



Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό
τόμος 2 (1), 51 - 57
Δημοσιεύτηκε: 30 Απριλίου 2004

Inquiries in Sport & Physical Education
Volume 2 (1), 51- 57
Released: April 30, 2004



**Συμμετοχή των παιδιών με νοητική υστέρηση σε προγράμματα άσκησης.
Πρόβλεψη της πρόθεσης των γονέων**

Πέτρος Νάτσος, Φανή Θεοδώρου, Δημήτριος Κοκαρίδας,
Αντώνης Χατζηγεωργιάδης & Γιάννης Θεοδωράκης
ΤΕΦΑΑ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Περίληψη

Η συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης είναι σημαντική για τη βελτίωση της φυσικής, ψυχικής και κοινωνικής κατάστασης του παιδιού με νοητική υστέρηση. Η συμμετοχή αυτή επηρεάζεται καθοριστικά από το ρόλο των γονέων και τη στάση τους απέναντι στην άσκηση. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να ερευνηθεί την πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους με νοητική υστέρηση σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης. Η διερεύνηση έγινε με βάση τη Θεωρία Σχεδιασμένης Συμπεριφοράς. Στην έρευνα συμμετείχαν 45 γονείς παιδιών με νοητική υστέρηση από τρεις πόλεις της Ελλάδας. Χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο, το οποίο αξιολογούσε: στάσεις, υποκειμενικό πρότυπο, αντυλαμβανόμενο έλεγχο και πρόθεση σε ότι αφορά την πιθανή συμπεριφορά των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι ο αντυλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς ήταν ο πιο σημαντικός παράγοντας που επηρέασε την πρόθεση των γονέων για τη συμμετοχή των παιδιών τους σε άσκηση.

Λέξεις κλειδιά: *πρόθεση, γονείς, άσκηση, παιδιά, νοητική υστέρηση*

**Participation of children with mental retardation in exercise programs.
Prediction of parents' intention**

Petros Natsis, Fani Theodorou, Dimitris Kokaridas,
Antonis Chatzigeorgiadis & Yannis Theodorakis
Department of Physical Education and Sport Science, University of Thessaly, Hellas

Abstract

Participation in exercise programs is important for the improvement of physical, mental and social abilities of children with mental retardation and it is decisively influenced by the role of parents and their attitude toward exercise. The purpose of this study was to examine parents' intention to send their children with mental retardation to attend organized exercise programs. The sample constituted of 45 parents of children with mental retardation from three cities of Greece. The design of the study was based on the Theory of Planned Behavior. A questionnaire was administered assessing attitudes, subjective norms, perceived control and intentions in relation to the examined behavior. The results of the study showed that perceived control of behavior was the most important factor that predicting the intention of parents towards participation of their children in exercise programs.

Keywords: *intention, parents, exercise, children, mental retardation*

Εισαγωγή

Η συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης είναι σημαντική για τη βελτίωση της φυσικής, ψυχικής και κοινωνικής κατάστασης των παιδιών με νοητική υστέρηση (Pate & Hohn, 1994). Η φυσική δραστηριοποίηση των παιδιών με νοητική υστέρηση μπορεί να συνεισφέρει σημαντικά στη βελτίωση του καρδιοαναπνευστικού τους συστήματος και την ενδυνάμωση των μυών (Skrobak-Kaczynski & Navić, 1990). Μεγάλες αλλαγές στη φυσική κατάσταση είναι συχνά συνδεδεμένες με τη βελτίωση της εικόνας του σώματος, την προσωπική ανάπτυξη και την κοινωνική αποδοχή (Sherrill, 1998). Τέλος, ένα σημαντικό όφελος της άσκησης είναι η μειωμένη πιθανότητα ανάπτυξης σοβαρών προβλημάτων υγείας που συνδέονται με την υιοθέτηση ενός μη υγιεινού τρόπου ζωής (Shepherd, 1990).

Τα παιδιά με νοητική υστέρηση τείνουν να κάνουν καθιστική ζωή έχοντας χαμηλότερα ποσοστά συμμετοχής σε δραστηριότητες άσκησης από ότι παιδιά με άλλες αναπηρίες (Sit, Lindner & Sherrill, 2002), λόγω χαμηλού επιπέδου φυσικών ικανοτήτων, έλλειψης βασικών δεξιοτήτων και χαμηλών προσδοκιών επιτυχίας (Kozub, 2002). Κάθε κατάσταση η οποία σταματάει την προσπάθεια και την παρακίνηση για άσκηση έχει σημαντικές συνέπειες στη συμπεριφορά, στην ανάπτυξη και στην υγεία των παιδιών με νοητική υστέρηση (Ulrich & Collier, 1990). Τα παιδιά με νοητική υστέρηση που δεν συμμετέχουν σε φυσική δραστηριότητα τείνουν να είναι συνεσταλμένα, να μην εκφράζονται ελεύθερα και να έχουν αισθήματα κατωτερότητας (Shepherd, 1990).

