



Παράγοντες που Αναστέλλουν τη Συμμετοχή Μαθητών και Μαθητριών σε Εξωσχολικές Δραστηριότητες Αθλητισμού Αναψυχής. Η Περίπτωση των Σχολείων της Πόλης της Λιβαδειάς

Χρήστος Δαμιανίδης¹, Χαρίλαος Κουθούρης¹, & Κωνσταντίνος Αλεξανδρής²
¹ΤΕΦΑΑ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας
²ΤΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν ο προσδιορισμός των παραγόντων που αναστέλλουν την συμμετοχή μαθητών και μαθητριών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στην πόλη της Λιβαδειάς. Επί μέρους στόχοι της έρευνας ήταν η διαπίστωση διαφορών, αναφορικά με τους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής α) μεταξύ μαθητών των Γυμνασίων και μαθητών των Λυκείων της περιοχής, β) συνολικά μεταξύ μαθητών και μαθητριών, και γ) μεταξύ μαθητών που συμμετέχουν σε προγράμματα αθλητικών συλλόγων και μαθητών αντίστοιχα που δεν συμμετέχουν. Δείγμα της έρευνας απετέλεσαν 643 μαθητές και μαθήτριες (50.2% αγόρια, 49.8% κορίτσια) δημόσιων Γυμνασίων και Λυκείων της πόλης της Λιβαδειάς. Η επιλογή του δείγματος έγινε με αναλογική στρωσιγενή δειγματοληψία. Οι μαθητές συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο των ανασταλτικών λόγων προς την συμμετοχή των Alexandris και Carroll (1997b). Τα αποτελέσματα με ανάλυση MANOVA έδειξαν α) ότι οι μαθητές των Λυκείων αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα εμπόδια απ' ό,τι οι αντίστοιχοι μαθητές των Γυμνασίων ($p < .001$), β) ότι οι μαθήτριες αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα εμπόδια από ότι οι μαθητές ($p < .001$) και γ) οι μαθητές που συμμετέχουν σε προγράμματα αθλητικών συλλόγων αντιμετωπίζουν μικρότερα εμπόδια από ότι οι αντίστοιχοι συμμαθητές τους που δεν συμμετέχουν ($p < .001$). Τα αποτελέσματα συζητούνται με στόχο τη βελτίωση των ευκαιριών για συμμετοχή των μαθητών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, με την υποστήριξη της πολιτείας, των αρχών και των γονέων.

Λέξεις κλειδιά: *ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής, εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής, μαθητές Γυμνασίων και Λυκείων.*

Perceived Constraints on Extracurricular Sports Recreation Activities among Students. The Case Study of Schools of Livadia City in Greece

Christos Damianidis¹, Charilaos Kouthouris¹ & Konstantinos Alexandris²

¹Department of Physical Education and Sports Science, University of Thessaly, Trikala, Hellas²

²Department of Physical Education and Sports Sciences, Aristotle University, Thessaloniki, Hellas

Abstract

The present study aimed to investigate the perception of constraints on extracurricular sports recreation among students, inhabitants of Livadia city in Greece. In particular, the factors investigated were: a) the extracurricular sports recreation constraints among high school students and middle school students, b) the constraints among males and females, and c) the constraints among athletes and non-athletes. The sample was 643 students (50.2% males, 49.8% females) of public middle and high schools in Livadia. The sample was chosen with analogical stratified sampling method. For the measurement of extracurricular sports recreation constraints an adapted version of Alexandris & Carroll's (1997b) questionnaire was used. The MANOVA results indicated that: a) high school students noted statistically significant higher score ($p < .001$) than middle school students. b) females noted statistically significant higher scores in all constraint factors than males ($p < .001$), c) athletes noted statistically significant lower scores in all constraint factors than non-athletes ($p < .001$). Results of the study stressed the need for more opportunities to increase the participation of students on extracurricular sport recreation activities with support of authorities, parents and specialists.

Key words: *perceived constraints, extracurricular sports recreation activities, high and middle school students*

