



**Αξιολόγηση των Κινήτρων Συμμετοχής Ατόμων σε Προγράμματα Υπαίθριας
Αναψυχής ανάλογα με το Φύλο και την Ηλικία τους**

**Δαλάκης Αντώνης¹, Τσίσκαρη Ευστρατία¹, Κώστα Γεώργιος¹, Αλεξανδρής
Κωνσταντίνος²**

¹Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

²Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο
Θεσσαλονίκης

Υπεύθυνος Επικοινωνίας:

Δαλάκης Αντώνης

E-mail: forest@otenet.gr

Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής, Vol.4, pp.43-56, 2011

© 2011 J.S.T.a.R. All rights reserved. ISSN: 1792-1686

To link to this article: <http://www.jstar.gr/Contents.aspx?Y=2011&V=4&Is=d>

Αξιολόγηση των Κινήτρων Συμμετοχής Ατόμων σε Προγράμματα Υπαίθριας Αναψυχής ανάλογα με το Φύλο και την Ηλικία τους

Περίληψη

Σκοπός της έρευνας ήταν η μελέτη των κινήτρων συμμετοχής που έχουν οι συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Επιπλέον, ελέγχθηκαν το φύλο, η ηλικία και η συχνότητα συμμετοχής των ερωτηθέντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 637 συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής που πραγματοποιήθηκαν από τον Ιούλιο έως τον Οκτώβριο του 2010, σε περιοχές της Ανατολικής Μακεδονίας και της Θράκης. Στην έρευνα συμμετείχαν 339 άνδρες (53,22%) και 298 γυναίκες (46,78%), χωρισμένοι σε πέντε ηλικιακές ομάδες (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). Για την αξιολόγηση των κινήτρων χρησιμοποιήθηκαν μεταβλητές της κλίμακας του Driver και των συνεργατών του (Driver, 1976; Driver, 1983; Driver & Brown, 1986; Driver & Knopf, 1977; Driver & Tocher, 1970; Driver, Tinsley & Manfreda, 1991; Manfreda, Driver & Tarrant, 1996), οι οποίοι διαμόρφωσαν την κλίμακα Προτίμησης της Αναψυχικής Εμπειρίας (Recreation Experience Preference – REP). Μεταξύ των κινήτρων και του φύλου των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής, υπήρξε χαμηλή αλληλεπίδραση, μόνο σε ένα από τους εννέα παράγοντες, την «οικογένεια» με ($t= 2.556, p<.05$). Μεταξύ των κινήτρων και των διαφορετικών ηλικιακών ομάδων, υπήρξε χαμηλή αλληλεπίδραση σε δύο από τους εννέα παράγοντες, την «προβολή», με ($F_{4,620}= 2.500, p<.05$) και την «οικογένεια», με ($F_{4,629}= 6.482, p<.05$).

Λέξεις κλειδιά: κίνητρα, δραστηριότητες, υπαίθρια αναψυχή

Evaluation of participant motives in outdoor recreation programs based on gender and age.

Abstract

The purpose of this research was the study of motives which participants have in outdoor activities. In addition, the above issue was further examined by gender and age of our respondents in outdoor recreation activities. The sample of our research consisted of 637 participants who joined our outdoor recreation activities, which were carried out from July until October of 2010 in the region of Eastern Macedonia & Thrace. The survey comprised 339 men (53.22%) and 298 women (46.78%), who were divided in five age groups and five different degrees of participation frequency in outdoor recreation activities (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). For the evaluation of motives we used a variable of Driver and their partners' (Driver, 1976; Driver, 1983; Driver & Brown, 1986; Driver & Knopf, 1977; Driver & Tocher, 1970; Driver, Tinsley & Manfreda, 1991; Manfreda, Driver & Tarrant, 1996), who formed the scale of Recreation Experience Preference – (REP). There was low degree of interaction between motivation and gender in only one out of the nine factors, which was “*family*” ($t=2.556$, $p<05$). There was low degree of interaction between motivation and different age groups in two out of the nine factors, which were “*projection*”, ($F_{4,620}=2.500$, $p<05$) and “*family*”, ($F_{4,629}=6.482$, $p<05$).

Key words: motives, activities, outdoor recreation.