Σύμφωνα με το American College of Sports Medicine (1998), οι προσπάθειες που θα πρέπει να γίνουν προκειμένου τα μικρά παιδιά με νοητική υστέρηση να μάθουν τη δια βίου άσκηση, θα πρέπει να κατευθυνθούν προς τους εξής παράγοντες: στη φυσική αγωγή στο σχολείο, στους επιστήμονες που ασχολούνται με την υγεία, στα οργανωμένα κοινωνικά προγράμματα καθώς και στην επιρροή των γονέων.

Ειδικότερα οι γονείς και η επιρροή που ασκούν στο παιδί αποτελούν τον ισχυρότερο κοινωνικό παράγοντα για συμμετοχή σε άσκηση, ιδιαίτερα στα μικρότερα παιδιά με νοητική υστέρηση (Galland & Galland, 1993). Η επιρροή των γονιών είναι πολύ σημαντική στη ζωή των παιδιών. Οι εμπειρίες που αποκτά ένα παιδί μέσα στην οικογένειά του το προσδιορίζουν σε μεγάλο βαθμό τη ζωή του. Οι αντιλήψεις των γονιών για τις ικανότητες των παιδιών τους επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο συμπεριφοράς των ίδιων των παιδιών (Papaioannou & Theodorakis, 1996). Η επίδραση των γονέων και των αντιλήψεών τους, ως ψυχοκοινωνική μεταβλητή έχει αποδειχθεί από πολλές έρευνες, ότι δια-

δραματίζει ιδιαίτερο ρόλο στην υιοθέτηση της συμπεριφοράς άσκησης από τα παιδιά τους, με ή χωρίς αναπηρίες, (Kimiecik & Horn, 1998; Brustad, 1996; Biddle, & Goudas, 1996; Anderssen, & Wold, 1992). Ωστόσο, η γέννηση ενός παιδιού με αναπηρία έχει σοβαρές συνέπειες στην ισορροπία του ζευγαριού, επηρεάζοντας την οικογένεια και τις σχέσεις που αναπτύσσονται μέσα σε αυτήν. Οι γονείς αυτών των παιδιών τείνουν να είναι υπερπροστατευτικοί, να μην έχουν σταθερή συμπεριφορά απέναντι στο παιδί τους και να διστάζουν να το εντάξουν στο κοινωνικό σύνολο (Boas, Danduran, & McColley, 1999). Οι Sayers, Cowden & Sherrill (2002) έδειξαν στην έρευνά τους, πόσο καλύτερα ένιωσαν οι γονείς παιδιών με σύνδρομο Down όταν εφαρμόστηκε στους ίδιους ένα πρόγραμμα από ειδικούς επιστήμονες προκειμένου να μάθουν πώς να βοηθούν τα παιδιά τους.

Οι γονείς θα πρέπει να διαλέξουν έναν τρόπο εκπαιδευτικής αγωγής από τα πρώτα χρόνια της ζωής του παιδιού. Τα παιδιά με νοητική υστέρηση εξαρτώνται από την οικογένειά τους για να επιβιώσουν και ως εκ τούτου ο ρόλος της οικογένειας δεν μπορεί να παραβλεφτεί (Winnick, 1990). Η μελέτη του οικογενειακού περιβάλλοντος ιδιαίτερα σε παιδιά με νοητική υστέρηση έχει ιδιαίτερη σημασία και συνδέεται με την εξέταση ζητημάτων που αφορούν ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν την πρόθεση και την τελική λήψη απόφασης από τους γονείς παιδιών με νοητική υστέρηση για τη συμμετοχή των παιδιών τους σε προγράμματα άσκησης.

