

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ  
ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΕ ΧΕΙΜΕΡΙΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

του  
Νικήτα Νομικού

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

Κομοτηνή  
2007

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

---

1ος Επιβλέπων: Κουθούρης Χαρίλαος, Λέκτορας

---

2ος Επιβλέπων: Αλεξανδρής Κων/νος, Λέκτορας

---

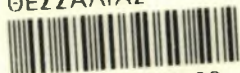
3ος Επιβλέπων: Χατζηγεωργιάδης Αντώνιος, Λέκτορας



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

Αριθ. Εισ.: 5395/1  
Ημερ. Εισ.: 06-09-2007  
Δωρεά:  
Ταξιδετικός Κωδικός: Δ  
796.93  
NOM

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



004000086560

© 2005  
Νικήτα Νομικού  
ALL RIGHTS RESERVED

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Νικήτας Νομικός: Παράγοντες που επηρεάζουν την συμμετοχή φοιτητών τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σε χειμερινές δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής.

(Κάτω από την επίβλεψη του Λέκτορος κ. Κουθούρη Χαριλάου)

Στη παρούσα μελέτη εξετάστηκαν θέματα σχετικά με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής φοιτητών στη χιονοδρομία αναψυχής. Συγκεκριμένα, σκοπός ήταν: α) η ομαδοποίηση των ανασταλτικών λόγων σε ανασταλτικούς παράγοντες β) η ομαδοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων, σε κατηγορίες ανάλογα με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et all (1991) γ) η διερεύνηση για διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς τη συμμετοχή ανάλογα με το φύλο δ) η διερεύνηση για διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες ανάλογα με τη σχολή ε) η διερεύνηση για διαφορές ανάλογα με το διαφορετικό επίπεδο συμμετοχής στη χιονοδρομία. Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 300 φοιτητές-τριες του Πανεπιστημίου Αθηνών. Για την μέτρηση των ανασταλτικών λόγων προς την συμμετοχή χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Κουθούρης και συνεργατών (2005). Πραγματοποιήθηκε τυχαία δειγματοληψία και από τα αποτελέσματα φάνηκαν: α) οι εξής ανασταλτικοί παράγοντες: i) έλλειψη ενδιαφέροντος για συμμετοχή ii) ατομικοί/ψυχολογικοί λόγοι iii) προβλήματα σε εγκαταστάσεις και υπηρεσίες iv) έλλειψη παρέας v) προβλήματα οικονομικά/πρόσβασης vi) έλλειψη χρόνου β) οι σημαντικότεροι ανασταλτικοί παράγοντες <<προβλήματα στις εγκαταστάσεις–υπηρεσίες>> ( $M=4.9$ ,  $SD=1.3$ ) γ) το δημογραφικό χαρακτηριστικό <<φύλο>> δεν παρουσίασε στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των υποομάδων του δείγματος δ) αντίθετα, διαφορές εντοπίστηκαν ανάμεσα στους φοιτητές διαφορετικής <<σχολής>> ε) επίσης στατιστικά σημαντικές διαφορές σημειώθηκαν σε όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες ( $F_{(12, 458)}=5.1$ ,  $p<.05$ ) εκτός των παραγόντων <<οικονομικά πρόσβασης και έλλειψη χρόνου>>.

Λέξεις κλειδιά: Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής, χιονοδρομία αναψυχής

## ABSTRACT

Nikitas Nomikos: Factors that contribute to the inhibiting participation of university students in winter activities of recreational sports.

(Under the supervision of Lecturer Kouthouris Charilaos)

In the present research the issues that are explored relate to the inhibiting factors for the participation of university students in recreational skiing. In specific, this project aimed at a. The grouping of inhibiting reasons into corresponding inhibiting factors. b. The grouping of inhibiting factors into categories in accordance with the hierarchical model by Crawford and all (1991). c. The exploration for finding disparities in the inhibiting factors for participation depending on the sex. d. The exploration for disparities in the inhibiting factors regarding the participation according to the school. e. The exploration for potential disparities in accordance with the different level of participation in skiing. In this research 300 students participated on a voluntary basis from Athens University. In order to evaluate the inhibiting factors as far as participation is concerned, we made use of the questionnaire by Kouthouris et al., (2005). The population that was chosen for the research was selected at random. A. From the results the following inhibiting factors made their appearance: I. a lack of interest in participating, II, individual / psychological factors. III. problems with facilities and services. IV. a lack of companionship. V. financial problems/problems of access. VI. a lack in time. B. The most significant inhibiting factors << problems with facilities and services >> ( $M=4,9$   $SD=1,3$ ). C. The demographic characteristic <<sex>> did not appear to have statistically important differences among the sub-groups. D. On the contrary, statistically important differences showed up among students who belonged to different <<departments>>. Also, statistically important differences were noticed in all inhibiting factors ( $F_{(12, 458)}= 5.1$ ,  $p< .05$ ) with the exception of the factors <<financial access and lack of time>>.

Key words: inhibiting factors as to the participation, skiing recreational activities.

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Εκφράζω τις θερμές μου ευχαριστίες:

Στους Γονείς μου. Στον αξιότιμο καθηγητή κύριο Κουθούρη Χαρίλαο, του οποίου η συνδρομή υπήρξε απαραίτητη για την συγγραφή του παρόν πονήματος. Στον αξιότιμο συνάδελφο κύριο Χατζηνικολάου Αθανάσιο καθώς και σε όσους συνέβαλλαν στην επιτυχή περάτωση του παρόντος πονήματος.

## ΑΦΙΕΡΩΣΕΙΣ

Αφιερώνεται στους πυρφόρους της γνώσης, καθηγητές και φοιτητές, που με την άσβεστη φλόγα τους, φωτίζουν το κακοτράχαλο δρόμο της εξέλιξης.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

|                                       | Σελίδα |
|---------------------------------------|--------|
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....                        | iii    |
| ABSTRACT .....                        | iv     |
| ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....                      | vi     |
| ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ.....                | viii   |
| ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ.....               | ix     |
| <br>                                  |        |
| I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....                      | 1      |
| Η Χιονοδρομία στο Διεθνή Χώρο.....    | 2      |
| Η Χιονοδρομία στον Ελλαδικό Χώρο..... | 3      |
| Έννοια - Ορισμοί.....                 | 3      |
| <br>                                  |        |
| II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....     | 5      |
| Θεωρία των περιορισμών σχόλης Α.....  | 7      |
| Θεωρία των περιορισμών σχόλης Β.....  | 9      |
| Θεωρία των περιορισμών σχόλης Γ.....  | 10     |
| Σκοποί .....                          | 11     |
| Σχεδιασμός.....                       | 12     |
| Στατιστικές αναλύσεις.....            | 12     |
| Σημαντικότητα.....                    | 13     |

|  |    |
|--|----|
| III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ.....                                      | 14 |
| Δείγμα.....  | 14 |
| Όργανα Μέτρησης.....                                       | 14 |
| Διαδικασία Μέτρησης.....                                   | 14 |
| IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....                                      | 15 |
| Δημογραφικά Χαρακτηριστικά Δείγματος.....                  | 15 |
| Παραγοντική Ανάλυση των ανασταλτικών λόγων συμμετοχής....  | 15 |
| Κατηγοριοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων.....           | 17 |
| Διερεύνηση ανασταλτικών παραγόντων ανάλογα με το φύλο..... | 18 |
| Διερεύνηση ανασταλτικών παραγόντων ανάλογα με τη σχολή.... | 18 |
| Ανάλυση διακύμανσης ως προς ένα ανεξάρτητο παράγοντα.....  | 19 |
| V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....                               | 21 |
| VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....                                     | 32 |
| VIII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....                                       | 36 |



## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

|  |    |
|--|----|
| Πίνακας 1. Περιγραφικά στατιστικά του δείγματος.....       | 15 |
| Πίνακας 2. Παραγοντική ανάλυση των ανασταλτικών λόγων..... | 16 |
| Πίνακας 3. Κλίμακες ανασταλτικών παραγόντων.....           | 18 |

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

|  |    |
|--|----|
| Σχήμα 1. Το Ιεραρχικό Μοντέλο των Ανασταλτικών Παραγόντων..... | 10 |
|--|----|

## ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΕ ΧΕΙΜΕΡΙΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής με τα προβαλλόμενα πρότυπα και τις υψηλές απαιτήσεις, συνετέλεσε στον αποπροσανατολισμό του ατόμου και τη δημιουργία ψυχοσωματικών δυσλειτουργιών. Οι ψυχοσωματικές ασθένειες αποτέλεσαν πλέον γνώρισμα των προηγμένων τεχνολογικά χωρών στο σύνολο τους. Παρά τα ελπιδοφόρα μηνύματα της τεχνολογικής επανάστασης, αξιόλογος αριθμός εκ του ανθρώπινου δυναμικού εργάστηκε ολοένα περισσότερο προκειμένου να διασφαλίσει τη θέση εργασίας και την άνοδο των απολαβών του (Lewis, 2003). Οι πολίτες προκειμένου να περιορίσουν στο μέτρο του δυνατού τις αρνητικές συνέπειες από την υφιστάμενη πραγματικότητα ασχολούνται με δραστηριότητες, που κύριο στόχο έχουν να προβάλλουν την υγεία και ευεξία.

Στην ανωτέρα κατάσταση η ύπαρξη ελεύθερου χρόνου διαδραμάτισε σημαντικότατο ρόλο, προκειμένου τα υποκείμενα, ανάλογα ως προς τις οικονομικές τους δυνατότητες να λάβουν μέρος σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής (Larson and Shaikh, 2004). Τα άτομα στη πλειονότητα τους αντιμετώπισαν κάποιο είδος εμποδίων ακόμα και εντός της δραστηριότητας, της αντιλαμβανόμενης ως ελεύθερης αναψυχής (Siegenthaler and O' Dell, 2000). Η ανάγκη για διέξοδο από το ανθυγιεινό περιβάλλον των πόλεων και τους καταγιστικούς ρυθμούς ζωής συνέβαλε στη συνειδητοποιημένη στροφή του ατόμου προς τον αθλητισμό και την αναζήτηση αθλημάτων, που θα του παρείχαν την επαφή με το φυσικό περιβάλλον και την άσκηση σε αυτό. Αποτέλεσε κοινό σημείο αναφοράς, το γεγονός της θετικής ψυχοσωματικής συνεισφοράς της αναψυχής, στη ζωή των πελατών - καταναλωτών (Weagley and Eunjeong, 2004).

Ο αριθμός των ατόμων που λάβαιναν μέρος σε οργανωμένα ή μη αθλητικά γεγονότα παρουσίασε αυξητικές τάσεις (Cengiz, 2003). Οι ελεύθερες ή μη αθλητικές δραστηριότητες συνιστούσαν, αλλά και συνιστούν τμήμα των δραστηριοτήτων αναψυχής. Τα άτομα σε ορισμένες περιπτώσεις συμμετείχαν σε αθλητικά γεγονότα ως μέρος της αναψυχής και των τουριστικών εκδηλώσεων. Η

σημαίνουσα πλειοψηφία των τουριστικών ενεργειών εμπεριείχε τουλάχιστον μία δραστηριότητα αναψυχής, γεγονός το οποίο ανέδειξε τη σχέση και την αλληλεξάρτηση τους. Συνέστησε δηλαδή ο αθλητισμός αναψυχής, όπως και ο αμιγής αθλητισμός, το ζωτικότερο ίσως τμήμα του τουρισμού στο σύνολο του (Cengiz, 2003).

Τη ζήτηση για επαφή και άθληση με το ύπαιθρο ήρθαν να καλύψουν μια σειρά από δραστηριότητες ανάμεσα τους και η χιονοδρομία. Το προαναφερθέν άθλημα σύμφωνα με ανασκαφές στη Σκανδιναβία και τη Ρωσία χρονολογείται γύρω στα 6.000 έτη πάνω στον πλανήτη (Allen, 2003). Προϊστορικές εγγραφές σε σπήλαια είναι της ανάλογης χρονολογίας. Σχετιζόμενες με τη χιονοδρομία ήταν και οι προφορικές αναφορές των Νορβηγών περί των θεών των χιονοδρόμων Ullr και Skade (Allen, 2003). Παράλληλα η πρώτη γραπτή απόδειξη φάνερωσε την ύπαρξη του αθλήματος, στη Κίνα, από το δεύτερο αιώνα προ Χριστού (Allen, 2003).

### ***Η Χιονοδρομία στο Διεθνή Χώρο.***

Στο διεθνή χώρο η χιονοδρομία γνώρισε κατά τις προηγούμενες δεκαετίες, πρωτοφανή ανάπτυξη. Στα τέλη του 1980 έγιναν σημαντικές επενδύσεις, οι οποίες ανέπτυξαν τα χιονοδρομικά κέντρα και τα εξέλιξαν σε χώρους με υψηλή ποιότητα παροχής υπηρεσιών. Επίσης η εισροή των επενδυτικών κεφαλαίων και η αυξημένη τουριστική κίνηση κατέστησαν τον αθλητικό τουρισμό αναγκαίο για τη συντήρηση και την ανάπτυξη των τοπικών κοινωνιών (Tuppen, 2000). Κατά τη δεκαετία του 1990 η αγορά άλλαξε δραματικά, οι ευρωπαϊκές Άλπεις είχαν πλέον να αντιμετωπίσουν ισχυρούς ανταγωνιστές, όπως τις χώρες της Νοτίου Αμερικής, την Αργεντινή (Παταγονία) και τη Χιλή (Tuppen, 2000).

Επίσης ο Καναδάς παρά την πληθώρα των εγκαταστάσεων και των προσφερόμενων υπηρεσιών, στις αρχές του 1990, προκειμένου να αντιμετωπίσει το σύγχρονο ανταγωνιστικό περιβάλλον της αγοράς, προσαρμόσθηκε αναλόγως. Ειδικότερα κατέβαλλε προσπάθειες, ώστε ανέπτυξε νέες αγορές και δημιούργησε μια νέα ποικιλία στρατηγικών για την ανάπτυξη νέων προϊόντων και υπηρεσιών, με σκοπό να προσεγγίσει νέες πελατειακές ομάδες, τα ονομαζόμενα target groups (Williams and Fidgeon, 2000; Tuppen, 2000).



## ***Η Χιονοδρομία στον Ελλαδικό Χώρο.***

Στον ελληνικό χώρο, η χιονοδρομία θεωρείτο μέχρι σχετικά πρόσφατα, λόγω των οικονομικών και τεχνικών απαιτήσεων, άθλημα προοριζόμενο για την ανώτερη κοινωνική τάξη. Η δημιουργία όμως νέων χιονοδρομικών κέντρων, η άνοδος του βιοτικού επιπέδου, η αλλαγή των κοινωνικοοικονομικών συνθηκών συνέβαλαν τα μέγιστα στην δημιουργία μιας διευρυμένης πελατειακής βάσεως. Άτομα όλων των ηλικιών δύνανται να συμμετέχουν και να απολαμβάνουν τα οφέλη από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες χιονοδρομίας αναψυχής. Στην διεύρυνση της αγοράς ενεργό ρόλο διαδραμάτισαν και οι οργανισμοί τοπικής αυτοδιοίκησης με την πληθώρα και πολλαπλότητα των παρεχόμενων εκδρομικών και εκπαιδευτικών προγραμμάτων.

