί είναι οι πιο κεντρικοί και ισχυροί και οι δομικοί περιορισμοί είναι οι πιο ακραίοι (Crawford et al. 1991; Jackson et al. 1993). Συνεπώς καθώς οι ενδοατομικοί περιορισμοί ξεπερνιούνται, οι διαπροσωπικοί περιορισμοί γίνονται περίοπτοι.

Μια τρίτη πρόταση του μοντέλου δηλώνει ότι το κοινωνικό προνόμιο (π.χ. εισόδημα και εκπαίδευση) ασκεί μία ισχυρότατη επιρροή, από την οποία οι άνθρωποι με υψηλότερα επίπεδα εισοδήματος και εκπαίδευσης αντιλαμβάνονται και δοκιμάζουν χαμηλότερα επίπεδα ενδοατομικού και διαπροσωπικού περιορισμού (Crawford et al. 1991).

Ένα επαγωγικό συμπέρασμα σε αυτήν την υπόθεση υποδηλώνει ότι τα άτομα που είναι χαμηλότερου κοινωνικού προνομίου είναι πιθανότερο να επηρεάζονται από τα υψηλότερα επίπεδα ενδοατομικών αντιλαμβανόμενων περιορισμών και λιγότερο πιθανό να αντιμετωπίσουν περιορισμούς υψηλότερου βαθμού (π.χ. δομικοί περιορισμοί).

Ο Raymore et al. (1993) διεξήγαγε μια εμπειρική δοκιμή του μοντέλου. Αν και τα ευρήματα υποστήριξαν την ιεραρχική φύση των περιορισμών που σχετίζονται με την εκκίνηση μιας νέας δραστηριότητας αναψυχής, είναι άγνωστο εάν αυτή η ιεραρχία μπορεί ή όχι να επικυρωθεί περαιτέρω με άλλα δείγματα.

Οι έρευνες στο χώρο των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε προγράμματα ή σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου μέχρι και τα μέσα της δεκαετίας του 1990 επηρεαζόταν κυρίως από τις αντιλήψεις που είχαν δημιουργηθεί από τους ερευνητές Growford και Godbay (1987) και αφορούσαν τις προτιμήσεις της συμμετοχής ή της μη συμμετοχής .

Σε έρευνα που διεξήγαγαν οι Nadirova και Jackson (2000) διαπίστωσαν ότι οι εμπειρικοί και δομικοί ανασταλτικοί παράγοντες είναι διαφορετικού είδους και μπορεί ο ένας να εναλλάσσεται με τον άλλο. Έτσι αυτοί οι λόγοι μπορεί να ξεκινήσουν εξαιτίας του κόστους συμμετοχής και της έλλειψης ικανοτήτων, που είναι ένας σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας, να συνεχίσουν με τη δέσμευση από έλλειψη χρόνου και να ολοκληρωθούν με την εγκατάλειψη συμμετοχής στη δραστηριότητα λόγω πάλι του κόστους και της έλλειψης ικανοτήτων.

Αυτή η νέα προσέγγιση επεκτείνει τις αντιλήψεις του Jackson (1993) και αντιπροσωπεύει μια σταθερή επιπρόσθετη αντίληψη για το πώς οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής. Παράλληλα αυτή η διαδικασία συνοδεύεται από ιεραρχική κατηγοριοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων, έχοντας έτσι εξασφαλίσει την εμπειρική - θεωρητική και δομική προσέγγιση των ανασταλτικών παραγόντων.

Επηρεασμένοι από τις έρευνες του Jackson, οι Hudson και Gilbert (1999) διεξήγαγαν έρευνα, ψάχνοντας τους ανασταλτικούς παράγοντες στην δραστηριότητα

του σκι. Οι ερευνητές εστίασαν την προσοχή τους και στους παράγοντες εκείνους που κάνανε τους ανθρώπους στο να μη συμμετάσχουν στην δραστηριότητα και στους λόγους αναστολής σε αυτούς που είχαν ήδη συμμετάσχει.

Η ποιοτική προσέγγιση που επιχειρήθηκε είχε σκοπό να κάνει κατανοητή τη διαπροσωπική και ενδοπροσωπική δομική μορφή των ανασταλτικών παραγόντων στη συμμετοχή ή μη, στη δραστηριότητα του σκι. Έτσι τα αποτελέσματα δείχνανε ότι οι μη συμμετέχοντες στη δραστηριότητα, το κάνανε εξαιτίας ενδοπροσωπικών λόγων, ενώ οι ανασταλτικοί παράγοντες για τους σκιέρ ήταν η έλλειψη χρόνου, οι οικογενειακοί και οι οικονομικοί λόγοι .

Βλέπουμε έτσι ότι το θεωρητικό μοντέλο προσέγγισης που αναπτύχθηκε βρήκε πρακτική εφαρμογή, δίνοντας μια ποιοτικώς διαφορετική προσέγγιση για τους λόγους αναστολής, τόσο των συμμετεχόντων όσο και των μη συμμετεχόντων στη δραστηριότητα.

#### ***Αντίληψη ανασταλτικών παραγόντων και παρακίνησης συμμετοχής***

Οι Carroll και Alexandris (1997), διεξήγαγαν μελέτη βασισμένη στο ιεραρχικό μοντέλο ανασταλτικών παραγόντων δραστηριοτήτων αναψυχής των Crawford, Jackson και Godbey's (1991). Η μελέτη αυτή στόχευε: (α) να ερευνησει την επιρροή των διαστάσεων των ανασταλτικών παραγόντων στην αθλητική συμμετοχή δραστηριοτήτων αναψυχής, (β) να εξετάσει εμπειρικά την πρόταση «ισορροπίας» (Jackson, Crawford & Godbey, 1993), διερευνώντας τις σχέσεις μεταξύ της αντίληψης για τις διαστάσεις των ανασταλτικών παραγόντων και της δύναμης παρακίνησης για συμμετοχή. Η μελέτη πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα, όπου έχουν γίνει ελάχιστες έρευνες (Korropoeou, 1996; Papageorgiou, 1989).

Η ανάλυση των στοιχείων έδειξε ότι:

- οι διαστάσεις ανασταλτικών παραγόντων προσέφεραν μια σημαντική συμβολή προς την πρόβλεψη των συμμετεχόντων και των μη-συμμετεχόντων
- η ατομική – ψυχολογική έλλειψη ενδιαφέροντος, η έλλειψη γνώσεων και οι διαστάσεις του χρόνου ήταν οι καλύτεροι παράγοντες πρόβλεψης για τη διάκριση μεταξύ των συμμετεχόντων και των μη-συμμετεχόντων και
- η δύναμη της παρακίνησης παρουσίασε αρνητική συσχέτιση στην αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων, υποστηρίζοντας την πρόταση «ισορροπίας».

Οι περιορισμοί αποδείχθηκαν να είναι αρνητικά σχετιζόμενοι με τη δύναμη της παρακίνησης, η οποία στη συνέχεια αποδείχθηκε να είναι θετικά σχετιζόμενη με την αθλητική συμμετοχή. Έτσι τα υψηλά παρακινημένα άτομα είναι λιγότερο πιθανό να αντιληφθούν υψηλά επίπεδα ανασταλτικών παραγόντων και είναι πιθανότερο να συμμετέχουν στον αθλητισμό.

Τα αποτελέσματα που παρουσιάστηκαν στη μελέτη των Alexandris και Carroll (1997a,b), έρχονται σε αντίθεση με τα αντίστοιχα των Kay και Jackson (1991), Shaw, Bonen, και McCabe, (1991), τα οποία απορρίπτουν την αρνητική σχέση μεταξύ της αντίληψης για τους ανασταλτικούς παράγοντες και τη συμμετοχή.

Ειδικότερα, οι ατομικές – ψυχολογικές διαστάσεις, η έλλειψη γνώσης, η έλλειψη ενδιαφέροντος και χρόνου ήταν εκείνες που διακρίθηκαν σημαντικά μεταξύ των συμμετεχόντων και των μη-συμμετεχόντων. Οι πρώτες τρεις από αυτές τις διαστάσεις έχουν συλληφθεί ως κεντρική ιδέα από προηγούμενους ερευνητές (π.χ. Crawford & Godbey, 1987; Iso-Ahola & Mannell, 1985) ως ενδοατομικοί ανασταλτικοί παράγοντες.

Συνεπώς, θα μπορούσε να υποστηριχτεί ότι τα άτομα που αντιλαμβάνονται υψηλά επίπεδα ενδοατομικών ανασταλτικών παραγόντων είναι λιγότερο πιθανό να συμμετέχουν στον αθλητισμό. Αυτό το επιχείρημα συμφωνεί τόσο με τη θεωρία των Iso-Ahola και Mannell (1985), όσο και με την πρόταση «ιεραρχία της σημαντικότητας» (Crawford et al. 1991), οι οποίοι πρότειναν ότι οι ενδοατομικοί ανασταλτικοί παράγοντες πρέπει να είναι οι ισχυρότεροι και οι περισσότερο σημαίνοντες στην απόφαση των ατόμων να αρχίσουν να παίρνουν μέρος σε δραστηριότητες αναψυχής.

Ο Foucault (2002) θέλησε να δείξει ότι η σχέση των ανασταλτικών παραγόντων στην αναψυχή, δεν είναι πλήρως περιοριστική. Έτσι υποστήριξε ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες είναι ικανοί για την απόκτηση ικανοτήτων και παράγουν προσδοκίες, που είναι ικανές ή περιορίζουν τις εμπειρίες του ελεύθερου χρόνου.

Δείχνοντας ότι οι δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου και οι εμπειρίες χαρακτηρίζονται ή παράγονται από τους ανασταλτικούς παράγοντες, έδωσε έμφαση, στο ότι η απλή απομάκρυνση δεν είναι η λύση για την βελτίωση των επιλογών συμμετοχής στον ελεύθερο χρόνο. Αν οι ανασταλτικοί παράγοντες που παράγουν τις εμπειρίες του ελεύθερου χρόνου, απομακρυνθούν χωρίς αντικατάσταση από άλλους δομικούς παράγοντες, η εμπειρία του ελεύθερου χρόνου απλά θα εξαφανιστεί. Εάν

όμως εκείνοι οι ανασταλτικοί παράγοντες που γίνονται αντιληπτοί στον περιορισμό απομακρυνθούν, οι εμπειρίες θα είναι επιτρεπτές για μερικούς και όχι για όλους.

Επιπλέον προκειμένου λοιπόν να συμμετάσχουν στις δραστηριότητες και τις εμπειρίες του ελεύθερου χρόνου, ίσως είναι απαραίτητη η απόκτηση ορισμένων ικανοτήτων που υπόκεινται στις χωρικές και χρονικές παραμέτρους των ανασταλτικών παραγόντων. Αυτοί οι ανασταλτικοί παράγοντες μπορούν επίσης να ασκήσουν επίδραση στον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο καταλαβαίνει την ταυτότητα του. Επιπλέον οι άνθρωποι προκειμένου να συμμετάσχουν στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου, θα δεχθούν τους περιορισμούς και θα κάνουν το ίδιο και για την απόκτηση ικανοτήτων.

Το γενικό συμπέρασμα που προκύπτει από τις έρευνες αυτές είναι η σημαντικότητα της κατηγορίας των ενδοπροσωπικών ανασταλτικών παραγόντων. Είναι ευρέως αποδεκτό σήμερα ότι αυτοί οι παράγοντες είναι οι πλέον αποτρεπτικοί για συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής. Από την άλλη πλευρά οι δομικοί παράγοντες φαίνεται ότι δεν αποτρέπουν εξ' αρχής τη συμμετοχή, αλλά μάλλον επηρεάζουν το είδος, τη διαδικασία, τη συχνότητα και τη διάρκεια της συμμετοχής σε δράσεις αναψυχής.

### *Υπερπήδηση ανασταλτικών παραγόντων*

Η μελέτη που πραγματοποιήθηκε από τους Kay και Jackson (1991), μας παρέχει πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο που τα άτομα υπερπηδούν τους ανασταλτικούς παράγοντες και τις στρατηγικές που υιοθετούν. Ρώτησαν τους συμμετέχοντες στην έρευνα πώς αντιμετώπισαν τους οικονομικούς και τους σχετιζόμενους με το χρόνο ανασταλτικούς παράγοντες. Αυτοί ήταν οι δύο πιο συχνά αναφερόμενοι περιορισμοί. Σε σχέση με τους οικονομικούς ανασταλτικούς παράγοντες οι ερωτώμενοι ανέφεραν ότι μείωσαν τη συμμετοχή τους (60%), τους απέτρεψαν να συμμετάσχουν (11%), έκαναν οικονομία προκειμένου να συμμετάσχουν (11%), βρήκαν φτηνότερες ευκαιρίες (8%) και έκαναν άλλες οικονομίες (4%). Σε σχέση με την έλλειψη χρόνου, το 71% ανέφερε ότι μείωσε τη συμμετοχή του, και το 27% ότι μείωσε το χρόνο που ξόδεψε στους οικιακά θέματα.

### ***Κατηγοριοποίηση ανασταλτικών παραγόντων***

Ο Jackson (1993) αναγνώρισε έξι ανασταλτικούς παράγοντες: κοινωνική απομόνωση, έλλειψη προσβασιμότητας, ατομικοί λόγοι, κόστος, δεσμεύσεις χρόνου και έλλειψη αντίστοιχων υπηρεσιών.

Από αντίστοιχες έρευνες που έγιναν στην χώρα μας από τον Αλεξανδρή και συνεργάτες του (Alexandris & Carroll, 1997a, b, 1998; Alexandris, Tsorbatzoudis, & Grouios, 2002) η αντίστοιχη κατηγοριοποίηση κατέληξε στους εξής παράγοντες:

*A) Έλλειψη Χρόνου:* Στις περισσότερες έρευνες η έλλειψη χρόνου έχει αναδειχθεί ως ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας που βιώνουν τα άτομα έναντι της πιθανής συμμετοχής τους σε δραστηριότητες αναψυχής (Carroll & Alexandris, 1997; Harrington, Dawson, & Bolla, 1992; McCarville & Smale, 1993). Οι εργασιακές υποχρεώσεις, οι οικογενειακές υποχρεώσεις, όπως επίσης και άλλες κοινωνικές δεσμεύσεις, επιδρούν σημαντικά στον περιορισμό του διαθέσιμου ελεύθερου χρόνου (Harahoussou, 1996; Jackson, 1993; Jackson & Henderson, 1995).