Στα πλαίσια της μελέτης της συμπεριφοράς, έχουν αναπτυχθεί διάφορα μοντέλα που εκφράζουν τις λεγόμενες κοινωνικές - γνωστικές θεωρίες. Μεταξύ αυτών είναι: η Θεωρία Αιτιολογημένης Συμπεριφοράς (Ajzen, 1985; Fishbein, & Ajzen, 1975), η Θεωρία Σχεδιασμένης Συμπεριφοράς (Ajzen, & Madden, 1986; Ajzen, 1988; 1991), καθώς και η Κοινωνική Γνωστική Θεωρία (Bandura, 1977). Τα μοντέλα αυτά παρέχουν μια βάση για την κατανόηση καθοριστικών παραγόντων και για την αλλαγή μιας συμπεριφοράς, καθώς και μια λίστα σημαντικών στόχων πάνω στους οποίους θα στηριχθεί η αλλαγή της συμπεριφοράς. Ένα από αυτά τα μοντέλα είναι και η Θεωρία Σχεδιασμένης Συμπεριφοράς η οποία υπογραμμίζει, πώς η επίδραση πάνω σε ένα άτομο από εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες, καθορίζει την απόφαση του ατόμου αυτού να ακολουθήσει μια συγκεκριμένη συμπεριφορά (Conner, & Norman, 1996).

Η πρόθεση ενός ατόμου να υιοθετήσει μία συμπεριφορά είναι ο κύριος παράγοντας αυτής της συμπεριφοράς (Courneya, & McAuley, 1995; Theodorakis 1992; 1994), η οποία με τη σειρά της, καθορίζεται από τρεις παράγοντες. Ο πρώτος από αυτούς είναι η στάσεις, οι οποίες αντανakλούν τη

συνολική εκτίμηση μιας συμπεριφοράς από το άτομο (Conner, & Norman, 1996). Ο δεύτερος παράγοντας καθορισμού της πρόθεσης είναι το υποκειμενικό πρότυπο που συνίσταται από τα πιστεύω του ατόμου για το αν σημαντικοί άλλοι νομίζουν ότι το άτομο πρέπει να υιοθετήσει ή όχι μία συμπεριφορά, δηλαδή αντανάκλα την αντιλαμβανόμενη κοινωνική πίεση που το άτομο νιώθει να προκειμένου να υιοθετήσει ή όχι μία συμπεριφορά (Dzewaltowski, Noble & Shaw, 1990). Ο τρίτος παράγοντας είναι ο αντιλαμβανόμενος υποκειμενικός έλεγχος της συμπεριφοράς, ο οποίος δείχνει πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι για το άτομο να υιοθετήσει μία συγκεκριμένη συμπεριφορά. Η σύνοψη της θεωρίας σχεδιασμένης συμπεριφοράς είναι ότι ένα άτομο τείνει να υιοθετήσει μία συμπεριφορά όταν την αξιολογεί θετικά, πιστεύει ότι σημαντικοί άλλοι θα εγκρίνουν τη συγκεκριμένη συμπεριφορά και αντιλαμβάνεται ότι η συγκεκριμένη συμπεριφορά βρίσκεται κάτω από τον έλεγχό του (Conner, & Norman, 1996).

Η θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς έχει αποδειχθεί κατάλληλη για την εξέταση των προθέσεων των φοιτητών φυσικής αγωγής να διδάξουν άτομα με αναπηρίες (Theodorakis, Bagiatis & Goudas, 1995). Στην παραπάνω εργασία βρέθηκε ότι οι στάσεις των φοιτητών προς τη διδασκαλία σε άτομα με αναπηρίες σχετιζόνταν θετικά με τις προθέσεις τους για την αντίστοιχη συμπεριφορά. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς παρόλο που δεν έδειξε να έχει άμεση επίδραση στην πρόθεση των φοιτητών, εντούτοις, φάνηκε ότι είχε επίδραση στη δύναμη των στάσεων προς τη συμπεριφορά.

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η εξέταση της πρόθεσης των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους με νοητική υστέρηση σε προγράμματα άσκησης, σύμφωνα με τη θεωρία της σχεδιασμένης συμπεριφοράς. Απώτερος στόχος της έρευνας είναι να βρεθεί αν η πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης επηρεάζεται από τις στάσεις τους, την αντίληψη των πιέσεων από τους άλλους, καθώς και την αντίληψη του ελέγχου της συγκεκριμένης συμπεριφοράς.

Μέθοδος και Διαδικασία

Συμμετέχοντες

Το δείγμα αποτέλεσαν 45 γονείς παιδιών με νοητική υστέρηση από την Αθήνα, τα Τρίκαλα και τον Βόλο (30 γυναίκες, 13 άντρες, ενώ 2 γονείς δεν απάντησαν ως προς το φύλο τους).

