



ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΤΟΜΕΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΓΟΝΙΚΗΣ ΕΜΠΛΟΚΗΣ ΣΤΗΝ ΕΞΕΛΙΞΗ
ΤΩΝ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ»

Δρακοπούλου Νίκη

Επιβλέπων Καθηγητής: Γρίβας Νικόλαος

ΙΟΥΛΙΟΣ 2024

© Copyright

Δρακοπούλου Νίκη

Σημείωμα Συγγραφέα

Το δοκίμιο αυτό αποτελεί πτυχιακή εργασία που συντάχθηκε για το Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του ΤΕΦΑΑ στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΕΚΠΑ και υποβλήθηκε τον Ιούλιο του 2024.

Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων -όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο- σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

Ευχαριστίες

Ολοκληρώνοντας την πτυχιακή μου διατριβή νιώθω την ανάγκη να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες στα πρόσωπα που συνέβαλαν στην ολοκλήρωσή της. Κατ' αρχάς θα ήθελα να ευχαριστήσω τον επιβλέποντα καθηγητή μου, κ. Νικόλαο Γρίβα, για τον πολύτιμο χρόνο που αφιέρωσε και την ουσιαστική βοήθεια και καθοδήγηση που μου πρόσφερε καθ' όλη τη διάρκεια της εκπόνησης της εργασίας μου.

Οφείλω επίσης ένα μεγάλο “ευχαριστώ” στην οικογένεια μου, για την αγάπη, το ενδιαφέρον και την πολύτιμη ψυχολογική στήριξη που μου παρείχε σε όλη τη διάρκεια της ακαδημαϊκής μου πορείας.

«Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΓΟΝΙΚΗΣ ΕΜΠΛΟΚΗΣ ΣΤΗΝ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΝΕ- ΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ»

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση των επιπτώσεων της γονικής εμπλοκής στους νεαρούς αθλητές/αθλήτριες αντισφαίρισης. Στις έρευνες που αξιοποιήθηκαν στα πλαίσια της βιβλιογραφικής ανασκόπησης που χρησιμοποιήθηκε σαν μεθοδολογία, οι σχετικές πληροφορίες αντλήθηκαν από τους ίδιους τους αθλητές/αθλήτριες αλλά και από τους προπονητές τους. Διαπιστώθηκε ότι η οικονομική, η συναισθηματική και η υλικοτεχνική υποστήριξη, η καλλιέργεια κατάλληλων στάσεων, αξιών και συνηθειών, η ενίσχυση της υπευθυνότητας, η συνεργασία με τον προπονητή με παράλληλη αναγνώριση των διακριτών ρόλων και η έμφαση στην προσπάθεια, ήταν όλα παραδείγματα θετικών γονικών συμπεριφορών. Αντιθέτως, η υπερβολική έμφαση στη νίκη, τα επικριτικά σχόλια, η καλλιέργεια ανέφικτων στόχων, η άσκηση πίεσης και η υπερ-εμπλοκή αναδείχθηκαν ως δείγματα αρνητικών γονικών συμπεριφορών. Τα συμπεράσματα της έρευνας καταδεικνύουν την αναγκαιότητα της κατάλληλης καθοδήγησης των γονέων προκειμένου να συμβάλλουν με θετικό τρόπο στην ανοδική πορεία των νεαρών αθλητών/αθλητριών αντισφαίρισης.

Λέξεις-κλειδιά: αντισφαίριση, γονείς, γονική εμπλοκή, προπονητές, αγωνιστικό άγχος, αθλητικά κίνητρα, νεανική αντισφαίριση

« THE EFFECT OF PARENTAL INVOLVEMENT IN THE DEVELOPMENT OF YOUNG TENNIS PLAYERS »

Abstract

The purpose of this paper is to investigate the effects of parental involvement on young tennis players. In the research that was used in the context of the literature review used as a methodology, the relevant information was obtained from the athletes themselves and from their coaches. It was found that financial, emotional, and logistical support, cultivating appropriate attitudes, values, and habits, fostering accountability, working with the coach while recognizing distinct roles, and emphasizing effort were all examples of positive parenting behaviors. Conversely, excessive emphasis on winning, critical comments, cultivating unattainable goals, exerting pressure, and over-involvement emerged as examples of negative parenting behaviors. The conclusions of the research demonstrate the necessity of appropriate parental guidance in order to contribute in a positive way to the upward trajectory of young tennis players.

Key-words: tennis, parents, parental involvement, coaches, competitive anxiety, sports motivation, youth tennis

Περιεχόμενα

Περίληψη	3
Abstract	4
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ	6
1.1 Ορισμός - Διατύπωση του προβλήματος	6
1.2 Σημασία της μελέτης.....	9
1.3 Μεθοδολογία.....	11
1.4 Οριοθέτηση της μελέτης και περιορισμοί της έρευνας	12
1.5 Λειτουργικοί ορισμοί	12
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: Η ΓΟΝΙΚΗ ΕΜΠΛΟΚΗ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ	15
2.1 Γονική εμπλοκή & ατομικά γνωρίσματα γονέων αθλητών	15
2.2 Επιθυμητή γονική συμπεριφορά και αντιλαμβανόμενη γονική εμπλοκή	17
2.3 Ο ρόλος της γονικής εμπλοκής στην ανάπτυξη προαγωνιστικού άγχους και στην παρακίνηση των νεαρών αθλητών/αθλητριών	20
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: Η ΓΟΝΙΚΗ ΕΜΠΛΟΚΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ.....	23
3.1. Το άθλημα της αντισφαίρισης.....	23
3.2 Η επίδραση της γονικής εμπλοκής στο άθλημα της αντισφαίρισης	24
3.3 Ο διπλός ρόλος του γονέα- προπονητή.....	34
3.4 Ο διπλός ρόλος του γονέα - προπονητή στην αντισφαίριση	38
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ	42
4.1 Η αναγκαιότητα της εκπαίδευσης των γονέων	42
4.2 Εκπαιδευτικά προγράμματα γονέων: στόχοι και αποτελέσματα	43
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΣΥΖΗΤΗΣΗ	48
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	52
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ.....	57

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

1.1 Ορισμός - Διατύπωση του προβλήματος

Στην εποχή μας είναι πλέον αναγνωρισμένα τα πολλαπλά οφέλη της ενασχόλησης με αθλητικές δραστηριότητες για τα παιδιά και τους εφήβους. Πολυάριθμες έρευνες συνδέουν τη φυσική δραστηριότητα όχι μόνο με τη σωματική, αλλά και με την ψυχική υγεία και ευεξία και συγκεκριμένα με την αυτοεκτίμηση και τη θετική αντίληψη του εαυτού σε τομείς όπως η σωματική δύναμη και αντοχή, η ικανότητα εκτέλεσης αθλητικών δραστηριοτήτων και η ελκυστική εξωτερική εμφάνιση, καθώς επίσης και με θετικότερες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και αποτελεσματικότερη προσαρμογή στην κοινωνική ζωή, χαμηλότερα επίπεδα κατάθλιψης, καλύτερη διάθεση και συναισθηματική διαχείριση (Fox & Corbin, 1989, Fox, 2000a, Sonstroem & Potts, 1996, όπ. αναφ. στο Clow & Edmunds, 2020). Σε ανάλογα πορίσματα καταλήγουν και οι Eime et al. (2013), οι οποίοι επισημαίνουν ότι η ενασχόληση με τον αθλητισμό έχει πολυάριθμες θετικές ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις στα παιδιά και τους εφήβους, όπως αυξημένη αυτοεκτίμηση, αποτελεσματική ρύθμιση των συναισθημάτων, αίσθημα ικανοποίησης από τη ζωή, ανάπτυξη ψυχικής αντοχής, καλλιέργεια δεξιοτήτων συνεργασίας, ανάπτυξη κοινωνικής νοημοσύνης και γενικότερα αίσθημα κοινωνικής ασφάλειας.

Ωστόσο παρά την αναγνώριση της θετικής συμβολής της ενασχόλησης με τον αθλητισμό στη σωματική και ψυχική υγεία και τη συνολική ευεξία των παιδιών και των εφήβων, ο βαθμός συμμετοχής τους σε αθλητικές δραστηριότητες δεν θεωρείται αρκετά ικανοποιητικός ώστε να αποδώσει τα μέγιστα δυνατά οφέλη. Σημειώνεται αντίθετα μια μειωμένη τάση ενασχόλησης των νέων με αθλητικές δραστηριότητες, ιδιαίτερα στην περίοδο της εφηβείας, ενώ επιπροσθέτως παρατηρείται συχνά σταδιακή αποχώρηση από αθλήματα στα οποία είχαν στο παρελθόν ενταχθεί (Cavill et al, 2001, Mowling et al., 2004). Για το λόγο αυτό κρίνεται απαραίτητο να αναπτυχθούν κατάλληλα κίνητρα στα παιδιά προκειμένου όχι μόνο να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, αλλά και να παραμείνουν στο άθλημα που θα επιλέξουν.