Σύμφωνα με τους Alexandris και Carroll, (1999) η πλειοψηφία των ενηλίκων που δεν συμμετέχει σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής δίνει προτεραιότητα σε άλλου είδους ψυχαγωγικές ασχολίες. Η αρνητική σχέση μεταξύ της αθλητικής συμμετοχής και της διάστασης του χρόνου είναι ένα θέμα που αξίζει την προσοχή. Οι ανασταλτικοί παράγοντες που σχετίζονται με τον χρόνο έχουν ταξινομηθεί μέσα στη δομική κατηγορία και συνεπώς, σύμφωνα με το ιεραρχικό μοντέλο, δεν πρέπει να είναι μεταξύ των ισχυρότερων καθοριστικών παραγόντων της αθλητικής συμμετοχής.

Η αρνητική σχέση μεταξύ του χρόνου και της αθλητικής συμμετοχής μπορεί να σχετίζεται με τις δυσκολίες στην ταξινόμηση των ανασταλτικών παραγόντων μέσα στις ενδοατομικές και δομικές κατηγορίες. Θα μπορούσε να υποστηριχτεί ότι οι σχετικοί με τον χρόνο ανασταλτικοί παράγοντες μπορούν να θεωρηθούν και ως δομικοί και ως ενδοατομικοί περιορισμοί. Κατά τους Boothby, Tungatt και Townsend (1981) οι σχετικοί με τον χρόνο ανασταλτικοί παράγοντες μπορεί να μην είναι πάντα εξωτερικοί, αλλά μπορεί επίσης να θεωρηθούν ως προσωπικά αντιληπτοί.

Αν και η έλλειψη χρόνου αποτελεί σημαντικό παράγοντα για τη μη συμμετοχή, οι χρονικές δεσμεύσεις δεν σημαίνουν απαραίτητα αδυναμία συμμετοχής. Από διάφορες έρευνες φάνηκε ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες δεν σχετίζονται πάντοτε αρνητικά με τη συμμετοχή (Kay & Jackson, 1991; Shaw, Bonen, & McCabe, 1991).

Β) *Ατομικοί ψυχολογικοί*: Ο παράγοντας αυτός σχετίζεται κυρίως με το επίπεδο φυσικής κατάστασης του συμμετέχοντα, με προβλήματα υγείας, με την έλλειψη σχετικών ικανοτήτων και τεχνικής που απαιτεί η συμμετοχή στη εκάστοτε δραστηριότητα, φόβος για πιθανό τραυματισμό, χαμηλή αυτοεκτίμηση, μη αποδοχή της συμμετοχής από το κοινωνικό περιβάλλον και την κουλτούρα της συγκεκριμένης περιοχής. Ο παράγοντας αυτός βρέθηκε από πολλές έρευνες ότι αποτελεί τον πλέον αποτρεπτικό παράγοντα, καθώς επιδρά στην προτίμηση, αποτρέποντας τελείως τη συμμετοχή (Alexandris, Grouios, Tsofatsoudis, & Bliatsou, 2001).

Γ) *Έλλειψη ενδιαφέροντος*: Κατά τον Jackson (1990) κάποια άτομα μπορεί να έχουν πραγματικά περιορισμένο ενδιαφέρον για συμμετοχή, ενώ κάποια άλλα να επηρεάζονται από κάποιες δυσάρεστες εμπειρίες που είχαν από τη συμμετοχή σε προγράμματα αναψυχής στο παρελθόν ή από δυσάρεστες εμπειρίες κατά τα σχολικά χρόνια. Άτομα από χαμηλές κοινωνικές τάξεις και άτομα με πολύ μικρή συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής ανέφεραν την έλλειψη ενδιαφέροντος σαν τον κυρίαρχο ανασταλτικό παράγοντα έναντι της πιθανής συμμετοχής τους.

Δ) *Οικονομικά προβλήματα και προβλήματα πρόσβασης*: Η δυσκολία πρόσβασης στους χώρους αναψυχής καθώς και τα οικονομικά εμπόδια αποτελούν έναν ακόμη σημαντικό ανασταλτικό παράγοντα (Jackson, 1994c; Jackson, 1991b; Kay & Jackson, 1991). Το συνολικό κόστος για την αθλητική συμμετοχή περιλαμβάνει: τη χρέωση για την είσοδο στις εγκαταστάσεις, τα έξοδα μετακινήσεων, τα έξοδα για φαγητό και ποτό, την ενοικίαση του ειδικού εξοπλισμού, την εγγραφή μέλους, το ποσό συνδρομής και το κόστος ρουχισμού (Gratton & Taylor, 1995).

Σε έρευνά του ο Coalter (1993) υποστήριξε ότι η χρέωση για την είσοδο σε έναν χώρο αναψυχής μπορεί να μην αποτελεί απόλυτο εμπόδιο για τη συμμετοχή, αλλά είναι πιο πιθανό να σχετίζεται επηρεάζοντας τη συχνότητα συμμετοχής.

Ευαίσθητες κοινωνικά ομάδες όπως οι μαθητές, οι άνεργοι και οι γυναίκες που ασχολούνται με τα οικιακά, επηρεάζονται περισσότερο από οικονομικά προβλήματα και τα προβλήματα πρόσβασης (Alexandris & Carroll, 1997b). Συνήθως τα θέματα προσβασιμότητας σε χώρους άσκησης σχετίζονται άμεσα με έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων ή έλλειψη υπηρεσιών και προγραμμάτων αναψυχής. Οι Alexandris και Carroll (1997b) υποστηρίζουν ότι η έλλειψη ευκαιριών για συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής σχετίζονται άμεσα με προβλήματα πρόσβασης.

Ε) *Έλλειψη παρέας*: Οι ανασταλτικοί αυτοί παράγοντες σχετίζονται με την αδυναμία εξεύρεση παρέας για τη συμμετοχή σε ομαδικές μορφές άσκησης και αναψυχής



(Crawford et al., 1991). Οι ανασταλτικοί παράγοντες που σχετίζονται με την «έλλειψη παρέας» βιώνονται με μεγαλύτερη ένταση από τα άτομα τρίτης ηλικίας και τους νέους παρά από τα άτομα μέσης ηλικίας (Jackson, 1993; McGuire et al., 1986). Πρέπει εδώ να τονισθεί ότι η συμμετοχή σε ομαδικά προγράμματα άσκησης και αναψυχής έχει προταθεί ως ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες παρακίνησης με στόχο τη μείωση του ποσοστού των ατόμων που εγκαταλείπουν την άσκηση μέσα στις πρώτες εβδομάδες.

ΣΤ) *Έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων και υπηρεσιών αναψυχής*: Έρευνες έχουν δείξει ότι οι αθλητικές εγκαταστάσεις ή και οι υπηρεσίες αναψυχής που προσφέρονται ειδικά στην Ελλάδα δεν είναι ικανοποιητικές. Ιδιαίτερα οι δημόσιες και δημοτικές αθλητικές εγκαταστάσεις, έχουν ελλείψεις κάτι το οποίο συνδέεται με την ελλιπή προώθηση προγραμμάτων αθλητισμού για όλους στη χώρα μας (Alexandris & Carroll, 1999).

Ανάλογες έρευνες (Alexandris, 1998) έδειξαν ότι οι ανεπαρκείς αθλητικές εγκαταστάσεις και οι περιορισμένες ευκαιρίες συμμετοχής σε προγράμματα αναψυχής αποτέλεσαν ανασταλτικούς παράγοντες και για την αύξηση της συχνότητας συμμετοχής. Η πληροφόρηση αναφορικά με την ύπαρξη προγραμμάτων αθλητισμού αναψυχής αποτελεί επίσης σημαντικό ενισχυτικό ή αποτρεπτικό παράγοντα προς τη συμμετοχή. Ο ανασταλτικός αυτός παράγοντας σχετίζεται με θέματα μάρκετινγκ, επικοινωνίας και προώθησης προγραμμάτων αθλητισμού αναψυχής από δημοτικούς και ιδιωτικούς οργανισμούς αναψυχής προς όλες τις συγκεκριμένες ομάδες υποψηφίων συμμετεχόντων (Alexandris & Carroll, 1999, Alexandris, 1998). Άτομα με χαμηλή πρόσβαση στην πληροφορία όπως ηλικιωμένοι, εργαζόμενες στο σπίτι γυναίκες, άνεργοι επηρεάζονται σε μεγαλύτερο βαθμό από ανασταλτικούς παράγοντες που σχετίζονται με τη γνώση, την πληροφόρηση και τις υπάρχουσες ευκαιρίες για συμμετοχή σε προγράμματα αναψυχής (Carroll & Alexandris, 1997).

### ***Σχέση ανασταλτικών παραγόντων και δημογραφικών χαρακτηριστικών***

Μεγάλος αριθμός ερευνών έχει εξετάσει τη σχέση μεταξύ ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής και διαφορετικών δημογραφικών χαρακτηριστικών των ατόμων. Έρευνες έδειξαν ότι το διαφορετικό φύλο, το μορφωτικό επίπεδο, η

διαφορετική ηλικία και οικογενειακή κατάσταση σχετίζονται με διαφορετική αντίληψη για την ύπαρξη των ανασταλτικών παραγόντων (Κουθούρης, Αλεξανδρής, Γιοβάνη, & Χατζηγιάννη, 2005α; Alexandris & Carroll, 1997a; Jackson & Henderson, 1995; McGuire et al., 1986; Raymore et al., 1994; Romsa & Hoffman, 1980; Searle & Jackson, 1985a).

Ο μεγάλος αριθμός ερευνών στους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου στην Αμερική άνοιξε νέες κατευθύνσεις και οδήγησε και στην ανάπτυξη νέων μοντέλων .

Στην Ελλάδα, σχετικά με τη συμμετοχή των ανθρώπων σε σπορ αναψυχής και δραστηριότητες, υπάρχει μια έλλειψη πολιτειακής μέριμνας, εξαιτίας της συγκέντρωσης του ενδιαφέροντος σε αθλήματα ύψιστου ενδιαφέροντος. Από τεχνικής πλευράς επίσης η έλλειψη αξιολόγησης εκθέσεων σε εθνικό επίπεδο, για αποτίμηση της αποδοτικότητας και της προόδου ανάλογων προγραμμάτων δυσκολεύει τη κατάσταση καθώς και η ανεπαρκής προβολή από τη πολιτεία των δραστηριοτήτων και των σπορ αναψυχής δρα αρνητικά (Harahousou & Kabitsis 2001) .

Στην Αμερική από έρευνες που γίνανε (Jackson & Henderson 1995; Raymore et al. 1993; McGuire et al 1986) βρέθηκε ότι η ηλικία, το φύλο και το επίπεδο μόρφωσης είναι οι κύριες μεταβλητές που επηρεάζουν σημαντικά την αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής .

Επίσης με την αύξηση της ηλικίας αυξάνονταν και οι ανασταλτικοί παράγοντες, όπως επίσης και η έλλειψη χρόνου σε μια αντίστροφη σχέση με την αύξηση της ηλικίας. Η έλλειψη παρέας ήταν σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας στους μεγαλύτερους και τους μικρότερους σε ηλικία παρά στη μέση ηλικία. Οι οικονομικοί λόγοι και η προσβασιμότητα ήταν σημαντικοί ανασταλτικοί παράγοντες και αυξανόταν με την ηλικία. Τέλος η έλλειψη ενημέρωσης και η έλλειψη ευκαιριών αναφέρθηκαν από τους νέους ως παράγοντες αναστολής της συμμετοχής τους (Alexandris & Carroll, 1997).

Στην Ελλάδα τα δεδομένα που παρουσιάζονται προέρχονται από μια έρευνα που έγινε στη Λάρισα. Η έρευνα έγινε δια μέσου ερωτηματολογίου με δείγμα 502 άτομα. Το ερωτηματολόγιο μοιράστηκε σε διάφορες ώρες της ημέρας, για την αποφυγή προκαταλήψεων κατά τον Jackson και Kay (1991). Τα αποτελέσματα δείχναν ότι οι γυναίκες εξαιτίας των ενδοπροσωπικών ανασταλτικών παραγόντων σημείωσαν μεγαλύτερη αποχή. Επίσης οι ανασταλτικοί παράγοντες αυξανόταν

σημαντικά στα άτομα με χαμηλότερο μορφωτικό επίπεδο, επίσης υπήρχε μια ανεστραμμένη σχέση μεταξύ αντίληψης ανασταλτικών παραγόντων και ηλικίας και τέλος στους παντρεμένους οι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής ήταν πιο σημαντικοί από τους ελεύθερους (Alexandris & Carroll, 1997).

Έτσι λοιπόν βλέπουμε ότι η συγκεκριμένη έρευνα είχε σκοπό διαμέσου των δημογραφικών διαφορών που καταγράφηκαν, να ερευνήσει τις διαστάσεις στην αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων, που φάνηκαν ότι τελικά συμφωνούν με τα ευρήματα των ερευνητών στη Β. Αμερική και Αγγλία .

### *Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το φύλο*

Οι συνολικές δραστηριότητες των ανδρών και των γυναικών δείχνουν ομοιότητες αλλά και διαφορές. Συγκεκριμένα οι γυναίκες βιώνουν σε μεγαλύτερη ένταση ανασταλτικούς παράγοντες απ' ότι οι άνδρες (Henderson,1996; Henderson & Allen, 1991; Jackson & Henderson,1995; Raymore et al., 1994). Οι γυναίκες αντιμετωπίζουν κυρίως δύο σημαντικά εμπόδια: τις οικογενειακές υποχρεώσεις, ιδιαίτερα το μέγλωμα των παιδιών που τις εμποδίζει να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες εκτός σπιτιού και για τις ηλικιωμένες διότι ο τρόπος που μέγλωσαν δεν περιλάμβανε κυρίως φυσικές δραστηριότητες και σπορ. Όταν οι γυναίκες εργάζονται έξω από το σπίτι και διατηρούν το νοικοκυριό και την οικογένεια, ο ελεύθερος χρόνος τους περιορίζεται καθώς οι υποχρεώσεις τους δεν μοιράζονται δίκαια και ισότιμα (Alexandris & Carroll 1997; Moccia, 2000). Κοιτώντας σε ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων, οι γυναίκες φαίνεται να συμμετέχουν περισσότερο σε πολιτιστικές δραστηριότητες, ενώ οι άντρες συμμετέχουν περισσότερο στα σπορ και στην παρακολούθηση των σπορ (Ballo & Harrington, 1991).

Μία από τις πρώτες έρευνες των Searle και Jackson (1985a) έδειξε ότι οι γυναίκες περιορίζονται περισσότερο στη συμμετοχή τους απ' ότι οι άνδρες από παράγοντες όπως είναι η έλλειψη παρέας, οι οικογενειακές δεσμεύσεις, η έλλειψη γνώσεων, η έλλειψη μεταφορικών μέσων και η έλλειψη σωματικών ικανοτήτων.