Τα δημοτικά αθλητικά προγράμματα έφεραν τους πολίτες σε επαφή με την αναψυχή και τη χειμερινή κατάβαση. Το φαινόμενο αυτό είχε ως αποτέλεσμα την γνωριμία του κοινού με μια σειρά από νέα προϊόντα και υπηρεσίες, όπως τον εξοπλισμό, την εκπαίδευση, τη παραμονή, τα εκδρομικά πακέτα. Θετικά ως προς την εξάπλωση του αθλήματος συνέβαλλε και η ακολουθούμενη τακτική από τα πανεπιστήμια της Ελλάδος κυρίως μέσω των Τ.Ε.Φ.Α.Α και του νεοϊδρυθέντος τμήματος, οργάνωσης και διαχείρισης αθλητισμού. Στα κείμενα πανεπιστημιακά ιδρύματα παράγεται σημαντικό έργο, μέσω των αναπτυσσομένων προπτυχιακών και μεταπτυχιακών προγραμμάτων σπουδών, στη σωματική άσκηση, την αθλητική διοίκηση, την αθλητιατρική.

### ***Έννοια-Ορισμοί.***

Παράλληλα για την καλύτερη κατανόηση του υπό ανάλυση θέματος κρίθηκε αναγκαίο να δοθούν ορισμοί σε ορισμένες βασικές έννοιες. Ειδικότερα: α) Η Αναψυχή σύμφωνα με τους Mannel και Kleiber (1997) ήταν ένα υποκειμενικό ή αντικειμενικό φαινόμενο. Ως αντικειμενικό φαινόμενο ήταν μια δραστηριότητα ή ένα σύνολο δραστηριοτήτων δομημένων με προκαθορισμένο τρόπο, όπως το μπάνιο στη παραλία (Mannel and Kleiber, 1997). Ως υποκειμενικό φαινόμενο ήταν μια πνευματική κατάσταση κατά τη διάρκεια λήψης μέρους σε δραστηριότητες και την ικανοποίηση ή τα νοήματα, που απεκόμιζε κάποιος από την εμπλοκή του σε αυτές (Mannel and Kleiber, 1997). Κατά άλλους ερευνητές η αναψυχή προκάλεσε διάφορες σκέψεις, εικόνες, ήταν μια διανοητική κατάσταση (Greenwood and Lashua, 2004). β) Χιονοδρομία είναι αγώνισμα διολισθήσεων ή αλμάτων πάνω

στο χιόνι με χιονοπέδιλα (Τεγόπουλος-Φυτράκης, 1989). γ) Ανασταλτικοί παράγοντες αναψυχής (leisure constraints) είναι: <<οι αιτίες, οι αντιλαμβανόμενες ή οι βιωματικές, δια τις οποίες ένα άτομο παρεμποδίζεται ή αποκλείεται από τη συμμετοχή σε μια δραστηριότητα αναψυχής>> (Jackson, 1997). Η κατηγοριοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων έχει τη χρησιμότητα του προσδιορισμού της ταυτότητας των περιορισμών, που επέδρασαν στη λήψη μέρους στην αναψυχική δραστηριότητα (Hawkins, Peng, Hsieh & Ekmound, 1999). δ) Αθλητικός τουρισμός κατά τον Hall (1992) είναι: <<το ταξίδι για μη εμπορικούς λόγους, με σκοπό τη συμμετοχή ή την παρακολούθηση αθλητικών γεγονότων, πέρα από το οικιακό βεληνεκές>>. Περισσότερο ολοκληρωμένος ήταν ο ορισμός των De Knob και Standeven (1998), όπου ο αθλητικός τουρισμός ορίστηκε ως: <<το ταξίδι για εμπορικούς ή για μη εμπορικούς λόγους με σκοπό τη λήψη μέρους ή την παρακολούθηση αθλητικών δραστηριοτήτων>>.

Ο αθλητικός τουρισμός αποτέλεσε και αποτελεί έναν από τους ταχύτερα αναπτυσσόμενους νευραλγικούς τομείς της τουριστικής βιομηχανίας (Gibson, 1998). Η οικονομική του σημασία έχει πλέον καταστεί αντιληπτή και αναγνωρίσιμη από το σύνολο των κυβερνήσεων του πλανήτη (Gibson, 1998). Την ίδια στιγμή, η προαναφερθείσα βιομηχανία έχει καταστεί περισσότερο περίπλοκη στην ανάπτυξη της και το μάρκετινγκ των νέων μορφών της (Gibson, 1998). Η χιονοδρομία αποτελεί ένα από τα κυριότερα κίνητρα αθλητικού τουρισμού σε τέτοιο βαθμό, ώστε η βιωσιμότητα πολλών τοπικών κοινωνιών να είναι άμεσα συναρτούμενη με την ανάπτυξη της (Williams and Fidgeon, 2000).

Επίσης κρίθηκε αναγκαίο να αναφερθεί, πως η συμμετοχή στον αθλητισμό και την αναψυχή επηρεάζεται από διάφορους προσωπικούς και μη παράγοντες (Iwasaki and Havitz, 2004). Ο Shaw (1985), υπέδειξε, ότι η διασκέδαση και η ελευθερία των επιλογών ήταν τα πιο αξιοπρόσεκτα χαρακτηριστικά, τα οποία διέκριναν τησχόλη από τη μησχόλη, σε συνήθεις καθημερινές εμπειρίες (Samdahl, 1991). Η Samdahl (1991) ανέφερε, ότι ησχόλη, σχετίζεται με διαστάσεις της υποκειμενικής εκτίμησης και του επιπέδου της αντιλαμβανόμενης ελευθερίας (Samdahl, 1991). Η ίδια συγγραφέας γράφει σε άρθρο της πως: “Με το να αναδεικνύουμε τις αποδείξεις, ότι τα αποτελέσματα των ερευνών μας συγκρίνουν την κοινή εμπειρία των ανθρώπων στησχόλη, αυτή η προσέγγιση προσφέρει σημαντική τεκμηρίωση μερικών βασικών τμημάτων της σύγχρονης έρευνας περί τηςσχόλης” (Samdahl, 1997).

## ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

### ***Θεωρίες Περιορισμών Σχόλης.***

Σε ένα θεωρητικό πλαίσιο για την έρευνα των περιορισμών τηςσχόλης οι Grawford, Jackson & Godbey (1991) ανέπτυξαν το λεγόμενο ιεραρχικό μοντέλο των περιοριστικών παραγόντων, το οποίο αργότερα διευρύνθηκε “με τη διαπραγμάτευση” και τις αναφερόμενες “ισορροπημένες” αναλογίες (Jackson, Crawford & Godbey, 1993). Αυτές οι προτάσεις εισήγαγαν για πρώτη φορά την έννοια παρακίνηση στην μελέτη τηςσχόλης. Οι προαναφερόμενοι ερευνητές κατόπιν επιτυχούς ανάλυσης των περιορισμώνσχόλης έκαναν λόγο για την υποκίνηση-ενεργοποίηση (motivation). Η παρακίνηση αποτέλεσε δομικό στοιχείο στην αθλητική συμμετοχή. Η αλληλεπίδραση μεταξύ περιορισμών στην συμμετοχή σε δραστηριότητες και των κινήτρων για λήψη μέρους στις αντίστοιχες δράσεις διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στην περαιτέρω εξέλιξη της αθλητικής συμμετοχής.

Η τελευταία δεκαετία ανέδειξε μια σημαντική αλλαγή στο προσανατολισμό της έρευνας τηςσχόλης, με μετατόπιση της προσπάθειας από τα προϋπάρχοντα πεδία, με σκοπό να εξεταστεί ησχόλη σε συνεκτικότητα και συνάφεια με τη καθημερινή ζωή (Samdahl and Jekubovich, 1997). Η μελέτη των περιορισμών τηςσχόλης αναπτύχθηκε σταδιακά τα τελευταία χρόνια, αντιπροσωπεύοντας ένα σημαντικό μέρος της σχετικής βιβλιογραφίας, το οποίο έχει επαυξηθεί και αλλάξει με την προσθήκη νέων στοιχείων στα ήδη προϋπάρχοντα.

Αξιόλογο επιστημονικό δυναμικό αφοσιώθηκε στην κατανόηση των εμποδίων - ανασταλτικών παραγόντων σε δραστηριότητες αναψυχής (leisure constraints). Η όλη ερευνητική προσπάθεια εξασφάλισε βαθιά γνώση των συγκεκριμένων παραγόντων, που επέχουν αποτρεπτικό ρόλο ως προς τη συμμετοχή στην άθληση και αναψυχή. Οι Jackson και Scott (1999), κατέληξαν, πως η ραγδαία ανάπτυξη της έρευνας και της γνώσης του κείμενου τομέα βαθμιαία θα δυσκολέψει καθώς η σχετική βιβλιογραφία (leisure constraints) αυξάνεται. Οι McGuire και O’Leary (1992) δήλωσαν, πως η περιοχή των ανασταλτικών παραγόντων έχει τεράστια δυναμική για τη σύνδεση της θεωρίας με τη πράξη (Alexandris and Carol, 1997). Πιθανότατα η εμβάθυνση του κείμενου πεδίου χρήζει μεγάλης προσοχής,

διότι η ανθρώπινη συμμετοχή είναι σε πολλά επίπεδα ετεροκαθοριζόμενη και ευμετάβλητη (Kimberly, Floyd & Parry, 2004). Οι Tsai και Coleman (1999), επεσήμαναν: <<Οι άνθρωποι σε κάθε σημείο της διαδικασίας συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής εκτίθενται σε ποικίλους αποτρεπτικούς παράγοντες, οι οποίοι δύνανται να επηρεάσουν τις προτιμήσεις τους, να παρεμποδίσουν την επιθυμία για την υιοθέτηση νέων δραστηριοτήτων, να μειώσουν την διασκέδαση και τέλος να περιορίσουν τη πλήρη εμπλοκή στην αναψυχή>>. Ορισμένες μελέτες κατέληξαν, πως οι κοινωνικές και οι ψυχολογικές μεταβλητές επείχαν περισσότερο αποτρεπτικό ρόλο στην λήψη μέρους σε εμπειρίες αναψυχής (Lee and Halberg, 1989).

Η αντίληψη της υποκίνησης δεν έτυχε αντικείμενο της ανάλογης προσοχής στην διεθνή βιβλιογραφία. Διαπιστώνεται πως οι σχετικές με το θέμα έρευνες είναι λίγες. Αντιπροσωπευτική ήταν η μελέτη των Carroll and Alexandris, η οποία διεξήχθη στην Ελλάδα (1997), μια άλλη πιο πρόσφατη, η οποία διεκπεραιώθηκε από Hubbard and Mannell (2001) και μια ποιοτική έρευνα στα πρότυπα σχόλης των μεταναστών (Stoldoska, 2000). Όλες αυτές οι έρευνες αποτέλεσαν τεκμήρια για τον σημαντικό ρόλο της υποκίνησης στο ιεραρχικό μοντέλο των περιοριστικών παραγόντων σχόλης. Οι Carroll και Alexandris (1997) επεσήμαναν ότι: <<αυτό που χρειάζεται είναι μια μεγαλύτερη κατανόηση για το πώς οι περιορισμοί σχόλης, τα κίνητρα και η εργασία ενεργοποίησης σε συνάφεια μεταξύ τους και πως οι περιορισμοί μπορούν να παρακαμφθούν και η ενεργοποίηση να επιτευχθεί>>.

Οι ανασταλτικοί παράγοντες ως προς την εκδηλούμενη συμπεριφορά έναντι της αναψυχής προκάλεσαν αναπόφευκτα την αυξανόμενη προσοχή των ερευνητικών προσπαθειών τη τελευταία δεκαετία, σε θέματα τόσο της συλλογής των εμπειρικών δεδομένων όσο και στην ανάπτυξη των αντιλήψεων όλων των εμπλεκομένων. Οι ερευνητές επιπροσθέτως κατέβαλλαν ενέργειες δια να επιτύχουν μέσω της δημιουργίας μοντέλων την περιγραφή των φαινομένων του υπό εξέταση αντικειμένου. Η κατάταξη αποτέλεσε ένα οργανωτικό και θεμελιώδες εργαλείο, αλλά αδυνατούσε από μόνη της να εξηγήσει την εμφάνιση των φαινομένων. Ο περισσότερο πιθανά αποδοτικός τρόπος μέσω του οποίου ορισμένοι ερευνητές έχουν καταπιαστεί με το πρόβλημα της θεμελίωσης των δομικών περιορισμών, είναι μέσω της θεμελίωσης των μοντέλων. Ως κάποιος θα ανέμενε αυτά τα μοντέλα ποικίλουν σε σκοπό, σκοπιά και έμφαση. Τα ευρέως αποδεκτά από την επιστημονική κοινότητα σύμφωνα με τα παρόντα δεδομένα,



είναι τα μοντέλα των Crawford και Godbey (1987), το Ιεραρχικό Μοντέλο των Crawford et al. (1991) και η επέκταση του Ιεραρχικού μοντέλου του Crawford με τις προσθήκες των διαπραγματεύσεων (negotiations) υπό τους Jackson et al. (1993).

### **Θεωρία Περιορισμών Σχόλης Α.**

Ειδικότερα το μοντέλο των Crawford και Godbey (1987), επικεντρώθηκε στη δόμηση τριών μοντέλων, τα οποία ήταν σχετιζόμενα με τους περιορισμούς στην αναψυχή. Αυτά τα μοντέλα περιγράφονται παρακάτω και παρείχαν τη θεμελίωση για την ευρεία πλειοψηφία των μεταγενέστερα δημιουργηθέντων μοντέλων. Δύο διαφορετικά αλλά αλληλοσχετιζόμενα θέματα συγκέντρωσε η εργασία των Crawford και Godbey (1987), ως συνεισφορά στη διεθνή βιβλιογραφία των leisure constraints Crawford et al. (1991). Αφενός, οι Crawford και Godbey διαφώνησαν στο ότι η λειτουργία των περιορισμών αναψυχής μπορούσε να κατανοηθεί μόνο από τη μη ενδεδειγμένη μελέτη του ευρύτερου περιβάλλοντος της σχέσης προτίμησης-συμμετοχής. Αφετέρου πρότειναν αντίθετα στις επικρατούσες υποθέσεις οι περιορισμοί εισέρχονται μη μεμονωμένα με μία μεταστροφή ανάμεσα στην προτίμηση για μια δραστηριότητα και τη συμμετοχή σε αυτή "δομικοί" περιορισμοί, αλλά επίσης με άλλους δύο μη παραβλέψιμους τρόπους, δηλαδή μέσω της επίδρασης τους στις προτιμήσεις, αλλά και μέσω των αποτελεσμάτων τους στις επιλογές και τη συμμετοχή (Crawford, 1987).

Βασισμένο σε αυτές τις αναλογίες, των Crawford και Godbey (1987), το μοντέλο των περιορισμών παραθέτει τις ακόλουθες τρεις κατηγορίες, τους ενδοπροσωπικούς (intrapersonal), τους διαπροσωπικούς (interpersonal) και τους δομικούς (structural) περιορισμούς. Οι Δομικοί περιορισμοί αντιπροσώπευαν περιορισμούς, οι οποίοι ήταν κοινώς θεωρούμενοι, ως μεσολαβητικοί παράγοντες ανάμεσα στην προτίμηση αναψυχής και τη συμμετοχή. Παραδείγματα δομικών εμποδίων περιλαμβάνουν το επίπεδο οικογενειακής ζωής, οι οικογενειακές πηγές οικονομικών εσόδων, η εποχή, ο προγραμματισμός του χρόνου εργασίας, η διαθεσιμότητα της ευκαιρίας, η γνώση αυτής της δυνατότητας και η αναφορά στις τάσεις των ομάδων συμπεριλαμβανομένης και της καταλληλότητας τέτοιων δραστηριοτήτων (Crawford, 1987). Σύμφωνα με συγκριτική μελέτη των αποτελεσμάτων δύο πανομοιότυπων ερευνών του 1981 και του 1999 με διαφορά δεκαοκτώ ετών διαπιστώθηκε, πως οι φοιτητές της μεταγενέστερης ανάλυσης του 1999 έθεταν σε υψηλότερη βαθμίδα αξιότητας ανασταλτικούς παράγοντες, που

σχετίζονταν με τους χρονικούς, κοινωνικούς και καθημερινούς περιορισμούς εν συγκρίσει με τους προγενέστερους του 1981 φοιτητές (Hammit, Backman & Davis, 2001).

