



Ελληνική Εταιρεία
Διοίκησης Αθλητισμού

Διοίκηση Αθλητισμού και Αναψυχής 6(2), 3-19

Βιώματα Συμπεριφορών και Τρόπων Επικοινωνίας Προπονητών και Προπονητριών στα Πλαίσια Συνεργασίας τους με Αθλήτριες

Άννα Κουρτεσοπούλου και Θάνος Κριεμάδης

Τμήμα Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού
Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου

Περίληψη

Σκοπός της εργασίας ήταν να διερευνήσει τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις Ελληνίδων αθλητριών με άνδρες και γυναίκες προπονητές, όσον αφορά τρόπους επικοινωνίας και τις συμπεριφορές που εκδηλώνονται στη συνεργασία τους. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 181 αθλήτριες, όπου το 38,7% είχε συμμετοχές σε διεθνείς αγώνες, το 51,4% σε εθνικό επίπεδο, το 2,8% σε τοπικό και το 7,2% σε επίπεδο συλλόγου. Οι ηλικίες κυμαίνονταν από 15 έως 35 χρόνια και ο μέσος όρος προπονήσεων ανά εβδομάδα ήταν 5,5 φορές (T.A. = 1,93). Η συλλογή των δεδομένων έγινε με την συμπλήρωση γραπτού ερωτηματολογίου. Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι οι αθλήτριες νιώθουν περισσότερη άνεση στη σχέση τους με προπονήτριες, ενώ ο παράγοντας «αγωνιστικό επίπεδο» έδειξε να διαφοροποιεί το βαθμό αντίληψης των συμπεριφορών που εκδηλώνονται από προπονητές και προπονήτριες. Πιο συγκεκριμένα οι ελίτ αθλήτριες υποστηρίζουν ότι «οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο από τους προπονητές για τις αθλήτριες σαν άτομα» ($\chi^2(1, N = 103) = 6.83, p = .009$) ενώ «είναι πιο δύσκολο να επικοινωνήσεις με προπονήτριες από ό,τι με προπονητές» ($\chi^2(1, N = 99) = 5.73, p = .017$). Ως προς τα βιώματα συμπεριφορών προπονητών/τριών διαπιστώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές τόσο ανάμεσα σε ελίτ και μη ελίτ αθλήτριες όσο και ανάμεσα σε αθλήτριες ατομικών και ομαδικών αθλημάτων. Συμπερασματικά, οι προπονητές στα μάτια των αθλητριών δείχνουν πειστικοί για υψηλή απόδοση, σκληροί/απότομοι στη χρησιμοποίηση γλώσσας αλλά και καλοί στην επικοινωνία με τις αθλήτριες. Αντίστοιχα οι προπονήτριες «φωνάζουν» αρκετά, επιτρέπουν την επιρροή των αθλητριών στη λήψη αποφάσεων και διαθέτουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες. Λαμβάνοντας υπόψη τις αντιλήψεις αυτές και τα βιώματα των αθλητριών διαφαίνεται μια αναγκαιότητα ίσως επαναπροσδιορισμού και βελτίωσης του τρόπου επικοινωνίας αλλά και των διαφόρων ηγετικών δεξιοτήτων των προπονητών και προπονητριών δια μέσω εκπαίδευσης.

Λέξεις κλειδιά: αθλήτριες, συμπεριφορές προπονητών/προπονητριών

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι προπονητές και οι προπονήτριες είναι σημαντικά πρόσωπα στο χώρο του αθλητισμού και αυτό διαφαίνεται από ότι μπορεί να έχουν υπό την ευθύνη τους ένα μικρό παιδί ή έναν πρωταθλητή. Μπορούν να έχουν σημαντική επίδραση πάνω στον αθλητή και συχνά λειτουργούν ως πρότυπα (Willmann & Zippich, 1995). Στις μικρές ηλικίες, οι αθλητές/τριες σέβονται τον προπονητή/τρια τους και ο ίδιος/α έχει βαρύνουσα γνώμη για τη ζωή τους, αποτελώντας έναν ίσως από τους σημαντικότερους παράγοντες που ρυθμίζουν τη ζωή και την εξέλιξη του αθλητή/τριας. Ο βαθμός αυτός επιρροής του προπονητή/τριας εκτιμάται ότι είναι μεγαλύτερος από των γονιών και δασκάλων και δευτερεύων μετά το φιλικό περιβάλλον του αθλητή/τριας (Robertson, 2002). Η βαθμιαία ανάπτυξη εμπιστοσύνης ανάμεσα σε προπονητή και αθλητή/τρια συχνά καταλήγει σε δυνατούς και ισχυρούς δεσμούς, χαρακτηριζόμενους από βαθμό διαπροσωπικής οικειότητας που συναντιέται μόνο μέσα στα πλαίσια του θεσμού της οικογένειας (Brackenridge, 2000). Ποιοτικά αποσπάσματα από συνεντεύξεις που έγιναν στα πλαίσια της έρευνας των Cote και Sedgwick (2003) σε Καναδούς προπονητές/τριες κωπηλασίας και αθλητές/τριες υψηλού αγωνιστικού επιπέδου, επαληθεύουν την ανάπτυξη ισχυρών δεσμών και σχέσεων συμπάθειας ανάμεσα σε αθλητή και προπονητή. Μια προπονήτρια μάλιστα αναφέρει ότι «όταν δουλεύεις μεμονωμένα με μια αθλήτρια γίνεσαι πέρα από προπονητής, πολύ καλός φίλος και συνεργάτης. Είναι εκπληκτικός ο τρόπος με τον οποίο εμπλέκεσαι στην προσωπική της ζωή και σε όσα πράγματα την περιβάλλουν, καθώς είναι σημαντικό να εξακριβώσεις τι είναι αυτά που την αποσπούν. Είναι ανάγκη να αναπτύξεις μια προσωπική σχέση ώστε να εξασφαλίσεις ότι όλα όσα κάνει μια αθλήτρια οδηγούν στο στόχο που έχετε θέσει από κοινού» (σελ. 73).

Πρόσφατη έρευνα των Vallee και Bloom (2005) αναφέρει ότι οι προπονήτριες αναγνωρίζουν αυτή τη σημαίνουσα αξία της σχέσης που αναπτύσσουν με τους αθλητές/τριες για την επιτυχία της ομάδας τους. Μέσα από την προσωπική τους δουλειά επιδιώκουν υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις που βασίζονται στην εμπιστοσύνη, στο σεβασμό, στην επικοινωνία και στη φροντίδα που αφορά το ίδιο το άτομο ,αναγνωρίζοντας τις ιδιαιτερότητες κάθε αθλητή/τριας ξεχωριστά. Κατά τους Gagne, Ryan και Bargmann (2003) η ενεργή εμπλοκή του προπονητή στην προπόνηση και τους αγώνες επιδρά σημαντικά στη διαμόρφωση της εμπειρίας που βιώνουν αθλητές και αθλήτριες από τον κόσμο του αθλητισμού. Γίνεται αντιληπτό ότι σε ένα μεγάλο βαθμό εκτός της αθλητικής προετοιμασίας, ανάλογα με το επίπεδο συμμετοχής στα διάφορα αθλήματα, οι προπονητές/τριες στοχεύουν εξίσου στην ανάπτυξη των αθλητών/τριών τους σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο. Χαρακτηριστικά ο Amtmann (2005) δείχνει τη διάσταση της διαπαιδαγώγησης και της προετοιμασίας των αθλητών για την ίδια τη ζωή. Στα πλαίσια της προπονητικής επιτυχίας μαζί με τις νίκες και ήττες των διαφόρων αγώνων, έρχονται να προστεθούν και οι επιτυχίες των αθλητών/τριών στις υπόλοιπες πτυχές της ζωής και αυτό δίνει σημαντική ανατροφοδότηση για ένα αληθινό ηγέτη/προπονητή, ο οποίος αντλεί αναγνώριση και ικανοποίηση μέσα από την επιτυχία των αθλητών/τριών του. Κατανοώντας και υιοθετώντας αυτή τη προπονητική φιλοσοφία κυρίαρχης σημασίας είναι οι μακροχρόνιοι στόχοι που δεν περιορίζονται μόνο στην επίτευξη υψηλής αγωνιστικής κατάταξης της ομάδας στο μέλλον αλλά κυρίως στην επιτυχημένη πορεία του κάθε αθλητή ξεχωριστά στους τομείς της προσωπικής του ζωής (Amtmann, 2005).

Εκτιμώντας τη σημαντικότητα του ρόλου προπονητών και προπονητριών, σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να καταγράψει εμπειρίες και απόψεις Ελληνίδων αθλητριών σχετικές με συμπεριφορές και τρόπους επικοινωνίας που εκδηλώνονται από τους προπονητές και τις προπονήτριες τους κατά τη συνεργασία τους. Το πλαίσιο συνεργασίας αθλητριών με προπονητές και προπονήτριες δεν έχει διερευνηθεί διεξοδικά στην Ελλάδα, στοιχείο που φαίνεται από την ανασκόπηση προηγούμενων ερευνών.

