



Η επίδραση των κινήτρων στη συμμετοχή νεαρών αθλητών σε ομαδικά σπορ

Φορίδου Α., Τσίτσαρη Ε., Μπεμπέτσος Ε. & Βερναδάκης Ν.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Υπεύθυνη Επικοινωνίας:

Τσίτσαρη Έφη

E-mail: etsitska@phyed.duth.gr

Περιοδικό Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής, Vol.6, pp.63-78, 2012

© 2012 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>

Η επίδραση των κινήτρων στη συμμετοχή νεαρών αθλητών σε ομαδικά σπορ

Περίληψη

Στόχος της παρούσας έρευνας ήταν η αξιολόγηση των κινήτρων που επηρεάζουν τη συμπεριφορά των νεαρών αθλητών αναφορικά με τη συνέχιση της συμμετοχής τους σε ομαδικά σπορ. Στην έρευνα συμμετείχαν 158 παιδιά (121 αγόρια, 37 κορίτσια) ηλικίας 10-13 ετών που συμμετέχουν σε ιδιωτικές αθλητικές ακαδημίες πετοσφαίρισης, ποδοσφαίρου και καλαθοσφαίρισης στο Δήμο Κομοτηνής. Για την αξιολόγηση των κινήτρων των νεαρών αθλητών, χρησιμοποιήθηκε το Behaviour Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ) των Lonsdale, Hodge και Rose (2008). Πριν συμπληρωθεί από τους αθλητές, μεταφράστηκε στα ελληνικά με τη μέθοδο της διπλής κατεύθυνσης και ελέγχθηκε η εγκυρότητα και η αξιοπιστία του. Από τις περιγραφικές αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν, φάνηκε πως τα παιδιά 10-13 ετών επηρεάζονται από γενικά εσωτερικά κίνητρα κατά τη συμμετοχή τους σε κάποιο άθλημα ενώ η συνέχιση της συμμετοχής τους και στο μέλλον, μέσω της ανάλυσης παλινδρόμησης, φαίνεται να επηρεάζεται από τα κίνητρα απόκτησης επιπλέον γνώσεων και δεξιοτήτων σχετικών με το σπορ τους. Οι προπονητές, σε συνεργασία με τους καθηγητές φυσικής αγωγής και τους γονείς των παιδιών συστήνεται να στηριχθούν στα αποτελέσματα αυτής και άλλων σχετικών ερευνών προκειμένου να κατανοήσουν και να αξιοποιήσουν τους λόγους που κυρίως ωθούν τα παιδιά στην ενασχόληση με κάποια αθλητική δραστηριότητα.

Λέξεις κλειδιά: νεαροί αθλητές, κίνητρα συμμετοχής, ομαδικό άθλημα

How motives may affect young athletes' participation in team sports

Abstract

The study's aim was to evaluate the motives that affect young athletes' behavior in relation to their participation in team sports. One hundred and fifty-eight children aged 10 to 13 (121 of which were boys and 37 were girls), all active members of private volleyball, football and basketball sport academies in Komotini filled in the questionnaire. The young athletes' motives were evaluated through the "*The Behavior Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ)*" (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008). The questionnaire was translated into Greek and tested for its validity and reliability before distributed to the young athletes. A descriptive analysis revealed that the children of the sample were affected by general intrinsic motivation while regression analysis showed their future participation is mostly depended on their need to learn more and acquire skills concerning their sport. Sport trainers/coaches in cooperation with physical education teachers and the parents are strongly advised to take advantage the results of this and other similar surveys in order to comprehend and evaluate the main reasons why children engage themselves in a particular sports activity.

Key words: young athletes, participation motives, team sport.

Η επίδραση των κινήτρων στη συμμετοχή νεαρών αθλητών σε ομαδικά σπορ

Εισαγωγή

Η φυσική δραστηριότητα, είτε αυτή αφορά στη συμμετοχή του παιδιού στον οργανωμένο και στο σχολικό αθλητισμό είτε στο ελεύθερο παιχνίδι, επιδρά θετικά τόσο στη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών (Ραζάκου, Τσαπακίδου, Μπέης & Τσομπανάκη, 2003) όσο και στην ανάπτυξη της διάθεσής τους για συνεργασία (Τζέτζης, Κακαμούκας, Γούδας & Τσορμπατζούδης, 2005). Η ενασχόληση των παιδιών με τις αθλητικές δραστηριότητες αποτελεί βασική παράμετρο για τη φυσιολογική τους ανάπτυξη αφού συμβάλει στην εξέλιξη των κινητικών τους ικανοτήτων (Hassandra, Goudas & Chroni, 2002) και στην ανάπτυξη των νοητικών και κοινωνικό-συναισθηματικών χαρακτηριστικών τους.

Η άσκηση και γενικότερα το υψηλό επίπεδο φυσικής δραστηριότητας πρέπει να ενταχθεί στην καθημερινότητα των παιδιών (Ραζάκου & συν., 2003). Κι αυτό γιατί η υιοθέτηση ενός δραστήριου τρόπου ζωής είναι ιδιαίτερα σημαντική κατά την παιδική ηλικία (Τζέτζης & συν., 2005) όπου και διαμορφώνεται μια αλυσίδα αξιολογών χαρακτηριστικών και συμπεριφορών όπως η διάθεση για συνεργασία, η υπακοή, η κοινωνικότητα, οι καλές επιδόσεις, η διάθεση για βελτίωση, κ.α. (Παπανικολάου, Πατσιαούρας & Κεραμίδα, 2003).

