



**Διερεύνηση κινήτρων συμμετοχής σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες
αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας**

Ντάκουρης Β.¹, Υφαντίδου Γ.², Κώστα Γ.², Μιχαλοπούλου Μ.², Τσίτσκαρα Ε.²

1. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
2. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Υπεύθυνος Επικοινωνίας:

Ντάκουρης Βασίλης

E-mail: ntakourisbas@gmail.com

Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής, Vol.8, pp.50-73, 2014

© 2014 J.S.T.a.R. All rights reserved. ISSN: 1792-1686

To link to this article: <http://jstar.gr/Contents.aspx?Y=2014&V=8&Is=c>

Διερεύνηση κινήτρων συμμετοχής σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η μελέτη των κινήτρων συμμετοχής που έχουν οι συμμετέχοντες σε υπαίθριες δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής σε Εθνικό Δρυμό. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 201 συμμετέχοντες σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής που έλαβαν χώρα στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας τους μήνες Μαρτίου και Απριλίου του 2013. Στην έρευνα συμμετείχαν 111 άνδρες (55,2%) και 90 γυναίκες (44,8%), χωρισμένοι σε πέντε ηλικιακές ομάδες (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). Για την αξιολόγηση των κινήτρων χρησιμοποιήθηκαν 38 μεταβλητές της κλίμακας Προτίμησης της Αναψυχικής Εμπειρίας (Recreation Experience Preference - REP) του Driver και των συνεργατών του (Driver, 1983; Driver & Knopf, 1977; Driver & Tocher, 1970; Driver, Tinsley & Manfreda, 1991; Manfreda, Driver & Tarrant, 1996). Από την διερευνητική παραγοντική ανάλυση προέκυψαν 9 παράγοντες: α) επίδειξης, β) άσκησης, γ) ρίσκου, δ) φυγής, ε) κοινωνικοποίησης, στ) επαφής με την οικογένεια, ζ) επαφής με τη φύση, η) βελτίωσης, και θ) χαλάρωσης. Βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ηλικιακών ομάδων μόνο για τους παράγοντες κινητοποίησης «επίδειξη», «φυγή» και «επαφή με την φύση». Στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα παρουσιάστηκαν μόνο στην αξιολόγηση των παραγόντων «επαφή με την οικογένεια» και «επαφή με την φύση». Συμπερασματικά, οι υπεύθυνοι για το σχεδιασμό δασικής αναψυχής δεν θα πρέπει γενικά να διαφοροποιούν σημαντικά τις προσφερόμενες ευκαιρίες και υπηρεσίες για αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, λαμβάνοντας υπόψη το φύλο, την ηλικία, καθώς τα κίνητρα συμμετοχής δεν φαίνεται να διαφοροποιούνται σημαντικά.

Λέξεις κλειδιά: κίνητρα, κλίμακα REP, δασική αναψυχή, αθλητισμός αναψυχής.

Exploring motives which participants have in outdoor recreational sports activities at National Park of Parnitha

Abstract

The purpose of this research was to study the participation motives in outdoor recreational sports activities. The sample of our research consisted of 201 participants who joined outdoor recreational sports activities, which were carried out at National Park of Parnitha on March and April of 2013. The survey comprised of 111 men (55,2%) and 90 women (44,8%), who were divided in five age groups (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). For the evaluation of motives we used the scale of Driver and their partners' (Driver, 1983; Driver & Knopf, 1977; Driver & Tocher, 1970; Driver, Tinsley & Manfredo, 1991; Manfredo, Driver & Tarrant, 1996), who formed the scale of Recreation Experience Preference – (REP) which has 38 variables. Nine primary REP factors were identified a) show off, b) exercise, c) risk, d) escape, e) socialization, f) family togetherness, j) contact with the nature, h) skill development and i) relax. The results supported statistically significant differences only between age groups and dimension of «show of», «risk» και «contact with the nature». Also, the results supported statistically significant differences between gender in only dimensions of « family togetherness » and « contact with the nature ». Consequently, forest recreation managers should not generally differentiate the recreational opportunities and services for leisure sports taking into account gender, age, because the participations' motives does not seem to differ significantly.

Key words: motivations, REP scale, forest recreation, recreational sport

Διερεύνηση κινήτρων συμμετοχής σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας

Εισαγωγή

Ο τρόπος διάθεσης του ελεύθερου χρόνου κάθε ατόμου σε μία ανεπτυγμένη κοινωνία αποτελεί προσωπική υπόθεση και οπωσδήποτε συνδέεται άμεσα με τη φιλοσοφία, την κουλτούρα και τις ανάγκες του κάθε ατόμου ξεχωριστά. Είναι αποδεκτό ότι η «αναψυχή», ως τελικό προϊόν ενασχόλησης ενός ατόμου με δραστηριότητες «σχόλης», έχει ευεργετικές ιδιότητες, στη σωματική, ψυχική, πνευματική, και συναισθηματική του υγεία. Η επιλογή των κατάλληλων μεθόδων «ψυχαγωγίας», «διασκέδασης», και «αθλητισμού αναψυχής», είναι ευθύνη και υποχρέωση ξεχωριστά κάθε ατόμου, αλλά κυρίως και κάθε οργανωμένης κοινωνίας (Κουθούρης, 2006).

Η συμπεριφορά του ατόμου ως προς την απόφασή του για συμμετοχή σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής μπορεί να επηρεαστεί από εξωτερικά κίνητρα, τα οποία αναφέρονται στην ύπαρξη εξωτερικών ανταμοιβών όπως είναι η κοινωνική αναγνώριση και η θετική κριτική από το κοινωνικό περιβάλλον και από εσωτερικά κίνητρα που σχετίζονται με τη βίωση θετικών εμπειριών από τη συμμετοχή, όπως την αισθητική απόλαυση, τη διασκέδαση, τη μάθηση και τον ενθουσιασμό (Deci & Ryan, 1985). Δεν υπάρχει όμως ένας ενιαίος μηχανισμός που μπορεί να εξηγήσει την δράση όλων των κινήτρων αλλά πολλοί επιμέρους μηχανισμοί ανάλογα με το κίνητρο που μελετούμε κάθε φορά. Το κοινό στοιχείο όλων των επιμέρους κινήτρων είναι ότι προσφέρουν το αναγκαίο ενεργειακό δυναμικό, την τάση η οποία είναι απαραίτητη προκειμένου να κατευθυνθεί η συμπεριφορά προς συγκεκριμένα προσδοκώμενα αποτελέσματα. Ένα από τα αντικείμενα της μελέτης των κινήτρων είναι ο εντοπισμός των αιτιών που οδηγούν σε συγκεκριμένη κάθε φορά συμπεριφορά ή δράση. Τέτοια αίτια μπορεί να είναι εσωτερικές ή εξωτερικές δυνάμεις, ανάλογα με τον τόπο στον οποίο εντοπίζονται, μπορεί να είναι συναισθήματα, ορμές, επιθυμίες ή ακόμη στόχοι και επιδιώξεις, ή ερεθίσματα διάφορων τύπων. Να επισημανθεί ωστόσο, ότι η γενικότερη έρευνα και μελέτη των κινήτρων δεν αρκείται μόνο σε αυτά που το άτομο λέγει, διότι ο μηχανισμός σχηματισμού της υποκειμενικής εμπειρίας είναι κάτι κατά το οποίο δεν είναι ακόμη πλήρως γνωστό και τα αίτια της συμπεριφοράς μπορεί να μην είναι πάντα εύκολο να συνειδητοποιηθούν και να αναφερθούν από το άτομο (Κωσταρίδου-Ευκλείδη, 2012).