Σημασία των συμπεριφορών που εκδηλώνονται από προπονητές/προπονήτριες.

Η υιοθέτηση μεγάλου βαθμού θετικής ανατροφοδότησης, ενθάρρυνσης σε περίπτωση λάθους, τεχνικής καθοδήγησης και παρέμβασης συντελούν στην ανάπτυξη των ικανοτήτων του/της αθλητή/τριας (Smith & Smoll, 1996). Σύμφωνα με τους Horn (2002) και Amorose και Horn (2000) μορφές ηγετικών συμπεριφορών που εμπριέχουν τεχνική καθοδήγηση, θετική ανατροφοδότηση και κοινωνική υποστήριξη σχετίζονται με την αύξηση της ικανοποίησης και της εσωτερικής παρακίνησης που βιώνει ένας αθλητής ή μια αθλήτρια, αλλά και με την πιο αποτελεσματική εκμάθηση (Turman & Schrodts, 2004). Επίσης, έχει διαπιστωθεί ότι η υιοθέτηση δημοκρατικής συμπεριφοράς σχετίζεται θετικά με την εσωτερική παρακίνηση των αθλητών/τριών ομαδικών και ατομικών αθλημάτων (Hollembek & Amorose, 2005). Οι αθλητές/τριες δείχνουν να προτιμούν σε μεγάλο βαθμό συμπεριφορές όπως τεχνική καθοδήγηση, θετική ανατροφοδότηση, κοινωνική υποστήριξη και δημοκρατικό κλίμα αντιμετώπισης (Turman, 2003; Kassing & Infante, 1999). Τέτοιου είδους συμπεριφορές σχετίζονται άμεσα με τη διατήρηση των αθλητών/τριών στο χώρο του αθλητισμού και μάλιστα αυξάνουν τη πιθανότητα μελλοντικής επαγγελματικής τους εμπλοκής στο αθλητικό στερέωμα (Chelladurai & Kuga, 1996). Για παράδειγμα συμπεριφορές προπονητών/τριών όπως αγενής/προσβλητική αντιμετώπιση, άδικη μεταχείριση, ελλιπής ενθάρρυνση, χρησιμοποίηση σκληρής και απότομης γλώσσας, υιοθέτηση αρνητικού κλίματος και μη ευχάριστο σε επίπεδο προπόνησης, καθώς επίσης χρησιμοποίηση αυστηρού και αυταρχικού τρόπου επικοινωνίας δείχνουν να σχετίζονται με την απομάκρυνση κυρίως αθλητριών από τον αθλητισμό (Stewart & Taylor, 2000). Δεδομένα από την Ελλάδα (Kourtesopoulou, Kriemadis, Papaioannou & Terzoudis, 2008) έρχονται να ενισχύσουν αυτή τη διαπίστωση με τις Ελληνίδες αθλήτριες να αναφέρουν ως κύριους ανασταλτικούς παράγοντες της μελλοντικής τους ενασχόλησης με τον αθλητισμό σε επίπεδο προπονητικό και διοικητικό την έλλειψη ενδιαφέροντος, την έλλειψη σεβασμού στο γυναικείο φύλο αλλά και την ευρέως διαδεδομένη αντίληψη ότι ο χώρος του αθλητισμού κυριαρχείται από άνδρες.

Η σημαίνουσα σχέση ανάμεσα σε προπονητή/τρια και αθλητή/τρια επισημαίνεται με την σημαντική επίδραση παραγόντων όπως η αίσθηση της φροντίδας, της προτίμησης, της εκτίμησης, όπως επίσης και η εμπιστοσύνη ανάμεσα σε αθλητή/τρια και προπονητή τόσο σε ενδο-προσωπικό επίπεδο (π.χ. δημιουργικότητα, καθορισμό στόχων) όσο και σε δια-προσωπικό επίπεδο της σχέσης τους φέρνοντας το παράδειγμα της εναρμόνισης και της διατήρησης των σχέσεων τους (Jowett & Meek, 2002; Kenow & Williams, 1999). Σε πιο πρόσφατη έρευνα των Jowett και Cockerill (2003), αναφέρεται ότι προπονητής και αθλητής μοιράζονται κοινούς στόχους, αξίες και πιστεύω, ως αποτέλεσμα των ανοικτών καναλιών επικοινωνίας που έχουν. Η ανταλλαγή γνώσεων και πληροφοριών, καθώς επίσης η αμοιβαία κατανόηση που απορρέει από τους κοινούς στόχους αλλά και από την κοινωνική επιρροή, καθιστά τους αθλητές και προπονητές ικανούς να ανταποκρίνονται με ευαισθησία ο ένας στις ανάγκες του άλλου, στις προσδοκίες και σε τυχόν προβλήματα. Τέλος, οι ίδιοι

ερευνητές αναφέρουν ότι οι αλληλο-συμπληρωματικοί ρόλοι, τα καθήκοντα και η υποστήριξη παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διατήρηση μιας σχέσης από την οποία θα επιτευχθούν κοινοί στόχοι (Jowett & Cockerill, 2003).

Οι ερευνήτριες Kenow και Williams (1999) αναφέρουν, ότι αθλήτριες που νιώθουν περισσότερο συνδεδεμένες με τον προπονητή τους βιώνουν λιγότερο αρνητικές γνωστικές και σωματικές επιδράσεις από την συμπεριφορά του προπονητή κατά τη διάρκεια έντονων αγωνιστικών καταστάσεων. Ακόμη, νιώθουν να υποστηρίζονται σε μεγαλύτερο βαθμό από αυτόν και εκτιμούν τις επικοινωνιακές σχέσεις που αναπτύσσονται ανάμεσά τους. Αντίστοιχα, οι Pelletier, Fortier, Vallerand και Briere, (2001) διαπίστωσαν ότι η δυνατότητα επιλογών, ο καθορισμός σοβαρών προπονητικών στόχων και ο περιορισμός πίεσης για υψηλή απόδοση από την πλευρά του προπονητή και της προπονήτριας, επηρεάζουν το βαθμό αλλά και την ποιότητα ενσωμάτωσης και ένταξης των αθλητών/αθλητριών στο άθλημα της κολύμβησης. Κατά τους Barnett, Smoll και Smith (1992), οι συμπεριφορές που αφορούν τη συμμετοχή των αθλητών στην προπονητική διαδικασία, στην ανάπτυξη συνοχής στην ομάδα, αλλά και στην τεχνική καθοδήγηση και οι οποίες είναι προσανατολισμένες στην επιτυχία, συνδέονται με μικρότερα ποσοστά εγκατάλειψης του αθλήματος. Επιπρόσθετα, η συνεργασία ανάμεσα σε αθλητή και προπονητή του ίδιου φύλου, όπως στην έρευνα των Everhart και Chelladurai (1998), έδειξε ότι αθλήτριες που συνεργάζονται με προπονήτριες, βίωναν λιγότερη άνιση μεταχείριση και ήταν περισσότερο διατεθειμένες να ασχοληθούν μελλοντικά με την προπονητική από ότι αθλήτριες που δούλευαν με προπονητές.

Αντιλήψεις αθλητών/τριών για συμπεριφορές προπονητών και προπονητριών.

Τα αποτελέσματα της έρευνας του Haselwood και συνεργατών του (2005) έδειξαν ότι οι αθλήτριες αντιλαμβάνονται τις προπονήτριες ως λιγότερο αποτελεσματικές από ότι οι άνδρες προπονητές, όσο αφορά το επίπεδο ξεκάθαρης επικοινωνίας μεταξύ τους. Παρά την άποψη αυτή, οι προπονήτριες θεωρούνται πιο συγκαταβατικές και θετικές στην αντιμετώπιση κρίσιμων καταστάσεων. Από την άλλη πλευρά, οι προπονητές θεωρούνται ικανοί να στέλνουν ξεκάθαρα μηνύματα και επιδέξιοι να υποστηρίξουν και να εμπυχώσουν τους αθλητές. Αναφορικά με την επικοινωνία που επιτυγχάνεται μέσα στη σχέση αθλητή-προπονητή, οι αθλητές κολύμβησης υψηλού αγωνιστικού επιπέδου (Philippe & Seiler, 2006) φαίνεται να δίνουν μεγάλη σημασία στη λεκτική επικοινωνία με τον προπονητή (επαγγελματικής και προσωπικής φύσεως) σε αντίθεση με τις αθλήτριες Ολυμπιονίκες (Jowett & Cockerill, 2003), οι οποίες δεν ανακαλούν στη μνήμη τους να έχουν ανεπίσημες/προσωπικές συζητήσεις με τους προπονητές τους. Η προτίμηση για τη μορφή επικοινωνίας που αναπτύσσουν οι αθλητές με τους προπονητές φαίνεται να διαφοροποιείται ως προς το φύλο του αθλητή.

