



Κίνητρα στο Χώρο της Αναψυχής και των Υπαίθριων Αθλητικών Δραστηριοτήτων: "Εφαρμογή του Ιεραρχικού Μοντέλου και του Μοντέλου των Στόχων Επίτευξης σε Παιδιά Ηλικίας 12-15 Ετών"

Στέλιος Τσάπατος, Αστέριος Πατσιαούρας και Δημήτριος Κοκαρίδας
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα, Ελλάς

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να εξετάσει την αλληλεπίδραση του ιεραρχικού μοντέλου των κινήτρων και του ιεραρχικού μοντέλου των στόχων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης στο χώρο της αναψυχής και των υπαίθριων δραστηριοτήτων. Στην έρευνα συμμετείχαν 200 παιδιά (108 αγόρια, 92 κορίτσια) παιδικών κατασκηνώσεων από την περιοχή της Μακεδονίας. Τα αποτελέσματα των αναλύσεων παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν σε μεγάλο βαθμό τις ερευνητικές υποθέσεις και συμφώνησαν με προηγούμενα ερευνητικά ευρήματα σχετικά με την επίδραση των κινήτρων στους στόχους επίτευξης. Το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων είχε θετική συσχέτιση με τα εσωτερικά κίνητρα και αρνητική συσχέτιση με τα εξωτερικά κίνητρα και την έλλειψη κινήτρων με χαμηλό αυτό-προσδιορισμό. Το προσανατολισμένο στην αποφυγή της απόδοσης κλίμα κινήτρων είχε αρνητική συσχέτιση με τα εσωτερικά κίνητρα και θετική συσχέτιση με την έλλειψη κινήτρων. Το προσανατολισμένο στην απόδοση κλίμα κινήτρων είχε θετική συσχέτιση με τα εξωτερικά κίνητρα με χαμηλό αυτο-προσδιορισμό.

Λέξεις κλειδιά: *εσωτερικά κίνητρα, εξωτερικά κίνητρα, έλλειψη κινήτρων, στόχοι μάθησης, στόχοι απόδοσης, στόχοι επίτευξης.*

Ηλεκτρονική διεύθυνση επικοινωνίας: stelios.tsapatos@gmail.com

Motivation in the Context of Leisure and Outdoor Recreational Activities: An Application of The Hierarchical Model and the Goal Achievement Model Among Children 12-15 Years Old

Stelios Tsapatos, Asterios Patsiaouras & Dimitrios Kokaridas

Department of Physical Education & Sport Science, University of Thessaly, Greece

Abstract

The aim of present study was to examine the interaction of the hierarchical model of motivation and the hierarchical model of approach and avoidance achievement goals in the Context of Leisure and Outdoor Recreational Activities. A sample of 200 children (108 boys, 92 girls) from summer camps participated in the study from Macedonia area. Results from regression analyses of data were consistent with study hypotheses and with previous findings examining the effects of achievement goals on motivation. Mastery-oriented motivational climate was positively related with intrinsic motivation and negatively related with non-self-determined extrinsic motivation and amotivation. Avoidance-oriented motivational climate was negatively related with intrinsic

motivation and positively related with amotivation. Performance (approach-avoidance)-oriented motivational climate was positively related with non-self-determined extrinsic motivation.

Key words: internal incentives, external incentives, lack of incentives, learning objectives, performance targets, achieving objectives.

e - mail: stelios.tsapatos@gmail.com

Εισαγωγή

Τα κίνητρα αναφέρονται στο «γιατί» της συμπεριφοράς, στις δυνάμεις εκείνες που ωθούν στην εκδήλωση μιας νέας συμπεριφοράς ή στη διατήρηση μιας παλιάς (Roberts, 1984). Επίσης είναι γενικά αποδεκτό ότι τα κίνητρα αποτελούν μια εσωτερική δύναμη που διεγείρουν και κατευθύνουν την ανθρώπινη συμπεριφορά (Atkinson, 1964).

