



## Διερεύνηση των πιθανών σχέσεων μεταξύ προπονητικής συμπεριφοράς, ικανοποίησης, επίπεδων βίας και επιθετικότητας, και αθλήματος

Μπεμπέτσος, Ε.\*

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της έρευνας ήταν να διερευνήσει την σχέση μεταξύ της προπονητικής συμπεριφοράς, ικανοποίησης και επίπεδα βίας και επιθετικότητας, αθλητών/τριών ομαδικών αθλημάτων. Το δείγμα αποτέλεσαν 131 άνδρες και 143 γυναίκες, αθλητές/τριες Εθνικών κατηγοριών, από το άθλημα της καλαθοσφαίρισης, της πετοσφαίρισης και της χειροσφαίρισης. Ως όργανα μέτρησης χρησιμοποιήθηκαν 3 ερωτηματολόγια: (α) το ερωτηματολόγιο «Αθλητικής Ικανοποίησης» των Chelladurai και Riemer (1997), το οποίο έχει προσαρμοστεί και χρησιμοποιηθεί σε ελληνικό πληθυσμό από τους Θεοδωράκη και Μπεμπέτσο (2003), (β) το ερωτηματολόγιο «Προπονητικής Συμπεριφοράς» των Williams και των συνεργατών του (2003), το οποίο έχει προσαρμοστεί και χρησιμοποιηθεί σε ελληνικό πληθυσμό από τους Zourbanos, Theodorakis και Hatzigeorgiadis (2004) και (γ) το ερωτηματολόγιο «Θυμού & Επιθετικότητας» (CAAS) των Maxwell και Moores (2007), το οποίο έχει μεταφραστεί και χρησιμοποιηθεί στην Ελλάδα από τους Μπεμπέτσο, Χριστοφορίδη και Μάντη (2008). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, παρουσιάστηκαν σημαντικές διαφορές όσον αφορά (1) το άθλημα: (α) στον Θυμό και (β) στην Επιθετικότητα, (2) το φύλο: (α) στον Θυμό, (β) στην Επιθετικότητα, (γ) στην Υποστηρικτική Συμπεριφορά και (δ) στην Αρνητική Συμπεριφορά. Τέλος, σχετικά με (3) την εβδομαδιαία ενασχόληση (προπόνηση) παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα σε σχέση: (α) με την Επιθετικότητα και (β) με την Υποστηρικτική Συμπεριφορά. Συμπερασματικά, η έρευνα επιβεβαιώνει τον καθοριστικό ρόλο που «παίζουν» ορισμένοι ψυχολογικοί παράγοντες, στην αγωνιστική ενηλικίωση αθλητών/τριών.

*Λέξεις κλειδιά:* διαφορές φύλου, εβδομαδιαία προπόνηση, ομαδικά αθλήματα.

### Εισαγωγή

Κατά τη διάρκεια εφαρμογής της προπονητικής, αναπτύσσονται, μεταξύ προπονητή και αθλητή, πολύ στενές σχέσεις και δημιουργούνται απαιτήσεις, στις οποίες ο προπονητής θα πρέπει, με κάποιο τρόπο, να ανταποκρίνεται με επιτυχία. Ο προπονητής, δεν αρκεί να συμβουλεύει και να επιβλέπει τους αθλητές μόνο σε σχέση με τα περιεχόμενα της προπόνησης, αλλά και για κάθε θέμα που ο αθλητής-τρια δεν κατάλαβε και θέλει ενημέρωση. Όποιος επιλέγει να ασχοληθεί ενεργά με την εφαρμοσμένη προπονητική, σύντομα διαπιστώνει ότι πρέπει να αναπτύξει πολλές πλευρές της

Διεύθυνση αλληλογραφίας:

Ευάγγελος Μπεμπέτσος  
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης  
Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού  
Πανεπιστημιούπολη, 69100 Κομοτηνή

E-mail:

[empempet@phyed.duth.gr](mailto:empempet@phyed.duth.gr)

προσωπικότητάς του, να αναδειξεί αρετές και να βελτιώσει τις γνώσεις του με τρόπο που να μπορούν οι αθλητές, οι οποίοι συνεργάζονται μαζί του, να αισθάνονται σεβασμό για τη παρουσία του, σιγουριά για τις οδηγίες και πίστη στις συμβουλές που τους απευθύνει (Beashel, Taylor, & Alderson, 1996).