Όργανα Αξιολόγησης

Σύμφωνα με τη θεωρία σχεδιασμένης συμπεριφοράς (Ajzen, 1988; 1991), για τη μελέτη της πρόβλεψης της πρόθεσης των γονέων να στείλουν τα

παιδιά τους με νοητική υστέρηση σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης εξετάστηκαν τέσσερις μεταβλητές: η πρόθεση για τη συμπεριφορά, οι στάσεις προς τη συμπεριφορά, το υποκειμενικό πρότυπο, καθώς και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς. Το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε με βάση προηγούμενες εργασίες (Theodorakis, 1994; Theodorakis, et al. 1995). Η πρόθεση υπολογίστηκε από το συνολικό σκορ (άθροισμα) των απαντήσεων σε δύο ερωτήματα: «Σκοπεύω να στείλω το παιδί μου με νοητική υστέρηση να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες» και «Είμαι αποφασισμένος να στείλω το παιδί μου με νοητική υστέρηση να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες». Οι απαντήσεις στο πρώτο ερώτημα αξιολογούνταν με μια 7-βάθμια κλίμακα με διαβαθμίσεις από απίθανο έως πιθανό, ενώ για το δεύτερο ερώτημα χρησιμοποιήθηκε μία 7-βάθμια κλίμακα με τις ακραίες τιμές να εκφράζονται: από το σίγουρα όχι έως το σίγουρα ναι.

Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος υπολογίστηκε με το άθροισμα σε τρία ερωτήματα, στα οποία η αξιολόγηση έγινε με τη χρησιμοποίηση 7-βάθμιας κλίμακας. Το πρώτο ερώτημα ήταν: «Για μένα το να στέλνω το παιδί μου να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες είναι ...», με απαντήσεις να κυμαίνονται από το *δύσκολο* έως το *εύκολο*. Το δεύτερο ερώτημα ήταν: «Αν το ήθελα θα μπορούσα να στέλνω το παιδί μου να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες», με απαντήσεις να κυμαίνονται από το *απίθανο* έως το *πιθανό*. Το τρίτο ερώτημα ήταν: «Πόσο πιστεύεις ότι ελέγχεται από σένα το να στέλνεις το παιδί σου να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες», με απαντήσεις να κυμαίνονται από το *καθόλου* έως το *απόλυτα*.

Η στάση προς τη συμπεριφορά υπολογίστηκε από το ερώτημα: «Το να στέλνω το παιδί μου να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες είναι ...». Η απάντηση στο ερώτημα αυτό γινόταν σε 7-βάθμια κλίμακα, χρησιμοποιώντας πέντε διαφορετικά ακραία επίθετα (κακό-καλό, ανόητο - έξυπνο, άσχημο - όμορφο, δυσάρεστο - ευχάριστο, απωθητικό-ελκυστικό). Το τελικό σκορ ήταν το άθροισμα των απαντήσεων με τη χρησιμοποίηση των διαφορετικών επιθέτων.

Το υποκειμενικό πρότυπο αξιολογήθηκε με δύο ερωτήματα: «Αν στέλνω το παιδί μου να γυμνάζεται τους επόμενους 2 μήνες, πολλά άτομα σπουδαία για μένα θα συμφωνήσουν ή θα διαφωνήσουν» και «Γενικά μ' αρέσει να κάνω αυτό που άτομα σπουδαία για μένα, θέλουν», με απαντήσεις που κυμαίνονταν από το *πιθανό* έως το *απίθανο*. Τα ερωτήματα αξιολογήθηκαν με μία 7-βάθμια κλίμακα, ενώ το τελικό σκορ αποτελούσε το γινόμενο των τιμών στα δύο ερωτήματα.

Διαδικασία

Αρχικά, οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για

το σκοπό της έρευνας και δόθηκαν οδηγίες για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου. Οι γονείς ενθαρρύνθηκαν να απαντήσουν όσο το δυνατόν πιο ειλικρινά και βεβαιώθηκαν ότι οι απαντήσεις τους θα ήταν εμπιστευτικές. Ο συντάκτης της έρευνας ήταν παρών για να απαντήσει σε οποιαδήποτε ερώτηση των γονέων προέκυπτε.

Αποτελέσματα

Αρχικά έγινε έλεγχος της αξιοπιστίας των μεταβλητών. Ακολούθησε ανάλυση συσχέτισης των μεταβλητών μεταξύ τους. Τέλος, έγινε ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης, όπου εξαρτημένη μεταβλητή ήταν η πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης και ανεξάρτητες μεταβλητές η στάση, το υποκειμενικό πρότυ-

πο και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς.

Ο έλεγχος αξιοπιστίας έγινε με τον υπολογισμό του συντελεστή Alpha του Cronbach, και έδωσε αντίστοιχα τις τιμές που φαίνονται στον Πίνακα 1. Όλες οι μεταβλητές παρουσίαζαν αποδεκτό βαθμό αξιοπιστίας, εκτός της μεταβλητής του υποκειμενικού προτύπου, ο οποίος παρουσίασε σχετικά χαμηλό δείκτη αξιοπιστίας (.54).