Ενας από τους παράγοντες που διαμορφώνουν σε σημαντικό βαθμό τα κίνητρα των νεαρών αθλητών είναι οι γονείς, οι οποίοι με τη στάση και τη συμπεριφορά τους μπορούν να λειτουργήσουν καταλυτικά αναφορικά με την αθλητική ενασχόληση των παιδιών τους. Η ερευνητική διαδικασία έχει αναδείξει τη σημασία του ρόλου των γονέων στις αθλητικές δραστηριότητες των παιδιών τους, καθώς η κατάλληλη γονική υποστήριξη μπορεί να συμβάλλει με θετικό τρόπο στην εξέλιξη και στην ανάπτυξη του ταλέντου των νεαρών αθλητών (Wuerth et al., 2004, Côté et al., 2007, Gould et al., 2008).

Σύμφωνα με την υπάρχουσα ερευνητική βιβλιογραφία, η εμπλοκή των γονέων στην εξέλιξη των νεαρών αθλητών λαμβάνει χώρα μέσω της επιτέλεσης τριών ρόλων. Στα πλαίσια του πρώτου ρόλου ο γονέας λειτουργεί ως πάροχος. Ο ρόλος αυτός αναφέρεται στις ευκαιρίες που παρέχουν οι γονείς στα παιδιά τους προκειμένου να δοκιμάσουν αθλητικές δραστηριότητες και να βιώσουν ανάλογες αθλητικές εμπειρίες. Οι γονείς παρέχουν μέρος του χρόνου τους αλλά και χρήματα προκειμένου το παιδί τους να έχει την κατάλληλη υλικοτεχνική υποστήριξη ώστε να ασχοληθεί με κάποιο άθλημα και να αναδειχθεί σε αυτό. Έτσι η εξασφάλιση της συμμετοχής των παιδιών τους σε προπονήσεις, παιχνίδια και τουρνουά έχει διασυνδεθεί θετικά με την εμπλοκή τους και την επαγγελματική ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό. Επιπροσθέτως η απαραίτητη οικονομική υποστήριξη που παρέχουν οι γονείς συμβάλλει στην ανάπτυξη αθλητικού ταλέντου, η οποία μπορεί να αποβεί μια χρονοβόρα διαδικασία.

Στα πλαίσια του δεύτερου ρόλου ο γονέας λειτουργώντας ως διαμεσολαβητής συμβάλλει στη διαμόρφωση των αντιλήψεων του παιδιού του ως προς τις αξίες, τις στάσεις και τις πεποιθήσεις που καθοδηγούν την αθλητική του εμπλοκή. Οι γονείς οι οποίοι έχουν μη ρεαλιστικές προσδοκίες για τους νεαρούς αθλητές, πολλές φορές τους οδηγούν σε άγχος και αθλητική εξουθένωση. Επιπροσθέτως, οι γονείς οι οποίοι εστιάζουν σε αρνητικές αθλητικές εμπειρίες που βιώνουν τα παιδιά τους, όπως για παράδειγμα στην ήττα, προάγουν καθοριστικά την ανάπτυξη στρεσογόνων καταστάσεων από την πλευρά των αθλητών. Αντιθέτως οι γονείς οι οποίοι ενισχύουν την απόλαυση των παιδιών μέσα από την συμμετοχή τους σε

αθλητικές δραστηριότητες επιδεικνύοντας θετική στάση ακόμη και στην αρνητική επίδοση, λειτουργούν παρακινητικά ως προς τη δέσμευση των νεαρών αθλητών απέναντι στο άθλημα.

Τέλος, στα πλαίσια του τρίτου ρόλου ο γονέας λειτουργεί ως πρότυπο. Ο ρόλος αυτός αφορά γονικές στάσεις και συμπεριφορές οι οποίες επηρεάζουν την αθλητική συμπεριφορά του παιδιού, διαμορφώνοντας τις αντιδράσεις του σε διάφορες καταστάσεις που προκύπτουν στα πλαίσια της αθλητικής ενασχόλησης, καθώς ιδιαίτερα οι μικρότερης ηλικίας αθλητές τείνουν να μιμούνται τις στάσεις και τις συμπεριφορές των γονέων τους (Fredricks & Eccles, 2004, όπ. αναφ. στο Lauer et al., 2010). Στα προαναφερθέντα θα πρέπει να προστεθεί και η παρεχόμενη από τους γονείς συναισθηματική υποστήριξη. Κατ' αυτόν τον τρόπο οι γονείς βοηθούν τα παιδιά τους να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες που ενδεχομένως να προκύψουν, να αντλήσουν ικανοποίηση από τις αγωνιστικές τους εμπειρίες και να εξελιχθούν (Fredricks & Eccles, 2005, Fraser-Thomas et al., 2008).

Καταδεικνύεται επομένως πως οι γονείς μπορούν να επηρεάσουν θετικά ή αρνητικά τα παιδιά τους, συμβάλλοντας στη δέσμευσή τους απέναντι στο άθλημα με το οποίο ασχολούνται ή αντίθετα στην εγκατάλειψή του. Πιο συγκεκριμένα κάποιες γονικές συμπεριφορές έχουν διασυνδεθεί με την εκδήλωση σημαντικών προβλημάτων που ανακύπτουν στους νεαρούς αθλητές σε πληθώρα αθλημάτων, μεταξύ των οποίων και στην αντισφαίριση. Στην αγωνιστική αντισφαίριση οι γονείς λειτουργώντας ως φορείς αντιλήψεων, στάσεων και αξιών για τις εξελίξεις, τις επιδόσεις και τα επιτεύγματα στο άθλημα, επηρεάζουν ανάλογα τα παιδιά τους. Ένα σύνολο θετικών αποτελεσμάτων, συμπεριλαμβανόμενης της απόλαυσης, της αυξημένης αντίληψης, της ανάπτυξης κινήτρων, της δέσμευσης και της διαρκούς συμμετοχής, συνδέονται με το κατάλληλο είδος γονικής υποστήριξης (Knight & Holt, 2014). Όταν αντιθέτως οι γονείς ασκούν πίεση στο παιδί τους ή καλλιεργούν υψηλές προσδοκίες για τις επιδόσεις του, μπορεί ενδεχομένως να διαμορφώσουν μια σειρά από δυσμενείς συνέπειες, όπως αυξημένο άγχος, φόβο αποτυχίας, σύγκρουση, ακόμα και εγκατάλειψη του αθλήματος με το οποίο ασχολείται (Sagar

& Lavallee, 2010). Σε παρόμοια συμπεράσματα καταλήγουν και ο Gould και η ομάδα συνεργατών του σε εξειδικευμένη έρευνά τους στο πεδίο της αντισφαίρισης, αναφέροντας πως η συστηματική ώθηση από την πλευρά των γονέων οι νεαροί τενίστες να αγωνίζονται σε υψηλό επίπεδο και να διενεργούν έντονες προπονήσεις καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, επιφέρει ψυχολογική πίεση και πρόκληση σωματικών τραυματισμών, με αποτέλεσμα πολλές φορές οι αθλητές να αναπτύσσουν αρνητική στάση απέναντι στο άθλημα και να το εγκαταλείπουν (Gould et al., 2006).

Λαμβάνοντας υπόψη τα προαναφερόμενα, η παρούσα εργασία θα εστιάσει στο άθλημα της αντισφαίρισης και στις επιδράσεις που μπορεί η γονική εμπλοκή να ασκήσει σε νεαρούς αθλητές/τριες αγωνιστικού επιπέδου. Στο πρώτο κεφάλαιο το οποίο αποτελεί την εισαγωγική ενότητα, παρουσιάζεται ο σκοπός της εργασίας, ενώ γίνεται αναφορά στη σημασία της μελέτης, στη μεθοδολογία που θα εφαρμοστεί καθώς και στους περιορισμούς που τίθενται, ενώ παραθέτονται και κάποιοι απαραίτητοι εννοιολογικοί προσδιορισμοί. Στο δεύτερο και στο τρίτο κεφάλαιο αντίστοιχα, αναλύεται η επίδραση της γονικής εμπλοκής γενικότερα στον αθλητισμό και ειδικότερα στο άθλημα της αντισφαίρισης, ενώ γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στο πώς αυτή εκδηλώνεται και τι συνέπειες επιφέρει στα πλαίσια του διπλού ρόλου γονέα-προπονητή. Ακολουθεί κεφάλαιο στο οποίο αναλύεται η σημασία της εκπαίδευσης των γονέων καθώς και οι στόχοι και τα αποτελέσματα των εκπαιδευτικών δράσεων που τους αφορούν. Η εργασία ολοκληρώνεται με το πέμπτο και το έκτο κεφάλαιο, στα οποία γίνεται συζήτηση με βάση τα πορίσματα των ερευνών και παρουσιάζονται συμπεράσματα και προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

