
HORVÁTH CINTIA

AZ EDZŐI VISELKEDÉS VIZSGÁLATA ELSŐ-, MÁSOD- ÉS HARMADOSZTÁLYÚ FÉRFI-KÉZILABDACSAPATOK MINTÁJÁN

EXAMINING COACHING BEHAVIOUR IN FIRST-, SECOND- AND THIRD-DIVISION MEN'S HANDBALL TEAMS

Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, Sporttudományi Intézet

Absztrakt

Számos feladatot kell ellátnia egy edzőnek a megfelelő vezetési stílus megválasztásával, hogy a legeredményesebben tudja végezni munkáját, hiszen a kiváló szakmai felkészültsége nem elegendő, ha a sportolóival rossz a kapcsolata. A nem megfelelő edzői viselkedés és edző-játékos kapcsolat a versenyeredmény rovására mehet. A konfliktusok megelőzése érdekében az edzőknek olyan kommunikációs és viselkedési formákat kell alkalmazniuk, amelyek a sportolók sportteljesítményét és viselkedését is pozitívan befolyásolják. A kutatás célkitűzése volt megvizsgálni az edzői viselkedést a magyar bajnokságban, különböző osztályokban szereplő férfi-kézilabdacsapatok esetén a játékosok szemszögéből. A kutatás mintájába a Magyar Nemzeti Bajnokságban (NB) szereplő első-, másod- és harmadosztályú férfi-kézilabdacsapatok játékosai és edzői kerültek. Az adatfelvétel során a CBQ-H validált kérdőívet alkalmaztuk az edzői viselkedés megismerése érdekében. Az eredményeink alapján kiderült, hogy az edzői támogatás nem arányos a sportolás minőségével, hiszen a másodosztályú csapat játékosai pozitívabb véleménnyel voltak az edzőjük támogatásával kapcsolatban, mint az elsőosztályú játékosok. A harmadosztályú csapat esetében kaptuk a legalacsonyabb értékeléseket az edzői támogatást tekintve. Ezzel ellentétben viszont a negatív reakciót vizsgálva már megállapítható, hogy minél magasabb osztályban szerepel a csapat, annál kevésbé hat a játékosokra negatívan az edző reakciója, viselkedése. A másodosztályú csapat játékosai negatív reakciók esetében negatívabb képet festettek le az edzőjükről az elsőosztályú csapathoz képest, míg a harmadosztályú csapat tagjai esetében kaptuk a legkedvezőtlenebb eredményeket ebben a tekintetben. Ajánlasként megfogalmazható, hogy az alacsonyabb osztályban dolgozó edzők esetében is fontos lenne a pedagógiai kompetenciák fejlesztése/továbbfejlesztése és a magas szintű edzői képesítés megléte.

Kulcsszavak: *kézilabda, edzői viselkedés, CBQ-H kérdőív*

Abstract

A coach has to perform a number of tasks, choosing the right management style to be most effective, because excellent professionalism is not enough if he has a poor relationship with his athletes. Inappropriate coaching behaviour and coach-player relationships can be detrimental to competitive performance. In order to prevent conflicts, coaches need to adopt forms of communication and behaviour that positively influence the sporting performance and behaviour of their athletes. The objective of this research was to investigate coaching behaviour from the players' perspective in men's handball teams in different divisions of the Hungarian championship. The sample of the research consisted of players and coaches of first, second and third division men's handball teams in the Hungarian National Championship. The CBQ-H validated questionnaire was used to collect data in order to understand coaching behaviour. The results showed that coach support is not proportional to the quality of sport played, as players from second division teams had more positive opinions about their coach's support than first division players. The third division team had the lowest ratings for coach support. In contrast, when looking at negative reactions, the higher the grade of the team, the less the players were negatively affected by the coach's reaction and behaviour. Players in the second-tier team had a more negative image of their coach in terms of negative reactions compared to the first-tier team, while the third-tier team had the most negative results in this respect. As a recommendation, it would be important to develop/further develop pedagogical competences and to have a high level of coaching qualification for coaches working in lower divisions.

Keywords: *handball, coach behaviour, CBQ-H questionnaire*

Bevezetés

Egy sikeres edző esetében fontos tényező, hogy ne csak szakmailag legyen felkészült az adott sportágban, hanem pedagógiailag is legyen képzett, hiszen az edző részt vesz a sportoló nevelési folyamatában a megfelelő módszerek és pedagógiai eszközök kiválasztásával, a sikerélmény megfelelő mértékű biztosításával, ami hatással van a teljesítménymotivációra (Biróné, 2011). Számos feladatot kell ellátnia egy edzőnek a megfelelő vezetési stílus megválasztásával, hogy a legeredményesebben tudja végezni munkáját, hiszen a kiváló szakmai felkészültsége nem elegendő, ha a sportolóival rossz a kapcsolata. A nem megfelelő edzői viselkedés és edző-játékos kapcsolat a versenyeredmény rovására mehet (Balogh, 2014). Az edző vezetési stílusával, szakmai felkészültségével, kapcsolatainak minőségével képes hatni direkt és indirekt módon a motivációs környezetre (Weinberg és Gould, 2011), így ezen komplex feladatrendszer megkívánja nemcsak a sportági szakmai felkészültséget, de a pedagógiai kompetenciák birtoklását is.