Οι Ενδοπροσωπικοί περιορισμοί περιελάμβαναν τις ψυχολογικές καταστάσεις των ατόμων σε συνδυασμό με τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα, τα οποία παρεμβάλλονται ανάμεσα στις προτιμήσεις και την επιλογή. Χαρακτηριστικά παραδείγματα αποτελούν το στρες, η αποθάρρυνση, η ανησυχία, η θρησκοληψία, οι συγγενείς και μη συγγενείς δραστηριότητες των ομάδων, η προγενέστερη κοινωνικοποίηση σε συγκεκριμένες δραστηριότητες αναψυχής, η αντιλαμβανόμενη αυτοεκτίμηση των ατομικών ικανοτήτων και οι υποκειμενικές αξιολογήσεις της καταλληλότητας και προσπελασιμότητας των ποικίλων δραστηριοτήτων αναψυχής (Crawford, 1987).

Οι Διαπροσωπικοί περιορισμοί απορρέουν από τη διαπροσωπική αλληλεπίδραση ή σχέση μεταξύ των ατομικών χαρακτηριστικών και εμπεριέχουν περιορισμούς σχετιζόμενους με την αδυναμία ανεύρεσης ανθρώπων, που θα συναγελάζονται μαζί τους. Αυτοί οι περιορισμοί είναι έτσι και αλλιώς απόρροια των διαπροσωπικών περιορισμών, που συνοδεύουν τα ζευγάρια μέσα στη γαμήλια σχέση, παρά επηρεάζουν από κοινού τη παρουσία προτίμησης για συγκεκριμένες δραστηριότητες αναψυχής (Crawford, 1987). Οι περιορισμοί αυτού του είδους ίσως αλληλεπιδρούν με τη προτίμηση, αλλά και την επακόλουθη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής. Επιπροσθέτως η ύπαρξη αρχής των διαπροσωπικών περιορισμών είναι εφαρμόσιμη και στις διαπροσωπικές σχέσεις γενικά. Ένα άτομο μπορεί να βιώσει ένα διαπροσωπικό περιορισμό αναψυχής εάν αυτός ή αυτή είναι ανελεύθερος να εντοπίσει ένα κατάλληλο συμπαραστάτη μαζί με τον οποίο να συμμετέχει σε μια συγκεκριμένη δραστηριότητα (Crawford, 1987). Σύμφωνα με μελέτη, η οποία πραγματοποιήθηκε στον ελλαδικό χώρο, οι διαπροσωπικοί περιορισμοί (έλλειψη καλής φυσικής κατάστασης και ψυχολογίας) εξηγούσαν το 20% της διακύμανσης, οι ενδοπροσωπικοί το 3% και οι δομικοί (εγκαταστάσεις και προγράμματα) το 5% (Alexandris, Grouios, Tsorbatzoudis & Bliatsou, 2001).

Παρά τη θετική συνεισφορά των Crawford και Godbey (1987), αλλά και των προκατόχων τους στη μελέτη των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής, απέτυχαν οι προαναφερθέντες, στο να εστιάσουν στη δυναμική διαδικασία του τρόπου με τον οποίο, οι άνθρωποι διαπραγματεύονται με μια σειρά από περιορισμούς από τη συμμετοχή τους και στη μετέπειτα εξέλιξη της

(συμμετοχής). Το ιεραρχικό μοντέλο (Crawford et al. 1991) εστιάζεται σε αυτό ακριβώς το σημείο και διαπραγματεύεται το πρόβλημα αυτό.

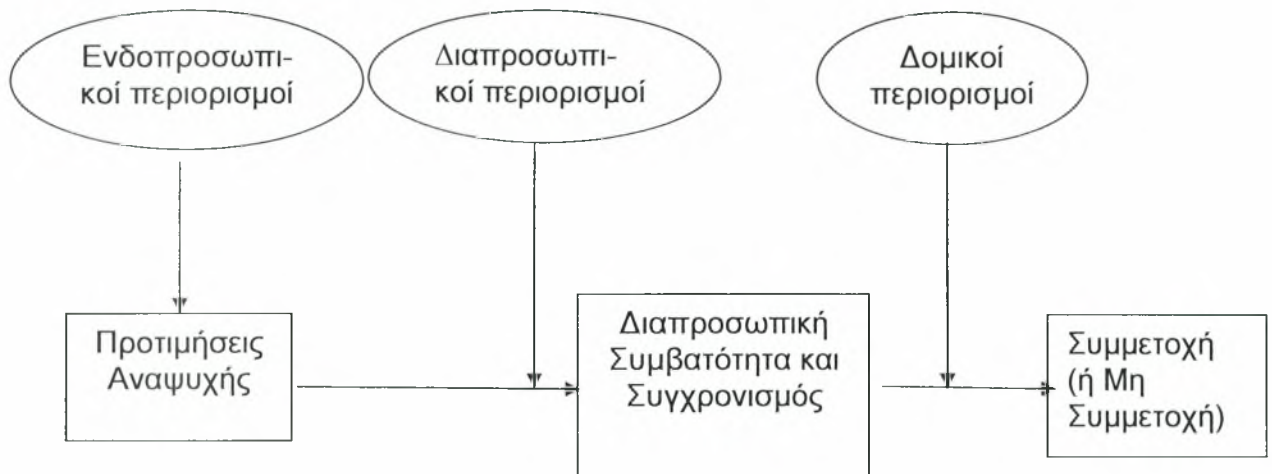
### **Θεωρία Περιορισμών Σχόλης Β.**

Σύμφωνα με τους συγγραφείς του ανωτέρω μοντέλου, κατά πόσο σχετίζεται με τη συμπεριφορά αναψυχής σε γενικές γραμμές ή με την ύπαρξη συγκεκριμένων δραστηριοτήτων, το περισσότερο κοινό μέτρο συμπεριφοράς απέναντι στο οποίο οι περιορισμοί έχουν καθορισθεί, είναι το σημείο αναφοράς, η συμμετοχή (Crawford et al. 1991). Δίνοντας έμφαση στη προγενέστερη βιβλιογραφία οι κείμενοι συγγραφείς έκριναν περισσότερο εφαρμόσιμο να παρουσιάσουν τη βασική τους αναθεωρημένη αντίληψη στο περιεχόμενο της συμμετοχής στην αθλητική αναψυχή και μη. Επιπροσθέτως πρότειναν τρεις προτάσεις, οι οποίες αποτελούσαν απόρροια από το βασικό μοντέλο και συνεπώς συνέβαλλαν στη περαιτέρω εξέλιξη της έρευνας σε αυτό το πεδίο.

Από τη στιγμή που η αθλητική αναψυχή και μη, συσχετίζονται, οι Crawford et al. (1991) πρότειναν, πως οι περιορισμοί συμπλέκονται και αντιμετωπίζονται ιεραρχικά, πρώτα σε ενδοπροσωπικό επίπεδο (σχήμα 1). Οι προτιμήσεις αναψυχής σχηματίζονται, όταν οι ενδοπροσωπικοί περιορισμοί αυτού του είδους, που έχουν προαναφερθεί προγενέστερα είναι εκλιπόντες ή οι επιδράσεις τους, έχουν ξεπεραστεί μέσω ενός συνδυασμού προνομίων και άσκησης της ανθρώπινης θέλησης. Στο επόμενο στάδιο εξαρτώμενο από το τύπο της δραστηριότητας, το άτομο μπορεί να αντιμετωπίσει περιορισμούς διαπροσωπικού επιπέδου. Αυτό μπορεί να συμβεί σε δραστηριότητες, οι οποίες χρειάζονται το ελάχιστο ένα συμπαραστάτη – συμμετέχοντα, αλλά δύναται να είναι λιγότερο πιθανό στη περίπτωση μοναχικών δραστηριοτήτων αναψυχής (Crawford et al. 1991). Αυτό είναι μόνο, όταν ο συγκεκριμένος τύπος περιορισμού έχει υπερβληθεί (εάν ταιριάζει στη δραστηριότητα). Η συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής μπορεί να καταλήξει στην απουσία ή τη διαπραγμάτευση μέσω των δομικών περιορισμών (Crawford et al. 1991). Στη περίπτωση που οι δομικοί περιορισμοί είναι αποτελεσματικά ισχυροί, το αποτέλεσμα θα είναι η αποτυχία, δηλαδή η μη συμμετοχή.

Οι Crawford et al. (1991) επισήμαναν, πως οι περιορισμοί διέπονται από μια ιεραρχία, οι οποίοι ανάλογα με τη σημαντικότητά τους επηρεάζουν είτε άμεσα είτε έμμεσα τη διαδικασία λήψεως αποφάσεων ως προς τη συμμετοχή στην

αθλητική αναψυχή. Τα επίπεδα περιορισμών παρατίθενται από τα πιο εγγύς-ισχυρά (ενδοπροσωπικά) προς τα λιγότερα έντονα (δομικά). Οι ενδοπροσωπικοί περιορισμοί στην αθλητική συμμετοχή θεωρούνται ως οι πιο δυνατοί, βασιζόμενοι στο γεγονός, ότι η επίδραση τους συνεχίζει να επηρεάζει τη θέληση για δράση και άσκηση. Αυτό μας οδηγεί να καταλήξουμε, πως εάν η ενυπάρχουσα προοπτική του αναθεωρημένου μοντέλου είναι αξιόπιστη, οι παραδοσιακές έρευνες στο κείμενο ερευνητικό πεδίο δεν έχουν δώσει τη δέουσα έμφαση στα σχετικά μακρινά συμπεριφορικά εμπόδια, αλλά έχουν προτιμήσει αυτά τα οποία είναι περισσότερο ανοιχτά - σημαντικά στη διαδικασία πρόβλεψης της εκδηλούμενης συμπεριφοράς (Crawford et al. 1991).



Σχήμα 1: Ιεραρχικό Μοντέλο των Ανασταλτικών Παραγόντων (Crawford et al. 1991).

### **Θεωρία Περιορισμών Σχόλης Γ.**

Οι Jackson et al. (1993) επεκτείνανε το ανωτέρω ιεραρχικό μοντέλο των περιοριστικών παραγόντων αναψυχής με την ενσωμάτωση των υποδείξεων περί διαπραγματεύσεων (negotiation) και ισορροπιών (balance). Η διαπραγματευτική πρόταση υποστηρίζει, πως η συμμετοχή είναι δυνητικά αποτέλεσμα μιας επιτυχούς διαπραγμάτευσης των αποτρεπτικών παραγόντων της (Jackson et al. 1993). Εισηγήθηκαν, ότι η συμμετοχή εξαρτάται όχι από την απουσία ανασταλτικών στοιχείων, αν και η κατάσταση αυτή είναι πραγματικότητα για ορισμένους ανθρώπους, αλλά από την αλληλεπίδραση μεταξύ τους (Jackson et al. 1993). Η θεώρηση αυτή εξηγεί τα κατά καιρούς αντιφατικά αποτελέσματα, που

έχουν ανακύψει από τις σχετικές με το υπό ανάλυση θέμα, επιστημονικές εργασίες (Alexandris, Tsorbatzoudis & Grouios, 2002).

Κατόπιν μελέτης της ελληνικής και κατά κύριο λόγο της διεθνούς βιβλιογραφίας διαπιστώσαμε μια μεγάλη ποικιλία ερευνητικών εργασιών σε σχέση με τους ανασταλτικούς παράγοντες στην αθλητική συμμετοχή. Τα ερευνητικά μοντέλα δεν συνέπιπταν πάντα και οι απόψεις των συγγραφέων ορισμένες φορές δεν ήταν ταυτόσημες, αν και οι πλειοψηφία τους διακρινόταν από κοινές βασικές ερευνητικές αρχές. Η μελέτη του συγκεκριμένου πεδίου απαιτεί συνεχή ενημέρωση για τις πιο σύγχρονες εξελίξεις, ώστε με γνώμονα τα επιστημονικά ευρήματα, οι περί του αθλητισμού και της αναψυχής επιστήμονες, να επιτύχουν την αύξηση της συμμετοχής του κοινού σε προγράμματα, που θα διακρίνονται για την καινοτομία και την υψηλή ποιότητα παροχής υπηρεσιών. Η επίτευξη της ικανοποίησης του πελάτη και της επιθυμητής ενίσχυσης της καταναλωτικής πίστης (customer loyalty), δύναται να επιτευχθεί μέσω της μελέτης των ανασταλτικών παραγόντων και της επιτυχούς εφαρμογής των διαφόρων μοντέλων παροχής ποιότητας υπηρεσιών σε αθλητικούς οργανισμούς και μη (Kouthouris, Tzetzis & Costa, 1999; Kang Gi-Du, Jeffrey & Alexandris, 2002).

### **Σκοποί**

Η παρούσα έρευνα είχε ως στόχους:

- α) Την ομαδοποίηση των ανασταλτικών λόγων προς την συμμετοχή φοιτητών σε χειμερινές δραστηριότητες αναψυχής σε αντίστοιχους ανασταλτικούς παράγοντες.
- β) Την ομαδοποίηση των ανωτέρω ανασταλτικών παραγόντων προς την συμμετοχή, σε συγκεκριμένες κατηγορίες ανασταλτικών παραγόντων (κατηγορία ενδοπροσωπικών, διαπροσωπικών, δομικών) ανάλογα με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et al. (1991).
- γ) Τη διερεύνηση για πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς την συμμετοχή, ανάλογα με το διαφορετικό φύλο των φοιτητών.
- δ) Τη διερεύνηση για πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς την συμμετοχή ανάλογα με την διαφορετική πανεπιστημιακή σχολή.
- ε) Τη διερεύνηση για πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς την συμμετοχή ανάλογα με το μέχρι σήμερα διαφορετικό επίπεδο συμμετοχής στην χιονοδρομία αναψυχής.

## **Σχεδιασμός**

Οι μετρήσεις έλαβαν χώρα κατά τη διάρκεια της χιονοδρομικής περιόδου, ώστε να εξαχθούν τα πιο αντικειμενικά αποτελέσματα. Για τη διεξαγωγή της συγκεκριμένης έρευνας χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο διερεύνησης των ανασταλτικών παραγόντων προς την συμμετοχή στην χιονοδρομία, των Κουθούρης και συνεργατών, (2005α) και ζητήθηκε η επί τόπου συμπλήρωσή του. Οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν σχετικά με το σκοπό της έρευνας και δόθηκαν διευκρινίσεις για τον τρόπο συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου. Ανεξάρτητα με το εάν αυτό ζητήθηκε, προκειμένου οι απαντήσεις του προαναφερθέντος δείγματος να είναι κατά το δυνατό συνειδητοποιημένες και αξιόπιστες ως προς τη διεύρυνση των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής.

Το συνολικό δείγμα ανήλθε στα τριακόσια άτομα, όλοι τους φοιτητές τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Η δειγματοληψία πραγματοποιήθηκε με την τυχαία επιλογή δείγματος στα αμφιθέατρα και τις αίθουσες των σχολών πριν την έναρξη του μαθήματος των φοιτητών κατόπιν συνεννοήσεως με τον υπεύθυνο καθηγητή. Κατά τον σχεδιασμό της έρευνας οι ερευνητές διαχειρίστηκαν εννέα μεταβλητές. Ως εξαρτημένες μεταβλητές στην έρευνα ελήφθησαν οι έξι ανασταλτικοί παράγοντες προς την συμμετοχή (που προέκυψαν από την παραγοντική ανάλυση των ανασταλτικών λόγων προς την συμμετοχή). Αναλυτικότερα: α) <<Έλλειψη ενδιαφέροντος>>, β) <<Ατομικοί ψυχολογικοί λόγοι>>, γ) <<Εγκαταστάσεις – Υπηρεσίες>>, δ) <<Οικονομικά – Πρόσβαση>>, ε) <<Έλλειψη Παρέας>>, στ <<Έλλειψη χρόνου>>.