Εισαγωγή

Η ενεργός συμμετοχή των μαθητών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής κρίνεται ιδιαίτερα αναγκαία σήμερα σε κάθε ανεπτυγμένη κοινωνία (Cordes & Ibrahim, 2003). Η εμπλοκή σε ανάλογες δράσεις που έχουν στόχο την ψυχοπνευματική και συναισθηματική ευρωστία των μαθητών αποτελούν συμπεριφορές που πρέπει να υιοθετούνται από την παιδική ηλικία ώστε να παραμένουν δια βίου συνήθειες (Telama, Yang, Laakso, & Viikari, 1997). Παρά το γεγονός ότι τα οφέλη από την ενασχόληση των μαθητών και μαθητριών με εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής είναι γνωστά και θετικά, ενίοτε η προσπάθεια για συμμετοχή συναντά εμπόδια που πρέπει να ξεπεραστούν (Αυγερινός, Στάθη, Almond, & Κιουμουρτζόγλου, 2002). Τα εμπόδια προς την συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής έχουν μελετηθεί από ξένους ερευνητές (Crawford & Godbey, 1987; Jackson, 1991; Raymore, Godbey, & Crawford, 1994) αλλά και Έλληνες (Alexandris & Carroll, 1997; Κουθούρης, Αλεξανδρής, Γιοβάνη, & Χατζηγιάννη, 2005; Κουθούρης, Γκόλτσος & Αλεξανδρής, 2005).

Ως ανασταλτικοί προς την συμμετοχή έχουν ορισθεί «λόγοι που αναγνωρίζονται από τους ερευνητές, γίνονται αντιληπτοί από τα ίδια τα άτομα και οι οποίοι αναστέλλουν ή αποτρέπουν την συμμετοχή του ατόμου σε δραστηριότητες αναψυχής» (Jackson, 1991, σελίδα 279). Σύμφωνα με την αντίστοιχη θεωρία που αναπτύχθηκε από τους Crawford και Godbey (1987) οι ανασταλτικοί λόγοι μπορούν εννοιολογικά να χωρισθούν σε τρεις κατηγορίες: α) σε ενδοπροσωπικούς (αρνητικές ατομικές και ψυχολογικές καταστάσεις του ατόμου έναντι της συμμετοχής, π.χ. χαμηλή αυτοεκτίμηση, έλλειψη τεχνικής), β) σε διαπροσωπικούς (το αποτέλεσμα της διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης ανάμεσα στα άτομα που συμμετέχουν, π.χ. δυσκολία εύρεσης παρέας ή συντρόφου για την συμμετοχή σε μία δραστηριότητα αναψυχής) και γ) σε δομικούς (εξωτερικά εμπόδια τα οποία αναφέρονται ως παρέμβαση ανάμεσα στην προτίμηση του ατόμου και την τελική συμμετοχή ή μη συμμετοχή του, π.χ. έλλειψη οικονομικών πόρων ή εγκαταστάσεων). Οι Crawford, Jackson και Godbey το 1991 επεκτείνοντας την θεωρία τους, πρότειναν το «ιεραρχικό μοντέλο» και υποστήριξαν ότι τα άτομα βιώνουν τις κατηγορίες των ανασταλτικών λόγων με συγκεκριμένη και σταθερή σειρά. Ισχυρότερη κατηγορία λόγων αναστολής αποτελούν οι ενδοπροσωπικοί λόγοι ακολουθούμενοι από τους διαπροσωπικούς και τελευταίοι σε αποτρεπτική ισχύ έρχονται οι δομικοί λόγοι. Μεγάλος αριθμός ερευνών έχει πραγματοποιηθεί με στόχο την εξέταση της σχέσης ανάμεσα σε ανασταλτικούς λόγους προς την συμμετοχή και τα

δημογραφικά χαρακτηριστικά του εκάστοτε δείγματος (Alexandris & Carroll, 1997; Jackson & Henderson, 1995; McGuire, Dottavio, & O'Leary, 1986). Η ηλικία, το φύλο, το επίπεδο της εκπαίδευσης και η συχνότητα συμμετοχής είναι ανάμεσα στις κύριες δημογραφικές μεταβλητές, που έχουν μελετηθεί. Οι Alexandris και Carroll (1997) ομαδοποίησαν τους ανασταλτικούς λόγους προς τη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες σε έξι επί μέρους παράγοντες: α) έλλειψη χρόνου, β) ατομικοί / ψυχολογικοί, γ) περιορισμένο ενδιαφέρον, δ) οικονομικά και προβλήματα πρόσβασης, ε) έλλειψη παρέας και στ) έλλειψη εγκαταστάσεων.

Έρευνες που εξέτασαν τους ανασταλτικούς λόγους συμμετοχής στην ηλικία της εφηβείας, διαπίστωσαν ότι οι αναστολές προς τη συμμετοχή διαφοροποιούνται μεταξύ μαθητών Γυμνασίου και μαθητών Λυκείου, όπως και μεταξύ αθλητών και μη αθλητών (McMeeking & Purkayastha, 1995). Οι μεγαλύτερης ηλικίας μαθητές συμμετείχαν λιγότερο σε αθλητικές δραστηριότητες (Allison, Dwyer, & Makin, 1999; Γογγάκη, Χριστόδουλος, & Κάτσικας, 2004; Flammer & Schaffner, 2003; Τοσουνίδης, 2005) και περισσότερο σε οργανωμένες μορφές αθλητικών δραστηριοτήτων σε σχέση με τους μικρότερους μαθητές (Mota & Esculcas, 2002). Ακόμη το ενδιαφέρον για συμμετοχή σε αθλητικές εξωσχολικές δραστηριότητες είναι μειωμένο σε σύγκριση με αντίστοιχους μαθητές γυμνασίου (Αυγερινός, Στάθη, Almond, & Κιουμουρτζόγλου, 2002; Lee, 2003).