Από τους μέσους όρους των μεταβλητών φαίνεται ότι η στάση των γονέων παιδιών με νοητική υστέρηση προς το να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης είναι σχετικά υψηλή, ενώ χαμηλότερες μέσες τιμές παρουσιάζουν το υποκειμενικό πρότυπο, η πρόθεση, και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς.

Πίνακας 1. Μέσοι όροι - Τυπική Απόκλιση - Δείκτης Alpha Cronbach και Ανάλυση Συσχέτισης των Μεταβλητών (Συντελεστής συσχέτισης r: Pearson Correlation)

	M.O. (T.A)	Δείκτης Alpha Cronbach	1. Στάση	2. Υποκειμενικό πρότυπο	3. Αντιλαμβ/μενος έλεγχος
1. Στάση	5.75 (±0.96)	.74	--	--	--
2. Υποκειμενικό πρότυπο	25.33 (±16.92)	.54	.19	--	--
3. Αντιλαμβ/μενος έλεγχος	4.74 (±1.47)	.66	.31*	.44**	--
4. Πρόθεση	4.63 (±1.99)	.87	.30	.21	.61**

*Στατιστικά σημαντική για $p < .05$

**Στατιστικά σημαντική για $p < .001$

Πίνακας 2. Ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης για πρόβλεψη της πρόθεσης

	R	R ²	F change	Μεταβλητές πρόβλεψης σε κάθε βήμα	beta	t-value
Βήμα 1	.37	.14	3.03	Στάση	.27	1.7 *
				Υποκειμενικό Πρότυπο	.159	.99
				Αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς	.05	.05
Βήμα 2	.620	.384	15.62	Στάση	.12	.93
				Υποκειμενικό Πρότυπο	.05	.40
				Αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς	.62	4.15**

* Στατιστικά σημαντική για $p < .10$

** Στατιστικά σημαντική για $p < .001$

Στον Πίνακα 1 φαίνεται, επίσης, ότι όλες οι συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών ήταν θετικές και στατιστικά σημαντικές. Η μεγαλύτερη συσχέτιση βρέθηκε ανάμεσα στην πρόθεση και τον αντιλαμβανόμενο έλεγχο συμπεριφοράς.

Στο πρώτο βήμα της ιεραρχικής ανάλυσης παλινδρόμησης εισήχθησαν οι μεταβλητές: στάση και υποκειμενικό πρότυπο, ενώ στο δεύτερο βήμα εισήχθη η μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου συμπεριφοράς, για να βρεθεί η πιθανή ανεξάρτητη συνεισφορά του στην πρόβλεψη της πρόθεσης (Πίνακας 2).

Στο πρώτο βήμα, οι στάσεις και το υποκειμενικό πρότυπο, προέβλεψαν το 14% της διακύμανσης ($F_{(2,38)} = 3.03, p < .10$), με τις στάσεις να είναι ο κύριος παράγοντας πρόβλεψης ($\beta = .27, t = 1.74, p < .10$). Στο δεύτερο βήμα, με την εισαγωγή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου συμπεριφοράς, το ποσοστό της πρόβλεψης ανέβηκε στο 41% της διακύμανσης ($F_{(1,37)} = 8.64, p < .001$), όπου ο μοναδικός σημαντικός παράγοντας πρόβλεψης ήταν ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος ($\beta = .62, t = 4.15, p < .001$).

Συνοπτικά τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι γονείς παιδιών με νοητική στέρση είχαν, σε υψηλό βαθμό, θετική στάση προς το να στείλουν τα παιδιά τους σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης. Επιπλέον, ο σημαντικότερος παράγοντας που επηρεάζει την τελική πρόθεσή τους για τη συμπεριφορά είναι ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς.

Συζήτηση

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας η πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης είναι σε γενικές γραμμές θετική. Από τις τιμές των τριών παραγόντων που καθορίζουν την πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άθλησης, είναι εμφανές ότι η στάση των γονέων είναι υψηλή (5.75), ενώ σχετικά υψηλή είναι και η αντίληψη της πίεσης των άλλων για την πραγματοποίηση της συμπεριφοράς (25.33).