Ως ανεξάρτητες μεταβλητές στην έρευνα ελήφθησαν: 1) Η πανεπιστημιακή σχολή από την οποία προερχόταν οι φοιτητές του δείγματος, 2) Το φύλο των συμμετεχόντων φοιτητών/τριών και 3) Η διαφορετική συχνότητα με την οποία συμμετείχε το δείγμα σε κάποιο άθλημα. Η πρώτη ανεξάρτητη μεταβλητή είχε τέσσερα επίπεδα (ΤΕΦΑΑ, Ιατρική, Φυσικό, Μαθηματικό), η δεύτερη ανεξάρτητη μεταβλητή είχε δύο επίπεδα (άνδρες/γυναίκες) και η τρίτη ανεξάρτητη μεταβλητή είχε δύο επίπεδα (συμμετέχοντες, μη συμμετέχοντες).

## **Στατιστικές αναλύσεις.**

α) Για την ομαδοποίηση των ανασταλτικών λόγων προς την συμμετοχή σε αντίστοιχους ανασταλτικούς παράγοντες, (πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης).

β) Με χρήση της περιγραφικής στατιστικής στα δεδομένα και ανάλογα με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et al. (1991) έγινε ομαδοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων, στις κατηγορίες των ανασταλτικών παραγόντων (ενδοπροσωπικοί, διαπροσωπικοί, δομικοί).

γ) Αναλυτικότερα για τη διερεύνηση για την ύπαρξη πιθανών διαφορών στους ανασταλτικούς παράγοντες προς τη συμμετοχή, ανάλογα με το διαφορετικό φύλο των φοιτητών, επιλέχθηκε η ανάλυση, t-test για ανεξάρτητες ομάδες του δείγματος.

δ) Για την διερεύνηση διαφορών μεταξύ εξαρτημένων μεταβλητών και των διαφορετικών επιπέδων των κατά περίπτωση ανεξάρτητων μεταβλητών της έρευνας, χρησιμοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης και το t-επίπεδο πολλαπλών συγκρίσεων Sidak. Ως επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε το  $p < .05$ . Για την διερεύνηση πιθανών διαφορών στους ανασταλτικούς παράγοντες προς τη συμμετοχή ανάλογα με την διαφορετική πανεπιστημιακή σχολή, η οποία περιείχε τέσσερα διαφορετικά επίπεδα συμμετοχής, (Τ.Ε.Φ.Α.Α, Ιατρική, Μαθηματικό, Φυσικό).

ε) Για την διερεύνηση πιθανών διαφορών στους ανασταλτικούς παράγοντες προς τη συμμετοχή ανάλογα με το διαφορετικό επίπεδο συμμετοχής στη χιονοδρομία αναψυχής, (επίπεδο 1 μη συμμετοχή, επίπεδο 2 ευκαιριακή συμμετοχή, επίπεδο 3 τακτική συμμετοχή).

Οι παραπάνω στατιστικές αναλύσεις έγιναν με το πακέτο επεξεργασίας στατιστικών ανάλυσης SPSS.

### **Σημαντικότητα**

Η σημαντικότητα της παρούσης έρευνας έγκειτο στο γεγονός, ότι παρά την αυξανόμενη ανάπτυξη των κέντρων παροχής υπηρεσιών άθλησης και αναψυχής, οι σχετικές με τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής έρευνες ήσαν λίγες. Η κείμενη έρευνα συνέβαλε στον προσδιορισμό των κυριοτέρων ανασταλτικών λόγων για τη συμμετοχή στη χιονοδρομία, κατεγράφησαν οι απόψεις του κοινού της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης για την ποιότητα των παρεχομένων υπηρεσιών στα χιονοδρομικά κέντρα. Τα αποτελέσματα της κείμενης μελέτης αποτέλεσαν πηγή ενημέρωσης για την κατάρτιση της στρατηγικής και των στόχων, των υπευθύνων των χιονοδρομικών κέντρων για την αναβάθμιση της ποιότητας των παρεχομένων

υπηρεσιών και τη μεγιστοποίηση της συμμετοχής σε δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής, όπως η χιονοδρομία.



## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

### **Δείγμα**

Στην έρευνα συμμετείχαν εθελοντικά 300 φοιτητές του Πανεπιστημίου Αθηνών. Ειδικότερα 75 άνδρες και 75 γυναίκες, όλοι τους φοιτητές του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Τ.Ε.Φ.Α.Α.) Αθήνας. Επίσης 75 άνδρες και 75 γυναίκες από άλλα τμήματα του πανεπιστημίου Αθηνών (Ιατρική, Φυσικό, Μαθηματικό).

### **Όργανα μέτρησης**

Για την αξιολόγηση των ανασταλτικών παραγόντων προς την συμμετοχή στην χιονοδρομία, χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Κουθούρης, και συνεργατών, (2005α). Οι απαντήσεις στα είκοσι τέσσερα θέματα του ερωτηματολογίου δόθηκαν σε επταβάθμια κλίμακα Likert (1=συμφωνώ απόλυτα, 7=διαφωνώ απόλυτα). Η αξιοπιστία της κλίμακας κρίθηκε επιτυχής (Cronbach's  $\alpha=.89$ ). Το ερωτηματολόγιο συνοδευόταν ακόμη από ερωτήσεις που κατέγραφαν α) δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος και β) την συχνότητα συμμετοχής (διπολικό θετική/αρνητική) των φοιτητών/τριων έναντι της δραστηριότητας της χιονοδρομίας για το προηγούμενο της έρευνας έτος.

Για να διερευνηθούν πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς την συμμετοχή ανάλογα με το διαφορετικό επίπεδο συμμετοχής στη χιονοδρομία αναψυχής. Πραγματοποιήθηκε πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης (μέσω του πακέτου επεξεργασίας στατιστικών ανάλυσης SPSS) με τον ανεξάρτητο παράγοντα διαφορά συχνότητας συμμετοχής (επίπεδο 1 μη συμμετοχή, επίπεδο 2 ευκαιριακή συμμετοχή, επίπεδο 3 τακτική συμμετοχή).



## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

### *Δημογραφικά Χαρακτηριστικά Δείγματος*

Όπως παρουσιάζεται στον Πίνακα 1, το 50% των φοιτητών της έρευνας ήταν άνδρες και υπόλοιπο 50% ήταν γυναίκες. Αναφορικά με τη σχολή το 50% του συνολικού δείγματος ήταν φοιτητές του Τ.Ε.Φ.Α.Α., το 18% (54 άτομα) του Μαθηματικού, το 20.7% (62 άτομα) του Φυσικού και τέλος το 11.3% (34 άτομα) της Ιατρικής σχολής. Όσον αφορά την ηλικία, το 79,6% των συμμετεχόντων στην έρευνα ήταν ηλικίας 18 - 22 ετών, το 16.3% ήταν μεταξύ 23 και 26, ενώ μεγαλύτεροι των 26 ετών ήταν το 3.7% (11 φοιτητές). Σχετικά με το μορφωτικό επίπεδο, ήταν όλοι τους φοιτητές τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Ως προς τη συχνότητα συμμετοχής, στην ερώτηση <<Αθλείσαι ή ασκείσαι σε κάτι;>> τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι πάνω από τους μισούς φοιτητές σε ποσοστό 76,3%, δηλαδή 229 άτομα σε σύνολο 300 απάντησαν καταφατικά, ενώ το 23.7% (71 άτομα) απάντησε πως δεν ασκείται-αθλείται σε κάτι.

**Πίνακας 1.** Περιγραφικά στατιστικά του δείγματος.

| Φύλο     | Τ.Ε.Φ.Α.Α. | ΙΑΤΡΙΚΗ | ΦΥΣΙΚΟ | ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΟ |
|----------|------------|---------|--------|------------|
| Αγόρια   | 75         | 16      | 31     | 28         |
| Κορίτσια | 75         | 18      | 31     | 26         |

### *Παραγοντική Ανάλυση των λόγων που αναστέλλουν την συμμετοχή.*

Προκειμένου να περατωθεί η έρευνα πραγματοποιήθηκε παραγοντική ανάλυση κύριων αξόνων (principal components) στις απαντήσεις του δείγματος (των φοιτητών) στο τμήμα του ερωτηματολογίου, που αφορούσε τους λόγους που περιορίζουν τη συμμετοχή στη χιονοδρομία. Τα αποτελέσματα αποκάλυψαν έξι παράγοντες με ιδιοτιμή (eigenvalue) μεγαλύτερη του 1. Ακολούθησε ορθογώνια περιστροφή των αξόνων. Στο πρώτο παράγοντα, που εξηγούσε το 29,5% της συνολικής διακύμανσης (πίνακας 2) είχαν πολύ υψηλές φορτίσεις 4 θέματα, που

αφορούσαν την <<Έλλειψη Ενδιαφέροντος>> με πολύ υψηλό δείκτη αξιοπιστίας  $\alpha$  cronbach 0,85 (πίνακας 3), όπως και ονομάστηκε ο παράγοντας αυτός.

Στο δεύτερο παράγοντα, ο οποίος εξηγούσε συνολικά το 9,8% της συνολικής διακύμανσης παρουσίασαν υψηλές φορτίσεις 6 θέματα, που σκιαγραφούσαν τους <<Ατομικούς Ψυχολογικούς Λόγους>> με υψηλό δείκτη αξιοπιστίας 0,72, οι οποίοι αποτέλεσαν το δεύτερο παράγοντα. Ακολούθησε ο τρίτος παράγοντας, που εξηγούσε το 8,8% της διακύμανσης και είχε υψηλές φορτίσεις από 4 θέματα που αφορούσαν τις εγκαταστάσεις των χιονοδρομικών κέντρων, ο παράγοντας αυτός ονομάστηκε <<Εγκαταστάσεις – Υπηρεσίες>>, ο οποίος είχε υψηλό δείκτη αξιοπιστίας 0,76.

Ο τέταρτος παράγοντας αφορούσε την <<Πρόσβαση>> στα χιονοδρομικά κέντρα καθώς και το <<Οικονομικό>> μέρος της συμμετοχής, εξηγούσε το 5,1% της συνολικής διακύμανσης και παρουσίασε υψηλές φορτίσεις από 3 θέματα. Ο παράγοντας αυτός ονομάστηκε <<Οικονομικά – Πρόσβαση>> με υψηλό δείκτη αξιοπιστίας 0,82. Ο πέμπτος παράγοντας εξηγούσε το 6,7% της συνολικής διακύμανσης και σχετιζόταν με την «Παρέα», υπήρξαν τρία θέματα με υψηλές φορτίσεις και ο παράγοντας αυτός ονομάστηκε <<Έλλειψη Παρέας>> με υψηλό δείκτη αξιοπιστίας 0,71. Ο τελευταίος παράγοντας εξηγούσε το 4,4% της συνολικής διακύμανσης και παρουσίασε υψηλές φορτίσεις από τρία θέματα. Ο παράγοντας αυτός σχετιζόταν με την έλλειψη χρόνου και ονομάστηκε <<Έλλειψη χρόνου>> και παρουσίασε δείκτη αξιοπιστίας 0,67.

**Πίνακας 2.** Παραγοντική Ανάλυση των Ανασταλτικών Λόγων έναντι της Χιονοδρομίας.

|                               | Έλλειψη Ενδιαφέροντος | Ατομικά Ψυχολογικά | Εγκαταστάσεις Υπηρεσίες | Κόστος Πρόσβαση | Παρέα | Έλλειψη Χρόνου |
|-------------------------------|-----------------------|--------------------|-------------------------|-----------------|-------|----------------|
| Δεν ενδιαφέρομαι              | 0.80                  |                    |                         |                 |       |                |
| Δε το διασκεδάζω              | 0.78                  |                    |                         |                 |       |                |
| Δε γνωρίζω γιατί              | 0.69                  |                    |                         |                 |       |                |
| Δε μου είναι αναγκαίο         | 0.58                  |                    |                         |                 |       |                |
| Το σκι με κουράζει            |                       | 0.81               |                         |                 |       |                |
| Δεν έχω αυτοπεποίθηση         |                       | 0.77               |                         |                 |       |                |
| Προβλήματα υγείας             |                       | 0.70               |                         |                 |       |                |
| Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση |                       | 0.65               |                         |                 |       |                |
| Δεν έχω καλή τεχνική          |                       | 0.59               |                         |                 |       |                |
| Αισθάνομαι πολύ κουρασμένος   |                       | 0.39               |                         |                 |       |                |

|   |      |     |     |     |     |     |      |
|---|------|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| Δεν υπάρχει κάτι άλλο<br>Να κάνω              |      |     |     |     |     |     | 0.85 |
| Οι εγκαταστάσεις είναι<br>φτωχές              |      |     |     |     |     |     | 0.81 |
| Ανεπάρκεια<br>εγκαταστάσεων                   |      |     |     |     |     |     | 0.80 |
| Δεν μου αρέσει το<br>περιβάλλον του Χ.Κέντ.   |      |     |     |     |     |     | 0.72 |
| Δεν αντεπεξέρχομαι<br>οικονομικά              |      |     |     |     |     |     | 0.89 |
| Η μετάβαση απαιτεί<br>χρόνο                   |      |     |     |     |     |     | 0.84 |
| Δεν υπάρχει κοντινή<br>εγκατάσταση            |      |     |     |     |     |     | 0.67 |
| Στους φίλους μου δεν<br>αρέσει η χιονοδρομία  |      |     |     |     |     |     | 0.75 |
| Δεν έχω πάντα παρέα                           |      |     |     |     |     |     | 0.71 |
| Οι φίλοι δεν έχουν<br>χρόνο                   |      |     |     |     |     |     | 0.68 |
| Χρόνος:<br>Υποχρεώσεις/Σπουδές                |      |     |     |     |     |     | 0.84 |
| Χρόνος: Οικογενειακές<br>Υποχρεώσεις          |      |     |     |     |     |     | 0.81 |
| Χρόνος: Κοινωνικές<br>Υποχρεώσεις             |      |     |     |     |     |     | 0.40 |
| Ιδιοτιμή                                      | 7.1  | 2.4 | 2.1 | 1.6 | 1.2 | 1.1 |      |
| Ποσοστό εξήγησης της<br>συνολικής διακύμανσης | 29.5 | 9.8 | 8.8 | 6.7 | 5.1 | 4.4 |      |

### **Κατηγοριοποίηση των ανασταλτικών παραγόντων.**

Βάση του μέσου όρου των τιμών των αντίστοιχων θεμάτων του κάθε παράγοντα υπολογίσθηκαν οι αντίστοιχες μέσες τιμές των διαστάσεων/ παραγόντων. Συγκεκριμένα όπως παρουσιάζεται στον Πίνακα 3, ο παράγοντας «Εγκαταστάσεων-Υποδομών» εκλήφθηκε ως ο παράγοντας, που βιώνεται με την μεγαλύτερη ένταση ( $M=4.9$ ,  $SD=1.3$ ) από τους χιονοδρόμους αναψυχής. Ο παράγοντας «Ατομικοί / Ψυχολογικοί λόγοι» έλαβε την δεύτερη μεγαλύτερη τιμή ( $M=4.6$ ,  $SD=1.3$ ), ακολουθούμενος από το παράγοντα «Έλλειψης Ενδιαφέροντος» ( $M=4.2$ ,  $SD=1.6$ ). Ο μέσος όρος στο παράγοντα «Έλλειψη Παρέας» ήταν 4.1 ( $SD=1.5$ ), ενώ στο παράγοντα «Έλλειψη Χρόνου» εμφάνισε μέσο όρο 3.9 ( $SD=1.5$ ). Τέλος, ο παράγοντας «Οικονομικά» είχε τον πιο μικρό μέσο όρο ( $M=3.6$ ,  $SD=1.6$ ).