Σύμφωνα με τους Jowett και Cockerill (2002), η σχέση αθλητή – προπονητή είναι στοιχείο της πολύπλοκης και δυναμικής προπονητικής διαδικασίας και παρέχει τα μέσα με τα οποία οι ανάγκες των προπονητών και των αθλητών εκφράζονται και πραγματοποιούνται. Η σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα στον προπονητή και τους αθλητές-τριες, σύμφωνα με τους ίδιους ερευνητές, είναι το θεμέλιο της προπονητικής. Η σχέση αυτή χρησιμεύει ως πλατφόρμα στην οποία ο προπονητής και ο αθλητής-τρια αλληλοεπιδρούν με μοναδικούς τρόπους έτσι ώστε να φέρουν επιτεύγματα από τις επιδόσεις, επιτυχίες και ικανοποίηση. Με άλλα λόγια, η σχέση αυτή γίνεται το κύριο όχημα μέσω του οποίου οι ανάγκες εκφράζονται και ικανοποιούνται. Συνεντεύξεις με αθλητές-τριες έχουν δείξει ότι αυτοί θεωρούν πως το να νιώθουν θετικά συνδεδεμένοι με τον προπονητή τους είναι ένα απαραίτητο συστατικό για την επιτυχία τους (Gould et al., 1999; Jowett & Cockerill, 2003; Rhind & Jowett, 2010). Σύμφωνα, επιπλέον, με ερευνητές η σχέση προπονητή και αθλητή-τριας είναι κεφαλαιώδους σημασίας στην προπονητική διαδικασία για το λόγο ότι η φύση αυτής της σχέσης είναι πιθανόν να καθορίσει την ικανοποίηση, την αυτοπεποίθηση και την απόδοση του αθλητή-τριας (Jowett & Meek, 2000a; 2000b).

Σε έρευνα των Chiu, Mahat, Hua και Radzuwan (2013), οι προπονητές των ομαδικών αθλημάτων είναι πιο ικανοί στο να δίνουν κίνητρα στους αθλητές, να αποφασίζουν την στρατηγική, να χρησιμοποιούν καλές προπονητικές τεχνικές και να χτίζουν επιτυχώς χαρακτήρες μεταξύ των αθλητών. Σύμφωνα με τους ίδιους ερευνητές, τέτοια ευρήματα μπορούν να εξηγηθούν από το γεγονός ότι οι προπονητές των ομαδικών αθλημάτων χρειάζονται περισσότερες ικανότητες για τη διοίκηση, την καθοδήγηση και την παρακολούθηση πολλών αθλητών στην ομάδα. Τέλος, η ίδια ερευνητική ομάδα αναφέρει ότι οι αθλητές των ομαδικών αθλημάτων προτιμάνε από τους προπονητές τους να έχουν περισσότερο αυτοκρατορική συμπεριφορά και να ασχολούνται περισσότερο με την εξάσκηση, τις οδηγίες και τη θετική ανατροφοδότηση, σε σύγκριση με τους αθλητές των ατομικών αθλημάτων.

Πολλοί ορισμοί προσπάθησαν ν' αποδώσουν τη σημασία του όρου «θυμός-επιθετικότητα» ενός αθλητή που συμμετέχει σε ανταγωνιστικά αθλήματα όπου ως «Επιθετικότητα» ορίζεται η οποιαδήποτε μορφή συμπεριφοράς η οποία έχει σκοπό να βλάψει ή να τραυματίσει (Baron, & Richardson, 1994). Παρόλ' αυτά, επικρατέστερος ήταν ο ορισμός που απέδωσε ο Maxwell (2004). Σύμφωνα με αυτόν, επιθετικότητα είναι οποιαδήποτε συμπεριφορά, μη αναγνωρισμένη ως νόμιμη στα πλαίσια των επίσημων κανονισμών διεξαγωγής ενός αθλήματος, που προορίζεται εναντίον του αντιπάλου.

Όσο οι άντρες εμπλέκονται σε ένα άθλημα έντονης επαφής τόσο υιοθετούν μια επιθετική τάση, καθώς θεωρούν μια τέτοια συμπεριφορά ως προέκταση του αθλήματός τους και κατ' επέκταση ως φυσικό χαρακτηριστικό του εαυτού τους (Young, 1993). Έρευνες έδειξαν ότι αθλητές που νιώθουν αισθήματα θυμού κι επιθετικότητας κατά τη διάρκεια ενός αγώνα, είναι περισσότερο πιθανό και να τα εκφράσουν (Berkowitz, 1989; 1993). Ο ίδιος ερευνητής τόνισε ότι δεν ανταποκρίνονται όλοι οι άνθρωποι στα αρνητικά, εξωτερικά και εσωτερικά, ερεθίσματα με επιθετικότητα και ανέπτυξε ένα μοντέλο με γνωστικούς παράγοντες, συναισθηματικές αντιδράσεις και προσωπικά κίνητρα που συμβάλουν στην προδιάθεση για επιθετική συμπεριφορά. Επίσης υποστηρίζει πως τα αρνητικά ερεθίσματα που μετατρέπονται σε θυμό εκφράζονται με επιθετικότητα σε αντίθεση με αυτά που



μετατρέπονται σε φόβο και υπογραμμίζει ότι η αυξημένη συχνότητα των επιθετικών μορφών έκφρασης συσχετίζονται με τον θυμό.

Αθλητές που δικαιολογούνται περισσότερο να έχουν επιθετική συμπεριφορά, είναι περισσότερο οι άντρες που συμμετέχουν σε σπορ επαφής και σύγκρουσης (Congroy, Silva, Newcomer, Walker, & Johnson, 2001). Οι ίδιοι όμως συγγραφείς αυτοί ήταν που τόνισαν ότι η επιθετικότητα και η βία είναι σοβαρά προβλήματα στον τομέα του αθλητισμού και ορίζουν ως επιθετικότητα τη διάθεση των αθλητών να γίνουν επιθετικοί ή την αποδοχή και την προθυμία της επιθετικότητας και παραθέτουν ένα μοντέλο καταγραφής της αθλητικής συμπεριφοράς.

