

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΑΝΑΣΤΕΛΛΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΣΕ
ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΝΑΨΥΧΗΣ.
Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ / ΛΥΚΕΙΩΝ ΤΗΣ ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ.

του
Δαμιανίδη Χρήστου

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 Ποιότητας Ζωής» των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού του Δημοκρίτειου Παν/ μίου Θράκης και του Παν/ μίου Θεσσαλίας.

Τρίκαλα
2006

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

1^{ος} Επιβλέπων: Κουθούρης Χαρίλαος, Λέκτορας

2^{ος} Επιβλέπων: Αλεξανδρής Κωνσταντίνος, Λέκτορας

3^{ος} Επιβλέπων: Χατζηγεωργιάδης Αντώνιος, Λέκτορας



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

Αριθ. Εισ.: 5367

Ημερ. Εισ.: 15-06-2007

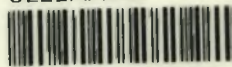
Δωρεά:

Ταξιθετικός Κωδικός: Δ

796

ΔΑΜ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



004000086527

© 2006
Χρήστου Δαμανίδη
ALL RIGHTS RESERVED

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Χρήστος Δαμιανίδης: Παράγοντες που αναστέλλουν τη συμμετοχή των μαθητών σε εξωσχολικές δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. Η περίπτωση των Γυμνασίων / Λυκείων της Λιβαδειάς.

(Υπό την επίβλεψη του Λέκτορα κ.. Κουθούρη Χαρίλαου)

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση των ανασταλτικών παραγόντων που αντιμετωπίζουν 643 μαθητές-τριες τεσσάρων δημόσιων Γυμνασίων και τριών Λυκείων της πόλης της Λιβαδειάς ως προς τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Συγκεκριμένα διερευνήθηκαν α) οι σημαντικότεροι ανασταλτικοί παράγοντες, β) οι ανασταλτικοί παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες, Γυμνασίων/Λυκείων σε σχέση με την εκπαιδευτική βαθμίδα, γ) οι ανασταλτικοί παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες, σε σχέση με το διαφορετικό φύλο, δ) οι ανασταλτικοί παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες που συμμετέχουν ή δε συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους, ε) οι ανασταλτικοί παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες, ανάλογα με την διαφορετική συχνότητα συμμετοχής τους. Η επιλογή του δείγματος έγινε με αναλογική στρωσιγενή δειγματοληψία. Χρησιμοποιήθηκε μετά από προσαρμογή το ερωτηματολόγιο των Alexandris και Carroll (1997b). Από τα αποτελέσματα της έρευνας φάνηκε ότι: α) η «έλλειψη χρόνου» ήταν ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας, β) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των μαθητών-τριών γυμνασίου και λυκείου με τους μαθητές-τριες του λυκείου να σημειώνουν μεγαλύτερες τιμές, γ) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές λόγω διαφορετικού φύλου με τα κορίτσια να σημειώνουν μεγαλύτερες τιμές, δ) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των μαθητών/αθλητών και των μαθητών/μη αθλητών, με τους μαθητές/αθλητές να σημειώνουν μικρότερες τιμές, ε) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ομάδων διαφορετικής συχνότητας συμμετοχής με τις περισσότερο κινητικές ομάδες να σημειώνουν μικρότερες τιμές από τις λιγότερο κινητικές. Τα αποτελέσματα συζητούνται με στόχο τη βελτίωση των ευκαιριών για συμμετοχή των μαθητών-τριών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, με την υποστήριξη των αρχών, των γονέων και των ειδικών.

Λέξεις κλειδιά: Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής, ελεύθερος χρόνος
εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής, εφηβεία

ABSTRACT

Christos Damianidis: Perceived constraints on extracurricular sports recreation activities among students. The case study of high and middle schools of Livadia city in Greece.

(Under the supervision of Lecturer Kouthouris Charilaos)

The present study aimed to investigate the perception of constraints on extracurricular sports recreation activities from 643 students who studied in four public middle schools and three public high schools of an urban area in Greece. In particular the following factors were investigated: a) the most important constraints toward participation on students' extracurricular sports recreation activities, b) the extracurricular sports recreation constraints among high school students and middle school students, c) the constraints among males and females, d) the constraints among students who were athletes and students who were not, e) the constraints and the frequency of students' participation on extracurricular sports recreation activities. The sample was chosen with analogical stratified sampling method. For the measurement of extracurricular sports recreation constraints an adapted version of Alexandris & Carroll's (1997b) questionnaire was used. The results indicated that: a) "lack of time" was the most important constraint, b) significant statistical differences between high school students and middle school students, with high school students reported higher score c) significant statistical differences in all constraints factors between males and females, with females reported higher score, d) significant statistical differences in all constraints factors between students who were athletes and students who were not, with athletes reported lower score, e) students with higher rates of participation reported lower score for participation in all constraints factors. The results of the study stress the need for more opportunities to increased the participation of students on extracurricular sports recreation activities with support of authorities, parents and specialists.

key words: perceived constraints, leisure time, extracurricular sports recreation activities, adolescence

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

στη Μαρία, τη Βίκη και την Ελένη

Ευχαριστώ τους γονείς μου για την ηθική συμπαράσταση και οικονομική υποστήριξη. Ευχαριστώ τους διευθυντές και τους εκπαιδευτικούς των γυμνασίων και λυκείων της Λιβαδειάς, για την πολύτιμη βοήθεια στη συλλογή των δεδομένων της έρευνας από τους μαθητές.

Ευχαριστώ όλους τους καθηγητές που με δίδαξαν στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Άσκηση & Ποιότητα Ζωής».

Ευχαριστώ τα μέλη της τριμελούς επιτροπής, κ. Αλεξανδρή και κ. Χατζηγεωργιάδη για τις πολύτιμες συμβουλές τους.

Περισσότερο από όλους, ευχαριστώ το δρ. Κουθούρη Χαρίλαο για την ευκαιρία, και τα κίνητρα. Για τις συμβουλές και τις διακριτικές παρατηρήσεις. Για το χρόνο που αφιέρωσε ώστε να διεκπεραιώσω τη διπλωματική μου διατριβή.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	iii
ABSTRACT	iv
ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ	vi
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ	viii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ	ix
I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
Σημασία της έρευνας.....	2
Λειτουργικοί ορισμοί	3
Κατηγορίες ανασταλτικών λόγων στη διαδικασία λήψης απόφασης	3
Περιορισμοί της έρευνας.....	4
Σκοπός και υποθέσεις.....	4
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ	6
Ελεύθερος χρόνος	6
Αναψυχή, αθλητισμός αναψυχής και εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.....	8
Ανασταλτικοί λόγοι και παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.....	8
Η σχέση των ανασταλτικών παραγόντων με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων	11
Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής ενηλίκων σε δραστηριότητες αναψυχής στην Ελλάδα	13
Διάθεση ελεύθερου χρόνου και ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου κατά την εφηβεία διεθνώς	14
Ελεύθερος χρόνος και ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής εφήβων σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες στην Ελλάδα.....	25

III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	30
Περιγραφή των οργάνων μέτρησης	31
Διαδικασία Μέτρησης.....	33
Σχεδιασμός της έρευνας.....	34
Στατιστική ανάλυση.....	34
IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	35
Δημογραφικά χαρακτηριστικά.....	35
Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες.....	35
Ομαδοποίηση των ανασταλτικών λόγων σε ανασταλτικούς παράγοντες.....	36
Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με την εκπαιδευτική βαθμίδα (γυμνάσιο-λύκειο)	37
Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σχέση με το φύλο	38
Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με τη συμμετοχή των μαθητών-τριών σε αθλητικούς συλλόγους.....	39
Ανασταλτικοί παράγοντες σε σχέση με τη συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.....	40
V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	42
Δημογραφικά χαρακτηριστικά και συμμετοχή	42
Καταγραφή σημαντικών και μη σημαντικών ανασταλτικών παραγόντων.....	43
Ανασταλτικοί παράγοντες και εκπαιδευτική βαθμίδα.	46
Ανασταλτικοί παράγοντες και φύλο	48
Ανασταλτικοί παράγοντες για μαθητές-αθλητές συλλόγων	49
Ανασταλτικοί παράγοντες και συχνότητα συμμετοχής	50
Σύγκριση με ευρήματα ανάλογων σχετικών ερευνών στον Ελλαδικό χώρο.....	51
Περιορισμοί-Οριοθετήσεις.....	52
VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	53
VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	56

VIII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	62
------------------------	----

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας 1. Περιγραφικά χαρακτηριστικά της μελέτης.....	30
Πίνακας 2. Περιγραφικά χαρακτηριστικά ανασταλτικών λόγων συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες	31
Πίνακας 3. Δημογραφικά χαρακτηριστικά.....	35
Πίνακας 4. Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες.....	36
Πίνακας 5. Κατηγορίες, Ανασταλτικοί Παράγοντες και Συντελεστές αξιοπιστίας	37
Πίνακας 6. Ανασταλτικοί παράγοντες και εκπαιδευτική βαθμίδα	38
Πίνακας 7.Ανασταλτικοί παράγοντες και φύλο	39
Πίνακας 8.Ανασταλτικοί παράγοντες για μαθητές αθλητές/μη αθλητές	40
Πίνακας 9.Ανασταλτικοί παράγοντες και συχνότητα συμμετοχής (One Way Anova)	41

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

Σχήμα 1. Ανασταλτικοί παράγοντες και ανασταλτικοί λόγοι σύμφωνα με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford, Jackson και Godbey (1991).....	11
--	----

**ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΑΝΑΣΤΕΛΛΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΣΕ
ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΝΑΨΥΧΗΣ.
Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ / ΛΥΚΕΙΩΝ ΤΗΣ ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ**

Ο ελεύθερος χρόνος των πολιτών είναι κοινά παραδεκτό ότι έχει αυξηθεί στις αναπτυγμένες κοινωνίες. Ενώ - θεωρητικά τουλάχιστον - δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για ενασχόληση των πολιτών με δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου, στην πράξη η οικονομική συρρίκνωση δεν αφήνει στις οικογένειες πολλά περιθώρια για συμμετοχή σε δραστηριότητεςσχόλης και αναζήτησης αληθινής αναψυχής (Godbey, 1987). Αυτό σε συνδυασμό με τις διευκολύνσεις που παρέχει η τεχνολογία οδηγεί στο εξής φαινόμενο: Τόσο κατά τη διάρκεια του παραγωγικού χρόνου της ημέρας, όσο και κατά τη διάρκεια τηςσχόλης, ο τρόπος ζωής των ανθρώπων να χαρακτηρίζεται από βαθμιαία αυξανόμενη υποκινητικότητα.

Το αρνητικό αυτό φαινόμενο βρίσκει ακραία έκφραση στους μαθητές-τριες και ιδιαίτερα στους εφήβους, αφού αποτελούν γέννημα-θρέμμα του παραπάνω τρόπου ζωής. Στα πλαίσια αυτά λοιπόν είναι επιτακτική η ανάγκη για αντιμετώπισή της υποκινητικότητας. Οι έφηβοι εκτός από τις αλλαγές στα φυσιολογικά χαρακτηριστικά τους, έρχονται αντιμέτωποι με την πρόκληση της εκπλήρωσης της συναισθηματικής τους ωριμότητας. Αποκτούν ταυτότητα, αρχίζουν να γίνονται ανεξάρτητοι, να έχουν αξίες και να αποκτούν ενδόμυχα συνήθειες ενηλίκων. Η γρήγορη ανάπτυξη, οι μεγάλες ορμονικές αλλαγές και η συναισθηματική πάλη για προσδιορισμό ταυτότητας, ανεξαρτησία και ελευθερία χαρακτηρίζουν την εφηβεία ως μια χρονική περίοδο πάλης και αβεβαιότητας. Το άγχος βρίσκεται σε έξαρση. Η περίοδος αυτή χαρακτηρίζεται από ποικιλία εξωτερικών και εσωτερικών γνωρισμάτων (Cordes & Ibrahim, 2003).

Αυτές οι μεγάλες φυσιολογικές και ψυχολογικές αλλαγές επιδρούν πάρα πολύ στις προτιμήσεις αυτής της ηλικιακής ομάδας κατά τον ελεύθερο χρόνο. Οι επιλογές λοιπόν κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου είναι σημαντικές, γιατί οι τρόποι και οι συνήθειες σε αυτή την ηλικία είναι προάγγελοι για ισόβιες στάσεις και συμπεριφορές (Cordes & Ibrahim, 2003; Telama, Yang, Laakso & Viikari, 1997).

Η ενεργός λοιπόν συμμετοχή των μαθητών-τριών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής κρίνεται σήμερα ιδιαίτερα αναγκαία. Μόνο τέτοιου τύπου δραστηριότητες συνδυάζουν τη σωματική κίνηση-άσκηση με την ψυχαγωγία και τη διασκέδαση, γεγονός ζητούμενο για μια κοινωνία που επιδιώκει τη σωματική ψυχοπνευματική και συναισθηματική ευρωστία.

Ο αθλητισμός αναψυχής προέκυψε από τις παραπάνω ανάγκες. Αρκετοί ερευνητές όπως οι Alsaker και Flammer (1999), οι Csikzentmihalyi και Larson (1984), οι Eccles και Barber (1999), οι Larson και Kleiber (1993), οι Larson και Verna (1999), οι Scanlan και Simmons (1992), οι Siegenenthaler & Gonzalez (1997), διαπίστωσαν ότι σημαντική μερίδα εφήβων μαθητών-τριών γυμνασίου/λυκείου επιλέγει την ενασχόληση με αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής κατά τον ελεύθερο χρόνο. Φαίνεται από τη διεθνή βιβλιογραφία ότι τα σπορ σε ομαδικό και ατομικό επίπεδο εξακολουθούν να είναι από τις δημοφιλέστερες επιλογές των εφήβων κατά τον ελεύθερο χρόνο τους (Larson & Verna, 1999).

Ωστόσο, υπάρχουν περιθώρια για διεύρυνση της συμμετοχής των εφήβων μαθητών-τριών γυμνασίου/λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, αν αναζητηθούν και αναιρεθούν οι λόγοι, οι οποίοι αναστέλλουν, εμποδίζουν ή τροποποιούν τελικά την πρόθεση των ατόμων να συμμετάσχουν. Η πληθώρα των ερευνών διεθνώς, καταδεικνύει το ενδιαφέρον για τα παραπάνω (Crawford & Godbey, 1987; Crawford, Jackson & Godbey, 1991; Jackson, 1993; Raymore, Godbey, & Crawford, 1994).

Και στην Ελλάδα, -που δεν μπορεί να αποτελέσει εξαίρεση από τα προβλήματα των σύγχρονα αναπτυγμένων κοινωνιών – έγιναν και γίνονται έρευνες που στρέφονται γύρω από τους λόγους που αναστέλλουν τη συμμετοχή ενηλίκων σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Alexandris & Carroll, 1997a,b; Alexandris & Carroll, 1998; Alexandris, Tsordatzoudis, & Grouios, 2002; Carroll & Alexandris, 1997; Κουθούρης, Αλεξανδρή, Γιοβάνη & Χατζηγιάννη, 2005α; Κουθούρης, Αλεξανδρή & Γκόλτσος, 2005γ; Κουθούρης, Αλεξανδρή, & Μπουντόλου 2005β; Κουθούρης, Τζουβίστα & Αλεξανδρή, 2005δ).

Σημασία της έρευνας

Δεν έχουν γίνει έρευνες σε μαθητές-τριες γυμνασίου/λυκείου. Η συγκεκριμένη έρευνα αφορά στους παράγοντες που αναστέλλουν ή περιορίζουν την τελική συμμετοχή των εφήβων μαθητών-τριών της Λιβαδειάς. Η περιπτώσιολογική

επομένως μελέτη της Λιβαδειάς είναι δυνατό να συμβάλλει στο ερευνητικό πεδίο όσων ασχολούνται με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, στην Ελλάδα, και ειδικότερα σε πληθυσμιακά νεώτερες ηλικίες. Ενδεχομένως να δώσει αφορμή και στοιχεία για σχεδιασμό στρατηγικής επιτυχούς αντιμετώπισης των ανασταλτικών παραγόντων. Έτσι θα ενισχυθούν η παρακίνηση, η διαπραγμάτευση, η εμπλοκή, η δέσμευση, η ικανοποίηση, η ποιότητα και η αφοσίωση συμμετεχόντων και μη συμμετεχόντων (Alexandris et al, 2002; Jackson, 1993; Κουθούρης, κ.α. 2005 β).

Επίσης, τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα αυτής της έρευνας μπορούν να συμβάλλουν σε προσπάθεια του Υπουργείου Παιδείας, αλλά και των τοπικών φορέων να εφαρμόσουν προγράμματα με αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, που θα ενισχύουν την συμμετοχή και την ποιοτική αναβάθμιση του ελεύθερου χρόνου των μαθητών-τριών, που διαβιούν σε αντίστοιχες πληθυσμιακά και κοινωνικοοικονομικά περιοχές, δεδομένου ότι η Λιβαδειά αποτελεί χαρακτηριστικό δείγμα τυπικής επαρχιακής πόλης.

Λειτουργικοί ορισμοί

Ανασταλτικοί λόγοι προς την συμμετοχή (Constraints): είναι οι λόγοι που αναγνωρίζονται από τους ερευνητές και γίνονται αντιληπτοί από τα ίδια τα άτομα που συμμετέχουν και αναστέλλουν ή αποτρέπουν την τελική συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής (Jackson, 1993).

Κατηγορίες ανασταλτικών λόγων στη διαδικασία λήψης απόφασης

Ενδοπροσωπικοί ανασταλτικοί λόγοι (Intrapersonal Constraints): Περιλαμβάνουν ατομικές ψυχολογικές καταστάσεις και χαρακτηριστικά (άγχος, κατάθλιψη, φόβος, ντροπή, θρησκευτικός δογματισμός, αυτοεπιδεξιότητα κ.α.) (Crawford & Godbey, 1987).

Διαπροσωπικοί ανασταλτικοί λόγοι (Interpersonal Constraints): Είναι το αποτέλεσμα διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης ή της σχέσης μεταξύ ατομικών χαρακτηριστικών (παρτενέρ, παρέα, φίλοι, οικογένεια, κ.α.) (Crawford & Godbey, 1987).

Δομικοί ανασταλτικοί λόγοι (Structure Constraints): Είναι παρεμβατικοί λόγοι μεταξύ των προτιμήσεων της αναψυχής (ελεύθερου χρόνου) και της συμμετοχής. (οικονομικοί πόροι, χρόνος, εγκαταστάσεις, σχεδιασμός κ.α. (Crawford & Godbey, 1987).

Ανασταλτικοί παράγοντες: είναι ομάδες ανασταλτικών λόγων, οι οποίοι προέκυψαν από τα αποτελέσματα παραγοντικής ανάλυσης ερευνών που βασίστηκαν στο «ιεραρχικό μοντέλο» των Crawford, Jackson & Godbey (1991). Οι έρευνες αυτές (Alexandris & Carroll, 1997a,b; Alexandris & Carroll, 1998) επιμέρισαν την κατηγορία των ενδοπροσωπικών ανασταλτικών λόγων στον α) παράγοντα «των ατομικών/ψυχολογικών ανασταλτικών λόγων» και στον β) παράγοντα «της έλλειψης ενδιαφέροντος». Την κατηγορία των διαπροσωπικών ανασταλτικών λόγων στον γ) παράγοντα «έλλειψης παρέας». Την κατηγορία των δομικών ανασταλτικών λόγων στον δ) παράγοντα των «εγκαταστάσεων/υπηρεσιών», στον ε) παράγοντα «προσβασιμότητας/οικονομικών λόγων», στον στ) παράγοντα «έλλειψης ενημέρωσης» και στον ζ) παράγοντα «έλλειψης χρόνου».

Εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες: Είναι εκείνες οι δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στον ελεύθερο χρόνο των μαθητών-τριών και περιλαμβάνουν δομημένα (οργανωμένα με παρέμβαση ενηλίκων) ή ελεύθερα (αυτόβουλα, αυθόρμητα, αυτοσχέδια) προγράμματα αθλητισμού αναψυχής.

Περιορισμοί της έρευνας

Η έρευνα διεξήχθη στην γεωγραφική περιοχή της Λιβαδειάς και με την αναλογική στρωσιγενή δειγματοληψία της αντιπροσωπεύει το νομό Βοιωτίας. Δεν δίνει όμως τη δυνατότητα γενίκευσης των αποτελεσμάτων για όλη την Ελληνική επικράτεια .

Σκοπός και υποθέσεις

Η παρούσα έρευνα διερεύνησε τις αντιλήψεις που είχαν οι μαθητές-τριες αναφορικά με τους λόγους που αναστέλλουν ή εμποδίζουν την συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

Οι υποθέσεις της έρευνας ήταν:

1) Ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας ως προς τη συμμετοχή των μαθητών-τριών Γυμνασίου/Λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είναι η έλλειψη χρόνου.

2) Οι μαθητές-τριες του γυμνασίου αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τους μαθητές –τριες του λυκείου.

3) Τα κορίτσια τόσο του γυμνασίου όσο και του λυκείου αντιμετωπίζουν περισσότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές

αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τα αγόρια του γυμνασίου και λυκείου.

4) Οι μαθητές-τριες γυμνασίου και λυκείου, οι οποίοι-ες συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής από τους μαθητές-τριες γυμνασίου και λυκείου, που δεν συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους.

5) Όσο μεγαλύτερη είναι η συχνότητα συμμετοχής των μαθητών-τριών γυμνασίου και λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, τόσο λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες αντιμετωπίζουν.

Οι μηδενικές υποθέσεις της έρευνας ήταν:

1) Η έλλειψη χρόνου δεν είναι ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας ως προς τη συμμετοχή των μαθητών-τριών Γυμνασίου/Λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

2) Δεν υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, μεταξύ μαθητών-τριών διαφορετικής εκπαιδευτικής βαθμίδας (γυμνάσιο-λύκειο).

3) Δεν υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, μεταξύ μαθητών-τριών ως προς το φύλο.

4) Δεν υπάρχουν διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες, μεταξύ μαθητών-τριών που συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους και μαθητών -τριών που δεν συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους.

5) Η διαφορετική συχνότητα συμμετοχής δεν διαφοροποιεί τους ανασταλτικούς παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες γυμνασίου και λυκείου.

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Ελεύθερος χρόνος

Τον 20ο αιώνα οι σημαντικές κοινωνικές αλλαγές, οι οποίες επηρέασαν την εργασία, το παιχνίδι, τη δομή της οικογένειας και την ψυχοσωματική υγεία., είχαν ως συνέπεια την μεγάλη αύξηση του ελεύθερου χρόνου. Ο ελεύθερος χρόνος είναι κομμάτι χρόνου από τη ζωή του ανθρώπου, κατά το οποίο αυτός έχει την ελευθερία να κάνει ό,τι θέλει. Είναι ο χρόνος που περισσεύει μετά την εκπλήρωση των απαραίτητων υποχρεώσεων της ζωής του. Ως δραστηριότητα περιλαμβάνει όλες τις δράσεις που χρησιμοποιεί αυτοπροαίρετα ο άνθρωπος για να τέρψει τον εαυτό του, να αυξήσει τις γνώσεις του ή να βελτιωθεί χωρίς να επιδιώκει σε πρώτο επίπεδο οφέλη. Σύμφωνα με μια άλλη προσέγγιση ο ελεύθερος χρόνος ως αυτοσκοπός είναι το αποτέλεσμα μιας πνευματικής κατάστασης κι όχι το αποτέλεσμα εξωτερικών παραγόντων. Είναι μια κατάσταση του μυαλού και της ψυχής (Χαραχούσου,1993). Στις προσπάθειες για διάκριση του ελεύθερου χρόνου ο Dumazedier (1967) αναφέρει τρεις βασικές λειτουργίες του ελεύθερου χρόνου. Τη χαλάρωση (ανάληψη λόγω κούρασης), τη διασκέδαση (διακοπή της ρουτίνας) και την προσωπική ανάπτυξη, δηλαδή την απελευθέρωση από τον καθημερινό αυτοματισμό. Ενώ ο Wash (1960), ξεχωρίζει τον ελεύθερο χρόνο σε παθητικό, συναισθηματικό, ενεργητικό και δημιουργικό (Χαραχούσου, 1993).