**Πίνακας 3.** Κλίμακες Ανασταλτικών Παραγόντων Συμμετοχής στην Χιονοδρομία Αναψυχής.

| Ιεραρχική ανάλυση ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής |                        |                  |                      |                     |                     |                |                  |
|--|------------------------|------------------|----------------------|---------------------|---------------------|----------------|------------------|
| Πλήρη Στατιστικά                                     | Ενδο-Προσωπικά Εμπόδια |                  | Διαπροσωπικά Εμπόδια | Δομικά Εμπόδια      |                     |                | Συνολικά Εμπόδια |
|  | Έλλειψη Ενδιαφέροντος  | Ατομικά Ψυχ/γικά | Έλλειψη Παρέας       | Εγκατ/σεις Υποδομές | Οικον/μικά Πρόσβαση | Έλλειψη Χρόνου |                  |
| <b>Μέση τιμή</b>                                     | <b>4.2</b>             | <b>4.6</b>       | <b>4.1</b>           | <b>4.9</b>          | <b>3.6</b>          | <b>3.9</b>     | <b>4.2</b>       |
| <b>Σταθερή</b>                                       | <b>1.6</b>             | <b>1.3</b>       | <b>1.5</b>           | <b>1.3</b>          | <b>1.6</b>          | <b>1.5</b>     | <b>1.4</b>       |
| <b>Αποκλ.</b>  | <b>.85</b>             | <b>.72</b>       | <b>.71</b>           | <b>.76</b>          | <b>.82</b>          | <b>.67</b>     | <b>.75</b>       |
| <b>Cronbach'sa Θέματα</b>                            | <b>4</b>               | <b>6</b>         | <b>3</b>             | <b>4</b>            | <b>3</b>            | <b>3</b>       | <b>23</b>        |

**Διερεύνηση για πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς την συμμετοχή, ανάλογα με το διαφορετικό φύλο των φοιτητών.**

Μετά την χρήση του t-test δεν παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο.

**Διερεύνηση για πιθανές διαφορές στους ανασταλτικούς παράγοντες προς την συμμετοχή ανάλογα με την διαφορετική πανεπιστημιακή σχολή.**

Στατιστικά σημαντικές διαφορές παρουσιάσθηκαν ως προς τον παράγοντα <<Πανεπιστημιακή Σχολή>> ( $F_{(18,6)} = 2,043$   $p < 0,05$ ). Στο παράγοντα <<Σχολή>> διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις μεταβλητές Έλλειψη Ενδιαφέροντος και Έλλειψη Χρόνου (τα στατιστικά στους οικείους πίνακες). Αναφορικά με την Έλλειψη Ενδιαφέροντος τα πανεπιστημιακά τμήματα, που διέφεραν ήταν το ΤΕΦΑΑ με το μαθηματικό και το φυσικό. Σχετικά με την Έλλειψη Χρόνου οι διαφορές εντοπίστηκαν μεταξύ των φοιτητών των τμημάτων μαθηματικού και του φυσικού. Ως προς το παράγοντα <<Άθληση>> οι διαφορές εντοπίστηκαν στην εξαρτημένη μεταβλητή Ατομικοί Ψυχολογικοί Λόγοι, όπου αυτοί οι οποίοι ασχολούνται με κάποιο άθλημα έδειξαν, ότι έχουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες για να συμμετάσχουν στην χιονοδρομία.

### ***Ανάλυση διακύμανσης ως προς ένα ανεξάρτητο παράγοντα.***

Πραγματοποιήθηκε πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης με τον ανεξάρτητο παράγοντα διαφορά συχνότητας συμμετοχής στην άσκηση (επίπεδο 1 μη συμμετοχή, επίπεδο 2 ευκαιριακή συμμετοχή, επίπεδο 3 τακτική συμμετοχή). Ανάλογα με την διαφορετική συχνότητα άσκησης σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις ακόλουθες εξαρτημένες μεταβλητές <<Έλλειψη Ενδιαφέροντος>>, <<Ατομικοί Ψυχολογικοί Λόγοι>>, <<Εγκαταστάσεις Υπηρεσίες>>, <<Έλλειψη Παρέας>>. Αντίθετα, δεν παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους παράγοντες <<Οικονομικά Πρόσβασης>> και <<Έλλειψη Χρόνου>> ( $F_{(2, 233)}=0,781, p > .05$ ). Στην <<έλλειψη ενδιαφέροντος>> ( $F_{(2, 233)}=27.6 p < .05$ ) παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ όλων, δηλαδή διέφεραν μεταξύ τους αυτοί, οι οποίοι την περσινή χρονιά δεν έκαναν καθόλου σκι με αυτούς, που έκαναν ευκαιριακά ή και τακτικά, όπως διαφορές εντοπίστηκαν και σε αυτούς οι οποίοι έκαναν τακτικά ή ευκαιριακά.

Στη μεταβλητή, που ονομάστηκε <<Ατομικοί Ψυχολογικοί Λόγοι>> ( $F_{(2, 233)}=9.5 p < .05$ ) παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ όλων, δηλαδή διέφεραν μεταξύ τους αυτοί, οι οποίοι την περσινή χρονιά δεν έκαναν καθόλου σκι με αυτούς που έκαναν ευκαιριακά ή και τακτικά, όπως διαφορές εντοπίστηκαν και στους φοιτητές εκείνους, οι οποίοι έκαναν χιονοδρομία τακτικά ή ευκαιριακά. Στο παράγοντα <<Εγκαταστάσεις Υπηρεσίες>> ( $F_{(2, 233)}=3.1 p < .05$ ) από τον έλεγχο πολλαπλών συγκρίσεων διαπιστώθηκε, πως διέφεραν στατιστικά σημαντικά μεταξύ τους μόνο αυτοί που δεν συμμετείχαν καθόλου την προηγούμενη χρονιά στη χιονοδρομία με αυτούς, που συμμετείχαν τακτικά. Στο παράγοντα <<Έλλειψη Παρέας>> ( $F_{(2, 233)}=5.4 p < .05$ ) από τον έλεγχο πολλαπλών συγκρίσεων διαπιστώθηκε, πως διέφεραν στατιστικά σημαντικά μεταξύ τους μόνο αυτοί, οι οποίοι δεν συμμετείχαν καθόλου την προηγούμενη χρονιά στη χιονοδρομία με αυτούς που συμμετείχαν τακτικά.

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τις τελευταίες δύο δεκαετίες έχει αφιερωθεί ένα ευρύ μέρος της επιστημονικής κοινότητας στη προσπάθεια της κατανόησης των ανασταλτικών παραγόντων στη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής (Kimberly et al. 2004). Ένα μεγάλο ποσοστό της έρευνας στο προαναφερθέν πεδίο διεξήχθη στη Βόρειο Αμερική (Αλεξανδρή, 1997). Η επιστημονική μελέτη απέδωσε ένα αριθμό θεωριών και μοντέλων. Η εισαγωγή του ιεραρχικού μοντέλου του Grawford (1991), άνοιξε νέους δρόμους στο πεδίο καθώς νέες έρευνες και θεωρίες αναπτύχθηκαν βασιζόμενες σε αυτό το μοντέλο. Η ανάλυση σε θέματα που βασίζονται στη σχόλη και τη συμμετοχή στα σπορ είναι πολύ περιορισμένη στον Ελληνικό χώρο. Υπάρχει μια έλλειψη πληροφοριών σε εθνικό επίπεδο όσον αφορά τη συμμετοχή, τους ανασταλτικούς παράγοντες στα σπορ.

Ο σχολιασμός των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας σε σύγκριση με τα ευρήματα των προγενέστερων ερευνών της εγχώριας-διεθνούς βιβλιογραφίας απαίτησε μια εις βάθος μελέτη, διότι οι ακολουθούμενες μέθοδοι δεν συνέπιπταν πάντα, όπως και οι σκοποί σε συνάφεια με τα υπό εξέταση αντικείμενα. Παρά τα ανωτέρω όμως συνέβαλλαν τα ευρήματα στην ανάδειξη των διαστάσεων και των ιδιαιτεροτήτων του αθλητισμού χειμερινής αναψυχής σε συγκεκριμένες ηλικιακές ομάδες (age groups) και στον καλύτερο προσδιορισμό των αναγκών των πελατών στόχων (target groups).

Ειδικότερα στη κείμενη μελέτη οι κατηγορίες ανασταλτικών παραγόντων (ενδοπροσωπικά, διαπροσωπικά, δομικά εμπόδια) εξήγησαν το μεγαλύτερο ποσοστό της συνολικής διακύμανσης 39,3%. Η κατηγορία <<ενδοπροσωπικοί περιορισμοί>> (intrapersonal constraints), δηλαδή <<η έλλειψη ενδιαφέροντος>> και <<οι ατομικοί ψυχολογικοί λόγοι>> εξήγησαν το μεγαλύτερο ποσοστό της συνολικής διακύμανσης, το 39.3%. Τα θέματα, που αφορούσαν <<την έλλειψη ενδιαφέροντος>> παρουσίασαν υψηλές φορτίσεις με υψηλότερη τη φόρτιση στο θέμα “Δε βρίσκω λόγο να πείσω τον εαυτό μου να συμμετέχει στο σκι”. Τα θέματα που αφορούσαν <<τους ατομικούς ψυχολογικούς λόγους>> παρουσίασαν φορτίσεις με υψηλότερη τη φόρτιση στο θέμα “Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση”.

Η κατηγορία ανασταλτικοί <<δομικοί παράγοντες>> (εγκαταστάσεις-υπηρεσίες, οικονομικά-πρόσβαση, έλλειψη χρόνου) εξήγησαν σημαντικότερο ποσοστό (18.3%) της συνολικής διακύμανσης. Στο παράγοντα <<εγκαταστάσεις-υπηρεσίες>> υψηλότερη φόρτιση παρουσίασε το θέμα “Δεν μου αρέσει το περιβάλλον του χιονοδρομικού”. Στο παράγοντα <<οικονομικά-πρόσβαση>> υψηλότερη φόρτιση παρουσίασε το θέμα “Το κόστος για την συμμετοχή είναι ακριβό”. Στο παράγοντα <<έλλειψη χρόνου>> υψηλότερη φόρτιση παρουσίασε το θέμα “Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεων σπουδών/εργασίας μου”. Η κατηγορία ανασταλτικοί <<διαπροσωπικοί παράγοντες>> (παρέα-έλλειψη παρέας) εξηγούσαν αξιόλογο ποσοστό (6.7%) της συνολικής διακύμανσης. Ο παράγοντας αυτός ονομάστηκε <<έλλειψη παρέας>> και υψηλότερη φόρτιση παρουσίασε το θέμα “Στους φίλους μου δεν αρέσει η χιονοδρομία”.

Σχετικά με την αναφορά στους παράγοντες ανά σημαντικότητα η διάσταση «εγκαταστάσεων-υποδομών» εκλήφθηκε ως ο παράγοντας, που βιώνεται με την μεγαλύτερη ένταση ( $M=4.9$ ,  $SD=1.3$ ) από τους φοιτητές χιονοδρόμους αναψυχής. Η διάσταση «ατομικοί / ψυχολογικοί λόγοι» έλαβε την δεύτερη μεγαλύτερη τιμή, ακολουθούμενη από την διάσταση «έλλειψης ενδιαφέροντος». Ο μέσος όρος στην διάσταση «έλλειψη παρέας» ήταν 4.9 ( $SD=1.5$ ), ενώ η διάσταση «έλλειψη χρόνου» εμφάνισε μέσο όρο 3.8 ( $SD=1.5$ ). Τέλος, η διάσταση «οικονομικά» είχε τον πιο μικρό μέσο όρο ( $M=3.6$ ,  $SD=1.6$ ).

Τα αποτελέσματα αυτά δεν επιβεβαιώνουν πλήρως το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford και συνεργατών (1991) καθώς σύμφωνα με τα αναφερόμενα σ' αυτό, οι <<ενδοπροσωπικοί παράγοντες>> είναι οι πλέον αποτρεπτικοί για την συμμετοχή. Στην έρευνα όμως των Κουθούρης, Αλεξανδρή & Γκόλτσος (2005) βρέθηκε, ότι οι παράγοντες, που επιδρούν περισσότερο αρνητικά στη συχνότητα συμμετοχής, είναι <<οι διαπροσωπικοί>>.

Στη παρούσα έρευνα <<οι δομικοί>> παράγοντες έλαβαν υψηλότερες τιμές στο σύνολο, άρα λειτουργούσαν περισσότερο αποτρεπτικά ως προς την αθλητική συμμετοχή. Τα προαναφερθέντα πρέπει να μας καταστήσουν πολύ προσεχτικούς, διότι ως προκύπτει, ανάλογα με τη δραστηριότητα, η ένταση και η ιεραρχία των περιοριστικών παραγόντων δύναται να παρουσιάζει ποικιλία και ιδιομορφίες.

Σχετική με το υπό εξέταση θέμα είναι και η μελέτη του Αλεξανδρή και του Bob Carroll (1997). Ειδικότερα οι προαναφερθέντες ερευνητές διεξήγαγαν μια έρευνα, που εξέταζε τις δημογραφικές διαφορές στην αντίληψη των περιοριστικών



παραγόντων στην αναψυχική συμμετοχή στα σπορ. Οι απαραίτητες πληροφορίες συνελέγησαν μέσω ενός αυτοδιαχειριζόμενου οικείου ερωτηματολογίου. Η περιοχή που επελέγη ήταν μια αστική πόλη της Ελλάδος, η Λάρισα. Η μελέτη ασχολήθηκε με χίλιους ενήλικες, όπου ποσοστό 50.2% συμπλήρωσε το ερωτηματολόγιο (n= 502). Οι άνθρωποι, που θα αποτελούσαν το πιθανό δείγμα προσεγγίστηκαν μέσω της επισκέψεως κάθε πέμπτου σπιτιού στους δρόμους, ακολουθώντας τις του Veal's (1992) υποδείξεις (Αλεξανδρή, 1997b).

Το <<leisure-constraints>> ερωτηματολόγιο (Alexandris and Carroll, 1997) χρησιμοποιήθηκε προκειμένου να συλλέγουν πληροφορίες όσον αφορά τους περιορισμούς κατά τη συμμετοχή. Ο κυρίαρχος σκοπός της κείμενης έρευνας ήταν να διερευνήσει τις δημογραφικές διαφορές, στην αντίληψη των ανασταλτικών στοιχείων στην λήψη μέρους σε σπορ, σε σχέση με δημογραφικές αλλαγές σε ετήσιους ρυθμούς αθλητικής συμμετοχής (Alexandris and Carroll, 1997b). Οι υπό εξέταση δημογραφικές διαφορές ήταν η ηλικία, το φύλο, η εκπαίδευση, η οικογενειακή κατάσταση. Από τα αποτελέσματα της έρευνας φάνηκε, ότι υπάρχουν σημαντικές διαφορές στην αντίληψη των περιορισμών από διαφορετικές ηλικιακές ομάδες (Alexandris and Carroll, 1997b).