Εφαρμόζοντας τη μέθοδο της παρατήρησης, της συνέντευξης και της διανομής ερωτηματολογίων, συγκεντρώθηκαν πληροφορίες για την ψυχολογία του αθλητή κατά τη διάρκεια ενός αγώνα, έχοντας ως μοναδικό κριτήριο τον αυτοέλεγχο του κάθε αθλητή (Maxwell & Moores, 2007). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι αθλητές αθλημάτων επαφής, σημειώνουν υψηλότερα ποσοστά θυμού και επιθετικότητας. Επιπροσθέτως, οι παραπάνω συγγραφείς ανακάλυψαν ότι οι άντρες είναι πιο επιθετικοί από τις γυναίκες. Το ίδιο επιχείρημα υποστηρίζει σε προγενέστερη έρευνά του ο Maxwell (2004), με τη διαπίστωση πως οι άνδρες αθλητές ομαδικών αθλημάτων είναι πιο επιθετικοί από αυτούς των ατομικών. Επίσης παρατηρείται και σε μεταγενέστερες έρευνες στον Ελλαδικό χώρο, ότι οι άντρες παρουσιάζουν πιο επιθετικές συμπεριφορές από τις γυναίκες οι οποίες τείνουν να είναι πιο συναισθηματικές (Μπεμπέτσος, Χριστοφορίδης, & Μάντης, 2008; Bebetzos, Filippou, & Bebetzos, 2017).

Μελέτες, επιβεβαιώνουν την άποψη ότι η ικανοποίηση αποτελεί τον καλύτερο και απλούστερο τρόπο για να προβλεφθεί η συνοχή μιας ομάδας ως προς την επίτευξη του κοινού στόχου και την αλληλεπίδραση των παικτών (Widmeyer & Williams, 1991). Ακολούθως, έχει διατυπωθεί πως όσο καλύτερη είναι η επίγνωση του ομαδικού καθήκοντος αλλά και η κοινωνική ομοιογένεια των αθλητών μιας ομάδας, τόσο μεγαλύτερη είναι και η ικανοποίησή τους όσον αφορά στους στόχους που θέλουν να πετύχουν ως ομάδα (Brawley, Carron, & Widmeyer, 1993).

Η αμοιβαία εμπιστοσύνη, ο σεβασμός και η υποστήριξη θεωρούνται από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που συμβάλουν στη δημιουργία ικανοποιητικών και πετυχημένων σχέσεων μεταξύ προπονητή και αθλητή/τριας (Jowett, 2007; Jowett & Cockerill, 2003; Poczwardowski, Barott, & Peregoy, 2002). Όμως, δημιουργούνται ερωτήματα σχετικά με τους ψυχολογικούς παράγοντες που επιτρέπουν τόσο στους αθλητές/τριες όσο και στους προπονητές να ζουν την εμπειρία υψηλής ποιότητας σχέσεων μεταξύ τους. Ένας από αυτούς τους παράγοντες που μπορεί να παίζει αυτό το ρόλο είναι το πάθος (Vallerand et al., 2003). Πράγματι, αν τόσο ο αθλητής/τρια όσο και ο προπονητής είναι παθιασμένοι με το άθλημά τους, αυτό μπορεί να τους οδηγήσει στο να δημιουργήσουν μια θετική σχέση μεταξύ τους, τουλάχιστον επειδή μοιράζονται την αγάπη για την δραστηριότητά τους και μπορεί και οι δύο να αφιερωθούν πλήρως στο έργο τους, ώστε να φτάσουν σε υψηλά επίπεδα απόδοσης και ικανοποίησης (Lafreniere, Jowett, Vallerand, Donahue, & Lorimer, 2011).

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, στην παρούσα έρευνα εξετάστηκε η επίδραση παραγόντων όπως η συμπεριφορά του προπονητή, η ικανοποίηση, ο θυμός και η επιθετικότητα, σε αθλητές/τριες και επιπλέον κατά πόσο μπορούν αυτοί (οι παράγοντες) να διαφοροποιήσουν το δείγμα αναλόγως της προπονητικής ενασχόλησης, του φύλου και του αθλήματος.

## Μέθοδος

### Συμμετέχοντες



Το δείγμα αποτέλεσαν 131 άνδρες και 143 γυναίκες, αθλητές/τριες Εθνικών κατηγοριών, ηλικίας από 15 έως 34 ετών ( $M.O.=21,63$ ,  $T.A.=4$ ). Από το δείγμα αυτό, 99 άτομα ασχολούνταν με το άθλημα της καλαθοσφαίρισης, 76 με το άθλημα της πετοσφαίρισης και 99 με το άθλημα της χειροσφαίρισης. Το δείγμα χωρίστηκε επίσης και σε υποκατηγορία σχετικά με την εβδομαδιαία τους προπονητική ενασχόληση: α) από 2-3 φορές 68 άτομα (24.8%), β) από 4-5 φορές 57 άτομα (20.8%) και γ) από 6-> φορές 149 άτομα (54.4%).