**Αξιολόγηση των Κινήτρων Συμμετοχής Ατόμων σε Προγράμματα Υπαιθρίας Αναψυχής
ανάλογα με το Φύλο και την Ηλικία τους**

Εισαγωγή

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής με τους εξοντωτικά ταχείς ρυθμούς και τις ολοένα και αυξανόμενες απαιτήσεις καθώς και το ποιοτικά υποβαθμισμένο περιβάλλον των σύγχρονων μεγαλουπόλεων καθιστά την υπαίθρια αναψυχή και τη συμμετοχή σε προγράμματα υπαιθρίων δραστηριοτήτων σημαντική και άκρως απαραίτητη. Το υπαίθριο περιβάλλον προσφέρει ευκαιρίες και δυνατότητες για ανάπτυξη δεξιοτήτων που μπορεί το άτομο να μεταφέρει στη δύσκολη καθημερινότητά του και τους καταγιστικούς ρυθμούς ζωής των πόλεων προκειμένου να αναπτυχθεί προσωπικά (Μπουλουγούρης, 2010). Ο Μπουλουγούρης, (2010), ανέφερε τις θετικές επιδράσεις της υπαίθριας αναψυχής, τόσο στο σωματικό όσο και στον ψυχολογικό τομέα, αφού αποτελούν λύση στο πρόβλημα της υποκινητικότητας και του έντονα καθιστικού τρόπου ζωής. Οι δραστηριότητες αναψυχής και ψυχαγωγίας βελτιώνουν τη φυσική κατάσταση, διώχνουν το στρες και βοηθούν στην ψυχική ισορροπία του ατόμου. Οι Χρόνη και Ζουρμπάνος, (2001), τόνισαν επίσης ότι η συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες συνδέεται με μία σειρά συναισθημάτων όπως η ευχαρίστηση, η επίτευξη, η επιτυχία και η ικανοποίηση, τα οποία ενδυναμώνουν και προστατεύουν την ψυχική υγεία των ατόμων και βοηθούν σε πολύ μεγάλο ποσοστό στην εδραίωση της ψυχολογικής τους ευημερίας.

Σύμφωνα με το Leitner, (1996), η υπαίθρια αναψυχή προκύπτει από την αλληλεπίδραση που «αναπτύσσουν» μία δραστηριότητα και ένα υπαίθριο φυσικό περιβάλλον που συμβάλλει τελικά στο ν' αναδημιουργηθεί ένα άτομο φυσικά, ψυχολογικά, συναισθηματικά και κοινωνικά. Ο Κουθούρης, (2009), αναλόγως ορίζει την υπαίθρια αναψυχή και τις υπαίθριες δραστηριότητες ως εκείνα τα προγράμματα κινητικών δραστηριοτήτων που διεξάγονται στην ύπαιθρο, όπως κανό-καγιάκ, ράφτινγκ, πεζοπορία, αναρρίχηση, προσανατολισμός, ορειβασία, χιονοδρομία και άλλες ανάλογες δραστηριότητες. Η συμμετοχή σε τέτοιου είδους προγράμματα προάγει την πνευματική, ψυχική και σωματική υγεία του ατόμου που παίρνει μέρος σ' αυτά. Επομένως ένας άνθρωπος συμμετέχει σε αναψυχικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες όχι απλά για να καλύψει τον ελεύθερο χρόνο του, αλλά και για να ικανοποιήσει τις εσωτερικές του ανάγκες. Μπορεί να μην αντιλαμβάνεται συνειδητά ποιες ανάγκες καλύπτει, αλλά σίγουρα ο τρόπος με τον οποίο ψυχαγωγείται είναι ένας τρόπος έκφρασης και κάλυψης

κάποιων αναγκών του. Η υπαίθρια αναψυχή μπορεί να περιλαμβάνει οποιαδήποτε δραστηριότητα, περιβαλλοντική, αθλητική, αναψυχής, κοινωνικής ευαισθητοποίησης υπό μορφή απλής εμπειρίας ή δομημένου προγράμματος που διενεργείται σε ελεύθερο φυσικό περιβάλλον (Κουθούρης, 2009). Οι υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής αποτελούν μέσο εκτόνωσης για τον άνθρωπο της πόλης, καθώς και έναν εναλλακτικό τρόπο δραστηριοποίησης. Τα προγράμματα υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής χαρακτηρίζονται από το ότι δεν έχουν σαν κεντρικό στόχο τη σωματική βελτίωση ή ενδυνάμωση των συμμετεχόντων, αλλά την ικανοποίηση και ευχαρίστηση αυτών, με αποτέλεσμα τα οφέλη να προκύπτουν αβίαστα, παρακινώντας τους συμμετέχοντες στη δια-βίου άσκηση, χωρίς απαιτήσεις και προσδοκίες υψηλής απόδοσης (Δάντση, Μπαλάσκα & Αλεξανδρής, 2008).