Οι δραστηριότητες που προσφέρουν αναψυχή σε ένα άτομο μπορεί να μη σχετίζονται μεταξύ τους ενώ μπορεί να διαφέρουν και από άτομο σε άτομο. Αυτό

συμβαίνει λόγω των διαφορών του κάθε ατόμου στην εκπαίδευση, την προσωπικότητα, το φύλο, τη θρησκεία, την κοινωνική και πολιτισμική καταγωγή. Επίσης ο χρόνος που διαθέτει ένα άτομο στην αναψυχή διαφέρει από άτομο σε άτομο, λόγω της διαφοράς που έχουν τα άτομα ως προς τον κορεσμό των αναγκών τους. Από τα άνω χαρακτηριστικά συμπεραίνουμε πως η αναψυχή είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τον ελεύθερο χρόνο, καθώς οι δραστηριότητες αναψυχής γίνονται για ευχαρίστηση στον ελεύθερο χρόνο και όχι για αποκομιδή κάποιου κέρδους όπως γίνεται στον χώρο εργασίας (Κωνσταντίνος, 2010). Οι άνθρωποι συμμετέχουν σε προγράμματα αναψυχής, κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου τους, για διάφορους λόγους και κυρίως για διασκέδαση και για βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης. Ο σημαντικότερος λόγος συμμετοχής είναι η βελτίωση ή η διατήρηση της σωματικής και πνευματικής τους υγείας. Κάποια άτομα συμμετέχουν για λόγους κοινωνικοποίησης, μιας και ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά του αθλητισμού γενικότερα είναι η άμεση ή έμμεση επαφή με άλλους ανθρώπους. Για άλλους η συμμετοχή σε προγράμματα αναψυχής αποτελεί ευκαιρία για ψυχική ευφορία, για επίτευξη των στόχων τους, ακόμη και για τη μείωση του άγχους (Mull, Bayless, Ross, & Jamieson, 1997). Η πλειονότητα των ερευνών που πραγματοποιήθηκαν στην περιοχή της αναψυχής και του ελεύθερου χρόνου υπεράσπισαν τη σημαντικότητα κινήτρων σχετικών με την ευχαρίστηση και την διασκέδαση (Κουθούρης, 2008).

Η Χρόνη (2001) ανέφερε, «πως οι ανάγκες του αθλητισμού αναψυχής δείχνουν να αποτελούν παρακλάδια των αναγκών της ευρύτερης αναψυχής. Οι αθλητές αναψυχής συμμετέχουν στον αθλητισμό και για λόγους άλλους πέρα από την ικανότητα απόδοσης. Οι Whelan και συν. (1995), αναφέρουν τις ευκαιρίες διαχείρισης του στρες, ρύθμισης του βάρους και της διάθεσης, τη βελτίωση λειτουργιών του σώματος, την αντίσταση προς την διαδικασία γήρατος και τη δημιουργία κοινωνικών σχέσεων ως σημαντικούς λόγους συστηματικής ενασχόλησης με τον αθλητισμό αναψυχής» (σελ. 22).

Οι Manfredο, και συν. (1996), συγκεντρώνοντας έρευνες τριάντα χρόνων , αναφορικά με τους λόγους συμμετοχής των ατόμων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής, δημιούργησαν την κλίμακα REP (Recreation Experience Preference). Η κλίμακα περιλαμβάνει 19 βασικές κατηγορίες κινήτρων συμμετοχής, ενώ κάποιες εμπεριέχουν περαιτέρω υποκατηγορίες (από 2 έως 7). Βασικές κατηγορίες κινήτρων είναι: 1. Επίτευξη/ώθηση (με κατηγορίες την κοινωνική αναγνώριση, την ενίσχυση της αυτό εικόνας, την ανάπτυξη δεξιοτήτων κ.α.) 2. Αυτονομία-ηγεσία (ανεξαρτησία, αυτονομία, έλεγχος) 3. Ρίσκο. 4. Εξοπλισμός. 5. Συνεύρεση οικογένειας. 7. Νέοι άνθρωποι (γνωριμία με νέους ανθρώπους). 8. Γνώση (γενική γνώση, εξερεύνηση κ.ά.).

9. Απόλαυση της φύσης (γενική εμπειρία στην φύση κ.ά.). 10. Αυτό έλεγχος. 11. Δημιουργικότητα. 12. Νοσταλγία. 13. Σωματικές ικανότητες. 14. Σωματική ξεκούραση (χαλάρωση). 15. Διαφυγή από προσωπικές/κοινωνικές πιέσεις (απελευθέρωσης έντασης κ.ά.). 16. Διαφυγή από σωματική πίεση (γαλήνη, ηρεμία, ησυχία). 17. Κοινωνική ασφάλεια. 18. Εκπαίδευση-οδήγηση τρίτων. 19. Μείωση κινδύνων (αποφυγή ρίσκων) (Κουθούρης, 2009).

Η αξιολόγηση των εκάστοτε ανθρώπινων αναγκών αναψυχής οδηγεί στην εξακρίβωση και αναγνώριση του ποιος λαμβάνει μέρος σε ποια δραστηριότητα αναψυχής, πότε, που και για πόσο καιρό. Έτσι, αν λάβουμε υπόψη μας, τις αλλαγές των επιθυμιών και των προτιμήσεων των ατόμων για τις διάφορες δραστηριότητες, το ψυχοφυσιολογικό μέρος της αναψυχής και τα συνδυάσουμε με τον ελεύθερο χρόνο των ατόμων, τον τρόπο επιλογής και μετακίνησης τους, σε σχέση με το ατομικό τους εισόδημα, τότε μπορούμε να βρούμε τις κατευθυντήριες γραμμές που αφορούν στη διατήρηση, σχεδιασμό, αξιοποίηση και ανάπτυξη των διαφόρων περιοχών αναψυχής (Παπασταύρου & Μακρής, 1985).

Η δασική αναψυχή είναι ένα μόνο μέρος της πλατιάς κατηγορίας των δραστηριοτήτων αναψυχής. Ένα σημαντικό υποσύνολο της δασικής αναψυχής αλλά και του αθλητισμού αναψυχής είναι οι υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στο δάσος και στις οποίες συμμετέχουν άτομα διαφόρων ηλικιών, τα οποία θέτουν ως προτεραιότητα την ευχαρίστηση και αναψυχή και η ενασχόληση τους δεν εμπίπτει στις κατηγορίες του επαγγελματικού και ερασιτεχνικού αθλητισμού (Χρόνη, 2001).

Στο πλαίσιο της αναψυχικής οργάνωσης των δασών είναι ανάγκη να κατανοήσουμε τις νέες απαιτήσεις των σύγχρονων ανθρώπινων κοινωνιών από τα δάση και να γνωρίζουμε τους πραγματικούς ή δυνητικούς επισκέπτες (ποιοι είναι, γιατί έρχονται, τι θέλουν στο δάσος), έτσι ώστε να μπορούμε να ικανοποιηθούν με τον καλύτερο τρόπο οι ανάγκες τους στην δασική αναψυχή, χωρίς να τεθεί σε κίνδυνο η υπόσταση του δάσους ως φυσικό οικοσύστημα (Κασιούμης, 2010). Τόσο οι συμμετέχοντες σε δραστηριότητες δασικής αναψυχής, όσο και τα κίνητρα συμμετοχής τους και οι προσδοκίες τους πρέπει να αποτελούν εν δυνάμει αντικειμενικό στόχο για τους εκάστοτε διαχειριστές. Πιθανές διαφορετικές προσεγγίσεις εκ μέρους των πρώτων σε συγκεκριμένα διαχειριστικά μέτρα, ίσως δώσουν -λειτουργώντας μονοσήμαντα – πολύτιμες συμβουλές στους δεύτερους (Watson, Cole, Turner & Reynolds, 2000).