### Όργανα Μέτρησης

Για την συλλογή των δεδομένων, χρησιμοποιήθηκαν 3 ερωτηματολόγια:

α) Όσον αφορά στο θυμό και στην επιθετικότητα, χρησιμοποιήθηκε η «Κλίμακα Επιθετικότητας και Θυμού» (CAAS) των Maxwell και Moores (2007), η οποία έχει μεταφραστεί και χρησιμοποιηθεί στην Ελλάδα από τους Μπεμπέτσο, Χριστοφορίδη και Μάντη (2008). Αναλυτικότερα, το εν λόγω ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει 12 ερωτήματα και περιέχει 2 διαστάσεις: 1) «Θυμός», όπου ο παράγοντας αποτελείται από 6 ερωτήματα (π.χ. Νιώθω εχθρικά προς τον αντίπαλο μου αν ηττηθώ) και 2) «Επιθετικότητα», όπου ο παράγοντας αποτελείται από 6 ερωτήματα (π.χ. Προσβάλλω λεκτικά τους αντιπάλους μου ώστε να χάνουν την προσοχή τους). Οι αθλητές απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το «ποτέ» (1) - «συνέχεια» (5). Η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (alpha του Cronbach) εμφάνισε ικανοποιητικές τιμές: «Θυμός» .81 και «Επιθετικότητα» .78.

β) Το ερωτηματολόγιο «Αθλητικής Ικανοποίησης» των Chelladurai και Riemer (1997) το οποίο έχει προσαρμοστεί και χρησιμοποιηθεί σε ελληνικό πληθυσμό από τους Θεοδωράκη και Μπεμπέτσο (2003). Η κλίμακα αυτή περιλαμβάνει 18 ερωτήματα, και περιέχει δύο διαστάσεις: 1) «Ηγεσία», ο παράγοντας αυτός αποτελείται από επτά ερωτήματα (π.χ. την υποστήριξη του προπονητή μου) και 2) «Προσωπική Απόδοση» (*personal outcome*) που περιλαμβάνει τρία ερωτήματα (π.χ., τον τρόπο που αγωνίζομαι). Οι αθλητές/τριες απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το «απόλυτα δυσαρεστημένος/η» (1) - «απόλυτα ικανοποιημένος/η» (7). Η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (alpha του Cronbach) εμφάνισε πολύ ικανοποιητικές τιμές: «Ηγεσία» .94, «Προσωπική Απόδοση» .90.

γ) Τέλος, το ερωτηματολόγιο «Προπονητικής Συμπεριφοράς» των Williams και των συνεργατών του (2003), το οποίο έχει προσαρμοστεί και χρησιμοποιηθεί σε ελληνικό πληθυσμό από τους Zourbanos, Theodorakis και Hatzigeorgiadis (2004). Περιλαμβάνει 22 ερωτήματα και περιέχει δύο διαστάσεις: 1) τη «Υποστηρικτική Συμπεριφορά» με 8 ερωτήματα (π.χ., ο προπονητής μου χρησιμοποιεί τα διαλείμματα για ν' αυξήσει την αυτοπεποίθησή μου) και 2) την «Αρνητική Συμπεριφορά» με 7 ερωτήματα (για παράδειγμα, «η συμπεριφορά του προπονητή αποσπά την προσοχή μου κατά τη διάρκεια του αγώνα»). Οι αθλητές/τριες απάντησαν σε κάθε ερώτημα μέσα από μία τετραβάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το «διαφωνώ απόλυτα» (1) - «συμφωνώ απόλυτα» (4). Η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου (alpha του Cronbach) εμφάνισε ικανοποιητικές τιμές: «Υποστηρικτική Συμπεριφορά» .82 και «Αρνητική Συμπεριφορά» .76.

### Διαδικασία

Οι συμμετέχοντες απάντησαν και στα τρία ερωτηματολόγια τα οποία δόθηκαν από τον ερευνητή πριν από μια προπόνησή τους, όπου ο προπονητής/τρια δεν ήταν παρών/ουσα και τους διευκρινίστηκε ότι η συμμετοχή τους ήταν εθελοντική.



### Στατιστική Ανάλυση

Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων έγινε με το στατιστικό πακέτο PASW 18 για  $p < 0.05$ . Πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις: (α) αξιοπιστίας και (β) διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα.

### Αποτελέσματα

#### Αναλύσεις Διακύμανσης

Πραγματοποιήθηκαν αναλύσεις διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα:

#### 1) Άθλημα

Α) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Θυμός» ( $F_{2,273} = 3.341$ ;  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών της χειροσφαίρισης και των αθλητών/τριών της καλαθοσφαίρισης αλλά και της πετοσφαίρισης (Πίνακας 1).

Β) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Επιθετικότητα» ( $F_{2,273} = 13.871$ ;  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών της χειροσφαίρισης και των αθλητών/τριών της καλαθοσφαίρισης αλλά και της πετοσφαίρισης (Πίνακας 1).