Η έρευνα των Alexandris και Carroll (1997a) έδειξε ότι οι γυναίκες βιώνουν περισσότερο τους ενδοπροσωπικούς ανασταλτικούς παράγοντες απ' ότι οι άνδρες. Το ίδιο υποστήριξε και ο Raymore et al. (1994) ότι δηλαδή οι γυναίκες βίωναν ανασταλτικούς παράγοντες όπως η έλλειψη αυτοπεποίθησης, η έλλειψη γνώσεων, η έλλειψη ικανοτήτων και δεξιοτήτων. Οι δομικοί ανασταλτικοί παράγοντες που βιώνουν οι γυναίκες σχετίζονται με τα καθήκοντα του σπιτιού, το ρόλο της γυναίκας

στην οικογένεια και την ανατροφή των παιδιών (Henderson,1990a; Henderson, 1990b; Henderson et al., 1988; Shaw, 1985).

Οι Brown, Brown, Miller και Hansen (2001), ερεύνησαν κατά πόσο οι γυναίκες που είναι μητέρες περιορίζουν την συμμετοχή στις φυσικές δραστηριότητες και από ποιους παράγοντες επηρεάζεται αυτή η δυνατότητα συμμετοχής. Το δείγμα τους το αποτέλεσαν 543 μητέρες που προερχόταν από διαφορετικό κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο. Έτσι βρέθηκε ότι οι παράγοντες που περιορίζουν τη συμμετοχή τους ήταν η έλλειψη χρόνου, κυρίως από τις δεσμεύσεις τους στα παιδιά και στα καθήκοντα του σπιτιού, τις υποχρεώσεις τους απέναντι στο σύντροφο ή τη δουλειά, η έλλειψη ενέργειας, το ότι η άσκηση δεν ήταν προτεραιότητά τους, καθώς επίσης και το ότι δεν διασκέδαζαν με την άσκηση. Η έλλειψη χρημάτων ήταν εμπόδιο κυρίως στις μητέρες με χαμηλό κοινωνικοοικονομικό δείκτη. Η όχι καλή κατάσταση της υγείας και η έλλειψη μεταφορικών μέσων αν και ήταν τελευταία στη λίστα των εμποδίων δηλώθηκαν από πολλές μητέρες. Επίσης, μητέρες με δύο ή τρία παιδιά δήλωσαν ότι αυτό τους εμπόδιζε περισσότερο να ασκηθούν απ' ότι οι μητέρες με ένα παιδί.

Σε προηγούμενη έρευνα του ο Brown, (2000) είχε βρει ότι η συμμετοχή νεαρών μητέρων σε δραστηριότητες, ήταν μικρότερη από συνομήλικες τους που δεν είχαν παιδιά. Σε αυτήν τη μελέτη του προσπάθησε να βρει τους ανασταλτικούς παράγοντες που δεν επέτρεπαν την συμμετοχή των νεαρών μητέρων. Έτσι τα αποτελέσματα του δείχνανε ότι πάνω από τα 2/3 των νεαρών μητέρων είχαν ανεπαρκή συμμετοχή σε δραστηριότητες, παρόλο που υπήρχε η επιθυμία συμμετοχής. Ο συνδυασμός έλλειψης χρόνου, χρημάτων, ενέργειας, ιδεολογικών επιρροών σχετικά με τις δεσμεύσεις προς το παιδί τους και τους υπόλοιπους ήταν ο κύριος ανασταλτικός παράγοντας συμμετοχής.

Οι γυναίκες που ήταν σε καλύτερο κοινωνικοοικονομικό επίπεδο είχαν και καλύτερη υποστήριξη από τους γονείς, την οικογένεια, τους φίλους με συνέπεια να βρίσκονται σε πλεονεκτικότερη θέση προς τη δυνατότητα συμμετοχής, αλλά παρόλα αυτά παρουσιαζόταν μεγάλη απόκλιση μεταξύ των επιλογών συμμετοχής, σε αυτήν την ομάδα.

Η έρευνα των Harrington και Dawson (1995) εξέτασε τους ανασταλτικούς παράγοντες που βιώνουν γυναίκες με πλήρες ωράριο εργασίας, με ωράριο μερικής απασχόλησης και γυναίκες που δεν εργάζονται. Από τα αποτελέσματα της έρευνας φάνηκε ότι οι γυναίκες με πλήρες ωράριο εργασίας επηρεάζονται στη συμμετοχή

τους σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου από παράγοντες όπως, οι υποχρεώσεις απέναντι στη δουλειά και την οικογένεια, η κούραση και η έλλειψη χρόνου. Τους ίδιους παράγοντες ανέφεραν και οι γυναίκες με μερικό ωράριο απασχόλησης, αλλά σε μικρότερη έκταση. Οι γυναίκες που δεν εργάζονταν επηρεάζονταν από παράγοντες όπως, η έλλειψη ικανοτήτων, οι προσωπικές τους αξίες που αντισταθμίζονται με τις επιδιώξεις για δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου, ο φόβος, η μη ύπαρξη ευκαιριών για τέτοιου είδους δραστηριότητες και η χαμηλή αυτό-εικόνα τους.

Σε άλλη έρευνα της Little (2002) για την συμμετοχή των γυναικών σε δραστηριότητες περιπέτειας αναψυχής, εξετάστηκαν 42 γυναίκες 30 – 86 ετών με υψηλό μορφωτικό επίπεδο, οι οποίες συμμετείχαν στο παρελθόν σε δραστηριότητες περιπέτειας. Τα αποτελέσματα δείχναν ότι ενώ παρουσιάστηκαν ανασταλτικοί παράγοντες που αναφέρονται και σε άλλες έρευνες, όπως η οικογένεια, οι ευθύνες προς τους άλλους, η έλλειψη χρόνου κ.λ.π. κάποιες γυναίκες τις απέτρεψαν από την συμμετοχή τους στο μέλλον, κάποιες άλλες όμως άσκησαν μια ισχυρή επιρροή και πήραν τον έλεγχο από τους περιοριστικούς παράγοντες που ορθωνόταν. Πάντως και οι δυο κατηγορίες επαναδιαπραγματεύθηκαν τους περιορισμούς με την αναδόμηση των εμπειριών που είχαν αποκτήσει με την συμμετοχή τους στις δραστηριότητες περιπέτειας ή θέτοντας τη συμμετοχή τους στις περιπέτειες αναψυχής, ως προτεραιότητα ζωής.

### ***Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς την ηλικία***

Η ηλικία έχει πολύ σημαντική επίδραση στη συμμετοχή των δραστηριοτήτων του ελεύθερου χρόνου και αυτή διαφοροποιείται σε σχέση με το άτομο και τον τύπο της δραστηριότητας. Ταχύτερες είναι οι αλλαγές στα τελευταία χρόνια από την νηπιακή ηλικία μέχρι την εφηβική και η κάθε μια απαιτεί ξεχωριστό είδος παροχών. Ακόμη και για τους ενήλικες υπάρχουν σημαντικές αλλαγές με την ηλικία έτσι που η συμμετοχή στις πιο ενεργητικές δραστηριότητες να μειώνεται κατά πολύ καθώς τα άτομα προχωρούν σε ηλικία (Carroll & Alexandris, 1997).

Η πλειοψηφία των ερευνών έδειξε διαφορές στην αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων όσον αφορά άτομα διαφόρων ηλικιών (Buckanan & Allen, 1985; Hultsman, 1993; Jackson, 1990; McGuire et al., 1986; Witt & Goodale, 1981). Με την αύξηση της ηλικίας αυξάνονται κυρίως οι εσωτερικής μορφής ανασταλτικοί παράγοντες (Jackson, 1993; Searle & Jackson, 1985a).

Εμπόδια που σχετίζονται με την έλλειψη χρόνου απεικονίζονται σχηματικά με ένα ανεστραμμένο U, αφού αυξάνονται από την παιδική προς τη μέση ηλικία και μειώνονται προς την τρίτη ηλικία. Ο διαθέσιμος χρόνος επηρεάζει πολύ την συμμετοχή και τον περισσότερο χρόνο φαίνεται να έχουν τα δύο άκρα του φάσματος της ηλικίας, οι έφηβοι και οι συνταξιούχοι. Έρευνες έχουν δείξει ότι η συμμετοχή στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου μειώνεται με το πέρασμα του χρόνου και μερικής οικιακής χρήσης δραστηριότητες όπως η κηπουρική και το μαστόρεμα είναι πολύ δημοφιλείς για την μέση ηλικία (Tsai & Coleman, 1992).

Με την αύξηση της ηλικίας μειώνονται και τα εμπόδια που σχετίζονται με τα οικονομικά προβλήματα (Jackson, 1993). Τέλος τα εμπόδια που σχετίζονται με την έλλειψη παρέας βιώνονται με μεγαλύτερη ένταση από τα άτομα τρίτης ηλικίας και τους νέους παρά από τα άτομα μέσης ηλικίας (Jackson, 1993; McGuire et al., 1986)

Η ηλικία δεν πρέπει να εξετάζεται απομονωμένα από άλλους παράγοντες π.χ. η ηλικία ίσως είναι λιγότερο περιοριστική από τις αλλαγές του κύκλου ζωής, όπως ο γάμος και η απόκτηση παιδιών, ενώ για μερικούς η συμμετοχή ίσως αυξάνεται με την αύξηση της ηλικίας σαν αποτέλεσμα της απομάκρυνσης των παιδιών από το σπίτι ή την συνταξιοδότηση από την εργασία (Alexandris & Carroll, 1997).

Αν και η ηλικία επηρεάζει ίσως το επίπεδο της φυσικής κατάστασης και την ενεργητικότητα, η μείωση των υποχρεώσεων στην οικογένεια και την εργασία ισορροπεί την κατάσταση.

Ο τύπος της δραστηριότητας είναι πολύ πιθανόν να επηρεάζεται κατά πολύ από το στάδιο του κύκλου ζωής. Τα ανύπαντρα άτομα προτιμούν να πηγαίνουν στο χορό ή να γίνονται μέλη σε κάποιο σύλλογο, ενώ οι παντρεμένοι προτιμούν να επισκέπτονται διάφορα μέρη με την οικογένειά τους. Ο γάμος λοιπόν, η απόκτηση παιδιών και η συνταξιοδότηση μαζί με την ηλικία και της φάσης του κύκλου ζωής έχουν βρεθεί να αποτελούν τα πιο σημαντικά γεγονότα που επηρεάζουν τη συμμετοχή στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου.

### *Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το μορφωτικό επίπεδο*

Σύμφωνα με τους Tsai και Coleman (1992), ο τύπος της εκπαίδευσης και η διάρκεια της είναι στενά συνδεδεμένοι με τον τρόπο διαπαιδαγώγησης, την κοινωνική τάξη, το επάγγελμα, το εισόδημα και άλλους παράγοντες. Από άποψη συμμετοχής στον ελεύθερο χρόνο υπερέχουν οι νέοι άντρες, όχι εκείνοι οι οποίοι έχουν χειρονακτικές εργασίες και αυτοί με τα υψηλά εισοδήματα. Οι σημαντικότεροι λόγοι

που εξηγούν το παραπάνω φαινόμενο είναι οι διάφορες υποκοουλτούρες των κοινωνικών τάξεων που έχουν διαφορετικό τρόπο κοινωνικοποίησης που μεταδίδεται στην επόμενη γενιά. Αυτές επηρεάζουν τις εκπαιδευτικές προσδοκίες.

Το σχολείο είναι εκείνο που διδάσκει πρώτο τις περισσότερες δραστηριότητες όπως μουσική, χορό και σπορ. Η εκπαίδευση του ατόμου επηρεάζει ακόμη και την επιλογή των δραστηριοτήτων σε κάποιο βαθμό. Η καλύτερη και πολύχρονη εκπαίδευση επίσης διεγείρει και ενθαρρύνει τη συμμετοχή στα σπορ. Η ευρηματικότητα είναι η ικανότητα του ατόμου να αναπτύσσει ενδιαφέροντα και να βρίσκει τα μέσα για να τα εκφράζει. Εδώ βρίσκεται και η άποψη όσων υποστηρίζουν ότι οι άνθρωποι πρέπει να εκπαιδεύονται στο πως θα κάνουν καλύτερη χρήση του ελεύθερου χρόνου.

Σε αντίστοιχα αποτελέσματα κατέληξε και η έρευνα των Alexandris και Cartoll (1997a) όπου βρέθηκε ότι η βίωση των ανασταλτικών παραγόντων αυξάνεται σταδιακά όσο χαμηλότερο τυχαίνει να είναι το μορφωτικό επίπεδο των ατόμων. Άτομα με χαμηλό επίπεδο εκπαίδευσης βιώνουν πιο έντονα τους ενδοπροσωπικούς ανασταλτικούς παράγοντες, απ' ότι άτομα με υψηλό επίπεδο εκπαίδευσης.

#### ***Διαφορές ανασταλτικών παραγόντων ως προς το επάγγελμα***

Λόγω της σχέσης μεταξύ κοινωνικής τάξης, εισοδήματος, εκπαίδευσης και κινητικότητας, θεωρείται ότι η κοινωνική τάξη, όπως καθορίζεται από το επάγγελμα, ότι είναι ένας σημαντικός παράγοντας που συμμετέχει σημαντικά στην απόφαση του ατόμου για συμμετοχή στον ελεύθερο χρόνο (McKay, 1983).

Οι Parr και Lashua (2004) αναφέρουν πως οι αρμόδιοι που προσφέρουν προγράμματα αναψυχής πολλές φορές ενεργούν σαν κοινωνικά φίλτρα ελέγχοντας ποιοι χρησιμοποιούν συγκεκριμένες εγκαταστάσεις και επηρεάζοντας τη συμπεριφορά αυτών των ανθρώπων. Αυτά τα φίλτρα τοποθετούν διαφορετικούς ανθρώπους σε διαφορετικές εγκαταστάσεις. Ακόμη επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τις συνήθειες των ατόμων. Υπάρχουν βαθιές διαφορές ανάμεσα στη μεσαία και στην κατώτερη κοινωνική τάξη.

Η κατώτερη κοινωνική τάξη επιδίδεται περισσότερο σε τυχερά παιχνίδια καθώς και σε δραστηριότητες που προσφέρονται από τις δημόσιες υπηρεσίες και όχι από τις ιδιωτικές. Οι δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου δεν διαφέρουν μόνο ανάμεσα στις κοινωνικές τάξεις ως προς το είδος αλλά και ως προς την ποσότητα. Η μεσαία τάξη υπερτερεί όχι μόνο στις πολιτιστικές, κοινωνικές και πνευματικές

δραστηριότητες, αλλά ασχολείται με περισσότερα σπορ και συνήθως ταξιδεύει περισσότερο.