Αντιθέτως, μια ζωή με απουσία φυσικής δραστηριότητας, προκαλεί κατάθλιψη, άγχος, νευρική συμπεριφορά σε παιδιά αλλά και σε ενήλικες. Η απουσία άσκησης, είναι ιδιαίτερα σημαντικό πρόβλημα αφού χρόνιες ασθένειες των ενηλίκων όπως καρδιακά νοσήματα, διαβήτης τύπου II, παχυσαρκία, κάνουν την εμφάνισή τους ήδη από την παιδική ηλικία. Η σωματική δραστηριότητα είναι ένας πολύ σημαντικός παράγοντας που καθορίζει το επίπεδο της υγείας και της ποιότητας ζωής των νέων ατόμων (Διγγελίδης, Κάμτσιος & Θεοδωράκης, 2007).

Στη σύγχρονη εποχή, η φυσική δραστηριότητα των παιδιών περιορίζεται λόγω της εντατικής χρήσης της σύγχρονης τεχνολογίας καθώς δυστυχώς μετατρέπονται σε παθητικούς δέκτες των εκπομπών της τηλεόρασης και των προγραμμάτων και παιχνιδιών των ηλεκτρονικών υπολογιστών (Παπατσιακμάκη, 2005), κυρίως λόγω της νοοτροπίας των γονέων, αφού η αρνητική στάση απέναντι στην άσκηση είθισται να ξεκινάει από τις διδαχές της οικογένειας (Ραζάκου & συν., 2003). Η στάση αυτή σε μεγάλο ποσοστό παρατηρείται στην προεφηβεία, μεταξύ 10-13 ετών (Ραζάκου & συν., 2003) καθώς τότε κυρίως, επιλέγεται ο καθιστικός τρόπος ζωής ενώ, ταυτόχρονα, αυτή

είναι και η ηλικία που διαμορφώνονται οι στάσεις των παιδιών προς την άσκηση, με ελάχιστες τροποποιήσεις στα επόμενα χρόνια (Καλογιάννης, 2006). Σύμφωνα με έρευνα της Hassandra και των συνεργατών της (2002), όσο μεγαλώνει το άτομο τόσο διαφοροποιείται ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζει το θέμα της άσκησης. Οι γονείς παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο σε αυτήν την εξέλιξη καθώς όταν απουσιάζει η γονική παρότρυνση για άσκηση από τις μικρές ηλικίες το παιδί μεγαλώνοντας επιλέγει τον καθιστικό τρόπο ζωής ή τη μειωμένη αθλητική συμμετοχή (Διγγελίδης & συν., 2007).

Για να πάρει ένα παιδί την απόφαση να ασχοληθεί με κάποιο άθλημα, πρέπει να ενεργοποιηθούν στοιχεία που συμβάλουν στην επίτευξη αυτού του στόχου: ένστικτα, ανάγκες, ορμές, προθέσεις, επιθυμίες, εσωτερικού τύπου, δηλαδή, συμπεριφορές, όσο και εξωτερικές αιτίες όπως αμοιβές, επιβραβεύσεις, επιδοκίμασιες, μπορούν να οδηγήσουν τα παιδιά - όπως και τους ενήλικες- στη λήψη της απόφασης για άσκηση (Ryan & Deci, 2000). Όλα αυτά τα στοιχεία συγκροτούν τα κίνητρα. Ως κίνητρο, ορίζεται το μέσο, η παρορμητική αιτία που ωθεί σε δράση (Τεγόπουλος & Τερζάκης, 2008) και διακρίνονται σε εσωτερικά και εξωτερικά καθώς και σε μη-κίνητρα, στις περιπτώσεις απουσίας κάθε είδους κινητοποίησης.

Τα εσωτερικά κίνητρα, περιλαμβάνουν τους προσωπικούς λόγους για τους οποίους ένα άτομο επιλέγει να ασχοληθεί με μια δραστηριότητα (Παπαϊωάννου, Κουρτεσοπούλου & Κωνσταντακάτου, 2005). Όπως αναφέρει ο Φιλίππου (2001), εσωτερικά κίνητρα υπάρχουν στην περίπτωση κατά την οποία οι μαθητές/παιδιά καταβάλλουν προσπάθεια για την επίλυση ενός προβλήματος, διαθέτουν χρόνο και επιμένουν στην εύρεση της λύσης γιατί πιστεύουν στην αξία αυτού που κάνουν. Τους ικανοποιεί η αισθητική απόλαυση, η χαρά της επιτυχίας, η κατάκτηση της πνευματικής κορυφής, ανεξάρτητα από την οποιαδήποτε αμοιβή. Επομένως, τα εσωτερικά κίνητρα, σχετίζονται με την προσωπική επιθυμία του καθενός να φτάσει σε ένα συγκεκριμένο στάδιο εξέλιξης καθώς και στην έμφυτη τάση, την επιθυμία για γνώση αλλά και την εσωτερική ικανοποίηση που νιώθει κανείς όταν πετυχαίνει κάτι που έθεσε ως στόχο. Επίσης, η ύπαρξή τους είναι απόλυτα φυσιολογική καθώς, όλοι οι άνθρωποι γεννιούνται έχοντας την έμφυτη ανάγκη για ικανοποίηση αυτών των αισθημάτων τους (Ryan & Deci, 2000). Οι επιλογές, συνεπώς, που γίνονται βασιζόμενες σε αυτό τον τύπο κινήτρων, θεωρούνται πιο ελεύθερες σε σχέση με τις υπόλοιπες.

Τα εξωτερικά κίνητρα, περιλαμβάνουν τα εξωτερικά αίτια που υπαγορεύουν μια συμπεριφορά και ωθούν ένα άτομο να ασχοληθεί με ένα έργο, όπως η προσδοκία συγκεκριμένου οφέλους κατά την υλοποίηση του έργου (Φιλίππου, 2001). Συνήθως

συνδέονται με τις ανάγκες του ατόμου και είναι η αμοιβή, η ενθάρρυνση, η αυτοπεποίθηση και η θετική αντιμετώπιση που έχει από τους γύρω του (Kilpatrick, Hebert & Bartholomew, 2005). Πολλές φορές, βέβαια, τα κίνητρα αυτά διαμορφώνονται και από την ανάγκη αποφυγής αρνητικών συμπεριφορών του περιβάλλοντος προς το άτομο, συμπεριφορών όπως η αποδοκιμασία, η αδιαφορία ή κάποια ποινή (Kilpatrick et al., 2005). Ουσιαστικά είναι η αποφυγή κάποιου τιμήματος που θα πρέπει να καταβάλει σε περίπτωση αποτυχίας (Φιλίππου, 2001).