Αναφορικά με το διαφορετικό φύλο διαπιστώθηκε ότι τα κορίτσια αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα εμπόδια από τα αγόρια αυτής της ηλικίας (Kristjansdottir & Vilhjalmsjon, 2001). Ακόμη τα κορίτσια παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα άγχους που σχετιζόνταν με τη διαχείριση του ελεύθερου χρόνου (Shaw, Caldwell, & Kleiber, 1996) και σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης απ' ό,τι τα αγόρια (Raymore, Godbey, & Crawford, 1994).

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν ο προσδιορισμός των παραγόντων που αναστέλλουν τη συμμετοχή των μαθητών και των μαθητριών σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής στην πόλη της Λιβαδειάς. Η σημασία της έρευνας ήταν σημαντική καθώς η ενημέρωση των αρμόδιων αρχών για τους λόγους που αποτρέπουν τους μαθητές και μαθήτριες από τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δράσεις θα διευκόλυνε την δημιουργία στρατηγικών περιορισμού των εμποδίων και αύξηση της συμμετοχής τους.

Οι υποθέσεις της έρευνας σύμφωνα με αποτελέσματα πρότερων ερευνών διαμορφώθηκαν ως ακολούθως: α) οι μαθητές των Λυκείων αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα εμπόδια έναντι των μαθητών

των Γυμνασίων, σχετικά με την συμμετοχή τους σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής, β) οι μαθήτριες στο σύνολό τους (Γυμνασίων και Λυκείων) αντιμετωπίζουν μεγαλύτερα εμπόδια από ότι οι αντίστοιχοι μαθητές, γ) οι μαθητές που συμμετέχουν ενεργά σε αθλητικά σωματεία αντιμετωπίζουν μικρότερα εμπόδια για συμμετοχή σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής από ότι οι αντίστοιχοι μη συμμετέχοντες συμμαθητές τους.

Μέθοδος και Διαδικασία

Συμμετέχοντες

Στην έρευνα συμμετείχαν 643 μαθητές και μαθήτριες των δημόσιων Γυμνασίων και Λυκείων της πόλης της Λιβαδειάς. Από το σύνολο των 1815 εγγεγραμμένων μαθητών επελέγη το 35% του μαθητικού πληθυσμού με αναλογική στρωσιγενή δειγματοληψία κατά βαθμίδα, σχολείο, τάξη και φύλο. Από αυτούς το 50.2% (n=323) ήταν αγόρια και το 49.8% (n=320) ήταν κορίτσια. Οι μαθητές Γυμνασίου ήταν το 44.8% (N=288) ενώ οι μαθητές του Λυκείου ήταν το 55.2% (N=355), του δείγματος. Οι συμμετέχοντες ως αθλητές σε αθλητικούς συλλόγους και σωματεία ήταν 209, ενώ οι μη συμμετέχοντες ήταν 431.

Μέσα συλλογής των δεδομένων

Για την καταγραφή των εμποδίων έγινε χρήση του ερωτηματολογίου των Alexandris και Carroll (1997b) με 35 θέματα. Οι απαντήσεις αξιολογήθηκαν σε επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (διαφωνώ απόλυτα =1, συμφωνώ απόλυτα =7). Σύμφωνα με έρευνα των Alexandris και Carroll

(1997a), τα θέματα ομαδοποιήθηκαν σε έξι παράγοντες (Πίνακας 1). Η συνολική εσωτερική συνοχή της κλίμακας ήταν $\alpha=.91$. Η δομική εγκυρότητα του ερωτηματολογίου έχει αποδειχθεί σε προηγούμενες έρευνες (Alexandris & Carroll, 1997a,b; Κουθούρης κ.α., 2005). Οι μαθητές συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια στις αίθουσες των σχολείων, αφού προηγουμένως εξασφαλιστηκε άδεια από τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του νομού Βοιωτίας. Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα.