Ανεξαρτήτου προσέγγισης είναι κοινά παραδεκτό ότι ο ελεύθερος χρόνος έχει αυξηθεί περισσότερο από ποτέ στη σημερινή εποχή. Όμως έχει κυριαρχηθεί από τη λεγόμενη βιομηχανία του ελεύθερου χρόνου, με αποτέλεσμα ο άνθρωπος να μεταβάλλεται σε παθητικό και άκριτο δέκτη απολαύσεων (Κιτσάκης, 1987). Η αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου με σωστές επιλογές από τον ίδιο τον άνθρωπο πραγματοποιείται τις περισσότερες φορές με μεγάλη δυσκολία, εξαιτίας των επιδράσεων από μηχανισμούς που αποσκοπούν στο οικονομικό και πολιτικό-κοινωνικό κέρδος. Σύμφωνα με τον Φρομ (1973), ο αλλοτριωμένος άνθρωπος δεν είναι ελεύθερος να απολαύσει την ανάπαυσή του. Το πώς καταναλώνει τον χρόνο ανάπαυσής του το καθορίζει η βιομηχανία ακριβώς με τον ίδιο τρόπο που καθορίζονται τα εμπορεύματα

που αγοράζει. Ο αλλοτριωμένος άνθρωπος έχει προκαθορισμένο γούστο. Επιθυμεί να δει και να ακούσει αυτό που υποτίθεται πως πρέπει να δει και να ακούσει. Ωθείται να αγοράσει διασκέδαση, όπως ωθείται να αγοράσει ρούχα και παπούτσια (Φρομ, 1973). Προς την ίδια κατεύθυνση κινείται και η σκέψη του I.M. Παναγιωτόπουλου (1974), όταν υποστηρίζει ότι το άγχος δεν πηγάζει από την τυποποίηση του εργασιμου χρόνου, αλλά από την τυποποίηση του διαθέσιμου χρόνου. Ο διαθέσιμος χρόνος θα έπρεπε να βοηθά στην πραγματοποίηση μιας «εσωτερικής απογραφής κι ενός ευρύτερου πλουτισμού του εσωτερικού βίου μέσα σε κλίμα ελεύθερης εκλογής». Αν δεν συμβαίνει κάτι τέτοιο, ο χρόνος είναι χαμένος (Παναγιωτόπουλος, 1974). Ο Toti (1982), μιλάει για τον κατακερματισμό του ανθρώπινου χρόνου: τόσο δουλειά, τόσο σπίτι, τόσο κουλτούρα, τόσο σπορ, τόσο έρωτα και πάει λέγοντας, όπου ο άνθρωπος μέσα σ' αυτά τα επιμέρους χρονικά κομμάτια πρέπει να εναρμονιστεί, να ολοκληρωθεί και να ηρεμήσει.

Σε γενικές γραμμές οι θεωρητικές προσεγγίσεις για τον ελεύθερο χρόνο είναι πολλές και διαφορετικές. Επιγραμματικά αναφέρονται οι παρακάτω θεωρίες. Η θεωρία της ξεκούρασης: Η ξεκούραση ως κεντρική λειτουργία του ελεύθερου χρόνου. Η θεωρία της ισορροπίας: Ο ελεύθερος χρόνος ως αντιστάθμισμα των στερήσεων και των αρνήσεων. Η θεωρία της κάθαρσης: ο ελεύθερος χρόνος ως στοιχείο ελευθερίας για καταπιεσμένα αισθήματα. Η θεωρία της διοχέτευσης ο χρόνος ως διοχέτευση της περίσσειας ενέργειας. Η θεωρία της κατανάλωσης: ο ελεύθερος χρόνος ως μέσο κατανάλωσης και φθοράς. Η θεωρία της αντίθεσης: ο ελεύθερος χρόνος ως φανερή αντίθεση στην εργασία. Η θεωρία της σύμπτωσης: ο ελεύθερος χρόνος ως όμοιο με την εργασία μέρος της ζωής. Η θεωρία της απορρόφησης: ο ελεύθερος χρόνος ως μέσο απορρόφησης και παροχέτευσης της δυσaréσκειας από την εργασία. Η θεωρία της επιλογής: ο ελεύθερος χρόνος ως προϊόν της βιογραφικής εξέλιξης και της ανθρώπινης ιστορίας. Η θεωρία της κοινωνικοποίησης: ο ελεύθερος χρόνος γίνεται εξαρτώμενος παράγοντας της διαδικασίας της μόρφωσης και της αγωγής (Τοσουνίδης, 2005α).

Οι παραπάνω προσεγγίσεις αλληλοσυμπληρούμενες κάνουν φανερό ότι μια ολοκληρωμένη θεώρηση του ελεύθερου χρόνου πρέπει να έχει ως κύρια αφετηρία τη ζωή του ατόμου ως ολότητα, προκειμένου η θεωρία να μετουσιωθεί σε πράξη για το άτομο, την κοινωνία, την παιδαγωγική και την αθλητική πολιτική.

Αναψυχή, Αθλητισμός Αναψυχής και Εξωσχολικές Αθλητικές Δραστηριότητες

Σύμφωνα με τον Κουθούρη (2006), η αναψυχή και ο αθλητισμός αναψυχής συνδέονται με το φαινόμενο του ελεύθερου χρόνου και συσχετίζονται εννοιολογικά. Η αναψυχή είναι σωματική, ψυχική, πνευματική και συναισθηματική ευεξία που βιώνει το άτομο, όταν συμμετέχει σε δραστηριότητες «σχόλης», εποικοδομητικού ελεύθερου χρόνου κατόπιν προσωπικής του επιλογής.

Σύμφωνα με το μοντέλο «Διαδικασία Προσέγγισης της Αναψυχής» του ίδιου ερευνητή, ο αθλητισμός αναψυχής, είναι μια δραστηριότητα σχόλης, που στοχεύει στην αναψυχή του ατόμου, η οποία προσεγγίζεται με τρόπους διασκέδασης ή ψυχαγωγίας (Κουθούρης, 2006). Σε γενικές γραμμές ο αθλητισμός αναψυχής είναι διαφορετικός από τον πρωταθλητισμό. Η νίκη δεν είναι πρωτεύων στόχος. Εκτός από την ικανότητα της αθλητικής απόδοσης, η διαχείριση του καθημερινού στρες, η ρύθμιση βάρους, η βελτίωση της διάθεσης, η βελτίωση των σωματικών λειτουργιών, η αντίσταση στη φυσιολογική φθορά, η δημιουργία και σύναψη κοινωνικών σχέσεων είναι βασικά χαρακτηριστικά του αθλητισμού αναψυχής (Χρόνη, 2001).

Μορφή του αθλητισμού αναψυχής είναι και οι εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Πρόκειται για αθλητικές δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν οι μαθητές-τριες κατά τον ελεύθερο χρόνο και περιλαμβάνουν δομημένα (οργανωμένα με παρέμβαση ενηλίκων) ή ελεύθερα (αυτόβουλα, αυθόρμητα, αυτοσχέδια) προγράμματα αθλητισμού αναψυχής.

Ανασταλτικοί λόγοι και παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.

Ανασταλτικοί λόγοι είναι αυτοί που αναγνωρίζονται από τους ερευνητές και έχουν γίνει αντιληπτοί από τα ίδια τα άτομα. Είναι περιορισμοί που αναστέλλουν ή αποτρέπουν την τελική συμμετοχή των ατόμων σε δραστηριότητες αναψυχής, σύμφωνα με τον Jackson (1993).

Έχουν γίνει διάφορες προτάσεις κατηγοριοποίησης των ανασταλτικών λόγων. Συγκεκριμένα η κατηγοριοποίηση σε εξωτερικούς και εσωτερικούς από τους Franken και Van Raij (1981). Εσωτερικοί νοούνται όσοι αφορούν στις προσωπικές ικανότητες και δεξιότητες, στη γνώση μίας συγκεκριμένης δραστηριότητας και τα προσωπικά ενδιαφέροντα, ενώ εξωτερικοί είναι η έλλειψη χρόνου, τα οικονομικά προβλήματα, η γεωγραφική απόσταση και η έλλειψη εγκαταστάσεων.

Το 1985 οι Jackson και Searle (1985) πρότειναν την ταξινόμηση σε ανασταλτικούς λόγους που αποκλείουν τη συμμετοχή (blocking constraints) και σε εκείνους που περιορίζουν τη συμμετοχή (inhibiting constraints)

Στη συνέχεια οι Crawford και Godbey (1987) χωρίζουν εννοιολογικά τους ανασταλτικούς λόγους σε τρεις κατηγορίες εστιάζοντας στα εμπόδια που αντιμετωπίζει το άτομο κατά τη διαδικασία λήψης απόφασης για συμμετοχή. Συγκεκριμένα είναι οι εξής: α) οι ενδοπροσωπικοί ανασταλτικοί λόγοι. Περιλαμβάνουν αρνητικές ατομικές/ψυχολογικές καταστάσεις ή ιδιαίτερα ατομικά χαρακτηριστικά που αλληλεπιδρούν με τις προσωπικές προτιμήσεις του ατόμου παρά μεσολαβούν μεταξύ των προτιμήσεων και της συμμετοχής. Χαρακτηριστικά παραδείγματα τέτοιων εσωτερικών/ατομικών ανασταλτικών λόγων είναι αρνητική προγενέστερη επαφή με συγκεκριμένες δραστηριότητες αναψυχής, η αντιλαμβανόμενη αυτοεκτίμηση, η αυτοεπιδεξιότητα, η αίσθηση της κόπωσης, του άγχους, της ντροπής, η κατάθλιψη, ο φόβος, οι ενδοιασμοί που προκύπτουν από ενδεχόμενο θρησκευτικό δογματισμό και γενικότερα η υποκειμενική αξιολόγηση των διαφόρων δραστηριοτήτων αναψυχής. β) οι διαπροσωπικοί ανασταλτικοί λόγοι (παρτενέρ, παρέα, φίλοι, οικογένεια, συντροφιά) είναι το αποτέλεσμα διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης ή της υφιστάμενης σχέσης μεταξύ των συμμετεχόντων ατόμων. Οι συγκεκριμένοι ερευνητές υποστήριζαν ότι η έλλειψη παρέας μπορεί να οφείλεται στο διαφορετικό επίπεδο ικανοτήτων, στη διαφορετικότητα των προτιμήσεων, στο διαφορετικό καθημερινό προσωπικό πρόγραμμα και σε πολλές άλλες αιτίες. γ) οι δομικοί ανασταλτικοί λόγοι είναι τα εμπόδια εκείνα που μπορούν να εκληφθούν «ως παρέμβαση ανάμεσα στην προτίμηση του ατόμου για συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής και την τελική ή μη συμμετοχή του». Αυτοί οι παρεμβατικοί περιορισμοί στη σχέση προτιμήσεων και συμμετοχής μπορεί να αφορούν τους οικονομικούς πόρους, την απουσία ή την ελλειμματικότητα των εγκαταστάσεων, των προγραμμάτων των υπηρεσιών, της πολιτειακής μέριμνας, τον σχεδιασμό και καταμερισμό του χρόνου εργασίας.

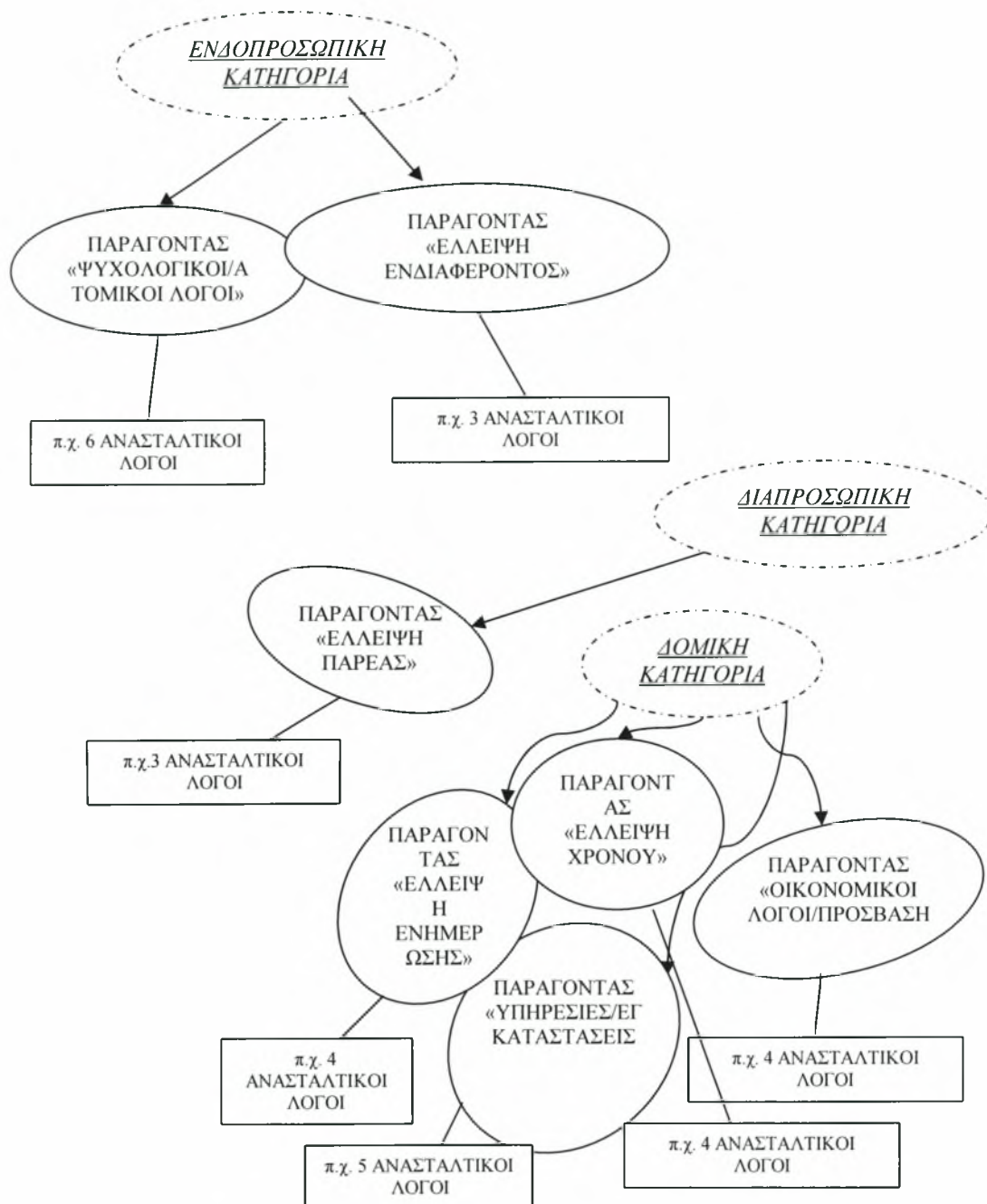
Αυτό το μοντέλο θα μετεξελιχθεί από τους Crawford et al (1991) όπως θα αναφερθεί παρακάτω:

Οι Henderson, Stalnaker και Taylor (1988) προσδιόρισαν δύο τύπους περιορισμών: τους προηγθέντες, οι οποίοι επηρεάζουν τις προτιμήσεις (antecedent) και τους παρεμβατικούς περιορισμούς (intervening), οι οποίοι επηρεάζουν τη

συμμετοχή. Η διαφορά ανάμεσα στους παρεμβατικούς και τους προηγηθέντες περιορισμούς θα τονιστεί και από τον Jackson (1990).

Όπως προαναφέρθηκε, οι Crawford et al (1991) βασιζόμενοι στην πρότερη έρευνα των Crawford και Godbey (1987), θα μετεξελιξουν το αρχικό τους μοντέλο στο «ιεραρχικό μοντέλο» το οποίο περιλαμβάνει μια ξεκάθαρα καθορισμένη ιεραρχία από περιορισμούς που βιώνονται διαβαθμισμένα κατά τη διαδικασία προτίμησης λήψης απόφασης για συμμετοχή. Οι ενδοπροσωπικοί ανασταλτικοί λόγοι παρουσιάζονται ως οι πιο ισχυροί και αποτρεπτικοί από τους τρεις τύπους ανασταλτικών λόγων. Από την άλλη μικρή αποτρεπτική ισχύ παρουσιάζουν οι δομικοί λόγοι.. Συνεπώς σύμφωνα με αυτό το μοντέλο για να αποφασίσει κάποιος να λάβει μέρος σε δραστηριότητες αναψυχής πρέπει να αποβάλει αρχικά τις αναστολές του, ειδικά τις ενδοπροσωπικές που είναι και οι πιο ισχυρές, για να φτάσει στο επόμενο στάδιο περιορισμών, τις διαπροσωπικές αναστολές και να καταλήξει στις δομικές που έχουν την μικρότερη αποτρεπτική ισχύ. Η εξάλειψη των δομικών αναστολών είναι αυτή που σύμφωνα με το «ιεραρχικό μοντέλο» οδηγεί στη συμμετοχή.

Οι Alexandris και Carroll (1997a,b; 1998) με μια σειρά ερευνών επιβεβαίωσαν εμπειρικά τη σημαντικότητα του «ιεραρχικού μοντέλου». Στις έρευνές τους ομαδοποιώντας τους ανασταλτικούς λόγους επιμερίζουν την κατηγορία των ενδοπροσωπικών ανασταλτικών λόγων στον α) παράγοντα «των ατομικών/ψυχολογικών ανασταλτικών λόγων» και στον β) παράγοντα «της έλλειψης ενδιαφέροντος». Την κατηγορία των διαπροσωπικών ανασταλτικών λόγων την αναφέρουν ως γ) παράγοντα «έλλειψης παρέας». Την κατηγορία των δομικών ανασταλτικών λόγων την επιμερίζουν στον δ) παράγοντα των «εγκαταστάσεων/υπηρεσιών», στον ε) παράγοντα «προσβασιμότητας/οικονομικών λόγων», στον στ) παράγοντα «έλλειψης ενημέρωσης» και στον ζ) παράγοντα «έλλειψης χρόνου» (Σχήμα 1).



Σχήμα 1: Ανασταλτικοί παράγοντες και ανασταλτικοί λόγοι σύμφωνα με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford, Jackson και Godbey (1991).

Η σχέση των ανασταλτικών παραγόντων με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων

Αρκετές είναι οι έρευνες που εξετάζουν τη σχέση ανάμεσα στους ανασταλτικούς λόγους συμμετοχής και στα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Η ηλικία, το φύλο, το μορφωτικό επίπεδο, η οικονομική κατάσταση είναι δημογραφικά

χαρακτηριστικά τα οποία διερευνήθηκαν και διαπιστώθηκε ότι σχετίζονται σημαντικά με την αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων ως προς τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.

Ηλικία. Οι Alexandris και Carroll (1997b), αναφέρουν ότι η ηλικία, το φύλο και το μορφωτικό επίπεδο σχετίζονται σημαντικά με το πώς αντιλαμβάνεται το άτομο τους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή. Έτσι όσο μεγαλώνει η ηλικία τόσο αυξάνονται οι φυσικοί και οι προσωπικοί περιορισμοί. (Jackson, 1993; Searle & Jackson, 1985;). Η έλλειψη του χρόνου που σχετίζεται με τους περιορισμούς παρουσιάζει ένα ανεστραμμένο U σε σχέση με την άνοδο της ηλικίας. (Jackson, 1993; McGuire, Dotavio & O'Leary, 1986; Searle & Jackson, 1985b). Οι περιορισμοί οι οποίοι σχετίζονται με την έλλειψη συντρόφων βρέθηκε ότι βιώνονται πιο έντονα σε ηλικιωμένους και νέους παρά σ' αυτούς που βρίσκονται στη μέση ηλικία. (Jackson, 1993; McGuire et al., 1986). Η οικονομική κατάσταση και η προσβασιμότητα που σχετίζονται με τους περιορισμούς φάνηκε να εξασθενούν σημαντικά με την αύξηση της ηλικίας (Jackson, 1993) Η έλλειψη συναίσθησης και ευκαιριών ως περιορισμοί είναι μεγαλύτεροι για τους νεότερους και τους γηραιότερους, παρά για τους μεσήλικες (Searle & Jackson, 1985b).

Φύλο. Όσον αφορά τη σχέση του φύλου και των ανασταλτικών παραγόντων ως προς τη συμμετοχή διαπιστώθηκε ότι οι γυναίκες έχουν εντονότερους ενδοπροσωπικούς περιορισμούς και είναι περισσότερο πιεσμένες στον ελεύθερο χρόνο τους από τους άντρες (Alexandris & Carroll, 1997a; Jackson & Henderson, 1995; Κουθούρης κ.α., 2005^α; Raymore et al, 1994).

Εισόδημα. Διαπιστώθηκε επίσης ότι όσο μεγαλύτερο είναι το εισόδημα τόσο μεγαλύτερη είναι και η συμμετοχή (Harahousou, 1996; Howard & Crompton, 1984; Jackson, 1990; Jackson & Searle, 1985; Richman, Clark, & Brown, 1985).

Μορφωτικό επίπεδο. Επίσης όσο μεγαλύτερο είναι το μορφωτικό επίπεδο τόσο μεγαλύτερη είναι η συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής (Alexandris & Carroll, 1997a; Harahousou, 1996; Κουθούρης κ.α., 2005^α; Searle & Jackson, 1985b).

Γνωρίζοντας επομένως την αντίληψη που έχουν τα άτομα για τους λόγους που τα εμποδίζουν να λάβουν μέρος σε δραστηριότητες αναψυχής καθώς και τα δημογραφικά χαρακτηριστικά τους, είναι δυνατό να προβλεφθούν κατηγορίες συμμετεχόντων και μη συμμετεχόντων σε δραστηριότητες αναψυχής. (Carroll & Alexandris, 1997). Είναι επίσης δυνατό να καταστρωθούν στρατηγικές που ελαχιστοποιούν ή εξαλείφουν τους

ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή και ενισχύουν την παρακίνηση και τα κίνητρα.

Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής ενηλίκων σε δραστηριότητες αναψυχής στην Ελλάδα

Οι Alexandris και Carroll (1997b) διαπίστωσαν σε πεντακόσιους δύο Έλληνες ενήλικες αστικής περιοχής (Λάρισα), ηλικίας 18 έως 65 ετών (45% άντρες & 55% γυναίκες) ότι τα δημογραφικά χαρακτηριστικά τους επηρεάζουν σημαντικά την αντίληψη, την οποία είχαν για τους περιορισμούς ως προς τη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες συμμετοχής. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι α) οι γυναίκες είχαν σημαντικά περισσότερους περιορισμούς από τους άντρες, ειδικά ενδοπροσωπικούς περιορισμούς. β) Η αντίληψη περί περιορισμών ήταν σημαντικά αυξημένη μεταξύ των λιγότερο μορφωμένων ατόμων. γ) Οι νέοι και οι ηλικιωμένοι της έρευνας είχαν περισσότερες αναστολές ως προς τη συμμετοχή, από τα άτομα μέσης ηλικίας δ) Οι έγγαμοι ήταν σημαντικά πιο περιορισμένοι από τους άγαμους.

Οι ίδιοι ερευνητές διαπίστωσαν ότι α) αν είναι γνωστοί οι ανασταλτικοί παράγοντες, είναι δυνατό να προβλεφθεί σε σημαντικό βαθμό η συμμετοχή ή όχι ενηλίκων σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. β) οι ατομικοί/ ψυχολογικοί λόγοι. η έλλειψη ενδιαφέροντος, η έλλειψη ενημέρωσης και η έλλειψη χρόνου είναι οι καλύτεροι δείκτες πρόβλεψης για διάκριση μεταξύ συμμετεχόντων και μη. 3) η δύναμη των κινήτρων βρέθηκε να σχετίζεται αρνητικά ως προς την αντίληψη των περιορισμών, με την υποστήριξη της θεωρίας της «ισορροπίας» (στρατηγική διαπραγμάτευσης περιορισμών, η οποία υποστηρίζει ότι η αλληλεπίδραση μεταξύ της δύναμης της παρακίνησης και της αντίληψης των περιορισμών είναι δυνατό να καθορίσει σημαντικά την επιτυχία της διαπραγμάτευσης των περιορισμών), (Carroll & Alexandris, 1997).

Οι Κουθούρης και συν. (2005α) σε τετρακόσιους πενήντα οκτώ ενήλικες χιονοδρόμους αναψυχής (62% άντρες και 38% γυναίκες), διαπίστωσαν ότι α) ο παράγοντας «οικονομικά, πρόσβαση», ήταν ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας και ακολουθούσαν κατά σειρά σημαντικότητας οι παράγοντες «έλλειψη χρόνου», «έλλειψη παρέας», «έλλειψη εγκαταστάσεων/υπηρεσιών», «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι» και «έλλειψη ενδιαφέροντος». β) οι άγαμοι είχαν περισσότερα οικονομικά προβλήματα και προβλήματα πρόσβασης εν συγκρίσει με τους έγγαμους και γ) οι γυναίκες είχαν περισσότερους ατομικούς/ψυχολογικούς ανασταλτικούς λόγους συμμετοχής.

Οι Κουθούρης, Αλεξανδρή και Γκόλτσος (2005γ) σε διακόσιους είκοσι πέντε ποδοσφαιριστές αναψυχής (219 άντρες & 6 γυναίκες) ηλικίας 16 έως 48 ετών διαπίστωσαν ότι: α) η έλλειψη χρόνου ήταν ο ισχυρότερος ανασταλτικός παράγοντας συμμετοχής και ακολουθούσαν κατά σειρά σημαντικότητας οι ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι, η έλλειψη ενδιαφέροντος, οι οικονομικοί λόγοι και η έλλειψη παρέας β) όλοι οι παράγοντες επέδρασαν αρνητικά στη συχνότητα συμμετοχής, με σημαντικότερο την «έλλειψη παρέας» γ) για τους άγαμους ο ισχυρότερος ανασταλτικός παράγοντας ήταν ο οικονομικός.