Κίνητρα είναι οι αιτίες και οι λόγοι που ωθούν ένα άτομο σε συγκεκριμένες συμπεριφορές (Durrall, 1997). Κατά τους Ryan και Deci, (2000), τα άτομα παρακινούνται από διάφορες παραμέτρους των κινήτρων των οποίων η ένταση και ο προσανατολισμός διαφέρουν και τα οποία κατηγοριοποιούνται σε εσωτερικά και εξωτερικά.

Σύμφωνα με τον Τζέτζη, (2007), το αυξημένο ενδιαφέρον στην παρακίνηση για άσκηση είναι κάτι που βοηθά τους ανθρώπους να βελτιώσουν τα οφέλη που προκύπτουν για την ποιότητα της ζωής τους από αυτή. Οι περισσότερες θεωρίες της παρακίνησης αντιμετωπίζουν τα κίνητρα ως ενιαίο φαινόμενο, το οποίο περικλείει από μικρά ως μεγαλύτερα ποσοστά παρακίνησης για δράση. Ωστόσο, μία περισσότερο λεπτομερής διερεύνηση των θεωριών της παρακίνησης υποδηλώνει πως δεν αποτελεί απλά ένα φαινόμενο. Τα άτομα δε διαφέρουν μόνο στο ποσοστό παρακίνησης, αλλά στον προσανατολισμό της και στο είδος της. Ο προσανατολισμός της παρακίνησης αφορά τις εσωτερικές στάσεις και τους σκοπούς που ωθούν το άτομο σε μία πράξη μπλέκοντας τα αίτια της πράξης αυτής (Ryan & Deci, 2000).

Αρκετοί ερευνητές ασχολήθηκαν με τα κίνητρα συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. Μια από τις θεμελιώδεις αρχές που ερμηνεύουν τα κίνητρα, είναι η θεωρία της αυτό-αποτελεσματικότητας του Bandura, (1997), που προτείνει ένα κοινωνικό-γνωστικό μοντέλο της παρακίνησης, προσανατολισμένο στο ρόλο της αποτελεσματικότητας και της ανθρώπινης ενέργειας. Όρισε την αυτό-αποτελεσματικότητα ως την εμπιστοσύνη των ατόμων στην ικανότητα τους για οργάνωση και εκτέλεση μιας σειράς πράξεων, ώστε να λυθεί ένα πρόβλημα ή να επιτευχθεί ένας στόχος. Παρά το γεγονός ότι τα κίνητρα αποτελούν μία μόνο από τις παραμέτρους που ερμηνεύουν τη συμπεριφορά των ατόμων και κατ' επέκταση των

τουριστών, θεωρούνται από τα πιο σημαντικά, καθώς αποτελούν τις κινητήριες αλλά και τις ανασταλτικές δυνάμεις (impelling & compelling forces), πίσω από κάθε συμπεριφορά (Crompton & Mackay, 1989; Iso Ahola, 1982). Μία από τις θεωρίες που μελετούν τα κίνητρα των τουριστών και είναι ευρέως αποδεκτή από πολλούς μελετητές, (Crompton & Mackay, 1989), είναι αυτή των παραγόντων έλξης και ώθησης (pull & push factors). Οι άνθρωποι ταξιδεύουν γιατί ωθούνται και έλκονται από ορισμένες δυνάμεις. Οι δυνάμεις αυτές, περιγράφουν πως τα άτομα ωθούνται από αυτές τις μεταβλητές κινήτρων όταν λαμβάνουν μία απόφαση να ταξιδέψουν αλλά και πως έλκονται από τον τόπο προορισμού.

Το μεγαλύτερο μέρος αυτής της έρευνας έχει πραγματοποιηθεί από το Driver και τους συνεργάτες του (Driver, 1976; Driver, 1983; Driver & Brown, 1986; Driver & Knopf, 1977; Driver & Tocher, 1970; Driver, Tinsley, & Manfredo, 1991; Manfredo, Driver & Tarrant, 1996), οι οποίοι διαμόρφωσαν την κλίμακα Προτίμησης με βάση την Αναψυχική Εμπειρία (Recreation Experience Preference – REP). Στόχος της συγκεκριμένης κλίμακας είναι να συλλέγει τους λόγους για τους οποίους τα άτομα επισκέπτονται και δραστηριοποιούνται σε διάφορα φυσικά περιβάλλοντα για λόγους αναψυχής. Η σημασία της παρακίνησης ως παράμετρος συμμετοχής σε δραστηριότητες που σχετίζονται με τη φύση μελετήθηκε, αξιολογήθηκε και επιβεβαιώθηκε τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα και στο εξωτερικό από διάφορους ερευνητές (Alexandris, Kouthouris & Meligdis, 2006; Kyle, Absher, Hammitt & Cavin, 2006; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2004a).