1.2 Σημασία της μελέτης

Η εξειδίκευση στον αθλητισμό αποτελεί ένα σημαντικό ζητούμενο στις σύγχρονες κοινωνίες (Harwood et al., 2019). Υπό αυτό το πρίσμα καταβάλλεται όλο και μεγαλύτερη προσπάθεια για την κατανόηση της διαδικασίας ανάπτυξης αθλητικών ταλέντων, με τη διαδικασία αυτή να εκκινεί από μικρή ηλικία. Αν και ο ρόλος των

προπονητών χαρακτηρίζεται πολύ σημαντικός για την αθλητική ανάπτυξη ενός παιδιού, φαίνεται πως αναλογεί και στους γονείς ένα μεγάλο μέρος της συμβολής στην ανάπτυξη του ταλέντου των νεαρών αθλητών/τριών. Οι γονείς μαζί με τους προπονητές και τους αθλητές θεωρείται ότι αποτελούν μέρη ενός “αθλητικού τριγώνου” εντός του οποίου αναπτύσσονται σχέσεις αλληλεπίδρασης που μπορούν να λάβουν διάφορες μορφές και να επηρεάσουν αναλόγως την ψυχολογία των νεαρών αθλητών. Οι γονείς μπορούν να επηρεάσουν τη σχέση προπονητή – αθλητή με θετικές παρεμβάσεις που μπορεί να ενισχύσουν την εγγύτητα και την εμπιστοσύνη, ενώ οι προπονητές μπορούν να αξιοποιήσουν τα θετικά στοιχεία των γονικών συμπεριφορών, όπως είναι το ειλικρινές ενδιαφέρον των γονέων για το παιδί τους και η διάθεσή τους να το υποστηρίξουν στην προσπάθειά του (Smoll et al., 2011).

Πράγματι, στον νεανικό αθλητισμό οι γονείς διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο υποστηρίζοντας τα παιδιά τους ώστε να μπορούν να προπονούνται, να συμμετέχουν σε αγωνιστικές διαδικασίες και να προοδεύουν (Wuerth et al., 2004). Φαίνεται μάλιστα πως ο ρόλος των γονέων στην ανάπτυξη κινήτρων είναι καθοριστικότερος σε παιδιά και εφήβους που ασχολούνται με ατομικά αθλήματα, όπως η αντισφαίριση (Dorsch et al., 2015, Harwood & Swain, 2002). Επομένως είναι ιδιαίτερα σημαντικό να κατανοηθεί η λειτουργία του γονέα στα πλαίσια του αθλήματος της αντισφαίρισης και να καθοδηγηθούν κατάλληλα οι γονείς προκειμένου να λειτουργήσουν αποτελεσματικά ως προς την υποστήριξη του παιδιού τους, συμβάλλοντας στην πλήρη ανάπτυξη των αθλητικών του δυνατοτήτων (Gould et al., 2008).

Στην αγωνιστική αντισφαίριση η συμβολή των γονέων κρίνεται απαραίτητη, καθώς είναι ερευνητικά τεκμηριωμένο πως ένας αριθμός θετικών αποτελεσμάτων, συμπεριλαμβανόμενης της απόλαυσης, της αυξημένης αντίληψης, της διαρκούς συμμετοχής και της αυξημένης παρακίνησης συνδέονται με γονείς που παρέχουν στα παιδιά τους το σωστό είδος υποστήριξης (Knight & Holt, 2014).

Ωστόσο, όταν οι γονείς υποστηρίζουν τα παιδιά τους με λανθασμένο τρόπο, όπως για παράδειγμα ασκώντας υπερβολική πίεση ή έχοντας υπέρμετρα υψηλές προσδοκίες για αυτά, μπορούν να προκύψουν μια σειρά από δυσμενείς συνέπειες, όπως αυξημένο άγχος, φόβος αποτυχίας, σύγκρουση, ακόμα και εγκατάλειψη του αθλήματος από το παιδί (Gould et al., 2006, Gould et al, 2016, Salla & Michel, 2014). Διαφαίνεται επομένως η μεγάλη σημασία της διερεύνησης του γονικού ρόλου στην εξέλιξη των νεαρών παικτών αντισφαίρισης, προκειμένου να προσδιοριστούν οι μορφές γονικής υποστήριξης που μπορούν να επηρεάσουν με θετικό τρόπο τους νεαρούς αθλητές.

1.3 Μεθοδολογία

Η μεθοδολογία που επιλέχθηκε για την εκπόνηση της εργασίας είναι εκείνη της βιβλιογραφικής ανασκόπησης. Η συγκεκριμένη μέθοδος κρίνεται κατάλληλη για την αποτύπωση των πορισμάτων της υπάρχουσας ερευνητικής διαδικασίας αναφορικά με ένα συγκεκριμένο θέμα, ενώ διαφαίνονται παράλληλα και πεδία τα οποία προσφέρονται για μελλοντική έρευνα. Για τη διεξαγωγή της απαιτείται η αξιοποίηση κατάλληλων λέξεων-κλειδιών προκειμένου να καθοριστεί με μεγαλύτερη ακρίβεια το πεδίο της έρευνας και να εντοπιστούν οι καταλληλότερες πηγές από τις διαδικτυακές βάσεις δεδομένων (Bryman, 2017). Στην εκπόνηση της παρούσας εργασίας αξιοποιήθηκε η πλατφόρμα “Google Scholar”, ενώ οι λέξεις-κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν ήταν οι εξής: “parental involvement”, “competitive anxiety”, “sports motivation”, “youth tennis”, καθώς και οι φράσεις “parental involvement in tennis”, “parents and tennis success”, “the role of parents in tennis”. Τέλος, θα πρέπει να σημειωθεί ότι επιλέχθηκαν έρευνες από την ξενόγλωσσα βιβλιογραφία, συγκεκριμένα την αγγλική, δημοσιευμένες σε επιστημονικά περιοδικά, που κατά το μεγαλύτερο μέρος τους αφορούσαν την τελευταία 20ετία. Αξιοποιήθηκαν επίσης κείμενα προερχόμενα από επιστημονικά συγγράμματα για τη σύνδεση της άσκησης με την ψυχική ευεξία, τη διατύπωση των εννοιολογικών ορισμών και τη συνοπτική παρουσίαση του αθλήματος της αντισφαίρισης.

1.4 Οριοθέτηση της μελέτης και περιορισμοί της έρευνας

Η συγκεκριμένη εργασία έχει σαν στόχο να εξετάσει την επίδραση της γονικής εμπλοκής στους νεαρούς αθλητές αντισφαίρισης και πιο συγκεκριμένα τη συμβολή των γονέων στην ανάπτυξη κινήτρων, τη διαχείριση του άγχους και την αντιληπτή αθλητική ικανότητα των αθλητών. Οι κύριοι περιορισμοί που εντοπίζονται αφορούν στο γεγονός ότι για τους σκοπούς της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της βιβλιογραφικής ανασκόπησης. Αυτό σημαίνει ότι η εργασία βασίστηκε σε δευτερογενή ερευνητικά δεδομένα, καθώς εξετάστηκαν τα ευρήματα προηγούμενων μελετών. Επιπροσθέτως δεν εξετάστηκε η επίδραση άλλων παραμέτρων που μπορούν να επηρεάσουν τους νεαρούς αθλητές αντισφαίρισης, όπως είναι οι σχέσεις με τους συναθλητές τους και η αντιμετώπισή τους από τον προπονητή τους.

1.5 Λειτουργικοί ορισμοί

Στο σημείο αυτό κρίνεται σκόπιμο να διευκρινιστούν κάποιοι βασικοί όροι οι οποίοι θα αναφερθούν στη συνέχεια του κειμένου της εργασίας, και πιο συγκεκριμένα η γονική εμπλοκή, τα εσωτερικά και τα εξωτερικά κίνητρα καθώς και η έλλειψη κινήτρων, ο προσανατολισμός στο εγώ” και στο “έργο” και το άγχος (σωματικό, γνωστικό, προαγωνιστικό).