### *«Ευκαιρία» και συμμετοχή σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου*

Η ευκαιρία - το να παρέχεται δηλαδή η δυνατότητα να επιλέξει κάποιος κάποια δραστηριότητα, είναι περισσότερο σημαντικό για την κοινότητα, από ότι είναι η προσωπική, κοινωνική και περιπτωσιακή επιρροή ως προς την τελική απόφαση για συμμετοχή. Η ευκαιρία μπορεί να παρουσιάζεται με διάφορες μορφές: από τις διαθέσιμες πηγές και υπηρεσίες, πολιτικές επιλογές και προγράμματα, τον τύπο διαχείρισης, την εξουσία της τοπικής αυτοδιοίκησης, την υποστήριξη και την πρόσβαση (Havitz & Dimanch, 1999).

Οι τέσσερις παράγοντες που σχετίζονται με την ευκαιρία είναι η αντίληψη, η πρόσβαση και κινητικότητα, η ενημέρωση και η διαχείριση. Η αντίληψη είναι ο τρόπος που το άτομο αντιλαμβάνεται τον κόσμο γύρω του και που αυτό καθορίζει τη συμπεριφορά του. Ο τρόπος που ο κόσμος αντιλαμβάνεται τις παροχές στον ελεύθερο χρόνο πχ. εγκαταστάσεις, δραστηριότητες, ίσως επηρεάζουν τη συμμετοχή του περισσότερο και από τις ίδιες τις παροχές.

Οι Forrest και Kearns (2001) τονίζουν πως η παροχή σχετίζεται με θετικές εμπειρίες για τα άτομα. Οι εγκαταστάσεις, τα προγράμματα και οι δραστηριότητες είναι τα μέσα για την επίτευξη των εμπειριών αυτών. Η προδιάθεση για τις παροχές στον ελεύθερο χρόνο θα επηρεάσει την απόφαση κάποιου για να κάνει μια αρχή. Για παράδειγμα άτομα μορφωμένα δείχνουν μια ευαισθησία σε δραστηριότητες όπου συνωστίζεται πολύς κόσμος και συνήθως την αποφεύγουν.

Άλλα άτομα επίσης έχουν διαφορετική αντίληψη για την πόλη, μερικοί την θεωρούν κατάλληλη για διασκέδαση, άλλοι νοιώθουν να πνίγονται από την στενάχωρη διαμονή στα διαμερίσματα, ενώ άλλοι επιζητούν τον θόρυβο και την ένταση της πόλης (Pain, 1997). Πιθανόν το περιβάλλον κάποιας γειτονιάς να έχει πρόβλημα βίας και αντικοινωνικής συμπεριφοράς, με αποτέλεσμα οι ηλικιωμένοι και οι γυναίκες να μην θέλουν να βγουν έξω από το σπίτι, ιδιαίτερα τις βραδινές ώρες. Επομένως το πώς αντιλαμβάνεται το κοινό τη γειτονιά και τις υπάρχουσες εγκαταστάσεις μπορεί να επηρεάσει θετικά ή αρνητικά τη συμμετοχή του στον ελεύθερο χρόνο.

Η συμμετοχή απαιτεί κάποια μετακίνηση είτε με τα πόδια, το ποδήλατο, το λεωφορείο, το ταξί, το αυτοκίνητο, το μετρό. Ο τρόπος μετακίνησης μπορεί να



επηρεάσει το επίπεδο της ικανοποίησης, διότι ανάλογα με το είδος της μπορεί να χρειαστεί περισσότερο χρόνο, μπορεί να καθορίσει την απόσταση και τον προορισμό, μπορεί να κοστίζει κτλ. (Jackson, 1988).

Η μεγαλύτερη κινητικότητα αυξάνει και την συμμετοχή σε δραστηριότητες έξω από το σπίτι. Για παράδειγμα οι οικογένειες που έχουν αυτοκίνητα παρουσιάζουν μεγαλύτερη συμμετοχή σε σχέση με τις οικογένειες που δεν έχουν. Πάντως είναι βέβαιο ότι σήμερα κάποιος χωρίς αυτοκίνητο μειονεκτεί και χάνει τις ευκαιρίες για την πλήρη συμμετοχή του στην κοινωνία. Και καθώς οι συγκοινωνίες γίνονται όλο και πιο δαπανηρές το πρόβλημα μεγεθύνεται. Όσοι ιδιαίτερα χρησιμοποιούν τις αθλητικές εγκαταστάσεις οι οποίες είναι μακριά από τον τόπο κατοικίας τους, είναι αυτοί οι οποίοι εξαρτώνται περισσότερο από το αυτοκίνητο.

Η τοποθεσία επίσης επηρεάζει τη συμμετοχή και το ποσοστό της συμμετοχής μικραίνει όσο κανείς απομακρύνεται από τις εγκαταστάσεις. Επίσης, ο χρόνος της μετάβασης παίζει σημαντικό ρόλο στη συμμετοχή των δραστηριοτήτων του ελεύθερου χρόνου. Όταν δεν υπάρχουν τοπικές εγκαταστάσεις, οι μακρινές εγκαταστάσεις θα πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον σε δρόμους με επαρκή και συχνή συγκοινωνία. Δεν θα πρέπει να μας διαφεύγει ότι οι εγκαταστάσεις που γίνονται με δημόσιες δαπάνες θα πρέπει να εξυπηρετούν όλους τους πολίτες.

Η ενημέρωση είναι ο συνδετικός κρίκος ανάμεσα στη ζήτηση και την προμήθεια. Εάν τα άτομα δεν γνωρίζουν τι υπάρχει, δεν θα το επισκεφτούν ποτέ. Έχει αποδειχτεί ότι τα άτομα που πληροφορούνται από τις διαφημίσεις για τις διαθέσιμες υπηρεσίες, βλέποντας αυτές τυχαία στο δρόμο για τη δουλειά ή για τα μαγαζιά, συχνάζουν περισσότερο σε αυτές παρά σε κάποιες άλλες υπηρεσίες οι οποίες είναι πιθανόν πλησιέστερα στο σπίτι τους (Bolla, 1990). Αυτό δείχνει πόσο μεγάλη σημασία έχουν τα πλάνα marketing, η διαφημιστικές εκστρατείες αλλά και η τοποθεσία (Marconi, 1994).

Οι Parr και Lashua (2004) αναφέρουν πως η διαχείριση είναι μια διαδικασία με αρχή και τέλος και είναι το κλειδί για την μεγαλύτερη ή μικρότερη χρήση, την ποιότητα των διαθέσιμων μέσων και το κλειδί για βρει ικανοποίηση ο περισσότερος κόσμος στις παρεχόμενες δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου. Σε αυτή συμπεριλαμβάνονται οι τιμές, η διοίκηση και το κράτημα θέσεων και γηπέδων σε ένα κέντρο αναψυχής, που αυτό μπορεί συνειδητά ή ασυνείδητα να γίνει ένα κοινωνικό φίλτρο. Ο προγραμματισμός και η διαχείριση αποφασίζουν σε πρώτη φάση τι εγκαταστάσεις θα πρέπει να γίνουν. Η έλλειψη εγκαταστάσεων θεωρείται ένα πολύ

σημαντικό εμπόδιο όπως και η ποιότητα των εγκαταστάσεων. Οι έρευνες δείχνουν τη δυσαρέσκεια των ατόμων από τα γήπεδα – επιφάνεια γηπέδου, αποδυτήρια, επισκέπτριες ομάδες, ώρες λειτουργίας, αδιαφορία αρμοδίων. Για τα άτομα που αθλούνται απαραίτητα στοιχεία θεωρούνται το άνετο παρκάρισμα, η κατάσταση των αποδυτηρίων, η κοινωνική ατμόσφαιρα, η φιλική υποδοχή και το καλωσόρισμα. Τα δύο τελευταία μάλιστα θεωρούνται πολύ σημαντικά, ίσως περισσότερο από την ίδια την δραστηριότητα.

Οι απόψεις των αρμοδίων παίζουν σημαντικό ρόλο για τη συμμετοχή των ατόμων στις διάφορες δραστηριότητες. Οι απόψεις και η πολιτική της διαχείρισης δεν πρέπει να αντανakλώνται μόνο στην ατμόσφαιρα και στις τιμές, αλλά επίσης στην ικανότητα προγραμματισμού για τα άτομα που πρόκειται να εξυπηρετήσουν.

Έρευνες απέδειξαν (Howard, 1992) ότι οι άνδρες μένουν περισσότερο ικανοποιημένοι από τα προσφερόμενα προγράμματα και συμμετέχουν περισσότερο, ενώ οι γυναίκες συνήθως είναι πολύ δυσαρεστημένες. Το κοινωνικό στοιχείο θεωρείται απαραίτητο στις εγκαταστάσεις του ελεύθερου χρόνου, όπως η συζήτηση σε ένα ιδιαίτερο χώρο, καθώς επίσης οι χώροι φύλαξης των μικρών παιδιών (Brown, Brown, Miller & Hansen, 2001).

## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

### *Δείγμα*

Η έρευνα διενεργήθηκε στην πόλη των Τρικάλων. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν οι γονείς των οποίων τα παιδιά τους συμμετείχαν σε πρόγραμμα παραδοσιακών χορών. Συνολικά μοιράστηκαν 350 ερωτηματολόγια και επιστράφηκαν τα 339. Ποσοστό επιστρεφόμενων ερωτηματολογίων 96,85%. Η εύρεση του δείγματος πραγματοποιήθηκε μέσω τεσσάρων πολιτιστικών φορέων που παρείχαν οργανωμένα μαθήματα ελληνικών παραδοσιακών χορών στην περιοχή των Τρικάλων.

Κατά την επιλογή των πολιτιστικών φορέων ελήφθησαν υπόψη τα ακόλουθα κριτήρια: α) στον φορέα θα έπρεπε να υπάρχει χορευτική ομάδα ενηλίκων β) θα έπρεπε να υπάρχει οικονομική συνδρομή και γ) την διδακτική ευθύνη την είχαν Καθηγητές Φυσικής Αγωγής με κύρια ειδικότητα ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς. Η επιλογή των χορευτικών συλλόγων που συμμετείχαν στην έρευνα έγινε με τη μέθοδο της τυχαίας δειγματοληψίας.

Σύμφωνα με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος, οι γυναίκες αποτελούν την πλειοψηφία με ποσοστό 51,6 %. Αυτή η διαφορά προέκυψε επειδή ορισμένα από τα ερωτηματολόγια δεν είχαν συμπληρωθεί επαρκώς και επομένως εξαιρέθηκαν από την διαδικασία. Αναφορικά με το μορφωτικό επίπεδο οι περισσότεροι γονείς που συμμετείχαν στην έρευνα ήταν απόφοιτοι Γυμνασίου Λυκείου με το μεγαλύτερο ποσοστό σχετικά με την ηλικία τους να είναι μεταξύ 38 και 43 ετών. Τέλος η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ήταν ελεύθεροι επαγγελματίες. Αναλυτικά τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος παρουσιάζονται στον Πίνακα 1.

**Πίνακας 1.** Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος

<i>Φύλο</i>	<i>Μορφωτικό Επίπεδο</i>	<i>Ηλικία</i>	<i>Επάγγελμα</i>
Άνδρες 48,4 %	Δημοτικό 10,3%	26-31 χρ. 11,8%	Ιδ. Υπάλληλος 21,5%
	Γυμ/Λύκειο 41,9%	32-37 χρ. 35,4%	Δ. Υπάλληλος 28%
Γυναίκες 51,6 %	ΤΕΙ - τεχνική σχ 20,9%	36-43 χρ. 36,9%	Ελλ. Επαγγ. 28,3%
	ΑΕΙ 26,8%	44-50 χρ. 15,9%	Οικιακά 15,3%
			Αγρότης 5%
			Άνεργος 0,9%
			Άλλο 0,9%

### *Όργανο μέτρησης*

Η μέθοδος του self-completed ερωτηματολογίου επιλέχθηκε για τη διερεύνηση των απόψεων των γονέων που έστειλαν τα παιδιά τους στους πολιτιστικούς φορείς για να συμμετέχουν σε μαθήματα ελληνικών παραδοσιακών χορών. Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Alexandris και Carroll (1997a), μετά από σχετική έγκριση. Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο επιλέχθηκε γιατί διερευνά όλες τις διαστάσεις που συνθέτουν την έννοια των ανασταλτικών παραγόντων, αλλά και επειδή έχει χρησιμοποιηθεί στον ελληνικό χώρο και έχει δώσει ικανοποιητικές κλίμακες αξιοπιστίας και εγκυρότητας.

Το ερωτηματολόγιο αφού προσαρμόστηκε για τις ανάγκες του χορού υποβλήθηκε πιλοτικά σε 20 γονείς, με στόχο τον έλεγχο της δομής, την διασαφήνιση και συμπλήρωση των ερωτήσεων, την παράλειψη των δυσνόητων λέξεων και την καλύτερη διατύπωση των ερωτήσεων. Από την ανάλυση των πιλοτικών δεδομένων οι ερωτήσεις του παράγοντα «έλλειψη ενδιαφέροντος» του αρχικού ερωτηματολογίου συμπεριλήφθηκαν στον παράγοντα «ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι» της παρούσης έρευνας γιατί δεν προέκυπτε με βάση τις φορτίσεις ως ξεχωριστός παράγοντας. Συνολικά το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε 25 ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση μετρήθηκε με την πενταβάθμια κλίμακα Likert.