Τέλος, υπάρχουν και περιπτώσεις που δεν παρατηρείται καθόλου κινητοποίηση. Τα περισσότερα παιδιά, έχουν ταλέντο σε κάποιο άθλημα, το οποίο εξελίσσεται σταδιακά μέσω της ενασχόλησής τους με αυτό. Αν λοιπόν δεν κινητοποιηθεί από νωρίς, το ταλέντο τους δε θα αναδειχθεί. Έτσι, το πιο πιθανό είναι να μην υπάρχει τίποτα που να τον/την ωθήσει αργότερα ως ενήλικα στη συμμετοχή σε κάποιο σπορ ή δραστηριότητα (Patrick, Ryan, Liro, Fredricks, Hruda & Eccles, 1999). Οι Smith, French, Walker και Hurley (2006) σημείωσαν πως ειδικά στις ηλικίες 10-14 χρονών, σημαντικό ρόλο κινητοποίησης παίζει το κοινωνικό περιβάλλον του παιδιού. Κατέληξαν πως αν απουσιάζουν οι κοινωνικές συναναστροφές που ενισχύουν την ιδέα της άσκησης, δύσκολα κάποιο άλλο κίνητρο θα ωθήσει τα παιδιά να ασχοληθούν με κάποια αθλητική δραστηριότητα.

Τα κίνητρα, λοιπόν, είναι πιθανόν να πηγάζουν και από το τι πιστεύει ένα άτομο σχετικά με τις ικανότητές του στην εκτέλεση μιας δράσης, καθώς και από τις πεποιθήσεις του για την αξία της δράσης αυτής, ενώ, πολλές φορές, έχουν τελείως διαφορετικά αποτελέσματα στην ποιότητα της εμπειρίας που λαμβάνει κανείς ή στη στάση που θα υιοθετήσει πάνω στο αντικείμενο που τον απασχολεί –κυρίως όταν τα εσωτερικά και εξωτερικά κίνητρα έρχονται σε σύγκρουση (Ryan & Deci, 2000) και γίνεται η επιλογή των αποφάσεων αλλά και της κατεύθυνσης των επιλογών. Στις νεαρές ηλικίες, ειδικότερα, μπορούν να παρουσιαστούν δυσκολίες στον καθορισμό των εσωτερικών και εξωτερικών παραμέτρων κινητοποίησης των παιδιών και στο πώς αυτά γίνονται αντιληπτά. Τα ίδια στοιχεία που μπορεί να αποτελέσουν παράγοντες κινητοποίησης μπορούν να εκληφθούν και ως παράγοντες μη κινητοποίησης, ανάλογα με τον τρόπο που αυτά μεταδίδονται στα παιδιά από τους ενήλικες –κυρίως τους προπονητές και τους γονείς τους (Pelletier, Vallerand & Sarrazin, 2007).

Τέλος, τα κίνητρα διαφέρουν ανάλογα με τη φυσική δραστηριότητα που έχει κάποιος επιλέξει. Διαφορετικός παράγοντας ωθεί κάποιον να ασχοληθεί με κάποιο ατομικό σπορ, διαφορετικός με ομαδικό, άλλα είναι τα κριτήρια επιλογής και συμμετοχής σε μια

ανάλαφρη δραστηριότητα στη φύση και άλλα σε μια πιο απαιτητική (Κουθούρης, 2008). Εξάλλου οι επιλογές άθλησης είναι πολλές και η κάθε μια έχει τα δικά της ξεχωριστά οφέλη.

Υγεία, αυτοπεποίθηση, κοινωνικοποίηση, αναγνώριση, διάθεση και πολλά ακόμη θετικά στοιχεία θα διαμορφωθούν από τη νεαρή ακόμη ηλικία, αν υιοθετηθούν οι κατάλληλες τακτικές ώστε να προσελκυσθούν όλο και περισσότερα παιδιά στον αθλητισμό αλλά και να μειωθεί το ποσοστό εγκατάλειψης της άσκησης. Η πολιτεία, το σχολείο και η οικογένεια, θα πρέπει να συμβάλουν στην ενίσχυση της συμμετοχής των παιδιών με αθλητικές δραστηριότητες. Αναλόγως σημαντική είναι και η κατανόηση και κινητοποίηση των ανηλίκων εκείνων που έχουν ήδη επιλέξει τη συμμετοχή σε κάποιο σπορ, καθώς σύμφωνα με τους Δούλια, Κοσμίδου, Παυλογιάννη και Πατσιαούρα (2005) πολλά είναι τα παιδιά που τελικώς αποχωρούν και σταματούν να ασχολούνται με τον αθλητισμό, αρκετά νωρίς, κυρίως δε, στην εφηβεία. Η υιοθέτηση από τους προπονητές και τους καθηγητές φυσικής αγωγής κατάλληλων και εξατομικευμένων τεχνικών παρακίνησης των παιδιών και η ταυτόχρονη υλοποίησή τους στο χώρο προπόνησης, είναι ένα στήριγμα βοήθειας για την αποφυγή της αρνητικής συνέπειας της αναβολής ή παύσης της άσκησης (Kilpatrick, Hebert & Bartholomew, 2005). Στόχος αυτής της έρευνας λοιπόν ήταν η μελέτη και κατανόηση των κινήτρων που ωθούν τα παιδιά να συμμετάσχουν σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες και η επίδραση των κινήτρων αυτών στη διάθεσή τους να συνεχίσουν να συμμετάσχουν στο μέλλον. Πιο συγκεκριμένα, οι υποθέσεις που τέθηκαν από τους ερευνητές ήταν:

H1. Οι διαστάσεις των εσωτερικών και εξωτερικών κινήτρων αξιολογούνται θετικά από τα παιδιά που συμμετέχουν στις ακαδημίες των ομαδικών αθλημάτων σε αντίθεση με την απουσία κινήτρων που δεν αξιολογείται θετικά.