- **Γονική εμπλοκή:** ορίζεται ως ο τρόπος με τον οποίο ένας γονέας εκδηλώνει το ενδιαφέρον του για το παιδί του, επιδιώκει να ενημερώνεται για σημαντικά θέματα που το αφορούν και γενικότερα συμμετέχει ενεργά στη ζωή του (Grolnick & Ryan, 1989, όπ. αναφ. στο Holt et al., 2009). Στα πλαίσια αυτής της εργασίας ο όρος μπορεί να αξιοποιηθεί συμπεριλαμβάνοντας τις γονικές συμπεριφορές που στοχεύουν στην υποστήριξη του παιδιού στα πλαίσια της αθλητικής του δραστηριότητας.
- **Εσωτερικά και εξωτερικά κίνητρα και έλλειψη κινήτρων:** τα πρώτα αφορούν την εσωτερική παρακίνηση του ατόμου και συνδέονται με την ικανοποίηση και την ευχαρίστηση που νιώθει το ίδιο όταν επιτυγχάνει ένα

στόχο, ενώ τα δεύτερα αφορούν εξωτερική παρακίνηση, παράγοντες δηλαδή εξωγενείς προς το άτομο, οι οποίοι συμβάλλουν με διάφορους τρόπους στην ενεργοποίησή του. Κατ'αυτόν τον τρόπο το άτομο μπορεί να υπολογίζει σε κάποια εξωτερική αμοιβή για την πράξη του, την οποία αναγνωρίζει ως σημαντική και χρήσιμη και τη συνδέει με την κοινωνική αποδοχή. Η έλλειψη κινήτρων αφορά την κατάσταση της απουσίας κινήτρων κατά την οποία το άτομο αισθάνεται ανίκανο να ενεργήσει και να ασκήσει έλεγχο στη συμπεριφορά του (Weinberg & Gould, 2018).

- Άγχος: ορίζεται ως η “αρνητική συναισθηματική κατάσταση στην οποία τα συναισθήματα νευρικότητας, ανησυχίας και φόβου σχετίζονται με την ενεργοποίηση ή τη διέγερση του σώματος” (Weinberg & Gould, 2018, σελ. 123). Στον αθλητισμό το άγχος είναι μια απάντηση στο αντιλαμβανόμενο στρες που συνδέεται με την ικανότητα απόδοσης σε μια αθλητική δραστηριότητα που γίνεται υπό συνθήκες πίεσης (Cheng, Hardy & Markland, 2009, όπ. αναφ. στο Weinberg & Gould, 2018).
- Γνωστικό και σωματικό άγχος: το πρώτο αφορά τη νοητική λειτουργία και μπορεί να περιλαμβάνει ανησυχία και δυσάρεστες σκέψεις για ένα επικείμενο γεγονός, ενώ το σωματικό άγχος περιλαμβάνει σωματικά συμπτώματα, όπως αυξημένο καρδιακό παλμό, εφίδρωση, σωματικό πόνο (Weinberg & Gould, 2018).
- Προαγωνιστικό άγχος: είναι μια κατάσταση με συναισθηματικές και σωματικές διαστάσεις που μπορεί να περιλαμβάνει ανησυχία, φόβο, αυξημένη νευρικότητα και σωματικά συμπτώματα όπως αυξημένο καρδιακό ρυθμό, πονοκέφαλο, δύσπνοια, ζαλάδα, κ.ά. Η εμφάνισή του συνδέεται με κάποια επικείμενη αγωνιστική διαδικασία (Weinberg & Gould, 2018.).
- Προσανατολισμός στο ‘εγώ’ ή προσανατολισμός στόχου στο αποτέλεσμα ή στον ανταγωνισμό: στην περίπτωση αυτή το άτομο λειτουργεί θέτοντας

ως στόχο του να ανταγωνιστεί τους άλλους και να τους ξεπεράσει. Συγκρίνει δηλαδή τα επιτεύγματά του και τις επιδόσεις του με εκείνα των άλλων (Weinberg & Gould, 2018).

- Προσανατολισμός στο ‘έργο’: το άτομο θέτει ως στόχο του τη βελτίωση των ατομικών του επιδόσεων. Μέτρο σύγκρισης δεν είναι οι άλλοι, αλλά ο εαυτός του (Weinberg & Gould, 2018).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: Η ΓΟΝΙΚΗ ΕΜΠΛΟΚΗ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

2.1 Γονική εμπλοκή & ατομικά γνωρίσματα γονέων αθλητών

Ο σημαίνων ρόλος της γονικής εμπλοκής στο χώρο του αθλητισμού έχει διασυνδεθεί με το γεγονός πως οι γονείς επιτελούν ρόλους συμπεριφορικών προτύπων, λειτουργώντας διαμεσολαβητικά στη διαμόρφωση του τρόπου με τον οποίο τα παιδιά τους αντιλαμβάνονται τις αθλητικές εμπειρίες τους (Fredricks & Eccles, 2005). Οι αξίες, οι πεποιθήσεις και οι στάσεις του γονέα καθώς και ο τρόπος με τον οποίο αυτά επικοινωνούνται στο παιδί του, είναι καθοριστικής σημασίας για την αντίστοιχη ανάπτυξη των αξιών, των πεποιθήσεων και των στάσεων του ίδιου του παιδιού απέναντι στον αθλητισμό (Kimiecik & Horn, 2012, Barnes et al., 2015).

Ο βαθμός εμπλοκής των γονέων έχει διαπιστωθεί ότι επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό τη θετική ή αρνητική αντίληψη των παιδιών ως προς τη συμμετοχή τους σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες. Παρά το γεγονός ότι η γονική επίβλεψη των αθλητικών δραστηριοτήτων των παιδιών θεωρείται μια κατά βάση θετική συνθήκη, ωστόσο δεν είναι λίγες οι έρευνες οι οποίες επισημαίνουν ότι η αυξημένη γονική εμπλοκή μπορεί να επιφέρει αρνητικές επιπτώσεις στα αθλητικά επιτεύγματα των παιδιών. Πιο συγκεκριμένα, οι γονείς που έχουν υψηλές προσδοκίες από τα παιδιά τους, συχνά αναπτύσσουν ελεγκτική συμπεριφορά και καταδεικνύουν τιμωρητική διάθεση σε περίπτωση μη πραγματοποίησης των επιθυμητών αθλητικών επιτευγμάτων. Κατ' αυτόν τον τρόπο έχει διαπιστωθεί πως συμβάλλουν στο να αναπτύξουν οι νεαροί αθλητές φοβικά συναισθήματα απέναντι στην αθλητική αποτυχία και να εστιάσουν υπερβολικά στις συνέπειές της ως προς την αθλητική τους καριέρα, συνθήκη που αποτελεί ιδιαίτερα ψυχοπαιδαγωγικό παράγοντα, καθώς τους προκαλεί άγχος, ένταση και ανησυχία (Sagar & Lavallee, 2010).

Οι Côte et al., (2007) υποστηρίζουν ότι υπάρχουν συμπεριφορές γονέων οι οποίες μπορεί να επηρεάσουν σημαντικά την πορεία των νεαρών αθλητών, οδηγώντας τους είτε στην εγκατάλειψη, είτε στη δέσμευση και την περαιτέρω συμμετοχή τους στο άθλημα. Με βάση το αναπτυξιακό μοντέλο αθλητικής συμμετοχής που

υιοθετούν, ο νεαρός αθλητής διέρχεται συνήθως από τρία στάδια κατά την αθλητική εξέλιξή του. Το πρώτο στάδιο αφορά τη μίμηση, στο οποίο διέρχονται συνήθως οι νεαροί αθλητές από την ηλικία των 6 έως των 12 ετών. Σε αυτό το στάδιο τα παιδιά συμμετέχουν σε πολλά και διαφορετικά αθλήματα, προκειμένου να εντοπίσουν αυτό που τους αρέσει περισσότερο. Το στάδιο της εξέλιξης χαρακτηριστικό γνώρισμα του οποίου αποτελεί ο περιορισμός του πλήθους των αθλημάτων και η επικέντρωση σε κάποια ή σε κάποιο από αυτά, αφορά παιδιά ηλικίας 13 έως 15 ετών. Κατά το στάδιο της δέσμευσης από το οποίο διέρχονται οι αθλητές από την ηλικία των 16 ετών και πάνω, είναι το χρονικό σημείο όπου δεσμεύονται για το άθλημα της επιλογής τους. Η υποστήριξη που παρέχει το γονικό περιβάλλον σε καθένα από αυτά τα στάδια συμβάλλει καθοριστικά είτε στην εγκατάλειψη, είτε στη δέσμευση του νεαρού αθλητή με το άθλημα.

Έχει διαπιστωθεί επιστημονικά ότι οι γονείς που κατά το στάδιο της εξέλιξης και της δέσμευσης παρεμβαίνουν στην προπονητική διαδικασία όταν παρακολουθούν τα αγωνίσματα των παιδιών τους, τα πιέζουν να συνεχίσουν ένα άθλημα ή τα ανταμείβουν μόνο για τις καλές επιδόσεις τους, ωθούν συνήθως τους νεαρούς αθλητές στην εγκατάλειψη, καθώς οι προαναφερόμενες συμπεριφορές λειτουργούν παρεμποδιστικά της αθλητικής εξέλιξης (Gould et al. 2006, Lauer et al., 2010). Από την άλλη πλευρά, οι γονείς που στηρίζουν τους νεαρούς αθλητές άνευ όρων, που διατηρούν ανοιχτή και ελεύθερη επικοινωνία μαζί τους όταν τα παιδιά δηλώνουν την επιθυμία τους να διακόψουν ένα άθλημα και παράλληλα τους παρέχουν επιλογές ως προς την απόφασή τους, έχει διαπιστωθεί ότι συμβάλλουν στην ισχυρότερη δέσμευσή τους με το άθλημα στο οποίο εμπλέκονται (Fraser-Thomas et al., 2008). Η υπερ-εμπλοκή των γονέων στις αθλητικές δραστηριότητες των παιδιών, η προπονητική διάθεση τους και η άσκηση αυστηρής κριτικής, λειτουργεί ενισχυτικά της αθλητικής εγκατάλειψης από την πλευρά των παιδιών. Αντιστοίχως, συμπεριφορές υπο-εμπλοκής λαμβάνονται από την πλευρά των παιδιών ως έλλειψη εκδήλωσης της αγάπης και του ενδιαφέροντος του γονέα προς αυτά, με αποτέλεσμα πολλές φορές να εγκαταλείπουν επίσης το άθλημα (Gould et al., 2006).