Σύμφωνα με τη Barber (1998), οι γυναίκες προπονήτριες θεωρούνται πιο ικανές στην εκμάθηση δεξιοτήτων συγκρινόμενες με άνδρες προπονητές, δίνοντας εξίσου μεγάλη σημασία στη βελτίωση τόσο του ίδιου του αθλητή/τριας όσο και των δικών τους προπονητικών ικανοτήτων. Έρευνα των Seiler, Kevesligeti και Valley (1999) έδειξε ότι στο πλαίσιο συνεργασίας με αθλητές και αθλήτριες οι προπονήτριες αναλαμβάνουν ρόλους που παραπέμπουν σε πιο ανδροπρεπή χαρακτηριστικά, όπως η ηγεσία και η λήψη αποφάσεων, ενώ οι προπονητές αναλαμβάνουν ρόλους περισσότερο με θηλυπρεπή χαρακτηριστικά όπως η ικανότητα να ακούνε προσεκτικά όταν επικοινωνούν. Επίσης, από τη πλευρά των προπονητών υπάρχει η παραδοχή ότι

όταν προπονούν γυναικείες ομάδες χρησιμοποιούν περισσότερη θετική ανατροφοδότηση από ότι σε ανδρικές ομάδες (Mondello & Jenelle, 2001).

Οι Fasting και Pfister (2000) διερεύνησαν σε τέσσερις (4) Ευρωπαϊκές χώρες τα βιώματα και τις αντιλήψεις αθλητριών υψηλού αγωνιστικού επιπέδου στο πλαίσιο συνεργασίας τους με προπονητές και προπονήτριες. Μολονότι υπήρχαν διαφορές αντιλήψεων ανάμεσα στις συμμετέχουσες αθλήτριες, υπήρχαν και κάποια κοινά σημεία όταν αναφέρονταν σε άνδρες προπονητές. Κοινά σημεία ήταν: ο χαρακτηρισμός της επικοινωνίας αλλά και της αλληλοεπίδρασης του προπονητή με τις αθλήτριες ως ανδροπρεπή, η χρησιμοποίηση σκληρής και απότομης γλώσσας και συμπεριφοράς και η αίσθηση ότι δεν τους δίνεται η πρέπουσα σημασία. Σε γενικότερες γραμμές, οι αθλήτριες ανέφεραν στις συνεντεύξεις ότι είναι περισσότερο ικανοποιημένες από τις γυναίκες προπονήτριες και κυρίως από τον τρόπο επικοινωνίας με αυτές, οι οποίες δείχνουν κατανόηση και φροντίδα. Αναφέρθηκε ακόμη, η αντίληψη ότι οι προπονήτριες είναι καλύτεροι ψυχολόγοι και κατανοούν τη φύση της γυναίκας και τις ιδιαιτερότητες της.

Πολλές διαφορετικές αντιλήψεις συμπεριφορών απαντώνται σε αθλητές και αθλήτριες που συμμετέχουν σε ατομικά και ομαδικά αθλήματα. Στην έρευνα των Hollembeak και Amorose (2005), βρέθηκε ότι αθλητές και αθλήτριες ατομικών αθλημάτων ένιωθαν μεγαλύτερη άνεση στη σχέση τους με τον/την προπονητή/τρια και αντιλαμβάνονταν μια πιο δημοκρατική συμπεριφορά του προπονητή συγκρινόμενοι με τους αθλητές/τριες ομαδικών αθλημάτων. Αντίστοιχα στο πλαίσιο των ομαδικών αθλημάτων, αναφέρθηκε υψηλότερη εμφάνιση συμπεριφορών που αφορούσαν την αυταρχική μορφή ηγεσίας. Εξίσου διαφορές προτίμησης συμπεριφορών εντοπίζονται σε αθλητές/τριες διαφορετικού αγωνιστικού επιπέδου, με τους αρχάριους αθλητές να αναζητούν περισσότερη επιβράβευση (Turman, 2006).

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση των εμπειριών Ελληνίδων αθλητριών που καλλιεργήθηκαν από τη συνεργασία τους με προπονητές και προπονήτριες. Πιο συγκεκριμένα, καταγράφηκαν εμπειρίες και απόψεις των αθλητριών σχετικές με συμπεριφορές και τρόπους επικοινωνίας που εκδηλώνονται από προπονητές και προπονήτριες και εξετάστηκαν πιθανές διαφορές μεταξύ ελίτ και μη-ελίτ αθλητριών αλλά και μεταξύ αθλητριών που προπονούνται και αγωνίζονται σε ομαδικά και ατομικά αθλήματα. Λαμβάνοντας υπόψη τις έρευνες στο διεθνή χώρο, αλλά και την απουσία ερευνών στην Ελλάδα, υποθέτουμε ότι θα υπάρχουν διαφορές στις απόψεις των αθλητριών για τις συμπεριφορές και τρόπους επικοινωνίας που εκδηλώνονται από προπονητές και προπονήτριες χωρίς όμως να μπορούμε να προβλέψουμε την κατεύθυνση των διαφορών.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Συμμετέχουσες

Στην έρευνα συμμετείχαν 181 αθλήτριες προερχόμενες από τα παρακάτω αθλήματα: στίβο ($N_1 = 51$), καλαθοσφαίριση ($N_2 = 33$), χειροσφαίριση ($N_3 = 25$), κολύμβηση ($N_4 = 12$), κωπηλασία ($N_5 = 10$), πετοσφαίριση ($N_6 = 9$), ξιφασκία ($N_7 = 8$), ενόργανη γυμναστική ($N_8 = 8$), χιονοδρομία ($N_9 = 7$), σόφτμπολ ($N_{10} = 5$), και άλλα αθλήματα $N_{11} = 8$ (Άρση βαρών, ποδόσφαιρο, ιππασία, πολεμικές τέχνες, καγιάκ και τένις). Το δείγμα της έρευνας ήταν τυχαίο ως προς την επιλογή των αθλημάτων, ενώ οι

συμμετέχουσες αθλήτριες προέρχονταν από 4 μεγάλες πόλεις (Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Κομοτηνή, Τρίκαλα).

Οι ηλικίες των αθλητριών κυμαίνονταν από 15 έως 35 χρόνια (*M.O.* = 21,77, *T.A.* = 3,39 έτη) και ο μέσος όρος των προπονήσεων που έκαναν ανά εβδομάδα ήταν 5,5 (*T.A.* = 1, 93). Ως προς το επίπεδο αγώνων στο οποίο είχαν συμμετάσχει κατά τα τελευταία δύο χρόνια: το 38,7% (*N* = 70) συμμετείχε σε διεθνείς αγώνες (Ολυμπιακούς αγώνες, Παγκόσμια ή Ευρωπαϊκά Κύπελλα/Πρωταθλήματα), το 51,4% (*N* = 93) σε αγώνες εθνικού επιπέδου, το 2,8% (*N* = 5) συμμετείχε σε τοπικούς αγώνες και το 7,2% (*N* = 13) σε αγώνες επιπέδου συλλόγου. Από το σύνολο των αθλητριών, το 77,3% ήταν φοιτήτριες, το 14,4% εργαζόμενες και ένα 8,3% άνεργες. Οι κύριοι οικονομικοί πόροι για τις συμμετέχουσες ήταν η υποστήριξη της οικογένειας σε ποσοστό 72,4%, η υποστήριξη από το συλλόγου σε ποσοστό 18,8% και σε ποσοστό 8,8% οι μηνιαίες απολαβές από σώματα ασφαλείας (π.χ., αστυνομία, λιμενικό, στρατός, πυροσβεστική).

Συλλογή Δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων έγινε με ερωτηματολόγιο που κατασκευάστηκε από τις Fasting και Brackenridge (2000) βασιζόμενο σε προηγούμενες έρευνες τους (Brackenridge, 1997; Fasting Brackenridge, & Sundgot-Borgen., 2000). Τα θέματα προήλθαν από δεδομένα συνεντεύξεων και παρουσιάζονται με τη μορφή διατυπώσεων πάνω στα οποία ζητούνταν οι εμπειρίες και οι θέσεις των αθλητριών μέσα από απαντήσεις πολλαπλών επιλογών. Για τη μετάφραση του ερωτηματολογίου οι Chroni και Fasting (2005 August) ακολούθησαν τα παρακάτω βήματα: (1) μετάφραση από τα αγγλικά στα ελληνικά, (2) μετάφραση από τα ελληνικά στα αγγλικά από δύο άτομα με ευχέρεια και στις δύο γλώσσες (διδαστορικό πτυχίο από αγγλόφωνο πανεπιστήμιο), (3) αξιολόγηση από τρεις αθλητικούς ψυχολόγους, pre-test σε 10 γυναίκες και δια-πολιτισμική εκτίμηση για την προσαρμογή του στην ελληνική κουλτούρα. Η εγκυρότητα περιεχομένου του ερωτηματολογίου, αλλά και η αξιοπιστία χρησιμοποίησής του δεν έχουν εξεταστεί καθώς οι πληροφορίες που συλλέγονται αφορούν προσωπικά βιώματα και αντιλήψεις.

Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου αποτελείται από δημογραφικές ερωτήσεις που αφορούν: το είδος του αθλήματος (ατομικό-ομαδικό), το αγωνιστικό επίπεδο όπου συμμετείχε η αθλήτρια τα τελευταία 1-2 χρόνια, τον αριθμό των προπονήσεων που κάνει μέσα στην εβδομάδα, την ηλικία, την οικονομική και επαγγελματική της κατάσταση, το φύλο του τωρινού προπονητή της, κ.α. Το δεύτερο μέρος του ερωτηματολογίου περιλαμβάνει:

- i. Οκτώ (8) διατυπώσεις σχετικές με τις συμπεριφορές των προπονητών/τριών κατά τη συνεργασία με αθλήτριες όπως 'οι προπονητές είναι πιο σκληροί και απότομοι από τις προπονήτριες', 'οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο από τους προπονητές για τις αθλήτριες ως άτομα'. Η αθλήτρια επέλεγε να απαντήσει μεταξύ 'διαφωνώ', 'συμφωνώ', και 'δε γνωρίζω'.
- ii. Μια (1) ερώτηση εκδήλωσης της προτίμησης της αθλήτριας να συνεργάζεται με προπονητή ή προπονήτρια.
- iii. Οκτώ (8) διατυπώσεις αναφορικά με τους τρόπους επικοινωνίας που χρησιμοποιούν προπονητές και προπονήτριες στις συνεργασίες τους. Παράδειγμα, 'καλές επικοινωνιακές δεξιότητες', 'επιτρέπει στους αθλητές/τριες να επηρεάσουν τη λήψη αποφάσεων', 'χρησιμοποιεί σκληρή και απότομη γλώσσα', κ.α. Οι αθλήτριες της έρευνας σημείωναν εάν είχαν

βιώσει αυτούς τους τρόπους επικοινωνίας είτε 'από προπονητή', είτε 'από προπονήτρια', 'και από τους δύο'.

Ερευνητική διαδικασία

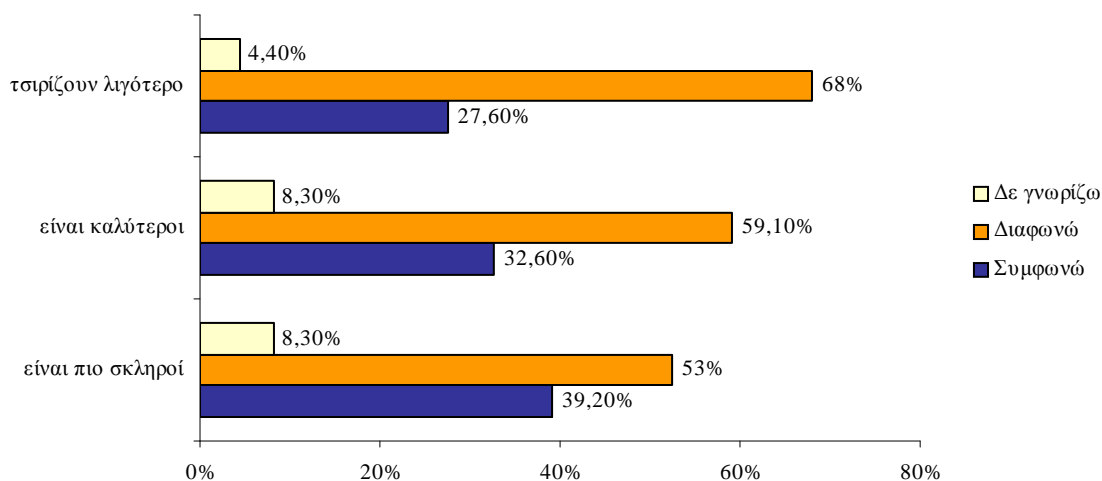
Οι αθλήτριες προσεγγίστηκαν στους χώρους των αθλητικών εγκαταστάσεων όπου προπονούσαν. Η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων έγινε με απουσία των προπονητών /τριών. Η παρευρισκόμενη ερευνήτρια έδωσε τις απαραίτητες οδηγίες και όσες διευκρινήσεις της ζητήθηκαν, αφού ενημέρωσε τις αθλήτριες ότι, η συμμετοχή τους στην έρευνα ήταν εθελοντική, ανώνυμη και εμπιστευτική. Το θέμα της εμπιστευτικότητας κρίθηκε πολύ σημαντικό για κάθε αθλήτρια που συμμετείχε τηρήθηκε μέσα από την ανώνυμη συμπλήρωση, ενώ η εμπιστευτικότητα για κάθε άθλημα παρέχεται από τη παρουσίαση των αποτελεσμάτων με τρόπο που καθιστά αδύνατη την αναγνώριση προσώπων, και αθλημάτων (ομαδικά-ατομικά, ελίτ-μη-ελίτ).

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το 54% των αθλητριών που συμμετείχε στην παρούσα έρευνα προέρχονταν από ατομικά και το 46% από ομαδικά αθλήματα. Ως προς το αγωνιστικό τους επίπεδο, στην κατηγορία υψηλού αγωνιστικού επιπέδου (ελίτ) συμπεριλήφθηκε το 37% των αθλητριών με κριτήρια τη συμμετοχή τους κατά τα τελευταία 1-2 χρόνια σε Ολυμπιακούς αγώνες ή/και Παγκόσμια/Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα/Κύπελλα και προπόνηση το ελάχιστο τέσσερις (4) φορές την εβδομάδα. Στην κατηγορία μη-ελίτ συμπεριλήφθηκε το 63% των αθλητριών, οι οποίες δεν πληρούσαν και τα δυο παραπάνω κριτήρια. Από τις 181 αθλήτριες που συμμετείχαν, κατά τη φάση συλλογής των δεδομένων το 70% δούλευε με άνδρα προπονητή και το 25% με γυναίκα, ενώ ένα ποσοστό 5% δήλωσε ότι δεν είχε προπονητή/τρια. Ο αριθμός των προπονητών/τριών που οι αθλήτριες της έρευνας είχαν συνεργαστεί κατά τη διάρκεια της αθλητικής τους καριέρας ήταν κατά μέσο όρο 4,1 προπονητές ($T.A. = 3,2$) και 2,1 προπονήτριες ($T.A. = 1,3$). Σχετικά με την προτίμησή τους ως προς το φύλο του προπονητή που θα ήθελαν να συνεργαστούν, το 54% των αθλητριών δήλωσε ότι δεν είχε προτίμηση, το 36,5% ότι θα προτιμούσε άνδρα προπονητή και το 8,3% ότι θα ήθελε να δουλέψει με γυναίκα.

Αναφορικά με τους τρόπους συμπεριφοράς των προπονητών στις συνεργασίες τους, η πλειοψηφία των αθλητριών διαφώνησε με τις θέσεις που διατυπώνονταν στο ερωτηματολόγιο. Πιο συγκεκριμένα σε ποσοστό 68% διαφωνούν με το ότι οι προπονητές φωνάζουν λιγότερο από τις προπονήτριες, σε ποσοστό 59% με το ότι οι προπονητές είναι καλύτεροι από τις προπονήτριες και σε ποσοστό 53% διαφωνούν ότι οι προπονητές είναι πιο σκληροί και απότομοι απ' ό,τι οι προπονήτριες. Τα ποσοστά των απόψεων των αθλητριών παρουσιάζονται αναλυτικά στο Γράφημα 1.

Γράφημα 1. Απόψεις αθλητριών για τους τρόπους συμπεριφοράς των προπονητών.