H2. Όλες οι διαστάσεις των κινήτρων επηρεάζουν θετικά την πρόθεση για συνέχιση της συμμετοχής των παιδιών στις ακαδημίες των ομαδικών αθλημάτων

Να σημειωθεί πως τρεις περιορισμοί της μελέτης περιορίζουν τη γενίκευση των εξαγομένων αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων: α) η έρευνα πραγματοποιήθηκε αποκλειστικά στην πόλη της Κομοτηνής, β) σε ακαδημίες ομαδικών –και μόνο- αθλημάτων, γ) στις οποίες συμμετέχουν κυρίως αγόρια, με αποτέλεσμα το δείγμα των κοριτσιών να είναι αρκετά περιορισμένο.

Μεθοδολογία

Δείγμα

Το ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από 158 παιδιά, 121 αγόρια και 37 κορίτσια ηλικίας 10-13 ετών, που συμμετείχαν σε αθλητικές ακαδημίες καλαθοσφαίρισης (24,1%), πετοσφαίρισης (24,7%) και ποδοσφαίρου (50%) του δήμου Κομοτηνής. Οι συγκεκριμένες ηλικίες επιλέχθηκαν καθώς αποτελούν την περίοδο που ένα παιδί αποφασίζει αν θα συνεχίσει να ασχολείται με το άθλημα του, θα αλλάξει ή θα σταματήσει να ασκείται γενικά (Patrick & et al., 1999). Το παιδί αναπτύσσεται με την άσκηση όχι μόνο σωματικά αλλά νοητικά, κοινωνικοσυναισθηματικά και ψυχοκινητικά. Αυτή είναι η περίοδος όπου ένας μικρός αθλητής καλλιεργεί τη νοητική λειτουργία μέσα από την παρατήρηση, τον πειραματισμό, την διερεύνηση, τον σχεδιασμό, την ερμηνεία, την διατύπωση υποθέσεων, την παραγωγή ερωτήσεων και την κριτική σκέψη. (Ραζάκου & συν., 2003).

Μέσα συλλογής των δεδομένων

Για τη συλλογή των δεδομένων, χρησιμοποιήθηκε το Behavior Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ) των Lonsdale, Hodge και Rose (2008). Το BRSQ δημιουργήθηκε με στόχο τη συλλογή δεδομένων σε πλαίσιο ανταγωνιστικού αθλητισμού για θέματα εσωτερικής και εξωτερικής παρακίνησης καθώς και απουσίας κινήτρων. Η δημιουργία του στηρίχθηκε στη θεωρία της αυτοδιάθεσης των Deci και Ryan (1985). Η επιλογή του συγκεκριμένου οργάνου αξιολόγησης των κινήτρων για αθλητική συμμετοχή στηρίχθηκε στο ότι παρουσιάζει μεγαλύτερα σκορ εγκυρότητας και αξιοπιστίας των παραγόντων του αλλά και μεγαλύτερη νομολογική εγκυρότητα σε σχέση τόσο με το Sport Motivation Scale των Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson και Blais (1995) όσο και με την αναθεωρημένη κλίμακα (SMS-6) των Mallett, Kawabata, Newcombe, Otero-Forero και Jackson (2007).

Η συγκεκριμένη κλίμακα, μετά από ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας της δημοσιευμένης από Έλληνες ερευνητές, δε φάνηκε να έχει χρησιμοποιηθεί στην ελληνική γλώσσα. Κατά συνέπεια, θα έπρεπε να μεταφραστεί και να προσαρμοστεί στα ελληνικά και γι' αυτό το σκοπό επιλέχθηκε η μέθοδος της διπλής κατεύθυνσης (Vallerand, 1989; Banville, Desrochers & Genet-Volet, 2000). Το ερωτηματολόγιο μεταφράστηκε πρώτα στα ελληνικά από δύο από τους ερευνητές –οι οποίοι δήλωσαν πιστοποιημένα άριστη γνώση της αγγλικής γλώσσας. Οι δύο εκδοχές της μεταφρασμένης στα ελληνικά κλίμακας συγκρίθηκαν μεταξύ τους. Από τη σύγκριση αυτή

προέκυψε ότι 21 από τις 36 μεταβλητές είχαν μεταφραστεί με τον ίδιο τρόπο. Για τις υπόλοιπες 15, οι δύο ερευνητές συζήτησαν το νόημά τους και κατέληξαν ότι παρά τη χρήση κάποιων διαφορετικών λέξεων, αυτό ήταν ίδιο. Η συζήτηση κατέληξε στην απόλυτη συμφωνία των δύο ερευνητών όσον αφορά στην ελληνική μετάφραση του ερωτηματολογίου. Η ελληνική έκδοση στη συνέχεια δόθηκε σε δύο δίγλωσσους ερευνητές του αθλητισμού προκειμένου να το μεταφράσουν πλέον από τα ελληνικά στα αγγλικά. Κανένας από τους δύο δεν είχε χρησιμοποιήσει την κλίμακα BRSQ στο πρόσφατο ή στο μακρινό παρελθόν. Μετά την ολοκλήρωση και αυτής της διαδικασίας, οι τέσσερις ερευνητές συνέκριναν τις μεταβλητές αυτής της κλίμακας με την αρχική των Lonsdale, Hodge και Rose (2008). Παρόλο που αρκετές από τις μεταβλητές που προέκυψαν (18 από τις 36) δεν ήταν ακριβώς ίδιες με τις αντίστοιχες του αρχικού ερωτηματολογίου, οι ερευνητές –με τη συμβολή καθηγητή αγγλικής φιλολογίας– συμφώνησαν ότι το νόημα ήταν ταυτόσημο. Έτσι κατέληξαν στη διατήρηση της μεταφρασμένης ελληνικής κλίμακας με την προϋπόθεση της εκ νέου δοκιμασίας της μέσω πιλοτικής έρευνας.