Η κλίμακα καταγραφής των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής γονέων σε οργανωμένα μαθήματα ελληνικών παραδοσιακών χορών αποτελείται από πέντε ενότητες. Η πρώτη ενότητα (έλλειψη χρόνου) περιλαμβάνει 4 ερωτήσεις που

σχετίζονται κυρίως με τις εργασιακές και οικογενειακές υποχρεώσεις καθώς και με άλλες κοινωνικές δεσμεύσεις. Η δεύτερη ενότητα (ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι) εξετάζει με 9 ερωτήσεις το επίπεδο φυσικής κατάστασης του συμμετέχοντα, προβλήματα υγείας, την έλλειψη σχετικών ικανοτήτων και τεχνικής που απαιτεί η συμμετοχή σε χορευτικές δραστηριότητες, τον φόβος για πιθανό τραυματισμό και την χαμηλή αυτοεκτίμηση. Η τρίτη ενότητα (προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών) περιλαμβάνει 5 ερωτήσεις και εξετάζει τις ανεπαρκείς εγκαταστάσεις, τις περιορισμένες ευκαιρίες συμμετοχής, την ελλιπή ενημέρωση για την ύπαρξη προγραμμάτων χορού. Η τέταρτη ενότητα (οικονομικοί και προβλήματα προσέγγισης) διερευνά με 4 ερωτήσεις τις δυσκολίες πρόσβασης στους χώρους χορού καθώς και τα οικονομικά εμπόδια. Η τελευταία ενότητα (έλλειψη παρέας) εξετάζει την αδυναμία εξεύρεσης παρέας για τη συμμετοχή σε χορευτικές δραστηριότητες και περιλαμβάνει 3 ερωτήσεις. Παράλληλα υπήρχαν και ερωτήσεις που αφορούσαν τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος όπως το φύλο, την ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο και το επάγγελμα.

### ***Διαδικασία Μέτρησης***

Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν στα παιδιά στο τέλος του μαθήματος τους μέσα σε φάκελο για να τα δώσουν στους γονείς τους να τα συμπληρώσουν και να τα επιστρέψουν στο επόμενο μάθημα. Το ερωτηματολόγιο ήταν ανώνυμο και οι ερευνητές διαβεβαίωσαν τους συμμετέχοντες ότι οι απαντήσεις που δόθηκαν θα ήταν απόλυτα εμπιστευτικές και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για επιστημονικούς λόγους. Η διάρκεια μέτρησης και συγκέντρωσης των δεδομένων πραγματοποιήθηκε κατά τους μήνες Φεβρουάριο – Απρίλιο 2006.

### ***Στατιστικές Αναλύσεις***

Οι στατιστικές αναλύσεις που χρησιμοποιήθηκαν ήταν:

1. Στοιχεία περιγραφικής στατιστικής για την διερεύνηση των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος.
2. Ανάλυση αξιοπιστίας (Reliability Analysis) για τον έλεγχο της αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου.
3. T-test για να εξεταστεί αν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των δυο φύλων ως προς τους παράγοντες που προέκυψαν.

4. Ανάλυση διακύμανσης (Ανοva), για να εξεταστεί αν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των 5 παραγόντων και των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος ήτοι επάγγελμα, μορφωτικό επίπεδο και ως προς την ηλικία.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

### Έλεγχος εγκυρότητας και αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου

Ένας από τους στόχους της παρούσης εργασίας ήταν η διερεύνηση των παραγόντων που συνθέτουν την έννοια των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής στο χώρο του ελληνικού παραδοσιακού χορού. Για να ελεγχθεί η δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση στις 25 ερωτήσεις που εξετάζαν την σχετική έννοια. Η ανάλυση έγινε με τη μέθοδο κύριων συνιστωσών (principal components analysis) και στη συνέχεια ακολούθησε ορθογώνια (varimax) περιστροφή των αξόνων. Ο αριθμός των παραγόντων καθορίστηκε με κριτήριο ότι οι ιδιοτιμές έπρεπε να είναι μεγαλύτερες του 1. Η μικρότερη φόρτιση που χρησιμοποιήθηκε για να διαμοιραστούν οι ερωτήσεις στους παράγοντες ήταν 0.40. Το συνολικό ποσοστό διακύμανσης των πέντε παραγόντων είναι 61,6 %. Από την παραγοντική ανάλυση προέκυψαν πέντε παράγοντες (Πίνακας 2).

Στον πρώτο παράγοντα (έλλειψη χρόνου) φορτίστηκαν 4 ερωτήματα που εξηγούσαν το 4,5 % της συνολικής διακύμανσης. Στο δεύτερο παράγοντα (ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι) φορτίστηκαν 9 ερωτήματα που εξηγούσαν το 5,7 % της συνολικής διακύμανσης. Στον τρίτο παράγοντα (προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών) φορτίστηκαν 5 ερωτήματα που εξηγούσαν το 8,6 % της συνολικής διακύμανσης. Στον τέταρτο παράγοντα (οικονομικοί και προβλήματα προσέγγισης) φορτίστηκαν 4 ερωτήματα και εξηγούσαν το 34,3 % της συνολικής διακύμανσης. Τέλος στον πέμπτο παράγοντα που ονομάστηκε (έλλειψη παρέας) φορτίστηκαν 3 ερωτήματα που εξηγούσαν το 8,3 % της συνολικής διακύμανσης.

**Πίνακας 2.** Παραγοντική ανάλυση των ανασταλτικών παραγόντων

Ερωτήματα	Παράγοντες				
	Οικονομικοί προβλήματα προσέγγισης	Προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών	Έλλειψη παρέας	Ατομικοί και ψυχολογικοί	Έλλειψη χρόνου
1. Δεν έχω το χρόνο λόγω των εργασιακών υποχρεώσεων μου					,85
2. Δεν έχω το χρόνο λόγω των οικογενειακών υποχρεώσεων μου					,81
3. Δεν έχω το χρόνο λόγω των κοινωνικών υποχρεώσεων μου					,66
4. Δεν θέλω να ξοδεύω έτσι τον ελεύθερο μου χρόνο.					,48
5. Αισθάνομαι ήδη πολύ κουρασμένος/η για να συμμετέχω σε κάποιο πρόγραμμα χορού				,73	
6. Φοβάμαι να μην τραυματιστώ				,60	
7. Οι χορευτικές δραστηριότητες πιστεύω ότι θα με κουράζουν πολύ				,69	
8. Δεν είμαι αρκετά επιδέξιος για χορό				,80	
9. Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση				,64	
10. Δεν έχω αυτοπεποίθηση στις χορευτικές μου ικανότητες και ντρέπομαι				,78	
11. Δεν μπορώ να παρακινήσω τον εαυτό μου και να ξεκινήσω μαθήματα χορού				,76	
12. Δεν είναι μία από τις προτεραιότητές μου				,60	
13. Δεν αισθάνομαι άνετα να μου κάνουν άλλοι μάθημα				,57	
14. Δεν θα διασκεδάζω όταν θα πηγαίνω για χορό		,64			
15. Δεν υπάρχει ποικιλία προγραμμάτων για να επιλέξω αυτό που μου ταιριάζει		,58			
16. Δεν μου αρέσουν οι δάσκαλοι χορού		,77			
17. Δεν μου αρέσει ο χώρος και διάκοσμος της σχολής		,74			
18. Δεν υπάρχουν αποδυτήρια και εξαερισμός		,65			
19. Η συμμετοχή στα προγράμματα για ενήλικες είναι ακριβή	,69				
20. Δυσκολεύομαι να εξοικονομήσω τα χρήματα που απαιτούνται	,66				
21. Η σχολή χορού είναι μακριά από το σπίτι μου	,72				
22. Μου παίρνει πολύ χρόνο να φτάσω εκεί και δεν βρίσκω πάρκινγκ	,67				
23. Δεν έχω πάντα παρέα			,66		
24. Στους φίλους μου δεν αρέσουν οι χοροί			,61		
25. Στον/η σύζυγο δεν αρέσει η συμμετοχή			,62		
Ιδιοτιμές	8,5	2,1	2,0	1,4	1,1
Διακύμανση %	34,3	8,6	8,3	5,7	4,5
Συνολική διακύμανση %			61,6		



Για να εξεταστεί η συνοχή των ερωτήσεων που συνθέτουν τους πέντε παράγοντες ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς και κατ' επέκταση να εξεταστεί η αξιοπιστία των παραγόντων πραγματοποιήθηκε ανάλυση αξιοπιστίας. Το test αξιοπιστίας στηρίχθηκε στον υπολογισμό του  $\alpha$  του Cronbach.

Στον πίνακα 3 παρουσιάζονται οι αναλύσεις αξιοπιστίας των πέντε παραγόντων οι οποίες έδειξαν ότι οι παράγοντες έχουν ικανοποιητικό βαθμό αξιοπιστίας ( $\alpha > ,60$ ). Όλες οι ερωτήσεις συμβάλλουν θετικά στη βελτίωση της αξιοπιστίας των παραγόντων εκτός από το ερώτημα 4 του πρώτου παράγοντα, το οποίο εξαιρέθηκε λόγω της χαμηλής συνεισφοράς του στην εσωτερική συνοχή (πίνακας 3).

**Πίνακας 3.** Ανάλυση αξιοπιστίας των παραγόντων

<b>Παράγοντες</b>	<b>Cronbach's Alfa</b>
Έλλειψη χρόνου	,73
Ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι	,83
Προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών	,84
Οικονομικοί και προβλήματα προσέγγισης	,81
Έλλειψη παρέας	,78

Από το άθροισμα των σκορ των ερωτήσεων σε κάθε παράγοντα διαιρούμενο δια του αριθμού των ερωτήσεων στον παράγοντα δημιουργήθηκαν πέντε νέες μεταβλητές που αντιπροσωπεύουν τους πέντε παράγοντες ανασταλτικών παραγόντων.

Όπως φαίνεται στον πίνακα 4 ο παράγοντας «προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών» βιώνεται με την μεγαλύτερη ένταση. Οι παράγοντες «ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι» και «οικονομικοί και προβλήματα προσέγγισης» παρουσίασαν την δεύτερη υψηλότερη τιμή. Ακόμη ο παράγοντας «έλλειψη παρέας» εμφάνισε

ελαφρός χαμηλότερη τιμή ενώ ο παράγοντας «έλλειψη χρόνου» είχε την μικρότερη τιμή.

**Πίνακας 4.** Μέσος όρος – τυπική απόκλιση ανασταλτικών παραγόντων

Παράγοντες	Μ.Ο.	Τ.Α.
Έλλειψη Χρόνου	2,66	1,11
Ατομικοί – Ψυχολογικοί	3,37	1,46
Προβλήματα Εγκαταστάσεων - Υπηρεσιών	3,70	,48
Οικονομικοί Προβλήματα προσέγγισης	3,32	,08
Έλλειψη Παρέας	3,27	,32

#### *Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το φύλο*

Για να ελεγχθεί αν υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ του φύλου των γονέων, ως προς τους ανασταλτικούς παράγοντες, πραγματοποιήθηκαν πέντε T-tests για ανεξάρτητα δείγματα. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι υπάρχουν διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών ως προς τις μεταβλητές «Ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι» και «Προβλήματα εγκαταστάσεων και υπηρεσιών» ( Πίνακας 5 ).

Από τα αποτελέσματα του T test για ανεξάρτητα δείγματα φάνηκε ότι το εμπόδιο αυτών των δυο παραγόντων βιώνετε πιο έντονα και δρα περισσότερο ανασταλτικά στις γυναίκες από ότι στους άνδρες ως προς την πρόθεση για συμμετοχή σε προγράμματα Ελληνικών παραδοσιακών χορών

**Πίνακας 5.** Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το φύλο

Παράγοντες	t	Φύλο	
		Άνδρες	Γυναίκες
		Μ.Ο.±Τ.Α.	Μ.Ο.±Τ.Α.
Έλλειψη χρόνου	1,09	2.60± ,69	2.71± ,63
Ατομικοί/ Ψυχολογικοί	4,50*	3.18± ,75	3.55± ,77
Προβλήματα εγκαταστάσεων- Υπηρεσιών	2,76*	3.57± ,86	3.82± ,80
Οικονομικοί –προβλήματα προσέγγισης	,96	3.27± ,94	3.36± ,89
Έλλειψη παρέας	,40	3.25±1.0	3.29± ,95

\*p<.05

### *Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με την ηλικία*

Προκειμένου να διαπιστωθούν αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με τις διάφορες ηλικιακές ομάδες του δείγματος εφαρμόστηκε Ανάλυση Διακύμανσης (one-way-ANOVA).

Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς κανένα παράγοντα (Πίνακας 6).

**Πίνακας 6.** Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με την ηλικία

Παράγοντες	Ηλικία						
	F	df	20-25 M.O.±T.A.	26-31 M.O.±T.A.	32-37 M.O.±T.A.	38-43 M.O.±T.A.	44-50 M.O.±T.A.
Ατομικοί- Ψυχολογικοί	1.81	4,33	2.2±.35	3.2±.35	4.1±.23	3.8±.53	3.0±.47
Έλλειψη χρόνου	1.25	4,33	2.84±.95	3.5±.80	4.0±.80	3.4±.93	3.3±1.12
Προβλήματα εγκαταστάσεων- Υπηρεσιών	1.04	4,33	2.7±.86	3.4±.83	3.7±.91	3.3±.94	3.1±1.02
Οικονομικοί- προβλήματα προσέγγισης	1.32	4,33	2.5±.82	3.4±.75	3.8±.88	3.2±.86	3.3±.90
Έλλειψη παράας	1.51	4,33	2.7±.86	3.2±.70	3.6±.80	3.2±.97	3.3±.97

\* $p < .05$

### *Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο*

Προκειμένου να διαπιστωθούν αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο του δείγματος πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης (one-way-ANOVA).

Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης εμφάνισαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τον παράγοντα «Ατομικοί – Ψυχολογικοί». Διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική τιμή του δείκτη  $F_{(3,33)}=5.66$ ,  $p < .05$ . Στην συνέχεια έγινε post hoc τεστ του Scheffe για την εύρεση σημαντικών διαφορών μεταξύ των διαφόρων επιπέδων μόρφωσης.

Διαπιστώθηκε ότι τα άτομα που είχαν χαμηλότερο μορφωτικό επίπεδο (Δημοτικό και Γυμν.-Λυκ) διέφεραν από εκείνους που είχαν υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο (ΤΕΙ και ΑΕΙ) ως προς τον παράγοντα «Ατομικοί – Ψυχολογικοί» (Πίνακας 7).

**Πίνακας 7.** Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο

Παράγοντες	Μορφωτικό επίπεδο					
	F	df	Δημοτικό Μ.Ο.±Τ.Α.	Γυμν.-Λυκ. Μ.Ο.±Τ.Α.	ΤΕΙ Μ.Ο.±Τ.Α.	ΑΕΙ Μ.Ο.±Τ.Α.
Έλλειψη χρόνου	1.58	3,33	2,9±,66	3,4±,76	3,3±,83	3,5±,75
Ατομικοί – Ψυχολογικοί	5.66*	3,33	2.4±.79	2.6±.81	2.7±.99	2.7±.85
Προβλήματα εγκαταστάσεων- Υπηρεσιών	2.69	3,33	3,5±,92	3,8±,88	3,6±,98	3,9±,69
Οικονομικοί – προβλήματα προσέγγισης	1,50	3,33	3,0±1,04	3,3±,92	3,2±,95	3,3±,79
Έλλειψη παρέας	1,30	3,33	3,0±,92	3,2±,98	3,2±1,1	3,4±,87

\*p<.05

#### **Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το επάγγελμα**

Προκειμένου να διαπιστωθούν αν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με τις επαγγελματικές κατηγορίες του δείγματος πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης (one-way-ANOVA).

Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης, όσον αφορά τις επαγγελματικές κατηγορίες του δείγματος, εμφάνισαν στατιστικά σημαντικές τιμές F για τους παράγοντες: «Ατομικοί – Ψυχολογικοί» με  $F_{(6,33)}=4.02$ ,  $p<.05$ , «Προβλήματα Εγκαταστάσεων – Υπηρεσιών» με  $F_{(6,33)}=3.28$ ,  $p<.05$ , «Οικονομικοί – Προβλήματα προσέγγισης» με  $F_{(6,33)}=2.69$ ,  $p<.05$ , και «Έλλειψη παρέας» με  $F_{(6,33)}=3.94$ ,  $p<.05$  (Πίνακας 8).

Στη συνέχεια έγινε post hoc τεστ του Scheffe για την εύρεση σημαντικών διαφορών μεταξύ των επαγγελματικών κατηγοριών. Διαπιστώθηκε ότι σε όλες τις επαγγελματικές κατηγορίες υπήρχαν διαφορές (Πίνακας 8).

**Πίνακας 8.** Διαφορές στις διαστάσεις των παραγόντων σε σχέση με το επάγγελμα

Παράγοντες	Επαγγελματικές κατηγορίες								
			Ιδ. Υπάλ.	Δ.Υπαλ	Ελ.Επαγ	Οικιακά	Αγρότης	Άνεργος	Άλλο
	F	df	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ	ΜΟ±ΤΑ
Έλλειψη χρόνου	1,33	6,33	2,6±,90	2,7±,77	2,5±,91	2,6±,81	2,3±,70	3,5±1,6	2,8±1,37
Ατομικοί – Ψυχολογικοί	4,02*	6,33	3,3±,81	3.6±.71	3.3±.78	3.2±.69	2.9±.64	4.0±1.6	3.5±1.9
Προβλήματα εγκαταστάσεων- Υπηρεσιών	3,28*	6,33	3.7±98	4.0±.70	3.6±.87	3.6±.87	3.3±.83	4.2±.69	3.7±.69
Οικονομικοί – προβλήματα προσέγγισης	2,69*	6,33	3.3±,94	3.5±,78	3.1±1.02	3.1±,85	2.9±.76	3.7±.90	3.2±.43
Έλλειψη παρέας	3,94*	6,33	3.2±.97	3.4±.86	3.3±1.09	2.9±.88	2.6±.81	4.7±.19	3.5±.69

\*p<.05

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα επιβεβαιώθηκαν όλες οι ερευνητικές υποθέσεις εκτός από αυτή που αφορούσε την ηλικία του δείγματος. Οι παράγοντες που είναι υπεύθυνοι για την αναστολή της συμμετοχής των γονέων σε προγράμματα παραδοσιακών χορών, ταυτίζονται με τις αντίστοιχες διαστάσεις προηγούμενων ερευνών σε διαφορετικά ερευνητικά πεδία της αναψυχής. (Alexandris & Carroll, 1997a,b; Κουθούρης, Αλεξανδρής, Γιοβάνη & Χατζηγιάννη, 2005a; Κουθούρης, Αλεξανδρής & Γκόλτσιος, 2005β; Κουθούρης, Τζουβίστα & Αλεξανδρής, 2006). Η διαφοροποίηση που προέκυψε είναι ως προς την κατηγοριοποίηση του βαθμού σημαντικότητας του κάθε παράγοντα.

Το πρώτο στοιχείο διαφοροποίησης είναι ο παράγοντας «έλλειψη ενδιαφέροντος» ο οποίος στην έρευνα των Alexandris και Carroll (1997a) εμφανίζεται ανεξάρτητος ενώ στην παρούσα έρευνα ενσωματώνεται με τον παράγοντα «ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι». Αυτό φαίνεται λογικό γιατί τόσο οι «ατομικοί και ψυχολογικοί λόγοι» όσο και ο παράγοντας «έλλειψη ενδιαφέροντος» κατηγοριοποιούνται στους ενδοατομικούς ανασταλτικούς παράγοντες σύμφωνα με προηγούμενους ερευνητές (Crawford & Godbey, 1987; Iso-Ahola & Mannell, 1985).

Το δεύτερο στοιχείο διαφοροποίησης είναι ο αναπροσδιορισμός της σημαντικότητας των παραγόντων στο πεδίο των παραδοσιακών χορών, σε σχέση με αντίστοιχα πεδία της αναψυχής.

Ως σημαντικότερο εμπόδιο αναδείχθηκαν τα «Προβλήματα Εγκαταστάσεων – Υπηρεσιών» σε αντίθεση με προηγούμενες έρευνες που πραγματοποιήθηκαν σε ελληνικά δεδομένα όπου ως πρώτο εμπόδιο εμφανίζεται η «έλλειψη χρόνου» (Alexandris και Carroll 1997a; , Κουθούρης κ.ά, 2005β;), αλλά και η «έλλειψη ενδιαφέροντος» (Κουθούρης κ.ά, 2006).

Πράγματι τα περιορισμένα και πολλές φορές κακώς προσαρμοσμένα στο ωρολόγιο πρόγραμμα των σχολών προγράμματα και οι πρόχειρες και όχι ευχάριστες συνθήκες μαθήματος οδηγούν σε παροχές χαμηλής ποιότητας υπηρεσιών και ενεργούν έτσι αποτρεπτικά ως προς την συμμετοχή. Σε έρευνα των Alexandris και Carroll 1997a, το εμπόδιο αυτό είχε επίσης την δεύτερη θέση σημαντικότητας αποτρέποντας έτσι την συμμετοχή σε προγράμματα αναψυχής στην Ελλάδα.



Δεύτερος ανασταλτικός παράγοντας προέκυψαν οι «Ατομικοί – Ψυχολογικοί λόγοι» και αυτό γίνεται ιδιαίτερα κατανοητό σε σχέση με την ψυχολογική πίεση των συμμετεχόντων σε τέτοιες ομάδες ιδιαίτερα όταν δεν γνωρίζουν να χορεύουν καθόλου και εντάσσονται σε κάποιο τμήμα που δεν είναι το κατάλληλο για αυτούς. Πράγματι αυτός ο ανασταλτικός παράγοντας βρίσκεται σε μια σχέση εξάρτησης με το εάν τα υποψήφια μέλη για συμμετοχή στον παραδοσιακό χορό, παρουσιάζουν υψηλές τιμές εσωτερικής παρακίνησης. Σύμφωνα με την πρόταση «ισορροπίας» ως προς την συμμετοχή, τα υψηλά παρακινήμένα άτομα είναι λιγότερο πιθανό να αντιληφθούν υψηλά επίπεδα ανασταλτικών παραγόντων και έτσι είναι αντίστοιχα περισσότερο πιθανό να συμμετέχουν και σε προγράμματα παραδοσιακών χορών (Jackson at al 1993).

Τρίτος σε σημαντικότητα παράγοντας είναι οι «Οικονομικοί – Προβλήματα Προσέγγισης». Αυτό ενισχύεται από το γεγονός ότι επιλέχθηκαν σχολές χορού με οικονομική συνδρομή. Ακόμη είναι σαφές ότι η μοντέρνα ελληνική οικογένεια λειτουργεί αρκετά συναισθηματικά. Στην προσπάθεια να καλύψει όλες τις ανάγκες των παιδιών πολλές φορές έρχεται σε δυσμενή οικονομική κατάσταση με αποτέλεσμα οι γονείς να μειώνουν τις δικές τους παροχές. Επομένως το κόστος για την συμμετοχή και η δυσκολία εξοικονόμησης χρημάτων επηρεάζουν σημαντικά τα υποψήφια μέλη στην τελική τους απόφαση για συμμετοχή σε προγράμματα παραδοσιακών χορών. Έτσι, ίσως, αν οι αντίστοιχοι σύλλογοι παραδοσιακών χορών έκαναν καλύτερη οικονομική διαχείριση και επαναπροσδιορισμό στους οικονομικούς στόχους, να κατάφερναν τελικά να προσελκύσουν περισσότερα μέλη. Υιοθετώντας αυτή την λύση βέβαια υπάρχει ο κίνδυνος της μείωσης της ποιότητας υπηρεσιών. Έχει σημειωθεί από τον Mathenson, (1991) ότι όσο πιο υψηλό κοινωνικοοικονομικό στάτους τόσο πιο υψηλός είναι ο ρυθμός συμμετοχής στα σπορ. Τα «προβλήματα προσέγγισης» είναι υπαρκτά ιδιαίτερα στις μεγάλες πόλεις. Στην προσπάθεια των γονέων να εξυπηρετήσουν τις υποχρεώσεις των παιδιών η αναζήτηση παρκινγκ αποτελεί ψυχοφθόρα και αποτρεπτική διαδικασία για να το επαναλάβουν προκειμένου να συμμετέχουν οι ίδιοι.

Τέταρτος ανασταλτικός παράγοντας ως προς την συμμετοχή στους παραδοσιακούς χορούς αναδείχθηκε η «έλλειψη παρέας». Πρόκειται για ένα εμπόδιο που ενεργεί καταλυτικά ιδιαίτερα στους ενήλικες και εμφανίζεται με την ίδια βαρύτητα και σταθερότητα σχεδόν σε όλες τις έρευνες που έχουν γίνει σε ελληνικά δεδομένα. Ιδιαίτερα στους παραδοσιακούς χορούς τις περισσότερες φορές επιλέγουμε

ένα χορευτικό σύλλογο παρακινούμενοι από τους φίλους μας γιατί έτσι νιώθουμε καλύτερα και ίσως και «ασφαλείς» έχοντας δίπλα μας κάποιον δικό μας άνθρωπο.

Τέλος πέμπτος παράγοντας προέκυψε η «έλλειψη χρόνου» σε αντίθεση με προηγούμενες έρευνες όπου ο παράγοντας αυτός ήταν ο πλέον ανασταλτικός ως προς την συμμετοχή. Αυτό θα πρέπει να ληφθεί σοβαρά υπόψη γιατί παρουσιάζει μια αδυναμία ως προς το πεδίο των παραδοσιακών χορών. Ενώ η «έλλειψη χρόνου» δεσπόζει σε άλλα ερευνητικά πεδία της αναψυχής και είναι μια εύκολη δικαιολογία για κάποιον που δεν συμμετέχει, παρόλα αυτά βλέπουμε ότι στην παρούσα έρευνα το δείγμα μας δεν χρησιμοποίησε την «εύκολη δικαιολογία» για να δικαιολογήσει ή να εξηγήσει την μη συμμετοχή του.

Οι δημογραφικές διαφορές παίζουν ουσιαστικό ρόλο στους περιορισμούς συμμετοχής των ανθρώπων, όπως και οι αντιλήψεις ποικίλουν ανάλογα με τις κοινωνικοοικονομικές συνθήκες και το περιβάλλον που βιώνουν οι άνθρωποι.

Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι τόσο το φύλο, το μορφωτικό επίπεδο και το επάγγελμα διαφοροποιούν το βαθμό που επηρεάζουν τα υποψήφια μέλη για συμμετοχή σε προγράμματα παραδοσιακών χορών. Αναφορικά με το φύλο οι γυναίκες βιώνουν μεγαλύτερα εμπόδια ως προς την συμμετοχή σε σχέση με τον άνδρα και αυτό μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι τόσο οι προτεραιότητες όσο και οι απαιτήσεις από την πλευρά των γυναικών έχουν αυξηθεί τα τελευταία χρόνια. Η αύξηση του βιοτικού επιπέδου της γυναίκας την οδήγησε στο να είναι ολοένα και πιο απαιτητική και πιο επιλεκτική στις επιλογές της σε σχέση με τον άνδρα. Έτσι ελλείψεις σε παρεχόμενα προγράμματα και υπηρεσίες και «ατομικοί ψυχολογικοί λόγοι» αναστέλλουν την τελική απόφαση τους ως προς την συμμετοχή. Η ίδια κατάσταση συνεχίζεται και στα διαφορετικά μορφωτικά επίπεδα όπου ο μόνος παράγοντας που προέκυψε ήταν οι «ατομικοί-ψυχολογικοί λόγοι». Εδώ θα περίμενε κανείς ότι θα μπορούσε να ήταν διαφορετικά τα πράγματα αλλά δεν υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφορετικών μορφωτικών επιπέδων. Τέλος και στις επαγγελματικές κατηγορίες οι «ατομικοί-ψυχολογικοί» και τα «προβλήματα εγκαταστάσεων» δίνουν έντονα το στίγμα τους σε όλες τις κατηγορίες. Αυτή την φορά τα «οικονομικά προβλήματα» και η «έλλειψη παρέας» κάνουν την εμφάνισή τους. Αυτό γίνεται περισσότερο κατανοητό γιατί οι διαφορετικές επαγγελματικές υποχρεώσεις υποχρεώνουν πολλές φορές τους γονείς να κάνουν περικοπές, σε βάρος τους για να μην λείπει κάτι από τις παροχές ως προς τα παιδιά τους. Παρόλο που τα Τρίκαλα είναι μια παραδοσιακή πόλη με πολλές επιλογές για εκμάθηση χορών, οι



γονείς προτιμούν να ασχοληθούν τα παιδιά τους με τον χορό και οι ίδιοι φρενάρουν την επιθυμία τους για συμμετοχή προβάλλοντας όλους αυτούς τους λόγους άλλοτε με αντικειμενικά και άλλοτε με υποκειμενικά κριτήρια προκειμένου να δικαιολογήσουν την στάση τους.

Αντίθετα με τα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών σε διαφορετικά πεδία ελεύθερου χρόνου, στην παρούσα έρευνα φάνηκε ότι η ηλικία δεν επηρεάζει την τελική διάθεση για συμμετοχή. Αυτό μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι ο παραδοσιακός χορός στα ελληνικά δεδομένα είναι κάτι περισσότερο από άσκηση, αναψυχή ακόμα και χόμπι. Είναι άμεσα συνυφασμένος με την ιστορία, τον πολιτισμό και την κουλτούρα αυτής της χώρας και φαίνεται ότι αγγίζει όλες τις ηλικιακές κατηγορίες. Μια σύγκριση των φορέων παραδοσιακού χορού μεταξύ Ελλάδας και Βελγίου που παρουσιάζεται στην εργασία των Γουλιμάρη, Σερμπέζη και Ταξιλδάρη (1998) αναδεικνύει τους διαφορετικούς τρόπους όσον αφορά τη λειτουργία αυτών των ομάδων στις δύο χώρες. Στη χώρα μας θεωρείται σημαντική η διατήρηση της χορευτικής παράδοσης, ενώ στο Βέλγιο δίνεται μεγαλύτερη βαρύτητα στην αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου.