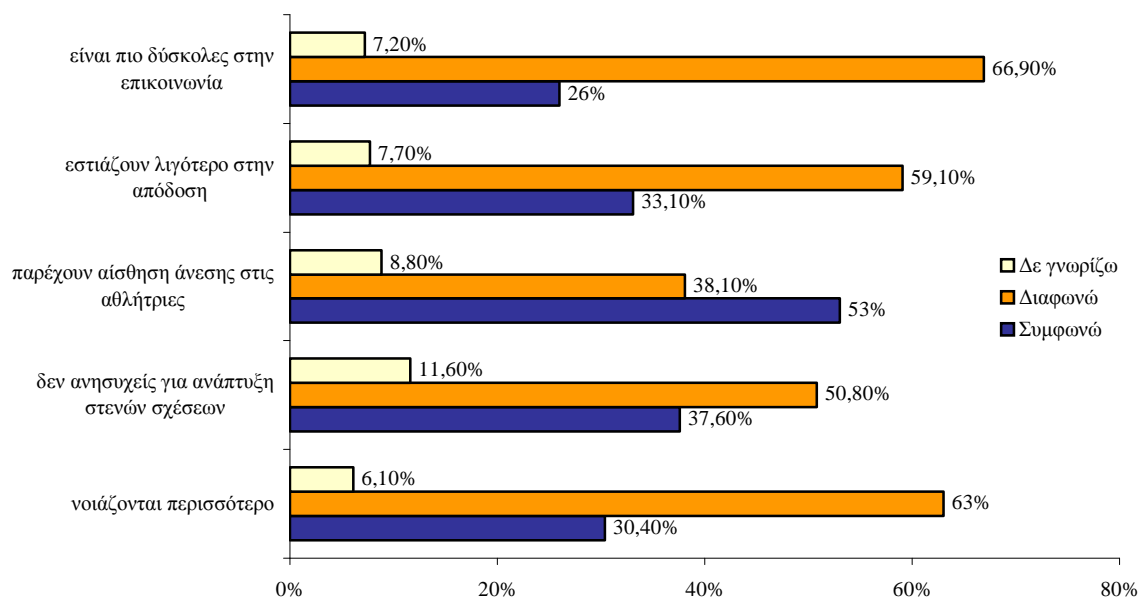


Αναφορικά με τις συμπεριφορές των προπονητριών στις συνεργασίες τους, η πλειοψηφία των αθλητριών διαφώνησε σε τέσσερις από τις πέντε απόψεις που παρουσιάζονταν στο ερωτηματολόγιο. Πιο συγκεκριμένα, οι αθλήτριες σε ποσοστό 67% δε συμφωνούν με τη θέση ότι είναι πιο δύσκολο να επικοινωνήσεις με προπονήτριες απ' ό,τι με προπονητές, σε ποσοστό 59% διαφωνούν ότι οι προπονήτριες εστιάζουν λιγότερο στην απόδοση, σε ποσοστό 51% διαφωνούν με το ότι με τις προπονήτριες δε χρειάζεται να ανησυχούν για την ανάπτυξη στενών προσωπικών σχέσεων και τέλος σε ποσοστό 63% δε συμφωνούν ότι οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο απ' ό,τι οι προπονητές για τις αθλήτριες τους ως άτομα. Απ' την άλλη, το 53% των αθλητριών συμφωνούσε με τη διαπίστωση ότι γυναίκες και κορίτσια νιώθουν πιο άνετα με τις προπονήτριες. Τα αναλυτικά ποσοστά των απόψεων των αθλητριών για τις συμπεριφορές των προπονητριών φαίνονται στο Γράφημα 2.

Πιθανές διαφορές μεταξύ ελίτ και μη-ελίτ αλλά και αθλητριών ατομικών και ομαδικών αθλημάτων εξετάστηκαν με αναλύσεις chi-square (χ^2). Οι αναλύσεις έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ($p < .05$) ανάμεσα σε ελίτ και μη-ελίτ αθλήτριες ως προς τις ακόλουθες θέσεις: (α) οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο από τους προπονητές για τις αθλήτριες σαν άτομα ($\chi^2 (1, N = 103) = 6.83, p = .009$), και (β) είναι πιο δύσκολο να επικοινωνήσεις με προπονήτριες από ό,τι με προπονητές ($\chi^2 (1, N = 99) = 5.73, p = .017$). Και στα δυο θέματα, οι ελίτ αθλήτριες εμφάνισαν υψηλότερες τιμές από ό,τι οι μη-ελίτ. Στατιστικά σημαντικές διαφορές για τις αθλήτριες ομαδικών και ατομικών αθλημάτων δε βρέθηκαν ($p > .05$).

Τα βιώματα των αθλητριών αναφορικά με τους τρόπους επικοινωνίας που χρησιμοποιούν προπονητές και προπονήτριες στις συνεργασίες τους παρουσιάζονται και αυτά με περιγραφικά στατιστικά στο Γράφημα 3, ενώ οι όποιες διαφορές εξετάστηκαν με αναλύσεις chi-square (χ^2).

Γράφημα 2. Απόψεις αθλητριών για τους τρόπους συμπεριφοράς των προπονητριών.



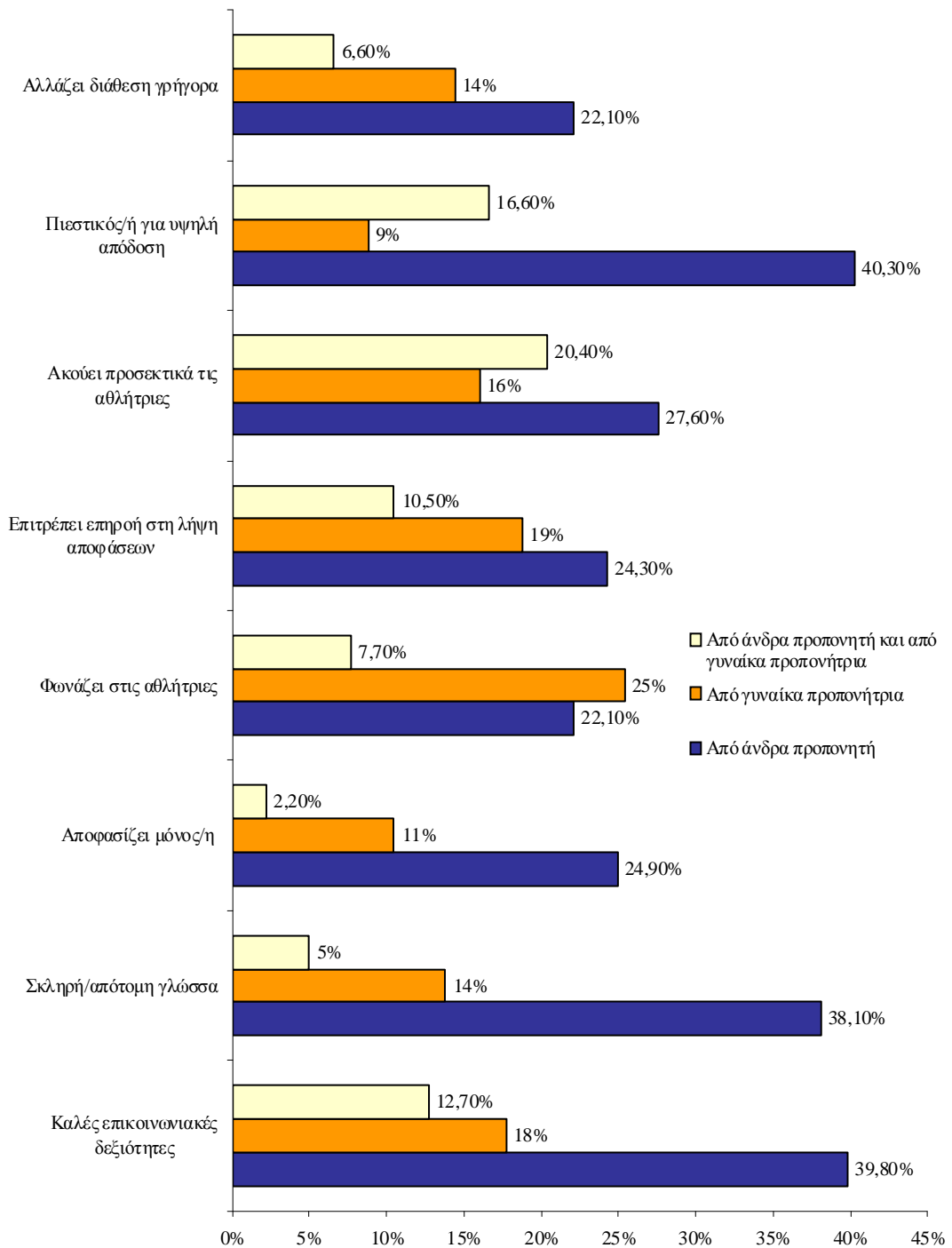
Τα μεγαλύτερα ποσοστά καταγράφηκαν για: α) την πίεση που ασκεί ο προπονητής για υψηλή απόδοση (40,3%), β) τις καλές επικοινωνιακές δεξιότητες (39,8%) και γ) τη χρήση σκληρής/απότομης γλώσσας (38,1%). Αντίστοιχα, τα υψηλότερα ποσοστά συχνοτήτων που αναφέρουν για τρόπους συμπεριφοράς που έχουν βιώσει στη συνεργασία με προπονήτριες είναι τα ακόλουθα: α) φωνάζουν στις αθλήτριες (25,4%), β) επιτρέπουν την επιρροή των αθλητριών στη λήψη αποφάσεων (19%) και γ) επιδεικνύουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες (17,7%). Παρόμοια, οι αθλήτριες αναγνώρισαν ότι τόσο οι προπονητές όσο και οι προπονήτριες α) ακούνε προσεκτικά τις αθλήτριες (20,4%), β) είναι πειστικοί για υψηλή απόδοση (16,6) και γ) διαθέτουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες (12,7%).