Για να ελεγχθεί η εγκυρότητα του περιεχομένου του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε πιλοτική έρευνα σε 30 παιδιά ηλικίας 10-13 ετών που συμμετείχαν μεν σε ακαδημίες ομαδικών αθλημάτων, όχι όμως στην πόλη της Κομοτηνής, αλλά σε Δήμο της Θεσσαλονίκης, που να εμφανίζει χαρακτηριστικά κωμόπολης, ανάλογα με αυτά της Κομοτηνής. Κανένα από τα 30 παιδιά που συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο δεν ανέφερε κάποια δυσκολία στη συμπλήρωση και κατανόηση των μεταβλητών του ερωτηματολογίου.

Το τελικό ερωτηματολόγιο αποτελείται από 36 μεταβλητές που –βάσει θεωρίας– ομαδοποιούνται σε εννέα παράγοντες (τέσσερις μεταβλητές ανά παράγοντα) που αφορούν στα κίνητρα που ενεργοποιούν τα άτομα στο να συμμετάσχουν σε αγωνιστικά σπορ. Όλες οι μεταβλητές των κινήτρων απαντώνται μέσω μίας 7βάθμιας κλίμακας τύπου Likert, όπου 1: «Καθόλου δεν ισχύει» ως 7: «Ισχύει 100%». Η εσωτερική συνοχή των υποκλιμένων αξιολογήθηκε με το τεστ α του Cronbach (Πίνακας 1).

Η καταγραφή της πρόθεσης συνέχισης της συμμετοχής των παιδιών στις αθλητικές ακαδημίες καταγράφηκε με μία μεταβλητή («Πόσο πιθανό το βρίσκεις να συνεχίσεις να συμμετάσχεις στο συγκεκριμένο άθλημα και στο μέλλον») της οποίας οι απαντήσεις επίσης δίνονταν σε επτά διαφορετικά επίπεδα: από «1: Δεν υπάρχει περίπτωση να συνεχίσω» έως «7: σίγουρα θα συνεχίσω».

Διαδικασία συλλογής των δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε από τον Ιανουάριο ως το Μάιο του 2012. Προηγήθηκε επικοινωνία με τους προπονητές ή υπευθύνους των ακαδημιών ομαδικών αθλημάτων που λειτουργούν στην πόλη της Κομοτηνής, προκειμένου αφενός να εκδηλώσουν τη συμφωνία ή διαφωνία τους με τη διεξαγωγή της έρευνας στο σύλλογό τους όσο και για να δώσουν στους ερευνητές πρόγραμμα των προπονήσεών τους. Προϋπόθεση για τη συλλογή των δεδομένων ήταν να ληφθεί η σύμφωνη γνώμη των γονέων, παράλληλα με την εθελοντική συμμετοχή των παιδιών.

Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν στα παιδιά από έναν από τους ερευνητές πριν την έναρξη της προπόνησής τους, για λειτουργικούς λόγους. Συνολικά διανεμήθηκαν 205 ερωτηματολόγια, επεστράφησαν 160, εκ των οποίων τελικά στη μελέτη αξιοποιήθηκαν τα 158 (ποσοστό επιστροφής: 77,07%).

Στατιστική Ανάλυση

Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS for Windows 16.0, με το οποίο πραγματοποιήθηκαν περιγραφικές αναλύσεις, αναλύσεις αξιοπιστίας και Ανάλυση Παλινδρόμησης με ανεξάρτητες μεταβλητές τους παράγοντες κινήτρων.

Αποτελέσματα

Η εσωτερική συνοχή των υποκλιμάκων αξιολόγησης των κινήτρων συμμετοχής εξετάστηκε με τον υπολογισμό του συντελεστή α του Cronbach, τα αποτελέσματα του οποίου δε φαίνεται να στηρίζουν απόλυτα την αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (Πίνακας 1), παρόλο που η εσωτερική συνοχή ολόκληρης της κλίμακας ήταν $\alpha=.87$. Ιδίως ο παράγοντας «*Αναγνωρίσιμη κινητοποίηση*» παρουσιάζει ιδιαίτερα χαμηλή εσωτερική συνοχή ενώ και οι παράγοντες «*απουσία κινήτρων*» και «*εξωτερική κινητοποίηση*», παρουσιάζουν σχετικά χαμηλή αξιοπιστία. Μελλοντικές έρευνες θα πρέπει σίγουρα να επικεντρωθούν σε θέματα εσωτερικής συνοχής και εγκυρότητας του ερωτηματολογίου, καθώς τα πιο πάνω αποτελέσματα δεν είναι ξεκάθαρο αν προέρχονται από τη χρήση του ερωτηματολογίου σε διαφορετική κουλτούρα, σε κάποια/κάποιες αστοχία/ες στη μετάφραση ή στο δείγμα.