Κάποια ατομικά γνωρίσματα των γονέων επηρεάζουν τη συμμετοχή τους στην αθλητική δραστηριότητα των παιδιών τους. Μεταξύ αυτών εξέχουσα θέση κατέχει η προσωπική αθλητική εμπειρία των γονέων. Έχει διαπιστωθεί πως εάν οι γονείς κατά το παρελθόν είχαν ασχοληθεί με το άθλημα στο οποίο επιδίδεται το παιδί τους, τότε θεωρούν ότι είναι σε θέση να παρέχουν την κατάλληλη ανατροφοδότηση προς αυτό, ενώ σε πολλές περιπτώσεις δεν εγκρίνουν τις γνώσεις τρίτων (Holt et al., 2009, Woodcock et al., 2011). Επιπροσθέτως η προγενέστερη αθλητική εμπειρία των γονέων φαίνεται να συνδέεται και με το ζήτημα της εγκατάλειψης του αθλήματος. Αναλυτικότερα έχει υποστηριχθεί από νεαρούς αθλητές που έχουν εγκαταλείψει αθλητικές δραστηριότητες, πως η πίεση που βίωναν από τους γονείς τους να παραμείνουν στο άθλημα και να έχουν τη μέγιστη δυνατή απόδοση σε αυτό, συνδέεται άμεσα με το γεγονός πως οι ίδιοι οι γονείς, όταν είχαν καταπιαστεί με ίδιο ή άλλο άθλημα, δεν είχαν βιώσει την επιτυχία ή αντιθέτως είχαν υψηλό αγωνιστικό επίπεδο, με αποτέλεσμα να επιθυμούν την ίδια συνθήκη και για τα παιδιά τους. Το έντονο συναίσθημα που βιώνουν πολλοί γονείς να ζουν μέσα από τις επιτυχίες των παιδιών τους, επιφέρει αρνητικές επιπτώσεις στη συναισθηματική κατάσταση των τελευταίων, με συνέπεια να οδηγούνται πολλές φορές στην εγκατάλειψη των αθλητικών δραστηριοτήτων που εμπλέκονται (Fraser-Thomas et al., 2008).

Τέλος ακόμη ένα ατομικό γνώρισμα του γονέα που φαίνεται ότι επηρεάζει την αθλητική πορεία των παιδιών αποτελεί το δημογραφικό στοιχείο του φύλου. Συγκεκριμένα έχει διαπιστωθεί πως οι μητέρες είναι περισσότερο υποστηρικτικές στην εμπλοκή τους σε σχέση με τους πατέρες, οι οποίοι φαίνεται να εκφράζουν περισσότερο καθοδηγητική συμπεριφορά απέναντι στους νεαρούς αθλητές (Wuerth et al., 2004). Έχει επίσης διαπιστωθεί ότι οι αθλητές που έχουν καλή σχέση ειδικότερα με τη μητέρα τους δεσμεύονται πολύ περισσότερο στο άθλημα που επιτελούν, με συνέπεια να το συνεχίζουν (Ullrich-French & Smith, 2009).

2.2 Επιθυμητή γονική συμπεριφορά και αντιλαμβανόμενη γονική εμπλοκή

Στα πλαίσια της επιθυμητής συμμετοχής τους στις αθλητικές δραστηριότητες των παιδιών τους, οι γονείς πρέπει να επιδιώκουν τη διασφάλιση υψηλής ποιότητας

αλληλεπιδράσεων με τα παιδιά τους αλλά και με το ευρύτερο περιβάλλον του αθλήματος, όπως για παράδειγμα τους γονείς άλλων παιδιών, τους συμπαίκτες αλλά και τους προπονητές. Έχει καταδειχθεί πως ο έπαινος σε περίπτωση που τα παιδιά επιτύχουν το επιθυμητό αθλητικό αποτέλεσμα ή αντιθέτως η κριτική ως συνέπεια των χαμηλών αθλητικών επιδόσεων, αποτελούν σημαντικές πηγές πληροφόρησης για τα παιδιά όσον αφορά την αξιολόγηση των επιδόσεών τους, που συμβάλλουν κατ' επέκταση στη διαμόρφωση της αυτοεικόνας τους (Giannitsopoulou et al., 2010, Marsh et al., 2015). Έχει ερευνητικά τεκμηριωθεί πως βασική πτυχή της θετικής γονικής εμπλοκής, αποτελεί, όχι ο συμβουλευτικός ρόλος των γονέων σε ζητήματα αθλητικής τεχνικής και τακτικής, αλλά αντιθέτως ο απλός σχολιασμός της προσπάθειάς τους. Επιπροσθέτως πρέπει να υπάρχει σύμπλευση μεταξύ της λεκτικής και της μη λεκτικής συμπεριφοράς των γονέων, καθώς και συμπεριφορική συνέπεια σε σχέση με τους κανόνες του αθλήματος (Knight et al., 2010). Η στρατηγική της εποικοδομητικής κριτικής έχει διαπιστωθεί πως συμβάλλει στην θετική εξέλιξη των νεαρών αθλητών (Woodcock et al., 2011).

Στα γνωρίσματα της θετικής γονικής εμπλοκής έχει επίσης συνεκτιμηθεί η ενσυναίσθηση, η κατανόηση και η ερμηνεία δηλαδή των συναισθημάτων του παιδιού αλλά και του ίδιου του γονέα. Η ενσυναίσθηση συμβάλλει στην ανάπτυξη του κατάλληλου συναισθηματικού κλίματος, το οποίο χρειάζεται το παιδί προκειμένου να αισθανθεί ασφαλές, να νιώσει πως το στηρίζουν και το κατανοούν. Στις στρατηγικές θετικής εμπλοκής συμπεριλήφθηκε επίσης η δημιουργία κινήτρων, τα οποία μπορούν να λειτουργήσουν περισσότερο δεσμευτικά στους νεαρούς αθλητές ως προς τη συνέχιση της ενασχόλησης με το άθλημα (Knight & Holt, 2014).

Επιπροσθέτως έχει διαπιστωθεί πως η πρακτική και συναισθηματική βοήθεια των γονέων στην προετοιμασία των αθλητών πριν από τον αγώνα, η υποστήριξη όλης της ομάδας σε περίπτωση ομαδικών αθλημάτων και όχι μόνο του αθλητή, η κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των γονέων, των αθλητών και των προπονητών, ο έλεγχος των συναισθημάτων του γονέα κατά τη διάρκεια του αγώνα, συμβάλλουν

στην ανάπτυξη θετικής γονικής συμπεριφοράς και κατ' επέκταση στη θετική γονική εμπλοκή (Knight et al., 2011, Knight & Holt, 2014).

Επίσης οι γονείς οι οποίοι περνούν χρόνο με το παιδί τους, ψυχαγωγούνται και προβαίνουν από κοινού με αυτό σε δραστηριότητες εκτός του αθλητικού πλαισίου, ενισχύουν την καλή μεταξύ τους σχέση. Αυτή η υγιής σχέση που δομείται σταδιακά συμβάλλει ώστε, ιδιαίτερα κατά την ευαίσθητη περίοδο της εφηβείας, ο νεαρός αθλητής να ισορροπήσει συναισθηματικά και να διατηρήσει την ενεργή εμπλοκή του στο άθλημα με το οποίο ασχολείται (Lauer et al., 2010). Όταν το παιδί μεγαλώνει σε ένα δημοκρατικό οικογενειακό περιβάλλον με πεποιθήσεις οι οποίες λειτουργούν υποστηρικτικά και ενισχυτικά της φυσικής δραστηριότητας, ενώ παράλληλα η επικοινωνία με τους γονείς του βασίζεται σε ειλικρινή και σαφή πλαίσια, έχει διαπιστωθεί πως οδηγείται στο να αναγνωρίσει και να υιοθετήσει την αξία της άσκησης, όπως επίσης και τα σημαντικά οφέλη που προσφέρει η ενασχόλησή του με τον αθλητισμό (Barnes et al., 2015, Kimiecik & Horn, 2012).