Αναλύσεις χ^2 έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ($p < .05$) μεταξύ αθλητριών ατομικών και ομαδικών αθλημάτων αναφορικά με συμπεριφορές που είχαν βιώσει κυρίως από προπονητές. Πιο συγκεκριμένα, αθλήτριες ατομικών αθλημάτων δήλωσαν ότι είχαν περισσότερα βιώματα από προπονητές με 'καλές επικοινωνιακές δεξιότητες' ($\chi^2 (4, N = 181) = 12.81, p = .012$), που 'επιτρέπουν τις αθλήτριες να επηρεάσουν τη λήψη αποφάσεων' ($\chi^2 (4, N = 181) = 20.14, p = .000$), που 'ακούν προσεκτικά' ($\chi^2 (4, N = 181) = 11.20, p = .024$) και που 'πιέζουν για υψηλή απόδοση' ($\chi^2 (4, N = 181) = 14.75, p = .005$). Από προπονήτριες ανέφεραν περισσότερα βιώματα, έναντι των ομαδικών αθλημάτων αναφορικά με το ότι 'φωνάζουν στις αθλήτριες' ($\chi^2 (4, N = 181) = 13.98, p = .007$).

Οι αθλήτριες ομαδικών αθλημάτων αντίστοιχα κατέγραψαν περισσότερα βιώματα συνεργασίας με προπονητές που χρησιμοποιούν 'σκληρή και απότομη γλώσσα' ($\chi^2 (4, N = 181) = 15.65, p = .004$), 'αποφασίζουν τα πάντα μόνοι' ($\chi^2 (4, N = 181) = 9.81, p = .044$) και 'αλλάζουν διάθεση γρήγορα' ($\chi^2 (4, N = 181) = 18.18, p = .001$). Επίσης, οι ελίτ αθλήτριες διέφεραν σημαντικά από τις μη ελίτ, έχοντας περισσότερα

βιώματα από προπονητές που χρησιμοποιούν 'σκληρή και απότομη γλώσσα' (χ^2 (4, N = 181) = 14.09, p = .007).

Γράφημα 3. Βιώματα αθλητριών για τους τρόπους επικοινωνίας που χρησιμοποιούν οι προπονητές και οι προπονήτριες στις συνεργασίες τους.



ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στην παρούσα έρευνα καταγράφηκαν εμπειρίες και απόψεις των Ελληνίδων αθλητριών σχετικές με τις συμπεριφορές και τους τρόπους επικοινωνίας που εκδηλώνονται από προπονητές και προπονήτριες και εξετάστηκαν πιθανές διαφορές μεταξύ ελίτ και μη-ελίτ αθλητριών αλλά και μεταξύ αθλητριών ομαδικών και ατομικών αθλημάτων. Εξετάζοντας την συχνότητα απαντήσεων που αφορούσαν τις συμπεριφορές προπονητών, οι αθλήτριες συμφωνούν ότι δεν είναι σκληροί/απότομοι, ωστόσο 'φωνάζουν' περισσότερο συγκριτικά με τις προπονήτριες και δείχνουν μια προτίμηση σε γυναίκες προπονήτριες πιστεύοντας ότι είναι καλύτερες από τους άνδρες προπονητές. Η προτίμηση αυτή των αθλητριών προς τις γυναίκες προπονήτριες και η αίσθηση μεγαλύτερης άνεσης απέναντί τους, συμφωνούν με τα αποτελέσματα των Fasting και Pfister (2000), σε έρευνα που διεξήχθη σε αθλήτριες στη Νορβηγία που έδειξαν να είναι περισσότερο ικανοποιημένες από τη συνεργασία τους με προπονήτριες που κατανοούν τη φύση της γυναίκας και τις ιδιαιτερότητές της. Πιο συγκεκριμένα οι Ελληνίδες αθλήτριες συμφωνούν ότι αισθάνονται περισσότερη άνεση με τις προπονήτριες, όμως διαφωνούν στο ότι νοιάζονται περισσότερο από ότι οι προπονητές, στο ότι δε χρειάζεται να ανησυχούν για την ανάπτυξη στενών σχέσεων, στο ότι εστιάζουν λιγότερο στην απόδοση και στο ότι είναι δύσκολες στην επικοινωνία. Η εκτίμηση της δυσκολίας στην επικοινωνία με τις προπονήτριες τείνει να συμφωνεί με τα αποτελέσματα των Haselwood και συνεργατών (2005) όπου αναφέρεται ότι οι προπονήτριες θεωρούνται λιγότερο αποτελεσματικές από ότι άνδρες προπονητές, όσον αφορά το επίπεδο ξεκάθαρης επικοινωνίας.

Οι απόψεις των αθλητριών αναφορικά με τις συμπεριφορές και θέσεις των προπονητών/τριών διέφεραν μόνο ως προς το αγωνιστικό επίπεδο στο οποίο αγωνίζονταν και όχι ως προς το είδος του αθλήματος. Πιο συγκεκριμένα οι ελίτ αθλήτριες υποστηρίζουν ότι 'οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο από τους προπονητές για τις αθλήτριες σαν άτομα' και ότι 'είναι πιο δύσκολο να επικοινωνήσεις με προπονήτριες από ότι με προπονητές'. Η αντίληψη ότι οι προπονήτριες νοιάζονται περισσότερο για τον ίδιο τον αθλητή/τρια και τις ιδιαιτερότητες του/της απαντιέται εξίσου από Νορβηγικές αθλήτριες υψηλού αγωνιστικού επιπέδου, αναγνωρίζοντας ότι οι προπονήτριες είναι καλύτεροι ψυχολόγοι και κατανοούν τη φύση της γυναίκας και τις ιδιαιτερότητες της (Fasting & Pfister, 2000). Αντίστοιχα, η Barber (1998) αναφέρει ότι οι προπονήτριες δίνουν μεγάλη σημασία στην βελτίωση του ίδιου του αθλητή/τριας, γεγονός που υποστήριξαν πρόσφατα και οι Vallee και Bloom (2005) από τη πλευρά των ίδιων των προπονητριών, οι οποίες επιδιώκουν μια σχέση με τον αθλητή/τρια βασισμένη στην φροντίδα όσο αφορά το άτομο το ίδιο, αναγνωρίζοντας τις ιδιαιτερότητες κάθε αθλητή/τριας ξεχωριστά. Ενώ η αντιλαμβανόμενη από τις αθλήτριες δυσχέρεια σε επίπεδο επικοινωνίας με τις προπονήτριες συναντιέται και σε επίπεδο πανεπιστημιακού αθλητισμού στην έρευνα των Haselwood και συνεργατών (2005).

Αναφορικά με τα βιώματα συμπεριφορών των αθλητριών από προπονητές, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι από την πλευρά των προπονητών υπάρχει πίεση για υψηλή απόδοση, καλές επικοινωνιακές δεξιότητες και χρησιμοποίηση σκληρής και απότομης γλώσσας. Η διαπίστωση ότι οι προπονητές διαθέτουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες συμφωνεί με τους Haselwood και συνεργάτες (2005), οι οποίοι αναφέρουν ότι οι προπονητές θεωρούνται ικανοί στο να στέλνουν ξεκάθαρα μηνύματα. Επίσης υποστηρίζεται (Seiler, Kevesligeti, & Valley, 1999) ότι όταν οι προπονητές συνεργάζονται προπονητικά με αθλήτριες, υιοθετούν συμπεριφορές με περισσότερο

θηλυπρεπή χαρακτηριστικά όπως την ικανότητα να ακούνε προσεκτικά. Ενώ σε μικρότερα ποσοστά οι αθλήτριες αναφέρουν το προσεκτικό άκουσμα των αθλητριών, τη λήψη αποφάσεων από τον ίδιο τον προπονητή, την επιρροή των αθλητριών στη λήψη αποφάσεων, τις φωνές και την ευμετάβλητη διάθεση του προπονητή. Αντίστοιχα βιώματα των αθλητριών από γυναίκες προπονήτριες δείχνουν ότι οι προπονήτριες 'φωνάζουν', αλλά και επιτρέπουν την επιρροή των αθλητριών στη λήψη αποφάσεων και διαθέτουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες. Σε μικρότερα ποσοστά αναφέρουν ότι οι προπονήτριες ακούνε προσεκτικά τις αθλήτριες, αλλάζουν διάθεση γρήγορα, χρησιμοποιούν σκληρή και απότομη γλώσσα, αποφασίζουν μόνες τους και ασκούν πίεση για υψηλή απόδοση.

