

---

## περιεχόμενα

### ΠΡΟΛΟΓΟΣ

- Πρόλογος στη 2η έκδοση **16**  
Πρόλογος στην 1η έκδοση **19**
- 

## Μέρος Α'

### Κεφάλαιο 1: Τουρισμός και Αθλητισμός στη Σύγχρονη Κοινωνία

1.1.	Εισαγωγή .....	24
1.2.	Ο ρόλος και οι διακρίσεις του σύγχρονου αθλητισμού .....	27
1.2.1.	1η διάκριση: τα λαϊκά και τα ελιτίστικα αθλήματα.....	30
1.2.2.	2η διάκριση: τα ανδρικά και τα γυναικεία αθλήματα ...	31
1.2.3.	3η διάκριση: τα οικολογικά και μη αθλήματα .....	32
1.3.	Ο σύγχρονος τουρισμός και οι προεκτάσεις του.....	32
1.4.	Ομοιότητες και διαφορές τουρισμού και αθλητισμού .....	36
1.4.1.	Οι ομοιότητες των δύο θεσμών .....	37
1.4.2.	Οι διαφορές των δύο θεσμών .....	42

Τελικές επισημάνσεις του 1ου κεφαλαίου **44**

### Κεφάλαιο 2: Η Προβληματική προς την Κοινωνία της Αναψυχής

2.1.	Μεθοδολογικά προβλήματα αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου.....	48
2.1.1.	Η βελτίωση του βιοτικού επιπέδου αντιστρατεύεται τις διακοπές; .....	48
2.1.2.	Εισοδηματικό επίπεδο και επάγγελμα, βασικός όρος αναψυχής .....	50
2.1.3.	Μορφωτικό-πολιτιστικό επίπεδο και διακοπές .....	52
2.2.	Η προβληματική του συγκερασμού διακοπών και αθλητισμού .....	54

2.2.1. Η απαλλαγή από το τίμημα της εργασίας, την κόπωση.. .	55
2.2.2. Η ψυχο-κοινωνική διάσταση της άθλησης στις διακοπές .....	58

Τελικές επισημάνσεις του 2ου κεφαλαίου **61**

## Μέρος Β'

### **Κεφάλαιο 3: Χρόνος, Ελεύθερος Χρόνος – Εργασία στην σύγχρονη Παγκοσμιοποιημένη Κοινωνία**

3.1. Εισαγωγή .....	70
3.2. Έννοια, φύση, προέλευση και διακρίσεις του Χρόνου προς την Κοινωνία της Αναψυχής. ....	71
3.3. Εργασία και ελεύθερος χρόνος στην κοινωνία του 21ου αιώνα ..	74
3.4. Η Συμβολή της τουριστικής ψυχολογίας στην τουριστική ανάπτυξη .....	77
3.4.1. Εισαγωγικά.....	77
3.4.2. Η τουριστική ψυχολογία ως κλάδος .....	78
3.4.3. Ιδιαιτερότητες τουριστικού προϊόντος και ψυχολογία ..	78
3.4.4. Θετικές επιδράσεις και αρνητικές τουριστικές επιπτώσεις .....	79
3.4.5. Τουρισμός και ψυχολογία, μια αναπόφευκτη εμπλοκή ..	81
3.5. Επισκόπηση της τουριστικής animation σε διεθνές επίπεδο και προοπτικές.....	83
3.5.1. Η σπουδαιότητα της εκπαίδευσης της animation .....	85
3.5.2. Η εκπαίδευση στην animation διεθνώς .....	86
3.5.3. Η εκπαίδευση της animation στην Ελλάδα .....	89
3.5.4. Προοπτικές.....	90
3.6. Το Διαδίκτυο (Internet) στον τουρισμό .....	91

Τελικές επισημάνσεις του 3ου κεφαλαίου **95**

### **Κεφάλαιο 4: Ο Σύγχρονος Αθλητισμός ως Παράγων Πολιτιστικής και Τουριστικής Ανάπτυξης**

4.1. Εισαγωγή .....	98
4.2. Κοινωνικά και ψυχολογικά οφέλη από την άσκηση κατά τις διακοπές .....	100
4.3. Αθλητική ψυχολογία και τουρισμός .....	103

4.3.1.	Τι είναι η αθλητική ψυχολογία; . . . . .	103
4.3.2.	Ποιους αφορά; . . . . .	104
4.3.3.	Λόγοι ύπαρξης της αθλητικής ψυχολογίας . . . . .	105
4.3.4.	Τι γίνεται στην Ελλάδα . . . . .	106
4.3.5.	Ο ρόλος της ΕΑΨ. . . . .	107
4.3.6.	Επιστημονικό πεδίο. . . . .	107
4.3.7.	Διεθνείς διασυνδέσεις . . . . .	107
4.4.	Αυτογενής εξάσκηση και τουρισμός . . . . .	108
4.5.	Αθλητικές εγκαταστάσεις στις ελληνικές τουριστικές επιχειρήσεις ως στοιχείο κοινωνικο-ψυχολογικής ανάπτυξης . . . . .	112
4.6.	Οι Ολυμπιακοί αγώνες του 2004 στην Αθήνα και η τουριστική αξιοποίησή τους . . . . .	115
4.7.	Οι Παραολυμπιακοί αγώνες της Αθήνας και ο τουρισμός. . . . .	120

Τελικές επισημάνσεις του 4ου κεφαλαίου **123**

## **Κεφάλαιο 5: Εξειδικευμένα Θέματα που άπτονται της Κοινωνίας της Αναψυχής**

5.1.	Εισαγωγή . . . . .	126
5.2.	Η οριοθέτηση του ελεύθερου χρόνου στη σύγχρονη κοινωνία . . . . .	128
5.3.	Ο εμπορευματικός χαρακτήρας του χρόνου στον καπιταλισμό. . . . .	138
5.4.	Ο συγκερασμός Τουρισμού και Αθλητισμού στην ανάπτυξη νησιωτικών περιοχών και ειδικών προορισμών . . . . .	143
5.4.1.	Κοινωνικο-ψυχολογικά οφέλη και προβλήματα από τον τουρισμό . . . . .	144
5.4.2.	Κοινωνικο-ψυχολογικά οφέλη από την άσκηση . . . . .	147
5.4.3.	Η σχέση άσκησης, αναψυχής και ψυχικής υγείας . . . . .	149
5.4.4.	Η άθληση πελατών ξενοδοχείων ως τουριστική animation . . . . .	150
5.4.5.	Νησιωτικές περιοχές - Ειδικοί προορισμοί και συγκερασμός τουρισμού-αθλητισμού. . . . .	151
5.4.6.	Συμπερασματικά . . . . .	153
5.5.	Αντινομίες στο δρόμο της Κοινωνίας της Αναψυχής . . . . .	153

Τελικές επισημάνσεις του 5ου κεφαλαίου **159**

Επίλογος **161**

## **ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

6.1.	Ειδικά Κείμενα και Φυλλάδια . . . . .	170
6.2.	Προγράμματα Σχετικών Εκδηλώσεων . . . . .	190
6.3.	Γελοιογραφίες . . . . .	197
6.4.	Πίνακες και Διαγράμματα . . . . .	199

Ενδεικτική Βιβλιογραφική Παρουσίαση **221**

– ελληνική **221**

– ξενόγλωσση **223**