



---

**Αξιολόγηση της ανάμειξης των συμμετεχόντων σε προγράμματα υπαίθριας  
αναψυχής με βάση το φύλο και τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες**

**Δαλάκης Α.<sup>1</sup>, Τσίτσαρη Ε.<sup>1</sup>, Κώστα Γ.<sup>1</sup> & Αλεξανδρής Κ.<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

<sup>2</sup>Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής &  
Αθλητισμού

**Υπεύθυνος Επικοινωνίας:**

**Δαλάκης Αντώνιος**

E-mail: [forest@otenet.gr](mailto:forest@otenet.gr)

*Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής, Vol.5, pp.1-18, 2011*

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

To link to this article: <http://www.jstar.gr/Contents.aspx?Y=2009&V=1&Is=b>

**Αξιολόγηση της ανάμειξης των συμμετεχόντων σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής με βάση το φύλο και τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες**

**Περίληψη**

Σκοπός της έρευνας ήταν ο βαθμός της ανάμειξης που έχουν οι συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Επιπλέον ο βαθμός της ανάμειξης ελέγχθηκε με βάση το φύλο και τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 637 συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής που πραγματοποιήθηκαν από τον Ιούλιο έως τον Οκτώβριο του 2010, σε περιοχές της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης. Στην έρευνα συμμετείχαν 339 άνδρες (53,22%) και 298 γυναίκες (46,78%), χωρισμένοι σε πέντε ηλικιακές ομάδες (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). Για την αξιολόγηση του βαθμού ανάμειξης χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Kyle, Graefe, Manning και Bacon, (2004), κατάλληλα επεξεργασμένη και διαμορφωμένη για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας. Μεταξύ του βαθμού της ανάμειξης και του φύλου των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής ως παράγοντες δεν παρουσιάστηκε καμία αλληλεπίδραση. Μεταξύ του βαθμού της ανάμειξης και των διαφορετικών ηλικιακών ομάδων των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής εμφανίστηκε υψηλή αλληλεπίδραση και για τους δύο παράγοντες της ανάμειξης, με την «εγκυστικότητα», ( $F_{4,620} = 8.169, p < .05$ ) και την «αυτοέκφραση» ( $F_{4,627} = 10.875, p < .05$ ).

**Λέξεις κλειδιά:** Υπαίθριες δραστηριότητες, Ανάμειξη, Αναψυχή.

**Evaluation of participant involvement in outdoor recreation activity programs in relation to gender and different age groups.**

**Abstract**

The purpose of this research was to examine the degree of involvement that participants in outdoor activities show. In addition, the degree of involvement was further examined by sex and different age groups of our respondents in outdoor recreation activities. The sample of our research consisted of 637 participants who joined our outdoor recreation activities, which were carried out from July until October of 2010 in the region of Eastern Macedonia & Thrace. The survey comprised 339 men (53.22%) and 298 women (46.78%), who were divided in five age groups (<19, 20-29, 30-39, 40-49 και 50>). In order to evaluate the respondents' degree of involvement we used the scale of Kyle, Graefe, Manning και Bacon, (2004), which was calibrated accordingly to suit the needs of the present research. There was no interaction between involvement and sex. There was high degree of interaction between involvement and different age groups of the participants in recreation activities ("*attractiveness*", ( $F_{4,620}=8.169$ ,  $p<.05$ ) and "*self-expression*" ( $F_{4,627}=10.875$ ,  $p<.05$ )).

**Key words:** Outdoor Activities, Involvement, Recreation.

## **Αξιολόγηση της ανάμειξης των συμμετεχόντων σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής με βάση το φύλο και τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες**

### **Εισαγωγή**

Ο ρόλος της αναψυχής στη σημερινή εποχή είναι ιδιαίτερος σημαντικός, ιδίως δε όταν αναπτύσσεται μέσω των αρχών της κλασικής εποχής, όπου ο ρόλος της «αναψυχής ήσχόλης» ήταν η αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου με δραστηριότητες που στόχευαν στην ανάπτυξη της κοινωνικότητας και των διαπροσωπικών σχέσεων (Αυθίνος, 1998). Πολλές είναι οι επιλογές των ατόμων ως προς το είδος αναψυχής που θα επιλέξουν να ακολουθήσουν. Η επιλογή αυτή εξαρτάται από τη διάθεση και τις ανάγκες των ατόμων, αλλά και από τις ψυχικές, σωματικές και υλικές τους δυνατότητες. Η αναψυχή είναι μία πολύ προσωπική επιλογή και επηρεάζεται από πολλές πτυχές του χαρακτήρα του κάθε ατόμου. Αυτό που χαρακτηρίζεται ως δραστηριότητα αναψυχής από ένα άτομο, μπορεί να είναι άσχημη και τραυματική εμπειρία για κάποιο άλλο. Αναψυχικές εμπειρίες μπορούν να πραγματοποιηθούν σε κλειστό και ανοιχτό περιβάλλον (Χρόνη & Ζουρμπάνος, 2001). Βασικό στοιχείο της υπαίθριας αναψυχής αποτελούν οι κινητικές δραστηριότητες που διενεργούνται μέσα στο φυσικό περιβάλλον. Οι δράσεις αυτές, εκτός από τη συμμετοχή των ατόμων έχουν ως στόχο την ψυχαγωγία, την ανάπτυξη ικανοτήτων και δεξιοτήτων, τη βελτίωση ή αποκατάσταση της υγείας, την κοινωνική επανένταξη και την εκπαίδευση όσων συμμετέχουν (Priest & Gass, 1997; Ζαφειρούδη & Χατζηγεωργιάδης, 2008). Οι δραστηριότητες και τα προγράμματα πραγματοποιούνται σε φυσικές περιοχές, όπως οι Εθνικοί Δρυμοί, τα Εθνικά Πάρκα, οι δασικές εκτάσεις, τα εσωτερικά ύδατα, οι παράκτιες περιοχές, τα αστικά και μη αστικά πάρκα καθώς και οι ελεύθεροι χώροι πρασίνου κ.α., (Ζαφειρούδη & Χατζηγεωργιάδης, 2008). Ο Παπασταύρου, (1981), αναφέρει ότι ο άνθρωπος έχει μία έμφυτη τάση για αναψυχή, η οποία τον αναγκάζει ν' αποκτήσει δεξιότητες, με στόχο την ικανοποίησή της. Το υπαίθριο περιβάλλον προσφέρει ευκαιρίες και δυνατότητες για την ανάπτυξη διαφόρων δεξιοτήτων του ατόμου και έτσι το βοηθά να αναπτυχθεί προσωπικά. Σύμφωνα με το Leitner, (1996), η υπαίθρια αναψυχή προκύπτει από την αλληλεπίδραση που «αναπτύσσουν» μία δραστηριότητα και ένα υπαίθριο φυσικό περιβάλλον που συμβάλλει τελικά στο να αναδημιουργηθεί ένα άτομο φυσικά, ψυχολογικά, συναισθηματικά και κοινωνικά. Η συμμετοχή σε τέτοιου είδους προγράμματα προάγει την πνευματική, ψυχική και σωματική υγεία του ατόμου που παίρνει μέρος σ' αυτά. Επομένως ένας άνθρωπος συμμετέχει σε αναψυχικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες

όχι απλά για να καλύψει τον ελεύθερο χρόνο του, αλλά και για να ικανοποιήσει τις εσωτερικές του ανάγκες. Μπορεί να μην αντιλαμβάνεται συνειδητά ποιες ανάγκες καλύπτει, αλλά σίγουρα ο τρόπος με τον οποίο ψυχαγωγείται είναι ένας τρόπος έκφρασης και κάλυψης κάποιων αναγκών του. Η υπαίθρια αναψυχή μπορεί να περιλαμβάνει οποιαδήποτε δραστηριότητα, περιβαλλοντική, αθλητική, αναψυχής, κοινωνικής ευαισθητοποίησης υπό μορφή απλής εμπειρίας ή δομημένου προγράμματος που διενεργείται σε ελεύθερο φυσικό περιβάλλον (Κουθούρης, 2009). Τα προγράμματα υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής χαρακτηρίζονται από το ότι δεν έχουν σαν κεντρικό στόχο τη σωματική βελτίωση ή ενδυνάμωση των συμμετεχόντων, αλλά την ικανοποίηση και ευχαρίστηση αυτών, με αποτέλεσμα τα οφέλη να προκύπτουν αβίαστα, παρακινώντας τους συμμετέχοντες στη δια-βίου άσκηση, χωρίς απαιτήσεις και προσδοκίες υψηλής απόδοσης (Δάντση, Μπαλάσκα & Αλεξανδρής, 2008).

Η έννοια της «ανάμειξης» σε δραστηριότητες αναψυχής έχει μελετηθεί με στόχο την κατανόηση της διαδικασίας λήψης της απόφασης για συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής (Iwasaki & Havitz, 2004), στο γιατί τα άτομα επιλέγουν ως χόμπι τις δραστηριότητες αυτές (McGehee, Yoon, & Cardenas, 2003; Funk & Bruun, 2007) και στην αφοσίωση που δείχνουν οι επισκέπτες στις περιοχές όπου αναπτύσσονται οι σχετικές δραστηριότητες (Havitz & Dimanche, 1999). Γενικότερα, η ανάμειξη αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιλαμβάνονται την ενασχόλησή τους με μία δραστηριότητα και στο πόσο σημαντική τη θεωρούν. Η σημαντικότητά της έγκειται στο γεγονός ότι οδηγεί το άτομο σε μεγαλύτερη διάθεση αναζήτησης πληροφοριών σχετικά με τη συγκεκριμένη δραστηριότητα (π.χ. πληροφορίες για διαθέσιμο εξοπλισμό/εγκαταστάσεις, ενημέρωση για νέα προγράμματα), καθώς και στην ψυχολογική δέσμευσή του με τους φορείς (π.χ. εταιρεία αναψυχής) ή τις εγκαταστάσεις (π.χ. ποτάμι, βουνό, κ.α.) όπου παρέχεται η συγκεκριμένη δραστηριότητα (Gahwiler & Havitz, 1998; Havitz & Dimanche, 1999; McIntyre & Pigram, 1992). Πρέπει να σημειωθεί ότι η ανάμειξη με μία συγκεκριμένη δραστηριότητα είναι μία κατάσταση η οποία παραμένει σχετικά σταθερή στο χρόνο. Γι' αυτό το λόγο αναφέρεται συχνά στη βιβλιογραφία και ως «*διαρκής ανάμειξη*» (Havitz & Mannell, 2005; Kyle, Absher, Hammitt & Cavin, 2006).

Αν και δεν υπάρχει ομοφωνία μεταξύ των ερευνητών για τον καταλληλότερο τρόπο αξιολόγησης της ανάμειξης, τα τελευταία χρόνια η συντριπτική πλειοψηφία των ερευνητών χρησιμοποιεί πολυδιάστατα μοντέλα μέτρησης της έννοιας στο χώρο της αναψυχής (Havitz & Dimanche, 1997; 1999; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2003). Οι