Εξετάζοντας πιθανή διαφοροποίηση στα βιώματα συμπεριφορών ως προς το αγωνιστικό επίπεδο και το είδος αθλήματος διαπιστώθηκαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε αθλήτριες που προέρχονταν από ατομικά και ομαδικά αθλήματα και όχι ανάμεσα σε ελίτ και μη-ελίτ αθλήτριες. Στα ατομικά αθλήματα οι αθλήτριες βιώνουν καλύτερες επικοινωνιακές δεξιότητες, εμφανίζουν υψηλότερο βαθμό επιρροής στη λήψη αποφάσεων, πιο προσεκτικό άκουσμα από τον προπονητή αλλά και μεγαλύτερη πίεση για υψηλή απόδοση, συγκριτικά με τα ομαδικά αθλήματα. Ενώ αθλήτριες που προέρχονταν από ομαδικά αθλήματα ανέφεραν τη χρήση πιο σκληρής/απότομης γλώσσας και πιο συχνής αλλαγής διάθεσης της προπονήτριας συγκριτικά με τα ατομικά αθλήματα. Παρόμοια διαφοροποίηση συμπεριφορών από προπονητές/τριες ανάμεσα σε ομαδικά και ατομικά αναφέρουν οι Hollembeak και Amorose (2005), με τους αθλητές/τριες ατομικών αθλημάτων να νιώθουν μεγαλύτερη άνεση με το προπονητή και να αντιλαμβάνονται μια πιο δημοκρατική συμπεριφορά.

Συνοψίζοντας, οι προπονητές στα μάτια των αθλητριών δείχνουν πειστικοί για υψηλή απόδοση, σκληροί/απότομοι στη χρησιμοποίηση γλώσσας αλλά και καλοί στην επικοινωνία με τις αθλήτριες. Αντίστοιχα οι προπονήτριες φωνάζουν αρκετά, επιτρέποντας επιρροή των αθλητριών στη λήψη αποφάσεων και διαθέτουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες. Παρόλο που στην πλειοψηφία τους οι αθλήτριες προτιμούν να συνεργάζονται με άνδρα προπονητή, ωστόσο δείχνουν να νιώθουν περισσότερη άνεση με τις προπονήτριες και να απολαμβάνουν τη συνεργασία σε προπονητικό επίπεδο αλλά και σε προσωπικό. Μια πιθανή ερμηνεία προτίμησης συνεργασίας με προπονητές ενδεχομένως να ερμηνεύεται από την ελλιπή παρουσία των γυναικών στο χώρο της προπονητικής που οδηγεί σε απουσία υιοθέτησης πρότυπων ρόλων προπονητριών στο χώρο του αθλητισμού, λαμβάνοντας επίσης υπόψη ότι το 70% των αθλητριών στην έρευνα ανέφερε ότι είχε άνδρα προπονητή. Καθότι η σχέση ανάμεσα σε προπονητή/τρια και αθλητή/τρια είναι δέουσας σημασίας για την αθλητική πορεία και τον καθορισμό κοινών στόχων, η προτίμηση αυτή του φύλου συνεργασίας πιθανά να απορρέει από τη διαφορετικότητα ανάμεσα στα δυο φύλα, τόσο σε επίπεδο προπονητή αλλά και σε επίπεδο αθλητή.

Επίσης, το αγωνιστικό επίπεδο αλλά και το είδος αθλήματος (ατομικό-ομαδικό) έδειξε να διαφοροποιεί το βαθμό αντίληψης των συμπεριφορών που υιοθετούνται από τους προπονητές/τριες. Μια πιθανή ερμηνεία, ως προς τις διαφορές λόγω αγωνιστικού επιπέδου είναι ο διαφορετικός δεσμός αθλήτριας και προπονητή/τριας που αναπτύσσεται στον πρωταθλητισμό συγκριτικά με τον ερασιτεχνικό αθλητισμό, όπου υπάρχει διαφορετική αντιμετώπιση των αθλητριών, άμεσα εξαρτώμενη από τους υψηλούς στόχους που έχουν θέσει από κοινού και τη δέσμευση να τους φέρουν εις πέρας στο αθλητικό στερέωμα.

Η σπουδαιότητα των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας έγκειται στην κατανόηση και ερμηνεία των διαφόρων συμπεριφορών που παρατηρούνται στο χώρο της προπονητικής και στο πως αυτές διαμορφώνουν την ποιότητα ένταξης και ενσωμάτωσης των αθλητών/τριών στο χώρο του αθλητισμού. Επίσης, είναι σημαντικό το γεγονός ότι οι Ελληνίδες αθλήτριες αναφέρουν βιώματα συμπεριφορών αλλά και τρόπους επικοινωνίας που πιθανά να έχουν επίπτωση στην εγκατάλειψη του αθλήματος, στην έλλειψη παρακίνησης για μελλοντική επαγγελματική ενασχόληση στο χώρο του αθλητισμού αλλά και επιπτώσεις σε προσωπικό επίπεδο, εφόσον οι προπονητές/τριες ενσωματώνουν το ρόλο του πρότυπου και του παιδαγωγού στη ζωή των αθλητών/τριών.

Προτάσεις

Η διερεύνηση συμπεριφορών και βιωμάτων αυτών από προπονητές/τριες συγκεντρώνει πολύτιμες πληροφορίες για την εκτίμηση τους από την πλευρά των αθλητριών, κάτι όμως που παραλείπεται για τους αθλητές. Σε μελλοντική έρευνα συνίσταται η διερεύνηση των συμπεριφορών από αθλητές και αθλήτριες. Επίσης στο χώρο του υψηλού αγωνιστικού αθλητισμού η σχέση ανάμεσα σε αθλητή/τρια και προπονητή/τρια διακατέχεται ή θα έπρεπε να διακατέχεται από επαγγελματισμό και αυτό πυροδοτεί το ερευνητικό ενδιαφέρον στην εξέταση του βαθμού ικανοποίησης των αθλητών/ριων μέσα από τη σχέση που αναπτύσσεται με τους/τις προπονητές/τριες ή ακόμα τις επιπτώσεις που έχει αυτή η σχέση στη ζωή τους. Γιατί οι σχέσεις που αναπτύσσονται στα πλαίσια του αθλητισμού είναι ίσως ισχυρότερες και από αυτές στο χώρο της οικογένειας και επομένως η σπουδαιότητα τους κρίνεται σημαντικό στοιχείο εκτίμησης και αξιολόγησης.

Διαφαίνεται μέσα από την έρευνα μια αναγκαιότητα ίσως επαναπροσδιορισμού του τρόπου επικοινωνίας αλλά και των διαφόρων ηγετικών δεξιοτήτων των προπονητών και προπονητριών. Σημεία εστίασης προσοχής στην προπονητική διαδικασία θα πρέπει να είναι η επιδίωξη θετικής ανατροφοδότησης, η υιοθέτηση ανοικτών καναλιών επικοινωνίας, η κοινωνική υποστήριξη, η τεχνική καθοδήγηση, η δίκαιη μεταχείριση και η απουσία οποιασδήποτε διάκρισης φύλου και ικανοτήτων, η δημοκρατική αντιμετώπιση, η αίσθηση φροντίδας, κατανόησης και επιβράβευσης, η συμμετοχή των αθλητών/τριών στη λήψη αποφάσεων και το επίπεδο εμπιστοσύνης. Επίσης, κρίνεται σημαντική η κατανόηση των ιδιαιτεροτήτων του κάθε αθλήματος, του παράγοντα φύλου αλλά και άλλων τυχόντων παραγόντων που διαμορφώνουν και επηρεάζουν το περιβάλλον και τη ποιότητα της συνεργασίας ανάμεσα σε αθλητή/τρια και προπονητή/τρια.