Στόχος της έρευνας ήταν να αξιολογήσει τους λόγους που κινητοποιούν τα άτομα να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Επιπλέον στόχος ήταν να εξετάσει τα κίνητρα συμμετοχής ανάλογα με το φύλο και την ηλικία των συμμετεχόντων.

Μεθοδολογία

Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν οι συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής που έλαβαν χώρα σε περιοχές της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης μεταξύ του Ιουλίου και του Οκτωβρίου του 2010. Συνολικά μοιράστηκαν 1200 ερωτηματολόγια εκ των οποίων συμπληρωμένα επεστράφησαν τα 727. Από αυτά, τα 637 τελικά κρίθηκαν κατάλληλα να χρησιμοποιηθούν στη έρευνα (ποσοστό επιστροφής: 53,08%). Πιο συγκεκριμένα, τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν στις έρευνα προέρχονταν από δραστηριότητες που διεξήχθησαν στους Νομούς Έβρου (32,03%), Ροδόπης (8%), Ξάνθης (26,69%), Δράμας (21,82%) και Καβάλας (11,46%).

Στην έρευνα συμμετείχαν 339 άνδρες (53,22%) και 298 γυναίκες (46,78%). Το σύνολο των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος παρουσιάζονται στους Πίνακες 1 & 2.

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ			
ΦΥΛΛΟ	53,22%	46,78%			
	<19	20-29	30-39	40-49	>50
ΗΛΙΚΙΑ	16,64%	24,80%	23,40%	23,23%	11,93%

	ΜΑΘΗΤΗΣ ΦΟΙΤΗΤΗΣ	ΔΗΜΟΣΙΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ	ΙΔΙΩΤΙΚΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ	ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΑΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ	ΑΝΕΡΓΟΣ	ΑΛΛΟ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ	25,12%	30,61%	23,39%	2,67%	12,72%	2,35%	3,14%

	ΔΗΜΟΤΙΚΟ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΛΥΚΕΙΟ	Τ.Ε.Ι. ΠΑΝΕΠ/ΜΙΟ	ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	3,77%	9,10%	25,43%	55,26%	6,44%

Πίνακας 2. Οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΠΑΝΤΡΕΜΕΝΟΣ	ΑΝΥΠΑΝΤΡΟΣ	ΧΩΡΙΣΜΕΝΟΣ	ΧΗΡΟΣ	ΣΥΖΩ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	48,36%	44,58%	3,30%	1,88%	1,88%
ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ	41,13%	ΔΕΝ ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ	58,87%		
	1 ΠΑΙΔΙ	2 ΠΑΙΔΙΑ	3 ΠΑΙΔΙΑ	4 ΠΑΙΔΙΑ	5 ΠΑΙΔΙΑ
	22,90%	52,59%	19,08%	3,90%	1,53%

Μέσα συλλογής των δεδομένων

Για την αξιολόγηση των κινήτρων χρησιμοποιήθηκαν μεταβλητές της κλίμακας των Manfredo, Driver και Tarrant, (1996), οι οποίοι διαμόρφωσαν την κλίμακα Προτίμησης της Αναψυχικής Εμπειρίας (Recreation Experience Preference – REP). Ειδικά, στη συγκεκριμένη έρευνα τα κίνητρα μελετήθηκαν με μία προσαρμοσμένη στις ανάγκες της, εκδοχή της κλίμακας REP (Manfredo, Driver & Tarrant, 1996). Για το λόγο αυτό πραγματοποιήθηκε διερευνητική παραγοντική ανάλυση και αναλύσεις αξιοπιστίας α του Cronbach στις 38 μεταβλητές της. Από τις αναλύσεις, προέκυψαν 9 παράγοντες: α) *προβολής* με 6 μεταβλητές και $\alpha = .92$, β) *βελτίωσης* με 4 μεταβλητές και $\alpha = .84$, γ) *ρίσκου* με 5 μεταβλητές και $\alpha = .86$, δ) *επίδειξης* με 4 μεταβλητές και $\alpha = .80$ ε) *επαφής με την οικογένεια* με 2 μεταβλητές και $\alpha = .88$, στ) *κοινωνικοποίησης* με 5 μεταβλητές και $\alpha = .87$, ζ) *επαφής με τη φύση* με 3 μεταβλητές και $\alpha = .90$, η) *άσκησης* με 3 μεταβλητές και $\alpha = .87$ και θ) *χαλάρωσης* με 6 μεταβλητές και $\alpha = .87$. Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 7-βάθμια κλίμακα του Likert, από το 1 "Διαφωνώ απόλυτα" σε 7 "Συμφωνώ απόλυτα".