Σχεδιασμός & Στατιστική Ανάλυση

Αρχικά έγινε περιγραφική στατιστική για τον υπολογισμό των μέσων όρων και τυπικών αποκλίσεων στο σύνολο του δείγματος. Στη συνέχεια εφαρμόστηκε πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης με εξαρτημένες μεταβλητές τους έξι ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής προς εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες (έλλειψη ενδιαφέροντος, ψυχολογικοί λόγοι, έλλειψη παρέας, έλλειψη χρόνου, οικονομικοί λόγοι, έλλειψη εγκαταστάσεων) και ανεξάρτητη μεταβλητή α) την εκπαιδευτική βαθμίδα των μαθητών, β) το φύλο, γ) τη συμμετοχή τους ή όχι σε αθλητικούς συλλόγους.

Αποτελέσματα

Οι τιμές των έξι ανασταλτικών παραγόντων στο σύνολο του δείγματος των μαθητών που συμμετείχαν στην έρευνα φαίνονται στον Πίνακα 1. Στον ίδιο Πίνακα φαίνονται και οι δείκτες εσωτερικής συνοχής, όπως υπολογίστηκαν για κάθε παράγοντα του ερωτηματολογίου.

Πίνακας 1. Ανασταλτικοί παράγοντες, θέματα, μέσοι όροι, τυπικές αποκλίσεις και συντελεστές αξιοπιστίας.

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

Αποτελέσματα πολυμεταβλητής ανάλυσης διακύμανσης

Από τα αποτελέσματα της MANOVA για ανεξάρτητα δείγματα διαπιστώθηκαν:

α) αναφορικά με την εκπαιδευτική βαθμίδα, διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ μαθητών Γυμνασίου και Λυκείου (Wilks $\Lambda=0.93$, $F=8.07$, $p<.01$, $\eta^2=.071$). Από τα μονομεταβλητά τεστ φάνηκε ότι οι διαφορές ήταν σημαντικές στους τέσσερις από τους έξι παράγοντες των ανασταλτικών παραγόντων: έλλειψη ενδιαφέρο-

ντος ($F_{1,636}=16.44$, $p<.001$, $\eta^2=.025$), έλλειψη παρέας ($F_{1,636}=8.76$, $p<.01$, $\eta^2=.014$), έλλειψη χρόνου ($F_{1,636}=7.35$, $p<.01$, $\eta^2=.011$), έλλειψη εγκαταστάσεων ($F_{1,636}=31.5$, $p<.001$, $\eta^2=.047$), καθώς οι μαθητές του Λυκείου σημείωσαν μεγαλύτερες τιμές από τους μαθητές του Γυμνασίου. Αντίθετα στους δύο παράγοντες, «ψυχολογικοί /ατομικοί» και «οικονομικοί» λόγοι δεν σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές (Πίνακας 2).

β) αναφορικά με το διαφορετικό φύλο, διαπιστώ-

θηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών (Wilks $\Lambda=0.95$, $F=5.01$, $p<.001$, $\eta^2=.045$). Από τα μονομεταβλητά τεστ φάνηκε ότι οι διαφορές ήταν σημαντικές και στους έξι ανασταλτικούς παράγοντες: έλλειψη ενδιαφέροντος ($F_{1,636}=13.27$, $p<.001$, $\eta^2=.02$), έλλειψη παρέας ($F_{1,636}=9.75$, $p<.01$, $\eta^2=.015$), έλλειψη χρόνου ($F_{1,636}=15.8$, $p<.00$, $\eta^2=.024$), έλλειψη εγκαταστάσεων ($F_{1,636}=16.57$, $p<.001$, $\eta^2=.047$), «ψυχολογικοί/ ατομικοί» ($F_{1,636}=8.54$, $p<.01$, $\eta^2=.013$) και «οικονομικοί» λόγοι ($F_{1,636}=22.71$, $p<.001$, $\eta^2=.034$) καθώς τα αγόρια σημείωσαν μικρότερες τιμές από τις αντίστοιχες των μαθητριών (Πίνακας 2).

Γ) αναφορικά με τη συμμετοχή των μαθητών και μαθητριών αθλητών / μη αθλητών σε αθλητικούς

συλλόγους, διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές (Wilks $\Lambda=0.83$, $F=6.50$, $p<.001$, $\eta^2=.058$). Από τα μονομεταβλητά τεστ φάνηκε ότι οι διαφορές ήταν σημαντικές και στους έξι ανασταλτικούς παράγοντες: έλλειψη ενδιαφέροντος ($F_{1,636}=16.44$, $p<.001$, $\eta^2=.025$), έλλειψη παρέας ($F_{1,636}=8.76$, $p<.01$, $\eta^2=.014$), έλλειψη χρόνου ($F_{1,636}=24.88$, $p<.001$, $\eta^2=.105$), έλλειψη εγκαταστάσεων ($F_{1,636}=21.48$, $p<.001$, $\eta^2=.092$), «ψυχολογικοί/ ατομικοί» ($F_{1,636}=14.88$, $p<.001$, $\eta^2=.066$) και «οικονομικοί» λόγοι ($F_{1,636}=19.39$, $p<.001$, $\eta^2=.084$) καθώς οι μαθητές και μαθήτριες αθλητές σημείωσαν μικρότερες τιμές από τις αντίστοιχες των μαθητών και μαθητριών μη αθλητών (Πίνακας 2).