Σε έρευνα των Κουθούρη, Τζουβίστα και Αλεξανδρή (2005δ) σε διακόσιους δώδεκα κολυμβητές αναψυχής ηλικίας 17 έως 61 ετών (56% άντρες και 44% γυναίκες) διαπιστώθηκε ότι α) η έλλειψη ενδιαφέροντος, οι ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι, και έλλειψη εγκαταστάσεων ήταν οι σημαντικότεροι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής και β) τα άτομα τα οποία συμμετείχαν συστηματικά στην κολύμβηση αναψυχής είχαν σημαντικά λιγότερες διαφορές σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες σε σχέση με τα άτομα που συμμετείχαν ευκαιριακά. Όσοι συμμετείχαν ευκαιριακά παρουσίαζαν μεγαλύτερες διαφορές στον παράγοντα «έλλειψης χρόνου».

Οι έρευνες λοιπόν αν και περιορισμένες επιβεβαιώνουν ότι η ήδη περιορισμένη συμμετοχή μειώνεται με την άνοδο της ηλικίας και η άσκηση παραμένει προσωπική επιλογή του Έλληνα πολίτη (Κουθούρης κ.α., 2005α).

Διάθεση ελεύθερου χρόνου και ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου κατά την εφηβεία διεθνώς

Η εφηβεία είναι μια αναπτυξιακή μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση, η οποία αρχίζει με την έναρξη της ήβης, στην ηλικία των 10 έως 12 ετών και ολοκληρώνεται στην ηλικία των 19 ή 20 χρόνων (Cordes & Ibrahim, 2003).

Στις σύγχρονες δυτικές κοινωνίες ο ελεύθερος χρόνος των εφήβων συμπίεζεται συνεχώς και αρκετοί είναι οι ερευνητές, οι οποίοι διερευνούν και συγκρίνουν τον ελεύθερο χρόνο μεταξύ εφήβων που ζουν σε διάφορες χώρες. Διαπιστώθηκε ότι οι Αμερικανοί έφηβοι διαθέτουν τον περισσότερο χρόνο και ακολουθούν οι Ευρωπαίοι και στη συνέχεια οι έφηβοι της Ανατολικής Ασίας (Larson & Seepersad, 2003).

Αρκετοί ερευνητές ασχολήθηκαν επίσης με τις δραστηριότητες των εφήβων. Συγκεκριμένα, οι Larson και Verna (1999) σε έρευνά τους, σύγκριναν δραστηριότητες κατά τον χρόνο απασχόλησης και δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο σε έφηβους των Η.Π.Α., της Ευρώπης και της Ανατολικής Ασίας. Διαπίστωσαν ότι οι έφηβοι της

Ανατολικής Ασίας ασχολούνται με τις υποχρεώσεις τους (σπιτικές εργασίες, έμμισθες εργασίες, μαθήματα) περισσότερο από τους υπόλοιπους. Όλοι παρακολουθούν από 1,5 έως 2.5 ώρες τηλεόραση την ημέρα, ενώ στις κοινωνικές συναναστροφές και στις οργανωμένες δραστηριότητες, τον περισσότερο χρόνο τον διαθέτουν οι Αμερικανοί.. Οι Αμερικανοί έφηβοι διαθέτουν αρκετό από τον ελεύθερο χρόνο επίσης στην ακρόαση μουσικής και στα παιχνίδια (Csikzentmihalyi & Larson, 1984; Larson & Richards, 1989), καθώς και στη χρήση ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου (Subrahmanyam, Kraunt, Greenfield & Gross, 2001).

Ποια θέση όμως κατέχουν τα σπορ και ο αθλητισμός στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου; Οι έφηβοι έχουν θετικά συναισθήματα και αγαπούν τα σπορ (Scanlan & Simons, 1992). Η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες προάγει την αυτοσυγκέντρωση και έχει υψηλότερα επίπεδα πρόκλησης σε σχέση με τις κοινωνικές συναναστροφές των εφήβων (Larson & Kleiber, 1993). Οι Eccles και Barber (1999) βρήκαν ότι οι έφηβοι, οι οποίοι συμμετείχαν σε αθλητικές δραστηριότητες, βελτίωσαν το μέσο όρο των επιδόσεων στα μαθήματα, αύξησαν την προσκόλληση στο σχολείο και είχαν μεγαλύτερα ποσοστά εισαγωγής στα κολέγια.

Σύμφωνα με τους Alsaker και Flammer (1999) και Larson και Verna (1999), οι Αμερικανοί στην ενασχόλησή τους με τα σπορ διαθέτουν περισσότερο χρόνο από τους συνομήλικούς τους της Ανατολικής Ασίας και συγκρίνονται μόνο με έφηβους μερικών Ευρωπαϊκών χωρών. Οι περισσότεροι Αμερικανοί γονείς υποστηρίζουν και ενθαρρύνουν τα παιδιά τους να συμμετέχουν στα σπορ, γιατί βλέπουν τα σπορ όπως την εργασία, δηλαδή ένα μέσο διαμόρφωσης χαρακτήρα και προετοιμασίας για τις ανταγωνιστικές απαιτήσεις της ενήλικης ζωής (Siegenthaler & Gonzalez, 1997). Για τους Αμερικανούς εφήβους η επιτυχία στα σπορ, τα αθλητικά σύμβολα και ο αθλητικός εξοπλισμός προσφέρουν γόητρο και κύρος (Siegenthaler & Gonzalez, 1997). Από μια έρευνα εθνικού επιπέδου διαπιστώθηκε ότι ένα ποσοστό 55% αγοριών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και ένα ποσοστό 30% κοριτσιών συμμετέχουν σε αθλήματα (U.S. Department of Education, 2000).

Αν και οι επιδράσεις από την ενασχόληση με εξωσχολικές δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο, όπως προαναφέρθηκε, είναι θετικές, εντούτοις δεν είναι λίγοι οι ερευνητές που διαπίστωσαν ότι συχνά εμποδίζεται η συμμετοχή των εφήβων σε τέτοιου είδους δραστηριότητες. Και οι αναστολές είναι ποικίλες. Μια έρευνα της Hultsman (1993) εξέτασε τις αντιλήψεις 940 πρώιμων εφήβων (10 έως 14 ετών) στην Αριζόνα

των Η.Π.Α., στην απόφασή τους να μην συμμετέχουν ή να σταματούν τις δραστηριότητες αναψυχής από την επίδραση κοινωνικών παραγόντων (γονείς, άλλοι σημαντικοί ενήλικες, παρέα). Οι μετρήσεις έγιναν το 1990 με ερωτηματολόγια. Το 80% των συμμετεχόντων ενδιαφέρονταν για μία τουλάχιστον δραστηριότητα χωρίς όμως να συνδέονται μ' αυτήν. 76,1% επηρεάστηκαν από τους γονείς τους στην απόφασή τους να μη συμμετέχουν σε δραστηριότητες, το 27,3% από τους συνομηλίκους τους και το 21,1,% από τους επί κεφαλής τους. Η γονική επιρροή εμφανίζεται λοιπόν σημαντικότερη στην απόφασή τους να μη συμμετέχουν. Στην απόφασή τους να εγκαταλείψουν τη δραστηριότητα σημαντικότερα επέδρασαν οι επικεφαλής τους. Η γονική επίδραση ήταν εντονότερη στην απόφαση των εφήβων να μη λάβουν μέρος σε άλλες δραστηριότητες σε σχέση με τη μη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες. Η μη συμμετοχή των κοριτσιών ήταν σημαντικά μεγαλύτερη από αυτή των αγοριών. Το κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον των σχολείων έπαιζε σημαντικό ρόλο στην απόφαση των μαθητών να μη συμμετέχουν. Η γονική επιρροή στους μαθητές που φοιτούσαν στα ανώτερα και κατώτερα σχολεία επιδρούσε περισσότερο, σε σχέση με την γονική επιρροή των μαθητών που φοιτούσαν στα μεσαία σχολεία. Οι μαθητές των χαμηλότερων οικονομικών στρωμάτων είχαν σημαντικά μεγαλύτερη συμμετοχή στις αθλητικές δραστηριότητες από αυτό των μεσαίων και μικτών στρωμάτων. Οι μαθητές των υψηλών στρωμάτων δεν επηρεάζονταν από την γονική επίδραση να σταματήσουν τις αθλητικές δραστηριότητες.

Την επόμενη χρονιά στο Τορόντο του Καναδά, οι Raymore et al (1994) διερεύνησαν αν οι αντιλήψεις για ενδοπροσωπικούς, διαπροσωπικούς και δομικούς περιορισμούς κατά τον ελεύθερο χρόνο σχετίζονται με την αυτοεκτίμηση, το φύλο και την κοινωνικοοικονομική κατάσταση. Μετρήθηκαν 363 αγόρια και κορίτσια ηλικίας 17 και 18 χρόνων. Οι μαθητές με χαμηλή αυτοεκτίμηση είχαν υψηλά επίπεδα περιορισμών (ανασταλτικών παραγόντων). Τα κορίτσια βρέθηκε ότι είχαν σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης και σημαντικά υψηλότερα επίπεδα ενδοπροσωπικών και συνολικών περιορισμών απ' ότι τα αγόρια. Οι δομικοί ανασταλτικοί λόγοι υπερίσχυαν έναντι των διαπροσωπικών και των ενδοπροσωπικών ως προς τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής. Το μοντέλο των Crawford et al (1991) ήταν χρήσιμο στην αξιολόγηση των περιορισμών κατά τον ελεύθερο χρόνο.

Στον Καναδά επίσης, σε ένα σχολείο αστικής περιοχής διερευνήθηκε με ερωτηματολόγια (n=73) και συνεντεύξεις (n=20) σε δεκαεξάχρονους μαθητές, η σχέση

μεταξύ διαμόρφωσης ταυτότητας στην εφηβεία και συμμετοχής σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου (αθλητικές δραστηριότητες, κοινωνικές, παρακολούθηση τηλεόρασης, και άλλες). Τα ερωτηματολόγια μετρούσαν τη χρήση του χρόνου, την κατάσταση διαμόρφωσης ταυτότητας και την αυτοεκτίμηση, ενώ οι συνεντεύξεις αξιολογούσαν τις στάσεις στους ίδιους τους μαθητές και τις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου. Τα κορίτσια ξόδευαν σημαντικά περισσότερο χρόνο από τα αγόρια στις υποχρεωτικές δραστηριότητες (στο σχολείο, στο σπίτι, σε αγγαρείες, σε έμμισθη εργασία). Όσον αφορά τις μη υποχρεωτικές δραστηριότητες, η συνολική χρήση χρόνου και για τα δύο φύλα αναλωνόταν στις κοινωνικές δραστηριότητες με φίλους, στην τηλεόραση, στις αθλητικές και τελευταία στις υπόλοιπες δραστηριότητες. Υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές όσον αφορά το φύλο, στις αθλητικές δραστηριότητες και την τηλεόραση. Τα αγόρια διέθεταν περισσότερο χρόνο από τα κορίτσια. Από τις συνεντεύξεις προέκυψε ότι για τα αγόρια οι συνηθέστερες αθλητικές δραστηριότητες ήταν το χόκεϊ, το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ, η ποδηλασία, η άρση βαρών και το μπέιζμπολ. Στα κορίτσια άρεσε πιο πολύ η γυμναστική, το αερόμπικ και το joking. Το επίπεδο συμμετοχής στις αθλητικές δραστηριότητες συσχετιζόταν θετικά με την διαμόρφωση ταυτότητας των κοριτσιών, όχι όμως και των αγοριών, αν και τα κορίτσια φαίνεται να αυτοπροσδιορίζονταν λιγότερο απ' ό,τι τα αγόρια ως αθλητικώς ενεργά. Η τηλεόραση σχετιζόταν αρνητικά με την διαμόρφωση ταυτότητας των αγοριών, ενώ δεν συνέβαινε το ίδιο στα κορίτσια. Η συμμετοχή στις κοινωνικές και τις υπόλοιπες δραστηριότητες δεν σχετιζόταν σημαντικά με τη διαμόρφωση ταυτότητας για κανένα φύλο (Shaw, Kleiber & Caldwell, 1995).

Από το ίδιο δείγμα οι Shaw, Caldwell και Kleiber (1996), διερεύνησαν τις εμπειρίες της πλήξης, το άγχος που προκαλεί ο χρόνος και την αδυναμία επιλογών (την αδυναμία ελέγχου) στην καθημερινότητα των εφήβων και ιδιαίτερα στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο σε πολλούς μαθητές (ιδιαίτερα στα κορίτσια), παρουσίασαν υψηλά επίπεδα άγχους που σχετίζεται με το χρόνο. Όπως αναμενόταν σχετικά με το άγχος που προκαλείται από την έλλειψη χρόνου, οι μισοί περίπου μαθητές (49,3%, n=73), ανέφεραν ότι δεν είχαν αρκετό χρόνο για εξωσχολικές δραστηριότητες, και περίπου το 25,8% του δείγματος ανέφερε ότι τελεί τις εξωσχολικές δραστηριότητες υπό πίεση (βιάζεται). Ένας μεγάλος αριθμός μαθητών επίσης ανέφερε ένα σημαντικό ποσοστό πλήξης κατά τις καθημερινές του δραστηριότητες. Η πλήξη

προέρχονταν όχι μόνο από την έλλειψη ευκαιριών, αλλά και από τη συμμετοχή σε δομημένες από ενήλικες δραστηριότητες. Επιπλέον κάποιοι μαθητές (ιδιαίτερα κορίτσια) ανέφεραν ότι συμμετείχαν σε δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου, για να ευχαριστήσουν περισσότερο τους άλλους παρά τον εαυτό τους.

Στο Southern New England των Ηνωμένων Πολιτειών, οι McMeeking και Purkayastha (1995) χρησιμοποίησαν ημιδομημένες συνεντεύξεις μιάμισης ώρας και συζητήσεις σε focus group δύο ωρών σε 17 αγόρια και 21 κορίτσια, 13 έως 16 ετών με δύο στόχους. Πρώτα να διαγνωστεί τι συνιστά ελεύθερο χρόνο για τους εφήβους. Δεύτερο να διαπιστωθούν οι λεπτομέρειες της δυσκολίας ή της ευκολίας με την οποία οι έφηβοι μπορούν να προσεγγίσουν τις ευκαιρίες της αναψυχής χρονικά.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το να συχνάζεις κάπου ήταν η αποκορύφωση του ελεύθερου χρόνου για τους εφήβους και ιδιαίτερα για τους μεγαλύτερους, δείχνοντας την τάση τους για ανεξαρτησία. Οι 13χρονοι και οι 14χρονοι εξέφρασαν την ανάγκη να βρουν φίλους με τους οποίους να παίζουν ή να κάνουν πράγματα μαζί, ενώ οι 15χρονοι και οι 16χρονοι απλά επιθυμούσαν να τριγυρνάνε ή να «ξεπαγιάζουν».

Για τους εφήβους στα προάστια, οι γειτονιές επίσης διαμόρφωσαν το πεδίο για μη δομημένες δραστηριότητες, όπως το χόκεϊ, το ποδόσφαιρο, ή το skateboard, τα οποία στήνονται εύκολα και έχουν εύκολη πρόσβαση. Για τα κορίτσια των προαστίων το να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους σε σπίτια φίλων, ήταν η μεγαλύτερη επιθυμία τους.

Για τους εφήβους συνολικά –αγόρια και κορίτσια– το πιο συνηθισμένο εμπόδιο στο σεργιάνισμα (hanging out) ήταν οι απαγορεύσεις σε κοινόχρηστους χώρους.

Σε δομημένες δραστηριότητες διαπιστώθηκε όπως ήταν αναμενόμενο η κοινωνικοοικονομική επίδραση. Τα προάστια και οι αγροτικές- αστικές περιοχές πρόσφεραν μεγαλύτερη ποικιλία δραστηριοτήτων από την πόλη.

Δραστηριότητες όπως το χόκεϊ, το ποδόσφαιρο, το μπέιζμπολ, το μπάσκετ διεξάγονται σε ιδιωτικά κλαμπ ενώ οι εκκλησίες προσφέρουν άλλες δραστηριότητες.

Στη συνέντευξη που έδωσαν κορίτσια του δείγματος, εξέφρασαν μια προτίμηση για δυαδικότητα στη σχέση, σε αντίθεση με τα αγόρια, τα οποία φαίνεται ότι συμμετείχαν με περισσότερη άνεση σε κάθε ομαδική δραστηριότητα στη γειτονιά. Επίσης παρουσίασαν πιο δύσκολο χρόνο κοινωνικοποίησης από τα αγόρια.

Οι έφηβοι των προαστίων και των αγροτικών – αστικών περιοχών είχαν ένα ευρύτερο βεληνεκές από επιλογές σε σχέση με τους εφήβους των πόλεων. Το κόστος

συμμετοχής δεν θεωρήθηκε ανασταλτικός παράγοντας, ενώ οι οικονομικοί περιορισμοί συχνά δεν επέτρεπαν στους εφήβους της πόλης να λάβουν μέρος σε εξωσχολικές δραστηριότητες. Δεν μπορούσαν να μετακινούνται σε δομημένες δραστηριότητες που γίνονταν μακριά από τη γειτονιά τους εξ αιτίας του κόστους.

Οι έφηβοι της έρευνας επηρεάζονταν από τη στάση των γονέων και σημαντικών γι' αυτούς ενηλίκων και τα ευρήματα συμφωνούν με την έρευνα της Hultsman (1993).

Εβδομήντα πέντε μαθητές σχολείου σε αγροτική περιοχή και 65 μαθητές σχολείου σε αστική περιοχή από το North Queensland της Αυστραλίας (66 αγόρια και 74 κορίτσια), ηλικίας 12 έως 19 ετών συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο την ώρα του μαθήματος, που περιελάμβανε τέσσερις κλίμακες, οι οποίες χρησιμοποιήθηκαν για να μετρήσουν την αυτοεκτίμηση, την αίσθηση αναζήτησης, την πλήξη κατά τον ελεύθερο χρόνο και τις δραστηριότητες με τις οποίες ασχολούνταν οι μαθητές κατά τον ελεύθερο χρόνο τους. Οι Gordon και Caltabiano (1996), διερεύνησαν την διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και την ικανοποίηση των μαθητών από τη συμμετοχή τους στις δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο. Διαπιστώθηκε ότι η συμμετοχή σε παθητικές δραστηριότητες (να διαβάζουν, να βλέπουν τηλεόραση/ βίντεο, να κάθονται και να πλήττουν, να ακούν μουσική, να αλληλογραφούν, να χαλαρώνουν, να σκέφτονται, να μην κάνουν τίποτα και να τηλεφωνούν), ήταν μεγαλύτερη από τη συμμετοχή σε ενεργητικές δραστηριότητες (να ασχολούνται με αθλητικές δραστηριότητες, να παρακολουθούν ζωντανά αθλητικούς αγώνες, να παίζουν ένα μουσικό όργανο, να κατασκηνώνουν, να περνούν το χρόνο τους με κατοικίδια ζώα, να παίζουν με ηλεκτρονικά και επιτραπέζια παιχνίδια). Οι μαθητές της αστικής περιοχής ήταν λιγότερο ικανοποιημένοι από τον ελεύθερο χρόνο τους. Είχαν περισσότερη κοινωνική ευχαρίστηση, ενώ οι μαθητές της αγροτικής περιοχής εμπλέκονταν περισσότερο σε παθητικές δραστηριότητες. Και για τις δύο περιοχές οι περισσότερο επιβαρυνόμενοι με χρήση ουσιών είχαν την χαμηλότερη αυτοεκτίμηση και την υψηλότερη αίσθηση αναζήτησης. Οι έφηβοι της αστικής περιοχής που είχαν χαμηλή αυτοεκτίμηση, αλλά υψηλή αίσθηση αναζήτησης, ήταν αυτοί που εμπλέκονταν περισσότερο απ' όλους σε παραπτώματα.

Σε μια έρευνα των Yu και Bergyman (1996), διερευνήθηκαν οι σχέσεις μεταξύ αυτοεκτίμησης, μορφωτικού επιπέδου και της συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής, εκατόν δεκαεπτά πρόσφατα αφιχθέντων Κινέζων εφηβων μεταναστών στην Νέα Υόρκη (58 αγόρια και 59 κορίτσια), ηλικίας 14 έως 18 ετών. Χρησιμοποιήθηκαν

τρία ερωτηματολόγια (Chinese Self-esteem Inventory, αναθεωρημένη έκδοση του Suinn-Lew Asian Self-identity Acculturation Scale και Recreation Participation Questionnaires). Από τα ευρήματα διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές είχαν χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, αλλά ένα μέτρια υψηλό επίπεδο αυτοεκτίμησης. Συμμετείχαν συχνότερα σε σπιτικές/ εσωτερικές δραστηριότητες και προσελκύνονταν από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και μουσικής στην κινέζικη διάλεκτο. Συχνά κατά το ελεύθερο χρόνο τους συναναστρέφονταν με μέλη της οικογένειας και Κινέζους φίλους, ή έμεναν μόνοι τους. Τα αγόρια είχαν σημαντικά μεγαλύτερη συμμετοχή από τα κορίτσια σε αθλητικές δραστηριότητες (μπάσκετ, βόλεϊ και μπάντμιντον), ενώ τα κορίτσια είχαν σημαντικά μεγαλύτερη συμμετοχή στις τέχνες και τις χειροτεχνίες. Οι σχολικές λέσχες και οι σχολικοί οργανισμοί ήταν οι οργανισμοί με τους οποίους συνδέονταν περισσότερο οι μετανάστες μαθητές. Τα εμπόδια συμμετοχής, όπως τα αντιλαμβάνονταν ήταν η έλλειψη ικανότητας ομιλίας της αγγλικής διαλέκτου, η έλλειψη ευκαιριών, η έλλειψη παρέας και χρημάτων και η ελλιπής γνώση ιστοσελίδων και πληροφοριών για δραστηριότητες. Τόσο η αυτοεκτίμηση, όσο και το μορφωτικό επίπεδο, είχαν μια σημαντικά θετική συσχέτιση με το συνολικό επίπεδο της συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής και μια σημαντικά αρνητική συσχέτιση με το σύνολο των εμποδίων συμμετοχής, όπως τα αντιλαμβάνονταν οι έφηβοι. Οι μαθητές με υψηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης συμμετείχαν συχνότερα σε σπιτικές/ εσωτερικές δραστηριότητες αναψυχής (κινέζικα προγράμματα τηλεόρασης /βίντεο, κινέζικη μουσική/ τραγούδια, τηλεφωνήματα), σε δραστηριότητες θεάματος (ψώνια, κινέζικο κινηματογράφο, κινέζικα φεστιβάλ/ γιορτές στις διακοπές), και σε υπαίθριες δραστηριότητες (ποδηλασία, περπάτημα για ευχαρίστηση, πικ-νικ). Επίσης συναναστρέφονταν λιγότερο με μη Κινέζους για δραστηριότητες αναψυχής. Οι μαθητές με υψηλότερα επίπεδα μόρφωσης, συμμετείχαν συχνότερα σε δραστηριότητες αναψυχής, γίνονταν συχνότερα μέλη οργανισμών. Δεν βρέθηκε σημαντική συσχέτιση μεταξύ αυτοεκτίμησης και μόρφωσης .

Τη σχέση μεταξύ εμποδίων, όπως τα αντιλαμβάνονταν χίλιοι σαράντα ένας Καναδοί μαθητές-τριες γυμνασίου (n=688, 13 & 14 ετών) και λυκείου (n=353, 16 & 17 ετών) και τη συμμετοχής τους σε αθλητικές δραστηριότητες εξέτασαν οι Allison, Dwyer και Makin (1999) και διαπίστωσαν ότι ο χρόνος, τον οποίο διέθεταν για την προετοιμασία τους για το σχολείο, η διάθεσή τους, η εμπλοκή τους σε οικογενειακές ασχολίες, η έλλειψη ενέργειας, η έλλειψη αυτοπειθαρχίας, η έλλειψη αυτοεπίγνωσης

και το άγχος ήταν στατιστικά σημαντικοί ανασταλτικοί λόγοι συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Επίσης διαπίστωσαν ότι η ηλικία και το φύλο ήταν σημαντικοί δείκτες συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες. Οι μεγαλύτερης ηλικίας μαθητές και τα κορίτσια συμμετείχαν λιγότερο.