Διαδικασία συλλογής των δεδομένων

Ζητήθηκε - και τελικά δόθηκε - άδεια από τις 3 εταιρείες οι οποίες δραστηριοποιούνται σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής στην Ανατολική Μακεδονία-Θράκη, αφού πρώτα τους εστάλη το σχετικό ερωτηματολόγιο. Οι εταιρείες έστειλαν στους ερευνητές ένα πρόγραμμα με τις δράσεις που θα ανέπτυσαν μεταξύ Ιουλίου και Οκτωβρίου και από το σύνολο των συλλεγόντων προγραμμάτων τυχαία επιλέχθηκαν αυτά στα οποία θα μοιράζονταν το ερωτηματολόγιο. Προσοχή δόθηκε στο να μη συμπίπτουν οι ημερομηνίες πραγματοποίησης των δραστηριοτήτων, να υπάρχει μία γκάμα από όλες τις δραστηριότητες για τους συμμετέχοντες προκειμένου αυτοί που συμπληρώνουν το ερωτηματολόγιο να γράφουν την άποψη τους αφού έχουν περάσει από όλες τις δραστηριότητες και όχι μόνο από κάποιες, των τόπων συμμετοχής, του αριθμού των συμμετεχόντων και όπου αυτό ήταν δυνατό του φύλου και της ηλικίας των συμμετεχόντων. Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν σε όλους τους συμμετέχοντες ακριβώς μετά το τέλος της κάθε δραστηριότητας. Αρκετοί (σύνολο 473) ήταν αυτοί που αρνήθηκαν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο ή το επέστρεψαν με αρκετές ελλείψεις, παρόλο που ένα με δύο μέλη της ερευνητικής ομάδας ήταν πάντα παρόντα κατά τη διαδικασία συλλογής των ερωτηματολογίων για την επίλυση πιθανών αποριών. Οι αθλητικές δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής στις οποίες συμμετείχαν τα άτομα από τα οποία ζητήθηκε να συμπληρώσουν τα ερωτηματολόγια ήταν: ορεινή πεζοπορία,

ελεύθερη κατασκήνωση στην ύπαιθρο, προσανατολισμός, ορεινή ποδηλασία, κανό-καγιάκ σε λίμνες, ποτάμια και θάλασσα, rafting, τοξοβολία, παιχνίδια με σχοινιά, αθλητική σκοποβολή, αναρρίχηση-καταρρίχηση, καταδύσεις, θαλάσσια σπορ.

Στατιστική Ανάλυση

Η αξιολόγηση των κινήτρων συμμετοχής σε δραστηριότητες αναψυχής ήταν μέρος μίας ευρύτερης έρευνας. Προκειμένου να διερευνηθεί η αξιολόγηση των κινήτρων συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής με βάση το φύλο και την ηλικία των απαντητών, πραγματοποιήθηκε t-test για ανεξάρτητα δείγματα, με το φύλο ανεξάρτητη μεταβλητή και τα κίνητρα εξαρτημένη. Για την αξιολόγηση με βάση τις πέντε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες πραγματοποιήθηκε One Way Anova για ανεξάρτητα δείγματα με τις ηλικιακές κατηγορίες να αποτελούν την ανεξάρτητη μεταβλητή και τα κίνητρα την εξαρτημένη. Για τη στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS 17 για τις κοινωνικές επιστήμες.

Αποτελέσματα

Ως αναφορά το φύλο και τα κίνητρα πραγματοποιήθηκε t-test για ανεξάρτητα δείγματα, με ανεξάρτητο παράγοντα το φύλο και εξαρτημένη μεταβλητή τα κίνητρα σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Τα αποτελέσματα του t-test έδειξαν ότι μόνο στην περίπτωση της αξιολόγησης του παράγοντα «οικογένεια» παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα ($t = 2.556$, $p < .05$), με τους άνδρες να αξιολογούν πιο χαμηλά το συγκεκριμένο παράγοντα ($M.O. = 4,71$), σε σχέση με τις γυναίκες ($M.O. = 5,05$).