Gombocz (2004) szerint a sportolót edzője is neveli, hiszen feladata nemcsak a sportteljesítmény javítása, az edzés módszer megválasztása, hanem az is, hogy sportolóját és tanítványait különböző tanítási folyamatokon keresztül motiválja. Az edző közvetlen hatással van a sportolójára, tehát minél fiatalabb korban kezdi el a sportoló tevékenységét, annál fogékonyabb lesz a későbbiekben minden befolyásra. Az edző oktató szerepe különösen a fiatalabb korosztályokban, a kisgyermekeknél fontos szerepet kap, hiszen az edzés tervezésén, irányításán túl arra is alkalmasnak kell lennie, hogy pedagógiai eszközök segítségével nevelje sportolóit.

Az edző, valamint a sportoló viszonyának jelentőségét hangsúlyozzák azok a kutatások is, amelyek szerint az edző-sportoló kapcsolat az egyik legfontosabb faktor a sportolók motiválásában, valamint az ezt követő sportteljesítményben (Mageau és Vallerand, 2003, Jowett és mtsai., 2017, Mageau és Vallerand, 2010, Seden, Fatma és Kizildag, 2018). Az edző-sportoló kapcsolat rendkívül fontos a sikeres teljesítményhez. Ennek a kapcsolatnak a legnagyobb jellemzője a kölcsönös függés és bizalom. Ezek nélkül fennáll annak a veszélye, hogy elveszítenek olyan további tényezőket, amelyek sikerhez vezethetnek. Az edző szerepe az, hogy a sportolót a sportoló fejlődésének minden szakaszában támogassa, a sportoló szerepe pedig az, hogy az edzővel együttműködve a szükséges feladatokat a legjobb tudása szerint végezze el (Horváth és Prisztóka, 2005). Poczwadowski és munkatársai (2006) szerint az edzők és a sportolók kapcsolata a hatékony együttműködés és a siker egyik meghatározója.

A sport kontextusában sok személyes kapcsolat funkcionál. Ilyenek például az edző és szülő, a sportoló és sportoló közötti kapcsolat, de a teljesítményt meghatározó tényezők közül kulcsfontosságú az edző, valamint a sportoló viszonya (Jowett és Cockerill, 2002; Lyle, 1999). Az edzők és a sportolók arra törekednek, hogy olyan kapcsolatot alakítsanak ki, amelyet a kölcsönös elismerés és tisztelet jellemez. Összességében az edző-sportoló kapcsolat egy dinamikus és összetett edzési folyamatba ágyazódik be, amelyet úgy terveztek, hogy mindkét fél igényeit bemutassa és kielégítse (Jowett és Cockerill, 2002). A hivatásos és profi élsportolók teljesítményüket befolyásoló tényezők egyikeként említik az edzővel kapcsolatos viszonyukat (Balogh, 2014).

A sportolók edzőkkel kapcsolatos attitűdjeit a velük folytatott kommunikáció határozza meg. Egy jó coach nagy figyelmet fordít a nonverbális kommunikációra, mert az sok esetben kiemelheti, de nagymértékben gyengítheti is a verbális tartalmat. Egy tanulmány szerint a nonverbális kommunikáció fontos szerepet játszik a testedzés minőségének javításában. A megkérdezett sportolók több mint 93%-a úgy gondolja, hogy a nonverbális kommunikáció pozitív hatása döntő fontosságú az edzés során (Dobrescu, 2014).

A kommunikáció fontosságát hangsúlyozza az a tanulmány is, amely szerint az edzők és a versenyzők közötti produktív információcsere pozitív hatással volt a sportolni vágyók motivációjára. A pozitív üzeneteket küldő oktatók magasabb részvételi arányt és alacsonyabb lemorzsolódást mutattak. Az

edzőknek el kell sajátítaniuk a magabiztos kommunikáció készségeit, ami a csapat kohézióját is erősíti (Bartha és Perényi, 2014).

A bajnokság színvonala nagyban meghatározza a kommunikáció minőségét is, hiszen Hagemann, Strauss és Büsch (2008) tanulmányában kimutatta, hogy Németországban a kézilabda- és kosárlabdaedzők közötti kommunikáció minőségében és mennyiségében is volt különbség a különböző szinteken. Kutatásokból tudjuk, hogy a felsőbb osztályokban dolgozó szakemberek nagyobb problémamegoldó készségekkel rendelkeznek, mint az alsóbb osztályokban dolgozó trénerek. Ráadásul a feltörekvő edzők kevésbé verbálisak a játékok során, gyakran konkrétabb utasításokat adnak, de többször is motiválják és kritizálják játékosait. Révész, Bognár és Géczy (2007) szerint a sikeres kommunikációhoz világos, érthető tanári magyarázatok, megfogalmazások szükségesek. Az eredményesség mellett a kiegyensúlyozottság és a jó légkör nagymértékben függ attól, hogy a résztvevők megkapják-e és továbbadják-e a verbális és metakommunikációs jelzéseket. A konfliktusok megelőzése érdekében az edzőknek olyan kommunikációs és viselkedési formákat kell alkalmazniuk, amelyek a sportolók sportteljesítményét és viselkedését is pozitívan befolyásolják (Németh, 2017). Ez a téma mind a verseny-, mind a szabadidő-sportban kiemelt jelentőségű kell hogy legyen, hiszen köztudott, hogy a kapcsolatok minősége meghatározza a fiatalok sportteljesítményét és szocializációs folyamatát (Gombocz, 2004).