Έχει αναπτυχθεί πληθώρα θεωριών και ερευνών για τη διερεύνηση του ρόλου των κινήτρων στην ανθρώπινη συμπεριφορά. Ανάμεσα στις πιο σημαντικές από αυτές συγκαταλέγεται και η θεωρία των στόχων επίτευξης,

Αυτός ο ορισμός οδήγησε στην διατύπωση δυο βασικών κατηγοριών στόχων επίτευξης, της επιδίωξης και της αποφυγής. Οι στόχοι αυτοί κωδικοποιήθηκαν ως προσανατολισμός στο έργο και τον εαυτό (Roberts, 2001). Πρόσφατα ο Elliot και οι συνεργάτες του, υποστήριξαν ότι οι βασικοί στόχοι επίτευξης είναι τρεις, ο στόχος για μάθηση, ο στόχος επιδίωξης της επίτευξης και ο στόχος αποφυγής της επίτευξης. Με βάση αυτήν την τριχοτόμηση των στόχων επίτευξης αναπτύχθηκε το Ιεραρχικό Μοντέλο των κινήτρων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης (Elliot, 1997; Elliot & Church, 1997).

Σύμφωνα με τη θεωρία της γνωστικής αξιολόγησης (Deci and Ryan, 1985) διακρίνουμε τα κίνητρα σε εσωτερικά, εξωτερικά και έλλειψη κινήτρων.

Βασικό συστατικό των εσωτερικών κινήτρων αποτελεί η ευχαρίστηση και η ικανοποίηση που αισθάνεται ένα άτομο από την ενασχόληση με μια δραστηριότητα (Vallerand et al., 1992).

Μια άλλη όψη των κινήτρων αποτελούν τα εξωτερικά κίνητρα. Τα εξωτερικά κίνητρα έχουν αφετηρία τους εξωγενείς παράγοντες, όπως είναι η τιμωρία, η λήψη αμοιβών και η γνώμη των άλλων για την ικανότητα του ατόμου (Deci & Ryan, 1985).

Μια τρίτη σημαντική παράμετρος στα πλαίσια της θεωρίας αποτελεί η έλλειψη κινήτρων, η οποία αναφέρεται στην έλλειψη πρόθεσης για την εκδήλωση μιας συμπεριφοράς ή στην έλλειψη ενδιαφέροντος για τη συγκεκριμένη δεξιότητα με την οποία ασχολείται το άτομο.

Θεωρία των στόχων επίτευξης

Σύμφωνα με τη θεωρία των στόχων επίτευξης διακρίνονται δύο βασικοί τύποι, οι στόχοι μάθησης και οι στόχοι απόδοσης. Οι στόχοι μάθησης αναφέρονται στην ανάπτυξη της ικανότητας και στην κατάκτηση της γνώσης ενός αντικειμένου, ενώ οι στόχοι απόδοσης επικεντρώνονται στην επίδειξη υπεροχής σε σχέση με τους άλλους (Dweck & Nicholls, 1989). Επιπλέον η Dweck και Legget (1988) σε μια άλλη προσέγγιση των στόχων επίτευξης θεωρούν ότι στο στόχο επίτευξης για μάθηση τα άτομα είναι προσανατολισμένα στη μάθηση νέων δεξιοτήτων και ασχολούνται με τη βελτίωση της ικανότητας τους. Στο στόχο επίτευξης για απόδοση τα άτομα είναι προσανατολισμένα στη διατήρηση θετικών κρίσεων για την ικανότητα τους και την αποφυγή αρνητικής κριτικής από το κοινωνικό τους περιβάλλον.

Ο Nicholls, (1984, 1989) διέκρινε δύο τύπους προσανατολισμών: τον προσανατολισμό στον εαυτό και τον προσανατολισμό στο έργο. Ο προσανατολισμός στο έργο αναφέρεται στη μάθηση και στην ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων. Αφετηριακό σημείο είναι η αντίληψη της ικανότητας, δείκτης της οποίας είναι η προσπάθεια. Δηλαδή μεγαλύτερη προσπάθεια έχει ως αποτέλεσμα την επίδειξη μεγαλύτερης ικανότητας. Από την άλλη μεριά ο προσανατολισμός στον εαυτό αναφέρεται στην επίδειξη του ατόμου να αποδείξει τις ικανότητές του με την επιτυχία, υπερνικώντας τους άλλους ή επιτυγχάνοντας με μικρή προσπάθεια. Η αντίληψη των ικανοτήτων βρίσκεται σε δεύτερη μοίρα και η υψηλή προσπάθεια συνδέεται με χαμηλή ικανότητα. Η ενασχόληση με μια δραστηριότητα αποσκοπεί στην επίδειξη υπεροχής έναντι των άλλων (Duda, 2001; Nicholls, 1984; 1989, 1992).