Ειδικότερα, σύμφωνα με τα συμπεράσματα της "Έρευνας Δασικής Αναψυχής" του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, η διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας, όπως και κάθε άλλη πληροφορία για τους επισκέπτες του Δρυμού, θα βοηθήσουν και θα υποστηρίξουν τον ορθό σχεδιασμό της διαχείρισης και ελέγχου της αναψυχικής δραστηριότητας, έτσι ώστε να χωροθετηθεί σωστά, να αποκτήσει ισόροπο χαρακτήρα, να γίνει περισσότερο λειτουργική και να συμβάλλει στην προστασία, βελτίωση και αναβάθμιση του μοναδικού πλέον πνεύμονα πρασίνου του λεκανοπεδίου Αττικής, ο οποίος καλείται να καλύψει εξ ολοκλήρου τις ανάγκες δασικής αναψυχής του πληθυσμού των τεσσάρων περίπου εκατομμυρίων κατοίκων της πρωτεύουσας (Αμοργιανιώτης, 1997γ).

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει τα κίνητρα συμμετοχής όσων πραγματοποιούν υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας. Επίσης, στόχος της παρούσας μελέτης ήταν η καταγραφή των δημογραφικών χαρακτηριστικών των συμμετεχόντων.

Μεθοδολογία

Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν οι συμμετέχοντες σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής που έλαβαν χώρα στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας τους μήνες Μάρτιο και Απρίλιο του 2013 και είχαν ηλικία μεγαλύτερη των 14 ετών. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν 201 άτομα εκ των οποίων οι 111 ήταν άνδρες (55,2%) και οι 90 γυναίκες (44,8%).

Μέσα συλλογής των δεδομένων

Για την αξιολόγηση των κινήτρων χρησιμοποιήθηκαν μεταβλητές της κλίμακας του Driver και των συνεργατών του (Driver, 1983; 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), στόχος της οποίας είναι να συλλέγει τα κίνητρα των ατόμων που επισκέπτονται και δραστηριοποιούνται σε διάφορα φυσικά περιβάλλοντα για λόγους αναψυχής. Η παραπάνω κλίμακα αξιολογήθηκε και επιβεβαιώθηκε τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα και στο εξωτερικό από διάφορους ερευνητές (Alexandris,

Kouthouris & Meligdis, 2006; Alexandris et al., 2009; Δαλάκης et al., 2011; Kyle, Absher, Hammitt & Cavin, 2006; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2004). Ειδικά, στη συγκεκριμένη έρευνα τα κίνητρα μελετήθηκαν με μία προσαρμοσμένη στις ανάγκες της εκδοχή της κλίμακας REP (Manfredo et al., 1996), όπως αυτή χρησιμοποιήθηκε στην έρευνα των Δαλάκη και συν. (2011). Πραγματοποιήθηκε διερευνητική παραγοντική ανάλυση και αναλύσεις αξιοπιστίας α του Cronbach στις 38 μεταβλητές της. Από τις αναλύσεις, προέκυψαν 9 παράγοντες: α) Επίδειξης με 6 μεταβλητές και $\alpha = .895$, β) Άσκησης με 6 μεταβλητές και $\alpha = .877$, γ) Ρίσκου με 6 μεταβλητές και $\alpha = .875$, δ) Φυγής με 4 μεταβλητές και $\alpha = .907$ ε) Κοινωνικοποίησης με 5 μεταβλητές και $\alpha = .870$, στ) Επαφής με την οικογένεια με 2 μεταβλητές και $\alpha = .931$, ζ) Επαφής με την φύση με 3 μεταβλητές και $\alpha = .913$, η) Βελτίωσης με 3 μεταβλητές και $\alpha = .873$ και θ) Χαλάρωσης με 3 μεταβλητές και $\alpha = .719$. Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 7-βάθμια κλίμακα του Likert, από το 1 ("Διαφωνώ απόλυτα") σε 7 ("Συμφωνώ απόλυτα"). Επιπλέον, συγκεντρώθηκαν στοιχεία για το φύλο, την ηλικία.

Η μεταβλητή «ηλικία» κατηγοριοποιήθηκε σε 5 ηλικιακές υπό-ομάδες ως εξής: 1^η ηλικιακή ομάδα: «14-19 ετών», 2^η ηλικιακή ομάδα: «20-29 ετών», 3^η ηλικιακή ομάδα: «30-39 ετών», 4^η ηλικιακή ομάδα: «40-49 ετών» και 5^η ηλικιακή ομάδα: «50 ετών και μεγαλύτερος/η».

Διαδικασία συλλογής των δεδομένων

Ενημερώθηκε προφορικά η διεύθυνση του Δασαρχείου του Εθνικού Δρυμού Πάρνηθας και ο ίδιος ερευνητής επισκέφτηκε τους ελεύθερους σε πρόσβαση χώρους του Εθνικού Δρυμού κάθε Σάββατο και Κυριακή των μηνών Μαρτίου και Απριλίου του έτους 2013 από τις 10 π.μ. έως τις 6 μ.μ..

Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν στους συμμετέχοντες πριν ή στο τέλος της κάθε ελεύθερης υπαίθριας δραστηριότητάς τους, στους οργανωμένους χώρους αναψυχής του Εθνικού Δρυμού της Πάρνηθας (Μόλας, Παλαιοχωρίου, Αγ. Τριάδος, Μετοχίου, Τατοΐου) και στα κεντρικά μονοπάτια, δρόμους, ποδηλατοδρόμους και αναρριχητικά πεδία. Το ερωτηματολόγιο ήταν ανώνυμο και η συμπλήρωσή του ήταν εθελοντική. Η διανομή των ερωτηματολογίων έγινε από τον ίδιο τον ερευνητή, έτσι ώστε σε περίπτωση αποριών των συμμετεχόντων να επιλύονται επιτόπου. Πριν την συμπλήρωσή τους, δίνονταν οι κατάλληλες εξηγήσεις ιδιαίτερα στους αλλοδαπούς ερωτώμενους. Η συλλογή των ερωτηματολογίων γινόταν άμεσα, αφού πρώτα διαπιστώνονταν ότι απαντήθηκαν όλες οι ερωτήσεις. Συλλέχθηκαν συνολικά 210 ερωτηματολόγια και αποκλείστηκαν 9 λόγω

λαθών στην συμπλήρωσή τους, για να χρησιμοποιηθούν τελικά 201 ερωτηματολόγια, σύμφωνα με τον αρχικό στόχο συλλογής 200 ερωτηματολογίων.

Οι αθλητικές δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής στις οποίες συμμετείχαν τα άτομα από τα οποία ζητήθηκε να συμπληρώσουν τα ερωτηματολόγια ήταν: ορεινή πεζοπορία, ορεινή ποδηλασία, τοξοβολία, ορεινός δρόμος αντοχής, ελεύθερη κατασκήνωση αναρρίχηση-καταρρίχηση.

Στατιστική Ανάλυση

Για την διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής στις υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας ανάλογα με τις ηλικιακές ομάδες των συμμετεχόντων στην έρευνα, έγινε ανάλυση one way ANOVA για ανεξάρτητα δείγματα. Τα κίνητρα ήταν η εξαρτημένη μεταβλητή και οι πέντε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες ήταν η ανεξάρτητη μεταβλητή (με πέντε διαφορετικές βαθμίδες).