Παράλληλα η συγκεκριμένη έρευνα μελέτησε, όπως έχει ήδη αναφερθεί, την ηλικία και την αντίληψη των περιορισμών σε σχέση με αυτή. Οι μετρήσεις έδειξαν πως η ηλικιακή ομάδα των 46-65 ετών είχε τη μεγαλύτερη μέση τιμή, σε αντίθεση με τα άτομα των 26-35 ετών, τα οποία είχαν τη μικρότερη τιμή στη συνολική κλίμακα. Οι δύο υπολειπόμενες ομάδες (18-25, 36-45), είχαν σχεδόν ίδιες μέσες τιμές και οι διαφορές δεν ήταν στατιστικά σημαντικές. Υπήρχε επομένως σύμφωνα με τα κείμενα ερευνητικά δεδομένα μια αντεστραμμένου U-σχέση ανάμεσα στην αντίληψη των περιορισμών και την ηλικία (Alexandris and Carroll, 1997b).

Τα αποτελέσματα της παραπάνω έρευνας επιβεβαιώνουν τη συζήτηση, ότι υπάρχουν ομοιότητες στους περιορισμούς ανάμεσα στις χώρες, παρά τις διαφορετικές κουλτούρες και την πρόβλεψη αναψυχής (Alexandris and Carroll, 1997a,b). Το δομικό στοιχείο, το οποίο ανακλύπτει στην συγκεκριμένη έρευνα μπορεί να συγκριθεί με αυτά που εντοπίζονται σε μελέτες άλλων χωρών παρά τις όποιες υπαρκτές μεθοδολογικές διαφορές. Οι παράγοντες, που ονομάζονται χρόνος, εγκαταστάσεις, υπηρεσίες, προσβασιμότητα και οικονομία, αποτελούν σημεία αναφοράς για την πλειοψηφία των μελετών, οι οποίες έχουν διεξαχθεί στη Βόρειο Αμερική (Jackson and Henderson, 1995).

Η πιο πρόσφατη με τη θεματολογία της παρούσας ανάλυσης είναι η έρευνα, με τίτλο <<Ανασταλτικοί Παράγοντες Συμμετοχής στη Χιονοδρομία Αναψυχής>> (Κουθούρης, Αλεξανδρής & Χατζηγιάννη, 2005). Οι στόχοι της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνηθούν οι ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής σε χιονοδρομικές δραστηριότητες αναψυχής και να κατηγοριοποιηθούν σε διαστάσεις και να διερευνηθούν πιθανές διαφορές στις διαστάσεις των ανασταλτικών παραγόντων ανάμεσα σε άτομα με διαφορετικά δημογραφικά χαρακτηριστικά (Κουθούρης κ.α., 2005). Στη συγκεκριμένη εργασία χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο μέτρησης των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής των Alexandris και Carroll (1997a). Τα αρχικά είκοσι εννέα (29) θέματα του ερωτηματολογίου, περιορίστηκαν σε είκοσι πέντε (25) θέματα, κατόπιν προσαρμογής στις ανάγκες της υπό διεξαγωγή έρευνας. Οι απαντήσεις δόθηκαν σε πενταβάθμια κλίμακα Likert (1=συμφωνώ απόλυτα, 5=διαφωνώ απόλυτα). Το ερωτηματολόγιο συνοδευόταν επιπροσθέτως από ερωτήσεις, που αφορούσαν δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος (Κουθούρης κ.α., 2005).

Σύμφωνα με το σχετικό πίνακα της δημοσίευσης, η διάσταση «οικονομικά & προβλήματα πρόσβασης» εκλήφθηκε ως ο παράγοντας, ο οποίος βιώνεται με την μεγαλύτερη ένταση ( $M=3.6$ ,  $SD=1.5$ ) από τους χιονοδρόμους αναψυχής. Η διάσταση «έλλειψη χρόνου» έλαβε την αμέσως επόμενη μεγαλύτερη τιμή ( $M=3.5$ ,  $SD=1.4$ ), ακολουθούμενη από την διάσταση «έλλειψη παρέας» ( $M=2.9$ ,  $SD=1.4$ ). Ο μέσος όρος στην διάσταση «έλλειψη εγκαταστάσεων» ήταν 2.7 ( $SD=1.3$ ), ενώ η διάσταση «ατομικοί /ψυχολογικοί λόγοι» παρουσίασε μέσο όρο 2.5 ( $SD=1.2$ ). Η διάσταση με το μικρότερο μέσο όρο ( $M=2.1$ ,  $SD=1.3$ ), ήταν αυτή της «έλλειψης ενδιαφέροντος» (Κουθούρης κ.α., 2005).

Ως προς την σημαντικότητα, η οποία δίεπε τις διαστάσεις των ανασταλτικών παραγόντων, τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι τα προβλήματα με την ισχυρότερη παρουσία στις δραστηριότητες της χιονοδρομίας είναι τα «οικονομικά και τα προβλήματα προσέγγισης» και η «έλλειψη χρόνου». Επομένως τα ευρήματα της συγκεκριμένης έρευνας δεν συμπίπτουν πλήρως με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et al. (1991). Ειδικότερα σε αντίθεση με το ιεραρχικό μοντέλο, όπου οι <<ενδοπροσωπικοί περιορισμοί>> είναι οι πιο έντονοι, στην ανάλυση αυτή οι ονομαζόμενοι <<δομικοί παράγοντες>> (οικονομικά / πρόσβαση και έλλειψη χρόνου) παρουσίασαν τις μεγαλύτερες τιμές στο σύνολο.

Τα αποτελέσματα της μελέτης (Κουθούρης κ.α., 2005) συμφωνούν με τα ευρήματα της παρούσας διατριβής, όπου οι δομικοί παράγοντες έλαβαν και στις δύο περιπτώσεις υψηλότερες τιμές στο σύνολο. Οι υψηλές τιμές που σημειώθηκαν στην διάσταση 'οικονομικά εμπόδια', σχετίζονται με τις σχετικά υψηλές απαιτήσεις της συγκεκριμένης δραστηριότητας, τη παρούσα οικονομική κατάσταση των ελληνικών νοικοκυριών, όπου η εισοδος της χώρας στην ευρωζώνη αύξησε κατακόρυφα το κόστος των προϊόντων και των παρεχομένων υπηρεσιών. Επίσης ίσως συνδέονται με την περιορισμένη οικονομική δυνατότητα του συγκεκριμένου δείγματος της έρευνας.

Ακόμη, οι υψηλές τιμές στην διάσταση 'προβλήματα πρόσβασης' σχετίζεται πιθανόν με τα χρονίζοντα προβλήματα στο οδικό δίκτυο, στη μεγάλη χιλιομετρική απόσταση των χιονοδρομικών κέντρων από τα μεγάλα αστικά κέντρα και τις δυσκολίες που παρουσιάζονται με την οδήγηση σε δύσκολες καιρικές συνθήκες. Η σημαντικότητα της διάστασης «έλλειψη χρόνου» ήταν αναμενόμενη, διότι δραστηριότητες, όπως εργασία, σπουδές, οικογενειακές και λοιπές κοινωνικές υποχρεώσεις είναι αυξημένος και οι υποχρεώσεις αυτές συνιστούν εμπόδιο σε δράσεις, που απαιτούν αξιόλογο ελεύθερο χρόνο (Κουθούρης κ.α., 2005). Η ενασχόληση με την χιονοδρομία απαιτεί την διάθεση μίας ολόκληρης σχεδόν ημέρας, σε αντίθεση με άλλες δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής όπως οι αθλοπαιδιές, κολύμβηση, που υλοποιούνται κοντά ή μέσα στα αστικά κέντρα και απαιτούν συγκριτικά πολύ λίγες ώρες (Κουθούρης κ.α., 2005).

Παράλληλα αξίζει να αναφερθεί, πως εν συγκρίσει με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et al. (1991), η προαναφερθείσα μελέτη παρουσιάζει σύμφωνα με τα ευρήματα της, τους ενδοπροσωπικούς περιορισμούς <<ατομικοί /ψυχολογικοί λόγοι>> και <<έλλειψη ενδιαφέροντος>> στην τελευταία θέση από άποψη εγγύτητας και ισχύος της επιδράσεως στη διαδικασία λήψης μέρους στη χιονοδρομία αναψυχής, εν αντιθέσει με το ιεραρχικό μοντέλο των Crawford et al. (1991), όπου οι συγκεκριμένοι παράγοντες κατέχουν πρωτεύουσα θέση. Ακόμη υπάρχει διαφορά εν συγκρίσει με τη παρούσα διατριβή, όπου <<οι ενδοπροσωπικοί παράγοντες>> καταλαμβάνουν τη δεύτερη θέση.

Επίσης τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι πάνω από τους μισούς χιονοδρόμους εμπλέκονται και σε κάποια άλλη αθλητική δραστηριότητα εκτός χιονοδρομίας, όπως η αεροβική γυμναστική, τα βάρη, το γυμναστήριο, η κολύμβηση, το τρέξιμο, το ποδήλατο βουνού (Κουθούρης κ.α., 2005). Όσον αφορά την συχνότητα

συμμετοχής σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής, εκτός χιονοδρομίας, το 64% των ερωτηθέντων απάντησε ότι ασκείται συχνά ή και συστηματικά, ενώ εντελώς ευκαιριακά ασκείται το 15% του δείγματος (Κουθούρης κ.α., 2005).

Τα ανωτέρω συμφωνούν σε σημαντικό βαθμό με τη παρούσα διατριβή, όπου ως προς το παράγοντα άθληση, οι διαφορές εντοπίστηκαν στην εξαρτημένη μεταβλητή <<ατομικοί ψυχολογικοί λόγοι>>. Συγκεκριμένα αυτοί, οι οποίοι ασχολούνται με κάποιο άθλημα έδειξαν ότι έχουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες για να συμμετάσχουν στην χιονοδρομία. Αναφορικά με τη διαφορά μεταξύ διαφορετικών φύλων σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παραγοντικής ανάλυσης της διατριβής, δεν παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές καθώς επίσης δεν σημειώθηκαν και σε κανέναν από τους συνδυασμούς των αλληλεπιδράσεων.

Σχετικά με τη πιθανή διαφορά μεταξύ διαφορετικών φύλων στη διεθνή βιβλιογραφία, ορισμένες μελέτες έχουν εντοπίσει αξιόλογα στοιχεία. Οι Αλεξανδρής και Carroll (1997b) στις τιμές, που αφορούν το φύλο και την αντίληψη των ανασταλτικών παραγόντων, κατέληξαν πως οι γυναίκες είχαν υψηλότερες τιμές σε σχέση με τα άτομα του αντίθετου φύλου. Παρόλο που η διαφορά στις μέσες τιμές ήταν μικρή, ήταν όμως στατιστικά σημαντική (Alexandris και Carroll, 1997b). Εν αντιθέσει με τη παρούσα διατριβή, όπου δεν παρουσιάσθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς το φύλο καθώς επίσης δεν σημειώθηκαν και σε κανέναν από τους συνδυασμούς των αλληλεπιδράσεων. Το φαινόμενο αυτό οφείλεται πιθανότατα στο γεγονός, ότι το δείγμα της έρευνας το αποτελούσαν αποκλειστικά φοιτητές και φοιτήτριες, όπου λόγω ηλικίας και σπουδών, οι υποχρεώσεις και οι περιορισμοί παρουσίαζαν συνάφεια.

Στην έρευνα των Αλεξανδρής και Carroll, (1997), η follow-up univariate ANOVA έδειξε, ότι οι γυναίκες είχαν υψηλότερες ενδείξεις από τους άνδρες στις ατομικές-ψυχολογικές, προσβασιμότητας-οικονομικές και στην έλλειψη γνώσης στις sub-scales (Alexandris and Carroll, 1997b). Τα αποτελέσματα έδειξαν, πως γενικότερα οι γυναίκες αντιμετώπιζαν περισσότερα εμπόδια από τους άνδρες. Ειδικότερα οι υψηλότερες ενδείξεις (των γυναικών) έκαναν αισθητή τη παρουσία τους, στους αποκαλούμενους <<ενδοπροσωπικούς περιοριστικούς παράγοντες>> (Alexandris and Carroll, 1997b).

Σύμφωνα με έρευνα των Κουθούρης κ.α., (2005), το 63% των πελατών των χιονοδρομικών κέντρων ήταν άνδρες και το 37% ήταν γυναίκες. Διαφορές λόγω

φύλου βρέθηκαν μόνο στην διάσταση «ατομικοί / ψυχολογικοί λόγοι», όπου οι γυναίκες παρουσίασαν υψηλότερες τιμές σε σχέση με τους άνδρες (Κουθούρης κ.α., 2005). Ακόμη, διαφορές βρέθηκαν στη διάσταση «ατομικά / ψυχολογικά προβλήματα» μεταξύ πελατών διαφορετικού φύλου.

Οι γυναίκες σημείωσαν υψηλότερες τιμές ( $M=4.1$ ,  $SD=1.5$ ) σε σχέση με τους άνδρες ( $M=3.1$ ,  $SD=1.4$ ), φανερώνοντας κατά αυτό τον τρόπο, ότι το εμπόδιο των «ατομικών / ψυχολογικών» παραγόντων λειτουργεί περισσότερο ανασταλτικά στις γυναίκες από ότι στους άνδρες (Κουθούρης κ.α., 2005). Τα αποτελέσματα συμφωνούν με προηγούμενες έρευνες των Jackson και Henderson (1995), των Alexandris και Cargoll (1997b), πως οι γυναίκες αντιλαμβάνονται με περισσότερη ένταση τα ενδοπροσωπικά εμπόδια στην αναψυχή από ότι οι άνδρες.

Σχετική με το θέμα είναι και η μελέτη της Little (2002). Η έρευνα ως κύριο σκοπό είχε θέσει να εντοπίσει και να εστιάσει στους περιοριστικούς παράγοντεςσχόλης των γυναικών. Το δείγμα το αποτελούσαν 42 γυναίκες, οι οποίες είχαν λάβει μέρος σε δραστηριότητες αναψυχής σε ορισμένα στάδια του ενήλικου βίου τους (Little, 2002). Η προέλευση τους ήταν από ένα μεγάλο ηλικιακό εύρος. Ειδικότερα η ηλικία τους κυμαινόταν από τα 30 έως τα 86 έτη. Οι συνηθέστερες δραστηριότητες στις οποίες ελάμβαναν μέρος ήταν η αναρρίχηση βράχων, το καγιάκ, το σκι, η ποδηλασία. Η μεγάλη τους πλειοψηφία προερχόταν από την Αυστραλία, αλλά σημαντικός αριθμός προερχόταν από διάσπαρτες χώρες, κατά κύριο λόγο της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Little, 2002).

Κατά τη διαδικασία συλλογής των πληροφοριών χρησιμοποιήθηκαν οι ημιδομημένες συνεντεύξεις, σε τοποθεσία της επιλογής τους και διήρκεσαν από μια ώρα και τριάντα λεπτά έως τέσσερις ώρες. Μετά το πέρας της συνεντεύξεως οι πληροφορίες αντεγράφησαν και παρεδόθησαν για την διεξαγωγή των αναλύσεων. Κατά την ανάλυση των δεδομένων ακολουθήθηκε μια αναπτυσσόμενη διαδικασία κωδικοποίησης, προκειμένου να τυποποιηθούν οι ομάδες των εννοιών και να προσδιοριστούν-οργανωθούν θεματικές ενότητες (Little, 2002).