Πίνακας 2. Διαφορές των τιμών των Ανασταλτικών Παραγόντων αναφορικά με το Φύλο, την Εκπαιδευτική Βαθμίδα, και την συμμετοχή ή μη συμμετοχή σε Αθλητικούς Συλλόγους.

	Φύλο		Εκπαιδευτική Βαθμίδα				Μέλος συλλόγων					
	Αγόρια		Κορίτσια		Γυμνάσιο		Λύκειο		Αθλητές		Μη Αθλητές	
Ανασταλτικοί Παράγοντες	M	SD	M	SD	M.O	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Έλλειψη ενδιαφέροντος	2.64**	1.1	2.97	1.1	2.59**	1.1	2.98	1.1	2.27**	1.03	3.07	1.14
Ψυχολογικοί λόγοι	2.23*	.93	2.44	.90	2.30	.91	2.36	.92	2.01**	0.84	2.50	0.91
Έλλειψη παρέας	2.47*	1.0	2.74	1.0	2.47*	.97	2.72	1.1	2.27**	1.02	2.76	1.07
Έλλειψη χρόνου	3.01**	1.0	3.34	1.0	3.05**	1.1	3.29	1.0	2.68**	0.99	3.42	1.02
Οικονομικοί λόγοι	2.61**	1.1	3.03	1.0	2.75	1.0	2.88	1.1	2.35**	1.03	3.05	1.12
Έλλειψη εγκαταστάσεων	2.74**	1.1	3.09	1.0	2.65**	1.0	3.13	1.1	2.43**	1.09	3.15	1.06

** $p<.001$, * $p<.01$

Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα έρχεται να προσθέσει σημαντικά στοιχεία και πληροφορίες σχετικά με την χρήση του ελεύθερου χρόνου των μαθητών και μαθητριών της επαρχιακής πόλης της Λιβαδειάς, καθώς και των εμποδίων που αντιμετωπίζουν στην προσπάθεια συμμετοχής τους σε δραστηριότητες κινητικής αναψυχής. Οι μαθητές της πόλης της Λιβαδειάς συμμετείχαν λιγότερο σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (32.5%) από τους αντίστοιχους μαθητές των Αθηνών - Πειραιά (51.3%), (Γογγάκη, κ.α., 2002) και περισσότερο από αυτούς των αστικών, ημιαστικών περιοχών της Ηπείρου (31.4%), (Τοσουνίδης, 2005). Ανάλογες έρευνες σε άλλες επαρχιακές πόλεις διαφορετικών δημογραφικών στοιχείων της χώρας θα ήταν χρήσιμες εν όψη μιας συνολικής εικόνας.

Τα αποτελέσματα των στατιστικών αναλύσεων επαλήθευσαν όλες τις υποθέσεις της έρευνας. Αναφορικά με την πρώτη υπόθεση, οι μαθητές του Λυκείου κατέγραψαν μεγαλύτερες ελλείψεις σχετικά με «τις υπηρεσίες και τις εγκαταστάσεις» που προσφέρονται για αθλητισμό αναψυχής στην περιοχή της Λιβαδειάς σε σχέση με τους μαθητές του

Γυμνασίου, συμφωνώντας με τα αποτελέσματα των Mota και Esculcas (2002). Ακόμη, όπως υποστήριξε ο Αυγερινός και οι συνεργάτες του (2002) οι μαθητές του Λυκείου παρουσίασαν μειωμένο ενδιαφέρον για τη φυσική δραστηριότητα και τα σπορ σε σχέση με τους μαθητές του Γυμνασίου. Η έλλειψη ενδιαφέροντος παρουσιάζεται ως ανασταλτικός παράγοντας και για μαθητές Λυκείων στις Η.Π.Α. και την Κορέα (Lee, 2003; McMeeking & Purkayastha, 1995). Η επαλήθευση ότι οι μαθητές και μαθήτριες του Γυμνασίου αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τους μαθητές και μαθήτριες του Λυκείου, πρέπει να προβληματίσει την πολιτεία, τους γονείς, το Υπουργείο. Καθόσον η απομάκρυνση των παιδιών στην πολύ δύσκολη ηλικία του Λυκείου από τρόπους φυσικής εκτόνωσης όπως η κινητική αναψυχή, ίσως ενισχύει την πιθανή διολίσθηση σε παραπρωματικές συμπεριφορές όπως η χρήση απαγορευμένων ουσιών και άλλων υποκατάστατων.