Οι Flammer, Alsaker και Noack (1999), σε μια έρευνά τους που διεξήχθη το έτος 1999, σε έντεκα ευρωπαϊκές χώρες (Βουλγαρία, Τσεχοσλοβακία, Φιλανδία, Γαλλία, Γερμανία, Ουγγαρία, Νορβηγία, Πολωνία, Ρουμανία, Ρωσία, Γαλλόφωνη Ελβετία, Αγγλόφωνη Ελβετία) και τις Η.Π.Α. με δείγμα δεκατετράχρονους έως δεκαεξάχρονους έφηβους διαπίστωσαν ότι ο ελεύθερος χρόνος τους κυμαίνεται από λιγότερες από τρεις ώρες (Γαλλία) έως περίπου έξι ώρες την ημέρα (Νορβηγία). Σε γενικές γραμμές ο ελεύθερος χρόνος στους έφηβους Ευρωπαίους εξαρτιόταν από το ημερήσιο σχολικό πρόγραμμα (το πλέον επιβαρυνμένο είναι στη Γαλλία), από την προσβασιμότητα στους τόπους διασκέδασης και από την αύξηση των ευθυνών όσο αυξανόταν η ηλικία. Οι δημοφιλέστερες δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο των Ευρωπαίων εφήβων ήταν η χρήση των ηλεκτρονικών μέσων (περισσότερο στην Ανατολική Ευρώπη), οι βόλτες με φίλους, οι αθλητικές δραστηριότητες, το διάβασμα και τα ραντεβού. Μικρός χρόνος αφιερωνόταν για μουσικά όργανα ή για απασχόληση που αποσκοπεί στο κέρδος. Οι Νορβηγοί διέθεταν τον περισσότερο χρόνο για αθλητικές δραστηριότητες από οποιαδήποτε άλλη χώρα, ενώ Ρώσοι, Βούλγαροι, Ρουμάνοι και Γάλλοι διέθεταν τον λιγότερο. Ο χρόνος στο σχολείο (η Νορβηγία σε σχέση με τη Γαλλία) και οι οικονομικές διαφορές (στις Ανατολικές χώρες) πιθανόν να ήταν ο σημαντικότερος λόγος διαφοροποίησης. Οι δεκατετράχρονοι είχαν περισσότερο χρόνο για αθλητικές δραστηριότητες από τους δεκαεξάχρονους και τα αγόρια έπαιζαν περισσότερο από τα κορίτσια.

Οι Delle Fave και Bassi (2000) διερεύνησαν την ποιότητα της εμπειρίας κατά των ελεύθερό τους χρόνο και την συσχέτιση με την καταλληλότερη εμπειρία 120 Ιταλών εφήβων (58 αγόρια και 62 κορίτσια) ηλικίας δεκαέξι έως είκοσι χρόνων. Χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της βιωματικής δειγματοληψίας που ανέπτυξαν οι Csikszemihalyi, Larson και Person, (1977), για να διερευνηθούν βιωματικές και συναφείς όψεις της καθημερινότητας μέσω άμεσης σύνδεσης (on line) επαναλαμβανόμενων αυτοαναφορών. Κάθε έφηβος κουβαλούσε ένα βιβλιάριο με σχέδια-φόρμες κι ένα ηλεκτρονικό pager όπου διαβίβαζε τα σχέδια, έξι με οκτώ φορές την ημέρα για μια εβδομάδα αφού απαντούσε σε ανοικτές και κλειστές ερωτήσεις που

είχαν σχέση με τις δραστηριότητές του, τα μέρη που πήγαινε και τα κοινωνικά πλαίσια εφαρμογής. Οι αναλύσεις επιφώτισαν τέσσερις κύριες βιωματικές κατευθύνσεις: ψυχική διάθεση (ευτυχισμένος, χαρούμενος, κοινωνικός και φιλικός), δέσμευση (περισυλλογή, επαγρύπνηση, δράση, διακύβευση), σιγουριά (έλεγχος, διαφάνεια, ασυνείδητος, άνετος) και εσωτερική παρακίνηση (ελευθερία, ευχή να πραγματοποιηθεί η δραστηριότητα, ευκολία συγκέντρωσης, εθισμός). Οι Ιταλοί έφηβοι ξόδεψαν το μεγαλύτερο τμήμα του χρόνου τους μελετώντας στο σπίτι (οι Ιταλοί μαθητές φοιτούν στα σχολεία από τη Δευτέρα έως το Σάββατο, σε πρωινό κύκλο σπουδών και μελετούν σπίτι τους τα απογεύματα και τη Κυριακή) Οι δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου κάλυψαν το 38.6 % του χρόνου των εφήβων. Οι συναναστροφές με φίλους και συμμαθητές και τα τηλεφωνήματα ήταν στην πρώτη προτίμηση. Ακολουθούσε η τηλεόραση και οι αθλητικές δραστηριότητες με τα hobbies. Τα κορίτσια αφιέρωναν περισσότερο χρόνο από τα αγόρια σε συναναστροφές με άλλους και έβλεπαν λιγότερη τηλεόραση. Τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια κατά τις αθλητικές δραστηριότητες ανέφεραν θετικές αξίες και στις τέσσερις κατευθύνσεις (ψυχική διάθεση, δέσμευση, σιγουριά, εσωτερική παρακίνηση). Μόνο οι αθλητικές δραστηριότητες και τα hobbies ήταν ευχάριστα και πρόσφεραν προκλήσεις σε σύγκριση με τις υπόλοιπες δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου (συναναστροφές, τηλεόραση, διάβασμα και στοχασμό). Μόνο οι αθλητικές δραστηριότητες με τα hobbies και τις συναναστροφές είχαν σημαντικά αυξημένες τιμές σε όλες τις κατευθύνσεις. Στην ερώτηση να διαλέξουν την καλύτερη δραστηριότητα που ταιριάζει στις περιγραφές της καταλληλότερης εμπειρίας (βιώματος) όπως παρουσιάστηκε στο ερωτηματολόγιο, ένα ποσοστό 76,1% των μαθητών παρέθεσαν δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου. Συγκεκριμένα: 41,8% των εφήβων ανέφερε αθλητικές δραστηριότητες (περισσότερο μπάσκετ, βόλεϊ και τένις) και hobbies (όπως το παίξιμο ενός μουσικού οργάνου, μπαλέτο, τραγούδι), 17,9% παρέθεσε το διάβασμα, 14,9% τις συναναστροφές (κυρίως η κουβέντα με φίλους), 13,4% τα μέσα ενημέρωσης και 9% τον στοχασμό. Μόνο δύο μαθητές ανέφεραν την παρακολούθηση τηλεόρασης. Τα παραπάνω ευρήματα επιβεβαιώνουν τον εποικοδομητικό ρόλο του ελεύθερου χρόνου ως δυναμικό πλαίσιο της καταλληλότερης εμπειρίας – βιώματος.

Μόνο το 29% τριών χιλιάδων διακοσίων εβδομήντα Ισλανδών μαθητών ηλικίας 11 έως 16 ετών συμμετείχαν συστηματικά σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Τα κορίτσια ήταν περισσότερο υποκινητικά από τα αγόρια και συμμετείχαν λιγότερο σε

εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Η υποκινητική συμπεριφορά αυξανόταν σε σχέση με την ηλικία, ιδιαίτερα μετά την πρώιμη εφηβεία. Οι μαθητές των οποίων, οι γονείς είχαν υψηλότερο κοινωνικοοικονομικό επίπεδο συμμετείχαν περισσότερο από τους μαθητές με γονείς χαμηλού κοινωνικοοικονομικού επιπέδου. Επίσης διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές που ζούσαν σε αστικές περιοχές συμμετείχαν λιγότερο σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής από τους μαθητές σε ζούσαν σε αγροτικές περιοχές (Kristjansdottir & Vilhjalmsson, 2001).

Σε ένα δείγμα πεντακοσίων ενενήντα τεσσάρων Πορτογάλων μαθητών-τριών ηλικίας 13 έως 20 ετών, διαπιστώθηκε ότι α) ένα σημαντικό ποσοστό κοριτσιών δεν συμμετείχαν ή συμμετείχαν ελάχιστα σε αθλητικές δραστηριότητες. β) Οι μεγαλύτερης ηλικίας μαθητές συμμετείχαν σε οργανωμένες μορφές αθλητικών δραστηριοτήτων σε σχέση με τους μικρότερους. γ) Τα δραστήρια κορίτσια επέλεξαν περισσότερο δομημένες αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με τα υποκινητικά κορίτσια. δ) Τα αγόρια, ανεξάρτητα από το μέγεθος της συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες, προτιμούσαν περισσότερο τις μη δομημένες. ε) Φάνηκε ότι όσο αυξάνεται η ηλικία, οι οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες ήταν ένα σχετικά σημαντικό μέρος των δραστηριοτήτων ολόκληρης της εβδομάδας τόσο για τα αγόρια όσο και για τα κορίτσια (Mota & Esculcas, 2002).

Στο ίδιο δείγμα διερευνήθηκε η σχέση μεταξύ της γονικής κοινωνικοοικονομικής κατάστασης και των οργανωμένων ή μη οργανωμένων αθλητικών δραστηριοτήτων των εφήβων. Από τα αποτελέσματα φάνηκε α) ότι οι μαθητές οικογενειών με υψηλή κοινωνικοοικονομική κατάσταση επέλεξαν σημαντικά περισσότερες οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες. Αντίθετα, συγκρίνοντας αυτούς που επέλεξαν μη οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες, μόνο το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο της μητέρας ήταν στατιστικά σημαντικό και β) οι μαθητές που συμμετείχαν σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες ανέφεραν περισσότερο μέση ένταση και μέση συχνότητα σε ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες. Αντίθετα οι μαθητές που συμμετείχαν σε μη οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες ανέφεραν περισσότερο χαμηλή ένταση και μικρή συχνότητα σε ατομικές αθλητικές δραστηριότητες (Santos, Esculcas & Mota, 2004).

Για τους Κορεάτες εφήβους, πρωταρχικός στόχος είναι η εισαγωγή τους στο καλύτερο πανεπιστήμιο. Από ένα σύνολο χιλίων πεντακοσίων μαθητών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης το 27% ανέφερε ότι θα ξαναδώσει κατατακτήριες

εξετάσεις για την εισαγωγή τους στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, 2% θα προσπαθήσει για τρίτη φορά και 17% θα συνεχίσει να δίνει εξετάσεις μέχρι να επιτύχει, (Munwha Broadcasting Corporation, 2000). Πολλοί μαθητές του γυμνασίου και του Λυκείου φοιτούν στο hakwon (ιδιωτικό φροντιστήριο) ή κάνουν hwawe (ιδιαίτερα μαθήματα). Η οικογένεια συμμετέχει σύσσωμη στην προσπάθεια αυτή και ιδιαίτερα οι μητέρες των εφήβων, (Lee, 2003). Πενήντα έξι Κορεάτες μαθητές-τριες λυκείων και 134 Κορεάτες μαθητές-τριες γυμνασίου ανάλωσαν το 6% του ελεύθερου χρόνου τους σε κοινωνικές συναναστροφές (μιλούσαν και άκουγαν άλλους, τηλεφωνούσαν, έβγαιναν και τριγυρνούσαν, διοργάνωναν πάρτι, αλληλογραφούσαν, τσακώνονταν, διάβαζαν με άλλους). 13% ασχολούνταν με παθητικές δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου (έβλεπαν τηλεόραση, άκουγαν μουσική και τεμπέλιαζαν) και μόνο το 5% συμμετείχε σε ενεργητικές δραστηριότητες (σπορ και αθλητικές δραστηριότητες, μελέτη εξωσχολικών βιβλίων, εξάσκηση με κάποιο μουσικό όργανο, χορό, ηλεκτρονικά παιχνίδια, παρακολούθηση αθλητικών αγώνων, κινηματογράφο, κοντσέρτα, παιχνίδια, ζωολογικό κήπο, ψώνια). Η μεγαλύτερη αιτία που αναγκάζει τους μαθητές γυμνασίου και λυκείου της Κορέας να μην απολαμβάνουν τα σπορ και τις τέχνες είναι η έλλειψη χρόνου και η δεύτερη σε σειρά είναι η απουσία των αθλητικών παροχών-διευκολύνσεων και των καλλιτεχνικών οργανισμών (Lee, 2003).

Το ίδιο πιεσμένοι είναι οι Ιάπωνες έφηβοι. Το έτος 2002, μετά από μία μεταβατική περίοδο η οποία ξεκίνησε από το 1995, η ιαπωνική κυβέρνηση αποφάσισε οι έξι ημέρες μαθημάτων να γίνουν πέντε σε όλα τα δημόσια σχολεία και θέσπισε το yutori για να απαλλαγούν οι μαθητές από το άγχος και τα προβλήματα συμπεριφοράς και να δοθεί χρόνος για εποικοδομητικές και δημιουργικές δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο. Το yutori, αναφέρεται σε μια υποκειμενική κατάσταση του μυαλού και μεταφράζεται ως ελεύθερος χρόνος, ευρύχωρο δωμάτιο και αναζωογονητικό πεδίο. Όμως οι προσδοκίες των γονέων για καλύτερη εκπαίδευση οδηγούν τα παιδιά τους στα ιδιωτικά φροντιστήρια (juku) και δεν είναι λίγοι αυτοί που την κερδισμένη από τις σχολικές υποχρεώσεις ημέρα την αφιερώνουν πάλι στα μαθήματα παρακολουθώντας juku. Στα πλαίσια του yutori οι Ιάπωνες μαθητές έχουν το bukatsu, το οποίο είναι υποστηρικτικές εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες (μπεϊζμπολ, μπάσκετ, ποδόσφαιρο, βόλεϊ, τένις, τζούντο, κέντο), και πολιτιστικές δραστηριότητες (ζωγραφική, μουσική κ.λ.π.). Δύο έρευνες του Nishino (1996; 1999-2001) σε 331 δεκαεξάχρονους και δεκαεπτάχρονους και σε 499 δεκατριάχρονους και

δεκαετηράχρονους μαθητές-τριες αντίστοιχα, έδειξαν ότι οι πέντε ήμερες μαθημάτων την εβδομάδα αντί για έξι ήμερες δεν είχαν τα αποτελέσματα που περίμενε η κυβέρνηση. Το juku (ιδιωτικό φροντιστήριο) και το bukatsu (εξωσχολικές δραστηριότητες) σημείωσαν αρνητικά σκορ στην ψυχική υγεία και το yutori των εφήβων. Οι ενεργητικές δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου (παιχνίδια, διάβασμα, τέχνες και hobbies, μουσικά όργανα, σπορ και αθλητικές δραστηριότητες) είχαν θετικές επιδράσεις, αλλά όχι σημαντικές στην ψυχική υγεία και το yutori. Οι Ιάπωνες έφηβοι προτιμούσαν περισσότερο στον ελεύθερο χρόνο τους να βλέπουν τηλεόραση και να ακούν μουσική, να συναναστρέφονται με άλλους, να χαλαρώνουν, να ξεκουράζονται, να «πάρουν έναν υπνάκο». (Nishino & Larson, 2003).

Ελεύθερος χρόνος και ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής εφήβων σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες στην Ελλάδα

Όσον αφορά τον ελεύθερο χρόνο των εφήβων στην Ελλάδα, φαίνεται ότι δε διαφέρει από τις άλλες αναπτυγμένες χώρες.

Σε μια συγκριτική μελέτη των Λάϊου και Κιουμουρτζόγλου (1992), διαπιστώθηκε ότι από τα δύο διαφορετικά συστήματα προώθησης και ανάπτυξης του αθλητισμού, δηλαδή του εξωσχολικού και του σχολικού, οι περισσότερες χώρες παγκόσμια, έχουν θεσπίσει το πρώτο μοντέλο. Η σύγκριση μεταξύ της Ελλάδας, των χωρών της Ευρώπης και των Η.Π.Α. σε σχέση με τη μαζική συμμετοχή, τις δαπάνες και τις αθλητικές εγκαταστάσεις έδειξε γενικά ότι ο αθλητισμός στηρίζεται εξωσχολικά (ομοσπονδίες, σωματεία), όπως άλλωστε συμβαίνει με τις περισσότερες χώρες του κόσμου και ιδιαίτερα της Ευρώπης, ενώ είναι υποβαθμισμένος στο σχολείο. Συγκεκριμένα όσον αφορά τη μαζικότητα, φάνηκε ότι οι 740.058 (1980) μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, δεν αξιοποιήθηκαν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε αθλητικές δραστηριότητες του σχολείου. Σχετικά με τις δαπάνες ένα ποσό 0,7519% της επιχορήγησης από τη Γ.Γ.Α. δόθηκε για τον σχολικό αθλητισμό το έτος 1990, ενώ το υπόλοιπο 99,2481% δόθηκε για να ενισχύσει τα αθλητικά σωματεία και τις ομοσπονδίες για πρωταθλητισμό και αγωνιστικό αθλητισμό. Μικρό είναι το ενδιαφέρον για συνδρομή στις σχολικές αθλητικές εγκαταστάσεις σε όλες τις χώρες της Ευρώπης σε σχέση με τις Η.Π.Α.

Οι Τοπαλίδου, Αλεξιάδης, Αυγερινός και Σχολλ (1999), αξιολόγησαν την εμπλοκή τριακοσίων δεκαετηράχρονων μαθητών της Θεσσαλονίκης σε φυσική δραστηριότητα και σπορ στο σχολείο και στον ελεύθερο χρόνο και διαπίστωσαν με

διανομή ερωτηματολογίων ότι ο τρόπος ζωής σε 64% του δείγματος ήταν σχεδόν απόλυτα καθιστικός, ενώ μόνο το 13% των εφήβων κάλυψε τις οδηγίες του ACSM (1994), οι οποίες σχετίζονταν με τη φυσική δραστηριότητα και την άσκηση που απαιτείται για καλή υγεία. Τα αγόρια ήταν πολύ περισσότερο δραστήρια από τα κορίτσια σε όλες τις παραμέτρους συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες (σχολείο, ελεύθερο χρόνο). Η βασικότερη αιτία μη συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες ήταν η έλλειψη χρόνου, κυρίως εξαιτίας των σχολικών υποχρεώσεων.

Οι Πυνηρτζής και Πατεράκη (1999), σε δική τους έρευνα την ίδια περίοδο και με τους ίδιους στόχους με την προηγούμενη, δηλαδή τη συμμετοχή έφηβων μαθητών-τριών σε αθλητικές δραστηριότητες τόσο εντός όσο και εκτός σχολείου αξιολόγησαν με ερωτηματολόγια τις αντιλήψεις πεντακοσίων οκτώ αγοριών και 706 κοριτσιών Α', Β' και Γ' τάξης από 5 Λύκεια της πόλης του Ηρακλείου (αστική περιοχή) και από 6 Λύκεια της επαρχίας του νομού Ηρακλείου (αγροτική περιοχή). Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι το 44% των μαθητών ασχολείται συχνά με αθλητικές δραστηριότητες εκτός σχολείου, το 32% ασχολείται περιοδικά, ενώ το 24% δεν ασχολείται καθόλου. Οι βασικότεροι λόγοι μη συμμετοχής ήταν η έλλειψη χρόνου (49,75%) και η έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων (12,11%). Οι αθλητικές δραστηριότητες στις οποίες συμμετείχαν στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής ήταν οι ίδιες μ' αυτές που ασχολούνταν στον ελεύθερο χρόνο τους. Τόσο εντός όσο και εκτός σχολείου θα προτιμούσαν διαφορετικές δραστηριότητες από αυτές που ήδη έκαναν. Συγκεκριμένα 24,7% των μαθητών θα ήθελε να ασχοληθεί με την κολύμβηση, 24,4% με πολεμικές τέχνες, 17,45% με τένις, 16,65% σε γυμναστήριο, 14,12% με αερόμπικ, 12% με ιππασία, 11,4% με ενόργανη, 11,2% με σκοποβολή, 10,1% με μπάσκετ κ.α.

Σε δεκαεπτά δημόσια σχολεία της ίδιας με την προηγούμενη έρευνα πόλης, οι Αυγερινός, Στάθη, Almond και Κιουμουρτζόγλου (2002), διερεύνησαν τον τρόπο ζωής και αξιολόγησαν τη φυσική δραστηριότητα εννιακοσίων έντεκα μαθητών και μαθητριών 12, 15 και 17 ετών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι α) η υποκινητική συμπεριφορά των μαθητών και ιδιαίτερα των μαθητριών εδραιώνεται ήδη από την ηλικία του δημοτικού σχολείου και αυξάνεται σε μεγάλο βαθμό με το πέρασμα της ηλικίας, β) στις μεγαλύτερες ηλικίες η συμμετοχή σε οργανωμένες μορφές άσκησης είναι ιδιαίτερα μειωμένη, γ) η έλλειψη χρόνου λόγω πολλών σχολικών και εξωσχολικών ακαδημαϊκών υποχρεώσεων, είναι η βασικότερη αιτία μικρής ή μη συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, δ) Στους μαθητές μεγαλύτερης

ηλικίας και ιδιαίτερα στα κορίτσια υπάρχει μειωμένο ενδιαφέρον για τη φυσική δραστηριότητα και τα σπορ και αυξημένο ενδιαφέρον για κοινωνικές συναναστροφές, ε) τα κορίτσια σε όλες τις βαθμίδες συμμετέχουν λιγότερο από τα αγόρια σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες και στ) η εύκολη πρόσβαση και οι σωστή υποδομή σε αθλητικές εγκαταστάσεις δεν αποτέλεσαν σημαντικούς παράγοντες για συμμετοχή στα σπορ.

Ο ελεύθερος χρόνος με έμφαση στον αθλητισμό και την κινητική αναψυχή εξακοσίων ογδόντα οκτώ μαθητών-τριών Δημοτικού Γυμνασίου και Λυκείου, αγροτικών, ημιαστικών και αστικών περιοχών των νομών Φλώρινας (n=557) και Καστοριάς (n=131), ήταν ο σκοπός της έρευνας των Τοσουνίδη και Ζαρώτη (2003). Από το ερωτηματολόγιο που διενεμήθη διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές περνούσαν τον ελεύθερο χρόνο τους περισσότερο σε ανοικτούς χώρους, συναναστρέφονταν κυρίως με τους φίλους τους ή με μέλη της οικογένειάς τους έμμεσα ή άμεσα, παρακολουθούσαν τηλεόραση, κυρίως 2 έως 4 ώρες το Σαββατοκύριακο, άκουγαν μουσική, αθλούνταν και έκαναν περίπατο ή ποδήλατο. Σχετικά με το βαθμό ευχαρίστησης των δραστηριοτήτων ελεύθερου χρόνου, η πιο ευχάριστη ήταν η ακρόαση μουσικής, ενώ ακολουθούσαν η συναναστροφή με φίλους και οι εκδρομές. Η συμμετοχή των μαθητών-τριών σε αθλητικούς οργανωμένους συλλόγους περιορίστηκε στο 39% με συχνότητα 3,6 ώρες την εβδομάδα, ενώ καταγράφηκε μεγάλη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες μη οργανωμένης μορφής.

Τις διαφορές μεταξύ των δύο φύλων στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου 119 μαθητών και 150 μαθητριών λυκείου εξέτασαν οι Χριστουλάκη, Μπελμέζου, Γκουντρομίχος και Κουθούρης (2003). Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο «επιλογής δραστηριοτήτων ελεύθερου χρόνου», αποτελούμενο από 22 μεταβλητές (Κουθούρης, 2001). Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι τα αγόρια ασχολούνταν περισσότερο από τα κορίτσια με το διαδίκτυο και το play station. Συμμετείχαν περισσότερο σε αθλητικές ομάδες. Προτιμούσαν περισσότερο το μπάσκετ και το ποδόσφαιρο με φίλους, σε σχέση με τα κορίτσια, καθώς και τα clubs με μπιλιάρδο. Αντίθετα, όπως ήταν αναμενόμενο σε δραστηριότητες μόδας, ομορφιάς και καλλωπισμού οι προτιμήσεις των κοριτσιών ήταν περισσότερες.

Οι Γογγάκη, Χριστόδουλος και Κάτσικας (2004), κατέγραψαν τον τρόπο διαχείρισης του ελεύθερου χρόνου εκατό μαθητών-τριών της ΣΤ' δημοτικού (12 ετών), 100 μαθητών της Γ' τάξης γυμνασίου (15 ετών) και 100 μαθητών Γ' τάξης Λυκείου (18

ετών) δημόσιων σχολείων των Διευθύνσεων Α/θμιας και Β/θμιας Εκπαίδευσης Αθηνών και Πειραιώς. Οι μαθητές-τριες προέρχονταν από όλα τα κοινωνικά στρώματα. Ταυτόχρονα επιδίωξαν να χαρτογραφήσουν τις αθλητικές συνήθειες των μαθητών-τριών, καθώς και τους παράγοντες που δυσχεραίνουν την ενασχόλησή τους με αθλητικές δραστηριότητες. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν στο περιβάλλον του σχολείου με ημιδομημένο ερωτηματολόγιο ερωτήσεων κλειστού και ανοικτού τύπου που αφορούσαν τη διαχείριση του ελεύθερου χρόνου των μαθητών-τριών και την ιεράρχηση των ασχολιών τους, την ενασχόλησή τους σε αθλητικές δραστηριότητες, τη συχνότητα άθλησης, τις αθλητικές προτιμήσεις και τις πιθανές αιτίες που δυσχεραίνουν αυτή την ενασχόληση. Από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι το 86% του ελεύθερου χρόνου των μαθητών αναλώνεται στη σχολική προετοιμασία, τα φροντιστήρια και τα ιδιαίτερα μαθήματα. Το 6,7% του ελεύθερου χρόνου αφιερώνεται σε αθλητικές δραστηριότητες, ενώ το 5% σε επαφές με φιλικά πρόσωπα. Αναφορικά με τη συχνότητα της άθλησης, το 51,3% του δείγματος δήλωσε ότι αθλείται συχνά, το 24,3% περιστασιακά και το 24% σπάνια ή ποτέ. Παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφοροποιήσεις ανάμεσα στις τρεις βαθμίδες. Η πλειοψηφία των μαθητών Γυμνασίου και Λυκείου ανέφεραν ότι ασχολούνται περιστασιακά ή σπάνια, αντίθετα με τους μαθητές του δημοτικού που δήλωσαν ότι ασκούνται συχνά. Το 64,7 του δείγματος επέλεξε ομαδικές μορφές άσκησης, με περισσότερες προτιμήσεις στο ποδόσφαιρο (25,5%), το μπάσκετ (18,8%) και το βόλει (11,8%). Το 36,3% δήλωσε ότι συμμετέχουν σε κάποιον οργανωμένο σύλλογο. Ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας ενασχόλησης με τον αθλητισμό ήταν η έλλειψη ελεύθερου χρόνου (68%). Το 13% των μαθητών θεώρησε την έλλειψη κατάλληλων χώρων ως σημαντικό εμπόδιο και το 18,3% υποστήριξε ότι έχει άλλες προτεραιότητες. Δεν παρατηρήθηκαν σημαντικές διαφοροποιήσεις ανά βαθμίδα.