Οι κυριότεροι περιοριστικοί παράγοντες αναδείχθηκαν μέσα από τα δεδομένα. Οι πρώτοι σε σειρά ήταν οι κοινωνικό-πολιτισμικοί. Η συγκεκριμένη κατηγορία βασίστηκε στην παρατήρηση, ότι το κοινωνικό και πολιτισμικό περιεχόμενο των δραστηριοτήτων και οι καταστάσεις ζωής των ατόμων επηρέασαν τη συμμετοχή. Επηρεασμένες από τον αναμενόμενο κοινωνικό ρόλο ανάμεσα στα δύο φύλα, κυρίως άτομα μεγαλύτερης ηλικίας δεν συμμετείχαν σε

δραστηριότητες, διότι δεν διέθεταν τις προοπτικές, την εμπειρία ή ακόμη και τη γνώση (Little, 2002). Στο φαινόμενο αυτό συνέβαλε και η κοινωνική εποχή, όπου ανάλογα με το πότε και που μεγάλωσαν οι γυναίκες επηρεάστηκαν αναλόγως, π.χ οι γυναίκες των επαρχιακών περιοχών ασχολούνται πολύ με τις οικιακές εργασίες και την οικογένεια με αποτέλεσμα να μην διαθέτουν αρκετό χρόνο για συμμετοχή σε σπορ.

Διαχρονικά ισχυρός ανασταλτικός παράγων ήταν και είναι ο ρόλος της μητέρας, της οικογενειάρχου, όπου η γυναίκα δαπανά ακόμη και στις δυτικές κοινωνίες (σε μικρότερο βαθμό) το κύριο μέρος του χρόνου και της ενέργειας της με άμεση συνέπεια τον περιορισμό ή τον αποκλεισμό των δραστηριοτήτων αναψυχής (Little, 2002). Αξιόλογος παράγων είναι και η εργασιακή θέση που επέχει μια γυναίκα, το εργασιακό περιβάλλον με τις απαιτήσεις και τις υποχρεώσεις που επιβάλλει, μειώνει κατά αυτό τον τρόπο το διαθέσιμο χρόνο για αθλητισμό ή αναψυχή (Henderson and Ainsworth, 2001). Επίσης όπως και στους άνδρες, κατά ανάλογο τρόπο στις γυναίκες, οι επονομαζόμενοι <<ενδοπροσωπικοί παράγοντες>>, όπως οι ατομικές-προσωπικές αντιλήψεις, η μειωμένη προσωπική αυτοεκτίμηση, η ύπαρξη έλλειψης εμπειρίας δρουν ανασταλτικά και περιοριστικά ως προς τηνσχόλη (Little, 2002).

Σύμφωνα με έτερο ερευνητή, οι κοπέλες όσο μεγαλώνουν, είναι λιγότερο πιθανό να λάβουν μέρος σε αθλητικές δραστηριότητες, λόγω της απώλειας αυτοπεποίθησης στις φυσικές τους ικανότητες (Pipher, 1994). Τέλος αρνητικό ρόλο διαδραματίζει και το υψηλό ή απαιτητικό οικονομικό κόστος του τεχνικού εξοπλισμού, που είναι αναγκαίος για την εκτέλεση κάποιων αθλημάτων ή δραστηριοτήτων αναψυχής. Η πλειονότητα των σχετικών ερευνών καταλήγουν στο συμπέρασμα, πως οι γυναίκες αντιμετωπίζουν συνολικά περισσότερους ανασταλτικούς παράγοντες από τους άνδρες (Jackson and Henderson, 1995). Γεγονός που επιβεβαιώνεται με την έρευνα των Κουθούρης κ.α., (2005), όπου το 63% των πελατών των χιονοδρομικών κέντρων ήταν άνδρες και το 37% ήταν γυναίκες.

Τα προαναφερθέντα έρχονται σε συμφωνία με τα αποτελέσματα και άλλων ερευνών, όπου η χιονοδρομία και οι συναφείς με αυτή ενέργειες είναι ευρέως αποδεκτή ως μια δραστηριότητα, που ανδροκρατείται και οι στατιστικοί δείκτες συγκλίνουν προς αυτή τη κατεύθυνση (Witchel, 1996). Αποτελεί κοινή αντίληψη (εσφαλμένα ή μη), πως η συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητισμού σχετίζεται



σημαντικά με την αντρική ταυτότητα (Shaw, 1995). Ορισμένες δραστηριότητες αθλητισμού-αναψυχής σύμφωνα με έρευνα, που διεξήχθη σε προπτυχιακούς φοιτητές στη Τουρκία το 2003, προτιμώνται ανάλογα με το φύλο (Cengiz, 2003). Παραδείγματα αποτελούν το κανό καγιάκ, η πτώση με αλεξίπτωτα, η μηχανοκίνηση, η σκόπευση, το θαλάσσιο σκι, το ποδόσφαιρο, η πάλη (κ.α.), αθλήματα, τα οποία είχαν κατά τη πλειονότητά τους συμμετοχή από άνδρες. Εν αντιθέσει με τη γυμναστική, το χορό και την αεροβίωση (aerobic), που προτιμούνταν από τη πλειονότητα των γυναικών. Τα αγόρια συμμετείχαν σε περισσότερες δραστηριότητες (τριάντα τρεις), συγκριτικά με τα κορίτσια, που συμμετείχαν σε μόλις είκοσι πέντε (Cengiz, 2003).

Οι διαφορές μεταξύ των φύλων ως προς την αθλητική αναψυχή αποτέλεσαν αντικείμενο έρευνας στις Σκανδιναβικές χώρες. Ειδικότερα, σύμφωνα με μελέτη που έλαβε χώρα σε πανεθνικό επίπεδο, εξετάστηκαν οι διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών ως προς το χρόνο αναψυχής του Σαββατοκύριακου (Thrane, 2000). Από τα αποτελέσματα φάνηκε πως οι γυναίκες της Δανίας, της Σουηδίας και τις Νορβηγίας, όλες είχαν λιγότερο ελεύθερο χρόνο από τους άνδρες κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου. Επιπροσθέτως κάποιοι από τους ανασταλτικούς παράγοντες επέδρασαν διαφορετικά στα δύο φύλα (Thrane, 2000). Ειδικότερα η εργασία με όρους πλήρους απασχόλησης μείωνε περισσότερο τον ελεύθερο χρόνο στους άνδρες παρά στις γυναίκες. Εν αντιθέσει με τα παιδιά, που σε όποιο νοικοκυριό υπήρχαν μείωναν περισσότερο το χρόνο των γυναικών (Thrane, 2000).

Συμπερασματικά, από τα προαναφερθέντα διαπιστώνουμε πως παρά την όποια οικονομική, κοινωνική, νομική απελευθέρωση τους, οι γυναίκες υστερούν σε σχέση με τους άνδρες ως προς τη δυνατότητα λήψης σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής. Αποτελεί κοινό τόπο πως τα αποτελέσματα των ερευνών δεν συμπίπτουν πάντα ως προς τα συμπεράσματα τους, όμως οι υπεύθυνοι του σχεδιασμού υπηρεσιών προγραμμάτων ελεύθερου χρόνου-αναψυχής, οφείλουν να λάβουν σοβαρά υπόψη τους την ποικιλία και ποικιλομορφία του πελατειακού τους δυναμικού. Τα στελέχη της διοικήσεως και της αγοραγνωσίας (marketing) των αθλητικών οργανισμών, είτε δημοτικών, είτε ιδιωτικών, είναι ανάγκη να εντοπίζουν τις ιδιομορφίες του πελατειακού δυναμικού, όπως των ανδρών και γυναικών και να άρουν στο μέτρο του δυνατού, τους ανασταλτικούς παράγοντες με καινοτόμες υπηρεσίες. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η πρόνοια για την ύπαρξη

ειδικού σταθμού φύλαξης των παιδιών για τους γονείς, ώστε να μπορούν απρόσκοπτα να ασκηθούν.

Αναφορικά με το ρόλο της διαφορετικής σχολής σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας στο παράγοντα <<Σχολή>> ευρέθησαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στις μεταβλητές <<Έλλειψη ενδιαφέροντος>> και <<Έλλειψη χρόνου>>. Σχετικά με την <<Έλλειψη ενδιαφέροντος>> τα πανεπιστημιακά τμήματα στα οποία εντοπίστηκαν διαφορές, ήταν το Τ.Ε.Φ.Α.Α με το μαθηματικό και το φυσικό. Οι φοιτητές του Τ.Ε.Φ.Α.Α παρουσίασαν μικρότερη έλλειψη ενδιαφέροντος εν συγκρίσει με τους φοιτητές των άλλων δύο σχολών. Φαίνεται δηλαδή πως η πανεπιστημιακή σχολή και τα ερεθίσματα (μαθήματα, εργασίες, διαλέξεις), που παρέχονται από αυτή, επηρεάζουν και ανακινούν θετικά ή αρνητικά το ενδιαφέρον των φοιτητών για τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητισμού αναψυχής.

Είναι επομένως λογική απόρροια, το γεγονός, ότι το Τ.Ε.Φ.Α.Α, λόγω του προγράμματος σπουδών, στο οποίο ζωτική θέση επέχει η άθληση και η θετική της επίδραση στον άνθρωπο, άγει τους φοιτητές στη συνειδητοποίηση των ωφελημάτων της άσκησης και στην υιοθέτηση της ως τρόπου ζωής. Σε αντίθεση με το φυσικό και μαθηματικό τμήμα του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, όπου το πρόγραμμα σπουδών στρέφεται προς άλλα πεδία έρευνας και ανάλυσης μακριά από την άθληση και τη συνειδητοποίηση των θετικών της επιδράσεων στο άτομο.

Αναφορικά με την έλλειψη χρόνου, οι διαφορές εντοπίστηκαν μεταξύ των φοιτητών των πανεπιστημιακών τμημάτων του μαθηματικού και του φυσικού (οι επακριβείς στατιστικές τιμές παρατίθενται αναλυτικά στους σχετικούς πίνακες). Ως προς το παράγοντα άθληση οι διαφορές εντοπίστηκαν στην εξαρτημένη μεταβλητή <<Ατομικοί Ψυχολογικοί Λόγοι>>, όπου αυτοί οι οποίοι ασχολούνται με κάποιο άθλημα έδειξαν ότι έχουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες για να συμμετάσχουν στην χιονοδρομία.

Παράλληλα πρέπει να αναφερθεί πως παρά τις όποιες διαφορές ανάμεσα στις πανεπιστημιακές σχολές σε θέματα, όπως η έλλειψη ενδιαφέροντος, αποτελεί κοινό τόπο για τους περισσότερους ερευνητές, παρά τους όποιους ανασταλτικούς παράγοντες τα άτομα με κανονικό μορφωτικό επίπεδο συνήθως διάκεινται θετικά ως προς την φυσική δραστηριότητα και τα οφέλη της. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας των Alexandris and Carroll, (1997b), η οποία μεταξύ



άλλων κατέληξε για τις δημογραφικές διαφορές στο ότι ανάμεσα στην αντίληψη των περιορισμών και το μορφωτικό επίπεδο, υπήρχαν αξιοσημείωτες διαφορές στις μέσες τιμές της συνολικής κλίμακας των τεσσάρων επιπέδων εκπαίδευσης. Η ομάδα της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης παρουσίασε τις υψηλότερες τιμές ανασταλτικών παραγόντων, ακολουθούμενη από τους φοιτητές της τριτοβάθμιας, έπεται η δευτεροβάθμια και τελευταία είναι η ομάδα των πτυχιούχων πανεπιστημιακού τίτλου (Alexandris and Carroll, 1997b). Οι κείμενοι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα, πως η αντίληψη των περιοριστικών παραγόντων αυξάνεται σημαντικά ανάμεσα στα λιγότερο μορφωμένα άτομα (Alexandris and Carroll, 1997b).

Οι αναφερόμενες στο παρόν πόνημα εργασίες κάνουν λόγο για ποικιλία περιοριστικών παραγόντων, όπως τους <<ενδοπροσωπικούς, διαπροσωπικούς και δομικούς>>. Πρέπει να τονιστεί πως παρόλο, που οι συμπεριφορικές επιλογές εμφανίζονται να επηρεάζονται από ένα συνδυασμό προσωπικών, πολιτισμικών και περιβαλλοντικών παραγόντων, υπάρχει ανάγκη για συνδυασμό των προαναφερομένων και σύγκριση τους με το εκάστοτε κοινωνικό-πολιτισμικό γίνεσθαι. Αυτός ο συγκερασμός των προσωπικών και δομικών μεταβλητών δεν είναι εύκολος και θα απαιτηθεί από τους ερευνητές να προσδιορίσουν τι είναι σημαντικό για αυτά τα άτομα, τα οποία προέρχονται από διαφορετικές κοινωνικές, εθνικές και πολιτιστικές ομάδες (Henderson and Ainsworth, 2001). Απαιτείται περαιτέρω μελέτη προκειμένου να καθοριστεί πως αυτά τα προσωπικά και πολιτισμικά συστήματα αξιών επηρεάζουν την εκδηλούμενη συμπεριφορά.

Εν κατακλείδι εκτιμώντας τη σημαντικότητα των ερευνητικών εργασιών στο χώρο των ανασταλτικών παραγόντων για την πρόβλεψη της αθλητικής συμμετοχής, διαπιστώνουμε την υψηλή συνθετότητα του όλου θέματος. Η πολυπλοκότητα αυτή καθιστά δύσκολη την μελέτη του, όμως οι υπάρχουσες ερευνητικές εργασίες δύνανται να αποτελέσουν αξιόπιστες πηγές πληροφοριών. Οι άνθρωποι που διαχειρίζονται τα θέματα που συνάπτονται της συμμετοχής στον αθλητισμό έχουν τιμή αλλά και τη μεγάλη ευθύνη να πράξουν τα δέοντα. Οι άμεσα ενδιαφερόμενοι με τον αθλητισμό και κατά βάση τα άτομα που διαμορφώνουν το σύγχρονο γίνεσθαι, οφείλουν να ενθαρρύνουν την έρευνα. Μέσω των επιστημονικά τεκμηριωμένων μελετών παρέχεται η δυνατότητα να εντοπισθούν οι ατέλειες των αντίστοιχων κοινωνικό-πολιτικών συστημάτων, ώστε η αθλητική συμμετοχή με τα ωφελήματα της να γίνει κοινό κτήμα προς όλους.

## BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Allen. E. John B. (2003). The British and the Modernisation of Skiing. *History Today*, 53, 46-53.
- Alexandris, K., Charalambos, T. & George, G. (2002). Perceived Constraints on Recreational Sport Participation: Investigating their Relationship with Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation and Amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34, 233-52.
- Alexandris, K., Grouios, G., Tsorbatzoudis, H. & Bliatsou, A. (2001). Relationship between perceived constraints and commitment to recreational sport participation of university students in Greece. *International-journal-of-sport-management*, 2, 282-296.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997b). Demographic differences in the perception of constraints in recreational sport participation: results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16, 107-125.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997a). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: results from a study in Greece. *Leisure Sciences*, 19, 1-15.
- Carroll, B. & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relation to recreational sport participation. *Journal of Leisure Research*, 29, 279-299.
- Cengiz, D. (2003). Impacts of Demographic Variables on the Preference of Sport Activities Carried Out by Undergraduate Students: an Implication from Turkey. *Journal of Sport Tourism*, 8, 302-312.
- Crawford, D., Jackson, E. & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Crawford, D. & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- De Knop, P. & Standeven, J. (1998). Sport tourism: a new area of sport management. *European Journal for Sport Management*, 5, 30-45.
- Gibson J. Heather. (1998). Active sport tourism: who participates? *Leisure Studies*, 17, 155-170.
- Greenwood P. Mary. & Lashua D. Brett. (2004). What is Leisure? The Perceptions of Recreation Practitioners and Others. *Leisure Sciences*, 26, 1-17.
- Hall, C.M. (1992). *Review, adventure, sport and health tourism*. In B. Weiler, & C.M. Hall, Special interest tourism. London: Belhaven Press.