Οι Kanters et al., (2008) εμπλούτισαν την ερευνητική διαδικασία αναδεικνύοντας μία ενδιαφέρουσα παράμετρο, εκείνη της αντιλαμβανόμενης γονικής εμπλοκής. Διαπίστωσαν συγκεκριμένα πως συχνά υπάρχει απόκλιση μεταξύ του τρόπου με τον οποίο γονείς και παιδιά αντιλαμβάνονται τις γονικές παρεμβάσεις στην αθλητική δραστηριότητα του παιδιού. Έτσι τα παιδιά συχνά θεωρούν ότι οι γονείς τους και συγκεκριμένα οι πατέρες ασκούν σε αυτά μεγαλύτερη πίεση από εκείνη που οι γονείς, από τη δική τους πλευρά πιστεύουν πως ασκούν στα παιδιά τους. Όσον αφορά επομένως την αντιλαμβανόμενη γονική εμπλοκή έχει διαπιστωθεί πως ο τρόπος συμπεριφοράς των γονέων και μετάδοσης των αξιών και των προσδοκιών τους προς τα παιδιά τους, μπορεί να διαφέρει σημαντικά από τον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά τον αντιλαμβάνονται, με αποτέλεσμα τη δημιουργία συγκρουσιακού κλίματος. Παραδείγματος χάρη, το θετικό αξιακό πλαίσιο του γονέα για τον αθλητισμό και οι υψηλές προσδοκίες για αθλητική επιτυχία του παιδιού του, μπορεί από την πλευρά του παιδιού να κατανοηθούν ως υπερ-εμπλοκή προκαλώντας σημαντική πίεση και άγχος.

Η αντιλαμβανόμενη γονική εμπλοκή ως μια ψυχοπιεστική κατάσταση από την πλευρά του παιδιού, είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τις προσωπικές ανάγκες του και ως εκ τούτου μπορεί να λάβει υποκειμενικό χαρακτήρα. Πιο συγκεκριμένα έχει διαπιστωθεί ότι υπάρχουν παιδιά που βιώνουν την μέτρια εμπλοκή των γονέων τους ως κατάλληλη, ενώ άλλα θεωρούν ότι είναι πιεστική ή ανεπαρκής. Αναλόγως η χαμηλή γονική εμπλοκή βιώνεται είτε ως ανεπαρκής, είτε ως περισσότερο κατάλληλη. Η αυξημένη γονική εμπλοκή δεν ασκεί πάντοτε αρνητική επίδραση στους νεαρούς αθλητές, καθώς αρκετοί την κατανοούν ως επιβράβευση και μεγαλύτερη συναισθηματική στήριξη (Marsh et al., 2015, Schmid et al., 2015).

2.3 Ο ρόλος της γονικής εμπλοκής στην ανάπτυξη προαγωνιστικού άγχους και στην παρακίνηση των νεαρών αθλητών/αθλητριών

Με βάση την υπάρχουσα βιβλιογραφία, η ποιότητα της γονικής εμπλοκής, η οποία συνδέεται με διάφορες διαστάσεις της, όπως είναι η υποστήριξη, η ένταση, οι προσδοκίες και η αποδοχή κοινής στοχοθεσίας μεταξύ γονέων και αθλητών, μπορεί να λειτουργήσει είτε πιεστικά, είτε παρακινητικά στους αθλητές (Bois et al., 2009, Fredricks & Eccles, 2005). Μέσα από τη διερεύνηση της επίδρασης που μπορεί να έχει η γονική συμπεριφορά στην ψυχολογική κατάσταση των νεαρών αθλητών, έχει διαπιστωθεί η θετική συσχέτιση μεταξύ της γονικής πίεσης και του προαγωνιστικού άγχους (Bois et al., 2009, Salla & Michel, 2014).

Επιπροσθέτως, έρευνες έχουν καταδείξει ότι χρειάζεται να υπάρχει συμφωνία μεταξύ των αντιλήψεων του γονικού περιβάλλοντος και των αντιλήψεων των νεαρών αθλητών αναφορικά με την ποιότητα της γονικής εμπλοκής και της έκτασης που πρέπει αυτή να λαμβάνει. Η μη τήρηση αυτής της συνθήκης έχει ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη συμπεριφορών από την πλευρά των γονέων, οι οποίες μπορεί να εκληφθούν ως ακατάλληλες και πιεστικές από τους νεαρούς αθλητές, με συνέπεια την ανάπτυξη προαγωνιστικού άγχους και ενδεχόμενη κατάληξη την παραίτησή τους από το άθλημα (Kanters et al., 2008). Επιπλέον, το προαγωνιστικό άγχος έχει διασυνδεθεί με τις μη ρεαλιστικές προσδοκίες των γονέων από τα παιδιά τους και την υπερ-εμπλοκή. Αντιθέτως, οι νεαροί αθλητές που αντιλαμβάνονται τις

προσδοκίες των γονιών τους ως ρεαλιστικές και θεωρούν την εμπλοκή τους ως ενθάρρυνση για την επίτευξη ακόμα υψηλότερων αθλητικών στόχων, παρουσιάζουν χαμηλότερο επίπεδο προαγωνιστικού άγχους (Lafferty & Dorrell, 2006).

Η γονική εμπλοκή ως παράγοντας παρακίνησης έχει διαπιστωθεί ότι λαμβάνει χώρα κυρίως μέσω της παροχής ψυχαγωγικών κινήτρων και κινήτρων απόλαυσης από την πλευρά των γονέων προς τους αθλητές, κινήτρων εκμάθησης νέων δεξιοτήτων όπως και εμπλουτισμού των ήδη υπαρχουσών και κινήτρων προκειμένου οι αθλητές να αναπτύσσουν πνεύμα συναγωνισμού και ομαδικότητας (Weinberg & Gould, 2018, Smoll et al., 2011). Ως γονικές συμπεριφορές που θεωρούνται από τους ίδιους τους νεαρούς αθλητές ως σημαντικές για την παρακίνησή τους, αναφέρονται η παροχή υποστήριξης με παράλληλη παραχώρηση αυτονομίας και η αποφυγή ελεγκτικών συμπεριφορών οι οποίες επιφέρουν αντίθετο αποτέλεσμα ενισχύοντας το θυμό και τη σύγκρουση. Έχει καταδειχθεί επίσης πως οι γονείς παρακινούν τους νεαρούς αθλητές είτε με λεκτική ανατροφοδότηση, είτε μέσω συμπεριφορικής ενδυνάμωσης. Ερευνητικά έχει διαπιστωθεί ότι οι αθλητές που δέχονται θετική λεκτική ανατροφοδότηση και εποικοδομητικές κριτικές, επηρεάζονται θετικά ως προς την αθλητική παρακίνησή τους, ενώ συμβαίνει επίσης και το αντίστροφο. Η θετική ενίσχυση έχει διασυνδεθεί επιπλέον και με την παροχή υλικοτεχνικού εξοπλισμού από την πλευρά των γονέων (Keegan et al, 2010).

Επιπροσθέτως, η γονική εμπλοκή που είναι προσανατολισμένη στο έργο, εστιάζει δηλαδή στην βελτίωση των ικανοτήτων του νεαρού αθλητή και στην υποστήριξη της τελειοποίησης των δεξιοτήτων του, έχει διαπιστωθεί ότι συμβάλλει στη θετική ψυχολογική παρακίνησή του (Sánchez-Miguel et al., 2013). Ο Sánchez-Miguel και οι συνεργάτες του επιχειρήσαν να διερευνήσουν τη σχέση μεταξύ των γονικών συμπεριφορών και της παρακίνησης των παιδιών, την λειτουργία και την έλλειψη κινήτρων, καθώς και του αισθήματος απόλαυσης που προκύπτει από τη συμμετοχή στην αθλητική δραστηριότητα. Από τα πορίσματα της έρευνας προέκυψε ένας θετικός συσχετισμός της γονικής υποστήριξης στο άθλημα στο οποίο επιδίδεται το

παιδί τους και του αισθήματος απόλαυσης από την αθλητική του συμμετοχή. Επιπρόσθετα η αντιλαμβανόμενη μεγαλύτερη γονική πίεση είχε σαν αποτέλεσμα αυξημένο βαθμό μη κινητοποίησης και μικρότερο βαθμό απόλαυσης από την πλευρά των παιδιών.