Για την διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής στις υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας ανάλογα με το φύλο των συμμετεχόντων στην έρευνα, έγινε ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Το φύλο ήταν η ανεξάρτητη μεταβλητή (με δύο παράγοντες) και τα κίνητρα ήταν η εξαρτημένη μεταβλητή.

Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν 201 άτομα εκ των οποίων οι 111 ήταν άνδρες (55,2%) και οι 90 γυναίκες (44,8%). Το σύνολο των δημογραφικών χαρακτηριστικών του δείγματος παρουσιάζονται στους Πίνακες 1 & 2.

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ					
ΦΥΛΛΟ	55,2%	44,8%					
	14-19	20-29	30-39	40-49	50<		
ΗΛΙΚΙΑ	10,9%	25,4%	32,8%	31,3%	9,5%		
	ΜΑΘΗ	ΔΗΜΟΣΙ	ΙΔΙΩΤΙΚ	ΕΠΙΧΕΙ	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΕΡ	ΑΛΛ

Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής

	ΤΗΣ ΦΟΙΤΗ ΤΗΣ	ΟΣ ΥΠΑΛΛ ΗΛΟΣ	ΟΣ ΥΠΑΛΛ ΗΛΟΣ	ΡΗΜΑ ΤΙΑΣ	Σ ΕΠΑΓΓΕΛΜ ΑΤΙΑΣ	ΓΟΣ	Ο
ΕΠΑΓΓΕ ΛΜΑ	14,4%	20,4%	31,8%	4,0%	18,9%	7,5%	3,0%
ΕΚΠΑΙ- ΔΕΥΣΗ	6,5%	6,5%	24,4%	16,9 %	31,3 %	14,4%	

Πίνακας 2. Οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΑΝΥΠΑΝΤΡ ΟΣ	ΠΑΝΤΡΕΜΕ ΝΟΣ	ΧΩΡΙΣΜΕ ΝΟΣ	ΧΗΡ ΟΣ	ΣΥΓΚΑΤΟΙΚ ΗΣΗ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	40,3%	51,2%	3,0%	1,0%	4,5%
ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ	47,8%	ΔΕΝ ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ		52,2%	
	1 ΠΑΙΔΙ	2 ΠΑΙΔΙΑ	3 ΠΑΙΔΙΑ		
	16,4%	26,9%	4,5%		

Πραγματοποιήθηκε διερευνητική παραγοντική ανάλυση με την μέθοδο της ανάλυσης σε κύριες συνιστώσες (Principal components analysis) για να διερευνηθεί η παραγοντική δομή των τριάντα οκτώ μεταβλητών της κλίμακας Προτίμησης της Αναψυχικής Εμπειρίας (Recreation Experience Preference – REP). Το κριτήριο καθορισμού των παραγόντων ήταν οι ιδιοτιμές να είναι μεγαλύτερες από 1. Τα μέτρα διάγνωσης της καταλληλότητας της εφαρμογής της ανάλυσης κυρίων συνιστωσών στα

υπό μελέτη δεδομένα Kaiser-Meyer-Olkin (ΚΜΟ) και Bartlett's test of sphericity έδωσαν ικανοποιητικά αποτελέσματα (ΚΜΟ=0,846 και $\chi^2=6262,177$, $p<0,01$). Ως αποδεκτό όριο φόρτισης, προκειμένου να συμπεριληφθεί ένα στοιχείο σε κάποια αθροιστική κλίμακα, θεωρήθηκε το 0,40. Με την παραγοντική ανάλυση αποκαλύφθηκαν εννέα παράγοντες με ιδιοτιμή μεγαλύτερη από ένα οι οποίοι ερμηνεύουν συνολικά το 75,53% της συνολικής διακύμανσης. Επειδή η συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων είναι υψηλή, παρουσιάζονται αποτελέσματα μετά από ορθογώνια (varimax) περιστροφή των αξόνων. Οι παράγοντες είναι οι εξής: επίδειξη, άσκηση, ρίσκο, φυγή, κοινωνικοποίηση, επαφή με την οικογένεια, επαφή με τη φύση, βελτίωση και χαλάρωση.

Πίνακας 3. Αποτελέσματα παραγοντικής ανάλυσης.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Επίδειξη									
Συμμετέχω για να δείξω	.86								
στους άλλους τι αξίζω	5								
Συμμετέχω για να δείξω	.85								
στους άλλους ότι	1								
μπορώ να τα καταφέρω									
Συμμετέχω για να κάνω	.81								
καλή εντύπωση στους	4								
άλλους									
Συμμετέχω για να	.75								
δείχνω στους φίλους	5								
μου τον εξοπλισμό μου									
Συμμετέχω για να	.60								
ξέρουν οι φίλοι μου που	9								
πήγα									
Συμμετέχω για να	.49								
διηγούμαι ιστορίες	2								
στους φίλους μου									
Άσκηση									
Συμμετέχω για να	.84								
αναπτύξω τις δεξιότητες	1								

και ικανότητες μου			
Συμμετέχω	για	να	.83
βελτιωθώ			8
Συμμετέχω	για	να	.80
ελέγξω	τις	ικανότητές	9
μου			
Συμμετέχω	για	να μάθω	.71
τα όριά μου			0
Συμμετέχω	για	να έχω	.57
καλή φυσική κατάσταση			0
Συμμετέχω	για	να	.52
ασκηθώ			9
Ρίσκο			
Συμμετέχω	για	να	.84
αισθάνομαι το ρίσκο			3
Συμμετέχω	για	να ζω σε	.83
επικίνδυνες καταστάσεις			1
Συμμετέχω	για	να	.76
ρισκάρω			2
Συμμετέχω	για	να	.66
αισθάνομαι έκσταση			3
Συμμετέχω	για	να	.59
αισθανθώ την γρήγορη			9
ροή των γεγονότων			
Συμμετέχω	για	να	.42
χρησιμοποιώ		τον	3
εξοπλισμό μου			
Φυγή			
Συμμετέχω	για	να	.86
ξεφύγω	από	τις	0
καθημερινές			
υποχρεώσεις			
Συμμετέχω	για	να	.84

απαλλαγώ από τις καθημερινές εντάσεις	6
Συμμετέχω για να ελαττώσω τις καθημερινές εντάσεις	.84 0
Συμμετέχω για να ξεφύγω από τον συνωστισμό των πόλεων	.82 6
Κοινωνικοποίηση	
Συμμετέχω για να συνομιλώ με καινούργιους ανθρώπους	.87 9
Συμμετέχω για να γνωρίζω καινούργιους ανθρώπους	.87 2
Συμμετέχω για να παρατηρώ άλλους ανθρώπους	.69 4
Συμμετέχω για να είμαι μαζί με τους φίλους μου	.49 6
Συμμετέχω για να κάνω πράγματα με τους φίλους μου	.52 9
Επαφή με την οικογένεια	
Συμμετέχω για να περνάμε χρόνο με την οικογένειά μου	.89 8
Συμμετέχω για να συμμετέχω μαζί με την οικογένειά μου	.88 5