πολυδιάστατες κλίμακες προσφέρουν περισσότερες πληροφορίες στους ερευνητές, αφού περιγράφουν πληρέστερα την έννοια της ανάμειξης και έτσι, τελικά υπερτερούν σε εγκυρότητα περιεχομένου από τις μονοδιάστατες κλίμακες. Τα αποτελέσματα που δίνουν οι πολυδιάστατες κλίμακες συμβάλουν επίσης στην ανάπτυξη αποτελεσματικότερων τεχνικών τμηματοποίησης των συμμετεχόντων και προώθησης των υπηρεσιών αναψυχής από τα διάφορα διοικητικά στελέχη επιχειρήσεων παροχής υπηρεσιών (Havitz & Dimanche, 1997; 1999). Το πρώτο πολυδιάστατο μοντέλο μέτρησης της ανάμειξης (Consumer Involvement Profiles - CIP) παρουσιάστηκε από τους Laurent και Karferer, (1985), της με στόχο την κατανόηση της συμπεριφοράς των καταναλωτών. Σύμφωνα με αυτό, η έννοια της ανάμειξης προσδιορίζεται από πέντε διαστάσεις: *ενδιαφέρον*, *ευχαρίστηση*, *συμβολική αξία*, *πιθανότητα κινδύνου* και *σημαντικότητα κινδύνου*. Το CIP προσέλκυσε το ενδιαφέρον των ερευνητών της αναψυχής που το προσάρμοσαν και το χρησιμοποίησαν σε μία σειρά από δραστηριότητες (Dimanche, Havitz & Howard, 1991; Gahwiler & Havitz, 1998; Havitz, Dimanche & Howard, 1993; Iwasaki & Havitz, 2004; Kerstetter & Kovich, 1997; Park, 1996; 2001; Wiley, Shaw & Havitz, 2000). Όμως, οι δύο διαστάσεις του μοντέλου που σχετίζονται με τον κίνδυνο, εμφάνισαν προβλήματα εγκυρότητας και αξιοπιστίας στην εφαρμογή τους στην αναψυχή (Havitz & Dimanche, 1997). Σε αρκετές περιπτώσεις τα σχετικά ερωτήματα παρουσίαζαν φορτίσεις σε περισσότερους από έναν παράγοντες, ή είχαν χαμηλή εσωτερική συνοχή μεταξύ τους (Havitz & Howard, 1995; Θεοδωράκης, Αλεξανδρής, Πανοπούλου & Βλαχόπουλος, 2007; Kerstetter & Kovich, 1997; Kyle, Kerstetter & Guadagnolo, 1999). Οι Havitz και Dimanche, (1997), μελετώντας 41 δημοσιευμένες εργασίες σχετικές με την ανάμειξη στην αναψυχή ανέφεραν, ότι στο 40% περίπου αυτών οι διαστάσεις διαφόρων μοντέλων που αναφέρονται στον κίνδυνο εμφάνισαν προβλήματα αξιοπιστίας. Βασιζόμενοι στο μοντέλο των Laurent και Karferer, (1985) και στα αποτελέσματα από την εφαρμογή του στην αναψυχή, οι McIntyre και Pigram, (1992), προσδιόρισαν την ανάμειξη στην αναψυχή ως έννοια που αποτελείται από τρεις διαστάσεις: *ελκυστικότητα (attraction)*, *κεντρικότητα (centrality)* και *αυτοέκφραση (self-expression)*. Η *ελκυστικότητα* αναφέρεται στο βαθμό σημαντικότητας της δραστηριότητας για το άτομο και της ευχαρίστησης που προκύπτει από τη συμμετοχή του σε αυτή. Η *αυτοέκφραση* είναι η επιβεβαίωση της ταυτότητας του ατόμου που προκύπτει από τη συμμετοχή του στη συγκεκριμένη δραστηριότητα αναψυχής, όπως και η αντίληψη που θέλει να έχουν οι άλλοι για αυτόν/ή λόγω της συμμετοχής του. Τέλος, η *κεντρικότητα*, αναφέρεται στο ρόλο που έχει η δραστηριότητα αναψυχής στον

τρόπο ζωής του ατόμου. Ο προσδιορισμός της ανάμειξης ως έννοια τριών διαστάσεων είναι ο δημοφιλέστερος μεταξύ των ερευνητών στην αναψυχή και έχει χρησιμοποιηθεί σε ένα μεγάλο αριθμό ερευνών στη διεθνή βιβλιογραφία (Gahwiler & Havitz, 1998; Iwasaki & Havitz, 2004; Kyle, Bricker, Graefe & Wickham, 2004; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2003; 2004a; 2004b; Kyle & Mowen, 2005; Wiley, Shaw & Havitz, 2000).

**Αναψυχή:** ο όρος προέρχεται από την λατινική λέξη «recreation» που σημαίνει αναζωογονώ, δροσίζω, τονώνω, φρεσκάρω, ξεκουράζω. Η παραδοσιακή προσέγγιση θεωρεί ότι είναι μία διαδικασία η οποία αναστηλώνει, αναζωογονεί και αποκαθιστά την υγεία. Η ιστορική προσέγγιση θεωρεί την αναψυχή ως μία δραστηριότητα η οποία ξεκουράζει και ανανεώνει το άτομο από την υποχρεωτική του εργασία (Αυθίνος, 1998). Σύμφωνα με τον Κουθούρη, (2009), η αναψυχή ορίζεται ως οποιαδήποτε δραστηριότητα η οποία γίνεται κατά την διάρκεια του ελεύθερου χρόνου, ατομικά ή συλλογικά, είναι ελεύθερης επιλογής, ευχάριστη, ελκυστική και κατά τη διεξαγωγή της δεν υπάρχει κανένα άλλο κίνητρο πέρα από την ίδια την αναψυχή.

**Ανάμειξη:** η ανάμειξη ορίζεται ως «μία μη παρατηρούμενη κατάσταση παρακίνησης, διέγερσης ή ενδιαφέροντος για μια δραστηριότητα αναψυχής ή ένα προϊόν που συνδέεται με αυτή, η οποία προκαλείται από ένα συγκεκριμένο ερέθισμα ή κατάσταση που δραστηριοποιεί το άτομο» (Havitz & Dimanche, 1997). Με άλλα λόγια, η ανάμειξη αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιλαμβάνονται την ενασχόλησή τους με μία δραστηριότητα και στο πόσο σημαντική τη θεωρούν.

Σκοπός αυτής της έρευνας ήταν να μελετήσει το βαθμό ανάμειξης των συμμετεχόντων με τη συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. Επιπλέον στόχος ήταν να εξετάσει το βαθμό ανάμειξης ανάλογα με το φύλο και την ηλικία των συμμετεχόντων.

## **Μεθοδολογία**

### **Δείγμα**

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν οι συμμετέχοντες σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής που έλαβαν χώρα σε περιοχές της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης μεταξύ του Ιουλίου και του Οκτωβρίου του 2010. Συνολικά μοιράστηκαν 1200 ερωτηματολόγια εκ των οποίων συμπληρωμένα επεστράφησαν τα 727. Από αυτά, τα 637 τελικά κρίθηκαν κατάλληλα να χρησιμοποιηθούν στη έρευνα (ποσοστό επιστροφής: 53,08%). Πιο συγκεκριμένα, τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν στις έρευνα

προέρχονταν από δραστηριότητες που διεξήχθησαν στους Νομούς Έβρου (32,03%), Ροδόπης (8%), Ξάνθης (26,69%), Δράμας (21,82%) και Καβάλας (11,46%).