**Πίνακας 1.** Διαφορές ως προς το «Άθλημα».

Παράγοντας	Χειροσφαίριση		Καλαθοσφαίριση		Πετοσφαίριση	
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
Θυμός	2.5	.64	2.3	.73	2.1	.68
Επιθετικότητα	2.2	.64	2.0	.58	1.8	.50

#### 2) Φύλο

Α) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Θυμός» ( $F_{1,273} = 5.475$ ;  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές όπου οι άνδρες είχαν υψηλότερη τιμή από τις γυναίκες (Πίνακας 2).

Β) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Επιθετικότητα» ( $F_{1,273} = 21.004$ ;  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές όπου οι άνδρες είχαν υψηλότερη τιμή από τις γυναίκες (Πίνακας 2).

Γ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Υποστηρικτική Συμπεριφορά» ( $F_{1,269} = 8.736$ ;  $p < 0.05$ ). Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές όπου οι γυναίκες είχαν υψηλότερη τιμή από τους άνδρες (Πίνακας 2).

Δ) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Αρνητική





Συμπεριφορά» ( $F_{2,266} = 16.933$ ;  $p < 0.05$ . Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές όπου οι άνδρες είχαν υψηλότερη τιμή από τις γυναίκες (Πίνακας 2).

**Πίνακας 2.** Διαφορές ως προς το «Φύλο».

Παράγοντας	Άνδρες		Γυναίκες	
	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
Θυμός	2.5	.65	2.3	.70
Επιθετικότητα	2.2	.62	1.9	.56
Υποστηρικτική	2.5	.55	2.7	.52
Συμπεριφορά				
Αρνητική	2.5	.52	2.3	.52
Συμπεριφορά				

### 3) Εβδομαδιαία Προπόνηση

Α) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Επιθετικότητα» ( $F_{2,273} = 9.572$ ;  $p < 0.05$ . Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών της 3<sup>ης</sup> ομάδας (περισσότερες προπονήσεις), σε σχέση και με την 2<sup>η</sup> αλλά και την 1<sup>η</sup> (λιγότερες προπονήσεις) (Πίνακας 3).

Β) Από την εφαρμογή της ανάλυσης διακύμανσης για ανεξάρτητα δείγματα ως προς έναν παράγοντα, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική επίδραση του παράγοντα «Υποστηρικτική Συμπεριφορά» ( $F_{2,266} = 4.607$ ;  $p < 0.05$ . Από το τεστ πολλαπλών συγκρίσεων Scheffe διαπιστώθηκαν ωστόσο σημαντικές διαφορές μεταξύ των αθλητών/τριών της 3<sup>ης</sup> ομάδας (περισσότερες προπονήσεις), σε σχέση και με την 2<sup>η</sup> αλλά και την 1<sup>η</sup> (λιγότερες προπονήσεις) (Πίνακας 3).

**Πίνακας 3.** Διαφορές ως προς την «Εβδομαδιαία Προπόνηση».

Παράγοντας	2-3		4-5		6->	
	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>	<i>M.O.</i>	<i>T.A.</i>
Επιθετικότητα	1.8	.57	2.0	.63	2.1	.59
Υποστηρικτική	2.2	.46	2.3	.57	2.6	.57
Συμπεριφορά						

### Συζήτηση

Σκοπός της έρευνας ήταν να εξεταστούν εάν και κατά πόσο παράγοντες όπως προπονητική συμπεριφορά, αθλητική ικανοποίηση θυμός και επιθετικότητα αλληλεπιδρούν σε αθλητές/τριες και διαφοροποιούν το δείγμα αυτό ανάλογα με την εβδομαδιαία ενασχόλησή τους, το φύλο και το άθλημα. Έρευνες έχουν εξετάσει την επίδραση του επιπέδου επαφής σε σχέση με την ηθική διάσταση της. Η σύγκριση αυτή πραγματοποιήθηκε μεταξύ αθλημάτων χωρίς καθόλου ή πολύ μικρού ποσοστού φυσικής επαφής (π.χ. κολύμβηση, στίβος, πετοσφαίριση) αθλήματα μέτριου ποσοστού (π.χ. ποδόσφαιρο, καλαθοσφαίριση, χόκεϊ επι χόρτου) και αθλήματα με μεγάλο ποσοστό επαφής (π.χ. χόκεϊ επι πάγου, Αμερικανικό ποδόσφαιρο, ράγκμπι). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι όσο μεγαλύτερο ήταν το ποσοστό επαφής, τόσο πιο ανεκτικοί και θετικοί ήταν οι αθλητές, και συγκεκριμένα οι άνδρες, στην χρήση υπερβολικής βίας και επιθετικότητας και



επιπλέον την δικαιολογούσαν (Silva, 1983; Bredemeier et al., 1986). Επι προσθέτως μεταγενέστερες έρευνες έδειξαν ότι η αποδοχή βίαιων αντιαθλητικών καταστάσεων γίνονται περισσότερο αποδεκτές ακόμη και από την ηλικία των 8-19 ετών παιδιών και εφήβων, όταν αυτά συμμετέχουν σε αθλήματα μέτριας φυσικής επαφής (Conroy et al., 2001; Tucker & Parks, 2001). Έτσι, και τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής συμφωνούν με τα προαναφερόμενα, χαρακτηρίζοντας την χειροσφαίριση ως άθλημα υψηλού ποσοστού επαφής σε σχέση με τα άλλα δυο τα οποία είναι μετρίου (καλαθοσφαίριση και πετοσφαίριση) και τις διαφορές που προέκυψαν σχετικά με τα επίπεδα θυμού και επιθετικότητας.