Ωστόσο, οι γονείς δεν αισθάνονται στον ίδιο βαθμό, ότι μπορούν να ελέγχουν την πρόθεσή τους (4.74). Αυτή η σχετικά χαμηλότερη τιμή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου φαίνεται να επηρεάζει τη μέση τιμή της τελικής πρόθεσης των γονέων (4.63), όπως δείχνει το υψηλό ποσοστό συσχέτισης του αντιλαμβανόμενου ελέγχου με την τελική πρόθεση (.61). Με δεδομένη αυτήν την υψηλή συσχέτιση, η μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου εισήχθη ξεχωριστά από τους άλλους δύο παράγοντες στο δεύτερο βήμα, με σκοπό να φανεί η ανεξάρτητη συνεισφορά του στην πρόβλεψη της πρόθεσης.

Τα αποτελέσματα έδειξαν καθαρά ότι ο σημαντικότερος παράγοντας πρόβλεψης είναι ο αντι-

λαμβανόμενος έλεγχος συμπεριφοράς δεδομένου ότι, με την εισαγωγή του, το ποσοστό διακύμανσης της πρόθεσης που προβλεπόταν, αυξήθηκε από το 14% (συνεισφορά της στάσης και του υποκειμενικού προτύπου) στο 41%. Με βάση τα αποτελέσματα, η πρόθεση των γονέων προβλέπεται περισσότερο από τη μεταβλητή του αντιλαμβανόμενου ελέγχου συμπεριφοράς και λιγότερο από τη μεταβλητή της στάσης τους να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης, όπως ίσως θα αναμενόταν.

Το εύρημα αυτό συμφωνεί με τα αποτελέσματα της έρευνας των Boas, Danduran, και McColley (1999) για τις περιπτώσεις γονέων παιδιών με άλλου είδους αναπηρία (κυστική ίνωση), καθώς και τα αποτελέσματα της έρευνας των Atsalakis και Slear (1996), όπου επίσης εξετάστηκε η πρόθεση των γονέων να στείλουν τα παιδιά τους, χωρίς αναπηρίες, σε προγράμματα άσκησης. Ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος προέβλεψε την πρόθεση των γονέων και στις τρεις περιπτώσεις. Φαίνεται δηλαδή ότι γενικότερα, η αντίληψη του ελέγχου της συμπεριφοράς από τους γονείς επηρεάζει την πρόθεσή τους να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης, είτε πρόκειται για παιδιά με αναπηρίες είτε για παιδιά χωρίς προβλήματα υγείας.

Σύμφωνα με τη θεωρία, η αντίληψη ελέγχου της συμπεριφοράς αντανακλά, στην ευκολία ή δυσκολία για την πραγματοποίηση μιας συγκεκριμένης συμπεριφοράς, στην αντιλαμβανόμενη ικανότητα των ατόμων να πραγματοποιήσουν τη συμπεριφορά, καθώς και στην αντίληψη πιθανών εμποδίων και για την εκτέλεση της συμπεριφοράς. Αυτό γενικότερα μπορεί να σημαίνει ότι οι γονείς έχουν την πρόθεση να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης όταν θεωρούν ότι η πρόσβαση των παιδιών τους σ' αυτά είναι εύκολη, όταν οι ίδιοι διαθέτουν τα μέσα και το χρόνο για μια πιθανή δική τους εμπλοκή στη διαδικασία, καθώς και όταν αντιλαμβάνονται ότι δεν υπάρχουν εμποδία για την πραγματοποίηση της συμπεριφοράς. Ειδικότερα, για το συγκεκριμένο πληθυσμό γονέων, η αντίληψη του ελέγχου της συμπεριφοράς μπορεί να περιλαμβάνει επιπλέον στοιχεία όπως, ιδιαίτερες συνθήκες των παρεχόμενων προγραμμάτων άσκησης, ειδικευμένο προσωπικό, κατάλληλο εξοπλισμό και ευκολία πρόσβασης στους χώρους άσκησης, τα οποία απαιτεί η πιθανή συμμετοχή παιδιών με νοητική υστέρηση σε προγράμματα άσκησης.

Όσον αφορά τη συσχέτιση των τριών επιμέρους παραγόντων μεταξύ τους, υψηλότερη συσχέτιση υπάρχει μεταξύ του υποκειμενικού προτύπου (αντιλαμβανόμενη κοινωνική πίεση που νιώθουν οι γονείς από σημαντικούς άλλους) και του αντιλαμβανόμενου ελέγχου συμπεριφοράς. Η συσχέτιση αυτή εξηγείται από το ότι στην προκειμένη περίπτωση, οι αντιλήψεις των σημαντικών άλλων