Ιεραρχικό μοντέλο κινήτρων

Βασικό χαρακτηριστικό του μοντέλου είναι η διαφοροποίηση των κινήτρων σε εσωτερικά, εξωτερικά και στην έλλειψη κινήτρων και η διάκριση τριών επιπέδων στην εξέλιξη δημιουργίας των κινήτρων και της επίδρασης τους στη συμπεριφορά, στο γενικό επίπεδο, το επίπεδο χώρου και το περιστασιακό.

Ένα ακόμη σημαντικό στοιχείο του ιεραρχικού μοντέλου είναι ότι τα κίνητρα δημιουργούν αποτελέσματα σε γνωστικό, συναισθηματικό και συμπεριφορικό επίπεδο, τα οποία είναι ανάλογα κάθε επιπέδου. Η συγκέντρωση, η προσοχή, η μνήμη αποτελούν παραδείγματα αποτελεσμάτων-συνεπειών σε γνωστικό επίπεδο. Η ευχαρίστηση, η ικανοποίηση και τα θετικά συναισθήματα από τη φυσική δραστηριότητα θεωρούνται συνέπειες που έχουν μελετηθεί στο συναισθηματικό επίπεδο και τέλος σημαντικά συμπεριφορικά αποτελέσματα θεωρούνται η επιμονή σε μια δεξιότητα, η ένταση με την οποία συμμετέχει το άτομο σε μια δεξιότητα, η απόδοση σε μια δεξιότητα (Vallerand & Rousseau, 2001).

Ιεραρχικό μοντέλο κινήτρων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης

Η επίτευξη ορίζεται ως η συμπεριφορά, μέσω της οποίας επιδιώκεται η εμφάνιση υψηλής ή η αποφυγή επίδειξης χαμηλής ικανότητας (Nicholls, 1984). Αυτός ο ορισμός οδήγησε στη διατύπωση δυο βασικών κατηγοριών στόχων επίτευξης, της επιδίωξης και της αποφυγής. Οι στόχοι επιδίωξης κωδικοποιήθηκαν ως προσανατολισμός στο έργο και ως προσανατολισμός στον εαυτό (Roberts, 2001). Ο προσανατολισμός στο έργο αναφέρεται στην ενασχόληση με μια δραστηριότητα για τη μάθηση νέων δεξιοτήτων, την επίτευξη προσπάθειας και τη βελτίωση των ικανοτήτων. Αντίθετα ο προσανατολισμός στον εαυτό, αναφέρεται στην ενασχόληση με μια δραστηριότητα για την επίδειξη υψηλών ικανοτήτων και υπεροχής έναντι των άλλων (Roberts, 1984).

Πρόσφατα υποστηρίχθηκε μια πιο εξελιγμένη άποψη σε ότι αφορά τη θεωρία των στόχων επίτευξης (Elliot, 1997). Σύμφωνα με την άποψη αυτή οι βασικοί στόχοι επίτευξης είναι δύο, οι στόχοι μάθησης, ο οποίος αναφέρονται στη συστηματική ανάπτυξη της ικανότητας μάθησης και οι στόχοι απόδοσης που περιλαμβάνουν τους στόχους επιδίωξης της επίτευξης, οι οποίοι χαρακτηρίζονται από την επίδειξη υψηλής ικανότητας και την υπεροχή έναντι των άλλων και τους στόχους αποφυγής επιδίωξης της επίτευξης, οι οποίοι έχουν ως βάση την αποφυγή επίδειξης χαμηλής ικανότητας ή ανικανότητας έναντι των άλλων (Elliot, 1997, Pantrich, 2000).

Επιπρόσθετα οι Elliot και McGregor (2001) προχώρησαν στη διχοτόμηση και των στόχων μάθησης, σε στόχους αποφυγής και επιδίωξης της μάθησης. Για παράδειγμα το παιδί που δεν θέλει να ξεχάσει το μάθημα που έμαθε απ' έξω ή που θέλει να αποφύγει να χάσει ένα πέναλτι στο ποδόσφαιρο προσανατολίζεται σε στόχους αποφυγής της μάθησης. Ουσιαστικά λοιπόν το μοντέλο των προσανατολισμών των στόχων επίτευξης περιλαμβάνει τέσσερις προσανατολισμούς-στόχους επίτευξης: προσανατολισμός επιδίωξης της μάθησης, αποφυγής της μάθησης, επιδίωξης της απόδοσης και αποφυγής της απόδοσης.