Επι προσθέτως, έρευνες εξέτασαν την σχέση της προπονητικής συμπεριφοράς με αρνητικούς ψυχολογικούς παράγοντες και αποφάνθηκαν ότι η συμπεριφορά αυτή έχει άμεση σχέση με τον θυμό και την επιθετικότητα όπου συγκεκριμένα σχετικά με το φύλο, οι άνδρες εμφάνισαν υψηλότερα σκορ στις αρνητικές εκφάνσεις των παραγόντων (θυμός, επιθετικότητα & αρνητική συμπεριφορά) και τις γυναίκες υψηλότερο σκορ στην θετική (υποστηρικτική συμπεριφορά). Τα αποτελέσματα συμφωνούν με προγενέστερες έρευνες όπου καταδεικνύεται η «ιδιαιτερότητα» του γυναικείου φύλου. Σύμφωνα με αυτές, ακόμη και σε επίπεδο έμπειρων αθλητών, οι γυναίκες παρουσιάζουν μεγαλύτερη «προσκόλληση» στις συναισθηματικές πτυχές της προπονητικής συμπεριφοράς, έτσι χαρακτηρίζονται ως πιο συναισθηματικές και ευαίσθητες (Harrell, 1980; Rayburn, Goetz, & Osman, 2001; Thon et al., 2012). Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, οι ισχυρότερες θετικές προπονητικές συμπεριφορές να έχουν σημαντικότατο αντίκτυπο στο ψυχολογικό τους προφίλ.

Ακόμη και από την πλευρά της φυσιολογίας, οι Hamilton, Anders, Cox και Watson (2009) διαπίστωσαν ότι οι άνδρες είχαν αυξημένα επίπεδα τεστοστερόνης κατά τη διάρκεια ανταγωνιστικής αθλητικής δραστηριότητας και τα επίπεδά τους σχετίζονταν με την έκβαση της δραστηριότητας αυτής (δηλαδή νίκη ή όχι). Αν και τα επίπεδα τεστοστερόνης αυξήθηκαν και για τις γυναίκες κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, τα τελικά επίπεδά τους (γυναικών) δεν διέφεραν σημαντικά ανάλογα με το αποτέλεσμα. Οι συγγραφείς κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι γυναίκες ανταποκρίνονται φυσιολογικά με διαφορετικό τρόπο σε θέματα που έχουν να κάνουν με δραστηριότητες σε ανταγωνιστικό επίπεδο. Αυτά τα αποτελέσματα αντανακλούν σε μια σειρά από μελέτες που εστιάζουν στα επίπεδα κορτιζόλης αίματος ανορεκτικών γυναικών όταν αυτές βρίσκονται σε ανταγωνιστικές καταστάσεις (Obminski, 2008; Salmon, Crawford, & Walters, 2008).

Σύμφωνα δε και με τον Navarre (2011) στην έρευνα που έκανε με άντρες προπονητές ποδοσφαίρου του NCAA, οι άντρες αθλητές επειδή είναι περισσότερο προσανατολισμένοι στην απόδοση και περισσότερο αμερόληπτοι, προτιμούν από τον προπονητή τους μια δομή ηγεσίας περισσότερο συγκεντρωτική σε σχέση με τις αθλήτριες. Επιπλέον, οι άντρες αθλητές δίνουν μεγαλύτερη προσοχή και σεβασμό στην κατανόηση της ιεραρχίας σε σχέση με τις αθλήτριες. Τέλος, από την έρευνα αυτή διαπιστώθηκε ότι οι άντρες αθλητές χρειάζονται περισσότερο σκληρή και προσωπική κριτική από τον προπονητή τους σε σχέση με τις αθλήτριες. Επίσης, αποτελέσματα και τα αποτελέσματα της έρευνας του Lindauer (2000), υποστηρίζουν για τους άντρες αθλητές, ότι προτιμούν ο προπονητής τους να έχει αυταρχικότερη συμπεριφορά, από ότι οι αθλήτριες.

Τέλος, όσον αφορά την εβδομαδιαία προπονητική ενασχόληση, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πιο έμπειροι αθλητές/τριες χαρακτηρίζονται από υψηλότερα σκορ σχετικά με την επιθετικότητα και την υποστηρικτική προπονητική συμπεριφορά. Τα παραπάνω ευρήματα ενδεχομένως οφείλονται στο γεγονός ότι όσο πιο συχνές είναι οι προπονήσεις των αθλητών/τριών, τόσο μεγαλύτερος είναι ο χρόνος που περνάνε μαζί με τον προπονητή τους και στο ότι οι απαιτήσεις αυτών (προπονητών)



πολλές φορές είναι εντονότερες και ακραίες. Συνεπώς, τόσο μεγαλύτερη είναι και η δυνατότητα να αναπτυχθεί μια πιο στενή σχέση μεταξύ προπονητή και αθλητών/τριών, η οποία θα στηρίζεται στη θετική ανατροφοδότηση και στην ύπαρξη θετικού κλίματος. Η εξήγηση αυτή υποστηρίζεται και από τους Alfermann, Lee και Wurth (2005) και Bebetsoς, Filippou και Bebetsoς (2017), οι οποίοι υποστήριζαν ότι όσο πιο πολύ χρόνο αφιερώνουν οι προπονητές σε κάθε αθλητή, δίνοντάς του οδηγίες και λεπτομερή ανατροφοδότηση για την απόδοσή του, τόσο πιο έντονες είναι οι απαιτήσεις αλλά και η υποστηρικτική συμπεριφορά και η ανατροφοδότηση από μέρους του προπονητή.