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

**Πίνακας 1.** Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΑΝΔΡΕΣ		ΓΥΝΑΙΚΕΣ				
ΦΥΛΟ	53,22%		46,78%				
ΗΛΙΚΙΑ	<19	20-29	30-39	40-49	>50		
	16,64%	24,80%	23,40%	23,23%	11,93%		
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ	ΜΑΘΗΤΗΣ ΦΟΙΤΗΤΗΣ	ΔΗΜΟΣΙΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ	ΙΔΙΩΤΙΚΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ	ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΑΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ	ΑΝΕΡΓΟΣ	ΑΛΛΟ
	25,12%	30,61%	23,39%	2,67%	12,72%	2,35%	3,14%
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	ΔΗΜΟΤΙΚΟ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΛΥΚΕΙΟ	Τ.Ε.Ι. ΠΑΝΕΠ/ΜΙΟ	ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΟ		
	3,77%	9,10%	25,43%	55,26%	6,44%		

**Πίνακας 2.** Οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων στην έρευνα.

	ΠΑΝΤΡΕΜΕΝΟΣ	ΑΝΥΠΑΝΤΡΟΣ	ΧΩΡΙΣΜΕΝΟΣ	ΧΗΡΟΣ	ΣΥΖΩ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	48,36%	44,58%	3,30%	1,88%	1,88%
ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ	41,13%		ΔΕΝ ΕΧΩ ΠΑΙΔΙΑ		58,87%



1 ΠΑΙΔΙ	2 ΠΑΙΔΙΑ	3 ΠΑΙΔΙΑ	4 ΠΑΙΔΙΑ	5 ΠΑΙΔΙΑ
22,90%	52,59%	19,08%	3,90%	1,53%

### **Μέσα συλλογής των δεδομένων**

Για την αξιολόγηση του βαθμού ανάμειξης χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα των Kyle, Graefe, Manning και Bacon, (2004), διαμορφωμένη για τις ανάγκες της έρευνας. Η συγκεκριμένη κλίμακα έχει εφαρμοστεί με επιτυχία σε περιβάλλοντα που αφορούν τον ελεύθερο χρόνο και την αναψυχή (Kyle & Chick, 2004; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2003; 2004), ενώ έχει ήδη χρησιμοποιηθεί σε τμήματα του ελληνικού πληθυσμού και έχει επανειλημμένως επιβεβαιωθεί η εγκυρότητα και αξιοπιστία της (Alexandris, Kouthouris, Funk & Chatzigianni, 2008; Alexandris, Kouthouris, Funk & Giovanni, 2009; Θεοδωράκης, Πανοπούλου & Βλαχόπουλος, 2007). Οι μεταβλητές του ερωτηματολογίου ήταν 12. Αρχικά πραγματοποιήθηκε Επιβεβαιωτική Παραγοντική Ανάλυση (Confirmatory Factor Analysis), της οποίας τα αποτελέσματα δεν υποστήριξαν την εγκυρότητα του οργάνου αξιολόγησης ( $\chi^2=1133.985$ ,  $df=.52$ ,  $NNFI=.823$ ,  $CFI=.860$ ,  $SRMR=.112$ ,  $RMSEA=.183$ ,  $90\% CI=.174 - .192$ ). Για το λόγο αυτό πραγματοποιήθηκε τελικά Διερευνητική Ανάλυση των παραγόντων η οποία υποστήριξε την ύπαρξη εννιά από τις δώδεκα μεταβλητές και δύο από τους τρεις παράγοντες της ανάμειξης: α) της *ελκυστικότητας* (attraction), με 4 μεταβλητές και  $\alpha=.88$  και β) της *αυτοέκφρασης* (self-expression), με 5 μεταβλητές και  $\alpha=.82$ . Η συνολική αξιοπιστία της κλίμακας ήταν  $\alpha=.90$ . Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 7-βάθμια κλίμακα του Likert, από το 1 ("Διαφωνώ απόλυτα") σε 7 ("Συμφωνώ απόλυτα").

Επιπλέον, συγκεντρώθηκαν στοιχεία για το φύλο και τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες των συμμετεχόντων-ουσών.

### **Διαδικασία συλλογής των δεδομένων**

Ζητήθηκε - και τελικά δόθηκε - άδεια από τις 3 εταιρείες οι οποίες δραστηριοποιούνται σε προγράμματα υπαίθριας αναψυχής στην Ανατολική Μακεδονία-Θράκη, αφού πρώτα τους εστάλη το σχετικό ερωτηματολόγιο. Οι εταιρείες έστειλαν στους ερευνητές ένα πρόγραμμα με τις δράσεις που θα ανέπτυσαν μεταξύ Ιουλίου και Οκτωβρίου και από το σύνολο των συλλεγόντων προγραμμάτων τυχαία επιλέχθηκαν αυτά στα οποία θα μοιράζονταν το ερωτηματολόγιο. Προσοχή δόθηκε στο να μη συμπίπτουν οι ημερομηνίες πραγματοποίησης των δραστηριοτήτων, να υπάρχει μία γκάμα από όλες τις δραστηριότητες για τους συμμετέχοντες προκειμένου αυτοί που συμπληρώνουν το ερωτηματολόγιο να γράφουν την άποψη τους αφού έχουν περάσει

από όλες τις δραστηριότητες και όχι μόνο από κάποιες, των τόπων συμμετοχής, του αριθμού των συμμετεχόντων και όπου αυτό ήταν δυνατό του φύλου και της ηλικίας των συμμετεχόντων. Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν σε όλους τους συμμετέχοντες ακριβώς μετά το τέλος της κάθε δραστηριότητας. Αρκετοί (σύνολο 473) ήταν αυτοί που αρνήθηκαν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο ή το επέστρεψαν με αρκετές ελλείψεις, παρόλο που ένα με δύο μέλη της ερευνητικής ομάδας ήταν πάντα παρόντα κατά τη διαδικασία συλλογής των ερωτηματολογίων για την επίλυση πιθανών αποριών. Οι αθλητικές δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής στις οποίες συμμετείχαν τα άτομα από τα οποία ζητήθηκε να συμπληρώσουν τα ερωτηματολόγια ήταν: ορεινή πεζοπορία, ελεύθερη κατασκήνωση στην ύπαιθρο, προσανατολισμός, ορεινή ποδηλασία, κανό-καγιάκ σε λίμνες, ποτάμια και θάλασσα, rafting, τοξοβολία, παιχνίδια με σχοινιά, αθλητική σκοποβολή, αναρρίχηση-καταρρίχηση, καταδύσεις, θαλάσσια σπορ.