A kutatás célkitűzése volt megvizsgálni az edzői viselkedést a magyar bajnokságban különböző osztályokban szereplő férfi-kézilabdacsapatok esetén a játékosok szemszögéből.

Anyag és módszerek

Minta

A kutatás mintájába a Magyar Nemzeti Bajnokságban (NB) szereplő első-, másod- és harmadosztályú férfi-kézilabdacsapatok játékosai és edzői kerültek. Ez alapján a játékos minta elemszáma $N_{\text{játékos}} = 57$, míg az edzőket tekintve $N_{\text{edző}} = 3$. Az anonimitást biztosítva a kutatásban részt vevő csapatokat kódoltan jelenítjük meg, NB1, NB1/b és NB2 néven fognak szerepelni. A minta elemszámának megoszlása csapatonként: $N_{\text{NB1}} = 21$, $N_{\text{NB1/b}} = 16$, $N_{\text{NB2}} = 20$.

A vizsgált játékosok átlagéletkora 25,82 év ($\pm 5,362$), mely az NB1 csapat esetében 25,00 év ($\pm 4,062$), az NB1/b csapatnál 22,13 év ($\pm 4,911$), és az NB2 csapat játékosait tekintve 29,65 év ($\pm 4,545$). Az NB1 csapat a 2021/2022-es bajnokság tabellájának utolsó harmadában helyezkedik el, az NB1/b csapat a középmezőnyben, míg az NB2 csapat a tabella első harmadában.

Az edzők átlagéletkora 43,00 év ($\pm 3,606$). Közülük ketten 6–10 éve dolgoznak kézilabdaedzőként, egy fő pedig 11–15 éve. Jelenlegi csapatánál edző a vizsgált személyek közül két fő 1–5 éve, valamint egy fő 6–10 éve. Pedagógusi végzettséggel egy edző rendelkezik, ketten pedig nem rendelkeznek pedagógusi vég-

zetséggel. Az edzők 33,3%-ának, azaz 1 főnek testnevelő tanári diplomája van. Az edzői szakképesítést tekintve A, B és C licenccsel rendelkeznek a megkérdezett edzők.

Adatfelvétel

Az adatfelvétel során az írásbeli kikérdezés módszerét alkalmaztuk. Kérdőív segítségével gyűjtöttünk adatokat, amit a játékosok online, anonim módon töltöttek ki. Az összeállított kérdőívcsomagban szerepeltek a sportolók szociodemográfiai adataira (pl. életkor), valamint a sportággal és sportolással kapcsolatos háttérinformációkra (pl. mióta kézilabdáznak jelenlegi egyesületükben, mióta dolgoznak együtt jelenlegi edzőjükkel, hányadik helyen áll a csapatuk a tabellán jelenleg) vonatkozó kérdések. Ezen kérdéseket követően a CBQ-H validált kérdőív kérdéseit használtuk fel, melyek esetében 4-fokú Likert-skálán kellett a játékosoknak megadniuk a válaszaikat. A CBQ-H (Coaching Behavior Questionnaire, CBQ; Williams és mtsai., 2003; Kovács és mtsai., 2021) az edzői viselkedés kérdőív, melynek célja annak felmérése, hogy hogyan észlelik és értékelik a sportolók az edzőjük viselkedését. A 15 itemből álló kérdőív két alskálát foglal magába. A Negatív reakció alskála az edzők negatív viselkedését írja le, míg a Támogatás alskála az edzők pozitív viselkedését, reakcióit méri. A válaszokat négyfokú Likert-típusú skálán kell bejelölni az egyáltalán nem értek egyet (1) és a teljes mértékben egyetértek (4) végpontok között. A kérdőív alskáláit tekintve a Negatív reakció alskálához tartozik a 2., 5., 9., 12., 13., 14. és 15. kérdés, valamint a Támogatás alskálához az 1., 3., 4., 6., 7., 8., 10. és 11. kérdés, a kérdőívben nem található fordított item, valamint az alskálaképzés a hozzájuk tartozó tételek összeadásával történik.

Adatfeldolgozás

Az adatfeldolgozás során Microsoft Excel és IBM SPSS Statistics 23 programmal dolgoztunk, ennek során leíró statisztikát számoltunk, átlagot, szórást, minimum- és maximumértékeket elemeztünk.