Ωστόσο πρέπει να ληφθεί υπόψη πως η εμπλοκή των γονέων ως προς την παρακίνηση των νεαρών αθλητών σχετίζεται στενά και με τα προσωπικά κίνητρα που έχουν τα ίδια τα άτομα. Τα προσωπικά κίνητρα μπορεί να είναι είτε εσωτερικά, είτε εξωτερικά. Όπως ήδη αναφέρθηκε στην εισαγωγική ενότητα, εσωτερικό κίνητρο θεωρείται για παράδειγμα η προσωπική επιθυμία του ατόμου για επίτευξη των στόχων του, βελτίωση των δεξιοτήτων του και αθλητική επιτυχία. Ως εξωτερικά κίνητρα θεωρούνται η επιθυμία για κοινωνική αναγνώριση, δημοσιότητα, φήμη και οικονομικές απολαβές. Ερευνητικά έχει διαπιστωθεί πως η ύπαρξη εσωτερικών και εξωτερικών κινήτρων σχετίζεται με την αντιλαμβανόμενη από το παιδί θετική γονική εμπλοκή. Συγκεκριμένα έχει καταδειχθεί πως το κλίμα παρακίνησης ενδυναμώνεται όταν η γονική εμπλοκή είναι προσανατολισμένη στο έργο, καθώς συνδέεται με υψηλά επίπεδα εσωτερικών κινήτρων από την πλευρά των νεαρών αθλητών (O'Rourke et al., 2013). Τα προαναφερόμενα, λειτουργώντας συνδυαστικά με το κοινωνικό περιβάλλον των νεαρών αθλητών, δηλαδή τους προπονητές, τους γονείς και τους συνομηλίκους, διαδραματίζουν σημαίνοντα ρόλο ως προς την παρακίνησή τους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: Η ΓΟΝΙΚΗ ΕΜΠΛΟΚΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ

3.1. Το άθλημα της αντισφαίρισης

Η αντισφαίριση είναι ένα άθλημα με μεγάλη παγκόσμια απήχηση. Θεωρείται ένα προσιτό άθλημα καθώς απευθύνεται σε ένα ευρύ ηλικιακό φάσμα, με άτομα πολύ μικρής έως και αρκετά προχωρημένης ηλικίας να ασχολούνται με αυτό, ενώ προτιμάται και από τα δύο φύλα. Κάποια ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του αθλήματος που συμβάλλουν στην προσιτότητα και στη δημοφιλία του είναι το γεγονός ότι οι προπονήσεις και τα παιχνίδια μπορούν να λάβουν χώρα καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, το παιχνίδι μπορεί να διεξαχθεί με μόνο δύο παίκτες, ενώ ο απαραίτητος εξοπλισμός και οι αθλητικές εγκαταστάσεις, τουλάχιστον σε ερασιτεχνικό επίπεδο, δεν είναι ιδιαίτερα κοστοβόρα. Επιπρόσθετα αποτελεί για τους συμμετέχοντες μια αθλητική δραστηριότητα ευχάριστη, που σε γενικές γραμμές, τουλάχιστον στο ερασιτεχνικό επίπεδο, δεν επιφέρει μεγάλη καταπόνηση στον οργανισμό, διατηρώντας ωστόσο όλα τα ευεργετικά οφέλη της άσκησης. Τα τελευταία 20 έτη παράλληλα με την αύξηση των αθλούμενων που ασχολούνται ερασιτεχνικά με την αντισφαίριση ως μια αθλητική δραστηριότητα του ελεύθερου χρόνου, έχει αυξηθεί και ο αριθμός εκείνων που ασχολούνται με το άθλημα σε αγωνιστικό επίπεδο. Η ενασχόληση παικτών από περισσότερες χώρες σε επίπεδο πρωταθλητισμού έχει συμβάλει στη διαφήμιση του αθλήματος μέσω της προβολής των αγώνων από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και στην προσέλκυση κατ'αυτόν τον τρόπο νέων αθλητών (Γρίβας, 2015).

Τα οφέλη που μπορεί ο αθλούμενος να αποκομίσει από την ενασχόλησή του με την αντισφαίριση είναι πολλαπλά και αφορούν τη σωματική, αλλά και την ψυχική υγεία και ευεξία. Οι Groppe & Di Nubile (2009) σε μια ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας αναφέρουν τη σημαντική συμβολή του αθλήματος στην αύξηση του προσδόκιμου ζωής, με μείωση του κινδύνου θανάτου από διάφορες ασθένειες κατά πενήντα τοις εκατό (Paffenbarger et al., 1993, όπ. αναφ. στο Groppe & Di Nubile, 2009). Το τένις συμβάλλει σημαντικά στην υγεία των οστών και στη μυϊκή ενδυνάμωση, με τις βάσεις για ένα δυνατό και υγιές σκελετικό σύστημα να τίθενται

από τη μικρή ηλικία (Pluim et al, 2007, όπ. αναφ. στο Groppe & Di Nubile, 2009). Η τακτική ενασχόληση με το άθλημα προάγει επίσης την συνολική υγεία και την ενδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος, καθώς συνδέεται με την υιοθέτηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής (Schneider & Greenburg, 1992, όπ. αναφ. στο Groppe & Di Nubile, 2009) και συμβάλλει στην ενδυνάμωση, ενώ παράλληλα βελτιώνει την ισορροπία, την ευελιξία και το συντονισμό κινήσεων (Groppe & Di Nubile, 2009).

Σημαντική είναι η συμβολή της αντισφαίρισης εκτός από τη σωματική και στην ψυχική υγεία. Οι παίκτες μαθαίνουν να διαχειρίζονται την πίεση κατά τη διάρκεια των αγώνων, να ανακάμπτουν μετά από μια αποτυχία, να αναδιοργανώνονται και να συνεχίζουν και αυτές οι δεξιότητες δεν εφαρμόζονται μόνο στα γήπεδα, καθώς είναι δεξιότητες ζωής (Loehr & Schwartz, 2004, όπ. αναφ. στο Groppe & Di Nubile, 2009). Τα παιδιά και οι έφηβοι παίκτες τένις μαθαίνουν να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τόσο τη νίκη όσο και την ήττα, αναπτύσσουν κίνητρα επιτυχίας και παρουσιάζουν χαμηλότερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης. Θετική επίδραση φαίνεται να υπάρχει και αναφορικά με τις επιτελικές λειτουργίες των παιδιών και των εφήβων, όπως στην νοητική ευελιξία και στην εργαζόμενη μνήμη, αλλά και στην αναστολή των παρορμήσεων (Ishihara et al., 2018). Επιπλέον το τένις βοηθάει στην ανάπτυξη αυτοπεποίθησης, ενώ προάγει την ομαδικότητα, τον αυτοσεβασμό και τον σεβασμό προς τους άλλους, την ειλικρίνεια και την εντιμότητα, συμβάλλοντας κατ' αυτόν τον τρόπο στη συνολική ανάπτυξη των παιδιών και των εφήβων (Daino, 1985, Brown, 2006, όπ. αναφ. στο Groppe & Di Nubile, 2009).

3.2 Η επίδραση της γονικής εμπλοκής στο άθλημα της αντισφαίρισης

Στα πλαίσια των ατομικών αθλημάτων έχει ερευνητικά τεκμηριωθεί πως η εμπλοκή των γονέων στην αθλητική συμμετοχή των παιδιών τους είναι καθοριστικότερης σημασίας για την ψυχολογία και την απόδοση των νεαρών αθλητών/αθλητριών συγκριτικά με εκείνη σε αθλήματα που χαρακτηρίζονται ως ομαδικά (Dorsch et al., 2015). Η αντισφαίριση, τα πολλαπλά οφέλη της οποίας παρουσιάστηκαν σε προηγούμενη ενότητα, εντάσσεται στην κατηγορία των

ατομικών αθλημάτων και λόγω των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών και απαιτήσεων του αθλήματος αποτελεί ιδανικό πεδίο προκειμένου να διερευνηθεί η γονική επίδραση στην αθλητική δραστηριότητα του παιδιού.

Πιο συγκεκριμένα, ο Gould και οι συνεργάτες του σε έρευνα που πραγματοποίησαν στο πεδίο του συγκεκριμένου αθλήματος, επισήμαναν πως η ενασχόληση ενός παιδιού με την αντισφαίριση σε επίπεδο αγωνιστικό συνεπάγεται μια σημαντική οικονομική επιβάρυνση για τη οικογένεια, καθώς το άθλημα εντάσσεται στην κατηγορία των “ακριβών αθλημάτων”. Ο κοστοβόρος χαρακτήρας του αθλήματος συνδέεται με μεγαλύτερη γονική εμπλοκή, καθώς οι γονείς αναμένουν έστω και υποσυνείδητα, μία κατά κάποιον τρόπο "ανταπόδοση" που θα έρθει μέσω της αγωνιστικής επιτυχίας και της διάκρισης. Η γονική εμπλοκή είναι μεγαλύτερη και λόγω του ότι το συγκεκριμένο άθλημα είναι ατομικό, εκτός δηλαδή του πλαισίου του σχολικού αθλητισμού, ενώ μεγάλη σημασία έχει και το γεγονός πως ακόμα και νεαροί ηλικιακά αθλητές που είναι αναμενόμενο να υποστηρίζονται από τους γονείς τους, φτάνουν να αγωνίζονται σε πολύ υψηλό επίπεδο. Οι γονείς στις περιπτώσεις αυτές, προκειμένου το παιδί τους να μπορεί να προετοιμαστεί κατάλληλα και να συμμετάσχει σε αγώνες, χρειάζεται να διαθέσουν εκτός από χρήματα και αρκετό χρόνο (Jordan, 1993, Moore, 2006, όπ. αναφ. στο Gould, 2008). Οι ερευνητές επισημαίνουν ωστόσο πως οι οικονομικές απολαβές των αθλητών όταν καταφέρουν να διακριθούν σε ένα υψηλό επίπεδο είναι αντίστοιχα υψηλές (Gould et al., 2006).