Ως αναφορά τις ηλικιακές ομάδες και τα κίνητρα πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης ως προς ένα παράγοντα (ONE WAY ANOVA), για ανεξάρτητα δείγματα με ανεξάρτητο παράγοντα τις ηλικιακές ομάδες και εξαρτημένη μεταβλητή τα κίνητρα. Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης σχετικά με τα κίνητρα, υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για τον παράγοντα «προβολή», ($F_{4,620} = 2.500$, $p < .05$) και για τον παράγοντα «οικογένεια», ($F_{4,629} = 6.482$, $p < .05$). Η ανίχνευση στατιστικά σημαντικών διαφορών στους παράγοντες «προβολή» και «οικογένεια» ώθησε τους ερευνητές να πραγματοποιήσουν τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe προκειμένου να διαπιστώσουν μεταξύ ποιων ομάδων υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι ο παράγοντας «προβολή» δεν παρουσίασε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των διαφόρων ηλικιακών ομάδων. Όσον αφορά στον

παράγοντα «οικογένεια» στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «μικρότερος/η των 19» και «40-49» (Mean Difference (I-J) -,69447), «20-29» και «30-39» (Mean Difference (I-J) -,65370), «20-29» και «40-49» (Mean Difference (I-J) -,77054), «20-29» και «μεγαλύτερος/η των 50», (Mean Difference (I-J) -,75725), «30-39» και «20-29» (Mean Difference (I-J) ,65370), «40-49» και «μικρότερος/η των 19», (Mean Difference (I-J) ,69447), «40-49» και «20-29», (Mean Difference (I-J) ,77054), «μεγαλύτερος/η των 50» και «20-29», (Mean Difference (I-J) ,75725).

Συζήτηση

Τα αποτελέσματα σχετικά με το φύλο και τα κίνητρα έδειξαν ότι μόνο σε έναν από τους εννέα παράγοντες των κινήτρων, την «οικογένεια», υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές πράγμα το οποίο σημαίνει ότι το φύλο επηρεάζει πολύ περιορισμένα τα κίνητρα συμμετοχής των ανθρώπων που συμμετέχουν σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής και είναι σε συμφωνία με έρευνες στο εξωτερικό όπου οι γυναίκες σε σύγκριση με τους άνδρες παραμένουν σε μικρότερα ποσοστά δραστήριες με πολύ μικρή διαφορά σε όλα τα επίπεδα έντασης της φυσικής δραστηριότητας: έντονη δραστηριότητα 20% γυναίκες - 24% άνδρες, μέτριας έντασης 26% και 27%, χαμηλής έντασης 19% και 20% και τέλος καθόλου φυσική δραστηριότητα 35% και 29% αντίστοιχα (Craig, Russell, Cameron & Beaulieu, 1997). Τα αιτία των παραπάνω αποτελεσμάτων μπορεί να οφείλονται στο ότι οι δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής δεν έχουν ανταγωνιστικό χαρακτήρα και άρα οι διαφορές των δύο φύλων δεν εμφανίζονται. Μία άλλη αιτία μπορεί να είναι το γεγονός ότι στην έρευνα μας συμμετείχαν κυρίως είτε οικογένειες, είτε ζευγάρια οπότε η σύνθεση αυτών των ομάδων δεν μπορεί να εμφανίσει ακραία αποτελέσματα από πλευράς έντασης συμμετοχής σε οτιδήποτε κ.α.

Τα αποτελέσματα σχετικά με τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες και τα κίνητρα έδειξαν ότι μόνο για τους δύο από τους εννέα παράγοντες των κινήτρων, την «προβολή» & την «οικογένεια», υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Στον έναν από αυτούς, την «προβολή», μεταξύ των διαφόρων ηλικιών δεν υπήρξε καμία στατιστικά σημαντική διαφορά ενώ για τον άλλο, την «οικογένεια», υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε οκτώ από τους είκοσι συνδυασμούς που υπήρξαν μεταξύ της καθεμιάς ηλικιακής ομάδας με τις άλλες τέσσερις. Από τα παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η ηλικία ως παράγοντας επηρεάζει πολύ περιορισμένα τα κίνητρα των ανθρώπων για συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής πράγμα το οποίο συμφωνεί και με την ελληνική αλλά και την διεθνή βιβλιογραφία που αναφέρει ότι οι άνθρωποι