Eredmények

Az NB1 csapatban játszó sportolók 42,9%-a 11–15 éve kézilabdázik, szintén 42,9%-a 16–20 éve, és további 14,3%-a több mint 21 éve újí a sportágot versenyszerűen. Az NB1/b csapat játékosait tekintve 18,8%-uk 6–10 éve kézilabdázik, 50,0% 11–15 éve, míg 31,2%-uk 16–20 éve. Az NB2 csapat játékosainak 30,0%-a 11–15 éve, 20,0%-a 16–20 éve, valamint 50,0%-a több mint 21 éve kézilabdázik. Jelenlegi egyesületében játszik az NB1-es csapatban a játékosok 57,1%-a legfeljebb 5 éve, 14,3%-a 6–10 éve és 28,6%-a 11–15 éve. Az NB1/b csapatban játszik a játékosok 62,5%-a legfeljebb 5 éve, 18,18%-a 6–10 éve, továbbá szintén 18,8%-a

11–15 éve. Az NB2 csapatban játszik legfeljebb 5 éve a játékosok 85,0%-a, 6–10 éve 5,0%-a, valamint 10%-a a játékosoknak több mint 16 éve. Az NB1 csapatban játszó játékosok közül 57,1%-uk 1–2 éve dolgozik együtt jelenlegi edzőjével, 14,3%-uk 3–5 éve, szintén 14,3%-uk 6–8 éve, és 9–11 éve dolgozik az edzővel a játékosok 14,3%-a. Az NB1/b csapat játékosainak 43,8%-a 1–2 éve dolgozik együtt jelenlegi edzőjével, 18,8%-a 3–5 éve, valamint a játékosok 37,5%-a 6–8 éve. Az NB2 csapatban ez az arány magasabb, a játékosok 65,0%-a 1–2 éve, míg 35,0%-a 3–5 éve dolgozik együtt jelenlegi edzőjével.

Az első-, másod- és harmadosztályú csapat játékosainak véleménye kerül bemutatásra a következőkben az edzőjük viselkedésével kapcsolatban. Kezdve az elsőosztályú játékosok véleményével, majd a másod- és harmadosztályban szereplő játékosok válaszaival.

A megkérdezettek 14,3%-a teljes mértékben egyetért, valamint 71,4%-uk egyetért azzal, hogy az edzőjük a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg, azonban a játékosok 14,3%-a nem ért egyet ezzel. A vizsgált játékosok 71,5%-át az edzőjük verseny alatti viselkedése nem teszi feszültté és idegessé, azonban a 28,6%-át az első osztályban szereplő játékosoknak feszültté és idegessé teszi az edzőjük viselkedése. A játékosok 57,1%-a úgy érzi, hogy az edzője hangszíne megnyugtató és biztató, azonban a megkérdezettek 32,9%-a az ellenkezőjét nyilatkozta, miszerint az edző hangszíne nem nyugtatja meg őket, és nem hat rájuk biztatólag. A játékosok több mint fele (57,1%) szerint az edző kellőképpen higgadt és nyugodt, míg a sportolók kevesebb mint fele (42,9%) válaszolta ennek ellenkezőjét. Az első osztályú csapat játékosainak több mint háromnegyede (85,7%) szerint az edző sajátos modora és érzelmkifejezési módja nem járul hozzá ahhoz, hogy gyengén teljesítsen. A megkérdezett játékosok 28,6%-a teljes mértékben egyetért azzal, hogy az edzője akkor is támogatja, ha hibát vét, 42,9%-a egyetért ezzel az állítással, míg 14,3%-a nem ért egyet, valamint további 14,3%-a egyáltalán nem ért egyet azzal, hogy az edző akkor is támogatja, ha hibázik. Az elsőosztályú játékosok több mint fele (57,2%) egyetért azzal, hogy időkérésnél és félidőben az edző arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnia egy adott helyzetben, és nem pedig arra, hogy mit nem sikerült a játékosnak megvalósítania. Valamint 42,8%-a nem tud egyetérteni ezzel az állítással. Az edző sajátos modora és érzelmkifejezési módja segíti a játékosok 57,1%-át ellazulni és jobban teljesíteni, azonban 42,9%-uk esetében ennek ellenkezője történik. Az elsőosztályú csapat játékosainak (100,0%) egyáltalán nem zavarja meg a figyelmét verseny, mérkőzés közben az edző oldalvonal melletti viselkedése. Nem ért egyet azzal a csapat 71,4%-a, hogy az edző az időkéresek és a félidőket arra használja, hogy megerősítse a játékosok önbizalmát. A csapat közel fele (42,9%) szerint az edző kontrollálja az érzelmeit verseny vagy mérkőzés közben, 57,1%-uk pedig úgy gondolja, hogy nem kontrollálja az edző az érzelmeit mérkőzés közben.

A játékosok 100,0%-ának állítása, hogy az edzőjük feszültsége nem befolyásolja a teljesítményüket, nem értenek egyet azzal, hogy ha az edző feszültnek tűnik, az rontana a teljesítményükön. Hasonló módon a versenyzők 100,0%-a

szerint az edző verseny vagy mérkőzés alatti viselkedése nem bizonytalanítja el a játékost a teljesítményével kapcsolatban, továbbá szintén minden játékos esetében igaz, hogy nem lesz idegesebb az oldalon álló edző látványától, mint magától a mérkőzéstől. A megkérdezettek 14,3%-ában az edző feszültséget kelt. Az alskálák egyes itemeit vizsgálva az alábbi átlagértékeket kaptuk az NB1 csapat játékosainak véleménye alapján (1. táblázat).