Καθώς η αξιολόγηση των κινήτρων συμμετοχής των παιδιών στους συλλόγους τους η μία από τις ερευνητικές υποθέσεις της έρευνας, πραγματοποιήθηκαν περιγραφικές αναλύσεις στις υποκλίμακες του ερωτηματολογίου. Από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι

οι νεαροί συμμετέχοντες κινητοποιούνται περισσότερο από τα «γενικά εσωτερικά κίνητρα» (Μ.Ο.=6,55, Τ.Α.=0,99) (π.χ. «..απολαμβάνω τη συμμετοχή», «.. μου αρέσει», κ.α.) και τα εσωτερικά κίνητρα που αποσκοπούν στη «γνώση» (Μ.Ο.=6,49, Τ.Α.=0,92) (π.χ. «..απολαμβάνω να μαθαίνω νέες τεχνικές», «... διασκεδάζω να μαθαίνω κάτι νέο για το άθλημά μου», κ.α.). Αναλυτικά, οι μέσοι όροι της αξιολόγησης των κινήτρων συμμετοχής από τους νεαρούς αθλητές εμφανίζονται στον Πίνακα που ακολουθεί (πίνακας 1).

Πίνακας 1. Περιγραφική ανάλυση των παραγόντων που κινητοποιούν τα παιδιά να συμμετάσχουν στις ακαδημίες ομαδικών αθλημάτων

α/α	Παράγοντες Κινήτρων	Μ.Ο.	Τ.Α.	α Cronbach
1.	Απουσία κινήτρου	1,15	0,45	.63
2.	Εξωτερική κινητοποίηση	1,11	0,43	.66
3.	Εσωτερική κινητοποίηση	2,17	1,71	.86
4.	Κίνητρα προσδιορισμού	6,01	1,99	.40
5.	Κίνητρα ολοκλήρωσης	5,48	1,58	.84
6.	Εσωτερικά κίνητρα – γενικά	6,55	0,99	.87
7.	Εσωτερικά κίνητρα – γνώσης	6,49	0,92	.85
8.	Εσωτερικά κίνητρα – διέγερσης	5,99	1,35	.85
9.	Εσωτερικά κίνητρα – εκπλήρωσης	6,18	1,12	.87

Αναφορικά με το ποια κίνητρα κυρίως επηρεάζουν την πρόθεση των παιδιών να συνεχίσουν να συμμετέχουν και στο μέλλον στο σπορ που επέλεξαν, τα αποτελέσματα της Ανάλυσης Παλινδρόμησης, με εξαρτημένη μεταβλητή την «Πρόθεση» και ανεξάρτητους τους παράγοντες κινήτρων, έδειξαν ότι μόνο ο παράγοντας «Εσωτερικά κίνητρα – Γνώση» ($\beta = .31$, $t = 2,4$, $p < .05$) φαίνεται να επηρεάζει τη διάθεση των παιδιών ώστε να συνεχίσουν να συμμετάσχουν στο εκάστοτε σπορ και στο μέλλον. Σε ότι αφορά στους υπόλοιπους παράγοντες κινήτρων κανένας δεν είχε στατιστικά σημαντική επίδραση στη διακύμανση της εξαρτημένης μεταβλητής.

Συζήτηση – Συμπεράσματα

Σκοπός της έρευνας αυτής ήταν η μελέτη και η κατανόηση των κινήτρων που ωθούν τα παιδιά να συμμετέχουν σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες και η επίδραση

αυτών στη διάθεσή τους να συνεχίσουν να συμμετέχουν και στο μέλλον. Επιπλέον στόχος ήταν η μελέτη των κινήτρων με βάση το φύλο των παιδιών. Κατά ένα μεγάλο ποσοστό, οι αρχικές υποθέσεις περί των αιτιών που κυρίως κινητοποιούν τα παιδιά επαληθεύτηκαν ενώ δεν ισχύει απόλυτα το ίδιο στην υπόθεση για το τι κινητοποιεί τη συνέχιση της δραστηριοποίησης στο άθλημα που επέλεξαν και στο μέλλον.

Πιο συγκεκριμένα, όσον αφορά στην πρώτη ερευνητική υπόθεση, που αφορούσε στη μελέτη των κινήτρων που κυρίως επηρεάζουν τους νεαρούς αθλητές να συμμετέχουν στα διάφορα αθλήματα, προέκυψε ότι τα εσωτερικά και πιο συγκεκριμένα, τα γενικά εσωτερικά κίνητρα καθώς και τα κίνητρα που αφορούν στη γνώση είναι αυτά που κυρίως επηρεάζουν τα παιδιά. Στη συνέχεια οι νεαροί συμμετέχοντες επηρεάζονται από τα κίνητρα προσδιορισμού, αυτά της ολοκλήρωσης, ενώ ελάχιστα φαίνεται να ασκούν κάποια επιρροή στους νεαρούς αθλητές η εσωτερική και η εξωτερική κινητοποίηση. Τέλος, η απουσία κινήτρων δεν αξιολογείται θετικά από τους νεαρούς συμμετέχοντες. Τα αποτελέσματα αυτά φαίνεται να συμφωνούν με έρευνα του Δούλια και των συνεργατών του (2005), οι οποίοι ανέφεραν ότι οι λόγοι που κυρίως κινητοποιούν τους νεαρούς συμμετέχοντες σε αθλητικές δραστηριότητες είναι εσωτερικοί και να εξαρτώνται από την ευχαρίστηση που βιώνουν κατά τη συμμετοχή τους.

Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι τα κίνητρα που στοχεύουν στην ενίσχυση της γνώσης αξιολογούνται ως σημαντικά από τα παιδιά. Οι αθλητικοί συμμετέχοντες φαίνεται να ενδιαφέρονται κυρίως για το τι μαθαίνουν από τη συμμετοχή τους και πώς μπορούν να αξιοποιήσουν στην πορεία τη γνώση αυτή. Σε αυτό το πλαίσιο, φαίνεται παράλληλα να διεκδικούν τη δυνατότητα ανάπτυξης ενός χαρακτήρα κοινωνικού, συνεργατικού, με έντονο το αίσθημα της προσφοράς και της βοήθειας σε άλλους, εντός και εκτός αθλητισμού και ταυτόχρονα εκδηλώνουν την επιθυμία τους για ανάπτυξη της αθλητικής τους απόδοσης και του ταλέντου τους. Στην επιθυμία τους αυτή για εξέλιξη του αθλητικού χαρακτήρα και της αθλητικής απόδοσης, στηρίζεται η ανάπτυξη των γενικών εσωτερικών αιτίων, που παρακινούν τους περισσότερους από τους αθλητές που συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια. Η ικανοποίηση αυτή που αποκτάται με την ειλικρινή επιθυμία για συμμετοχή, αντανακλά σε επιθυμητές επιδόσεις που δεν παρατηρούνται όταν τα επίπεδα ικανοποίησης από τη συμμετοχή σε κάποια αθλητική ακαδημία, είναι χαμηλά, ενώ ταυτόχρονα δημιουργεί το κατάλληλο κλίμα ώστε να υπάρξει και η επιθυμητή πρόθεση για συμμετοχή στο μέλλον (Τζέτζης & συν., 2005).

Όσον αφορά στα γενικά εσωτερικά αίτια, που κατέχουν αρκετά σημαντικό ποσοστό των απαντήσεων που δόθηκαν στα ερωτηματολόγια που διανεμήθηκαν, η ύπαρξή τους

οφείλεται στην έμφυτη ανάγκη να ικανοποιεί ο άνθρωπος τα αισθήματα που επιθυμεί να νιώσει (Διγγελίδης & συν., 2005) Ειδικά ένα παιδί θέλει να νιώσει χαρά από τη συμμετοχή του, απόκτηση πνευματικής γνώσης, επίτευξη στόχων εξέλιξης στο άθλημα. Ο λόγος που στηρίζονται στα γενικά εσωτερικά κίνητρα, είναι γιατί επηρεάζονται αποκλειστικά από το πώς αισθάνονται τα ίδια για τη συμμετοχή τους, χωρίς να παρουσιάζεται πίεση από εξωτερικούς παράγοντες, όπως γονείς και προπονητές. Μάλιστα, από τις απαντήσεις που έδωσαν τα παιδιά φαίνεται πως ο παράγοντας πίεση δεν τους επηρεάζει καθόλου. Δρουν δηλαδή αποκλειστικά με βάση τα δικά τους θέλω και όχι για την ικανοποίηση απαιτήσεων γονέων και προπονητών. Το στοιχείο αυτό είναι ιδιαίτερος θετικός καθώς η κινητοποίηση των αθλητών στηρίζεται σε περισσότερες στέρεες βάσεις όταν απορρέει από το συνδυασμό κινήτρων που έχουν να κάνουν με την ευχαρίστηση που νιώθουν από τη συμμετοχή τους σε κάποιο άθλημα και από τις γνώσεις που αποκτούν πάνω σε αυτό (Σίμου & Παπαιωάννου, 2008). Τα παιδιά γενικά επηρεάζονται πάντα από αυτό που νιώθουν και δε διστάζουν να δείξουν έντονα την ευχαρίστηση ή την απογοήτευσή τους. Στο πλαίσιο του αθλητισμού αν τα συναισθήματα που γεννούνται κατά τη συμμετοχή των παιδιών είναι θετικά, φαίνεται από τη θέληση για καθημερινή ακόμη συμμετοχή και από την προσπάθεια που κάνει κάθε παιδί ώστε να εξελιχθεί σε αυτό. Στην ίδια λογική κινούνται και όταν είναι απογοητευμένα από τη συμμετοχή τους. Τότε η προσπάθεια και τα επιτεύγματα είναι μηδενικά, θέληση δεν υπάρχει και η απαίτηση να σταματήσει τελείως να ασχολείται με το άθλημα δεν αργεί να εμφανιστεί, ειδικά αν είναι το κυρίαρχο στοιχείο στο οποίο βασίζονται οι επιλογές τους είναι τα συναισθήματά για αυτές (Διγγελίδης & συ., 2005).

Στο πλαίσιο μίας ενεργούς και υγιούς συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες, μπορεί επιτυχώς να διαμορφωθεί τόσο ο τρόπος λειτουργίας και ο χαρακτήρας ενός νέου ατόμου, κυρίως δε η διάθεσή του προς τη δια βίου άσκηση. Ένας προπονητής, συνεπώς, δεν πρέπει να σταθεί απλά στο να διδάξει τις σωστές τεχνικές και τους κανόνες. Είναι αυτός που ουσιαστικά δημιουργεί το κλίμα ικανοποίησης που αναζητούν οι αθλητές του. Την ευχαρίστηση αυτή που τους κάνει να θέλουν να συμμετέχουν τώρα και στο μέλλον στο άθλημα που επέλεξαν –ή στον αθλητισμό γενικότερα. Θα πρέπει να φροντίσει να συμβάλει θετικά στη διαμόρφωση του τρόπου σκέψης και στο πώς το κάθε παιδί αντιμετωπίζει τα σπορ, χρησιμοποιώντας τους κατάλληλους, σχεδόν εξατομικευμένους τρόπους κινητοποίησής του. Συνίσταται, λοιπόν, ο προπονητής, να στηρίζει τις βάσεις της ομάδας στο φιλικό κλίμα και να είναι πάντα σε εγρήγορση για μια πιθανή στιγμή που θα δημιουργηθούν από κάποιον αθλητή αρνητικά συναισθήματα και

θα θελήσει να διακόψει. Να συζητάει συχνά με τους αθλητές του αν είναι ικανοποιημένοι και να αλλάζει ότι δεν τους ευχαριστεί.