Φυσικά δεν πρέπει να παραληφθούν και οι περιορισμοί στην έρευνα, οι οποίοι έχουν να κάνουν με την εξέταση μόνο ομαδικών αθλημάτων και την χρήση/συμπλήρωση ερωτηματολογίων ως όργανα μέτρησης.

### Συμπεράσματα

Συνολικά, τα παρόντα ευρήματα δείχνουν ότι παράγοντες όπως ηλικία, φύλο, άθλημα και εβδομαδιαία ενασχόληση διαφοροποιούνται άμεσα από τα επίπεδα προπονητικής συμπεριφοράς, και βίας-επιθετικότητας. Έχοντας συμβάλει στην ανάδειξη αυτών των έντονων «σχέσεων», τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης μπορούν να συναινέσουν στην καλύτερη κατανόηση συμπεριφορικών καταστάσεων οι οποίες επηρεάζουν το αθλητικό «γίγνεσθαι» δίνοντας το έναυσμα για περαιτέρω έρευνα(ες).

### Βιβλιογραφία

- Alfermann, D., Lee, M. J., & Wurth, S. (2005). Perceived Leadership Behavior and Motivational Climate as Antecedents of Adolescent Athletes' Skill Development. *Athletic Insight*, 7(2), 14-36.
- Baron, R. A., & Richardson, D. R. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Beashel, Taylor & Alderson (1996). *Advanced Studies in Physical Education and Sport*. United Kingdom: Nelson Thornes Publishers.
- Bebetsoς, E., Filippou, F., & Bebetsoς, G. (2017). Athletes' criticism of coaching behavior: Differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin*, 48(1), 66-71.
- Berkowitz, L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin*, 106, 59-73.
- Berkowitz, L. B. (1993). *Aggression: Its causes, consequences and control*. New York: McGraw-Hill.
- Brawley, L. R., Carron, A. V., & Widmeyer, W. N. (1993). The influence of the group and its cohesiveness on perceptions of group goal-related variables. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 245-260.
- Bredemeier, B. J., Weiss, M. R., Shields, D. L., Cooper, B. (1986). The relationship of sport involvement with children's moral reasoning and aggression tendencies. *Journal of Sport Psychology*, 8, 304-318.
- Chelladurai, P., & Reimer, H. (1997). A classification of facets of athlete satisfaction. *Journal of Sport Management*, 11, 133-159.
- Chiu, L. K., Mahat, N. I., Hua, K. P., & Radzuwan, R. B. (2013). Student-Athletes' Perceptions of Coaches' Coaching Competency at the Malaysian Public Institution of Higher Learning. *World Journal of Education*, 3(1), 13-22.





- Conroy, D. E., Silva, J. M., Newcomer, R. R., Walker, B. W., & Johnson, M. S. (2001). Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behavior*, 27, 405-418.
- Conroy, D. E., Silva, J. M., Newcomer, R. R., Walker, B. W., & Johnson, M. S. (2001). Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behavior*, 27, 405-418.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., & Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: Perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *Sport Psychologist*, 13(4), 371-394.
- Hamilton, L. D., Anders, S. M., Cox, D. N., & Watson, N. V. (2009). The effects of competition on salivary testosterone in elite female athletes. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 4, 538-542.
- Harrell, W. A. (1980). Aggression by high school players: An observational study of the effects of opponent aggression and frustration-inducing factors. *International Journal of Sport Psychology*, 11, 290-298.
- Jowett, S. (2007). Coach-athlete relationships ignite sense of groupness. In M. Beauchamp & M. A. Eys (Eds.), *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology: Contemporary Themes* (pp. 63-76). Routledge.
- Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2002). Incompatibility in the coach–athlete relationship. In I. M. Cockerill (Ed.) *Solutions in Sport Psychology* (pp.16-31). London: Thomson Learning.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medalists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313-331.
- Jowett, S., & Meek, G. A. (2000a). The coach-athlete relationship in married couples: An exploratory content analysis. *Sport Psychologist*, 14(2), 157-175.
- Jowett, S., & Meek, G. A. (2000b). A case study of a top-level coach-athlete dyad in crisis. *Journal of Sports Sciences*, 18(1), 51-52.
- Lafreniere, M. A., Jowett, S., Vallerand, R. J., Gonahue, E. G., & Lorimer, R. (2011). Passion in Sport: On the Quality of the Coach–Athlete Relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 144-152.
- Lindauer, J. (2000). *A comparison of preferred coaching leadership behaviors of college athletes in individual and team sports*. Thesis, College of Health, Physical Education, Recreation, and Teacher Education University of Wisconsin-La Crosse.
- Maxwell, J. P. (2004). Anger rumination: an antecedent of athlete aggression. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 279-289.
- Maxwell, J. P., Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 179-193.
- Μπεμπέτσος Ε., Χριστοφορίδης Χ., & Μάντης Κ. (2008). Διερεύνηση της επιθετικότητας και του θυμού Ελλήνων Αθλητών/τριών Χειροσφαίρισης. *Άθληση και Κοινωνία*, 47, 80-87.
- Navarre, M. J. (2011). *Male College Soccer Coaches Perceptions of Gender Similarities and Differences in Coach–Athlete and Teammate Relationships: Introducing the Construct of Relationship – Performance Orientation*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Minnesota.
- Obminski, Z. (2008). Blood cortisol responses to pre-competition stress in athletes: Sex-related differences. *MedSportPress*, 14, 103-108.