### **Στατιστική ανάλυση**

Η ανάμειξη των συμμετεχόντων-ουσών σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής ήταν μέρος μίας ευρύτερης έρευνας. Προκειμένου να διερευνηθεί ο βαθμός της ανάμειξης των συμμετεχόντων-ουσών σε δραστηριότητες υπαίθριες αναψυχής με βάση το φύλο, πραγματοποιήθηκε t-test για ανεξάρτητα δείγματα, με το φύλο ανεξάρτητη μεταβλητή και την ανάμειξη ως εξαρτημένη μεταβλητή. Προκειμένου να διερευνηθεί ο βαθμός της ανάμειξης των συμμετεχόντων-ουσών σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής με βάση τις 5 διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, πραγματοποιήθηκε one way Anova για ανεξάρτητα δείγματα με τις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες να αποτελούν την ανεξάρτητη μεταβλητή και την ανάμειξη ως εξαρτημένη μεταβλητή. Για τη στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS 17 για τις κοινωνικές επιστήμες.

### **Αποτελέσματα**

Πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις αξιοπιστίας των παραγόντων ανάμειξης, περιγραφικές αναλύσεις και ανάλυση t-test με ανεξάρτητη μεταβλητή το φύλο των συμμετεχόντων και one way Anova με ανεξάρτητη μεταβλητή τις 5 διαφορετικές ηλικιακές ομάδες και εξαρτημένη μεταβλητή και στις δύο περιπτώσεις την ανάμειξη. Από την περιγραφική ανάλυση προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες θετικότερα αξιολογούν τον παράγοντα «ελκυστικότητα» (M.O.=5,2) από τον παράγοντα «αυτό-έκφραση», με μικρή διαφορά (M.O.=5,1).

Τα αποτελέσματα του t-test για ανεξάρτητα δείγματα της ανάμειξης των συμμετεχόντων-ουσών σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής σχετικά με το φύλο ως ανεξάρτητο παράγοντα και την ανάμειξη ως εξαρτημένη μεταβλητή έδειξαν ότι δεν παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των Μ.Ο. των δειγμάτων.

Σχετικά με την ανάμειξη των συμμετεχόντων-ουσών σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής και τις 5 διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης ως προς ένα παράγοντα (one way Anova), για ανεξάρτητα δείγματα με παράγοντα τις ηλικιακές ομάδες και εξαρτημένη μεταβλητή την ανάμειξη. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης διακύμανσης σχετικά με την ανάμειξη, έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές και για τον παράγοντα «ελκυστικότητα», ( $F_{4,620} = 8.169$ ,  $p < .05$ ) και για τον παράγοντα «αυτοέκφραση», ( $F_{4,627} = 10.875$ ,  $p < .05$ ). Η ανίχνευση στατιστικά σημαντικών διαφορών στους παράγοντες «ελκυστικότητα» και «αυτοέκφραση» ώθησε τους ερευνητές να πραγματοποιήσουν τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe προκειμένου να διαπιστώσουν μεταξύ ποιων ομάδων υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές. Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι για τον παράγοντα «ελκυστικότητα» βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «μικρότερος/η των 19» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) -,66685), «20-29» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) -,65500), «40-49» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) -,55980), «μεγαλύτερος/η των 50» και «μικρότερος/η των 19» (Mean Difference (I-J) ,66685), «μεγαλύτερος/η των 50» και «20-29» (Mean Difference (I-J) ,65500) και «μεγαλύτερος/η των 50» και «40-49» (Mean Difference (I-J) ,55980). Για τον παράγοντα «αυτοέκφραση» βρέθηκαν μεταξύ των ηλικιακών ομάδων «μικρότερος/η των 19» και «30-39» (Mean Difference (I-J) -,61512), «μικρότερος/η των 19» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) -1,09736), «20-29» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) ,17003), «30-39» και «μικρότερος/η των 19», (Mean Difference (I-J) ,61512), «40-49» και «μεγαλύτερος/η των 50» (Mean Difference (I-J) -,85926), «μεγαλύτερος/η των 50» και «μικρότερος/η των 19» (Mean Difference (I-J) 1,09736), «μεγαλύτερος/η των 50» και «20-29» (Mean Difference (I-J) ,69811) και «μεγαλύτερος/η των 50» και «40-49», (Mean Difference (I-J) ,85926).

### Συζήτηση

Τα αποτελέσματα σχετικά με το φύλο και την ανάμειξη των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής δεν έδειξαν να υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 2 φύλων. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι το φύλο δεν επηρεάζει την

διάθεση των ανθρώπων για ανάμειξη σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής πράγμα το οποίο συμφωνεί με ευρήματα στην διεθνή βιβλιογραφία που αναφέρουν ότι μόνο για παράδειγμα το 33% των Καναδών νέων θεωρούν ότι τα οφέλη για την υγεία τους μπορούν να προέλθουν από συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής (Craig, Russell, Cameron & Beaulieu, 1997; 1999). Τα αιτία των παραπάνω αποτελεσμάτων μπορεί να οφείλονται στο ότι οι δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής δεν έχουν ανταγωνιστικό χαρακτήρα και άρα οι διαφορές των δύο φύλων δεν εμφανίζονται. Μία άλλη αιτία μπορεί να είναι το γεγονός ότι στην έρευνα μας συμμετείχαν κυρίως είτε οικογένειες, είτε ζευγάρια οπότε η σύνθεση αυτών των ομάδων δεν μπορεί να εμφανίσει ακραία αποτελέσματα από πλευράς έντασης συμμετοχής σε οτιδήποτε κ.α. Ως άλλες αιτίες των παραπάνω αποτελεσμάτων μπορεί να θεωρηθούν το γεγονός ότι μπορεί οι άνθρωποι για την συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής να πιστεύουν ότι χρειάζεται κάποια εξεζητημένη γνώση και άρα είναι δύσκολο, για την κοπέλα ενός ζευγαριού ή για τα παιδιά μιας οικογένειας η συμμετοχή, ή ότι απαιτείται κάποιος ειδικός εξοπλισμός που δεν τον έχουν και αυτό να τους κάνει να μην επιθυμούν την συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής και να επιλέγουν πιο εύκολες λύσεις (όπως αθλοπαιδιές καλαθοσφαίριση, χειροσφαίριση κ.τ.λ.).