Από την πλευρά των επίσημων κρατικών φορέων του αθλητισμού (Ολυμπιακό Κίνημα και Επιτροπές, Υπουργείο αθλητισμού, Αθλητικές Ομοσπονδίες) θα πρέπει να επιτευχθεί ο διάλογος με αθλητές-αθλήτριες και προπονητές-προπονήτριες με σκοπό την διερεύνηση των ιδιαίτερων αναγκών τους αλλά και του επιπέδου ικανοποίησής τους με την προπονητική διαδικασία. Σε επόμενο στάδιο θα ήταν ωφέλιμο να γίνει από κοινού σχεδιασμός ενός άξονα επιμορφωτικών κύκλων σεμιναρίων/διαλέξεων ανάπτυξης δεξιοτήτων (π.χ. ηγετικών, επικοινωνιακών) που θα συμβάλλουν στην βελτίωση και διατήρηση ενός υψηλών προδιαγραφών προπονητικού περιβάλλοντος. Δεδομένου ότι η πλειοψηφία των προπονητών αλλά και διοικητικών στελεχών στο χώρο του αθλητισμού έχει ακολουθήσει τη γραμμή καριέρας αθλητής-προπονητής-μάνατζερ και αντίστοιχα σε πολύ μικρό ποσοστό είναι καταρτισμένοι λαμβάνοντας ακαδημαϊκή εκπαίδευση είτε στην προπονητική είτε στην διοίκηση του αθλητισμού, διαφαίνεται η αναγκαιότητα για επιμορφωτική

εκπαίδευση. Το περιεχόμενο των σεμιναρίων που οργανώνονται από τις εκάστοτε Ομοσπονδίες και την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, αλλά η ακαδημαϊκή εκπαίδευση που λαμβάνει χώρα στα Τμήματα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού της χώρας, θα ήταν σκόπιμο να ενισχυθούν με γνώσεις που αφορούν την ανάπτυξη ηγετικών δεξιοτήτων στα πλαίσια της προπονητικής. κύριες αποδεδειγμένες προσεγγίσεις εκπαίδευσης ηγετικών δεξιοτήτων σύμφωνα με τη βιβλιογραφία (Conger & Benjamin, 1999) είναι: (1) εξατομικευμένη ανάπτυξη ικανοτήτων, (2) ενστερνισμός αξιών του οργανισμού που προωθούν την ηγεσία και (3) στρατηγικές παρεμβάσεις που ενισχύουν τον διάλογο και επιδρούν στην αλλαγή του οργανισμού. Για την επίτευξη σχεδιασμού ενός αποτελεσματικού και ποιοτικού αναπτυξιακού/εκπαιδευτικού προγράμματος θα μπορούσαν να επιτευχθούν συνεργασίες με Ακαδημαϊκά Ιδρύματα της χώρας και του εξωτερικού και να συμπεριληφθούν υποτροφίες με στόχο την αύξηση κινήτρων των προπονητών/τριων για δια βίου βελτίωση και επιμόρφωση αυτών.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Amorose, A. J. & Horn, T.S. (2000). Intrinsic motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22, 63–84.
- Amtmann, J. (2005 November). Coaching and leadership. *Coach and athletic director*, 36-38.
- Barber, H. (1998). Examining gender differences in sources and levels of perceived competence in interscholastic coaches. *The Sport Psychologist*, 12, 237-252.
- Barnett, N.P., Smoll, F.L., & Smith, R.E. (1992). Effect of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The sport Psychologist*, 6, 111-127.
- Brackenridge, C.H. (1997). He owned me basically...: Women's experiences of sexual abuse in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 32, 115-130.
- Brackenridge, C.H. (2000, June). Exposing the Olympic family: A review of progress towards understanding risk factors for sexual victimisation in sport. Paper presented to the Victimization of Children and Youth: An International Research Conference, University of New Hampshire, USA.
- Chelladurai, P. & Kuga, D.J. (1996). Teaching and coaching: Group and task differences. *Quest*, 48, 470-485.
- Conger, J.A. & Benjamin, B. (1999). Building leaders. San Francisco: Jossey-Bass
- Cote, J. & Sedgwick, W.A. (2003, winter). Effective behaviors of expert rowing coaches: A qualitative investigation of Canadian athletes and coaches. *International Sports Journal*, 62-77.
- Chroni, S. & Fasting, K. (2005 August). The experiences of sexual harassment among Greek female athletes: Preliminary results from an international project. In the proceedings of the 15th Congress of the International Association of Physical Education and Sport for Girls & Women (p. 56). University of Alberta, Edmonton, Alberta, Canada.
- Everhart, C.B. & Chelladurai, P. (1998). Gender differences in preferences for coaching as an occupation: The role of self-efficacy, valence, and perceive barriers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 69, 188–200.
- Fasting, K., Brackenridge, C.H. & Sundgot-Borgen, J. (2000). *The Norwegian women project: Females, elite sports, and sexual harassment*. Oslo: The Norwegian Olympic Committee and Confederation of Sport.
- Fasting, K. & Pfister, G. (2000). Female and male coaches in the eyes of female elite soccer players. *European Physical Education Review*, 6, 91-110.
- Gagne', M., Ryan, R. M., & Bargman, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372–390.
- Haselwood, D.M., Joyner, A.B., Burke, K.L., Geyerman, C.B., Czech, D.R., Munkasy, B.A., & Zwald, A.D. (2005). Female athletes' perceptions of head coaches' communication competence. *Journal of Sport Behavior*, 28, 216-230
- Hollebeak, J. & Amorose, A.J. (2005). Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 20-36.
- Horn, T.S. (2002). Coaching effectiveness in the sport domain. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed.) (pp. 309–354). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jowett, S. & Cockerill, L. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sports and Exercise*, 4, 313-331.

- Jowett, S. & Meek, G. (2002). *Closeness, Coorientation and complementarity in the family coach athlete relationship: A case study* Manuscript under review.
- Kassing, J.W. & Infante, D.A. (1999). Aggressive communication in coach-athlete dyads. *Communication Research Reports*, 16, 110-120.
- Kenow, L. & Williams, J.M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 22, 251-259.
- Kourtesopoulou, A., Kriemadis, T., Papaioannou, A., & Terzoudis, X. (2008). Future involvement in coaching, referring and sport administration of Greek female athletes. *Proceedings of 16th European Association of Sport Management Conference, Heidelberg*: Germany, 10-13, September, 2008.
- Mondello, M.J. & Janelle, C.M. (2001). A comparison of leadership styles of head coaches and assistant coaches at a successful Division I athletic program. *International Sports Journal*, 5, 40-49.
- Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., & Briere, N.M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279 – 306.
- Philippe, R.A. & Seiler, R. (2006). Closeness, co-orientation and complementarity in coach-athlete relationship: What male swimmers say about their male coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 159-171.
- Robertson, B.J. (2002). Sources of leisure education: School and custody settings. In Jackson (Ed.) *Abstracts from the 10th Canadian Congress on Leisure Research* (pp. 283–287). Edmonton, Alberta.
- Seiler, R., Kevesligeti, C., & Valley, E. (1999). Coaches and female athletes. The basis of interaction. *Motricidade humana. Portuguese Journal of Human Performance Studies*, 12, 67–76.
- Shen, C. (2000). Let's open the doors in coaching. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 71, 7-11.
- Smith, R.E. & Smoll, F.L. (1996). Behavioral assessment in youth sports. *Behavior Modification*, 20, 3 – 44.
- Stewart, C. & Taylor, J. (2000). Why female athletes quit: Implications for coach education. *The Physical Education*, 57, 170-177.
- Turman. P.D. (2006). Athletes' perceptions of coach power use and the association between playing status and sport satisfaction. *Communication Research Reports*, 23, 273-282.
- Turman. P.D. (2004). New avenues for instructional communication research: Relationship among coaches' leadership behaviors and athlete's effective learning. *Communication Research Reports*, 21, 130-143.
- Vallee, C.N. & Bloom, G.A.(2005). Building a successful university program: Key and common elements of expert coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 179-196.
- Willmann, C. & Zipprich, C. (1995). Trainerinnen im volleyball: *Wo sind sie zu finden?* in M.-L. Klein (ed.) *Karrieren' von Madchen und Frauen im sport. 2. Tagung der dvs-Kommission Frauenforschung in der Sportwissenschaft vom 24.–26.6 1994*, Padeborn, pp.107–142. Sankt Augustin: Academica.

Female athletes' behavioral experiences through the coach-athlete collaboration

Anna Kourtesopoulou & Thanos Kriemadis
Department of Sport Management
University of Peloponnese

Abstract

The scope of this study was to explore the experiences and the perceptions of Greek female athletes with male and female coaches, in the field of communication and behaviors within their daily encounters. The sample of this research project was consisted of 182 female athletes splitting in participants of international level 38.7%, national 51.4%, regional 2.8% and club 7.2%. Their age range was between 15-35 years and the average practice per week was 5.5 times. Data were gathered using a written questionnaire. Results indicated a preference for working with female coaches as athletes seem to feel more comfortable in the relationship. Athletes' opinions about coaching behaviors were differentiated by their competition level. With elite athletes believe that "female coaches care more than male coaches for the athletes personality" ($\chi^2 (1, N = 103) = 6.83, p = .009$) but it "is more difficult to communicate with female coaches than male" ($\chi^2 (1, N = 99) = 5.73, p = .017$). Finally, athletes' experiences of coaching behaviors were statistically different between elite and no-elite as from individual and team sports athletes. In conclusion, male coaches in athletes' view seemed to put pressure on athletes, use rough language but at the same time have good communication skills. As for the female coaches seemed to scream at athletes, let them influence the decision taken and have good communication skills. Concerning these perceptions and experiences of athletes there is a need of reconstruction and development of communication and leadership skills of coaches through education.

Key words: female athlete, coach behaviors

Διεύθυνση Επικοινωνίας

Άννα Κουρτεσοπούλου
Τμήμα Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού
Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου
Λυσάνδρου 3
23100 Σπάρτη