Alskála	Item	Átlag	Szórás
negatív reakció	Az edzőm verseny alatti viselkedése feszültté és idegessé tesz.	1,85	0,85
	Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja hozzájárul ahhoz, hogy gyengén teljesítsek.	1,57	1,07
	Az edzőm oldalon melletti viselkedése megzavarja a figyelmemet verseny közben.	1,14	0,35
	Amikor az edzőm feszültnek tűnik, nem tudok jól teljesíteni.	1,42	0,50
	Az edzőm verseny alatti viselkedése elbizonytalanít a teljesítményemmel kapcsolatban.	1,14	0,35
	Idegesebb leszek az oldalon álló edzőm látványától, mint magától a versenytől.	1,14	0,35
	Az edzőm feszültséget kelt bennem.	1,42	0,74
negatív reakció		1,38	0,31
támogatás	Az edzőm a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg.	2,85	0,85
	Amikor szükségem van rá, az edzőm hangszíne megnyugtató és biztató.	2,85	0,90
	Az edzőm kellőképpen higgadt és nyugodt.	2,57	0,50
	Az edzőm akkor is támogat engem, mikor hibát vétek.	2,85	1,01
	Időkérésnél és félidőben az edzőm arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnom egy adott helyzetben, nem arra, hogy mit nem sikerült megvalósítanom.	2,57	0,92
	Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja segít ellazulnom és jobban teljesítenem.	2,14	1,01
	Az edzőm az időkéreseket és a félidőket arra használja, hogy megerősítse az önbizalmamat/önbizalmunkat.	1,85	0,85
	Az edzőm kontrollálja az érzelmeit verseny közben.	2,42	0,50
támogatás		2,44	0,63

1. táblázat:

Az NB1 csapat játékosainak véleménye alskálánként és kérdésenként

A másodosztályú csapat játékosainak véleménye kerül bemutatásra a következőkben az edzőjük viselkedésével kapcsolatban. A megkérdezettek 18,8%-a teljes mértékben egyetért, valamint 31,3%-uk egyetért azzal, hogy az edzőjük a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg, azonban a játékosok 50,0%-a nem ért egyet ezzel. A vizsgált játékosok 43,8%-át az edzőjük verseny alatti viselkedése nem teszi feszültté és idegessé, azonban a 56,3%-át a másodosztályban szereplő játékosoknak feszültté és idegessé teszi az edzőjük viselkedése. A játékosok 37,6%-a úgy érzi, hogy az edzője hangszíne megnyugtató és biztató, azonban a megkérdezettek 62,5%-a az ellenkezőjét nyilatkozta, miszerint az edző hangszíne nem nyugtatja meg őket, és nem hat rájuk biztatólag. A játékosok több mint fele (62,6%) szerint az edző kellőképpen higgadt és nyugodt, míg a sportolók kevesebb mint fele (37,5%) válaszolta ennek ellenkezőjét. A másodosztályú csapat játékosainak majdnem háromnegyede (68,8%) szerint az edző sajátos modora és érzelmkifejezési módja nem járul hozzá ahhoz, hogy gyengén teljesítsen. A megkérdezett játékosok 18,8%-a teljes mértékben egyetért azzal, hogy az edzője akkor is támogatja, ha hibát vét, 31,3%-a egyetért ezzel az állítással, míg 50,0%-a nem ért egyet, valamint további 14,3%-a egyáltalán nem ért egyet azzal, hogy az edző akkor is támogatja, ha hibázik. A másodosztályú játékosok több mint fele (62,5%) egyetért azzal, hogy időkérséknél és félidőben az edző arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnia egy adott helyzetben, és nem pedig arra, hogy mit nem sikerült a játékosnak megvalósítania. Valamint 37,5%-a nem tud egyetérteni ezzel az állítással. Az edző sajátos modora és érzelmkifejezési módja segíti a játékosok 37,6%-át ellazulni és jobban teljesíteni, azonban 62,5%-uk esetében ennek ellenkezője történik. A másodosztályú csapat játékosai 56,3%-ának nem zavarja meg a figyelmét verseny, mérkőzés közben az edző oldalvonal melletti viselkedése. Nem ért egyet azzal a csapat 25,0%-a, hogy az edző az időkérséseket és a félidőket arra használja, hogy megerősítse a játékosok önbizalmát. A csapat közel negyede (18,8%) szerint az edző kontrollálja az érzelmeit verseny vagy mérkőzés közben, 81,3%-uk pedig úgy gondolja, hogy nem kontrollálja az edző az érzelmeit mérkőzés közben. A játékosok 100,0%-ának állítása, hogy az edzőjük feszültsége nem befolyásolja a teljesítményüket, nem értenek egyet azzal, hogy ha az edző feszültnek tűnik, az rontana a teljesítményükön. Hasonló módon a versenyzők 100,0%-a szerint az edző verseny vagy mérkőzés alatti viselkedése nem bizonytalanítja el a játékost a teljesítményével kapcsolatban, továbbá szintén minden játékos esetében igaz, hogy nem lesz idegesebb az oldalvonalon álló edző látványától, mint magától a mérkőzéstől. A megkérdezettek 100,0%-ában az edző nem kelt feszültséget. Az alskálák egyes itemeit vizsgálva az alábbi átlagértékeket kaptuk az NB1/b csapat játékosainak véleménye alapján (2. táblázat).