οποιασδήποτε ηλικιακής ομάδας δεν επιθυμούν να ασχολούνται με δραστηριότητες που περιέχουν κίνηση, παρόλο που γνωρίζουν τα οφέλη που προκύπτουν για την υγεία τους (Craig & Cameron, 2002; Μακαβέλου, Μιχαλοπούλου, Μακαβέλου, Υφαντίδου, Κουρτέσης & Ζέτου, 2005). Τα αποτελέσματα της έρευνας μπορεί να οφείλονται στο ότι η συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής δεν έχουν υψηλό ανταγωνιστικό χαρακτήρα. Έτσι η συμμετοχή για ανθρώπους οποιονδήποτε ηλικιών είναι κάτι δεδομένο. Το γεγονός ότι μόνο στον παράγοντα «οικογένεια» υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις διαφορές ηλικιακές ομάδες μπορεί να οφείλεται στο ότι μία οικογένεια απαρτίζεται από μέλη που για τελείως διαφορετικούς λόγους συμμετέχουν σε ένα πρόγραμμα και άρα γι' αυτό να εμφανίστηκαν οι διαφορές. Στις ηλικίες των νέων τα κίνητρα για συμμετοχή ήταν χαμηλά πιθανών γιατί λίγες από τις δραστηριότητες που διεξήχθησαν είχαν αμιγώς ομάδες νέων και άρα ένταση καθώς και η συμμετοχής τους σε δράσεις με «αδρεναλίνη», όπως (καταρρίχηση, αναρρίχηση, παιχνίδια στην θάλασσα), στο σύνολο των συμμετοχών ήταν χαμηλή.

Συμπεράσματα

Τα αποτελέσματα που αφορούσαν στο φύλο έδειξαν ότι μόνο σε έναν από τους εννέα παράγοντες των κινήτρων, την «οικογένεια», εμφανίζονται στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών, γεγονός που σε μεγάλο βαθμό επιβεβαιώνει ότι το φύλο επηρεάζει πολύ περιορισμένα τα κίνητρα συμμετοχής των ανθρώπων που συμμετέχουν σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής (Craig, Russell, Cameron & Beau lieu, 1997). Φυσιολογικά οι γυναίκες φαίνεται να κινητοποιούνται περισσότερο όταν μοιράζονται με την οικογένειά τους την εμπειρία συμμετοχής σε προγράμματα υπαίθριας ζωής σε σχέση με τους άνδρες συμμετέχοντες.

Τα αποτελέσματα που σχετίζονταν με τις ηλικιακές ομάδες και τα κίνητρα έδειξαν και πάλι ότι ο παράγοντας οικογένεια επηρεάζει σημαντικά τα άτομα ηλικίας 40-49, καθώς πλέον στην ελληνική κοινωνία πρόκειται για την ηλικιακή ομάδα που έχει ήδη δημιουργήσει οικογένεια. Φυσιολογικά, λοιπόν, επιθυμεί να μοιραστεί την εμπειρία της συμμετοχής σε δράσεις αναψυχής με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειάς. Κάτι τέτοιο δεν ισχύει για τους νεότερους (μικρότερους από 19 και 20-29) καθώς είτε δεν έχουν δημιουργήσει τη δική τους οικογένεια είτε επιθυμούν να ανεξαρτητοποιηθούν από τους γονείς τους.

Η διοίκηση κάθε κέντρου υπαίθριων δραστηριοτήτων και προγραμμάτων κινητικής αναψυχής πρέπει να έχει πρωτεύοντα στόχο την αύξηση της συμμετοχής των ατόμων

που συμμετέχουν στις δραστηριότητες. Οι μάνατζερ και οι εργαζόμενοι σε εταιρίες υπαιθρίων δραστηριοτήτων πρέπει να προσπαθούν να αυξήσουν τους επισκέπτες της περιοχής προσφέροντας νέες δραστηριότητες, προσαρμοσμένες στις ανάγκες των πελατών τους, ανέσεις διαμονής, διατροφής και πρόσβασης σε σημαντικούς τόπους της περιοχής. Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας προκύπτει ότι οι μάνατζερ των σχετικών οργανισμών δε θα πρέπει γενικά να διαφοροποιούν σημαντικά τις προσφερόμενες υπηρεσίες τους λαμβάνοντας υπόψη το φύλο και την ηλικία των ατόμων, καθώς τα κίνητρα συμμετοχής δε φαίνεται να διαφοροποιούνται, με εξαίρεση τα κίνητρα που αφορούν τη συμμετοχή των μελών μίας οικογένειας. Αν για παράδειγμα επιθυμούν να ενισχύσουν τη συμμετοχή γυναικών, θα πρέπει να φροντίσουν για την παροχή προγραμμάτων που καθιστούν εφικτή τη συμμετοχή όλης της οικογένειας. Περισσότερα ερευνητικά δεδομένα και αναλύσεις για το ρόλο των κινήτρων, θα δώσουν πιο σαφή εικόνα των δράσεων που πρέπει ν' αναπτύξει κάθε επιχείρηση ή οργανισμός που σχετίζεται με την παροχή υπηρεσιών υπαίθριας αναψυχής.