ατόμων προς τη συγκεκριμένη συμπεριφορά (υποκειμενικό πρότυπο), μπορεί να εκφράζονται ταυτόχρονα και με άμεση συνεισφορά προς τους γονείς παιδιών με νοητική υστέρηση, είτε ως ηθική συμπαράσταση ή πρακτική βοήθεια. Κατ' επέκταση οι αντιλήψεις για την πίεση των άλλων προς τη συμπεριφορά σχετίζονται με την αντίληψη του ελέγχου της συμπεριφοράς από τους γονείς. Εντούτοις, οι ίδιοι οι γονείς δεν δείχνουν να επηρεάζονται άμεσα από τον κοινωνικό παράγοντα στην πρόθεσή τους να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης, καθώς το υποκειμενικό πρότυπο, από μόνο του, δεν συνεισέφερε στην πρόβλεψη της πρόθεσης για συμπεριφορά.

Σύμφωνα με τους Galland και Galland (1993), οι γονείς συνεχίζουν να αποτελούν τον ισχυρότερο παράγοντα επίδρασης στις περιπτώσεις παιδιών με νοητική υστέρηση. Είναι αυτονόητη η ανάγκη για παροχή περαιτέρω υποστήριξης προς τους γονείς προκειμένου, να πληροφορηθούν σχετικά με τα ανάλογα προγράμματα άσκησης, να στείλουν τα παιδιά τους να πάρουν μέρος σε αθλητικές δραστηριότητες και να τα ενθαρρύνουν να παραμείνουν δια βίου ενεργά (Sherrill, 1988).

Με βάση τα αποτελέσματα, οι γονείς των παιδιών με νοητική υστέρηση διατηρούν θετικές στά-

σεις σχετικά με το να στείλουν τα παιδιά τους σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης, ενώ οι στάσεις προβλέπουν σε μικρό βαθμό την πρόθεση για τη συμπεριφορά. Καθώς όμως, η πρόθεση για συμπεριφορά επηρεάζεται κυρίως από την αντίληψη του ελέγχου της συγκεκριμένης συμπεριφοράς από τους γονείς, το ενδιαφέρον θα έπρεπε να εστιαστεί στην ενίσχυση της αντίληψης του ελέγχου της συμπεριφοράς των γονέων. Αυτό σημαίνει, ότι θα έπρεπε: να πραγματοποιούνται ανάλογα προγράμματα άσκησης, οι γονείς να γνωρίζουν την ύπαρξη αυτών των προγραμμάτων και να είναι σε θέση να εντάξουν τα παιδιά τους σ' αυτά. Ιδιαίτερη βαρύτητα θα έπρεπε να δίνεται στην όσο το δυνατόν καλύτερη ενημέρωση και πληροφόρηση, στην αύξηση των προγραμμάτων άσκησης, αλλά κυρίως στη βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών που παρέχουν αυτά.

Προτείνεται, τέλος, μελλοντικές έρευνες να εξακριβώσουν την επίδραση του αντιλαμβανόμενου ελέγχου σε γονείς με παιδιά άλλου είδους αναπηριών, εκτός της νοητικής υστέρησης, καθώς και τους παράγοντες που διευκολύνουν ή παρεμποδίζουν την αντίληψη ελέγχου της συγκεκριμένης συμπεριφοράς.

Σημασία για την Φυσική Αγωγή

Η σημασία του άρθρου είναι μεγάλη καθώς σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, οι ψυχοκοινωνικές μεταβλητές προσδιορίζουν σε μεγάλο βαθμό τη συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης παιδιών με νοητική υστέρηση. Οι καθηγητές Φυσικής Αγωγής οφείλουν να λαμβάνουν υπόψη ότι οι στάσεις των γονέων προς τη συμπεριφορά του να στείλουν τα παιδιά τους σε προγράμματα άσκησης και ο αντιλαμβανόμενος έλεγχος για τη συμπεριφορά τους αυτή, αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες για τη συμμετοχή των παιδιών τους στα εν λόγω προγράμματα. Επομένως, η εφαρμογή προγραμμάτων φυσικής αγωγής σε παιδιά με νοητική υστέρηση πρέπει να στοχεύει ταυτόχρονα στη διαμόρφωση θετικών αντιλήψεων των γονέων προς την άσκηση, καθώς και στη διευκόλυνση της αντίληψης ελέγχου των γονέων προς τη συμπεριφορά αυτή.