Ο Τοσουνίδης (2005β), διερεύνησε με ερωτηματολόγιο επτακόσιους είκοσι ένα μαθητές αστικών, ημιαστικών και αγροτικών σχολείων Α/θμιας και Β/θμιας εκπαίδευσης της περιφέρειας, ηλικίας 10 έως 18 ετών και 35 φοιτητές, με στόχο τον ελεύθερο χρόνο σε σχέση με τις αθλητικές δραστηριότητες και τους αθλητικούς συλλόγους, τη συμμετοχή σε αθλητικούς συλλόγους και τις αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με την εκπαιδευτική βαθμίδα, το τόπο κατοικίας, το φύλο, το επάγγελμα του πατέρα και της μητέρας, το εκπαιδευτικό επίπεδο των γονέων και την ύπαρξη αδελφών. Τα ευρήματα έδειξαν ότι το 31,4% των μαθητών συμμετείχαν σε αθλητικούς συλλόγους με μέσο όρο 3,48 ώρες την εβδομάδα και το 19,3% σε πολιτιστικούς

συλλόγους με μέσο όρο 2,11 ώρες την εβδομάδα. Το 68,6% των μαθητών συμμετείχαν σε μη οργανωμένες δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου (αθλητισμό, ποδήλατο, περπάτημα, παρακολούθηση αθλητικών γεγονότων) και το 21,1% ανέφερε ότι επισκέφθηκε στον ελεύθερο χρόνο του ένα γυμναστήριο. Το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ και το χάντμπολ ήταν οι δημοφιλέστερες δραστηριότητες των μαθητών που συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους. Οι μαθητές του γυμνασίου διέθεταν τον ελεύθερο χρόνο τους στην παρακολούθηση τηλεόρασης, στην ακρόαση μουσικής και ραδιοφώνου, στα τηλεφωνήματα, σε βόλτες με φίλους, στον αθλητισμό, με ποδήλατο, σε περίπατο. Οι μαθητές Λυκείου είχαν σε πρώτη προτίμηση και αυτοί την παρακολούθηση τηλεόρασης, την ακρόαση μουσικής-ραδιοφώνου και τις τηλεφωνικές συνομιλίες, ενώ ακολουθούσαν οι βόλτες με φίλους, τα clubs με ποτό/χορό, και τελευταίος ο αθλητισμός. Διαπιστώθηκε επίσης ότι οι μαθητές των ημιαστικών σχολείων ξοδεύουν στατιστικά σημαντικά λιγότερο χρόνο ανά εβδομάδα σε αθλητικούς συλλόγους, σε σχέση με τους μαθητές των αστικών και των αγροτικών σχολείων.

Είναι κοινή συνισταμένη σε όλες τις παραπάνω έρευνες που διεξήχθησαν στο διεθνή και ελλαδικό χώρο ότι η κοινωνία και η εκπαίδευση, είναι προσανατολισμένες προς την απόκτηση δεξιοτήτων για τον εφοδιασμό των νέων οι οποίες θα τους ζητηθούν μετά την ενηλικίωσή τους από την οργανωμένη κοινωνία προκειμένου να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις και τους κανόνες της. Όπως φαίνεται ο περιορισμένος για αθλητικές δραστηριότητες χρόνος και οι διαφορετικές από τον αθλητισμό προτεραιότητες επικρατούν κατά τον ελεύθερο χρόνο εφήβων μαθητών-τριών. Πιθανόν να διαφεύγει της προσοχής η αναγκαιότητα για αθλητισμό αναψυχής που εξασφαλίζει ισορροπημένους εφήβους, αυριανούς πολίτες. Συνεπώς, όσο πιο γρήγορα μια κοινωνία συνειδητοποιήσει την αναγκαιότητα της ισόρροπης ψυχοσωματικής ανάπτυξης και κινηθεί προς αυτή την κατεύθυνση, τόσο πιο πολύ θα μπορεί να ευελπιστεί σε μια πρωτοπόρα θέση στον παγκόσμιο χάρτη.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Δείγμα

Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν μαθητές και μαθήτριες Γυμνασίων και Λυκείων των αντίστοιχων δημόσιων σχολείων της πόλης της Λιβαδειάς, πρωτεύουσας του νομού Βοιωτίας. Η ηλικία του δείγματος κυμάνθηκε από 12 έως 17 ετών. Από το σύνολο των 1815 εγγεγραμμένων μαθητών-τριών για το σχολικό έτος 2005-2006, στα σχολεία που αναφέρονται στον πίνακα 1 επελέγησαν με αναλογική στρωσιγενή δειγματοληψία 643 μαθητές-τριες. Συγκεκριμένα η δειγματοληψία έγινε αναλογικά στρωματοποιημένα κατά βαθμίδα, σχολείο, τάξη και φύλο (πίνακας 1). Το μέγεθος του δείγματος αντιπροσωπεύει το 35% του μαθητικού πληθυσμού γυμνασίου και λυκείου της περιοχής, και σύμφωνα με τους Neuman και Bacon (1997), θεωρείται επαρκές (Καμπίτσης, 2004).

Πίνακας 1. Περιγραφικά χαρακτηριστικά της μελέτης

<i>Σχολείο</i>	<i>A' Τάξη</i>		<i>B' Τάξη</i>		<i>Γ' Τάξη</i>		<i>Σύνολο</i>	
	<i>αγόρια</i>	<i>κορίτσια</i>	<i>αγόρια</i>	<i>κορίτσια</i>	<i>αγόρια</i>	<i>κορίτσια</i>	<i>αγόρια</i>	<i>κορίτσια</i>
<i>1 Γυμνάσιο</i>	8	6	9	6	5	8	22	20
<i>2 Γυμνάσιο</i>	7	8	13	8	10	10	30	26
<i>3 Γυμνάσιο</i>	9	14	7	20	6	7	22	41
<i>4 Γυμνάσιο</i>	14	32	22	16	19	24	55	72
<i>Σύνολο</i>	38	60	51	50	40	49	129	159
<i>%</i>	13	21	18	17	14	17	45	55
<i>1 Λύκειο</i>	15	23	15	24	19	21	49	68
<i>2 Λύκειο</i>	21	24	20	20	22	27	63	71
<i>1 Τ.Ε.Ε.</i>	31	6	21	17	21	8	73	31
<i>Σύνολο</i>	67	53	56	61	62	56	185	170
<i>%</i>	19	15	16	17	17	16	52	48

Περιγραφή των οργάνων μέτρησης

Ως όργανο μέτρησης των ανασταλτικών παραγόντων ως προς τη συμμετοχή χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Alexandris και Carroll (1997a). Το όργανο προσαρμόστηκε ανάλογα με τους λόγους που αναστέλλουν τη συμμετοχή μαθητών-τριών σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής (παράρτημα 1).

Οι εξεταζόμενοι απάντησαν σε 35 ερωτήματα-θέματα, τα οποία περιέγραφαν ανασταλτικούς λόγους ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Οι απαντήσεις αξιολογήθηκαν με επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (από το «διαφωνώ απόλυτα» =1, έως το «συμφωνώ απόλυτα» =7). –Πίνακας 2 –

Πίνακας 2. Περιγραφικά χαρακτηριστικά ανασταλτικών λόγων συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες

<i>a/a</i>	<i>Ανασταλτικοί λόγοι προς τη συμμετοχή</i>	<i>Mean</i>	<i>S.D.</i>
1	Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου προς το σχολείο και τα φροντιστήρια.	4.73	1.90
2	Δεν μου αρέσουν οι αθλητικές δραστηριότητες που προσφέρει η περιοχή μου.	2.86	1.70
3	Οι αθλητικές δραστηριότητες με κουράζουν.	2.58	1.55
4	Δεν θέλω να ξοδεύω τον ελεύθερο χρόνο μου σε αθλητικές δραστηριότητες	2.33	1.55
5	Δεν έχω αυτοπεποίθηση στις ικανότητες μου.	2.42	1.55
6	Φοβάμαι να μην τραυματιστώ.	2.22	1.54
7	Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου σε φίλους, συμμαθητές και τρίτα άτομα.	2.99	1.68
8	Δεν έχω την κατάλληλη τεχνική για να κάνω το άθλημα που μου αρέσει.	2.61	1.54
9	Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση.	2.65	1.51
10	Αισθάνομαι κουρασμένος για να ασκηθώ.	2.42	1.47
11	Δεν μπορώ να παρακινήσω τον εαυτό μου.	2.48	1.48
12	Η άσκηση στον ελεύθερό μου χρόνο δεν είναι μία από τις προτεραιότητές μου.	3.12	1.76
13	Δεν περνάω πολύ καλά όταν ασκούμαι.	2.20	1.41
14	Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου προς την οικογένειά μου.	2.66	1.59
15	Δεν μου αρέσουν οι χώροι που γίνονται οι δραστηριότητες (τα γήπεδα – τα γυμναστήρια).	2.82	1.61
16	Δεν μου αρέσουν οι άλλοι ασκούμενοι που αναγκάζομαι να γυμνάζομαι μαζί τους.	2.86	1.70

17	Δεν μου αρέσουν οι προπονητές-οι γυμναστές, γενικά τα άτομα που με γυμνάζουν.	2.67	1.60
18	18. Γενικά δεν αισθάνομαι ασφαλής όταν αθλούμαι ή γυμνάζομαι εκτός σχολείου.	2.15	1.39
19	Η άθληση συχνά μου προκαλεί προβλήματα υγείας.	2.10	1.41
20	Η εξωσχολική άθληση απαιτεί ακριβό εξοπλισμό / ρουχισμό.	3.18	1.78
21	Δεν γνωρίζω κάποιο υπεύθυνο άτομο να με ενημερώνει για τις εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	3.25	1.86
22	Δεν έχω την κατάλληλη παρέα και φίλους.	2.76	1.78
23	Η κατάσταση της υγείας μου δεν μου επιτρέπει να αθλούμαι.	1.92	1.42
24	Στους γονείς μου δεν αρέσει η συμμετοχή μου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	2.01	1.43
25	Όταν γυμνάζομαι παρουσιάζονται προβλήματα υγείας.	2.05	1.44
26	Η συμμετοχή σε αθλητικές εξωσχολικές δραστηριότητες κοστίζει ακριβά.	3.06	1.78
27	Δεν έχω κανένα δικό μου άτομο να με μεταφέρει για να αθλούμαι.	2.83	1.78
28	Στους φίλους μου δεν αρέσουν οι εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	2.78	1.69
29	Δεν έχω ενημέρωση για τα αθλητικά προγράμματα που γίνονται.	3.37	1.87
30	Ο χώρος για να αθλούμαι είναι μακριά. Δεν μπορώ να μετακινούμαι ως εκεί.	3.15	1.87
31	Η μετακίνησή μου στο χώρο άθλησης είναι προβληματική.	2.65	1.71
32	Δεν γνωρίζω πού να πάω να αθληθώ.	2.27	1.56
33	Δεν έχω δικό μου μεταφορικό μέσο για να πηγαίνω να γυμνάζομαι.	3.32	2.11
34	Δυσκολεύομαι να διαθέσω τα χρήματα που απαιτούνται για να συμμετέχω σε αθλήματα.	2.87	1.32
35	Δεν έχω κάποιο να με βοηθά να επιλέξω ποια αθλητική δραστηριότητα είναι καλύτερη για μένα.	2.88	1.82

Τα 35 ερωτήματα-θέματα που αφορούσαν τους ανασταλτικούς λόγους προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες ομαδοποιήθηκαν βάση της αντίστοιχης θεωρίας (Crowford & Godbey, 1987) σε έξι παράγοντες ανασταλτικών λόγων σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παραγοντικής ανάλυσης που αναφέρονται σε έρευνες των Alexandris και Carroll (1997a;b;1998),ως ακολούθως:

α) ο παράγοντας «έλλειψη χρόνου» (Cronbach's $a = .51$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων τεσσάρων θεμάτων: 1,4,7 και 14.

β) ο παράγοντας «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι» (Cronbach's $a = .83$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων έντεκα θεμάτων: 3,5,6,8,9,10,11,18,19,23 και 25.

γ) ο παράγοντας «έλλειψη ενδιαφέροντος» (Cronbach's $\alpha = .62$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων τεσσάρων θεμάτων: 12,13,21 και 32.

δ) ο παράγοντας «οικονομικοί λόγοι» (Cronbach's $\alpha = .76$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων επτά θεμάτων: 20,26,27,30,31,33 και 34.

ε) ο παράγοντας «έλλειψη παρέας» (Cronbach's $\alpha = .55$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων τεσσάρων θεμάτων: 16,22,24 και 28.

στ) ο παράγοντας «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων» (Cronbach's $\alpha = .65$), προέκυψε από τον υπολογισμό των επόμενων πέντε θεμάτων: 2,15,17,29 και 35.

Η συνολική εσωτερική συνοχή της κλίμακας ήταν $\alpha = .91$.

Οι δείκτες εσωτερικής συνοχής των ανωτέρω παραγόντων θεωρούνται ικανοποιητικοί σύμφωνα με τον Cortina (1983), ο οποίος αναφέρει ότι σε κλίμακες με μειωμένο αριθμό θεμάτων, (≤ 6), ο συντελεστής alpha είναι δυνατό να έχει τιμές μεγαλύτερες από .60 για να είναι αξιόπιστες (Κουθούρης, κ.α., 2005β).

Επίσης συλλέχθηκαν πληροφορίες που αφορούσαν δημογραφικά χαρακτηριστικά των μαθητών όπως εθνικότητα, φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση, μορφωτικό επίπεδο γονέων, συμμετοχή σε αθλητικούς συλλόγους. Ακόμη καταγράφηκε η συχνότητα συμμετοχής των μαθητών-τριών σε εξωσχολικές δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής, η οποία αξιολογήθηκε με πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert («δεν ασκούμαι καθόλου» =1, «ασκούμαι μόνον ευκαιριακά» =2, «ασκούμαι λίγες φορές» =3, «ασκούμαι συχνά» =4, «ασκούμαι συστηματικά» =5)

Η δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου έχει αποδειχθεί από προηγούμενες σχετικές έρευνες (Alexandris & Carroll, 1997a,b; Alexandris & Carroll, 1998; Alexandris & Carroll, 1999; Κουθούρης κ.α., 2005α,γ,δ).

Διαδικασία Μέτρησης

Οι εξεταζόμενοι συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια το μήνα Νοέμβριο του έτους 2005, στις αίθουσες διδασκαλίας, κατά τη διάρκεια λειτουργίας των σχολείων, (πρωινός κύκλος) αφού προηγουμένως εξασφαλίστηκε άδεια από τη Δ/ση Β/θμιας Εκπ/σης του νομού Βοιωτίας, η συγκατάθεση από τους Διευθυντές των σχολείων και η συνεργασία των συλλόγων καθηγητών του κάθε σχολείου. Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα, και διανεμήθηκαν από τους καθηγητές που δίδασκαν εκείνη την ώρα στους μαθητές -τριες που θα συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο. Οι μαθητές-τριες συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο και το επέστρεφαν αμέσως μετά τη συμπλήρωσή του. Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου είχε διάρκεια 10 έως 20 λεπτών ανάλογα με το επίπεδο της

τάξης. Προτάθηκε στους μαθητές-τριες να απαντούν αυθόρμητα και ειλικρινά, σύμφωνα με την ιδιαίτερη περίπτωση του καθενός.

Σχεδιασμός της έρευνας

Ο βαθμός σημαντικότητας των ανασταλτικών παραγόντων, η εκπαιδευτική βαθμίδα (γυμνάσιο/λύκειο), το φύλο (αγόρι/κορίτσι), η συμμετοχή ή μη συμμετοχή των μαθητών-τριών σε αθλητικούς συλλόγους και η συχνότητα συμμετοχής αποτέλεσαν τις ανεξάρτητες μεταβλητές. Οι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, αποτέλεσαν την εξαρτημένη μεταβλητή.

Στατιστική ανάλυση

Για τη διερεύνηση του βαθμού σημαντικότητας των ανασταλτικών παραγόντων εφαρμόστηκαν περιγραφικές μέθοδοι.

Για τη διερεύνηση πιθανών διαφορών α) στους ανασταλτικούς παράγοντες μεταξύ μαθητών-τριών διαφορετικής εκπαιδευτικής βαθμίδας, β) στους ανασταλτικούς παράγοντες των μαθητών-τριών ως προς το φύλο και γ) στους ανασταλτικούς παράγοντες μεταξύ μαθητών-τριών που συμμετέχουν ή δε συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους, χρησιμοποιήθηκε το t-test για ανεξάρτητα δείγματα

Για τη διερεύνηση πιθανών διαφορών στους ανασταλτικούς παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι μαθητές-τριες, σε σχέση με τη συχνότητα συμμετοχής τους σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (One Way Anova).

Όλες οι αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν με τη χρήση του στατιστικού προγράμματος SPSS (Έκδοση 10). Το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίστηκε σε $p < .05$.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Δημογραφικά χαρακτηριστικά

Από την ανάλυση των δημογραφικών χαρακτηριστικών διαπιστώθηκε ότι από το σύνολο των 643 μαθητών-τριών ηλικίας 12 έως 17 ετών, το 50.2% (N=323) ήταν αγόρια και το 49.8% (N=320) ήταν κορίτσια. Οι μαθητές-τριες γυμνασίου (ηλικίας 12 έως 14 ετών) αποτελούσαν το 44.8% (N=288), ενώ οι μαθητές-τριες του λυκείου (ηλικίας 15 έως 17 ετών) αποτελούσαν το 55.2% (N=355), του δείγματος. Η πλειοψηφία του δείγματος ήταν ελληνικής εθνικότητας και το 5.7% άλλων εθνικοτήτων (N=36). Όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο των γονέων, το 51.2% των πατέρων και το 59.2% των μητέρων είναι απόφοιτοι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (γυμνασίου ή λυκείου), ενώ ακολουθούν οι γονείς με πανεπιστημιακές σπουδές (37.6% οι πατέρες και 28.8% οι μητέρες). – πίνακας 3 –

Πίνακας 3. Δημογραφικά χαρακτηριστικά

<i>Φύλο</i>	<i>Εκπαιδευτική Βαθμίδα</i>	<i>Εθνικότητα</i>
Αγόρια 50.2%	γυμνασίου 44.8%	Έλληνες 94.3%
Κορίτσια 49.8%	λυκείου 55.2%	Αλβανοί 4.1%
		Άλλοι 1.6%

Μορφωτικό Επίπεδο

Πατέρα

Δημοτικό 11.3%

Γυμνάσιο-Λύκειο 51.2%

ΑΕΙ-ΤΕΙ 34.1%

Μετ/κό-διδ/κό 3.5%

Μητέρας

Δημοτικό 12.0%

Γυμνάσιο-Λύκειο 59.2%

ΑΕΙ-ΤΕΙ 24.9%

Μετ/κό-διδ/κό 3.9%

Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες

Αναφορικά με τη συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, το 17.5% (N=112) των μαθητών-τριών ασκείται συστηματικά, το 24.3% (N=156) των μαθητών-τριών του δείγματος ασκείται συχνά, ενώ το 23.7% (N=152) λίγες φορές, το 26.1% (N=167) σπάνια και το 8.4% (N=54) καθόλου.

Οι συμμετέχοντες σε αθλητικούς συλλόγους και σωματεία αποτελούσαν το 32.5% (N=209), ενώ οι μη συμμετέχοντες το 67% (N=431). Οι αθλοπαιδιές εμφάνισαν τη μεγαλύτερη συχνότητα επιλογής (50.2%), ακολουθούμενες σε πολύ μεγάλη απόσταση από τους παραδοσιακούς χορούς (8.9%) και το στίβο (8.4%). Το ποσοστό των μαθητών που συμμετέχουν μαζί με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας σε αθλητικές δραστηριότητες ήταν 8.3%. Το 28.9% των μαθητών δήλωσε συμμετοχή του πατέρα σε αθλητικές δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τη μητέρα ήταν 16.5%. (πίνακας 4)

Πίνακας 4. Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες

<i>Συχνότητα συμμετοχής</i>	<i>Συμμετοχή σε αθλητικούς συλλόγους</i>	<i>Συμμετοχή με την οικογένεια</i>	<i>Συμμετοχή γονέων</i>
Συστηματικά 17.5%	Αθλητές 32.5%	Ναι 8.3%	Πατέρας 28.9%
Συχνά 24.3%	Μη αθλητές 67%	Όχι 90.8%	Μητέρα 16.5%
Λίγες φορές 23.7%			
Σπάνια 26.1%			
Καθόλου 8.4%			

Ομαδοποίηση των ανασταλτικών λόγων σε ανασταλτικούς παράγοντες

Διαπιστώθηκε ότι η «έλλειψη χρόνου» ήταν ο ισχυρότερος ανασταλτικός παράγοντας ανασταλτικών λόγων με μέση τιμή 3.18 (πίνακας 5) με την «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων» (M=2.92), τους «οικονομικούς λόγους» (M=2.82), την «έλλειψη ενδιαφέροντος» (M=2.80) και «την έλλειψη παρέας» να ακολουθούν (M=2.60). Οι «ψυχολογικοί/ατομικοί» λόγοι φαίνεται ότι επηρεάζουν λιγότερο τους μαθητές και τις μαθήτριες (M=2.33).