Βιβλιογραφία

- Alexandris, K., Kouthouris, C. & Meligdis, A. (2006). Increasing customers' loyalty in a skiing resort. The contribution of place attachment and service quality. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 18(5), 414-425.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Craig, C.L., & Cameron, C. (2002). Increasing physical activity. Assessing Trends 1998-2003. *Physical Activity Monitor 2002*, Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.
- Craig, C.L., Russell, S.J., Cameron, B.A. & Beaulieu, A. (1997). Foundations for joint action. *Reducing Inactivity Report*, Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.
- Crompton, J. & Mackay, K. (1989). User's perceptions of the relative importance of service quality dimensions in selected public recreation programs. *Leisure Sciences*, 11, 367-375.
- Δάντση, Φ., Μπαλάσκα, Π. & Αλεξανδρής, Κ. (2008). Διερεύνηση της σχέσης μεταξύ ανασταλτικών παραγόντων και προσήλωσης των πολιτών σε μαζικά προγράμματα υπαίθριας αναψυχής. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 5(2), 41-52.

- Driver, B.L. & Brown, P.J. (1986). Probable personal benefits of outdoor recreation. *In President's commission on American outdoors (pp. 63-70)*. Washington, D.C.: U.S. Government Printing Office.
- Driver, B.L. & Knopf, R.C. (1977). Personality, outdoor recreation, and expected consequences. *Environment and Behavior*, 9, 169-193.
- Driver, B.L. & Tocher, S.R. (1970). *Elements of outdoor recreation planning*. Ann Arbor, MI: University Microfilms International.
- Driver, B.L. (1983). Master list of items from recreation experience preference scales and domain. Fort Collins, CO: USDA Forest Service, Rocky Mountain Forest and Range Experiment Station.
- Driver, B.L. (1976). Quantification of outdoor recreationists' preferences. In B. van der Smissen (ed.), *Research on camping and environmental education (pp. 165-188)*. State College: The Pennsylvania State University, College of Health, Physical Education, and Recreation.
- Driver, B.L., Tinsley, H.E.A. & Manfredi, M.J. (1991). The paragraphs about leisure and recreation experience preference scales: Results from two inventories designed to access the breadth of perceived psychological benefits of leisure. In B.L. Driver, G. L. Peterson, & P. J. Brown (eds.), *Benefits of leisure (pp. 263-286)*. State College, PA: Venture Press.
- Durall, J.K. (1997). Curative factors in the camp experience: Promoting developmental growth. *Camping Magazine*, 70(1), 25-27.
- Iso Ahola, S.E. (1982). Toward a social psychological theory of tourism motivation: A rejoinder. *Annals of Tourism Research*, 12, 256-262.
- Κουθούρης, Χ. (2009). *Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής – Ακραία αθλήματα. Μάνατζμεντ Υπηρεσιών – Εκπαίδευση στελεχών*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Kyle, G.T., Absher, J.D., Hammitt, W.E. & Cavin, J. (2006). An examination of the motivation – involvement relationship. *Leisure Sciences*, 28, 467-485.
- Kyle, G.T., Graefe, A.R., Manning, R.E. & Bacon, J. (2004a). Predictors of behavioural loyalty among hikers along the Appalachian Trail. *Leisure Sciences*, 26(1), 99-118.
- Leitner, T. 1996. *Genetic variation of HIV-1*. Thesis. Karolinska Institute, Stockholm, Sweden.
- Μακαβέλου, Π., Μιχαλοπούλου, Μ., Μακαβέλου, Σ., Υφαντίδου Γ., Κουρτέσης, Θ. & Ζέτου Ε. (2005). Επιδράσεις ηλικίας και φύλου στη φυσική δραστηριότητα

ενηλίκων στην Ελλάδα. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 3(2), 176-186.

Manfredo, M.J., Driver, B.L. & Tarrant, M.A. (1996). Measuring leisure motivation: A meta-analysis of the Recreation Experience Preference scales. *Journal of Leisure Research*, 28, 188-213.

Μπουλουγούρης, Β. (2010). Επιστροφή στην φύση. Εφημερίδα «ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ», 24-12-2010. www.dimokratia.gr.

Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.

Τζέτζης, Γ. (2007). Αξιολόγηση των οφελών και της αυτοαποτελεσματικότητας μαθητών σε προγράμματα φυσικής δραστηριότητας. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 4(1), 36-47.

Χρόνη, Σ. & Ζουρμπάνος, Ν (2001). Ψυχολογικά οφέλη από συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. *Φυσική Δραστηριότητα και Ποιότητα, Ειδικό τεύχος. Διοίκηση δραστηριοτήτων αναψυχής*, 1-6.