Σύνδεση των δύο μοντέλων-Αναγκαιότητα της έρευνας

Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας προκύπτει πως τα κίνητρα του ατόμου, κατά την εμπλοκή του με μια δραστηριότητα, είναι αυτά που διαμορφώνουν το κλίμα κινήτρων. Επίσης οι στόχοι επίτευξης διαμορφώνουν το κλίμα κινήτρων, το οποίο συμβάλλει άλλοτε στην ανάπτυξη στόχων μάθησης και άλλοτε στην ανάπτυξη στόχων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης. Όταν το άτομο προσανατολίζεται σε στόχους απόδοσης ενδιαφέρεται περισσότερο για τα προσδοκώμενα οφέλη που θα έχει από την ενασχόληση του με μια δραστηριότητα παρά για την ίδια τη δραστηριότητα (Nicholls, 1989).

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να μελετηθεί πληρέστερα ο ρόλος και η επίδραση των τύπων κινήτρων στη διαμόρφωση του κλίματος κινήτρων για το χώρο της αναψυχής και των υπαίθριων δραστηριοτήτων σε παιδιά ηλικίας 12-15 ετών με βάση τη σύνδεση των δύο θεωρητικών μοντέλων, των κινήτρων και των στόχων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης. Πιο συγκεκριμένα μελετήθηκε η επίδραση των εσωτερικών, των εξωτερικών κινήτρων και η έλλειψη κινήτρων στη διαμόρφωση του προσανατολισμένου στη μάθηση και στην απόδοση κλίματος κινήτρων κατά τη συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής.

Υποθέσεις της έρευνας

Ερευνητικές υποθέσεις:

- Τα εσωτερικά κίνητρα θα επηρεάσουν το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων.
- Τα εσωτερικά κίνητρα θα επηρεάσουν το προσανατολισμένο στην απόδοση κλίμα κινήτρων.

- Τα εξωτερικά κίνητρα θα επηρεάσουν το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων.
- Τα εξωτερικά κίνητρα θα επηρεάσουν το προσανατολισμένο στην απόδοση κλίμα κινήτρων .

Μεθοδολογία

Συμμετέχοντες: Το δείγμα της παρούσης έρευνας αποτέλεσαν 200 αγόρια και κορίτσια ιδιωτικών παιδικών κατασκηνώσεων από την πόλη της Θεσσαλονίκης και την ευρύτερη περιοχή της Μακεδονίας (πίνακας 1)

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος

Δείγμα	Μ.Ο	Τ.Α
108Αγόρια	14.5	.79
92Κορίτσια	14.5	.67

Όργανα Μέτρησης

Αυτό-προσδιορισμός: Μια έκδοση του ερωτηματολογίου Self-Regulation Questionnaire (Ryan & Connell, 1989) που υιοθετήθηκε για τη Φυσική Αγωγή από τους Goudas, Biddle και Fox (1994) και προσαρμόστηκε για το χώρο της αναψυχής και των υπαίθριων δραστηριοτήτων χρησιμοποιήθηκε για την εκτίμηση διαφορετικών τύπων κινήτρων.

Κλίμα κινήτρων: Οι προσδοκίες των παιδιών για το κλίμα κινήτρων που δημιουργείται από τα στελέχη και τους υπεύθυνους αναψυχής μετρήθηκαν με το Learning and Performance Orientations in Physical Education Classes Questionnaire (LAPOPECQ-Leisure time). Το ερωτηματολόγιο αυτό αναπτύχθηκε από τον Παραϊοάννου (1994)

Αποτελέσματα

Περιγραφικά στατιστικά

Οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των μεταβλητών που εξετάστηκαν στην παρούσα έρευνα βρίσκονται στον Πίνακα 1. Οι συντελεστές εσωτερικής συνοχής κυμάνθηκαν σε αποδεκτά επίπεδα Cronbach $\alpha > .41$ για όλες τις μεταβλητές των ερωτηματολογίων που δόθηκαν (πίνακας 2)

Πίνακας 2. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των μεταβλητών της έρευνας.