Πίνακας 5. Κατηγορίες, Ανασταλτικοί Παράγοντες και Συντελεστές αξιοπιστίας

<i>Ανασταλτικοί Παράγοντες</i>	<i>Αν. λόγοι</i>	<i>M</i>	<i>SD.</i>	<i>Cronbach's a</i>
Έλλειψη ενδιαφέροντος	4	2.80	1.16	.62
Ψυχολογικοί/Ατομικοί λόγοι	11	2.33	0.92	.83
Έλλειψη παρέας	4	2.60	1.08	.55
Έλλειψη χρόνου	4	3.18	1.09	.51
Οικονομικοί λόγοι	7	2.82	1.14	.76
Έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων	5	2.92	1.12	.65

Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με την εκπαιδευτική βαθμίδα (γυμνάσιο-λύκειο)

Από τα αποτελέσματα του t-test για ανεξάρτητα δείγματα διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών-τριών γυμνασίου και λυκείου στους τέσσερις από τους έξι παράγοντες ανασταλτικών λόγων, με τους μαθητές λυκείου να σημειώνουν πάντα μεγαλύτερες τιμές. Συγκεκριμένα: α) όσον αφορά τον παράγοντα «έλλειψη χρόνου» ($t=-2.82$, $df=641$, $p<.001$), με τους μαθητές-τριες του γυμνασίου να σημειώνουν τιμές μικρότερες ($M=3.05$, $SD= 1.13$) από τους μαθητές-τριες του λυκείου ($M=3.29$, $SD=1.01$), β) όσον αφορά τον παράγοντα «έλλειψη ενδιαφέροντος» ($t=-4.27$, $df=640$, $p<.001$), με τους μαθητές-τριες του γυμνασίου να σημειώνουν τιμές μικρότερες ($M=2.59$, $SD= 1.16$) από τους μαθητές-τριες του λυκείου ($M=2.98$, $SD=1.14$), γ) όσον αφορά τον παράγοντα «έλλειψη παρέας» ($t=-2.94$, $df=637$, $p<.01$) με τους μαθητές-τριες του γυμνασίου να σημειώνουν τιμές μικρότερες ($M=2.47$, $SD= 0.97$) από τους μαθητές-τριες του λυκείου ($M=2.72$, $SD=1.15$), και δ) όσον αφορά τον παράγοντα «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων» ($t=-5.58$, $df=641$, $p<.001$), με τους μαθητές-τριες του γυμνασίου να σημειώνουν τιμές μικρότερες ($M=2.65$, $SD= 1.05$) από τους μαθητές-τριες του λυκείου ($M=3.13$, $SD=1.13$). Στους υπόλοιπους δύο παράγοντες (ψυχολογικούς και οικονομικούς) δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές.(πίνακας 6)

Πίνακας 6. Ανασταλτικοί παράγοντες και εκπαιδευτική βαθμίδα

<i>Ανασταλτικοί Παράγοντες</i>	<i>Εκπαιδευτική βαθμίδα</i>						
	<i>Γυμνάσιο</i>		<i>Λύκειο</i>		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
<i>Έλλειψη ενδιαφέροντος</i>	2.59	1.16	2.98	1.14	-4.27**	640	p<.001
<i>Ψυχολογικοί/Ατομικοί λόγοι</i>	2.30	0.91	2.36	0.92	-0.84	641	n.s.
<i>Έλλειψη παρέας</i>	2.47	0.97	2.72	1.15	-2.94*	637	p<.01
<i>Έλλειψη χρόνου</i>	3.05	1.13	3.29	1.01	-2.82**	641	p<.001
<i>Οικονομικοί λόγοι</i>	2.75	1.08	2.88	1.18	-1.44	636	n.s.
<i>Έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων</i>	2.65	±1.05	3.13	1.13	-5.58**	641	p<.001

Σημείωση: **p<.001, *p<.01

Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σχέση με το φύλο

Σημαντικά στατιστικές διαφορές μεταξύ των δύο φύλων διαπιστώθηκαν σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες με τα κορίτσια να σημειώνουν πάντα μεγαλύτερες τιμές. Αναλυτικότερα: α) στον παράγοντα «έλλειψη χρόνου»(t=-3.96, df=641, p<.001), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=3.01, SD=1.08) από τα κορίτσια (M=3.34, SD=1.04), β) στον παράγοντα «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι »(t=-2.89, df=641, p<.01), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=2.23, SD=0.93) από τα κορίτσια (M=2.44, SD=0.90), γ) στον παράγοντα «έλλειψη ενδιαφέροντος»(t=-3.71, df=640, p<.001), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=2.64, SD=1.15) από τα κορίτσια (M=2.97, SD=1.15), δ) στον παράγοντα «οικονομικοί λόγοι»(t=-4.77, df=636, p<.001), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=2.61 SD=1.14) από τα κορίτσια (M=3.03, SD=1.09), ε) στον παράγοντα «έλλειψη παρέας»(t=-3.14, df=637, p<.01), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=2.47, SD=1.09) από τα κορίτσια (M=2.74, SD=1.06), στ) στον παράγοντα «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων»(t=-4.06, df=641, p<.001), τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές (M=2.74, SD=1.17) από τα κορίτσια (M=3.09, SD=1.04). –πίνακας 7-

Πίνακας 7. Ανασταλτικοί παράγοντες και φύλο

Ανασταλτικοί Παράγοντες	Φύλο				t	df	p
	Αγόρια		Κορίτσια				
	M	SD	M	SD			
Έλλειψη ενδιαφέροντος	2.64	1.15	2.97	1.15	-3.71**	640	p<.001
Ψυχολογικοί/Ατομικοί λόγοι	2.23	0.93	2.44	0.90	-2.89*	641	p<.01
Έλλειψη παρέας	2.47	1.09	2.74	1.06	-3.14*	637	p<.01
Έλλειψη χρόνου	3.01	1.08	3.34	1.04	-3.96**	641	p<.001
Οικονομικοί λόγοι	2.61	1.14	3.03	1.09	-4.77**	636	p<.001
Έλλειψη υπηρεσιών	2.74	1.17	3.09	1.04	-5.58**	641	p<.001
Εγκαταστάσεων							

Σημείωση: **p<.001, *p<.01

Ανασταλτικοί παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες σε σχέση με τη συμμετοχή των μαθητών-τριών σε αθλητικούς συλλόγους.

Από τα αποτελέσματα του t-test για ανεξάρτητα δείγματα διαπιστώθηκαν επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών-τριών που είναι αθλητές-τριες και μαθητών που δεν είναι αθλητές-τριες, με τους μη αθλητές-τριες να σημειώνουν μεγαλύτερες τιμές σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες: α) στον παράγοντα «έλλειψη χρόνου» (t=-8.67, df=638, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.68, SD=0.99) από τους μη αθλητές-τριες (M=3.42, SD=1.02), β) στον παράγοντα «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι» (t=-6.56, df=638, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.01, SD=0.84) από τους μη αθλητές-τριες (M=2.50, SD=0.91), γ) στον παράγοντα «έλλειψη ενδιαφέροντος» (t=-8.60, df=637, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.27, SD=1.03) από τους μη αθλητές-τριες (M=3.07, SD=1.14), δ) στον παράγοντα «οικονομικοί λόγοι» (t=-7.57, df=633, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.35, SD=1.03) από τους μη αθλητές-τριες (M=3.05, SD=1.12), ε) στον παράγοντα «έλλειψη παρέας» (t=-5.54, df=634, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.27, SD=1.02) από τους μη αθλητές-τριες (M=2.76, SD=1.07), και στ) στον παράγοντα «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων» (t=-7.96, df=638, p<.001), οι αθλητές-τριες σημείωσαν μικρότερες τιμές ((M=2.43, SD=1.09) από τους μη αθλητές-τριες (M=3.15, SD=1.06). – πίνακας 8-.

Πίνακας 8. Ανασταλτικοί παράγοντες για μαθητές αθλητές/μη αθλητές

Ανασταλτικοί Παράγοντες	Συμμετοχή μαθητών-τριών σε αθλητικούς συλλόγους							
	Αθλητές		Μη Αθλητές		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>				
Έλλειψη ενδιαφέροντος	2.27	1.03	3.07	1.14	-8.60**	637	p<.001	
Ψυχολογικοί/Ατομικοί λόγοι	2.01	0.84	2.50	0.91	-6.56**	638	p<.001	
Έλλειψη παρέας	2.27	1.02	2.76	1.07	-5.54**	634	p<.001	
Έλλειψη χρόνου	2.68	0.99	3.42	1.02	-8.67**	638	p<.001	
Οικονομικοί λόγοι	2.35	1.03	3.05	1.12	-7.57**	633	p<.001	
Έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων	2.43	1.09	3.15	1.06	-7.96**	638	p<.001	

Σημείωση: **p<.001, *p<.01

Ανασταλτικοί παράγοντες σε σχέση με τη συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.

Για τη διερεύνηση πιθανών διαφορών σε σχέση με τη συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης ως προς έναν παράγοντα (one-way Anova). Από την ανάλυση διαπιστώθηκε σημαντική επίδραση της συχνότητας συμμετοχής σε εξωσχολικές δραστηριότητες σε όλους τους παράγοντες που εξετάστηκαν, με σημαντικότερη επίδραση στον παράγοντα «έλλειψης χρόνου» ($F(4,640)=45,92$, $p<.001$), στον παράγοντα «έλλειψης ενδιαφέροντος» ($F(4,639)=43,80$, $p<.001$), στον παράγοντα «έλλειψης υπηρεσιών» ($F(4,640)=23,36$, $p<.001$), καθώς και στον παράγοντα «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι» ($F(4,640)=23,06$, $p<.001$), ενώ η επίδραση στους άλλους παράγοντες ήταν μικρότερη («έλλειψη παρέας», $F(4,637)=16,64$, $p<.001$, «οικονομικοί λόγοι», $F(4,636)=16,27$, $p<.001$).

Από την επιπλέον ανάλυση post hoc και το test πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe, σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες διαπιστώθηκε σημαντική μείωση των μέσων τιμών όσο αυξανόταν η συχνότητα εμπλοκής των μαθητών –τριών σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής. Έτσι, οι μαθητές-τριες που συμμετείχαν συστηματικά σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής παρουσίασαν τα χαμηλότερα σκορ σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες σε σχέση με τις υπόλοιπες κατηγορίες (μαθητές–τριες που συμμετείχαν συχνά, μαθητές–τριες που συμμετείχαν σπάνια και μαθητές που δεν συμμετείχαν καθόλου σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής). Τα υψηλότερα σκορ

όλων στο σύνολο των ανασταλτικών παραγόντων είχαν οι μαθητές που δεν συμμετείχαν καθόλου σε δραστηριότητες αναψυχής. Στον πίνακα που ακολουθεί παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης, καθώς και οι στατιστικά σημαντικές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες σε σχέση με τη συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής (πίνακας 9).

Πίνακας 9. Ανασταλτικοί παράγοντες και συχνότητα συμμετοχής (One Way Anova)

	<i>Έλλειψη ενδιαφέροντος</i>		<i>Ψυχολογικοί/Ατομικοί λόγοι</i>		<i>Έλλειψη παρέας</i>		<i>Έλλειψη χρόνου</i>		<i>Οικονομικοί λόγοι</i>		<i>Έλλειψη υπηρεσιών</i>	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
<i>Σπάνια</i>	3.34	1.12	2.57	0.87	2.90	1.05	3.67	0.99	3.17	1.14	3.28	1.00
<i>Λίγες φορές</i>	2.94	1.00	2.44	0.85	2.73	1.00	3.27	0.82	2.98	1.02	3.11	1.00
<i>Συχνά</i>	2.42	1.04	2.11	0.78	2.35	1.04	2.93	0.95	2.55	1.05	2.61	1.02
<i>Συστηματικά</i>	2.00	0.98	1.83	0.86	2.08	0.99	2.31	0.93	2.27	1.01	2.26	1.07
	$F_{(4,639)}=43.80,$		$F_{(4,640)}=23.06,$		$F_{(4,637)}=16.64,$		$F_{(4,640)}=45.92,$		$F_{(4,636)}=16.27,$		$F_{(4,640)}=23.36,$	
	$p<.001$		$p<.001$		$p<.001$		$p<.001$		$p<.001$		$p<.001$	
	*1-2,3,4		*1-3,4		*1-3,4		*1-2,3,4		*1-3,4		*1-3,4	
	*2-1,3,4		*2-3,4		*2-3,4		*2-1,3,4		*2-3,4		*2-3,4	
	*3-1,2,4		*3-1,2		*3-1,2		*3-1,2,4		*3-1,2		*3-1,2	
	*4-1,2,3		*4-1,2		*4-1,2		*4-1,2,3		*4-1,2		*4-1,2	

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει τις αντιλήψεις που είχαν οι μαθητές-τριες αναφορικά με τους παράγοντες που αναστέλλουν ή εμποδίζουν την συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Οι υποθέσεις της έρευνας ήταν:

1) Ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας ως προς τη συμμετοχή των μαθητών-τριών Γυμνασίου/Λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είναι η έλλειψη χρόνου.

2) Οι μαθητές-τριες του γυμνασίου αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τους μαθητές –τριες του λυκείου.

3) Τα κορίτσια τόσο του γυμνασίου όσο και του λυκείου αντιμετωπίζουν περισσότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τα αγόρια του γυμνασίου και λυκείου.

4) Οι μαθητές-τριες γυμνασίου και λυκείου, οι οποίοι-ες συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής από τους μαθητές-τριες γυμνασίου και λυκείου, που δεν συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους.

5) Όσο μεγαλύτερη είναι η συχνότητα συμμετοχής των μαθητών-τριών γυμνασίου και λυκείου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, τόσο λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες αντιμετωπίζουν.

Από τα αποτελέσματα της έρευνας φαίνεται ότι επιβεβαιώνονται όλες οι ερευνητικές υποθέσεις.

Δημογραφικά χαρακτηριστικά και συμμετοχή

Από τα αποτελέσματα της έρευνας φάνηκε ότι ήταν λιγότεροι οι μαθητές-τριες, που συμμετείχαν συστηματικά και συχνά σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. (41.8% συνολικά) Ακόμη λιγότεροι ήταν εκείνοι οι μαθητές-τριες που ήταν μέλη

αθλητικών συλλόγων (32.5%). Φαίνεται ότι οι μαθητές-τριες της Λιβαδειάς συμμετείχαν λιγότερο σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής από τους αντίστοιχους Αθηνών και Πειραιά,(51,3%), ενώ το ποσοστό των μαθητών-τριών, οι οποίοι συμμετείχαν σε αθλητικό σύλλογο είναι και αυτό κατά τι μικρότερο (36,3% για τους μαθητές-τριες Αθηνών-Πειραιά)-Γογγάκη κ.α., 2002-.Το ίδιο περίπου ποσοστό (31.4%), αντιστοιχεί σε μαθητές-αθλητές αστικών, ημιαστικών και αγροτικών περιοχών της περιφέρειας (Τοσουνίδης, 2005β).

Στην παρούσα έρευνα είναι πιθανό η υποκινητική συμπεριφορά αυτών των μαθητών να επηρεάστηκε από τη μικρή συμμετοχή των γονιών τους σε αθλητικές δραστηριότητες (πατέρες 28.9% & μητέρες 16.5%) καθώς και από την ελάχιστη συμμετοχή όλης της οικογένειας (8.3%),σε ανάλογες δραστηριότητες. Αξιοσημείωτο επίσης είναι το σχετικά υψηλό μορφωτικό επίπεδο των γονέων (πίνακας 3), το οποίο σύμφωνα με έρευνες, ενώ θα έπρεπε να επηρεάζει θετικά τη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Alexandris & Carroll, 1997), στην παρούσα έρευνα μάλλον δεν έχει ανάλογη επίδραση. Πιθανόν οι περισσότερο μορφωμένοι γονείς να επιβαρύνουν περισσότερο τα παιδιά τους με ακαδημαϊκές δραστηριότητες περιορίζοντας ακόμη πιο πολύ τη συμμετοχή των παιδιών τους σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

Καταγραφή σημαντικών και μη σημαντικών ανασταλτικών παραγόντων

Η «έλλειψη χρόνου» ήταν ο σημαντικότερος παράγοντας που ανέστειλε τη συμμετοχή των μαθητών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες και είχε σαν συνέπεια την μείωση της ενασχόλησης με εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με ανάλογες σχετικές έρευνες, τόσο στον ελληνικό όσο και στο διεθνή χώρο. Αναλυτικότερα οι έφηβοι μαθητές-τριες της Λιβαδειάς είχαν το ίδιο πρόβλημα με Θεσσαλονικιούς μαθητές – τριες γυμνασίου και λυκείου (Αυγερινός κ.α.,2002; Τοπαλίδου κ.α.,1999), με Αθηναίους και Πειραιώτες (Γογγάκη κ.α.,2004), με έφηβους μαθητές από το Ηράκλειο Κρήτης (Πυνηρτζής & Πατεράκη,1999), με Καναδούς (Allison et al,1999; Shaw et al,1996), Κορεάτες (Lee,2003), Ιάπωνες (Nishino,1996; & Nishino 1999-2001), Ρώσους, Βούλγαρους, Ρουμάνους, Γάλλους (Flammer et al,1999) και Αυστραλούς (Gordon, & Caltabiano,1996).

Το ότι ο ανασταλτικός παράγοντας «έλλειψη χρόνου» λόγω υποχρεώσεων των μαθητών προς το σχολείο και τα φροντιστήρια, φορτίζει περισσότερο από τους

υπόλοιπους ανασταλτικούς παράγοντες, σε μια δεύτερη ανάγνωση μπορεί να ερμηνευθεί ως αποτέλεσμα των βεβαρημένων ακαδημαϊκών υποχρεώσεων των μαθητών σε βάρος του ελεύθερου χρόνου τους. Με άλλα λόγια, όσο αυξάνεται η ηλικία των μαθητών, τόσο φαίνεται ότι διαθέτουν μονοδιάστατα τον ελεύθερο χρόνο τους, επενδύοντας στη σχολική γνώση με την ελπίδα ότι μελλοντικά θα υπάρξει ανταποδοτικότητα για τις ώρες και τα χρόνια που διέθεσαν σπουδάζοντας. Το ίδιο φαίνεται ότι ισχύει σε Ασιάτες έφηβους μαθητές-τριες (Lee, 2003; Nishino & Larson, 2003). Αντίθετα Νορβηγοί και Αμερικανοί έφηβοι μαθητές διέθεταν σημαντικά περισσότερο χρόνο για εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Flammer & Schaffner, 2003; Larson & Seepersad, 2003).

Ο επόμενος σε σημαντικότητα ανασταλτικός παράγοντας συμμετοχής ήταν η «έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων». Η έλλειψη χρόνου και η έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων είναι προβλήματα, τα οποία φαίνεται ότι αντιμετώπιζαν και οι Κορεάτες έφηβοι μαθητές-τριες (Lee, 2003). Τους ίδιους σε σημαντικότητα παράγοντες φαίνεται ότι αντιμετώπιζαν οι συνομήλικοι μαθητές-τριες του νομού Ηρακλείου Κρήτης, δηλαδή έλλειψη χρόνου και έλλειψη αθλητικών εγκαταστάσεων (Πυνηρτζής & Πατεράκη, 1999) καθώς και οι μαθητές-τριες γυμνασίου/λυκείου Αθηνών, Πειραιά (Γογγάκη κ.α., 2004). Από τη διεθνή βιβλιογραφία διαπιστώνεται επίσης ότι εξαιτίας της έλλειψης υπηρεσιών/εγκαταστάσεων, Κινέζοι μετανάστες στις Η.Π.Α., ηλικίας 14 έως 18 ετών, (Yu & Berryman, 1996), Αμερικανοί που διέμεναν σε αστική περιοχή (McMeeking & Purkayastha, 1995) και Πορτογάλοι ηλικίας 13 έως 20 ετών (Mota & Esculcas, 2002), αντιμετώπιζαν σημαντικά εμπόδια ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας είναι αντίθετα με τα ευρήματα των Αυγερινού και συν, (2002), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι η εύκολη πρόσβαση και η καλή υποδομή των αθλητικών εγκαταστάσεων δεν επέδρασαν θετικά στη συμμετοχή μαθητών-τριών γυμνασίων/λυκείων της Θεσσαλονίκης.

Ακολουθούν σε σημαντικότητα οι παράγοντες «οικονομικοί λόγοι», «έλλειψη ενδιαφέροντος» και «έλλειψη παρέας», με τελευταίο τον παράγοντα «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι».

Στον παράγοντα «οικονομικοί λόγοι» φαίνεται ότι η παρούσα έρευνα δεν συμφωνεί με τα ευρήματα των McMeeking και Purkayastha (1995), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι οι οικονομικοί λόγοι και η μετακίνηση μακριά από τη γειτονιά ήταν

σημαντικές αιτίες μη συμμετοχής για όσους Αμερικανούς μαθητές-τριες ηλικίας 13 έως 16 ετών διαβιούσαν σε πόλη. Αναλογικά τα ευρήματα της παρούσας έρευνας ήταν αντίθετα και με τα ευρήματα της Hultsman (1993), σε Αμερικανούς μαθητές-τριες ηλικίας 10 έως 14 ετών, των Raymore et al (1994), σε Καναδούς μαθητές –τριες ηλικίας 17 & 18 ετών, των Yu και Berryman (1996), σε Κινέζους μετανάστες στις Η.Π.Α., ηλικίας 14 έως 18 ετών.

Ο παράγοντας «έλλειψη ενδιαφέροντος» φαίνεται ότι δεν ήταν σημαντικός για τους μαθητές-τριες της παρούσας έρευνας. Τα ευρήματα συμφωνούν με την έρευνα των Delle Fave και Bassi (2003), σύμφωνα με την οποία η έλλειψη ενδιαφέροντος ήταν μη σημαντικός λόγος συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής για 120 Ιταλούς μαθητές-τριες, ηλικίας 16 έως 20 ετών. Αντίθετα, ήταν σημαντικός λόγος μη συμμετοχής σε 331 Ιάπωνες έφηβους μαθητές λυκείου (205 κορίτσια & 126 αγόρια) 16 & 17 ετών και 499 Ιάπωνες έφηβους μαθητές γυμνασίου (223 αγόρια & 276 κορίτσια) 13 & 14 ετών (Nishino,1996 & Nishino,1999-2001) και σε 140 Αυστραλούς (66 αγόρια & 74 κορίτσια), ηλικίας 12 έως 19 ετών (Gordon & Caltabiano, 1996).

Από τα ευρήματα της παρούσας έρευνας φαίνεται ότι η «έλλειψη παρέας» ήταν ένας ακόμη μη σημαντικός παράγοντας και συμφωνεί με τα ευρήματα της έρευνας των Siegenthaler και Gonzalez (1997) σε Αμερικανούς μαθητές-τριες. Αντίθετα, δε είναι σύμφωνη με τις έρευνες της Hultsman (1993), των Yu και Berryman (1996) και των Allison et al (1999).

Αναλυτικότερα, ο προτελευταίος σε σημαντικότητα ανασταλτικός λόγος «στους γονείς μου δεν αρέσει η συμμετοχή μου σε εξωσχολικές δραστηριότητες», φαίνεται να αποδεικνύει ότι έχουν πειστεί οι σύγχρονοι γονείς για την αναγκαιότητα της άσκησης και δεν λειτουργούν ανασχετικά στις επιλογές των παιδιών τους σχετικά με την ενασχόληση τους σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Σε μια δεύτερη ανάγνωση θα μπορούσε να ερμηνευτεί ως επιβεβαίωση αυτόβουλης προαίρεσης του τρόπου διαχείρισης του ελεύθερου χρόνου που χαρακτηρίζει τους εφήβους. Φανερώνει επίσης την τάση για ανεξαρτησία και αυτονόμηση από την γονική επιρροή.

Ο παράγοντας, ο οποίος επηρέασε λιγότερο τους έφηβους μαθητές-τριες είναι αυτός των ψυχολογικών και ατομικών λόγων, ο οποίος μαζί με την έλλειψη ενδιαφέροντος, εννοιολογικά ταξινομείται στους ενδοπροσωπικούς περιορισμούς, σύμφωνα με τη θεωρία των Crawford και Godbey (1987). Οι ενδοπροσωπικές επομένως αναστολές των μαθητών-τριών της Λιβαδειάς ήταν μικρές. Αναλυτικότερα

φαίνεται ότι οι τέσσερις από τους πέντε ανασταλτικούς λόγους, που απασχόλησαν λιγότερο τους μαθητές των γυμνασίων και των λυκείων της Λιβαδειάς ήταν ψυχολογικοί/ατομικοί, δηλαδή ενδοπροσωπικοί («η κατάσταση της υγείας μου δεν μου επιτρέπει να αθλούμαι», «όταν γυμνάζομαι παρουσιάζονται προβλήματα υγείας», «η άθληση συχνά μου προκαλεί προβλήματα υγείας», «γενικά δεν αισθάνομαι ασφαλής όταν αθλούμαι ή γυμνάζομαι εκτός σχολείου) και σχετίζονται με την υγεία και την έλλειψη ασφάλειας. Από τις αρνητικές απαντήσεις φαίνεται ότι οι έφηβοι αντιλαμβάνονταν τον πόνο, την κακουχία, την κόπωση ως φαινόμενα παροδικά, αναστρέψιμα, σε αντίθεση με μεγαλύτερες ηλικιακά ομάδες στις οποίες ο πόνος μπορεί να ερμηνεύεται ή να αξιολογείται ως προανάκρουσμα ή σύμπτωμα ασθένειας. Συναινούν τα λόγια του Αριστοτέλη «...τοις νεανίαις τό μὲν παρελθόν βραχὺ ἐστί, τό δέ μέλλον μακρόν».

Αντίθετα στους Καναδούς έφηβους μαθητές-τριες και ιδιαίτερα σε αυτούς που είχαν χαμηλή αυτοεκτίμηση, οι ψυχολογικοί και οι ατομικοί ήταν σημαντικοί λόγοι ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής. (Allison et al, 1999; Raymore et al, 1994)

Σε γενικές γραμμές οι μεγαλύτερες αναστολές στους μαθητές της παρούσας έρευνας ήταν δομικές. Μικρές φαίνεται ότι ήταν οι διαπροσωπικές αναστολές και ακόμα μικρότερες οι ενδοπροσωπικές αναστολές τους. Τα ευρήματα, ως προς τις κατηγορίες ανασταλτικών λόγων φαίνεται ότι ήταν παρόμοια με αυτά, των Raymore et al (1994), οι οποίοι διαπίστωσαν σε συνομήλικους Καναδούς μαθητές, ότι οι δομικοί ανασταλτικοί λόγοι υπερισχύουν έναντι των διαπροσωπικών και των ενδοπροσωπικών ως προς τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.

Ανασταλτικοί παράγοντες και εκπαιδευτική βαθμίδα.

Οι μαθητές-τριες του λυκείου είχαν σε σημαντικό βαθμό περισσότερες απαιτήσεις από τις υπηρεσίες και τις εγκαταστάσεις του αθλητισμού αναψυχής που προσφέρει η περιοχή σε σχέση με τους μαθητές-τριες του γυμνασίου. Τα αποτελέσματα φαίνεται ότι συμφωνούν με αυτά των Mota και Esculcas (2002), από τα οποία διαπιστώθηκε ότι οι μεγαλύτερης ηλικίας μαθητές συμμετείχαν σε οργανωμένες μορφές αθλητικών δραστηριοτήτων, οι οποίες διέθεταν εγκαταστάσεις, εξοπλισμό και παροχές.