Αντιθέτως και για τις δύο διαστάσεις της ανάμειξης (ελκυστικότητα & αυτοέκφραση) υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με τις 5 διαφορετικές ηλικιακές ομάδες. Στον παράγοντα «*ελκυστικότητα*» υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε πέντε από τους είκοσι συνδυασμούς που υπήρξαν, μεταξύ της καθεμιάς ηλικιακής ομάδας με τις άλλες τέσσερις, ενώ στον παράγοντα «*αυτοέκφραση*» υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στους οκτώ από τους είκοσι συνδυασμούς που υπήρξαν, μεταξύ της καθεμιάς ηλικιακής ομάδας με τις άλλες τέσσερις. Από τα παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η ηλικία επηρεάζει τη διάθεση για ανάμειξη των ανθρώπων σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής που συμφωνεί με την διεθνή βιβλιογραφία για πολλούς και διαφορετικούς λόγους όπως την εμφάνιση, την άσκηση και τα ευεργετικά αποτελέσματά της (Samson, Meeuwssen, Crowe, Dessens, Duursma & Verhaar, 2000). Τα αποτελέσματα της ανάμειξης και των πέντε διαφορετικών ηλικιακών ομάδων ήταν σημαντικά ίσως γιατί η περιέργεια για συμμετοχή σε κάτι που δεν γνωρίζω με κάνει να θέλω να το γνωρίσω, το γιατί κάτι που δεν το γνωρίζω ίσως να έχει καλά αποτελέσματα πάνω μου, το γιατί η συμμετοχή σε τέτοιες εναλλακτικές μορφές άσκησης μπορεί να μου ταιριάζουν σε σχέση με τις κλασικές μορφές άσκησης (γυμναστήριο, τρέξιμο, περπάτημα). Όσο αφορά τις ηλικιακές ομάδες και την ανάμειξη τα αποτελέσματα μας

συμφωνούν σε μεγάλο βαθμό με την διεθνή βιβλιογραφία όπου βλέπουμε να υπάρχει διαφορετική ανάμειξη σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής ανάλογα με την ηλικία. Οι διαφορές στην ανάμειξη σε φυσικές δραστηριότητες μεταξύ ηλικιωμένων ατόμων και νέων ενηλίκων μπορούν να συνδεθούν μερικώς με την επίδραση της ηλικίας και του σωματικού βάρους, όπως επίσης και με τα ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά και τις ορμονικές λειτουργίες οι οποίες μπορούν εξίσου να επηρεάσουν τη μυϊκή λειτουργία και άρα και την συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες. Η φυσική δραστηριότητα έχει σημαντικές επιδράσεις στην κατάσταση της υγείας σε όλες τις ηλικίες (Samson, Meeuwsen, Crowe, Dessens, Duursma & Verhaar, 2000). Βέβαια όλα τα παραπάνω βρίσκονται στο πλαίσιο της δοκιμής και δεν γνωρίζουμε πόση είναι η συνεχής εμπλοκή με δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής όταν αυτό είναι εφικτό.

### **Συμπεράσματα**

Η έρευνα θα πρέπει οπωσδήποτε να επικεντρωθεί και σε άλλες διαστάσεις της καταναλωτικής συμπεριφοράς όπως τα κίνητρα των συμμετεχόντων, την ποιότητα των παρεχομένων υπηρεσιών των εταιρειών (δημοσίων ή ιδιωτικών), την ικανοποίηση που λαμβάνουν οι πελάτες τους από τη συμμετοχή, την ψυχολογική δέσμευση των συμμετεχόντων τόσο με τις δραστηριότητες όσο και με τον τόπο που αυτές παρέχονται.

Η συμμετοχή σε δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής ως άσκηση βελτιώνει την ποιότητα ζωής των συμμετεχόντων με πολλούς τρόπους. Συνεισφέρει στη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης καθώς είναι ένας ήπιος τρόπος άσκησης, ο οποίος μπορεί να γίνει εύκολα αποδεκτός ακόμη και από τα άτομα που δεν τους αρέσει η άθληση. Η συμμετοχή σε ομάδες που παίρνουν μέρος σε τέτοιου είδους δραστηριότητες αυξάνει την καλή διάθεση και την προσωπική διασκέδαση των συμμετεχόντων με αποτέλεσμα τη βελτίωση της ποιότητας ζωής. Η απουσία ανταγωνισμού και η παρουσία όλων των θετικών στοιχείων της γύμνασης μέσα από δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής βοηθά τα άτομα με μέτρια ή χαμηλή κινητική δραστηριότητα να ασκούνται μέσα από ανάλογα προγράμματα (Alexandris, Kouthouris & Meligdis, 2006; Gahwiler & Havitz, 1998; Iwasaki & Havitz, 2004; Kyle, Graefe, Manning & Bacon, 2004a).

Η διοίκηση κάθε κέντρου υπαίθριων δραστηριοτήτων και προγραμμάτων κινητικής αναψυχής πρέπει να έχει πρωτεύοντα στόχο την αύξηση της συμμετοχής των ατόμων που συμμετέχουν στις δραστηριότητες. Οι μάνατζερ και οι εργαζόμενοι σε εταιρίες υπαίθριων δραστηριοτήτων πρέπει να προσπαθούν να αυξήσουν τους επισκέπτες της περιοχής προσφέροντας νέες και διαφορετικές δραστηριότητες, ανέσεις διαμονής,

διατροφής και πρόσβασης σε σημαντικούς τόπους της περιοχής παρακολουθώντας σεμινάρια και συνέδρια για το χώρο. Μπορούν επίσης δημιουργώντας διάφορα γεγονότα ή/και εκθέσεις να προκαλούν την επίσκεψη στην εκάστοτε περιοχή (Alexandris, Kouthouris & Girgolas, 2007; McIntyre & Pigram, 1992). Επίσης παρέχοντας πολύ υψηλού επιπέδου υπηρεσίες σε κάθε μία από τις δραστηριότητες να δημιουργούν μοναδικές ευκαιρίες επίσκεψης και για τους ειδικούς των δραστηριοτήτων όπως για παράδειγμα στην περίπτωση των ορειβατικών διαδρομών στα «κόκκινα βράχια» της Ηρακλείτσας Καβάλας ή τις επισκέψεις σε τόπους με διεθνή προστασία στην περιοχή (περιοχές σύμβασης RAMSAR, NATURA 2000) καθώς και δυνατότητες για κάθε επίπεδου επισκέπτες (από πλευράς γνώσης, ικανότητας και οικονομικής δυνατότητας), (Alexandris, Kouthouris & Girgolas, 2007).