Οι επιδράσεις που προκαλούνται στο ψυχολογικό τομέα από την αναστολή συμμετοχής, είναι ποικίλες όπως ποικίλες είναι και οι άμυνες που αναπτύσσονται για το ξεπέρασμα των εμποδίων και εξαρτώνται από τις εμπειρίες και τα βιώματα συμμετοχής σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου.

Επιπλέον, η έννοια της υπερπήδησης μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο μοντέλο αξιολόγησης των προσπαθειών που οδηγούν τελικά στη συμμετοχή, για ανθρώπους που αισθάνθηκαν αρχικά περιορισμένοι. Αυτές οι μελέτες προτείνουν ότι οι απειλές στη συμμετοχή υπερνικούνται συχνά με επιτυχία. Εάν είναι έτσι, οι αντιλαμβανόμενοι ανασταλτικοί παράγοντες μπορεί να μην αποτρέψουν την πραγματική συμμετοχή σε μια δραστηριότητα.

Η πρόταση ότι οι άνθρωποι μπορούν να αντιμετωπίσουν και να μεταβιβάσουν τους ανασταλτικούς παράγοντες δραστηριοτήτων αναψυχής (Jackson, Crawford & Godbey, 1993; Jackson & Rucks, 1995) υπονοεί ότι οι ανασταλτικοί παράγοντες δεν είναι στατικοί και μόνιμοι. Διαμορφώνονται ενεργά και μετασχηματίζουν την έκφραση μας για την αναψυχή μέσω της αλληλεπίδρασης με τις προτιμήσεις και τα σχέδια της συμπεριφοράς.

Τέλος η παραίνεσή δεν είναι να απορρίψουμε ολοκληρωτικά τους ανασταλτικούς παράγοντες, αλλά να καταλάβουμε τους περιορισμούς σαν ένα όχημα

για τη μελέτη της ευρύτερη φύσης των επιλογών και των εννοιών της αναψυχής που στη προκειμένη περίπτωση είναι η συμμετοχή σε προγράμματα παραδοσιακών χορών.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Υπάρχουν αναμφισβήτητα πολλές και αξιοποιήσιμες εφαρμογές της θεωρίας ανασταλτικών παραγόντων στους παραδοσιακούς χορούς. Τόσο για τους ανθρώπους που επιθυμούν να συμμετέχουν στην συγκεκριμένη δραστηριότητα αλλά δεν το αποφασίζουν για κάποιους λόγους, αλλά και για τους ελεύθερους επαγγελματίες που προσφέρουν την δυνατότητα αυτή σε κάποιο σύλλογο, το μοντέλο περιορισμών μπορεί να παρέχει ένα αποτελεσματικό πλαίσιο για την κατανόηση των λόγων μη συμμετοχής (Samdahl & Jekubovich, 1997).

Η σημασία των ερευνητικών μελετών, στο χώρο των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου, είναι πολύ μεγάλη γιατί πέρα από την απαρίθμηση των παραμέτρων που τους προκαλούν, δίνεται η ευκαιρία και η δυνατότητα μελέτης τους με σκοπό να ξεπεραστούν τα εμπόδια και οι αιτίες που τους προκαλούν. Επίσης αποκαλύπτονται διάφορες πτυχές των κοινωνικών αντιλήψεων και επιπτώσεων που υπάρχουν στα κοινωνικά στρώματα των ανθρώπων.

Ανεξάρτητα από την διαφορετικότητα του ερευνητικού πεδίου που εξετάζετε κάθε φορά, ο στόχος των ερευνητών είναι κοινός: η εξερεύνηση των περιοριστικών παραγόντων από πολλές οπτικές γωνίες, απόψεις και προσεγγίσεις.

Λαμβάνοντας υπόψη την ιδιαιτερότητα της συγκεκριμένης έρευνας θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε ότι γνωρίζοντας τα κοινωνικοοικονομικά χαρακτηριστικά του πληθυσμού μιας περιοχής, θα μπορούσαμε να κάνουμε κάποιο πρόγραμμα παραδοσιακών χορών ελκυστικό προς αυτούς.

Έχουμε έτσι, κατά κάποιο τρόπο, αποφύγει τον κίνδυνο τα προγράμματα που θα προσφερθούν να τύχουν κακής ανταπόκρισης από τους υποψήφιους «πελάτες» μας. Ακόμα, είναι δυνατόν κατέχοντας πληροφορίες για τον ευρύτερο πληθυσμό ενός χώρου να προσαρμοστούν στις απαιτήσεις του, αποκτώντας ταυτόχρονα πιο ικανοποιημένους πελάτες. Το πιο σημαντικό βέβαια είναι ότι γνωρίζοντας ανάλογες πληροφορίες οι υπεύθυνοι των συλλόγων να μπορούν να προσφέρουν προτάσεις οι οποίες θα ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις και θα αγκαλιαστούν από τον κόσμο.

Οι διευθυντές των χορευτικών συλλόγων πρέπει να ενημερώνονται συνεχώς για τις ανάγκες των συμμετεχόντων και να κάνουν ότι μπορούν προκειμένου να τους ικανοποιούν. Γιατί δεν υπάρχει καλύτερη διαφήμιση από τους ήδη ικανοποιημένους πελάτες.

Έτσι θα πρέπει όχι μόνο να απομακρύνουν τους παράγοντες που περιορίζουν την συμμετοχή, αλλά και να εισάγουν εκείνους τους παράγοντες που θα καταστήσουν την συμμετοχή δυνατή .

Όλοι οι υπεύθυνοι των συλλόγων θα πρέπει να ασχοληθούν και να αφουγκραστούν τις ανάγκες αυτού του σημαντικού κομματιού της «αγοράς» που είναι οι γονείς των παιδιών που ήδη συμμετέχουν στους συλλόγους τους. Οφείλουν να βρουν τρόπους ώστε να εξαλείψουν αυτούς τους παράγοντες και να ενισχύσουν με κατάλληλες προτάσεις και προγράμματα την πρόθεση των γονιών για συμμετοχή. Οι υπεύθυνοι των συλλόγων οφείλουν να γνωρίζουν το προφίλ των γονιών που στέλνουν τα παιδιά τους στον κάθε σύλλογο. Γνωρίζοντας το προφίλ των μελλοντικών πελατών μπορούν να προλάβουν τις ανάγκες και επιθυμίες τους προτείνοντας τους λύσεις που θα καταστήσουν την συμμετοχή τους δυνατή.

Οι επιστημονικές έρευνες προσφέρουν πολλές πληροφορίες που αφορούν την πρόβλεψη της αθλητικής συμμετοχής, οι οποίες μπορούν να αξιοποιηθούν από τους υπεύθυνους. Γνωρίζοντας τα χαρακτηριστικά και τα πιστεύω των συμμετεχόντων, μπορούμε να προσαρμόσουμε τα προγράμματα στις απαιτήσεις και στα πιστεύω τους.

Ακόμα θα μπορούσε να προγραμματιστούν διάφορες εκδηλώσεις, όπως παραδοσιακές βραδιές, όπου καλεσμένοι να είναι εκτός από τα ήδη υπάρχοντα μέλη και οι γονείς των παιδιών που δεν συμμετέχουν. Με αυτό τον τρόπο θα μπορούσε να προσελκυθεί περισσότερος κόσμος και να υπάρχει και η δυνατότητα για κοινωνικοποίηση.

Από την άλλη η βελτίωση των συνθηκών των μαθημάτων - αποδυτήρια - εξαερισμός - καλή ακουστική – καθαρές και διατηρημένες αίθουσες κλπ, τα ευέλικτα οικονομικά προγράμματα για όλη την οικογένεια και οι αντίστοιχες εκπτώσεις, η διαφήμιση και η παροχή κινήτρων για τα νέα τμήματα που χαρακτήρα έχουν την «παρέα» και όχι άμεσα τον διδακτικό χαρακτήρα, δεδομένου ότι πολλοί είναι αυτού που επιθυμούν την συμμετοχή και για την προσωπική τους ψυχολογική εκτόνωση και ηρεμία από την καθημερινότητα, είναι κάποιες από τις κατευθύνσεις όπου θα πρέπει να επικεντρωθεί η προσοχή των υπευθύνων των σχολών.

Επίσης είναι πολύ σημαντικό η ανάπτυξη της προώθησης και πώλησης όπου θα πρέπει να γίνεται έρευνα αγοράς και αντίστοιχα εύστοχη επιλογή και σχεδιασμός του κατάλληλου για τους πελάτες προγράμματος.

Τέλος θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι για να υποστηριχθούν όλα τα παραπάνω απαιτείται συνεχώς ενημέρωση και επαγγελματική κατάρτιση από το προσωπικό των συλλόγων για την παροχή καλύτερων υπηρεσιών. Η αναγκαιότητα για την ύπαρξη κατάρτισης κρίνεται επιτακτική. Δεν είναι δυνατόν να μιλάμε για προγράμματα δια βίου μάθησης και οι ίδιοι οι διαχειριστές των προγραμμάτων να μην έχουν «φιλοσοφία» δια βίου εκπαίδευσης. Είναι αδύνατη η αρμονική συνύπαρξη μεταξύ της αναβάθμισης της ποιότητας υπηρεσιών και των γνώσεων που σταματούν με την απόκτηση κάποιου πτυχίου. Γιατί και αν ακόμα γίνουν όλα μεθοδικά το στελεχιακό δυναμικό θα πρέπει να είναι σε θέση να εφαρμόσει στην πράξη όλα τα παραπάνω.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Alexandris, K. (1998). Patterns of recreational sport participation among the adult population in Greece. *Cyber Journal of Sport Marketing*, 2(2), 1-9.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997a). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16, 107-125.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997b). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 19, 1-15.
- Alexandris, K., & Carroll, B. (1999). Constraints on recreational sport participation in adults in Greece: Implications for providing and managing sport services. *Journal of Sport Management*, 13, 317-332.
- Alexandris, K., Grouios, G., Tsorbatsoudis, Ch., & Bliatsou, A. (2001). Relationship between perceived constraints and commitment to recreational sport participation of university students in Greece. *International Journal of Management*, 2, 282-296.
- Alexandris, K., Tsorbatzoudis, Ch., & Grouios, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation and Amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233-252.
- Brown P. & Brown W. & Miller Y. & Hansen V. (2001). "Perceived Constraints and Social Support for Active Leisure Among Mothers With Young Children" *Leisure Sciences* , 23, 131 – 144 .
- Ballo, D., & Harrington, M. (1991). The Leisure Experience of Women in Ontario. *Journal of Applied Recreation Research*, 26, 57-74.
- Bolla, P. A. (1990). Media images of women and leisure: an analysis of magazine advertisements 1964-87, *Leisure Studies*, 9, 241-252.
- Boothby, J., Tungatt, F. M., & Townsend, A. (1981). Ceasing participation in sports activity: Reports and their implications. *Journal of Leisure Research*, 13, 1-14.

- Buchanan, T., & Allen, L. (1985). Barriers to recreation participation in later life cycle stages. *Therapeutic Recreation Journal*, 19, 39-50.
- Carroll, B. & Alexandris, K. (1997). Perception of Constraints and Strength of Motivation: Their Relationship to Recreational Sport Participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 279-299.
- Coalter, F. (1993). Sports participation: Price or priorities? *Leisure Sciences*, 12, 171-182.
- Γουλιμάρης, Δ., Σερμπέζης, Β., & Ταξιλάδης, Κ. (1998). *Ο προσανατολισμός των δραστηριοτήτων των φορέων παραδοσιακού χορού στην Ελλάδα και στο Βέλγιο*. Πρακτικά του 6ου Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού. Κομοτηνή.
- Crawford, D., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- Crawford, D., Jackson, E., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Forrest, R. & A., Kearns (2001). Social cohesion, social capital and the neighborhoods, *Urban Studies*, 12, 2125-2143.
- Francken, D., & Van Raij, M. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13, 337-352
- Gratton, C., & Taylor, P. (1995). From economic theory to leisure practice via empirics: The case of demand and price. *Leisure Sciences*, 14, 245-261.
- Hanley, E. (1986). *Ο ρόλος του χορού στους αρχαίους και στους σύγχρονους Ολυμπιακούς αγώνες*. Λεύκωμα 26ης Συνόδου Διεθνούς Ολυμπιακής Ακαδημίας (σελ. 251-267). Αρχαία Ολυμπία.
- Harahoussou, Y. (1996). Sociocultural influences on Greek women's involvement in physical recreation. *International Review for Sociology of Sport*, 31, 219-227.
- Harahoussou Y. & Kabitsis Cr. (2001). "Greece sport for all as a Governmental Commitment" *World Experience and Trends in Sport for All*
- Harrington, M., & Dawson, D. (1995). Who has it best? Women's labor force participation, perceptions of leisure and constraints to enjoyment of leisure. *Journal of Leisure Research*, 27(1), 4-24.
- Harrington, M., Dawson, D., & Bolla, P. (1992). Objective and subjective constraints on women's enjoyment of leisure. *Loisir et Societe*, 15, 203-221.

- Havitz, E., & Dimanche F., (1999). Leisure involvement revisited: drive properties and paradoxes. *Journal of Leisure research*, 31, 122 – 149.
- Hawkins, B. A., Peng, J., Hsieh, C. M., Eklund, S. J. (1999). Leisure Constraints: A Replication and Extension of Construct Development. *Leisure Sciences*, 21, 179–192.
- Henderson, K. A. (1990a). Anatomy is not destiny: A feminist analysis of the scholarship on women’s leisure. *Leisure Sciences*, 12, 229-236.
- Henderson, K. A. (1990b). The meaning of leisure for women: An integrative review of the literature. *Journal of Leisure Research*, 22, 228-243.
- Henderson, K. A. (1996). One size doesn't fit all: The meanings of women's leisure. *Journal of Leisure Research*, 28(3), 139-155.
- Henderson, K. A., & Allen, K. R. (1991). The ethic of care: Leisure possibilities and constraints for women. *Society and Leisure*, 14, 97-113.
- Henderson, K. A., Stalnaker, D., & Taylor, G. (1988). The relationship between barriers to recreation and gender-role personality traits for women. *Journal of Leisure Research*, 20, 69-80.
- Hudson S. & Gilbert D. (1999). “ Tourism Constraints: the neglected dimension in consumer behavior research”. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 4, 69 – 78.
- Howard, D. (1992). Participation rates in selected sport and fitness activities. *Journal of Sport Management*, 6, 191 – 205.
- Iso-Ahola, S. E., & Mannell, R. C. (1985). *Social and psychological constraints on leisure*. In M. G. Wade (Ed.), *Constraints on Leisure 111-151*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Jackson, E. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 203-215.
- Jackson, E. (1990). Trends in leisure preferences: Alternative constraints-related explanations. *Journal of Applied Recreation Research*, 15, 129-145.
- Jackson, E. (1990). Variations in the desire to begin a leisure activity: Evidence of antecedent constraints?. *Journal of Leisure Research*, 22, 55-70.
- Jackson, E. (1991). Research update: *Leisure constraints*. *Parks and Recreation*, 73, 18-23.
- Jackson, E. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.