Αναλόγως, και όσον αφορά στα αποτελέσματα της δεύτερης ερευνητικής υπόθεσης, προκύπτει ότι η διάσταση της γνώσης είναι αυτή που φαίνεται κυρίως να επηρεάζει τους νεαρούς αθλητές στην απόφασή τους να συνεχίσουν να συμμετάσχουν στις προπονήσεις της ομάδας/αθλήματός τους. Φαίνεται δηλαδή πως το μεγαλύτερο ποσοστό των νεαρών αθλητών, θέλουν να μαθαίνουν όλο και περισσότερα, να γίνονται ακόμη καλύτεροι, γι' αυτό επιλέγουν να συνεχίσουν να συμμετέχουν ενεργά και στο μέλλον, πετυχαίνοντας τους στόχους τους. Μεγαλώνοντας, οι στόχοι αυτοί εξελίσσονται. Έτσι, αν οι βάσεις που μπήκαν εξ' αρχής είναι κατάλληλες, η επιθυμία διατήρησης μίας εξελεγκτικής πορείας δε θα παύσει ενώ συνεχώς θα προκύπτουν νέα πράγματα που κάποιος αθλητής θα θέλει να ανακαλύψει και να κατακτήσει (Τζέτζης & συν., 2005: Διγγελίδης & συν., 2005). Κατά συνέπεια, στις αρμοδιότητες ενός προπονητή που θέλει το καλύτερο για την ομάδα και κυρίως για τους αθλητές του θα πρέπει να ενταχθεί η διάθεσή σου να παράσχει συνεχώς κίνητρα για γνώση και μάλιστα να δημιουργεί ένα κατάλληλο κλίμα στους αθλητές του ώστε να αδημονούν για κάθε νέα γνώση που μπορεί να τους προσφερθεί. Το στοιχείο αυτό θα πρέπει να λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τους οι καθηγητές φυσικής αγωγή και οι προπονητές αλλά και οι διοικήσεις των αθλητικών ακαδημιών και σίγουρα οι γονείς.

Βιβλιογραφία

- Διγγελίδης, Ν., Κάμτσιος Σ. & Θεοδωράκης, Ι. (2007). Σωματική δραστηριότητα, στάσεις προς την άσκηση, αντίληψη εαυτού, διατροφικές συνήθειες και δείκτης μάζας σώματος μαθητών δημοτικού σχολείου. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό, τόμος 5 (1)*, 27 – 40.
- Δούλιας, Ε., Κοσμίδου, Ε., Παυλογιάννη, Ο. και Πατσιαούρα, Α. (2005). Διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής εφήβων σε ομάδες παραδοσιακών χορών. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό, τόμος 3 (2)*, 107 – 112
- Hassandra, M., Goudas M. & Chroni, S. (2002). Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 211–223
- Καλογιάννης, Π. (2006). Ο ρόλος της άσκησης και της φυσικής αγωγής στη διαμόρφωση της αυτοαντίληψης στην παιδική και εφηβική ηλικία. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό, τόμος 4(2)*, 292 – 310

- Kilpatrick, M., Hebert, E. & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American college health*, 54(2).
- Κουθούρης, Χ. (2008). Διερεύνηση των κινήτρων συμμετοχής σε παιδικές κατασκηνώσεις περιπέτειας και η σημασία τους στο μαρκετινγκ των αντίστοιχων οργανισμών. *Διοίκηση Αθλητισμού και Αναψυχής* 5(2), 4-22
- Παπαϊωάννου, Α., Κουρτεσοπούλου, Α. & Κωνσταντακάτου, Β. (2005). Εσωτερική παρακίνηση και στόχοι επίτευξης αθλητών αναρρίχησης. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 3(1), 13 – 21
- Παπανικολάου, Ζ., Πατσιαούρας, Α. & Κεραμίδας, Π. (2003). Η χρήση της συστημικής οικογενειακής προσέγγισης στο «Δέσιμο» ποδοσφαιρικής ομάδας. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 1(2), 116– 123
- Παπατσιακμάκη, Γ. (2005). Άσκηση και σωματική ανάπτυξη του παιδιού. Ανακτήθηκε από <http://www.disabled.gr/lib/?p=8503> στις 30 Νοεμβρίου 2012.
- Patrick, H., Ryan, A., Liro, C., Fredricks, J., Hruda, L. & Eccles, J. (1999). Adolescents' commitment to developing talent: The role of peers in continuing motivation for sports and the arts. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(6)
- Pelletier, L., Vallerand, R. & Sarrazin, S. (2007). The revised six-factor Sport Motivation Scale (Mallett, Kawabata, Newcombe, Otero-Forero, & Jackson, 2007): Something old, something new, and something borrowed. *Psychology of Sport and Exercise* 8 (2007), 615–621
- Ραζάκου, Φ., Τσαπακίδου, Α., Μπέης, Κ. & Τσομπανάκη, Θ. (2003). Διερεύνηση παραγόντων που σχετίζονται με την ενασχόληση των παιδιών ηλικίας 7-12 ετών με τον αθλητισμό. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 1(2), 143 – 151
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54–67
- Σίμου, Θ. & Παπαϊωάννου, Α. (2008). Η σχέση ανάμεσα στους προσανατολισμούς στόχων των μαθητών και μαθητριών στο μάθημα της φυσικής αγωγής και στα συναισθήματα τους στη φυσική αγωγή και στη ζωή γενικότερα. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 6 (1), 14 – 24
- Smith, A., French, S., Walker, C. & Hurley, K. (2006). Peer relationship profiles and motivation in youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 2006, 28, 362-382

- Τζέτζης, Γ., Κακαμούκας, Β., Γούδας, Μ. & Τσορμπατζούδης, Χ. (2005). Σύγκριση της φυσικής δραστηριότητας και της σωματικής αυτοαντίληψης παχύσαρκων και μη παχύσαρκων παιδιών. *Αναζητήσεις στη Φυσική και τον Αθλητισμό*, 3(1), 29-39.
- Φιλίππου, Γ. Ν., & Χρίστου, Κ. (2001). *Συναισθηματικοί παράγοντες και μάθηση των Μαθηματικών*. Αθήνα: Εκδόσεις ΑΤΡΑΠΟΣ