Αναφορικά με τη δεύτερη υπόθεση, διαπιστώθηκε ότι τα κορίτσια στην εφηβεία επηρεάζονται πολύ περισσότερο από τα αγόρια από ανασταλτι-

κούς παράγοντες σχετικά με τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Αντίστοιχα αποτελέσματα υποστήριξαν έρευνες σε Βουλγαρία, Τσεχοσλοβακία, Φιλανδία, Γαλλία, Γερμανία, Ουγγαρία, Νορβηγία, Πολωνία, Ρουμανία, Ρωσία, Ελβετία, Η.Π.Α. και Καναδά όπου τα κορίτσια διαθέτουν λιγότερο χρόνο σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής (Flammer & Schaffner, 2003; Shaw et al., 1996; Shaw et al., 1995). Η νέα δομή της Ευρωπαϊκής Ένωσης που περιλαμβάνει την πλειονότητα των αναφερόμενων παραπάνω κρατών αλλά και όχι μόνον, προκαλεί εύλογα ερωτήματα κατά πόσο τα πλέον ανεπτυγμένα κράτη στην γη, φροντίζουν την υγεία την κοινωνική συνοχή και τελικά την ποιότητα ζωής των πολιτών τους, ή την εγκαταλείπουν στην τύχη ή την επιτήδευση κάποιων να εκμεταλλεύονται την ανάγκη και την έλλειψη. Παρόμοια αποτελέσματα σημειώθηκαν και σε ελληνικές πόλεις, Αθήνα, Πειραιά και Θεσσαλονίκη (Αυγερινός κ.α., 2002; Γογγάκη κ.α., 2004). Ακόμη τα κορίτσια δήλωσαν σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης και ψυχολογικών περιορισμών από τα αγόρια (Raymore et al., 1994). Πρέπει συγκριτικά με τους μαθητές του Γυμνασίου και Λυκείου, στις μαθήτριες τόσο του Γυμνασίου όσο και του Λυκείου να προσφερθούν περισσότερες και πλέον μελετημένες ευκαιρίες για συμμετοχή σε δράσεις κινητικής αναψυχής, λαμβάνοντας σοβαρά υπόψη τις σημαντικές διαφορές λόγω φύλου, που συνοδεύονται από αντίστοιχα συναισθήματα, κινητικές ικανότητες, νοοτροπίες χρόνων.

Αναφορικά με την τρίτη υπόθεση οι μαθητές - αθλητές αντιμετώπιζαν αποτελεσματικότερα από τους αντίστοιχους συνομηλικούς τους που δεν συμμετείχαν σε αθλητικούς συλλόγους όλους τους ανασταλτικούς παράγοντες συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής. Φαίνεται ότι τα πιο δραστήρια κινητικά άτομα ή δεν επηρεάζονται από προβλήματα όπως έλλειψη χρόνου, οικονομικοί περιορισμοί, έλλειψη παρέας, ή είναι πιθανόν να έχουν την ικανότητα να υπερνικούν τους περιορισμούς και να μην τους θεωρούν αξεπέραστους. (Carroll & Alexandris, 1997). Η αρχική θετική διάθεση που εμφανίζουν οι μαθητές που συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους να αθλούνται, πιθανόν να τους οδηγούν να ανακαλύπτουν τρόπους ή μεθόδους ώστε να ξεπερνούν τα ίδια εμπόδια που αντιμετωπίζουν μη αθλούμενοι συμμαθητές τους. Η φυσική όμως ικανότητα αυτής της μερίδας των μαθητών και μαθητριών δεν πρέπει να γίνει αιτία να επαναπαυθεί η πολιτεία και οι αρχές, σε ανάγνωση ποσοστών συμμετοχής του πληθυσμού που ασκείται, αλλά πρέπει η οργανωμένη, η συντεταγμένη πολιτεία, να αναλύει με ανάλογες έρευνες το ποσοστό των μαθητών και μαθητριών που δεν ασκείται, δίνοντας άμεση λύ-

ση στα προβλήματα που προκύπτουν από τα ανάλογα εμπόδια προς την συμμετοχή δομικά, ενδοπροσωπικά ή διαπροσωπικά.