- Hammit E. William., Kenneth F. Backman. & T. Jason Davis. (2001). Cognitive Dimensions of Wilderness Privacy: An 18 -Year Trend Comparison. *Leisure Sciences*, 23, 285-292.
- Hawkins A. Barbara., Peng Joanne., Hsieh Chih-Mou. & Eklund J. Soudan. (1999). Leisure Constraints: A Replication and Extension of Construct Development. *Leisure Sciences*, 22, 179-192.
- Henderson A. Karla. & Ainsworth E. Barbara. (2001). Researching Leisure and Physical Activity with Women of Color: Issues and Emerging Questions. *Leisure Sciences*, 23, 21-34.
- Hubbard, J. & Mannell, R. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23, 145-163.
- Iwasaki, Y. & Havitz E. Mark. (2004). Examining Relationships between Leisure Involvement, Psychological Commitment and Loyalty to a Recreation Agency. *Journal of Leisure Research*, 36, 1, 45-72.
- Jackson, E. L. & Scott, D. (1999). *Constraints to Leisure*, In E. Jackson and T.L. Burton (eds), *Leisure Studies: Prospects for the twenty-first century* (pp. 299-321.) State College, P.A: Venture Publishing.
- Jackson, E. L. (1997). In the eye of the beholder. A comment on Samdahl and Jekubovich (1997), A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Leisure Research*, 24, 458-468.
- Jackson, E. & Henderson, K. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31-51.
- Jackson, E., Crawford, D. & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints, *Leisure Sciences*, 15, 1-11.
- Kang Gi – Du., Jeffrey James. & Kostas Alexandris. (2002). Measurement of internal service Quality: application of the SERVQUAL battery to internal service quality. *Managing Service Quality*, 12, 278-291.
- Kimberly J. Shiney., Myron F. Floyd. & Dianna Parry. (2004). Understanding the Relationship between Race and Leisure Activities and Constraints: Exploring an Alternative Framework. *Leisure Sciences*, 26, 181-199.
- Κουθούρης Χ., Κωνσταντίνος Α. & Γκόλτσος Κ. (2005). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στο ποδόσφαιρο αναψυχής (γήπεδα μικρών διαστάσεων). *Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός, Υπό δημοσίευση*.
- Κουθούρης Χ., Κωνσταντίνος Α., Γιοβάννη Χ. & Χατζηγιάννη Ε. (2005). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στη χιονοδρομία Αναψυχής. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό*, 3, 55-63.

- Κουθούρης Χ., Τζέτζης Γ. & Κώστα Γ. (1999). Ο έλεγχος της ποιότητας υπηρεσιών στην Ελληνική αγορά των "υπαιθρίων δραστηριοτήτων αναψυχής". Μία περιπτώσιολογική μελέτη. *Αθλητική Απόδοση και Υγεία*, 1, 2.
- Larson M. Douglas. & Sabina L. Shaikh. (2004). Recreation Demand Choices and Revealed Values of Leisure Time. *Economic Inquiry*, 42, 264-278.
- Lee, Y. & Halberg, K. J. (1989). An exploratory study of college students' perceptions of freedom in leisure and shyness. *Leisure-sciences*, 11, 217-227.
- Lewis Suzan. (2003). The integration of paid work and the rest of life. Is post industrial work the new leisure? *Leisure Studies*, 22, 343-355.
- Little E. Donna. (2002). Women and Adventure Recreation: Reconstructing Leisure Constraints and Adventure Experiences to Negotiate Continuing Participation, *Journal of Leisure Research*, 34, 157-77.
- Mannel, R. C. & Kleiber, P.A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, P.A: Venture.
- McGuire, F. & O'Leary. (1992). The implications of leisure constraint research for the delivery of leisure services, *Journal of Park and Recreation Administration*, 10, 31-40.
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., Tuson, K., Briere, N. & Blais, M. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Pipher, M. (1994). *Reviving Ophelia: Saving the Selves of Adolescent Girls*. New York: Ballantine.
- Samdahl M. Diane. & Nancy J. Jekubovich. (1997). A Critique of Leisure Constraints: Comparative Analyses and Understandings. *Journal of Leisure Research*, 29, 430-52.
- Samdahl, D. M. (1991). Issues in the measurement of leisure: A comparison of theoretical and connotative meanings. *Leisure Sciences*, 13, 33-49.
- 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, 245-63.
- Shaw, S. M. (1985). The meaning of leisure in everyday life. *Leisure Sciences*, 7, 1-24.
- Siegenthaler K. L. & O'Dell Irma. (2000). Leisure Attitude, Leisure Satisfaction and Perceived Freedom in Leisure Within Family Dyads. *Leisure Sciences*, 22, 281-296.

- Stodolska, M. (2000). Changes in leisure participation patterns after immigration. *Leisure Sciences*, 22, 39-63.
- Τεγόπουλος. & Φυτράκης. (1989). *Ελληνικό Λεξικό*. Εκδόσεις Αρμονία, Γραβιάς 3-5, Αθήνα, σελ. 3.
- Thrane, C. (2000). Men, Women, and Leisure Time: Scandinavian Evidence of Gender Inequality. *Leisure Sciences*, 22, 109-122.
- Tsai, E. H. & Coleman, D.J. (1991). Leisure Constraints of the Chinese immigrants: An exploratory study. *Society and Leisure* 22, 243-264.
- Tuppen, J. (2000). The Restructuring of Winter Sports Resorts in the French Alps: Problems, Processes and Policies. *International Journal of Tourism Research*, 2, 327-344.
- Weagley O. Robert. & Eunjeong Huh. (2004). Leisure Expenditures of Retired and Near-Retired Households. *Journal of Leisure Research*, 36, 101-27.
- Williams, P. & Fidgeon R. Paul. (1999). Addressing participation constraint: a study of potential skiers. *Tourism Management*, 21, 379-393.
- Witchel, D. B. (1996). *What do mothers want?* *Ski Area Management* 35, 64-89.
- Zikmund, W.G. (1994). *Business Research Methods* (4th edn). Texas: The Dryden Press.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### Ερωτηματολόγιο της Παρούσας Έρευνας

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΣΗΜΕΙΩΣΕ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ  
ΤΟ **ΣΥΜΦΩΝΩ**, ΜΟΝΟΝ ΣΕ ΜΙΑ... ενώ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ υπόλοιπες ΤΟ **ΔΙΑΦΩΝΩ**.

|  |         |         |
|--|---------|---------|
| Την φετινή χιονοδρομική περίοδο δεν κάνω σκι και δεν σκοπεύω να ξεκινήσω ούτε και την επόμενη.           | Συμφωνώ | Διαφωνώ |
| Την φετινή χιονοδρομική περίοδο δεν κάνω σκι, αλλά σκέφτομαι να ξεκινήσω να κάνω σκι την επόμενη χρονιά. | Συμφωνώ | Διαφωνώ |
| Την φετινή χιονοδρομική περίοδο κάνω σκι, αλλά όχι τακτικά   | Συμφωνώ | Διαφωνώ |
| Την φετινή χιονοδρομική περίοδο κάνω σκι τακτικά   | Συμφωνώ | Διαφωνώ |
| Κάνω σκι τακτικά και φέτος & την περασμένη χιονοδρομική χρονιά   | Συμφωνώ | Διαφωνώ |
| Έχω κάνει σκι τακτικά στο παρελθόν, αλλά αυτήν την χιονοδρομική περίοδο κάνω σκι εντελώς ευκαιριακά      | Συμφωνώ | Διαφωνώ |

#### ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ σημειώστε ΚΑΤΑ ΠΟΣΟ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ:

| ΕΜΠΟΔΙΑ ή ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ<br>Περιορίζουν την συμμετοχή σας στην χιονοδρομία... | ΣΥΜΦΩΝΩ<br>ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ |   |   |   | ΔΙΑΦΩΝΩ<br>ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ |   |   |
|---|----------------------|---|---|---|----------------------|---|---|
| Δεν έχω το χρόνο λόγω των υποχρεώσεων σπουδών/εργασίας μου.               | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω το χρόνο λόγω των οικογενειακών υποχρεώσεων                       | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω το χρόνο λόγω των κοινωνικών μου υποχρεώσεων                      | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν θέλω να ξοδεύω έτσι το ελεύθερό μου χρόνο                             | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Συχνά αισθάνομαι κουρασμένος  | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Φοβάμαι να μην τραυματιστώ  | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Το ski με κουράζει  | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω στο σκι την τεχνική που θα ήθελα                                  | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω καλή φυσική κατάσταση   | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω αυτοπεποίθηση στις ικανότητες μου όταν χιονοδρομώ                 | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν βρίσκω λόγο να πείσω τον εαυτό μου να συμμετέχει στο σκι              | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν είναι μία από τις προτεραιότητές μου η χιονοδρομία                    | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν περνάω καλά όταν πηγαίνω για σκι                                      | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν μου αρέσει και πολύ να κάνω σκι                                       | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν μου αρέσει το Περιβάλλον του χιονοδρομικού                            | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Συχνά οι καιρικές συνθήκες είναι ανυπόφορες                               | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Εάν βαρεθώ το ΣΚΙ δεν υπάρχει κάτι άλλο να κάνω στο χιον κεντ             | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν αισθάνομαι ασφαλής και προστατευμένος όταν κάνω σκι                   | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Το κόστος για την συμμετοχή είναι ακριβό                                  | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Η προσέγγιση στα χιονοδρομικά κέντρα είναι πρόβλημα για μένα              | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δυσκολεύομαι να εξοικονομήσω τα χρήματα που απαιτούνται                   | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Δεν έχω πάντα παρέα   | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Στους φίλους μου Δεν αρέσει η χιονοδρομία                                 | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |
| Στην οικογένειά, στο περιβάλλον μου δεν αρέσει η χιονοδρομία              | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5                    | 6 | 7 |

#### ΠΟΣΟ ΣΑΣ ΕΚΦΡΑΖΟΥΝ ΟΙ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΔΗΛΩΣΕΙΣ;

ΚΛΘΟΛΟΥ — ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| Απογοητεύομαι όταν δεν κατορθώνω να πάω Τελικά για σκι                    | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Ακόμη και εάν η συμμετοχή μου στο σκι είναι ανέφικτη εγώ ακόμη προσπαθώ   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Αισθάνομαι ότι η συμμετοχή μου στο σκι είναι ουσιώδους σημασίας για εμένα | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Πραγματικά ενδιαφέρομαι να συμμετέχω στην δραστηριότητα του σκι           | 1 | 2 | 3 | 4 |

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| Θεωρώ ότι ο χρόνος που διαθέτω στο σκι, είναι πολυτιμότερος από άλλον χρόνο που διαθέτω για άλλες δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο μου | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Πάντα προσπαθώ να οργανώσω τον χρόνο μου έτσι ώστε να κάνω σκι   | 1 | 2 | 3 | 4 |

Υπάρχουν διάφορα προβλήματα που πρέπει να ξεπεράσουμε για να κάνουμε τελικά Σκι. Ποιες από τις παρακάτω ενέργειες ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ - κάνετε σήμερα ή σκοπεύετε να κάνετε στο μέλλον προκειμένου να σας διευκολύνουν να έρθετε για Σκι ;

| <b>ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΠΟΥ ΠΙΘΑΝΟΝ ΕΠΙΧΕΙΡΕΙΤΕ</b>  | <b>ΠΟΤΕ</b> |   | <b>ΣΥΧΝΑ..</b> |   | <b>ΤΑΚΤΙΚΑ..</b> |   | <b>ΠΑΝΤΑ</b> |  |
|---|-------------|---|----------------|---|------------------|---|--------------|--|
| Οργανώνω το εβδομαδιαίο μου πρόγραμμα για να έχω χρόνο για ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Προγραμματίζω τις εβδομαδιαίες μου δραστηριότητες έτσι ώστε να έχω το ΣΚΙ ανάμεσα στις προτεραιότητές μου | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Φροντίζω να διαθέσω χρόνο κατά το Σαβ /Κύριακο για ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Είμαι πάντα ενημερωμένος για την δραστηριότητα του ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Βλέπω προγράμματα στην τηλεόραση σχετικά με το ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Διαβάζω βιβλία Περιοδικά και άρθρα σχετικά με το ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Βελτιώνω την φυσική μου κατάσταση   | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Ακολουθώ έναν υγιεινό τρόπο ζωής  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Ασχολούμαι και με άλλα σπορ εκτός του ΣΚΙ για προετοιμασία  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Συλλέγω πληροφορίες για τα χιονοδρομικά κέντρα  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Γνωρίζω για τις υπηρεσίες και τις τιμές που προσφέρονται σε όλα τα χιονοδρομικά κέντρα.                   | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Πληροφορούμαι συχνά για τις συνθήκες πρόσβασης στα κέντρα   | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Αναζητώ παρέα για να πηγαίνουμε για ΣΚΙ μαζί  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Παρακινώ και πείθω φίλους και οικογένεια να πάμε για ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |
| Βρίσκω φίλους που τους αρέσει το ΣΚΙ  | 1           | 2 | 3              | 4 | 5                | 6 | 7            |  |

**Ποια είναι η άποψη που έχετε διαμορφώσει από προσωπική εμπειρία ή ακούσματα για τις υπηρεσίες στα χιονοδρομικά κέντρα**

|  |                   |              |         |             |         |              |                   |
|--|-------------------|--------------|---------|-------------|---------|--------------|-------------------|
| 1.Το προσωπικό των Χ.Κ. είναι ευγενικό και ευχάριστο.                          | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 2.Το προσωπικό των Χ.Κ. είναι πρόθυμο να παρέχει συμβουλές στους χιονοδρόμους  | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 3.Το προσωπικό των Χ.Κ. φροντίζει για την ασφάλεια των χιονοδρόμων στις πίστες | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 4.Το προσωπικό των Χ.Κ. γνωρίζει καλά την δουλειά που κάνει                    | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 5.Οι εγκαταστάσεις των Χ.Κ. είναι σύγχρονες                                    | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 6.Τα Χ.Κ. είναι επαρκή σε βοηθητικούς χώρους: τουαλέτες, χώροι ξεκούρασης      | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 7. Οι πίστες είναι καλά προετοιμασμένες  | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 8.Πιστεύω ότι τα Χ.Κ. έχουν ευχάριστη ατμόσφαιρα                               | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |
| 9. Συνήθως υπάρχει συνωστισμός στους αναβατήρες στα Χ.Κ.                       | Συμφωνώ πάρα πολύ | Συμφωνώ πολύ | Συμφωνώ | Δεν γνωρίζω | Διαφωνώ | Διαφωνώ πολύ | Διαφωνώ πάρα πολύ |

**ΕΚΤΙΜΗΣΤΕ συνολικά ΤΗΝ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΣΤΟ ΣΠΟΡ ΤΟΥ ΣΚΙ**

| <i>ΤΗΝ ΠΕΡΣΙΝΗ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΗ<br/>ΧΡΟΝΙΑ<br/>ΕΚΑΝΑ ΣΚΙ</i> |            |         | <i>ΤΗΝ ΦΕΤΙΝΗ<br/>ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ<br/>ΚΑΝΩ ΣΚΙ</i> |            |         | <i>ΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ<br/>ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ<br/>ΘΑ ΚΑΝΩ ΣΚΙ</i> |            |         |
|--|------------|---------|--|------------|---------|--|------------|---------|
| ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΕΥΚΑΙΡΙΑΚΑ | ΤΑΚΤΙΚΑ | ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΕΥΚΑΙΡΙΑΚΑ | ΤΑΚΤΙΚΑ | ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΕΥΚΑΙΡΙΑΚΑ | ΤΑΚΤΙΚΑ |
|  |            |         |  |            |         |  |            |         |