Επαφή με την φύση										
Συμμετέχω για να απολαύσω την φύση										.90 0
Συμμετέχω για να απολαύσω την θέα										.88 0
Συμμετέχω για να είμαι κοντά στην φύση										.80 4
Βελτίωση										
Συμμετέχω για να αισθανθώ περήφανος										.69 7
Συμμετέχω για να βελτιώσω την αυτοπεποίθησή μου										.66 2
Συμμετέχω για να δείξω τι αξίζω										.65 9
Χαλάρωση										
Συμμετέχω για να χαλαρώσω										.68 2
Συμμετέχω για να ξεκουραστώ										.64 3
Συμμετέχω για να αισθανθώ καλά μετά την άσκηση										.57 5
Ιδιοτιμή	4,3	4,1	3,8	3,6	3,0	2,7	2,7	2,2	1,9	
Ερμηνευόμενη διακύμανση	25,	16,	9,3	5,3	4,7	4,2	3,6	3,2	2,6	
Δείκτης αξιοπιστίας του Cronbach	2	9	4	4	5	3	4	5	8	
	.89	.87	.87	.90	.87	.93	.91	.87	.71	
	5	7	5	7	0	1	3	3	9	

Από τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης σχετικά με τα κίνητρα ανάλογα με τις ηλικιακές ομάδες, υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές για τον παράγοντα «επίδειξη», ($F_{(4,196)}=6.083$, $p<.05$), για τον παράγοντα «ρίσκο», ($F_{(4,196)}=3.578$, $p<.05$), για

τον παράγοντα «φυγή», ($F_{(4,196)}=8.020$, $p<.05$), για τον παράγοντα «επαφή με την οικογένεια», ($F_{(4,196)}=2.557$, $p<.05$) και για τον παράγοντα «επαφή με την φύση», ($F_{(4,196)}=4.460$, $p<.05$). Αμέσως μετά την ανίχνευση στατιστικά σημαντικών διαφορών στους παράγοντες «επίδειξη», «ρίσκο», «φυγή», «επαφή με την οικογένεια» και «επαφή με την φύση», πραγματοποιήθηκε τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe προκειμένου να διαπιστωθεί μεταξύ ποιων ομάδων υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Από τα αποτελέσματα φάνηκε, ότι ο παράγοντας «ρίσκο» και ο παράγοντας «επαφή με την οικογένεια», δεν παρουσίασαν στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των διαφόρων ηλικιακών ομάδων. Όσον αφορά στον παράγοντα «επίδειξη», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39» (M.O.=2,20, «14-19» και «40-49» (M.O.=2,49), «14-19» και «μεγαλύτερος/η των 50» (M.O.=2,06). Όσον αφορά στον παράγοντα «φυγή», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «20-29» (M.O.=5,93, «14-19» και «30-39» (M.O.=6,27), «14-19» και «40-49» (M.O.=6,08), «30-39» και «μεγαλύτερος/η των 50» (M.O.=5,18). Όσον αφορά στον παράγοντα «επαφή με την φύση», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39» (M.O.=6,63).

Από τα αποτελέσματα του t-test σχετικά με τα κίνητρα ανάλογα με το φύλο, φάνηκε ότι μόνο στην περίπτωση της αξιολόγησης του παράγοντα «επαφή με την οικογένεια» παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα ($t_{(191.414)}=2.068$, $p<.05$), με τους άνδρες να αξιολογούν πιο χαμηλά το συγκεκριμένο παράγοντα (M.O.=4,44) σε σχέση με τις γυναίκες (M.O.=5,04) και του παράγοντα «επαφή με την φύση» παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα ($t_{(193.759)}=2.372$, $p<.05$), με τους άνδρες να αξιολογούν πιο χαμηλά το συγκεκριμένο παράγοντα (M.O.=6,16) σε σχέση με τις γυναίκες (M.O.=6,51).

Συζήτηση

Είναι γεγονός ότι το επίκεντρο των ερευνών στο τομέα της υπαίθριας αναψυχής επικεντρώνεται στους λόγους που επηρεάζουν τις επιλογές των ατόμων για συμμετοχή σε ανάλογες δραστηριότητες. Αυτός είναι και ο βασικός σκοπός της παρούσας έρευνας, να διερευνήσει τα κίνητρα συμμετοχής όσων συμμετέχουν σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας. Επίσης, στόχος της παρούσας μελέτης ήταν και η καταγραφή του των δημογραφικών χαρακτηριστικών των συμμετεχόντων.

Η παρούσα έρευνα με την εφαρμογή της παραγοντικής ανάλυσης ανέδειξε εννέα παράγοντες κινήτρων συμμετοχής (Επίδειξη, άσκηση, ρίσκο, φυγή, κοινωνικοποίηση, επαφή με την οικογένεια, επαφή με την φύση, βελτίωση και χαλάρωση). Οι εννέα παράγοντες είναι εννοιολογικά καθαροί με αποδεκτή εσωτερική συνοχή, υποστηρίζουν τη δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου, με δείκτες αξιοπιστίας α του Cronbach (Cortina, 1993), με μικρότερο δείκτη αξιοπιστίας αυτού του παράγοντα «Χαλάρωση» ($\alpha=.719$) και με μεγαλύτερο δείκτη αξιοπιστίας αυτού του παράγοντα «Επαφή με την οικογένεια» ($\alpha=.931$). Το γεγονός ότι υπήρχε αυτή η ποικιλομορφία στις προτιμήσεις των συμμετεχόντων αποτελεί από μόνο του ένα χρήσιμο συμπέρασμα για τις ανάγκες τους, το οποίο πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη σε οποιοδήποτε σχεδιασμό παροχής ευκαιριών αθλητικής αναψυχής από τη διαχειριστική αρχή.

Οι παράγοντες κινήτρων συμμετοχής που αναδείχτηκαν στην παρούσα έρευνα είναι δύσκολο να συγκριθούν με παράγοντες άλλων ερευνών ιδιαίτερα εκείνων που πραγματοποιήθηκαν εκτός Ελλάδος, διότι αφενός μεν αναφέρονται σε διαφορετικές κάθε φορά δραστηριότητες και αφετέρου διότι τα κίνητρα συμμετοχής εξαρτώνται και διαφοροποιούνται από τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων (Markland & Hardy, 1993). Παρ' όλα αυτά ορισμένοι παράγοντες εννοιολογικά ταυτίζονται με παράγοντες άλλων ερευνών, ιδιαίτερα εκείνων που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα.

Οι οκτώ από τους εννιά παράγοντες που αναδείχτηκαν στην παρούσα έρευνα ήταν οι ίδιοι με τους οκτώ από τους εννιά παράγοντες που αναφέρθηκαν σε προηγούμενη έρευνα «αξιολόγησης κινήτρων συμμετοχής ατόμων σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής» που πραγματοποιήθηκε σε περιοχές της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης (Δαλάκης et al., 2011). Διαφορά υπήρχε μόνο στην ανάδειξη στην παρούσα έρευνα του παράγοντα «Φυγή», η οποία μπορεί να οφείλεται στο γεγονός πως οι συμμετέχοντες ζουν και δραστηριοποιούνται στην ευρύτερη περιοχή της πόλης της Αθήνας, της μεγαλύτερης πόλης της Ελλάδας με τους γνωστούς έντονους ρυθμούς εργασίας και τα καθημερινά προβλήματα μέσα στο ποιοτικά υποβαθμισμένο περιβάλλον. Οι τέσσερις από τους εννιά παράγοντες κινήτρων συμμετοχής (Ρίσκο, φυγή, κοινωνικοποίηση, επαφή με την φύση) που αναδείχτηκαν στην παρούσα έρευνα ήταν οι ίδιοι με τους τέσσερις από τους επτά παράγοντες που αναφέρθηκαν σε προηγούμενη έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην βόρεια Ελλάδα με συμμετέχοντες στην υπαίθρια δραστηριότητα του σκι (Alexandris et al., 2009).