Οι παράγοντες αναστολής της συμμετοχής προς δραστηριότητες κινητικής αναψυχής που αντιμετωπίζουν οι μαθητές της Λιβαδειάς έναντι της συμμετοχής τους σε δράσεις αθλητισμού αναψυχής είναι δυνατό να αντιμετωπισθούν με προγραμματισμένες αλλά και συντονισμένες κινήσεις που αφορούν πολύπλευρα την κοινωνία. Συγκεκριμένα με α) την αύξηση των δαπανών από την Πολιτεία για τον σχολικό αθλητισμό και τον αθλητισμό αναψυχής πέραν του 1% των επιχορηγήσεων της Γ.Γ.Α., β) την σύνδεση του σχολικού αθλητισμού με τον εξωσχολικό αθλητισμό με ενέργειες του Υπουργείου Παιδείας, γ) τη δημιουργία αθλητικών υποδομών και εγκαταστάσεων από τους κατά τόπους Ο.Τ.Α, δ) τη δραστηριοποίηση των γονέων και την αλλαγή της στείρας νοοτροπίας τους έναντι του αθλητισμού, ε) τη διευκόλυνση των μαθητών και μαθητριών από την διοίκηση των ιδίων των σχολείων και της αντίστοιχες διευθύνσεις.

Προτείνεται σε μελλοντικές έρευνες να διερευνηθούν οι επιδράσεις των ανασταλτικών παραγόντων συμμετοχής σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες εφήβων μαθητών και μαθητριών που κατοικούν σε πόλεις με μεγαλύτερο ή μικρότερο πληθυσμό από αυτόν της Λιβαδειάς, ώστε τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα να αντιπροσωπεύουν όλη την ελληνική επικράτεια. Περιορισμό στην έρευνα αποτελεί ότι τα αποτελέσματα δεν μπορούν να γενικευθούν για όλη την Ελληνική επικράτεια. Εν τούτοις, η Λιβαδειά είναι μια τυπική ελληνική επαρχιακή πόλη 21492 κατοίκων και επομένως είναι δυνατόν για πόλεις με ανάλογο πληθυσμό, να αξιοποιήσουν τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας ως σημείο αναφοράς.

Εν κατακλείδι, τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με προηγούμενες σχετικές έρευνες στον διεθνή και ελλαδικό χώρο. Συγκεκριμένα επαληθεύτηκε α) ότι οι μαθητές του γυμνασίου αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες, ως προς τη συμμετοχή τους σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τους μαθητές του λυκείου, β) τα κορίτσια αυτής της ηλικίας αντιμετωπίζουν περισσότερους ανασταλτικούς παράγοντες ως προς τη συμμετοχή σε εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής, συγκριτικά με τα αγόρια αντίστοιχης ηλικίας και γ) οι μαθητές που συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους αντιμετωπίζουν λιγότερους ανασταλτικούς παράγοντες από τους μαθητές που δεν συμμετέχουν σε αθλητικούς συλλόγους. Τα συμπεράσματα της παρούσας έρευνας οφείλουν να ληφθούν υπόψη από το Υπουργείο Παιδείας και από τοπικούς φορείς για τον κατάλληλο σχεδιασμό, ανάπτυξη και εφαρμογή ανάλο-

γων προγραμμάτων αθλητικών δραστηριοτήτων αναψυχής. Παρόμοιες ενέργειες θα ενισχύουν τη συμμετοχή και θα αναβαθμίζουν ποιοτικά τον ελεύθερο χρόνο των μαθητών που ζουν σε αντί-

στοιχες πληθυσμιακά και κοινωνικοοικονομικά περιοχές, δεδομένου ότι η πόλη της Λιβαδειάς αποτελεί χαρακτηριστικό δείγμα τυπικής ελληνικής επαρχιακής πόλης.

Σημασία για την Ποιότητα Ζωής

Η ενεργή συμμετοχή των εφήβων μαθητών και μαθητριών σε εξωσχολικές δραστηριότητες αναψυχής, αποβλέπει μακροπρόθεσμα στην σωματική ευρωστία, στην ψυχοπνευματική και συναισθηματική τους υγεία. Συνήθως όμως μια σειρά ενδοπροσωπικών εμποδίων σε συνδυασμό με άλλου είδους εμποδία όπως τα διαπροσωπικά και τα δομικά, τροποποιούν, αλλοιώνουν ή και τελικά αποτρέπουν τη συμμετοχή του έφηβου μαθητή και της έφηβης μαθήτριας σε ανάλογες δραστηριότητες εξωσχολικού αθλητισμού αναψυχής. Ο εντοπισμός των συγκεκριμένων ανασταλτικών παραγόντων και η προσπάθεια για έλεγχο και περιορισμό τους, θα βοηθήσει τους μαθητές να συμμετέχουν περισσότερο ενεργά σε δράσεις αθλητισμού αναψυχής. Η ενεργή συμμετοχή των πολιτών σε κινητικές δράσεις θα βελτιώσει το δείκτη της ποιότητας ζωής τους άμεσα αλλά και στην διάρκεια της μελλοντικής τους ζωής, πλησιάζοντας περισσότερο στην φιλοσοφία της «δια βίου άσκησης».