Σημασία για την Ποιότητα Ζωής

Η εξέταση των ψυχοκοινωνικών παραγόντων στη μελέτη της συμπεριφοράς προσδιορίζει μία αλληλουχία μεταξύ του σχεδιασμού και της εφαρμογής προγραμμάτων άσκησης. Ο ρόλος των γονέων για το συγκεκριμένο πληθυσμό ασκουμένων είναι ιδιαίτερα σημαντικός καθώς επηρεάζει άμεσα τη συμμετοχή σε άσκηση των παιδιών. Ταυτόχρονα, οι αντιλήψεις τους αντανακλούν σε μεγάλο βαθμό στην ποιότητα της κοινωνίας γενικότερα (εκπαίδευση, πολιτισμός, ηθική καλλιέργεια). Μία κοινωνία στην οποία η πιθανότητα άσκησης των ατόμων με αναπηρίες είναι μεγάλη χαρακτηρίζεται από υψηλούς δείκτες ποιότητας ζωής.

Βιβλιογραφία

Ajzen, I. (1985). *From intentions to Action: A theory focus on these important subgroups*. In J. Kurl & J. Beckman (Eds.), *Action-control: From cognition to behavior* (pp. 11-39). Heidelberg: Springer.

Ajzen, I. (1988). *Attitudes, personality, and behavior*. Milton Keynes, England: Open University Press.

Ajzen, I. (1991). *The theory of planned behavior. Organizational behavior and human decision proc-*

- esses, 50, 179-211.
- Ajzen, I., & Madden, T.J. (1986). Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions and perceived behavioral control. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 453-474.
- American College of Sports Medicine. (1998). Opinion statement on physical fitness in children and youth. *Medical Science & Sports Exercise*, 20, 422-423.
- Anderssen, N., & Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 4, 341-348.
- Atsalakis, M., & Sleaf, M. (1996). Registration of children in a physical activity program: an application of the theory of planned behavior. *Pediatric Exercise Science*, 8, 166-176.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying model of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Biddle, S., & Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health*, 2, 75-78.
- Boas, R., Danduran, J., & McColley, A. (1999). Parental attitudes about exercise regarding their children with cystic fibrosis. *International Journal of Sports Medicine*, 5, 334-338.
- Brustad, J. (1996). Attraction to physical activity in urban school children: parental socialization and gender influences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 3, 316-323.
- Conner, M., & Norman, P. (1996). *Predicting health behavior-research and practice with social cognition models*. Milton Keynes, England: Open University Press.
- Courneya, K., & McAuley, E. (1998). Cognitive mediators of the social influence-exercise adherence relationship: a test of the theory of planned behavior. *Journal of Behavioral Medicine*, 18, 5.
- Dzewaltowski, D., Noble, J., & Shaw, J. (1990). Physical activity participation: social cognitive theory versus the theories of reasoned action and planned behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12, 388-405.
- Fishbein, M., & Ajzen, (1975). *Belief, attitude, intention and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Galland, A., Galland, J. (1993). *L'enfant handicapé mental*. Paris: Decitre.
- Kimiecik, C., & Horn, S. (1998). Parental beliefs and children's moderate-to-vigorous physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2, 163-175.
- Kozub M.F. (2002). Expectations, task persistence, and attributions in children with mental retardation during integrated physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19, 334-349.
- Papaioannou, A., & Theodorakis, Y. (1996). A test of three models for the prediction of intention for participation in physical education lessons. *International Journal of Sport Psychologist*, 27, 383-399.
- Pate, R., & Hohn, R. (1994). *Health and fitness through physical education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sayers, K, Cowden, J., & Sherill, C. (2002). Parent's perceptions of motor interventions for infants and toddlers with Down syndrome. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19, 199-219.
- Shephard, J. R. (1990). *Fitness in special populations*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sherrill, C. (1998). *Adapted physical activity recreation and sport: gross disciplinary and lifespan*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sit, C., Lindner, K., & Sherrill, C. (2002). Sport Participation of Hong Kong Chinese Children With Disabilities in Special Schools. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19, 453-471.
- Skrobak-Kaczynski, J., & Vavic, T. (1980). Physical fitness and trainability in young male patients with Down's syndrome. In K. Berg, & O. Erickson (Eds.), *Children and exercise* (pp. 300-316). Baltimore: University Park Press.
- Theodorakis, Y. (1992). Prediction of athletic participation: a test of planned behavior theory. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 371-379.
- Theodorakis, Y. (1994). Planned behavior, attitude strength, role identity, and the prediction of exercise behavior. *The Sport Psychologist*, 8, 149-165.
- Theodorakis, Y., Bagiatis, K., & Goudas, M. (1995). Attitudes toward teaching individuals with disabilities: application of planned behavior theory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12, 151-160.
- Ulrich, D., & Collier, D. (1990). Perceived physical competence in children with mental retardation: modification of a pictorial scale. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 7, 338-354.
- Winnick, P, J. (1990). *Adapted physical education and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.