Alskála	Item	Átlag	Szórás
negatív reakció	Az edzőm verseny alatti viselkedése feszültté és idegessé tesz.	2,12	1,02
	Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja hozzájárul ahhoz, hogy gyengén teljesítsek.	1,93	0,85
	Az edzőm oldalvonal melletti viselkedése megzavarja a figyelmemet verseny közben.	1,87	1,02
	Amikor az edzőm feszültnek tűnik, nem tudok jól teljesíteni.	1,50	0,51
	Az edzőm verseny alatti viselkedése elbizonytalanít a teljesítményemmel kapcsolatban.	1,50	0,51
	Idegesebb leszek az oldalvonalon álló edzőm látványától, mint magától a versenytől.	1,50	0,51
	Az edzőm feszültséget kelt bennem.	1,37	0,50
negatív reakció		1,68	0,59
támogatás	Az edzőm a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg.	2,68	0,79
	Amikor szükségem van rá, az edzőm hangszíne megnyugtató és biztató.	2,56	0,81
	Az edzőm kellőképpen higgadt és nyugodt.	2,81	0,75
	Az edzőm akkor is támogat engem, mikor hibát vétek.	2,68	0,79
	Időkérésnél és félidőben az edzőm arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnom egy adott helyzetben, nem arra, hogy mit nem sikerült megvalósítanom.	3,00	0,89
	Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja segít ellazulnom és jobban teljesítenem.	2,56	0,81
	Az edzőm az időkéresek és a félidőket arra használja, hogy megerősítse az önbizalmamat/önbizalmunkat.	2,93	0,68
	Az edzőm kontrollálja az érzelmeit verseny közben.	1,93	1,12
támogatás		2,64	0,62

2. táblázat:

Az NB1/b csapat játékosainak véleménye alskálánként és kérdésenként

A harmadosztályú csapat játékosainak véleménye kerül bemutatásra a következőkben az edzőjük viselkedésével kapcsolatban. A megkérdezettek 20,0%-a teljes mértékben egyetért, valamint 25,0%-uk egyetért azzal, hogy az edzőjük a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg, azonban a játékosok 55,0%-a nem ért egyet ezzel. A vizsgált játékosok 80,0%-át az edzőjük verseny alatti viselkedése nem teszi feszültté és idegessé, azonban a 20,0%-át a másodosztályban szereplő játékosoknak feszültté és idegessé teszi az edzőjük viselkedése. A játékosok 50,0%-a úgy érzi, hogy az edzője hangszíne megnyugtató és

biztató, azonban a megkérdezettek 50,0%-a az ellenkezőjét nyilatkozta, miszerint az edző hangszíne nem nyugtatja meg őket, és nem hat rájuk biztatólag. A játékosok kevesebb mint fele (40,0%) szerint az edző kellőképpen higgadt és nyugodt, míg a sportolók több mint fele (60,0%) válaszolta ennek ellenkezőjét. A harmadosztályú csapat játékosainak több mint háromnegyede (80,0%) szerint az edző sajátos modora és érzelemkifejezési módja nem járul hozzá ahhoz, hogy gyengén teljesítsen. A megkérdezett játékosok 35,0%-a teljes mértékben egyetért azzal, hogy az edzője akkor is támogatja, ha hibát vét, 55,0%-a egyetért ezzel az állítással, míg 10,0%-a nem ért egyet azzal, hogy az edző akkor is támogatja, ha hibázik. A harmadosztályú játékosok kevesebb mint fele (30,0%) egyetért azzal, hogy időkérésnél és félidőben az edző arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnia egy adott helyzetben, és nem pedig arra, hogy mit nem sikerült a játékosnak megvalósítania. Valamint 70,0%-a nem tud egyetérteni ezzel az állítással. Az edző sajátos modora és érzelemkifejezési módja segíti a játékosok 35,0%-át ellazulni és jobban teljesíteni, azonban 65,0%-uk esetében ennek ellenkezője történik. A harmadosztályú csapat játékosai 60,0%-ának nem zavarja meg a figyelmét verseny, mérkőzés közben az edző oldalvonal melletti viselkedése. Nem ért egyet azzal a csapat 60,0%-a, hogy az edző az időkéresek és a félidőket arra használja, hogy megerősítse a játékosok önbizalmát. A csapat 100,0%-a úgy gondolja, hogy az edző nem kontrollálja az érzelmeit mérkőzés közben. A játékosok 80,0%-ának állítása, hogy az edzőjük feszültsége nem befolyásolja a teljesítményüket, nem értenek egyet azzal, hogy ha az edző feszültnek tűnik, az rontana a teljesítményükön. A játékosok 70,0%-a szerint az edző verseny vagy mérkőzés alatti viselkedése nem bizonytalanítja el a játékost a teljesítményével kapcsolatban, továbbá a játékosok 85,0%-ának esetében igaz, hogy nem lesz idegesebb az oldalvonalon álló edző látványától, mint magától a mérkőzéstől. A megkérdezettek 20,0%-ában az edző feszültséget kelt. Az alskálák egyes itemeit vizsgálva az alábbi átlagértékeket kaptuk az NB2 csapat játékosainak véleménye alapján (3. táblázat).