	Μ.Ο.	Τ.Α.	Στρεβλότητα	Κύρτωση	Cronbach's α
Προσανατολισμός στη μάθηση	3.61	.83	-.31	-.51	.73
Προσανατολισμός στην επίδωξη της επίτευξης	3.22	.83	-.29	-.33	.62
Προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης	3.38	.84	-.36	-.06	.66
Εσωτερικά κίνητρα	5.02	1.42	-.56	-.46	.76
Ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση	3.18	1.45	.31	-.56	.68
Ταύτιση	4.82	1.20	-.41	.22	.58
Εξωτερική ρύθμιση	3.02	1.56	.30	-1.08	.74
Έλλειψη κινήτρων	3.30	1.67	.28	-1.06	.81

Ανάλυση συσχετίσεων μεταξύ των μεταβλητών της έρευνας

Από την ανάλυση συσχέτισης για τους παράγοντες του ερωτηματολογίου (Πίνακας 3) βρέθηκε ότι ο προσανατολισμός στη μάθηση εμφάνισε θετική σχέση με τις ψυχολογικές ανάγκες και τα εσωτερικά κίνητρα. Επίσης εμφανίστηκε αρνητική σχέση ανάμεσα στο προσανατολισμό στη μάθηση και τα εξωτερικά κίνητρα. Ο προσανατολισμός στην απόδοση σχετίζεται θετικά με τα εξωτερικά κίνητρα, κίνητρα και την έλλειψη κινήτρων. Επίσης τα εσωτερικά κίνητρα εμφανίζουν στατιστικά αρνητική συσχέτιση με την εξωτερική ρύθμιση και την έλλειψη κινήτρων. Η ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση σχετίζεται θετικά με την έλλειψη κινήτρων. Τέλος η εξωτερική ρύθμιση παρουσιάζει στατιστικά θετική συσχέτιση με την έλλειψη κινήτρων.

Πίνακας 3. Συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών που εξετάστηκαν στην έρευνα.

	1	2	3	4	5	6	7	8
Προσανατολισμός στη μάθηση		.11	.05		-.01`	.39**	-.13	-.11
Προσανατολισμός στην επίδωξη της επίτευξης				.36**				
Προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης					.17*	-.01	.25**	.24**
Εσωτερικά κίνητρα						.07	.08	.09
Ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση								
Ταύτιση								
Εξωτερική ρύθμιση								
Έλλειψη κινήτρων								

** Η συσχέτιση είναι σημαντική στο επίπεδο 0.01 (2-tailed)

* Η συσχέτιση είναι σημαντική στο επίπεδο 0.05 2-tailed)

Αναλύσεις παλινδρόμησης

Για τη μελέτη των υποθέσεων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η ιεραρχική ανάλυση παλινδρόμησης. Τα αποτελέσματα της έρευνας παρουσιάζονται στον πίνακα 4. Για την εξέταση της επίδρασης των εσωτερικών κινήτρων στο προσανατολισμένο στη μάθηση κλίματος κινήτρων χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση παλινδρόμησης. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι τα εσωτερικά κίνητρα αποτελούν σημαντικό δείκτη πρόβλεψης του προσανατολισμένου στη μάθηση κλίματος κινήτρων. ($R^2 = .13$, $F(1,198) = 30,12$, $p < .001$, $b = .36$, $t = 5.48$, $p < .001$). Τα αποτελέσματα στην εξέταση των άλλων μεταβλητών έδειξαν ότι τα εσωτερικά κίνητρα αποτελούν σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το προσανατολισμένο στην αποφυγή της επίτευξης κλίμα κινήτρων. ($R^2 = .021$, $F(1,198) = 6.144$, $p < .01$, $b = -.146$, $t = -2.47$, $p < .001$). Αντίθετα τα εσωτερικά κίνητρα δεν επηρέασαν το προσανατολισμένο στην επίδωξη της επίτευξης κλίμα κινήτρων.

Η ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση δεν αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων. ($R^2 = .001$, $F(1,198) = .01$, $b = -0.02$, $t = -.026$, $p > .09$). Όσον αφορά για το προσανατολισμένο στην απόδοση κλίμα κινήτρων (αποφυγή/ επίδωξη της επίτευξης) τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι η ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το κλίμα αποφυγής της επίτευξης ($R^2 = .051$, $F(1,198) = 15.25$, $b = .227$, $t = 3.90$, $p < .001$). Η εξωτερική ρύθμιση αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων ($R^2 = .18$, $F(1,198) = 46.20$, $p < .001$, $b = .43$, $t = 6.66$, $P < .001$). Όσον αφορά για το προσανατολισμένο στην απόδοση

κλίμα κινήτρων (επιδίωξη / αποφυγή της επίτευξης) τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι το κλίμα επιδίωξης της επίτευξης αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης ($R^2 = .064$, $F(1,198) = 13.45$, $p < .001$, $b = .252$, $t = 3.66$, $p < .001$).