Αναλύοντας τα αποτελέσματα της έρευνας, που σχετίζονταν με τις ηλικιακές ομάδες και τα κίνητρα συμμετοχής φάνηκε ότι υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές

για τους παράγοντες «Επίδειξη», «Ρίσκο», «Φυγή», «Επαφή με την οικογένεια» και «Επαφή με την φύση». Ο παράγοντας «Ρίσκο» και ο παράγοντας «Επαφή με την οικογένεια», δεν παρουσίασαν στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των διαφόρων ηλικιακών ομάδων. Όσον αφορά στον παράγοντα «Επίδειξη», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39», «14-19» και «40-49», «14-19» και «μεγαλύτερος/η των 50». Όσον αφορά τον παράγοντα «Φυγή», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «20-29», «14-19» και «30-39», «14-19» και «40-49», «30-39» και «μεγαλύτερος/η των 50». Όσον αφορά τον παράγοντα «Επαφή με την φύση», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39». Από τα παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η ηλικία ως παράγοντας επηρεάζει περιορισμένα τα κίνητρα των ανθρώπων για συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Το συμπέρασμα αυτό συμφωνεί με το συμπέρασμα προηγούμενης έρευνας «αξιολόγησης κινήτρων συμμετοχής ατόμων σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής» (Δαλάκης et al., 2011), αλλά τα αποτελέσματα που αναδεικνύουν τις περιορισμένες στατιστικά διαφορές μεταξύ των ηλικιακών ομάδων διαφοροποιούνται μεταξύ των δυο ερευνών. Στην παρούσα έρευνα από τα αποτελέσματα δε φάνηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ηλικιακών ομάδων στον παράγοντα «Επαφή με την οικογένεια», ενώ φάνηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ κυρίως της ηλικιακής ομάδας «14-19» και των άλλων ηλικιακών ομάδων στους παράγοντες «Επίδειξη», «Φυγή» και «Επαφή με την φύση». Παρόλο όμως το γεγονός ότι σημαντικά ευρήματα προηγούμενης έρευνας κατέγραψαν περιορισμένη φυσική δραστηριότητα για τα άτομα που βρίσκονται στα πρώτα χρόνια της εφηβείας τους και της ενήλικης ζωής τους σε σύγκριση με τα μεγαλύτερα άτομα (Μακαβέλου et al., 2005) η φυσική δραστηριότητα στο πλαίσιο της αναψυχής αποτελεί τη μόνη περίπτωση που τα μικρότερα σε ηλικία άτομα ήταν σημαντικά πιο δραστήρια από τους μεγαλύτερους σε ηλικία άνδρες και γυναίκες (Margetts, Rogers, Widhal, Remaut de Winter & Zunft, 1999).

Από τα αποτελέσματα που σχετίζονταν με το φύλο και τα κίνητρα συμμετοχής φάνηκε ότι μόνο στις περιπτώσεις της αξιολόγησης των παραγόντων «Επαφή με την οικογένεια» και «Επαφή με την φύση» παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα, με τους άνδρες να αξιολογούν πιο χαμηλά τους συγκεκριμένους παράγοντες. Από τα παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε ότι το φύλο ως παράγοντας επηρεάζει πολύ περιορισμένα τα κίνητρα των ανθρώπων για συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Το συμπέρασμα αυτό τείνει να συμβαδίσει με

έρευνα σε ολόκληρη την Ευρώπη, όπου δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στο φύλο των συμμετεχόντων σε κινητικές δραστηριότητες και οι άντρες παραμένουν σε μεγαλύτερα ποσοστά δραστήριοι με μικρή διαφορά από τις γυναίκες (συχνή κινητική δραστηριότητα άντρες 9% - γυναίκες 7%, με κάποια μικρή συχνότητα 36% και 30%, σπάνια 18% και 16% και τέλος καθόλου κινητική δραστηριότητα 37% και 47% αντίστοιχα) (Directorate General for Communication, 2014). Ομοίως δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στο φύλο των συμμετεχόντων σε κινητικές δραστηριότητες σε έρευνα στον Καναδά (έντονη δραστηριότητα 41% άντρες – 37% γυναίκες, μέτρια δραστηριότητα 27% άντρες – 27% γυναίκες, μικρή δραστηριότητα 20% άντρες – 23% γυναίκες, καθόλου δραστηριότητα 17% άντρες – 13% γυναίκες) (Craig, Russel, Cameron & Beaulieu, 1997) Οι μικρές διαφορές υπέρ των ανδρών που αναφέρονται στην διεθνή βιβλιογραφία, πιθανά να μην αναδείχτηκαν στα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας λόγω του χαμηλού επιπέδου φυσικής δραστηριότητας των ανδρών που συμμετείχαν στην έρευνα. Τα αποτελέσματα της παρούσης έρευνας που σχετίζονταν με το φύλο και τα κίνητρα έχουν υποστηριχτεί και από προηγούμενη έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα, όπου τα αποτελέσματα είχαν δείξει ότι μόνο σε έναν από τους εννέα παράγοντες των κινήτρων, την «Οικογένεια», υπήρξαν στατιστικές σημαντικές διαφορές και είχε διατυπωθεί η αιτιολογία πως τα αποτελέσματα αυτά μπορεί να οφείλονται τόσο στο γεγονός πως στην έρευνα συμμετείχαν κυρίως είτε οικογένειες, είτε ζευγάρια, οπότε η σύνδεση των ομάδων δεν μπορεί να εμφανίσει ακραία αποτελέσματα από πλευράς έντασης συμμετοχής, όσο και στο γεγονός πως οι δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής δεν έχουν ανταγωνιστικό χαρακτήρα και άρα οι διαφορές των δυο φύλων δεν εμφανίζονται (Δαλάκης et al., 2011).

Η κατανόηση και η εκτίμηση, μέσω της κλίμακας REP, των προτιμήσεων των επισκεπτών στο δάσος και ταυτόχρονα συμμετεχόντων σε υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, είναι πολύτιμη όχι μόνο για την επί τόπου διαχείριση της δασικής αναψυχής, αλλά επίσης και για άλλες πτυχές της διοργάνωσης της αναψυχής, όπως η κατανομή των πόρων και οι αποφάσεις προώθησης συγκεκριμένων δραστηριοτήτων αναψυχής (Raadik et al., 2010). Επίσης ο προσδιορισμός των κινήτρων ως μέσω καθορισμού των αναγκών των χρηστών, συμβάλει ως διαχειριστικός οδηγός στην παροχή ποιοτικών ευκαιριών αναψυχής (Watson et al, 2000). Η διαχείριση αυτή της δασικής αναψυχής, διαφέρει πάρα πολύ από οποιαδήποτε άλλη διαχείριση ενός χώρου, μιας και είναι εξίσου σημαντική και για την διαχείριση και προστασία του φυσικού

περιβάλλοντος (Elands & Marwijk, 2012) με τον υποχρεωτικό καθορισμό της φέρουσας ικανότητας ή χωρητικότητας του (φυσικής, οικολογικής, κοινωνικής, χωρικής αναψυχική).

Οι υπεύθυνοι για τον σχεδιασμό δασικής αναψυχής πρέπει να έχουν πρωτεύοντα στόχο εκτός από την προστασία του δάσους, την αύξηση των συμμετεχόντων στις αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής λαμβάνοντας σημαντικές αποφάσεις για αρκετά θέματα, όπως καθορισμός του είδους, του μεγέθους, της ποιότητας και της κατανομής των χρήσεων αναψυχής, επιλογή δεικτών και προτύπων σχεδίασης, καθορισμό επιπτώσεων στο δάσος, έλεγχο και καθορισμό του μέσου πρόσβασης, δυνατότητα διαμονής και διατροφής και άλλα σχετικά.

Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας προκύπτει ότι οι υπεύθυνοι για το σχεδιασμό δασικής αναψυχής δε θα πρέπει γενικά να διαφοροποιούν σημαντικά τις προσφερόμενες ευκαιρίες και υπηρεσίες για αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, λαμβάνοντας υπόψη το φύλο, την ηλικία, το χρόνο μετακίνησης και το μέσο πρόσβασης, καθώς τα κίνητρα συμμετοχής δεν φαίνεται να διαφοροποιούνται σημαντικά, με την δεδομένη προϋπόθεση πάντα ότι οι επιπτώσεις αυτών δεν ξεπερνούν τα «όρια αποδεκτών αλλαγών» για την προστασία του περιβάλλοντος. Εξαίρεση αποτελούν τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τον παράγοντα «Επίδειξη», με τους νέους 14 έως 19 ετών να διαφοροποιούνται από τις υπόλοιπες ηλικίες, τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τον παράγοντα «Φυγή» και «Επαφή με την φύση», με τις συνήθως μεγαλύτερες ηλικίες να διαφοροποιούνται κυρίως με τους νέους 14 έως 19 ετών και τέλος τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τους παράγοντες «Επαφή με την οικογένεια» και «Επαφή με την φύση» να αξιολογούνται από τις γυναίκες υψηλότερα από τους άντρες.

Στην παρούσα έρευνα υπήρξαν και περιορισμοί που δεν επιτρέπουν την γενίκευση των αποτελεσμάτων. Πιθανά τα αποτελέσματα να επηρεάζονται σημαντικά από την επιλογή του δείγματος λόγω της εθελοντικής συμμετοχής, από την αναληθή απάντηση ορισμένων ερωτώμενων λόγω των υποκειμενικών και επιπόλαιων απαντήσεων τους, από τον διαφορετικό αριθμό επισκεψιμότητας του δάσους λόγω του χρόνου της άνοιξης που πραγματοποιήθηκε η έρευνα, από τις περιβαλλοντολογικές και κλιματολογικές συνθήκες που επικράτησαν κατά την διάρκεια της έρευνας λόγω του ότι ευνοούνται ή όχι από αυτές ορισμένες υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, από τις απαντήσεις που επηρεάστηκαν από την κούραση και τυχόν άλλες αντίξοες συνθήκες που επικράτησαν κατά την διάρκεια της υπαίθριας αθλητικής δραστηριότητας, αφού οι απαντήσεις των ερωτώμενων δόθηκαν πριν ή στο τέλος της κάθε ελεύθερης υπαίθριας δραστηριότητας τους και από το πλήθος ή την ποιότητα των προσφερόμενων

ευκαιριών για υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες σε συγκεκριμένους μόνο χώρους του Εθνικού Δρυμού λόγω της προσέλευσης επισκεπτών με διαφορετικά χαρακτηριστικά από εκείνων που συμμετέχουν σε άλλους χώρους με διαφορετικές δραστηριότητες .

Συμπεράσματα

Τα αστικά δάση και ιδιαίτερα εκείνα δίπλα σε μεγαλουπόλεις παρέχουν ευκαιρίες σε πάρα πολλούς ανθρώπους για ένα ευρύ φάσμα από υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Οι δραστηριότητες αυτές αποτελούν συνήθως μέσο εκτόνωσης για τον άνθρωπο της πόλης καθώς και ένα εναλλακτικό τρόπο δραστηριοποίησης σε αντίδραση του σύγχρονου πιεστικού και ασφυκτικού τρόπου ζωής που δημιουργεί το αστικό περιβάλλον και που επιβάλλουν οι διάφορες κοινωνικές οικονομικές, εργασιακές και πολιτικές συνθήκες. Η γνώση των κινήτρων για τη συμμετοχή σε αυτές τις δραστηριότητες είναι απαραίτητη στο σχεδιασμό και την αειφόρο διαχείριση των δασών αυτών, έτσι ώστε να παρέχονται ευκαιρίες αναψυχής σχετικές με τις προτιμήσεις όσο το δυνατόν περισσότερων συμμετεχόντων, χωρίς όμως την υποβάθμιση του φυσικού πόρου, λόγω καταστροφικών οικολογικών επιπτώσεων.

Στην παρούσα έρευνα διερευνήθηκαν τα κίνητρα συμμετοχής στις υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας καθώς και πιθανές διαφορές ανάμεσα στην ηλικία, στο φύλο.

Από τα αποτελέσματα φάνηκε η ύπαρξη εννέα παραγόντων κινήτρων συμμετοχής (επίδειξη, άσκηση, ρίσκο, φυγή, κοινωνικοποίηση, επαφή με την οικογένεια, επαφή με τη φύση, βελτίωση και χαλάρωση). Από τα αποτελέσματα που σχετίζονταν με τις ηλικιακές ομάδες και τα κίνητρα φάνηκε ότι όσον αφορά στον παράγοντα «Επίδειξη», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39», «14-19» και «40-49», «14-19» και «μεγαλύτερος/η των 50». Όσον αφορά στον παράγοντα «Φυγή», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «20-29», «14-19» και «30-39», «14-19» και «40-49», «30-39» και «μεγαλύτερος/η των 50». Όσον αφορά στον παράγοντα «Επαφή με την φύση», στατιστικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «14-19» και «30-39».

Από τα αποτελέσματα που αφορούσαν στο φύλο και τα κίνητρα φάνηκε ότι μόνο στην περίπτωση της αξιολόγησης του παράγοντα «Επαφή με την οικογένεια» και του παράγοντα «Επαφή με την φύση» παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές

ανάμεσα στα δύο φύλα, με τους άνδρες να αξιολογούν πιο χαμηλά τους συγκεκριμένους παράγοντες σε σχέση με τις γυναίκες.

Από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας προκύπτει ότι οι υπεύθυνοι για το σχεδιασμό δασικής αναψυχής δε θα πρέπει γενικά να διαφοροποιούν σημαντικά τις προσφερόμενες ευκαιρίες και υπηρεσίες για αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, λαμβάνοντας υπόψη το φύλο, την ηλικία καθώς τα κίνητρα συμμετοχής δεν φαίνεται να διαφοροποιούνται σημαντικά, με την δεδομένη προϋπόθεση πάντα ότι οι επιπτώσεις αυτών δεν ξεπερνούν τα «όρια αποδεκτών αλλαγών» για την προστασία του περιβάλλοντος. Εξαίρεση αποτελούν τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τον παράγοντα «επίδειξη», με τους νέους 14 έως 19 ετών να διαφοροποιούνται από τις υπόλοιπες ηλικίες, τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τον παράγοντα «Φυγή» και «Επαφή με την φύση», με τις συνήθως μεγαλύτερες ηλικίες να διαφοροποιούνται κυρίως με τους νέους 14 έως 19 ετών και τέλος τα κίνητρα συμμετοχής ως προς τους παράγοντες «Επαφή με την οικογένεια» και «Επαφή με την φύση» να αξιολογούνται από τις γυναίκες υψηλότερα από τους άντρες.

Η καταγραφή των παραπάνω αποτελεσμάτων , όπως και η καταγραφή οποιοδήποτε άλλων δεδομένων σχετικά με τις απόψεις και τις προτιμήσεις των επισκεπτών, συμβάλει στο να δοθούν απαντήσεις σε ερωτηματικά για μια αποτελεσματική, σύγχρονη διαχείριση ανάπτυξης των αθλητικών δραστηριοτήτων δασικής αναψυχής, τα οποία σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες εδώ και πάρα πολλά χρόνια έχουν απαντηθεί.