- Jackson, E. (1994a). Activity specific constraints on leisure participation. *Journal of Park and Recreation Administration*, 12(2), 33-49.
- Jackson, E. (1994b). Constraints on participation in resource based outdoor recreation. *Journal of Applied Recreation Research*, 19, 215–245.
- Jackson, E. (1994c). Geographical aspects of constraints on leisure and recreation. *The Canadian Geographer*, 38, 110-121.
- Jackson, E. (1997). In the eye of the beholder: A comment on Samdahl & Jekubovich (1997), “A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings.” *Journal of Leisure Research*, 29, 458–468.
- Jackson, E., & Henderson, K. A. (1995). Gender based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31-51.
- Jackson, E., & Searle, M. S. (1985). Recreation non- participation and barriers to participation: Concepts, and models. *Society and Leisure*, 8, 693-707.
- Jackson, E., & Witt, P. A. (1994). Change and stability in leisure constraints: A comparison of two surveys conducted four years apart. *Journal of Leisure Research*, 26, 322-336.
- Jackson, E., & Rucks, V. (1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high and high-school students: An exploratory study. *Journal of Leisure Research*, 27, 85-105.
- Jackson, E., Crawford, D., & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-11.
- Kay, T., & Jackson, G. (1991). Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 301-313.
- Kishi, G., Teelucksingh, B., Zollers, N., Park-Lee, S., & Meyer, L. (1988). Daily decision-making in community residences: A social comparison of adults with and without mental retardation. *American Journal on Mental Retardation*, 92, 430–435.
- Koroneou, A. (1996). Women's leisure and the family in Greece: Between tradition and modernity. In N. Samuel (Ed.), *Women, leisure and the family in contemporary society. A multinational perspective* (209-217). Wallingford: Cab International.
- Κουθούρης Χ., Αλεξανδρής Κ., Γιοβάνη Χ., και Χατζηγιάννη.( 2005<sup>α</sup>). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στη χιονοδρομία αναψυχής. *Αναζητήσεις στην Φυσική Αγωγή & στον Αθλητισμό*, 3(1), 22-38.

- Κουθούρης Χ., Αλεξανδρής Κ., και Γκόλτσιος Κ. (2005β). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στο ποδόσφαιρο αναψυχής (Γήπεδα μικρών διαστάσεων). *Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός*, 6, 18-32.
- Κουθούρης Χ., Τζουβίστα Λ., και Αλεξανδρής Κ. (2006). Παράγοντες που περιορίζουν τη συμμετοχή στην κολύμβηση αναψυχής. *Άθληση και Κοινωνία*, 43, 48-56.
- Lawler, L. (1984). *Ο χορός στην Αρχαία Ελλάδα (μετ. Δημητριάδου - Ψαροπούλου Μ.)*. Αθήνα: Εκπολιτιστικό Σωματείο Ελληνικών Χορών, Κέντρο Παραδοσιακού Χορού.
- Little D. (2002) "Women and Adventure Recreation: Reconstructing Leisure Constraints and Adventure Experiences to Negotiate Continuing Participation". *Journal of Leisure Research*, 34(2), 157-77.
- Marconi, J. (1994). *Marketing σε περίοδο Κρίσης*. Αθήνα: Compupress
- Matheson, J. (1991). *Participation in sport*. London: HMSO.
- McGuire, F. A., Dottavio, D., & O'Leary, J. T. (1986). Constraints to participation in outdoor recreation across the life span: A nationwide study of limitors and prohibitors. *The Gerontologist*, 26, 538-544.
- McKay, J. (1983) The democratisation of Australian sport: Some preliminary observations of a national survey. *International Review of Sport Sociology*, 18, 91-111.
- McCarville, R., & Smale, J. (1993). Perceived constraints to leisure participation within five activity domains. *Journal of Park and Recreation Administration*, 11(2), 40-59.
- Moccia, F. D. (2000) Planning Time: An Emergent European Practice. *European Planning Studies*, 8, 367-375.
- Nadirova A. & Jackson E. L (2000). Alternative Criterion Variables Against Which to Assess the Impacts of constraints to Leisure. *Journal of Leisure Research*, 32(4), 396-405
- Newton, S. J., Horner, R. H., & Lund, L. (1991). Honoring activity preferences in individualized plan development: A descriptive analysis. *Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps*, 16, 207-212.
- Papageorgiou, F. (1989). Leisure policy and the quality of life in Athens. In P. Bramham, I. Henry, H. Wommaas, & H. van der Poel (Eds.), *Leisure and urban processes* ( 47-67). London: Routledge.

- Raymore, L., Godbey, G., Crawford, D., & von Eye, A. (1993). Nature and process of leisure constraints: An empirical test. *Leisure Sciences, 15*, 99–113.
- Romsa, G., & Hoffman, W. (1980). An application of non-participation data in recreation research: Testing the opportunity theory. *Journal of Leisure Research, 26*, 99-118.
- Samdahl, D. M. & Jekubovich, N. J. (1997). A Critique of Leisure Constraints: Comparative Analyses and Understandings. *Journal of Leisure Research, 29(4)*, 430-452.
- Sands, D. J., & Kozleski, E. B. (1994). Quality of life differences between adults with and without disabilities. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities, 29(2)*, 90–101.
- Searle, M., & Jackson, E. (1985a). Socio-economic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants. *Leisure Sciences, 7*, 227-249.
- Σερμπέζης, Β. (1999). *Τοπικές συμβιωτικές ομάδες και πολιτισμική αλλαγή κατά τον 20ο αιώνα. Η περίπτωση των Σαρακατσάνων της Βαλκανικής*. Πρακτικά 1ου Πανελληνίου Συνεδρίου Λαϊκού Πολιτισμού (107-113), Σέρρες.
- Shaw, S.M. (1985). Gender and leisure: Inequality in the distribution of leisure time. *Journal of Leisure Research, 17(4)*, 266-282.
- Shaw, S. M. (1994). Gender, leisure, and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research, 26*, 8-22.
- Shaw, S., Bonen, A., & McCabe, J. (1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research, 23*, 286-300.
- Spreitzer, E., & Synder, E. E. (1976). Socialisation into sport: an exploratory path analyses. *Research Quarterly, 47*, 238-245.
- Pain, R. H. (1997) *Whither women's fear? Perceptions of sexual violence in public and private space*, *International Review of Victimology, 4*, 297-312.
- Parr, M. & Lashua, B. (2004) What is Leisure? The Perceptions of Recreation Practitioners and Others. *Leisure Sciences, 26*, 1–17.
- Παυλογιάννης, Ο. (2000). *Η εξέλιξη της γυμναστικής και των αθλητικών ιδεών στα ελληνιστικά και στα αυτοκρατορικά χρόνια*. Αδημοσίευτη διδακτορική διατριβή. Ιόνιο Πανεπιστήμιο, Κέρκυρα.

- Πίτση, Α. (2002). *Φυσιολογικές ανταποκρίσεις κατά την εκτέλεση ελληνικών παραδοσιακών χορών σε άτομα μέσης ηλικίας*. Αδημοσίευτη μεταπτυχιακή διατριβή. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή.
- Tsai, E., & Coleman, D. (1992) "Leisure constraints of Chinese immigrants: an exploratory study". *Society and Leisure*, 2, 243-264.
- Witt, P.A., & Goodale, T. L. (1981). The relationship between barriers to leisure enjoyment and family stages. *Leisure Sciences*, 4, 29-49.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### Ερωτηματολόγιο

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ & ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
Διατμηματικό Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών  
<<Άσκηση και Ποιότητα Ζωής>>

Αγαπητέ/ή

Το παρόν ερωτηματολόγιο είναι μέρος της Μεταπτυχιακής μου Διατριβής και σκοπό έχει να διερευνήσει τους παράγοντες εκείνους που εμποδίζουν την συμμετοχή των γονέων σε προγράμματα παραδοσιακών χορών.

Τα αποτελέσματα θα δημοσιευθούν από το Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων.

Ο χρόνος που θα χρειαστείτε είναι 5 λεπτά.

Τα ερωτηματολόγια είναι ανώνυμα και δεν υπάρχουν σωστές και λάθος απαντήσεις.

Τσεκάρετε με  την επιθυμητή απάντηση

ΦΥΛΟ:	Άνδρας .....	Γυναίκα .....			
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ	Δημοτικό .....	Γυμν.-Λύκειο.....	ΤΕΙ /Τεχνική σχολή .....	Απόφοιτοι ΑΕΙ .....	
ΗΛΙΚΙΑ:	20 - 25 .....	26 - 31 .....	32- 37 .....	38- 43 .....	44 – 50 .....
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ	Ιδ.Υπάλλ.....	Δημ. Υπαλλ. ....	Ελ. Επαγγελμ .....	Οικιακά .....	
	Αγρότης .....	Άνεργος .....	Άλλο .....		
ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΔΙΩΝ	1 .....	2 .....	3 .....	4 .....	
ΤΑΞΗ	Προσχολική....	A-B .....	Γ-Δ .....	Ε-Στ .....	

1. Συμμετείχατε ποτέ σε τμήμα παραδοσιακών χορών; Ναι ... Όχι ...
2. Αν συμμετείχατε για πόσο χρονικό διάστημα; .....
3. Τι κάνεις στον Ελεύθερο σου χρόνο;(αναφέρετε τους λόγους με σειρά προτεραιότητας Α,Β,Γ,Δ,Ε κλπ)
  - Ασχολούμαι με κάποιο είδος άσκησης ..... Αν Ναι Ποιο; .....
  - Βλέπω τηλεόραση .....
  - Βγαίνω με φίλους .....
  - Ξεκουράζομαι .....
  - Άλλο.....
4. Γιατί στέλνετε τα παιδιά σας σε παραδοσιακούς χορούς;(αναφέρετε τους λόγους με σειρά προτεραιότητας Α,Β,Γ,Δ,Ε κλπ )
  - ♦ Διατήρηση της χορευτικής παράδοσης του τόπου .....
  - ♦ Αξιοποίηση του Ελεύθερου χρόνου .....

- ♦ Διασκέδαση – Αναψυχή .....
- ♦ Κοινωνικοποίηση .....
- ♦ Να μάθει να εκφράζεται .....
- ♦ Άλλο .....

5. Η επιλογή του χορευτικού έγινε με κριτήριο: (αναφέρετε τους λόγους με σειρά προτεραιότητας Α,Β,Γ,Δ,Ε κλπ )

- Τον οικονομικό παράγοντα .....
- Την φήμη του χορευτικού .....
- Την ποιότητα του δασκάλου .....
- Επειδή εκεί είναι η παρέα του παιδιού .....
- Την απόσταση από το σπίτι .....
- Άλλο .....

Εκτιμήστε κατά πόσο οι παρακάτω παράγοντες περιορίζουν την συμμετοχή σας σε προγράμματα παραδοσιακών χορών.

	Συμφωνώ Απόλυτα	Συμφωνώ	Ουδέτερο	Διαφωνώ	Διαφωνώ Απόλυτα
1. Δεν έχω το χρόνο λόγω των εργασιακών υποχρεώσεων μου .	1	2	3	4	5
2. Δεν έχω το χρόνο λόγω των οικογενειακών υποχρεώσεων μου.	1	2	3	4	5
3. Δεν έχω το χρόνο λόγω των κοινωνικών υποχρεώσεων μου.	1	2	3	4	5
4. Δεν θέλω να ξοδεύω έτσι τον ελεύθερο μου χρόνο.	1	2	3	4	5
5. Αισθάνομαι ήδη πολύ κουρασμένος/η για να συμμετέχω σε κάποιο πρόγραμμα χορού.	1	2	3	4	5
6. Φοβάμαι να μην τραυματιστώ.	1	2	3	4	5
7. Οι χορευτικές δραστηριότητες πιστεύω ότι θα με κουράζουν πολύ.	1	2	3	4	5
8. Δεν είμαι αρκετά επιδέξιος για χορό.	1	2	3	4	5
9. Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση.	1	2	3	4	5
10. Δεν έχω αυτοπεποίθηση στις χορευτικές μου ικανότητες και ντρέπομαι.	1	2	3	4	5
11. Δεν μπορώ να παρακινήσω τον εαυτό μου και να ξεκινήσω μαθήματα χορού.	1	2	3	4	5
12. Δεν είναι μία από τις προτεραιότητές μου.	1	2	3	4	5
13. Δεν αισθάνομαι άνετα να μου κάνουν άλλοι μάθημα.	1	2	3	4	5
14. Δεν θα διασκεδάζω όταν θα πηγαίνω για χορό	1	2	3	4	5
15. Δεν υπάρχει ποικιλία προγραμμάτων για να επιλέξω αυτό που μου ταιριάζει.	1	2	3	4	5
16. Δεν μου αρέσουν οι δάσκαλοι χορού.	1	2	3	4	5

17. Δεν μου αρέσει ο χώρος και διάκοσμος της σχολής	1	2	3	4	5
18. Δεν υπάρχουν αποδυτήρια και εξαερισμός	1	2	3	4	5
19. Η συμμετοχή στα προγράμματα για ενήλικες είναι ακριβή	1	2	3	4	5
20. Δυσκολεύομαι να εξοικονομήσω τα χρήματα που απαιτούνται	1	2	3	4	5
21. Η σχολή χορού είναι μακριά από το σπίτι μου	1	2	3	4	5
22. Μου παίρνει πολύ χρόνο να φτάσω εκεί και δεν βρίσκω πάρκινγκ	1	2	3	4	5
23. Δεν έχω πάντα παρέα	1	2	3	4	5
24. Στους φίλους μου δεν αρέσουν οι χοροί	1	2	3	4	5
25. Στον/η σύζυγο δεν αρέσει η συμμετοχή	1	2	3	4	5