Οι μαθητές-τριες του λυκείου δεν ενδιαφέρονταν να λάβουν μέρος σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής και όπως ήταν αναμενόμενο, πρόβαλαν σε σημαντικά μεγαλύτερο βαθμό άλλα πράγματα από τους μαθητές-τριες γυμνασίου. Φαίνεται ότι

συμφωνούν με αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών που έγιναν στην Ελλάδα. Αναλυτικότερα, οι Αυγερινός και συν. (2002), διαπίστωσαν ότι οι μαθητές-τριες λυκείου είχαν μειωμένο ενδιαφέρον για τη φυσική δραστηριότητα και τα σπορ σε σχέση με τους μαθητές-τριες γυμνασίου. Ο Τοσουνίδης (2005β), διαπίστωσε ότι οι μαθητές-τριες λυκείου διέθεταν τον περισσότερο χρόνο τους σε άλλες δραστηριότητες με τελευταία σε προτιμήσεις την ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό, ενώ αντίθετα οι μαθητές του γυμνασίου φαίνεται ότι προτιμούσαν περισσότερο από τους μαθητές λυκείου την ενασχόλησή τους με αυτόν. Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας φαίνεται επίσης ότι η έλλειψη ενδιαφέροντος ήταν το ίδιο σημαντικός ανασταλτικός παράγοντας και για μαθητές-τριες λυκείου άλλων χωρών. Συγκεκριμένα, Αμερικανοί και Κορεάτες μαθητές-τριες λυκείου ενδιαφέρονταν λιγότερο από τους μαθητές-τριες γυμνασίου για συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Lee, 2003; McMeeking & Purkayastha, 1995).

Φαίνεται ότι η μεγαλύτερη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής που χαρακτηρίζει τους μικρότερους σε ηλικία μαθητές-τριες, προοδευτικά μειώνεται και, όσο αυτοί μεγαλώνουν, τόσο φαίνεται ότι το ενδιαφέρον τους αυξάνεται για δραστηριότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης και παθητικής αναψυχής και επιβεβαιώνονται οι διαπιστώσεις προηγούμενων ερευνών (Αυγερινός κ.α., 2002; Lee, 2003; McMeeking & Purkayastha, 1995).

Οι μαθητές λυκείου διέθεταν επίσης, όπως ήταν αναμενόμενο, σημαντικά λιγότερο χρόνο για εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής σε σχέση με τους μικρότερους σε ηλικία μαθητές-τριες γυμνασίου. Τα ευρήματα της έρευνας επιβεβαιώνουν σχετικές έρευνες, οι οποίες διαπίστωσαν ότι όσο αυξάνεται η ηλικία, τόσο περιορίζεται ο διαθέσιμος χρόνος συμμετοχής σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής έφηβων μαθητών-τριών Συγκεκριμένα, από 911 μαθητές της Θεσσαλονίκης, ηλικίας 12, 15 & 17 ετών, (Αυγερινός κ.α., 2002) από 300 μαθητές της Αθήνας και του Πειραιά ηλικίας 12, 15 & 18 ετών, (Γογγάκη κ.α., 2004), από 1041 Καναδούς (688 ηλικίας 14&15 ετών και 353 ηλικίας 16&17 ετών), (Allison et al, 1999), από 3270 Ισλανδούς ηλικίας 11 έως 16 ετών, (Kristjansdottir & Vilhjalmsson, 2001), από Βούλγαρους, Τσεχοσλοβάκους, Φιλανδούς, Γάλλους, Γερμανούς, Ούγγρους, Νορβηγούς, Πολωνούς, Ρουμάνους, Ρώσους, Ελβετούς και Αμερικανούς 14 έως 16 ετών, (Flammer & Schaffner, 2003), διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές-τριες του λυκείου

διαθέτουν λιγότερο χρόνο συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

Η έλλειψη παρέας φάνηκε ότι επηρεάζει σημαντικά περισσότερο τους μαθητές-τριες του λυκείου από τους μικρότερους σε ηλικία μαθητές σε αντίθεση με τους 13χρονους και 14χρονους της έρευνας των McMeeking και Purkayastha (1995), οι οποίοι επιθυμούσαν να συμμετέχουν με φίλους σε παιχνίδια και αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

Στους παράγοντες των «ψυχολογικών/ατομικών λόγων» και «οικονομικών λόγων», οι μαθητές λυκείου είχαν μεγαλύτερα εμπόδια από τους μαθητές γυμνασίου τα οποία όμως δεν ήταν σημαντικά.

Ανασταλτικοί παράγοντες και φύλο

Από τα ευρήματα διαπιστώθηκε ότι τα κορίτσια στην εφηβεία επηρεάζονται πολύ περισσότερο από τα αγόρια σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, και επιβεβαιώνουν προηγούμενες σχετικές έρευνες.

Αναλυτικότερα από τη διεθνή βιβλιογραφία φαίνεται ότι τα κορίτσια Γυμνασίου/Λυκείου από τη Βουλγαρία, Τσεχοσλοβακία, Φιλανδία, Γαλλία, Γερμανία, Ουγγαρία, Νορβηγία, Πολωνία, Ρουμανία, Ρωσία, Ελβετία, Η.Π.Α. και Καναδά διαθέτουν λιγότερο χρόνο σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Flammer & Schaffner, 2003; Shaw et al, 1996; Shaw et al, 1995) Το ίδιο φαίνεται ότι ισχύει και σε άλλες περιοχές της Ελλάδας. Στις μεγαλουπόλεις της Αθήνας, του Πειραιά και της Θεσσαλονίκης τα κορίτσια του Γυμνασίου/Λυκείου διαθέτουν λιγότερο χρόνο από τους συμμαθητές τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες (Αυγερινός κ.α., 2002; Γογγάκη κ.α., 2004).

Σχετικά με την έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων επιβεβαιώνονται τα ευρήματα των McMeeking και Purkayastha (1995), σύμφωνα με τα οποία τα κορίτσια συμμετέχουν δυσκολότερα ή δε συμμετέχουν καθόλου σε μη οργανωμένους από άποψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων, χώρους. Επίσης η παρούσα έρευνα συνάδει με τα ευρήματα των Mota και Esculcas (2002), σύμφωνα με τα οποία τα δραστήρια κορίτσια επέλεξαν περισσότερο δομημένες αθλητικές δραστηριότητες ενώ τα αγόρια δραστήρια ή μη προτιμούσαν περισσότερο τις μη δομημένες μορφές αθλητικών δραστηριοτήτων.

Σχετικά με τη διαπροσωπική κατηγορία ανασταλτικών λόγων τα ευρήματα της παρούσας έρευνας ήταν παρόμοια με τα ευρήματα της Hultsman (1993), και των Shaw

et al (1996), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι η γονική επίδραση, η επίδραση από σημαντικά άλλα πρόσωπα και η επίδραση από την παρέα, επηρέασαν ώστε η μη συμμετοχή των κοριτσιών να είναι σημαντικά μεγαλύτερη από αυτή των αγοριών.

Όσον αφορά τους υπόλοιπους ανασταλτικούς παράγοντες, δηλαδή την «έλλειψη ενδιαφέροντος» και τους «ψυχολογικούς/ατομικούς λόγους», η παρούσα έρευνα επιβεβαιώνει σχετικές προηγούμενες έρευνες, στις οποίες φάνηκε ότι τα κορίτσια Γυμνασίου/Λυκείου ενδιαφέρονταν περισσότερο για άλλες δραστηριότητες αναψυχής παρά για αθλητικές σε σχέση με τα αγόρια (Αυγερινός κ.α., 2002; Yu & Berryman, 1996; Χριστουλάκη κ.α., 2003). Είχαν σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης και σημαντικά υψηλότερα επίπεδα ενδοπροσωπικών, διαπροσωπικών και δομικών περιορισμών από τα αγόρια (Raymore et al, 1994; Shaw et al, 1996; Shaw et al, 1995).

Πιθανόν οι αιτίες μικρότερης εμπλοκής των κοριτσιών σε αθλητικές δραστηριότητες να είναι πιο πολύπλοκες. Πιθανοί πολιτισμικοί και περιβαλλοντικοί παράγοντες, νοοτροπίες, ηθικές και αξίες οδηγούν διεθνώς τα κορίτσια από μικρή ηλικία σε παθητικούς ρόλους. Πιθανόν, να δίνονται από την τοπική κοινωνία στα κορίτσια περιορισμένες δυνατότητες συμμετοχής σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Thirlway & Benton, 1993) και ίσως η υπάρχουσα υποδομή και τα αθλήματα να μην ανταποκρίνονται στις προσδοκίες και τα ενδιαφέροντα των κοριτσιών. Δεν είναι τυχαίο ότι τα κορίτσια φαίνεται να προτιμούν περισσότερο τις ατομικές σε σχέση με τις ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες (Shaw et al, 1995). Ότι έχουν σημαντικά μεγαλύτερη συμμετοχή σε τέχνες και χειροτεχνίες σε σχέση με τα αγόρια, τα οποία συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες (Yu & Berryman, 1996). Ότι ξοδεύουν σημαντικά περισσότερο χρόνο από τα αγόρια στις υποχρεωτικές εργασίες, όπως σε δουλειές του νοικοκυριού, σε αγγαρείες, σε έμμισθη εργασία (Shaw et al, 1995). Ότι η γονική επίδραση μη συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είναι σημαντικά μεγαλύτερη από αυτή των αγοριών (Hultsman, 1993). Ότι συμμετέχουν σε δραστηριότητες αναψυχής για να ευχαριστήσουν περισσότερο τους άλλους παρά τον εαυτό τους (Shaw et al, 1996).

Ανασταλτικοί παράγοντες για μαθητές-αθλητές συλλόγων

Όπως ήταν αναμενόμενο, οι μαθητές-αθλητές και οι μαθήτριες-αθλήτριες αντιμετώπιζαν αποτελεσματικότερα από τους συνομηλίκους τους που δεν συμμετείχαν σε αθλητικούς συλλόγους όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Φαίνεται ότι πιο κινητικά άτομα, όπως οι

μαθητές-αθλητές συλλόγων, δεν εκλάμβαναν ως σοβαρά προβλήματα την έλλειψη χρόνου, του ενδιαφέροντος, των υπηρεσιών, τους οικονομικούς περιορισμούς, τα ψυχολογικά/ατομικά εμπόδια και την έλλειψη παρέας στο βαθμό που πιθανόν να τα αντιλαμβάνονταν οι μη-αθλητές. Είναι επίσης πιθανόν να είχαν την ικανότητα να υπερνικούν τους περιορισμούς και συμμετείχαν με μεγαλύτερη προσήλωση από τους μη-αθλητές. Φαίνεται ότι όσοι εκλαμβάνουν τους περιορισμούς ως αξεπέραστους κινούνται λιγότερο. (Carroll & Alexandris, 1997). Τα ευρήματα της έρευνας επιβεβαιώνουν τα ευρήματα των Mota & Esculcas (2002). Αυτοί διαπίστωσαν ότι η συμμετοχή των εφήβων σε αθλητικούς συλλόγους ήταν μεγαλύτερη όσο μεγάλωνε η συχνότητα συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.

Ανασταλτικοί παράγοντες και συχνότητα συμμετοχής

Η επίδραση όλων των ανασταλτικών παραγόντων ήταν σημαντική στο μέγεθος της συχνότητας συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες με τον παράγοντα «έλλειψης χρόνου» να επιδρά περισσότερο από όλους.

Αξιοσημείωτο είναι ότι αν και οι υπόλοιποι παράγοντες φαίνεται να μην ήταν σημαντικά εμπόδια για τους μαθητές, εν τούτοις επηρέασαν σημαντικά τη συχνότητα συμμετοχής. Συνεπώς, όσο περισσότερο ενδιαφέρονται οι μαθητές για συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, όσο αντιλαμβάνονται ότι οι υπηρεσίες και οι εγκαταστάσεις βελτιώνονται, όσο αντιμετωπίζουν αποτελεσματικότερα τις προσωπικές τους αναστολές, όσο ο περίγυρος (φίλοι, γονείς, σημαντικοί άλλοι), αντιμετωπίζει θετικά τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες και όσο οι οικονομικές απαιτήσεις σε εξοπλισμό, συνδρομές, μετακινήσεις αντιμετωπίζονται, τόσο περισσότερο αυξάνονται οι πιθανότητες συχνότερης συμμετοχής. Με άλλα λόγια, η εκδήλωση ενδιαφέροντος και παρακίνησης είναι δυνατό να δραστηριοποιήσει τα άτομα, εξαλείφοντας τα εμπόδια (Crawford et al, 1991).

Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας φάνηκε ότι οι μαθητές που είχαν χαμηλότερα επίπεδα ανασταλτικών παραγόντων συμμετείχαν συχνότερα από μαθητές που είχαν υψηλότερα επίπεδα. Επομένως από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι υπάρχει συμφωνία με τις διαπιστώσεις των Alexandris και Carroll (1997b).

Η προηγούμενη επιχειρηματολογία ενισχύεται ακόμη περισσότερο με τα ευρήματα της παρούσας έρευνας ως προς τη συστηματική, συχνή, αραιή, σπάνια ή και τη μη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Δηλαδή, όσο περισσότερο συμμετείχαν οι μαθητές-τριες, τόσο λιγότερα εμπόδια είχαν σε όλες τις

διαστάσεις των ανασταλτικών παραγόντων. Συγκεκριμένα, οι μαθητές-τριες, οι οποίες δεν συμμετείχαν καθόλου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είχαν περισσότερους περιορισμούς σε σχέση με τους υπόλοιπους συμμαθητές τους που συμμετείχαν από σπάνιες φορές έως συστηματικά, με τους συστηματικούς να βιώνουν τα λιγότερα εμπόδια.

Όσον αφορά το μέγεθος της συχνότητας συμμετοχής, φαίνεται ότι οι μαθητές-τριες Γυμνασίου/Λυκείου της Λιβαδειάς, συμμετείχαν λιγότερο συχνά από τους συνομηλίκους τους του Λεκανοπεδίου (Γογγάκη κ.α., 2004)

Σύγκριση με ευρήματα ανάλογων σχετικών ερευνών στον Ελλαδικό χώρο.

Στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια διενεργήθηκαν σχετικές έρευνες, οι οποίες χρησιμοποίησαν το μοντέλο των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Jackson et al, 1993). Τα δείγματα των ερευνών αυτών ήταν ενήλικες Έλληνες και Ελληνίδες και παρουσιάζει ενδιαφέρον να συγκριθούν τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας με τα δικά τους.

Συγκεκριμένα, επιβεβαιώθηκαν οι διαπιστώσεις των Carroll και Alexandris (1998), ότι όσοι συμμετέχουν περισσότερο, μάλλον αντιμετωπίζουν αποτελεσματικότερα τα εμπόδια που προκύπτουν, από τους λιγότερο συμμετέχοντες. Επιβεβαιώθηκε επίσης ότι όσοι δεν συμμετέχουν καθόλου σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής επηρεάζονται σημαντικά περισσότερο από τους περιορισμούς, σε σχέση με τους συμμετέχοντες (Κουθούρης κ.α., 2005 α,γ,δ).

Επιβεβαιώθηκε ότι οι γυναίκες έχουν σημαντικά περισσότερους περιορισμούς από τους άντρες, με τη μόνη διαφορά ότι οι μαθήτριες βίωσαν με μεγάλη ένταση όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες σε αντίθεση με τα ευρήματα των Alexandris και Carroll (1997b), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι οι γυναίκες βίωναν ειδικά ενδοπροσωπικούς περιορισμούς. Παρόμοιο συμπέρασμα φαίνεται σε Ελληνίδες χιονοδρόμους, οι οποίες παρουσίασαν υψηλότερες τιμές μόνο στον ανασταλτικό παράγοντα «ψυχολογικοί/ατομικοί λόγοι» σε σχέση με τους άντρες (Κουθούρης κ.α., 2005α) Σε σχετική επίσης έρευνα της Τζουβίστα (2005), Ελληνίδες κολυμβήτριες αναψυχής βίωσαν με μεγαλύτερη ένταση ενδοπροσωπικούς περιορισμούς.

Εν κατακλείδι, φαίνεται ότι οι ενήλικες γυναίκες αντιμετωπίζουν περισσότερο ή σχεδόν πάντα ενδοπροσωπικούς ανασταλτικούς παράγοντες, ενώ τα κορίτσια στην εφηβεία εκτός από ενδοπροσωπικά εμπόδια, αντιμετωπίζουν εξ ίσου διαπροσωπικούς και δομικούς περιορισμούς.

Ο παράγοντας «έλλειψη χρόνου» φαίνεται ότι εκτός από τους μαθητές-τριες της παρούσας έρευνας δημιουργεί σημαντικές αναστολές σε τετρακόσιους πενήντα οκτώ Έλληνες-ίδες χιονοδρόμους αναψυχής, ηλικίας 18 έως 37 ετών και μεγαλύτερους, (Κουθούρης κ.α., 2005α), σε 225 ποδοσφαιριστές αναψυχής (219 άντρες & 9 γυναίκες), ηλικίας 16 έως 48 ετών και σε 520 δημότες της Λάρισας (45% άντρες & 55% γυναίκες), ηλικίας 18 έως 65 ετών (Alexandris & Carroll, 1997a; Alexandris & Carroll, 1997b).

Περιορισμοί-Οριοθετήσεις

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στη γεωγραφική περιοχή της Λιβαδειάς, με αποτέλεσμα να μην υπάρχει η δυνατότητα γενίκευσης των αποτελεσμάτων για όλη την Ελληνική επικράτεια. Εν τούτοις, η Λιβαδειά είναι μια τυπική επαρχιακή πόλη 21492 κατοίκων. Επομένως είναι δυνατόν για πόλεις με ανάλογο πληθυσμό, τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας να είναι σημείο αναφοράς.

Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου έγινε τον μήνα Νοέμβριο, δηλαδή σε μια χρονική περίοδο κατά την οποία δεν υπάρχει εξεταστική περίοδος και γενικότερα φόρτος σχολικής εργασίας για τους μαθητές-τριες. Σε μια χρονική περίοδο κατά την οποία οι καιρικές συνθήκες πιθανόν να μην προδιαθέτουν θετικά για συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες. Λαμβάνοντας υπόψη και τις διαφορετικές συνθήκες του κάθε σχολείου, κτιριακές εγκαταστάσεις, ωρολόγιο πρόγραμμα, και τους διαφορετικούς καθηγητές-επιβλέποντες στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου, είναι πιθανό να επηρεάστηκε η διάθεση των μαθητών-τριών για συμπλήρωση ή όχι του συγκεκριμένου ερωτηματολογίου.

Εν κατακλείδι, από τα ευρήματα της παρούσας έρευνας φαίνεται να επιβεβαιώνεται και να ενισχύεται η θεωρητική έρευνα με την πρακτική εφαρμογή προηγούμενων σχετικών ερευνών στο διεθνή και ελλαδικό χώρο, οι οποίες διερεύνησαν τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Με βάση τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας τα κυριότερα συμπεράσματα ήταν τα παρακάτω:

α) οι δομικοί ανασταλτικοί λόγοι υπερίσχυσαν έναντι των διαπροσωπικών και των ενδοπροσωπικών ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής των μαθητών-τριών της παρούσας έρευνας. Τα δομικά εμπόδια, σύμφωνα με τη θεωρία, αντιμετωπίζονται ευκολότερα σε σχέση με τα διαπροσωπικά και τα ενδοπροσωπικά..

β) η έλλειψη χρόνου ήταν ο σημαντικότερος ανασταλτικός παράγοντας συμμετοχής. γ) οι μαθητές-τριες λυκείου αντιμετώπιζαν σημαντικά περισσότερα εμπόδια από την έλλειψη υπηρεσιών/εγκαταστάσεων, από την έλλειψη ενδιαφέροντος, από την έλλειψη χρόνου και από την έλλειψη παρέας, σε σχέση με τους μαθητές-τριες γυμνασίου.

δ) τα κορίτσια στην εφηβεία επηρεάζονται πολύ περισσότερο από τα αγόρια σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής.

ε) ενώ οι ενήλικες γυναίκες βίωναν έντονα μόνο τα ενδοπροσωπικά εμπόδια, τα κορίτσια στην εφηβεία βίωναν στον ίδιο βαθμό όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες.

στ) Τα πιο κινητικά άτομα, όπως οι μαθητές-αθλητές, δεν αντιλαμβάνονταν ως σοβαρά προβλήματα την έλλειψη χρόνου, την έλλειψη ενδιαφέροντος, την έλλειψη υπηρεσιών, τους οικονομικούς περιορισμούς, τα ψυχολογικά/ατομικά εμπόδια και την έλλειψη παρέας στο βαθμό που πιθανόν να αντιλαμβάνονταν οι μη-αθλητές.

ζ) οι μαθητές-τριες φαίνεται ότι συμμετέχουν περισσότερο, όταν διαχειρίζονται αποτελεσματικά την έλλειψη χρόνου, όταν ενδιαφέρονται περισσότερο να λάβουν μέρος σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, όταν αντιλαμβάνονται ότι οι υπηρεσίες και οι εγκαταστάσεις βελτιώνονται, όταν αντιμετωπίζουν αποτελεσματικότερα τις προσωπικές τους αναστολές, όταν οι φίλοι, οι γονείς, και σημαντικοί άλλοι, ενισχύουν τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές

δραστηριότητες και όταν αντιμετωπίζονται οι οικονομικές απαιτήσεις σε εξοπλισμό, συνδρομές, μετακινήσεις.

η) Όσο περισσότερο συμμετείχαν οι μαθητές-τριες, τόσο λιγότερα εμπόδια είχαν σε όλες τις διαστάσεις των ανασταλτικών παραγόντων

Η επίδραση των ανασταλτικών παραγόντων σε Έλληνες και αλλοδαπούς μαθητές-τριες που διαβιούν στην Ελλάδα, οι επιδράσεις του μορφωτικού επιπέδου και της κοινωνικοοικονομικής κατάστασης των γονέων, οι στρατηγικές με τις οποίες θα αντιμετωπιστούν οι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, διαφορές στην αντιμετώπιση των ανασταλτικών παραγόντων από ενήλικες, από εφήβους και από παιδιά είναι ορισμένοι από τους προβληματισμούς που αξίζει να διερευνηθούν σε μελλοντικές έρευνες.

Η υποκινητική συμπεριφορά των μαθητών-τριών είναι δυνατό να αντιμετωπιστεί με την ενεργοποίηση των αρμόδιων φορέων και τη λήψη άμεσων μέτρων από όλους τους άμεσα ή έμμεσα εμπλεκόμενους στον αθλητισμό. Συγκεκριμένα :

α) Η πολιτεία να αυξήσει τις δαπάνες του σχολικού αθλητισμού και του αθλητισμού αναψυχής πέραν του 1% των επιχορηγήσεων της Γ.Γ.Α. με σταδιακή μείωση των επιχορηγήσεων που δίνεται για ενίσχυση του πρωταθλητισμού. (Λάιος & Κιουμουρτζόγλου, 1992; Nassis, 1996).

β) Το Υπουργείο Παιδείας να δημιουργήσει τις προϋποθέσεις ώστε το δημόσιο σχολείο να γίνει φορέας προώθησης της δια βίου άσκησης, του δραστήριου τρόπου ζωής, της ενίσχυσης του σχολικού αθλητισμού και της σύνδεσής του με τον εξωσχολικό αθλητισμό, δηλαδή της συνεργασίας με αθλητικούς φορείς.

γ) Οι δήμοι και οι οργανισμοί νομαρχιακής και τοπικής αυτοδιοίκησης, να θέσουν σε προτεραιότητα την υποδομή και τις άριστες εγκαταστάσεις με ασφαλή και οικονομικό εξοπλισμό. Η βελτίωση της ποιότητας ζωής και οι ευκαιρίες για σωστή διαχείριση του ελεύθερου χρόνου των μαθητών-τριών με την προώθηση κατάλληλων προγραμμάτων που να ανταποκρίνονται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα και των δύο φύλων, είναι αποτελεσματική αθλητική πολιτική για τις ανάγκες όχι μόνο των μαθητών-τριών, αλλά και των υπόλοιπων δημοτών.

δ) Οι γονείς και σημαντικά άλλα πρόσωπα όπως εκπαιδευτικοί, προπονητές, αθλητές κ.α.. έχουν μεγάλες ευθύνες για τη νοοτροπία και τις αντιλήψεις των μαθητών-τριών σχετικά με την ενασχόλησή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Θα πρέπει να λειτουργήσουν ως μοντέλα θετικής συμπεριφοράς, να δώσουν

στους μαθητές-τριες περισσότερες ευκαιρίες για εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής περιορίζοντας την ενασχόληση με παθητικές δραστηριότητες.