Βιβλιογραφία

- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997a). The relationship between selected demographic variables and recreational sport participation in Greece. *International Review for the Sociology of Sports*, 33, 291-297.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997b). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16, 107-125.
- Allison, K.R., Dwyer, J.J.M., & Makin, S. (1999). Perceived barriers to physical activity among high school students. *Preventive Medicine*, 28, 608-615.
- Αυγερινός, Α., Στάθη, Α., Almond, L., & Κιουμουρτζόγλου, Ε. (2002). Τρόπος ζωής και φυσική δραστηριότητα Ελλήνων μαθητών. *Φυσική Δραστηριότητα & Ποιότητα Ζωής*, 3, 18-30.
- Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perception, of constraints and strength of motivation: their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29 (3), 279-299.
- Γογγάκη, Κ., Χριστόδουλος, Α., & Κάτσικας, Χ. (2004). Ελεύθερος Χρόνος και Ενασχόληση του Μαθητικού Πληθυσμού της Αττικής με Αθλητικές Δραστηριότητες. *Φυσική Αγωγή-Αθλητισμός-Υγεία*, 16-17, 63-73.
- Cordes, A.K. & Ibrahim, M.H. (2003). Applications in recreation and leisure. (3rd edition). In A.K. Cordes & M.H. Ibrahim (Eds.), *Recreation, leisure and the life course. Adolescents*. (pp. 77-94). Boston: McGraw - Hill.
- Crawford, D.W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- Flammer, A. & Schaffner, B. (2003). Adolescent Leisure Across European Nations. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 65-75.
- Jackson, E. (1991). Introduction. Special issue on leisure constraints / constrained leisure. *Leisure Sciences*, 13, 279.
- Jackson, E. & Henderson, K. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31-51.
- Κουθούρης, Χ., Αλεξανδρής, Κ., Γιοβάνη, Χ. & Χατζηγιάννη, Ε. (2005). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στη χιονοδρομία αναψυχής. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 3(1), 55-63.
- Κουθούρης, Χ., Αλεξανδρής, Κ. & Γκόλτσος, Κ. (2005). Ανασταλτικοί παράγοντες συμμετοχής στο ποδόσφαιρο αναψυχής σε γήπεδα μικρών διαστάσεων. *Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός*, 57, 34-46.
- Kristjansdottir, G. & Vilhjalmsson, R. (2001). Sociodemographic differences in patterns of sedentary and physically active behavior in older children and adolescents. *Acta Paediatrica*, 90, 429-435
- Lee, M. (2003). Korean adolescents' "Examination Hell" and their use of free time. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 9-21.
- McGuire, A., Dottavio, D., & O'Leary, J. (1986). Constraints to participation in outdoor recreation across the life span: a nation-wide study of limitors and prohibitors. *The Gerontologist*, 26, 538-544.
- McMeeking, D. & Purkayastha, B. (1995). "I can't have my mom running me everywhere": adolescents, leisure, and accessibility. *Journal of Leisure Research*, 27(4), 360-378.
- Mota, J & Esculcas, C (2002). Leisure-Time Physical Activity Behavior: Structured and Unstruc-

- tured Choices According to Sex, Age and Level of Physical Activity. *International Journal of Behavioral Medicine*, 9(2), 111-121.
- Raymore, L.A., Godbey, G.C., & Crawford, D.W. (1994). Self-Esteem, gender, and socioeconomic status: Their relation to perceptions of constraint on leisure among adolescents. *Journal of Leisure Research*, 26 (2), 99-118.
- Shaw, S.M., Caldwell, L.L. & Kleiber, D.A. (1996). Boredom, stress and social control in the daily activities of adolescents. *Journal of Leisure Research*, 28(4), 274-293.
- Shaw, S.M., Kleiber, D.A., & Caldwell, L.L. (1995). Leisure and Identity Formation in Male and Female Adolescents: A Preliminary Examination. *Journal of Leisure Research*, 27(3), 245-263.
- Telama, R., Yang, X., Laakso, L., & Viikari, J. (1997). Physical activity in childhood and adolescence as a predictor of physical activity in young adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 13(4), 317-323.
- Τοσουνίδης, Α. (2005). Η Ανάλυση του Ελεύθερου Χρόνου των Μαθητών και Φοιτητών στην περιφέρεια. *Πρακτικά από το 1ο πανελλήνιο συνέδριο αναψυχής-ελεύθερου χρόνου & αθλητικού τουρισμού*. Τρίκαλα: Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