- Poczwadowski, A., Barott, J., & Peregoy, J. (2002). The athlete and coach: Their relationship and its meaning. Methodological concerns and research process. *International Journal of Sport Psychology*, 33(1), 98-115.
- Rhind, D. J. A., & Jowett, S. (2010). Relationship maintenance strategies in the coach-athlete relationship: The development of the COMPASS model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(1), 106-121.
- Rayburn, C. A., Goetz, D. J., & Osman, S. L. (2001). The 'Game' of Leadership: Exercise, Games, Sports, and Leadership. *International Journal of Value-Based Management*, 14, 11-26.
- Salmon, C., Crawford, C. B., & Walters, S. (2008). Anorexic behavior, female competition and stress: Developing the female competition stress test. *Evolutionary Psychology*, 6, 96-112.
- Silva, J. M. (1983). The perceived legitimacy of rule violating behaviour in sport. *Journal of Sport Psychology*, 5, 438-448.
- Thon, R. A., Passos, P. C. B., da Costa, L. C. A., Prates, M. E. F., Andrade do Nascimento Junior, J. R. A., & Vieira, L. F. (2012). Leadership style in the context swimming coaches in the state of Paraná. *Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance*, 14(5), 527-534.
- Tucker, L. W., Parks, J. B. (2001). Effects of gender and sport type on intercollegiate athletes' perceptions of the legitimacy of aggressive behaviors in sport. *Sociology of Sport Journal*, 18, 403-413.
- Θεοδωράκης, Ν., & Μπεμπέτσος, Ε. (2003). Διερεύνηση της Ικανοποίησης Αθλητών: Μία Πρώτη Προσέγγιση. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό* 1(2), 197-203.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Gagné, M., & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767.
- Widmeyer, W. N., & Williams, J. M. (1991). Predicting cohesion in a coaching sport. *Small Group Research*, 22, 548-570.
- Williams, J. M., Jerome, G. J., Kenow, L. J., Rogers, T., Sartain, T. A., & Darland, G. (2003). Factor structure of the coaching behavior questionnaire and its relationship to athlete variables. *The Sport Psychologist*, 17, 16-34.
- Young, K. (1993). Violence, risk, and liability in male sports culture. *Sociology of Sport Journal*, 10, 373-396.
- Zourbanos, N., Theodorakis, Y., & Hatzigeorgiadis, A. (2004). Coaching Behavior Questionnaire. *Proceedings of the 3rd International Congress of Sport Psychology*. Trikala, Greece: University of Thessaly, Department of Physical Education and Sport Sciences.





## Investigation of possible relationships between coaching behavior, satisfaction, levels of anger and aggression, and sport

**Bebetsos, E.\***

Democritus University of Thrace

### ABSTRACT

This survey aims to investigate whether factors such as sport, age, and athletic experience, modulate team sport athletes' levels of coaching behavior, satisfaction and anger-aggression. The sample consisted of 131 men and 143 women athletes of national categories from the sports of basketball, volleyball and handball. Three questionnaires were used as measurement instruments: a) the «Athletes' Satisfaction» questionnaire of Chelladurai and Riemer (1997), which has been adapted and used in Greek population by Theodorakis and Bebetsos (2003), b) the «Coaching Behavior» questionnaire of Williams and his colleagues (2003), which has been adapted and used in Greek population by Zourbanos, Theodorakis, and Hatzigeorgiadis (2004) and c) the «Anger & Aggression» questionnaire (CAAS) of Maxwell and Moores (2007) which has been translated and used in Greece by Bebetsos, Christoforidis and Mantis (2008). According to the results, significant differences were presented in terms of (1) sport: a) on anger and, b) on aggression. In term of (2) sex: a) on anger, b) on aggression, c) on positive reinforcement, and d) on negative reinforcement. Additionally, (3) weekly practice-time, groups differentiated according to levels of: a) anger, and b) positive reinforcement. In conclusion, research confirms the crucial role that certain psychological factors play on athletes' performance.

**Key words:** sex differences; weekly practice; team sports.

Corresponding address:

Evangelos Bebetsos  
Democritus University of Thrace  
School of Physical Education and Sport Science  
University Campus, 69100 Komotini

E-mail:

[empempet@phyed.duth.gr](mailto:empempet@phyed.duth.gr)