Η έλλειψη κινήτρων αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων ($R^2 = .11$, $F(1,198) = 25.57$, $p > .001$, $b = .33$, $t = 5.20$, $p < .001$). Όσον αφορά για το προσανατολισμένο στην απόδοση κλίμα κινήτρων (επιδίωξη / αποφυγή της επίτευξης) τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι η έλλειψη κινήτρων αποτέλεσε σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το κλίμα αποφυγής

Ανεξάρτητες μεταβλητές	Εξαρτημένες μεταβλητές	Μεταβολή R^2	f	p	b	t	p
Προσανατολισμός στη μάθηση	<i>Εσωτερικά κίνητρα</i>	.13	30.12	<.001	.36	5.48	<.001
	<i>Ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση Ταύτιση</i>	.01	3.63	<.005	-.13	14.41	<.001
	<i>Εξωτερική ρύθμιση Έλλειψη κινήτρων</i>	.18 .11	46.2 25.57	<.001 <.001	.43 .33	6.66 5.0	<.001 <.001
Προσανατολισμός στην επιδίωξη της επίτευξης	<i>Εσωτερικά κίνητρα</i>	.18	46.18	<.001	.43	6.7	<.001
	<i>Ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση Ταύτιση</i>	.02	5.75	>.001	.16	2.4	<.001
	<i>Εξωτερική ρύθμιση Έλλειψη κινήτρων</i>	.06 .05	13.45 12.41	<.001 <.005	.25 .24	3.67 3.52	<.001 <.001
	<i>Εσωτερικά κίνητρα</i>	.00	.04	>.001	.014	.19	<.001
Προσανατολισμός στην αποφυγή της επίτευξης	<i>Ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση Ταύτιση</i>	.002 .005	.30 1.08	>.001 >.001	-.03 .07	-.55 1.03	<.001 <.001
	<i>Εξωτερική ρύθμιση Έλλειψη κινήτρων</i>	.006 .009	1.29 1.77	>.25 >.001	.08 .095	1.13 1.33	<.001 <.001

της επίτευξης ($R^2 = .059$, $F(1,198) = 12,413$, $p < .001$, $b = .243$, $t = 3.52$, $p < .001$).

Πίνακας 4. Αναλύσεις Παλινδρόμησης

Συζήτηση-Συμπεράσματα

Τα αποτελέσματα από τις αναλύσεις παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν σε μεγάλο βαθμό τις υποθέσεις της έρευνας.

Ο ρόλος των εσωτερικών κινήτρων στη διαμόρφωση του προσανατολισμένου στη μάθηση κλίματος κινήτρων.

Η ανάλυση παλινδρόμησης επιβεβαίωσε την πρώτη ερευνητική υπόθεση. Τα εσωτερικά κίνητρα αποτέλεσαν σημαντικό δείκτη πρόβλεψης για το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων. Στο χώρο της αναψυχής και των υπαίθριων δραστηριοτήτων η υιοθέτηση εσωτερικών κινήτρων είναι πολύ σημαντική για το άτομο. Σε αυτό βέβαια συμβάλλουν και όσοι δραστηριοποιούνται στο συγκεκριμένο αυτό χώρο όπως γυμναστές, δάσκαλοι, στελέχη (π.χ κατασκηνώσεων), οι οποίοι πρέπει να υποστηρίζουν και να ενεργούν προς την κατεύθυνση ανάπτυξης εσωτερικών κινήτρων. Αυτό μπορούν να το πετύχουν προσαρμόζοντας τις δραστηριότητες στο επίπεδο ικανοτήτων του κάθε παιδιού, επιβραβεύοντας την προσπάθεια και την βελτίωση, θέτοντας προκλητικούς αλλά όχι πολύ δύσκολους στόχους μάθησης. Θα πρέπει επίσης να επισημάνουν ότι απώτερος σκοπός στις δραστηριότητες αναψυχής δεν αποτελεί η επίτευξη επιδόσεων, ο ανταγωνισμός και η σύγκριση με τους άλλους, αλλά η διασκέδαση και η ευχαρίστηση που βιώνουν από τη συμμετοχή σε αυτές τις δραστηριότητες.

Ο ρόλος των εσωτερικών κινήτρων στην διαμόρφωση του προσανατολισμένου στην απόδοση κλίματος κινήτρων.

Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τη δεύτερη ερευνητική υπόθεση μόνο για τους στόχους αποφυγής της επίτευξης. Από την ανάλυση παλινδρόμησης φάνηκε ότι τα εσωτερικά κίνητρα

προβλέπουν αρνητικά το προσανατολισμένο στην αποφυγή της επίτευξης κλίμα κινήτρων. Αντίθετα τα εσωτερικά κίνητρα δεν πρόβλεψαν το προσανατολισμένο στην επιδίωξη της επίτευξης κλίμα κινήτρων. Από έρευνες στο χώρο της αναψυχής προκύπτει ότι οι στόχοι επιδίωξης της επίτευξης συνδέονται κυρίως με τη συμμετοχή σε μια δραστηριότητα από εσωτερικά κίνητρα (Elliot, Harackiewicz, 1994) την καταβολή μεγαλύτερης προσπάθειας (Duda, 1996), την επιμονή (Thill & Brunel, 1995), την επιθυμία για καλύτερη απόδοση (Lochbaum, 1993).

Ο ρόλος των εξωτερικών κινήτρων στη διαμόρφωση του προσανατολισμένου στη μάθηση κλίματος κινήτρων.

Η τρίτη ερευνητική υπόθεση επιβεβαιώθηκε για την εξωτερική ρύθμιση που είναι μια μορφή εξωτερικού κινήτρου με χαμηλό αυτό-προσδιορισμό. Η εξωτερική ρύθμιση είχε αρνητική πρόβλεψη για το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων. Αντίθετα η ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση που είναι μια μορφή εξωτερικού κινήτρου με χαμηλό αυτοπροσδιορισμό δεν προέβλεψε το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων. Παρόμοια αποτελέσματα έχουν βρεθεί και σε άλλες έρευνες κυρίως στο χώρο της εκπαίδευσης (Ntoumanis, 2001). Ωστόσο στο χώρο της αναψυχής δεν υπάρχουν ακόμη ξεκάθαρα συμπεράσματα σχετικά με τους στόχους μάθησης και την ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση. Πολλές φορές έχει παρατηρηθεί ότι τα άτομα πολλές φορές συμμετέχουν σε διάφορες δραστηριότητες γιατί βιώνουν ενδοπροβαλλόμενη ρύθμιση όπου τα κίνητρα τους προέρχονται από ενδοψυχική εσωτερική πίεση (Brunel, 1999). Αυτό συμβαίνει ακόμη και όταν τα στελέχη και οι δάσκαλοι προσπαθούν να καλλιεργήσουν στο χώρο τους ένα κλίμα που προάγει τους στόχους μάθησης. Η έλλειψη κινήτρων προέβλεψε αρνητικά το προσανατολισμένο στη μάθηση κλίμα κινήτρων. Στις δραστηριότητες αναψυχής, σε ένα κατεχοχόν λιγότερο ανταγωνιστικό περιβάλλον τα άτομα επιδεικνύουν χαμηλότερη έλλειψη κινήτρων. Η απουσία των κοινωνικών συγκρίσεων γίνεται περισσότερο αισθητή, ενώ και οι ίδιες οι δραστηριότητες είναι ευχάριστες και διασκεδαστικές, αφού απουσιάζει η ανάγκη επίτευξης υψηλών επιδόσεων (Goudas & Papaioannou, 2003). Επιπλέον το ίδιο το περιβάλλον της αναψυχής προάγει τη συνεργασία και την αλληλεπίδραση μεταξύ των ατόμων, ενώ δεν υπάρχει ή τουλάχιστο υπάρχει σε μικρότερο βαθμό ο φόβος και η πίεση για σύγκριση και υπεροχή έναντι των άλλων και κατάκτηση της νίκης με οποιαδήποτε θεμιτό ή αθέμιτο μέσο.

Ο ρόλος των εξωτερικών κινήτρων στη διαμόρφωση του προσανατολισμένου στην απόδοση κλίματος κινήτρων

Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν την τέταρτη ερευνητική υπόθεση, τονίζοντας την επίδραση των εξωτερικών κινήτρων στους στόχους επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης. Συγκεκριμένα βρέθηκε ότι τα εξωτερικά κίνητρα πρόβλεψαν σημαντικά το προσανατολισμένο στους στόχους επιδίωξης της επίτευξης κλίμα κινήτρων. Στο περιβάλλον της αναψυχής πολλές φορές τα άτομα που επιδεικνύουν στόχους επιδίωξης της επίτευξης συμμετέχουν στις δραστηριότητες με σκοπό να αποκομίσουν εξωτερικά οφέλη από την ενασχόληση τους με αυτές. Αντίθετα αυτοί που επιδεικνύουν στόχους αποφυγής της επίτευξης, βιώνουν το φόβο της αποτυχίας που τους προκαλεί εσωτερική πίεση. Ωστόσο όμως χρειάζεται να πραγματοποιηθούν έρευνες στο χώρο των δραστηριοτήτων αναψυχής που να εξετάζουν διεξοδικά την επίδραση του προσανατολισμένου σε στόχους απόδοσης κλίματος κινήτρων στη διαμόρφωση των εξωτερικών κινήτρων.