Τέλος η διοργάνωση, όπου αυτό επιτρέπεται, αγώνων για τις δραστηριότητες (μαραθώνιος σε ανώμαλο δρόμο στο Παρανέστι ή στην Κομοτηνή), θα μπορεί να γίνει αιτία επισκεψιμότητας για την περιοχή (Iwasaki & Havtiz, 2004). Οι παραπάνω πληροφορίες μπορούν να μεταδοθούν είτε με ενημερωτικά φυλλάδια με κάθε είδους πληροφορίες για την περιοχή και τις ειδικές υπηρεσίες που προσφέρονται, σελίδες internet, εκθέσεις και τέλος με ευχαριστημένους πελάτες που μεταφέρουν τις πληροφορίες στόμα με στόμα (Κουθούρης, 2009). Τα θέματα ασφάλειας επίσης που πρέπει να εξασφαλίζονται για τους επισκέπτες, με εξειδικευμένο προσωπικό, κατάλληλο εξοπλισμό και συνεργασία των φορέων της περιοχής μπορούν να δημιουργήσουν ένα καλό και ασφαλές προϊόν (Kouthouris & Alexandris, 2005). Μεγάλη σημασία πρέπει να δίδεται στην εφαρμογή των παραπάνω προγραμμάτων πάντα σε ισορροπία με το φυσικό περιβάλλον που οι δραστηριότητες πραγματοποιούνται και με την μικρότερη δυνατή διατάραξη του τόπου.

Μελλοντικές έρευνες με το ίδιο φάσμα δραστηριοτήτων θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν σε άλλη περιοχή της χώρας προκειμένου να συγκριθούν τα αποτελέσματα των ερευνών ή στην ίδια περιοχή χρησιμοποιώντας στο δείγμα της έρευνας και τους ξένους επισκέπτες της περιοχής προκειμένου να έχουμε και μία άλλη ματιά ανθρώπων που είναι πιο έμπειροι σε τέτοιου είδους δραστηριότητες. Θεωρητικές μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να μελετήσουν την σχέση των κινήτρων και της ανάμειξης σε σχέση και με άλλες παραμέτρους του μάρκετινγκ, όπως την σχέση των παραπάνω παραμέτρων και την αφοσίωση σε μία περιοχή, ή την ποιότητα των παρεχομένων υπηρεσιών, ή την αφοσίωση των πελατών με συγκεκριμένες εταιρίες ή δράσεις κ.τ.λ.

Πρακτικά τα αποτελέσματα της έρευνας μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τις εταιρίες υπαίθριων δραστηριοτήτων της περιοχής πρώτα και έπειτα και της υπόλοιπης χώρας για την βελτίωση των υπηρεσιών τους, τον τρόπο προσέγγισης των πελατών και άρα της αύξησης αυτών καθώς και της ανανέωσης των προσφερόμενων υπηρεσιών προκειμένου να βρίσκονται πάντα μέσα στις επιλογές των πελατών. Τα πρακτικά αποτελέσματα από την έρευνα μπορούν να χρησιμοποιηθούν από φορείς (Δήμοι, Περιφέρεια κ.α.) ή άλλου είδους επιχειρήσεις τουρισμού (ξενοδοχεία, ενοικιαζόμενα δωμάτια κ.α.) της περιοχής ή και άλλων περιοχών προκειμένου να κάνουν πιο στοχευόμενη διαφήμιση για την περιοχή τους, επιλογή των τουριστικών εκθέσεων που συμμετέχουν καθώς και στελέχωση των υπηρεσιών τους με ανθρώπους που έχουν ειδικευμένες γνώσεις (γνώση ξένων γλωσσών, γνώση του τουριστικού προϊόντος, ξεναγούς κ.α.) για την παροχή αυτών και στις εταιρίες υπαίθριων δραστηριοτήτων αλλά και στους επισκέπτες.

#### **Βιβλιογραφικές Αναφορές**

- Alexandris, K., Kouthouris, C. & Girgolas, G. (2007). Investigating the relationships among motivation, negotiation and intention to continuing participation: a study in recreational alpine skiing. *Journal of Leisure Research*, 39(4), 648-668.
- 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.
- Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D. & Chatzigianni, E. (2008). Examining the relationships between leisure constraints, involvement and attitudinal loyalty among Greek recreational skiers. *European Sport Management Quarterly*, 8(3), 247-264.
- 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.
- Αυθίνος, Γ.Δ. (1998). *Άσκηση – άθληση – κινητική αναψυχή – οργανωτική διάσταση*. Αθήνα: Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τ.Ε.Φ.Α.Α.
- Craig, C.L., Russell, S.J., Cameron, C. & Beaulieu, A. (1999). Foundations for joint action: *Reducing physical inactivity*. Ottawa, Ontario: Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.



- Craig, C.L., Russell, S.J., Cameron, B.A. & Beaulieu, A. (1997). Foundations for joint action. *Reducing Inactivity Report*, Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.
- Δάντση, Φ., Μπαλάσκα, Π. & Αλεξανδρής, Κ. (2008). Διερεύνηση της σχέσης μεταξύ ανασταλτικών παραγόντων και προσήλωσης των πολιτών σε μαζικά προγράμματα υπαίθριας αναψυχής. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 5(2), 41-52.
- Dimanche, E., Havitz, M. & Howard, D. (1991). Testing the involvement profile (IP) scale in the context of selected recreational and touristic activities. *Journal of Leisure Research*, 23 (1), 51-66.
- Funk, D.C. & Brunn, T.J. (2007). "The role of socio-psychological and culture-education motives in marketing international sport tourism: a cross cultural perspective", *Tourism Management*, 28, 806-819.
- Gahwiler, P. & Havitz, M.E. (1998). Toward a relational understanding of leisure social worlds, involvement psychological commitment, and behavioral loyalty. *Leisure Sciences*, 20, 1-23.
- Havitz, M.E. & Dimanche, F. (1999). Leisure involvement revisited: Drive properties and paradoxes. *Journal of Leisure Research*, 31(2), 122-149.
- Havitz, M.E. & Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: Conceptual conundrums and measurement advances. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 245-278.
- Havitz, M.E. & Howard, D.R. (1995). How enduring is enduring involvement? A seasonal examination of three recreational activities. *Journal of Consumer Psychology*, 4, 255-276.
- Havitz, M.E. & Mannell, R.C. (2005). Enduring involvement, situational involvement, and flow in leisure and non-leisure activities. *Journal of Leisure Research*, 37(2), 152-177.
- Havitz, M.E., Dimanche, F. & Howard, D. (1993). Consumer involvement profiles as a tourism segmentation tool. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 1(4), 33-52.
- Havitz, M.E., Dimanche, F. & Howard, D.R. (1993). A two-sample comparison of the personal involvement inventory (PII) and involvement profile (IP) scales using selected recreation activities. *Journal of Applied Recreation Research*, 17, 331-364.
- Θεοδωράκης, Ν., Αλεξανδρής, Κ., Πανοπούλου, Κ. & Βλαχόπουλος, Σ. (2007). Παράγοντες που επηρεάζουν ανασταλτικά την ανάμειξη σε δραστηριότητες