Μελλοντικές έρευνες με μεγαλύτερο και αντιπροσωπευτικότερο δείγμα και από άλλους Εθνικούς Δρυμούς της Ελλάδας απαιτούνται, προκειμένου να δοθεί η δυνατότητα σύγκρισης των αποτελεσμάτων και η δυνατότητα εξαγωγής ασφαλέστερων συμπερασμάτων με μεγαλύτερη θεωρητική και πρακτική αξία. Επίσης, μελλοντικές έρευνες μπορούν να ασχοληθούν με την εξέταση του ρόλου των κινήτρων όχι μόνο σε σχέση με δημογραφικά ή προσωπικότητας χαρακτηριστικά όπως το εισόδημα, η μόρφωση και η οικογενειακή κατάσταση, αλλά και σε σχέση με το επίπεδο επικινδυνότητας ή το επίπεδο έντασης των υπαίθριων αθλητικών δραστηριοτήτων αναψυχής.

Τέλος, είναι σημαντικό να τονιστεί, πως περισσότερα ερευνητικά δεδομένα και αναλύσεις για το ρόλο των κινήτρων συμμετοχής , θα διευκολύνει τον σχεδιασμό συγκεκριμένων και αποτελεσματικών παρεμβάσεων για περισσότερες και ποιοτικότερες ευκαιρίες υπαίθριας αθλητικής δραστηριότητας αναψυχής, οι οποίες θα καλύπτουν τις

ανάγκες και τις απαιτήσεις των συμμετεχόντων και θα πραγματοποιούνται με κοινωνικά, οικονομικά και οικολογικά αποδεκτό τρόπο, μέσα στα πλαίσια μιας ολοκληρωμένης και βιώσιμης διαχείρισης της φυσικής κληρονομιάς.

Βιβλιογραφία

- Αμοργιανιώτης, Γ. (1997). *Σχέδιο Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Πάρνηθας, Τεύχος Δ', Παράρτημα Θ' "Έρευνα Δασικής Αναψυχής"*. Αθήνα: Υπουργείο Γεωργίας, Γ.Γ. Δασών και Φυσικού Περιβάλλοντος, Δασαρχείο Πάρνηθας.
- Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D. & Giovani, C. (2009). Segmenting Winter Sport Tourists by Motivation: The Case of Recreational Skiers. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 18, 480-499.
- 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.
- Cortina, J.M. (1993). What Is Coefficient Alpha? An Examination of Theory and Applications. *Journal of Applied Psychology*, 78 (1), 98-104.
- Craig, C.L, Russel, S.J., Cameron, C. & Beaulieu, A. (1997). *Foundation for Joint Action: Reducing physical inactivity*. Ottawa, Ontario: Canadian Fitness and Lifestyle Research Institution.
- Δαλάκης, Α., Τσίσκαρη, Ε., Κώστα, Γ. & Αλεξανδρής, Κ. (2011). Αξιολόγηση των κινήτρων συμμετοχής ατόμων σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής ανάλογα με το φύλο και την ηλικία τους. *Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής*, 4, 43-56.
- Deci, E.L & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Directorate General for Communication. (2014). *Special Eurobarometer 412 "Sport and physical activity"*. European Commission, Directorate-General for Education and Culture.
- 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. & Knopf, R.C. (1977). Personality, outdoor recreation and expected consequences. *Environment and Behavior*, 9, 169-193.

- Driver, B.L., Tinsley, H.E.A. & Manfreda, 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 Driver B.L., Peterson G. L. & Brown P. J. (eds), *Benefits of leisure* (pp. 263-286). State college, PA: Venture Press.
- Driver, B.L. & Tocher, S.R. (1970). *Elements of outdoor recreation planning*. Ann Arbor, MI: University Microfilms International.
- Elands, B.H.M. & Marwijk, R.B.M. (2012). Policy and management for forest and nature based recreation and tourism. *Forest Policy and Economics*, 19, 1-3.
- Κασιούμης, Κ. (2010). Η σημασία της αναψυχής και του δασοτουρισμού στη διαχείριση των δασών. *Εθνικό Ίδρυμα Αγροτικής Έρευνας* (40), 16-19.
- Κουθούρης, Χ. (2006). «Σχόλη», «Αναψυχή», & «Αθλητισμός»: Εννοιολογική συσχέτιση των όρων. *Αναζητήσεις στη φυσική αγωγή & τον αθλητισμό*, 4 (1), 68-77.
- Κουθούρης, Χ. (2008). Διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής σε παιδικές κατασκηνώσεις "περιπέτειας" και η σημασία του μάρκετινγκ των αντίστοιχων οργανισμών. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκησης Αθλητισμού και Αναψυχής*, 5 (2), 4-22.
- Κουθούρης, Χ. (2009). *Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής: Ακραία αθλήματα*. Θεσσαλονίκη: Χριστοδουλίδης.
- Κωνσταντινάκος, Π. (2010). *Δραστηριότητες του Ελεύθερου Χρόνου-Κοινωνική και Οργανωτική Διάσταση*. Αθήνα: Πεδίο.
- Κωσταρίδου-Ευκλείδη, Α. (2012). *Ψυχολογία Κινήτρων*. Αθήνα: Πεδίο.
- Kyle, G.T., Absher, J.D., Hammit, W.E. & Cavin J., (2006). An Examination of the Motivation – Involvement Relationship. *Leisure Sciences*, 28, 467-485.
- Kyle, G., Graefe, A., Manning, R. & Bacon, J. (2004). Predictors of Behavioral Loyalty Among Hikers Along the Appalachian Trail. *Leisure Sciences*, 26, 99-118.
- 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.
- Margetts B.M., Rogers E., Widhal K., Remaut de Winter A.M. & Zunft H.JF. (1999). Relationship between attitudes to health, body weight and physical activity and level of physical activity in a nationally representative sample in the European Union. *Public Health Nutrition*, 2 (1a), 97-103.

- Manfredo, M.J., Driver, B.L, & Tarrant, M.A. (1996). Measuring leisure motivation: A metaanalysis of the Recreational Experience Preference scales. *Journal of Leisure Research*, 28, 188-213.
- Markland, D. & Hardy, L. (1993). The exercise motivations inventory: preliminary development and validity of a measure of individuals; reasons for participation in regular physical exercise. *Personal Individual Differences*, 15 (3), 289-296.
- Mull, R.F., Bayless, K.G., Ross, C.M., & Jamieson, L.M. (1997). *Recreational Sport Management*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Παπασταύρου, Α.Κ. & Μακρής, Κ.Ι. (1985). *Δασική Πολιτική, τεύχος Α'*. Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.
- Raadik, J., Cottrell, S.P, Fredman, P., Ritter, P. & Newman, P. (2010). Understanding recreational experience preferences: Application at Fulufjallet National Park, Sweden. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 10 (3), 231-247.
- Χρόνη, Σ. (2001). Δραστηριότητες Αθλητισμού Αναψυχής στην Ελλάδα: Αντιλήψεις Φοιτητών Φυσικής Αγωγής. *Φυσική Δραστηριότητα & ποιότητα ζωής: Διοίκηση Δραστηριοτήτων Αναψυχής* (1), 20-27.
- Watson, A.E., Cole, D.N., Turner, D.L. & Reynolds, P.S. (2000). *Wilderness Recreation Use Estimation: A Handbook of Methods and Systems*. United States Department of Agriculture.