Alskála	Item	Átlag	Szórás
negatív reakció	Az edzőm verseny alatti viselkedése feszültté és idegessé tesz.	1,75	1,01
	Az edzőm sajátos modora és érzelmkifejezési módja hozzájárul ahhoz, hogy gyengén teljesítsek.	2,05	0,60
	Az edzőm oldalvonal melletti viselkedése megzavarja a figyelmemet verseny közben.	2,25	1,16
	Amikor az edzőm feszültnek tűnik, nem tudok jól teljesíteni.	1,70	0,80
	Az edzőm verseny alatti viselkedése elbizonytalanít a teljesítményemmel kapcsolatban.	1,95	1,05
	Idegesebb leszek az oldalvonalon álló edzőm látványától, mint magától a versenytől.	1,40	0,75
	Az edzőm feszültséget kelt bennem.	1,65	0,81
negatív reakció		1,82	0,45
támogatás	Az edzőm a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg.	2,45	1,05
	Amikor szükségem van rá, az edzőm hangszíne megnyugtató és biztató.	2,50	1,23
	Az edzőm kellőképpen higgadt és nyugodt.	2,50	0,94
	Az edzőm akkor is támogat engem, mikor hibát vétek.	3,25	0,63
	Időkérésnél és félidőben az edzőm arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnom egy adott helyzetben, nem arra, hogy mit nem sikerült megvalósítanom.	1,80	0,89
	Az edzőm sajátos modora és érzelmkifejezési módja segít ellazulnom és jobban teljesítenem.	2,00	0,85
	Az edzőm az időkéresek és a félidőket arra használja, hogy megerősítse az önbizalmamat/önbizalmunkat.	2,20	1,19
	Az edzőm kontrollálja az érzelmeit verseny közben.	1,65	0,48
támogatás		2,29	0,55

3. táblázat: Az NB2 csapat játékosainak véleménye alskálánként és kérdésként

Megbeszélés

Az edzői viselkedés kérdőív alkalmazásával vizsgáltuk az első-, másod- és harmadosztályú férfi-kézilabdacsapatok játékosainak véleményét az edzőjük viselkedésével kapcsolatban. Az eredményeink alapján kiderült, hogy az edzői támogatás nem arányos a sportolás minőségével, hiszen a másodosztályú csapat játékosai pozitívabb véleménnyel voltak az edzőjük támogatásával kapcsolatban, mint az elsőosztályú játékosok. A harmadosztályú csapat esetében kaptuk a legalacsonyabb értékeléseket az edzői támogatást tekintve. Ezzel ellentétben viszont a negatív reakciót vizsgálva már megállapítható, hogy minél magasabb osztályban szerepel a csapat, annál kevésbé hat a játékosokra negatívan az edző reakciója, viselkedése. A másodosztályú csapat játékosai negatív reakciók esetében negatívabb képet festettek le az edzőjükéről az elsőosztályú csapathoz képest, míg a harmadosztályú csapat tagjai esetében kaptuk a legkedvezőtlenebb eredményeket ebben a tekintetben.

Zourbanos és munkatársai (2010) CBQ-kérdőívhez kapcsolódó kutatásának eredményei azt mutatták, hogy a vizsgált sportolók esetében a Támogatás alskála 3,05 átlag pontszámot, míg a Negatív reakció 2,03 átlagpontszámot kapott. Ez minden esetben eltér és kedvezőbb eredmény az általunk vizsgált férfi-kézilabdások véleményéhez képest. Mavridis és munkatársai (2019) kielégítőnek találták a sportolók részéről az észlelt edzői magatartást a támogatás tekintetében (átlag = 3,34), ennek ellenére magas értéket kapott a negatív reakció alskála is (átlag = 2,68). Ezek az eredmények összhangban vannak a korábbi tanulmányokkal, amelyek a sportolóknak az edzőik viselkedésével kapcsolatos megítélését vizsgálták (Adie, Duda és Ntoumanis, 2012; Amorose és Horn, 2000; Heuze' és Bosselut, 2007).

A támogató edzői viselkedés támogathatja a sportolók alapvető pszichológiai szükségleteit, és elősegítheti az optimális motivációt és a pozitív kitartást a sportban (Ntoumanis, 2012). Lee, Magnusen és Cho (2013) eredményei szerint női sportolók esetében az észlelt pozitív edzői viselkedés hatással volt az edző-játékos kompatibilitás mértékére, míg mindezekre a negatív edzői viselkedés nem volt hatással. A nemek közötti különbséget mások is vizsgálták, és kimutatták, hogy a nagy tapasztalattal bíró női versenysportolók edzővel való kapcsolata inkább mutat pozitív képet, mint az ugyanilyen szinten versenyző férfiak kapcsolata az edzőjükkel (Bebetsos, Filippou és Bebetsos, 2017). A vizsgálat eredményeire és korábbi kutatásokra alapozva érdemes lenne női kézilabdázókat is mérni, hiszen kimutattak más sportágak esetén nemi különbségeket.

A kutatásunk alátámasztja, hogy a teljesítmény érdekében fontos, hogy az edző viselkedése megfelelő legyen, hiszen a negatív reakciók rontják a sportoló teljesítményét. Továbbá hogy az alacsony osztályban szereplő csapat edzője is megfelelően felkészült, kompetens és pedagógiaileg is képzett legyen, így ajánlasként megfogalmazható, hogy alacsonyabb osztályban dolgozó edzők esetében is fontos lenne a pedagógiai kompetenciák fejlesztése/továbbfejlesztése és a magas szintű edzői képesítés megléte.