Συμπερασματικά, οι υποθέσεις της παρούσας έρευνας επιβεβαιώθηκαν σε αρκετά μεγάλο βαθμό από τα αποτελέσματα. Η παρούσα έρευνα εξέτασε την αλληλεπίδραση του ιεραρχικού μοντέλου των κινήτρων και του ιεραρχικού μοντέλου των στόχων επιδίωξης και αποφυγής της επίτευξης στο χώρο της αναψυχής και των υπαίθριων αθλητικών δραστηριοτήτων. Τα αποτελέσματα της έρευνας επιβεβαίωσαν τα θεωρητικά μοντέλα καθώς και προηγούμενα ερευνητικά ευρήματα σχετικά με την επίδραση των στόχων επίτευξης στα κίνητρα.

Βιβλιογραφία

- Brunel, C.P. (1999). Relationship between achievement goal orientations and perceived motivational climate on intrinsic motivation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9, 365-37
- Deci, E. (1972). Intrinsic motivation, extrinsic reinforcement and inequity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 22, 113-120.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985a). The General Casualty Orientations Scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19, 109-134.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M., (1990). A motivational approach to self: Integration in personality. (In R. Dentsbier (Ed.) *Nebraska Symposium on Motivation* (Vol. 38, pp. 237-288). Lincoln: University of Nebraska Press
- Duda, J. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 129-182).

- Champaign, IL: Human Kinetics.
- Dweck, C.S., & Leggett, E., (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95, 256-273.
- Elliot, A., & Church, M. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 218-232.
- Elliot, J.A. (1999). Approach and avoidance motivation achievement goals. *Educational Psychologist*, 34, 169-189.
- Elliot, J.A., & Church, A.M. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 72, 1, 218-232.
- Elliot, J.A., & Dweck, C. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 5-
- Goudas, M., Biddle, S., & Fox, K., & Underwood, M. (1995). It ain't what you do, it's the way that you do it! Teaching style affects children's motivation in track and field lessons. *The Sport Psychologist*, 9, 254-264.
- McAuley, E., Duncan, T., & Tammen, V. (1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60, 48-58
- McAuley, E., & Tammen, V.V. (1989). The effects of subjective and objective competitive outcomes on intrinsic motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 84-93.
- Nicholls, J. (1984). Conceptions of ability and achievement motivation. In R. Ames & C., Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Student motivation*, Vol. 1 (pp. 39-73). New York: Academic Press
- Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19, 397-409.
- Papaioannou, A.. (1995). Differential perceptual and motivational patterns when different goals are adopted. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 18-34.
- Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.G., Tuson, K.M., Briere, N.M., & Blais, M.R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-
- Roberts (Ed), *Motivation in sport and exercise* (pp.57-91). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Roberts, G., & Duda, J. (1984). Motivation in sport: The mediating role of perceived ability. *Journal of Sport Psychology*, 6, 312-324.
- Roberts, G., Treasure, D., & Kavussanu, M. (1996). Orthogonality of achievement goals and its relationship to beliefs about success and satisfaction in sport. *The Sport Psychologist*, 10, 398-408.
- Thill, E., & Brunel, P. (1995). Ego-involvement and task-involvement: Related conceptions of ability, effort and learning strategies soccer players. *International Journal of Sport Psychology*, 26 81-97.
- Vallerand, R.J. (1983). Effect of differential amounts of positive verbal feedback on the intrinsic motivation of male hockey players. *Journal of Sport Psychology*, 5, 100-107.
- Vallerand, R.J. (1997). Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. In M.P. Zanna (Ed), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. 271-360). New York, San Diego: Academic Press.
- Vallerand, R.J., & Reid, G. (1988). On the relative effects of positive and negative verbal feedback on males' and females' intrinsic motivation. *Canadian Journal of Behavioral Sciences*, 20, 239-250.