ε) Το ίδιο το σχολείο όπως λειτουργεί σήμερα έχει μεγάλες ευθύνες για τη σταδιακή μείωση της συμμετοχής των μαθητών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής και συντελεί σε μεγάλο βαθμό στην αντίληψη και νοοτροπία ότι ο ελεύθερος χρόνος πρέπει να αναλωθεί στο κυνήγι εφοδίων, την αξία των οποίων θα μπορέσει να εξαργυρώσει αργότερα ο μαθητής κατά την ενηλικίωση. Η αναμόρφωση επομένως του περιεχομένου του μαθήματος της φυσικής αγωγής προκειμένου να ανταποκρίνεται στις σύγχρονες απαιτήσεις και η εφαρμογή προγραμμάτων αθλητισμού αναψυχής κατά τη διάρκεια λειτουργίας του σχολείου καθώς και η αντικατάσταση των σχολικών εκδρομών με διήμερα, τριήμερα ή πενθήμερα εκπαιδευτικά προγράμματα περιπέτειας είναι αναγκαία.

στ) για την περίπτωση της Λιβαδειάς φαίνεται ότι οι έφηβοι μαθητές αντιμετωπίζουν δομικούς περιορισμούς. Φαίνεται ότι προτιμούνται περισσότερο τα ομαδικά αθλήματα, ο χορός και ο στίβος. Φαίνεται ότι τα κορίτσια έχουν διαφορετικές προσδοκίες και ενδιαφέροντα όσον αφορά τις ήδη υπάρχουσες αθλητικές υποδομές της περιοχής. Φαίνεται ότι οι μαθητές-τριες του λυκείου απαιτούν ποιότητα υπηρεσιών/εγκαταστάσεων. Συνεπώς, η συμμετοχή των μαθητών-τριών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είναι δυνατό να διευρυνθεί περισσότερο, αν δοθεί προτεραιότητα στον αποτελεσματικό σχεδιασμό αυτών των δραστηριοτήτων από τις τοπικές αρχές και την κοινωνία. Επίσης, η πρόβλεψη συμμετοχής που αποδεικνύεται από την παρούσα έρευνα είναι δυνατό να βοηθήσει τον επιχειρηματικό σχεδιασμό επαγγελματιών και ειδημόνων στο χώρο του αθλητισμού αναψυχής.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Alexandris K. & Carroll, B. (1997a). 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. (1997b). 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. (1998). The relationship between selected demographic variables and recreational sport participation in Greece. *International Review for the Sociology of Sports*, 33, 291-297.
- Alexandris, K., Tsordatzoudis, 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.
- Allison, K.R, Dwyer, J.,J.,M. & Makin, S. (1999). Perceived barriers to physical activity among high school students. *Preventive Medicine*, 28, 608-615.
- Alsaker, F.D., & Flammer, A. (1999). *The Adolescent Experience in Twelve Nations: European and American Adolescence in the Nineties*. N.J.: Erlbaum.
- Λυγερινός, Α., Στάθη, Α., Almond, L. & Κιουμουρτζόγλου, Ε. (2002). Τρόπος ζωής και φυσική δραστηριότητα Ελλήνων μαθητών. *Φυσική Δραστηριότητα & Ποιότητα Ζωής*, 3, 18-30.
- 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
- Γογγάκη, Κ., Χριστόδουλος, Α. & Κάτσικας, Χ., (2004). Ελεύθερος Χρόνος και Ενασχόληση του Μαθητικού Πληθυσμού της Αττικής με Αθλητικές Δραστηριότητες. *Φυσική Αγωγή-Αθλητισμός-Υγεία*, 16-17, 63-73.
- Cordes, A.K. & Ibrahim, M.,H. (2003). Applications in recreation and leisure. (3rd edition). In A.K. Cordes & M.H. Ibrahim (Eds.), *Recreation, leisure and the life course. Adolescents*. (pp. 77-94). Boston: McGraw - Hill.
- Crawford, D.W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- Crawford, D.W., Jackson, E & Godbey, G. (1991). A hierachical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Cronbach, L.G. (1951). Coefficient alfa and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297-334.

- Csikszentmihalyi, M., & Larson, R. (1984). *Being Adolescent: Conflict and Growth in the Teenage Years*. New York: Basic Books.
- Delle Fave, A., & Bassi, M. (2003). Italian Adolescents and Leisure: The Role of Engagement and Optimal Experience. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 79-93.
- Eccles, J.S., & Barber, B.L. Student Council, Volunteering, Basketball, or Marching Band: What Kind of Extracurricular Involvement Matters?. *Journal of Adolescent Research*, 14, 1, 10-43.
- Flammer, A., Alsaker, F. D., & Noack, P. (1999). Time Use by Adolescents in an International Perspective. I: The Case of Leisure Activities. In F.D. Alsaker & A. Flammer (Eds.) *The Adolescent Experience: European and American Adolescents in the 1990s*. (pp.163-190) Mahwah, N.J.: Erlbaum.
- Flammer, A. & Schaffner, B. (2003). Adolescent Leisure Across European Nations. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 65-75.
- Franken, D & Van Raij, M. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13, 337-352.
- Godbey, G. (1997). *Leisure and leisure services in the 21st century*. Chicago, US: Venture Publishing.
- Gordon, W.R., & Caltabiano, M.L. (1996). Urban-Rural Differences in Adolescent Self-Esteem, Leisure Boredom, and Sensation-Seeking as Predictors of Leisure-Time Usage and Satisfaction. *Adolescence*, 31, 883 – 903.
- Harahousou, Y. (1996). Sociocultural influences on Greek women's participation in physical recreation, *International Review for Sociology of Sport*, 31, 219-27.
- Henderson, K., Stalnaker, D., & Taylor, G. (1988). The relationship between barriers to recreation and gender-role personality traits for women. *Journal of Leisure Research*, 20, 1, 69-80.
- Howard, D. & Crompton, J. (1984). Who are the consumers of public park and recreation services? An analysis of the users and non-users of three municipal leisure service organizations. *Journal of Park and Recreation Administration*, 2, 3, 33-48.
- Hultsman, W.Z. (1993). The influence of others as a barrier to recreation participation among early adolescents. *Journal of Leisure Research*, 25, 2, 150-164.
- 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. (1993). Recognising patterns of leisure constraints: results from alternative analysis. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.

- Jackson, E., Crawford, D. & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 23, 145-163
- Jackson, E. & Henderson, K. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31-51.
- Jackson, E. & Searle, M. (1985). Recreation non-participation and barriers to participation: Concepts and models. *Loisir et Societe*, 8, 693-707.
- Καμπίτσης, Χ. (2004). *Η Έρευνα στις Αθλητικές Επιστήμες. Στατιστική Ανάλυση-Αξιολόγηση*. Θεσσαλονίκη: Τσιαρτσιάννης Αθ. & Σια Ο.Ε.
- Κιτσάκης, Α.. Κ. (1987). *Η σύγχρονη κοινωνία*. Αθήνα: Γρηγόρη.
- Κουθούρης, Χ., (2006). «Σχόλη», «Αναψυχή», & «Αθλητισμός»: Εννοιολογική συσχέτιση των όρων. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 4, 1, 68-77. www.hape.gr
- Κουθούρης, Χ., Αλεξανδρής, Κ., Γιοβάνη, Χ. & Χατζηγιάννη, Ε., (2005α). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στη χιονοδρομία αναψυχής. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 3, 1, 55-63. www.hape.gr
- Κουθούρης, Χ., Αλεξανδρής, Κ. & Γκόλτσος, Κ., (2005γ). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στο ποδόσφαιρο αναψυχής σε γήπεδα μικρών διαστάσεων. *Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός* (υπό δημοσίευση)
- Κουθούρης, Χ, Αλεξανδρής, Κ. & Μπουντόλου, Μ. (2005β). Στρατηγικές διαπραγματεύσεως έναντι ανασταλτικών παραγόντων για συμμετοχή στο ποδόσφαιρο αναψυχής. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 3, 3, 255-263. www.hape.gr
- Κουθούρης, Χ, Τζουβίστα, Λ. & Αλεξανδρής, Κ. (2005δ). Παράγοντες που διαμορφώνουν την συμμετοχής στην κολύμβηση αναψυχής. *Άθληση και Κοινωνία* (υπό δημοσίευση).
- Kristjansdottir, G. & Vilhjalmsson, R. (2001). Sociodemographic differences in patterns of sedentary and physically active behavior in older children and adolescents. *Acta Paediatr*, 90, 429-435
- Λάιτς, Α. & Κιουμουρτζόγλου, Ε. (1992). Συγκριτική μελέτη μεταξύ σχολικού και εξωσχολικού αθλητισμού. *Άθληση & Κοινωνία*, 5, 26-35.
- Larson, R.. & Kleiber, D. (1993). Daily Experience of Adolescents. In P. Tolan and B. Cohler (Eds.), *Handbook of Clinical Research and Practice with Adolescents*. New York: Wiley.
- Larson, R.. & Richards, M. (1989). The Changing Life Space of Early Adolescence. (Special issue). *Journal of Youth and Adolescence*, 18, 6, 501-626.

- Larson, R. & Seepersad, S. (2003). Adolescents' leisure time in the United States: Partying, Sports, and American Experiment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99,53-64.
- Larson, R. & Verna, S. (1999). How Children and Adolescents spent Time Across the World: Work, Play, and Developmental Opportunities. *Psychological Bulletin*,125, 6, 701-736
- Lee, M. (2003). Korean Adolescents' "Examination Hell" and Their Use of Free Time. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99,9-21.
- McGuire, A., Dottavio, D., & O'Leary, J. (1986). Constraints to participation in outdoor recreation across the life span: a nation-wide study of limitors and prohibitors. *The Gerontologist*, 26, 538-544.
- McMeeking, D. & Purkayastha, B. (1995). "I can't have my mom running me everywhere": adolescents, leisure, and accessibility. *Journal of Leisure Research*, 27, 4, 360-378.
- Mota,J & Esculcas,C (2002). Leisure-Time Physical Activity Behavior: Structured and Unstructured Choices According to Sex, Age and Level of Physical Activity. *International Journal of Behavioral Medicine*, 9, 2, 111-121
- Munwha Broadcasting Corporation. *2000 MBC Adolescent White Paper*. Seoul: Munwha Broadcasting Corporation. 2000
- Nassis, P. (1996). An analysis of sports polixy in Greece (1980-92). In M. Collins (Eds.), *Leisure in Industrial and Post-Industrial Societies* (pp 31-41). Brighton: Leisure Studies Association.
- Nishino, H..J., & Larson, R. (2003). Japanese Adolescents' Free Time: Juku, Bujatsu, and Government Efforts to Create More Meaningful Leisure. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 23-35.
- Παναγιωτόπουλος, Ι., Μ. (1974). *Αντιλεγόμενα*. Αθήνα: Οι εκδόσεις των φίλων.
- Πυνηρτζής, Γ. & Πατεράκη, Ε., (1999). Συμμετοχή Μαθητών Λυκείου σε Αθλητικές Δραστηριότητες. *Πρακτικά από το 7ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*. Κομοτηνή: Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο.
- Raymore.L.A., Godbey, G.C, & Crawford.D.W., (1994). Self-Esteem, Gender, and Socioeconomic Status: Their Relation to Perceptions of Constraint on Leisure Among Adolescents. *Journal of Leisure Research*,26, 2, 99-118.
- Richman, C., Clark, M. & Brown, K. (1985). General and specific self-esteem in late adolescent student: race x gender x SES effects. *Adolescence*, 20, 79, 555-556.

- Santos.M.P., Esculcas,C & Mota, J, (2004). The Relationship between Socioeconomic Status and Adolescent's Organized and Nonorganized Physical Activities. *Pediatric Exercise Science*, 16, 210-218
- Scanlan, T., & Simons, J. (1992). The Construct of Sport Enjoyment. In G.C. Roberts (Eds.), *Motivation in Sports and Exercise*. (pp.46-64). Champaign,IL.: Human Kinetics Book.
- Searle, M. & Jackson, E.(1985a).Recreation non-participation and barriers to participation: Considerations for the management of recreation delivery systems. *Journal of Recreation and Park Administration*, 3, 23-35.
- Searle, M. & Jackson, E.(1985b).Socio-economic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants. *Leisure Sciences*, 7, 227-249.
- Shaw, S.M., Caldwell, .L.L, & Kleiber, D.A. (1996). Boredom, Stress and Social Control in the Daily Activities of Adolescents. *Journal of Leisure Research*, 28, 4, 274-293.
- Shaw, S.M., Kleiber, D.A., & Caldwell, L.L. (1995). Leisure and Identity Formation in Male and Female Adolescents: A Preliminary Examination. *Journal of Leisure Research*, 27, 3, 245-263.
- Siegenthaler, K.L., & Gonzalez, G.L. (1997). Youth Sports as Serious Leisure: A Critique. *Journal of Sports and Social Issues*, 21, 3, 298-315.
- Subrahmanyam, K., Kraut, R. Greenland, P., & Gross, E. (2001). New Forms of Electronic Media: The Impact of Interactive Games and the Internet of Cognition, Socialization, and Behavior. In D.G. Singer and J.K. Singer (Eds.), *Handbook of Children and the Media*. Thousand Oaks, Calif: Sage.
- Thirlaway, K. & Benton, D. (1993). Physical activity in primary-and secondary-school children in *West Glamorgan*. *Health Education Journal*, 52, 37-42.
- Telama, R., Yang, X., Laakso, L., & Viikari, J. (1997). Physical activity in childhood and adolescence as a predictor of physical activity in young adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 13, 4, 317-323.
- Τοπαλίδου, Β., Αλεξιάδης, Α., Αυγερινός, Α. & Σχολ, Ο., (1999). Φυσική Δραστηριότητα Μαθητών Λυκείου: Επιπτώσεις στο Σχεδιασμό Προγραμμάτων Παρέμβασης στο Σχολείο. *Πρακτικά από το 7ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*. Κομοτηνή: Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο.
- Τοσουνίδης, Α. (2005α). Κοινωνιολογικές Προσεγγίσεις του Ελεύθερου Χρόνου, Χρονικό Ισοζύγιο και Συστήματα του Χρόνου. *Πρακτικά από το 1ο πανελλήνιο συνέδριο αναψυχής-ελεύθερου χρόνου & αθλητικού τουρισμού*. Τρίκαλα:. Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

- Τοσουνίδης, Α. (2005β). Η Ανάλυση του Ελεύθερου Χρόνου των Μαθητών και Φοιτητών στην περιφέρεια. *Πρακτικά από το 1ο πανελλήνιο συνέδριο αναψυχής-ελεύθερου χρόνου & αθλητικού τουρισμού*. Τρίκαλα: Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- Τοσουνίδης, Α. & Ζαρώτης, Γ. (2003). Ο Ελεύθερος Χρόνος των Μαθητών Δημοτικού, Γυμνασίου και Λυκείου στην Περιφέρεια. *Πρακτικά από το 11ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*. Κομοτηνή: Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο.
- Toti, G. (1982). *Ο ελεύθερος χρόνος*. Αθήνα: Μνήμη.
- Τζουβίστα, Λ.,(2005). *Παράγοντες που διαμορφώνουν την απόφαση ατόμων για συμμετοχή στην κολύμβηση ως δραστηριότητα αθλητισμού αναψυχής*. Αδημοσίευτη μεταπτυχιακή διατριβή. Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- U.S. Department of Education. *Digest of Education Statistics*. (2000). [<http://nces.ed.gov/pubs2001/digest/dt147.html>]
- Yu, P. & Berryman, D.L.,(1996). The Relationship Among Self-esteem, Acculturation, and Recreation Participation of Recently Arrived Chinese Immigrant Adolescents. *Journal of Leisure Research*, 28, 4, 251-274.
- Χαραχούσου, Υ. (1993). *Σημειώσεις για το αντικείμενο του ελεύθερου χρόνου και της μαζικής άθλησης*. Αθήνα-Κομοτηνή: Αντ. Ν. Σάκκουλα.
- Χριστουλάκη, Ι., Μπελμέζου, Χ., Γκουντρομίχος, Η. & Κουθούρης, Χ., (2003). Συμμετοχή Μαθητών Λυκείου σε Δραστηριότητες Ελεύθερου Χρόνου. Διαφορές μεταξύ Φύλων. *Πρακτικά από το 11ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*. Κομοτηνή: Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο.
- Χρόνη, Σ. (2001). Δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής στην Ελλάδα: Αντιλήψεις φοιτητών φυσικής αγωγής. *Φυσική Δραστηριότητα & Ποιότητα Ζωής*, ειδ. τεύχος 1, 20-27.
- Φρομ, Ε. (1973). *Η νηγής κοινωνία*. Αθήνα: Μπουκουμάνη.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Παράρτημα 1. Ερωτηματολόγιο για την εξωσχολική άθληση μαθητών-τριών



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΗ ΑΘΛΗΣΗ ΜΑΘΗΤΩΝ

Το παρακάτω ερωτηματολόγιο αφορά όλες τις μορφές της άσκησης – άθλησης – γύμνασης που κάνεις εκτός ωρών σχολείου.

Παρακαλούμε, συμπλήρωσέ το έχοντας υπόψη ότι οι απαντήσεις σου θα είναι αυστηρά απόρρητες. Να έχεις υπόψη σου ότι δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος, απαντήσεις, γι' αυτό είναι σημαντικό να είσαι απόλυτα ειλικρινής.

1. Πόσο συχνά ασχολείσαι με εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες; (κύκλωσε μόνο μια περίπτωση)

Δεν ασκούμε καθόλου	Ασκούμε μόνον ευκαιριακά	Ασκούμε λίγες φορές	Ασκούμε συχνά	Ασκούμε Συστηματικά
Δεν με ενδιαφέρει η άσκηση, σχεδόν την αποφεύγω	Εάν τύχει με τους φίλους μου, όταν πάμε καμιά εκδρομή, ή στις διακοπές	<u>Μόνον</u> κάποιες μέρες την βδομάδα <u>ή</u> Κάποια Σαββατοκύριακα	Κάποιες μέρες την εβδομάδα <u>και</u> κάποια Σαββατοκύριακα	Σχεδόν κάθε μέρα
ΝΑΙ - ΟΧΙ	ΝΑΙ - ΟΧΙ	ΝΑΙ - ΟΧΙ	ΝΑΙ - ΟΧΙ	ΝΑΙ - ΟΧΙ

2. Ανάφερε το είδος των ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ δραστηριοτήτων που συμμετέχεις.

.....

.....

.....

3. Ποιοι από τους παρακάτω λόγους – εμπόδια περιορίζουν τη συμμετοχή σου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες κατά τον ελεύθερο χρόνο σου; (Κύκλωσε τον αριθμό που σε αντιπροσωπεύει περισσότερο).

ΑΠΟΤΡΕΠΤΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ –
ΕΜΠΟΔΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

διαφωνώ απόλυτα διαφωνώ πολύ διαφωνώ ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ συμφωνώ συμφωνώ πολύ συμφωνώ απόλυτα

1. Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου προς το σχολείο και τα φροντιστήρια.	1	2	3	4	5	6	7
2. Δεν μου αρέσουν οι αθλητικές δραστηριότητες που προσφέρει η περιοχή μου.	1	2	3	4	5	6	7
3. Οι αθλητικές δραστηριότητες με κουράζουν.	1	2	3	4	5	6	7
4. Δεν θέλω να ξοδεύω τον ελεύθερο χρόνο μου σε αθλητικές δραστηριότητες	1	2	3	4	5	6	7

5. Δεν έχω αυτοπεποίθηση στις ικανότητες μου.	1	2	3	4	5	6	7
6. Φοβάμαι να μην τραυματιστώ.	1	2	3	4	5	6	7
7. Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου σε φίλους, συμμαθητές και τρίτα άτομα.	1	2	3	4	5	6	7
8. Δεν έχω την κατάλληλη τεχνική για να κάνω το άθλημα που μου αρέσει.	1	2	3	4	5	6	7
9. Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση.	1	2	3	4	5	6	7
10. Αισθάνομαι κουρασμένος για να ασκηθώ.	1	2	3	4	5	6	7
11. Δεν μπορώ να παρακινήσω τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5	6	7
12. Η άσκηση στον ελεύθερό μου χρόνο δεν είναι μία από τις προτεραιότητές μου.	1	2	3	4	5	6	7
13. Δεν περνάω πολύ καλά όταν ασκούμαι.	1	2	3	4	5	6	7
14. Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεών μου προς την οικογένειά μου.	1	2	3	4	5	6	7
15. Δεν μου αρέσουν οι χώροι που γίνονται οι δραστηριότητες (τα γήπεδα – τα γυμναστήρια).	1	2	3	4	5	6	7
16. Δεν μου αρέσουν οι άλλοι ασκούμενοι που αναγκάζομαι να γυμνάζομαι μαζί τους.	1	2	3	4	5	6	7
17. Δεν μου αρέσουν οι προπονητές-οι γυμναστές, γενικά τα άτομα που με γυμνάζουν.	1	2	3	4	5	6	7
18. Γενικά δεν αισθάνομαι ασφαλής όταν αθλούμαι ή γυμνάζομαι εκτός σχολείου.	1	2	3	4	5	6	7
19. Η άθληση συχνά μου προκαλεί προβλήματα υγείας.	1	2	3	4	5	6	7
20. Η εξωσχολική άθληση απαιτεί ακριβό εξοπλισμό / ρουχισμό.	1	2	3	4	5	6	7
21. Δεν γνωρίζω κάποιο υπεύθυνο άτομο να με ενημερώνει για τις εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	1	2	3	4	5	6	7
22. Δεν έχω την κατάλληλη παρέα και φίλους.	1	2	3	4	5	6	7
23. Η κατάσταση της υγείας μου δεν μου επιτρέπει να αθλούμαι.	1	2	3	4	5	6	7
24. Στους γονείς μου δεν αρέσει η συμμετοχή μου σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	1	2	3	4	5	6	7
25. Όταν γυμνάζομαι παρουσιάζονται προβλήματα υγείας.	1	2	3	4	5	6	7
26. Η συμμετοχή σε αθλητικές εξωσχολικές δραστηριότητες κοστίζει ακριβά.	1	2	3	4	5	6	7
27. Δεν έχω κανένα δικό μου άτομο να με μεταφέρει για να αθλούμαι.	1	2	3	4	5	6	7
28. Στους φίλους μου δεν αρέσουν οι εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες.	1	2	3	4	5	6	7
29. Δεν έχω ενημέρωση για τα αθλητικά προγράμματα που γίνονται.	1	2	3	4	5	6	7
30. Ο χώρος για να αθλούμαι είναι μακριά. Δεν μπορώ να μετακινούμαι ως εκεί.	1	2	3	4	5	6	7

31. Η μετακίνησή μου στο χώρο άθλησης είναι προβληματική.	1	2	3	4	5	6	7
32. Δεν γνωρίζω πού να πάω να αθληθώ.	1	2	3	4	5	6	7
33. Δεν έχω δικό μου μεταφορικό μέσο για να πηγαίνω να γυμνάζομαι.	1	2	3	4	5	6	7
34. Δυσκολεύομαι να διαθέσω τα χρήματα που απαιτούνται για να συμμετέχω σε αθλήματα.	1	2	3	4	5	6	7
35. Δεν έχω κάποιο να με βοηθά να επιλέξω ποια αθλητική δραστηριότητα είναι καλύτερη για μένα.	1	2	3	4	5	6	7

ΚΥΚΛΩΣΕ Αγόρι-Κορίτσι.

Φοιτείς στο :Γυμνάσιο –Λύκειο.

Τάξη: Α Β Γ

Εθνικότητα: Ελληνική - Άλλη εθνικότητα: (ποια;).....

Ποιο είναι το ανώτατο επίπεδο εκπαίδευσης που έχει συμπληρώσει ο πατέρας σου; (κύκλωσε ότι ισχύει)
 Δημοτικό Γυμνάσιο Λύκειο Πανεπιστήμιο ή ΤΕΙ Μεταπτυχιακό ή Διδακτορικό

Ποιο είναι το ανώτατο επίπεδο εκπαίδευσης που έχει συμπληρώσει η μητέρα σου; (κύκλωσε ότι ισχύει)
 Δημοτικό Γυμνάσιο Λύκειο Πανεπιστήμιο ή ΤΕΙ Μεταπτυχιακό ή Διδακτορικό

Τι εργασία κάνει ο πατέρας σου;.....Τι εργασία κάνει η μητέρα σου;.....

Ο πατέρας σου γυμνάζεται; (κύκλωσε ότι ισχύει) **ΝΑΙ – ΟΧΙ.**

Τι αθλητική δραστηριότητα κάνει;.....

Η μητέρα σου γυμνάζεται; (κύκλωσε ότι ισχύει) **ΝΑΙ – ΟΧΙ.**

Τι αθλητική δραστηριότητα κάνει;.....

Συμμετέχετε όλη ΜΑΖΙ σαν οικογένεια σε αθλητικές δράσεις; (κύκλωσε ότι ισχύει). **ΝΑΙ – ΟΧΙ**

Σε ποιες;.....

ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΕ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΜΟΝΟ ΑΝ ΕΧΕΙΣ ΕΠΙΣΗΜΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΣΕ ΟΜΑΔΑ

Είσαι αθλητής στον σύλλογό;.....

Σε ποιο άθλημα;.....

Πόσες φορές την εβδομάδα γυμνάζεσαι στο σύλλογο;.....

Ποιος είναι ο αθλητικός σου στόχος αυτήν την χρονιά;.....

Σε ευχαριστούμε πολύ για τη συνεργασία σου!