Felhasznált szakirodalom

- Adie, J. W., Duda, J. L., és Ntoumanis, N. (2012). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well-being of elite youth soccer players: A longitudinal investigation. *Psychol Sport Exerc*, 13, 51-60.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.07.008>
- Amorose, A. J., és Horn, T. S. (2000). Intrinsic Motivation Relationships with Collegiate Athletes' Gender, Scholarship Status and Perceptions of Their Coaches' Behaviour. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(1), 63-84.
<https://doi.org/10.1123/jsep.22.1.63>
- Balogh, L. (2014): Sport - kultúra - sportkultúra, Szegedi Tudományegyetem, JGYPK, Szeged.
- Bartha, É. és Perényi, Sz. (2014): A hatékony edzői kommunikáció, mint a motiváció egyik eszköze a szabadidősportban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 15/58, 18-19.
- Bebetsos, E., Filippou, F., és Bebetsos, G. (2017). Athletes' criticism of coaching behavior: differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin*, 25(1), 55-67.
<https://doi.org/10.1515/ppb-2017-0008>
- Biróné, N. E. (2011): Sportpedagógia, Dialóg-Campus Kiadó, Budapest-Pécs.
Dobrescu, T. (2014): The role of non-verbal communication in the coach-athlete relationship, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 149, 286-291.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.08.231>
- Gombocz, J. (2004): Sport és erkölcsi nevelés. *Mester és Tanítvány*, 1/1, 115-125.
- Hagemann, N., Strauss, B., és Büsch, D. (2008): The complex problem-solving competence of team coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 301-317.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.04.003>
- Heuze, J. P., & Bosselut, G. (2007). Should the coaches of elite female handball teams focus on collective efficiency or group cohesion? *The Sport Psychologist*, 21(4), 383-399.
<https://doi.org/10.1123/tsp.21.4.383>
- Horváth, L. és Prisztóka, Gy. (2005): A sportpszichológia és sportpedagógia alapkérdései, Bessenyei Könyvkiadó, Nyíregyháza.
- Jowett, S. és Cockerill, I. M. (2002): Incompatibility in the coach-athlete relationship. In: Cockerill, I. M. (Ed.), *Solutions in sport psychology*, 16-31., Thomson Learning, London.
- Jowett, S., Adie, W., Bartholomew K. J., Yang S. X., Gustafsson, H., Lopez-Jiménez, A. (2017): Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*. 32. 143-152.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.004> (Letöltve: 2022. 01. 14.)

- Lee, H. W., Magnusen, M. J., és Cho, S. (2013). Strength coach-athlete compatibility: Roles of coaching behaviors and athlete gender. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 25(1), 55-67.
<https://doi.org/10.24985/ijass.2013.25.1.55>
- Lyle, J. (1999): Coaching philosophy and coaching behaviour. In: Cross, N. & Lyle J. (Eds.), *The coaching process: Principles and practice for sport*, 25-46., Butterworth.
- Mageau, G. A. és Vallerand, R. J. (2003): The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sport Sciences*, 21, 883-904.
<https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Mageau, G. A., Vallerand, R. J. (2010): The coach-athlete relationship: a motivational model, *Journal of Sport Sciences*. 883-904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374> (Letöltve: 2022. 02. 10.)
<https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Mavridis, G., Rokka, S., Filippou, F., Mavridis, K., Masadis, G., és Bebetos, E. (2019): Investigating the coaching behavior and basic psychological needs among junior basketball players. Conference paper: International Scientific Congress „Applied Sports Sciences” and The Balkan Scientific Congress „Physical Education, Sports, Health”.
<https://doi.org/10.37393/ICASS2019/41>
- Németh, Zs. (2017): Konfliktusmegelőző tevékenységek a testnevelő tanárok munkájában. In: Maisch, P., Márhoffer, N., & Szücs-Rusznak, K. (Szerk.), *Horizontok és Dialógusok III., Absztraktkötet*, 112-113.
- Ntoumanis, N. (2012). A self-determination theory perspective on motivation in sport and physical education: Current trends and possible future research directions. In G. C. Roberts & D. C. Treasure (Eds.), *Advances in motivation in sport and exercise* (Vol. 3, pp. 91-128). Champaign, IL: Human Kinetics.
<https://doi.org/10.5040/9781492595182.ch-003>
- Poczwadowski A., Barott J. E., és Jowett S. (2006): Diversifying approaches to research on athlete-coach relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 125-142.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.002>
- Révész L., Bognár J., és Géczy G. (2007): Kiválasztás, tehetség és pedagógiai értékek az úszásban. *Új Pedagógiai Szemle*, 4, 57/6, 45-53.
- Seden A. K., Çepikkurt, Fatma, C., Kale, Esen Kizildag, K. E. (2018): Examination of the Relationship between Coach-Athlete Communication Levels and Perceived Motivational Climate for Volleyball Players *Universal Journal of Educational Research*, 6.2, 346-353.
<https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060218>

Weinberg, R. S. és Gould, D. (2011): Foundations of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.

Zourbanos, N., Hatzigeorgiadis, A., Tsiakaras, N., Chroni, S., & Theodorakis, Y. (2010). A multimethod examination of the relationship between coaching behavior and athletes' inherent self-talk. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(6), 764-785.

Levelező szerző:

Horváth Cintia

e-mail: horvath.cintia@uni-eszterhazy.hu