- παραδοσιακού χορού. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 6(2), 212-221.
- Θεοδωράκης, Ν., Πανοπούλου, Κ. & Βλαχόπουλος, Σ. (2007). Παραγοντική δομή και εγκυρότητα πρόβλεψης της κλίμακας ανάμειξης στην αναψυχή. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 5(3), 405-413.
- Iwasaki, Y. & Havitz, M. (2004). Examining relationships between leisure involvement, psychological commitment and loyalty to a recreation agency. *Journal of Leisure Research*, 36 (1), 45-72.
- Kerstetter, D.L. & Kovich, G.M. (1997). An involvement profile of division I women's basketball spectators. *Journal of Sport Management*, 11(3), 234-249.
- Κουθούρης, Χ. (2009). *Υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής – Ακραία αθλήματα. Μάνατζμεντ Υπηρεσιών – Εκπαίδευση στελεχών*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Kouthouris, C. & Alexandris, K. (2005), "Can service quality predict customer satisfaction and behavioral intentions in the sport tourism industry? "An application of the SERVQUAL model in an outdoors setting", *Journal of Sport Tourism*, 1(10), 101-111.
- Kyle, G.T. & Chick, G.E. (2004). Enduring leisure involvement: The importance of relationships. *Leisure Studies*, 23, 243-266.
- Kyle, G.T. & Mowen, A.J. (2005). An examination of the involvement – commitment relationship within a public leisure service context. *Journal of Leisure Research*, 37, 342-363.
- Kyle, G.T., Absher, J.D., Hammitt, W.E. & Cavin, J. (2006). An examination of the motivation – involvement relationship, *Leisure Sciences*, 28 467-487.
- Kyle, G.T., Bricker, K., Graefe, A.R. & Wickham, T.D. (2004). An examination of recreationists' relationship with activities and settings. *Leisure Sciences*, 26(2), 123-142.
- Kyle, G.T., Graefe, A.R., Manning, R.E. & Bacon, J. (2004b). Effect of activity involvement and place attachment on recreationists' perceptions of setting density. *Journal of Leisure Research*, 36(2), 209-231.
- Kyle, G.T., Graefe, A.R., Manning, R.E. & Bacon, J. (2004a). Predictors of behavioural loyalty among hikers along the Appalachian Trail. *Leisure Sciences*, 26(1), 99-118.
- Kyle, G.T., Graefe, A.R., Manning, R.E. & Bacon, J. (2004). Predictors of behavioural loyalty among hikers along the Appalachian Trail. *Leisure Sciences*, 26(1), 99-118.

- Kyle, G.T., Graefe, A.R., Manning, R.E. & Bacon, J. (2003). An examination of the relationship between leisure activity, involvement and place attachment among hikers along the Appalachian Trail. *Journal of Leisure Research*, 35(3), 249-273.
- Kyle, G.T., Kerstetter, D.L. & Guadagnolo, F.B. (1999). The influence of outcome messages and involvement on participant reference price. *Journal of Park and Recreation Administration*, 17, 53-75.
- Laurent, G. & Kapferer, J. (1985). Measuring consumer involvement profiles. *Journal of Marketing Research*, 22(1), 41-53.
- Leitner, T. (1996). *Genetic variation of HIV-1*. Thesis. Karolinska Institute, Stockholm, Sweden.
- McGehee, N.G., Yoon, Y. & Cardenas, D. (2003). Involvement and travel for recreational runners. *Journal of Sport Management*, 17(3), 305-324.
- McIntyre, N. & Pigram, J.J. (1992). Recreation specialization re-examined: The case of vehicle based campers. *Leisure Sciences*, 14, 3-15.
- Παπασταύρου, Α. (1981). Η αναγκαιότητα της αναψυχής ιδιαίτερα από δασοπολιτικής & δασοκοινωνικής σκοπιάς. *Δασικά χρονικά*, 7-8, 261-268.
- Park, S.H. (2001). Relationships between involvement and attitudinal loyalty constructs in adult fitness centers. *Journal of Leisure Research*, 28.
- Park, S.H. (1996). Relationships between involvement and attitudinal loyalty constructs in adult fitness programs. *Journal of Leisure Research* 28, 233-250.
- Priest, S. & Gass, M.A. (1997). *Effective leadership in adventure programming*. United States of America: Braun-Brumfield.
- Samson, M., Meeuwssen, I., Crowe, A., Dessens, J.A., Duursma, S.A. & Verhaar, H.J. (2000). Relationships between physical performance measures, age, height and body weight in healthy adults. *Age and Ageing*, 29, 235-342.
- Wiley, C.G.E., Shaw, S.M. & Havitz, M.E. (2000). Men's and women's involvement in sports: an examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leisure Sciences*, 22(1), 19-31.
- Χρόνη, Σ. & Ζουρμπάνος, Ν (2001). Ψυχολογικά οφέλη από συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. *Φυσική Δραστηριότητα και Ποιότητα, Ειδικό τεύχος*. Διοίκηση δραστηριοτήτων αναψυχής, 1-6.
- Ζαφειρούδη, Α. & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2008). Περιβαλλοντικό ενδιαφέρον, ανθρώπινη συμπεριφορά και συμμετοχή σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. *Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής*, 5(2), 23-40.