Στην αντισφαίριση επομένως είναι αρκετά συνηθισμένη η παρουσία των γονέων, όχι μόνο κατά τη διάρκεια της αγωνιστικής διαδικασίας αλλά και πριν από αυτήν -κατά τη διαδικασία δηλαδή της προπόνησης- και μετά από αυτήν. Λόγω της συστηματικής παρουσίας τους, οι γονείς ασκούν σημαντική επίδραση στους νεαρούς αθλητές (Harwood & Swain, 2002). Σημαντικός αριθμός ερευνών έχει εστιάσει στις συμπεριφορές των γονέων και στη διερεύνηση του τρόπου αλληλεπίδρασης με το παιδί τόσο κατά τη διάρκεια των αθλητικών αγώνων όσο και πριν και μετά από αυτούς. Ορισμένες από τις έρευνες επικεντρώνονται στις απόψεις των προπονητών σχετικά με τους τρόπους με τους οποίους οι γονείς

επιδρούν στην αθλητική εμπειρία των παιδιών τους, κάποιες αφορούν τους ίδιους τους γονείς, ενώ κάποιες άλλες εστιάζουν στις απόψεις που εκφράζουν οι ίδιοι οι νεαροί αθλητές.

Οι Harwood & Knight (2009) σε ποιοτική έρευνα που διεξήγαγαν, αναγνωρίζοντας τη σημαντική επίδραση του γονικού άγχους στην ψυχολογία του παιδιού, διερεύνησαν την ψυχολογική πίεση και το άγχος που αντιμετωπίζουν οι γονείς νεαρών παικτών αντισφαίρισης πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη διεξαγωγή του αγώνα. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 22 γονείς νεαρών αθλητών, μεταξύ των οποίων 14 μεμονωμένοι συμμετέχοντες (9 μητέρες και 5 πατέρες) καθώς και 4 ζεύγη γονέων, τα παιδιά των οποίων ήταν διαφόρων ηλικιών και βρισκόνταν σε 3 διαφορετικά επίπεδα της αθλητικής τους εξέλιξης. Στο σημείο αυτό της έρευνας αξιοποιήθηκε το μοντέλο που πρότεινε ο Côté, στο οποίο αναφέρονται 4 στάδια εμπλοκής με το άθλημα. Το μοντέλο καλύπτει την ηλικιακή περίοδο από τα πρώιμα παιδικά χρόνια ως και την προχωρημένη εφηβεία (Côté, 1999, όπ. αναφ. στο Harwood & Knight, 2009). Η έρευνα των Harwood & Knight περιορίστηκε στα 3 πρώτα στάδια και συγκεκριμένα σε εκείνα του πειραματισμού, της εξειδίκευσης και της δέσμευσης με το άθλημα, καθένα από τα οποία χαρακτηρίζεται από διαφορετικές εμπειρίες και υποχρεώσεις για τους νεαρούς αθλητές αλλά και για τους γονείς τους, οι οποίοι καλούνται να ανταποκριθούν αποτελεσματικά στους ρόλους τους, γεγονός που τους προκαλεί πίεση και άγχος. Το εργαλείο που χρησιμοποιήθηκε για τη συλλογή του ερευνητικού υλικού ήταν η ημι-δομημένη συνέντευξη. Τα πορίσματα της έρευνας ανέδειξαν 3 διαστάσεις του άγχους των γονέων. Η οργανωτική διάσταση αφορά ανάγκες οικονομικής υποστήριξης της προσπάθειας του παιδιού, τη διάθεση του απαιτούμενου χρόνου από την πλευρά των γονέων και την ανάγκη παροχής καθοδήγησης. Η ανταγωνιστική διάσταση αφορά τα επίπεδα απόδοσης του παιδιού, τις αγωνιστικές του επιδόσεις και τη διαχείριση ζητημάτων συμπεριφοράς που μπορεί να προκύψουν στους αγώνες. Τέλος, η αναπτυξιακή διάσταση του άγχους περιλαμβάνει τις προοπτικές εξέλιξης του παιδιού στο άθλημα και την ανάγκη λήψης κρίσιμων αποφάσεων για το μέλλον του παιδιού, όπως είναι για παρά-

δειγμα ο ορισμός προτεραιοτήτων. Κατά το αρχικό στάδιο, εκείνο του πειραματισμού στο άθλημα όταν οι προσδοκίες δεν είναι ιδιαίτερα υψηλές, το αναπτυξιακό άγχος είναι λιγότερο συγκριτικά με τα επόμενα στάδια. Οι γονείς των παιδιών που βρίσκονται στο στάδιο της συστηματικής προσπάθειας των παιδιών τους για ανέλιξη καθώς και στο στάδιο της επένδυσης στη μελλοντική θετική τους πορεία έχουν εντονότερο οργανωτικό άγχος, ενώ φαίνεται πως η παρουσία ανταγωνιστικού άγχους χαρακτηρίζει και τα τρία στάδια. Η επιτυχία και η ευτυχία του παιδιού, ανεξαρτήτως του αναπτυξιακού σταδίου στο οποίο βρίσκεται, είναι ζητούμενο για κάθε γονέα, ενώ επιπλέον συντελείται μια ταύτιση των γονέων με τα παιδιά τους (Smoll και Cumming, 2001, όπ. αναφ. στο Harwood & Knight, 2009). Όλο αυτό έχει σαν αποτέλεσμα, καταστάσεις οι οποίες πιέζουν ή απογοητεύουν το παιδί να βιώνονται με ανάλογο τρόπο και από τον γονέα, ο οποίος προσπαθεί μεταξύ άλλων να διατηρήσει μια θετική δημόσια εικόνα. Οποιαδήποτε συμπεριφορά του παιδιού βάζει την εικόνα αυτή, προκαλεί άγχος και συχνά αμήχανες αντιδράσεις στον γονέα και όλη αυτή η διαδικασία λειτουργεί εντέλει σαν ένας “φαύλος κύκλος”.

Ο Gould και οι συνεργάτες του πραγματοποίησαν μια έρευνα στις ΗΠΑ σε 250 προπονητές παιδικού τένις, οι οποίοι επιλέχθηκαν με κριτήριο τη σημαντική προπονητική τους εμπειρία, ενώ το δείγμα ήταν αντιπροσωπευτικό καθώς εκπροσωπούσε το σύνολο των περιοχών της χώρας. Ως εργαλείο συλλογής των δεδομένων αξιοποιήθηκε ερωτηματολόγιο με κλειστού τύπου ερωτήσεις 5βαθμης κλίμακας likert. Σύμφωνα με τα πορίσματα της έρευνας οι 132 προπονητές που τελικά ολοκλήρωσαν τη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων, αναγνώρισαν ότι υπάρχουν αρκετές γονικές συμπεριφορές με ευεργετική επίδραση στο παιδί. Σημαντικότερες μεταξύ αυτών θεωρήθηκε η παροχή αδιαπραγμάτευτης αγάπης και υποστήριξης ανεξαρτήτως του αγωνιστικού αποτελέσματος. Ως σημαντικές αναφέρθηκαν επίσης η κάλυψη των αναγκών μετακίνησης και των οικονομικών απαιτήσεων, η αναγνώριση της αυτονομίας του παιδιού όταν βρίσκεται στο γήπεδο και γενικότερα η υιοθέτηση μιας θετικής στάσης. Οι προπονητές φαίνεται να αναγνωρίζουν τη σημαντικότητα του ρόλου των γονέων στην εξέλιξη των νεαρών παικτών, ενώ επιπλέον θεωρούν ότι ένα σημαντικό ποσοστό των γονέων

-περισσότεροι από τους μισούς- ασκούν θετική επιρροή στα παιδιά τους, συμβάλλοντας με ουσιαστικό τρόπο στην αθλητική τους επιτυχία. Επισημαίνουν ωστόσο πως παρ' όλο που μεγάλος αριθμός γονέων παρέχει στα παιδιά του θετική υποστήριξη, συχνά οι γονείς με ακατάλληλη συμπεριφορά ελκύουν την προσοχή περισσότερο. Πολύ σημαντικό παράγοντα της γονικής εμπλοκής θεωρούν οι προπονητές την καλλιέργεια και την ενίσχυση από την πλευρά των γονέων, σημαντικών αξιών, στάσεων και συνθηθειών που συνδέονται με την αθλητική επιτυχία, όπως η εργατικότητα, η θετική στάση ζωής και η διατήρηση της στοχοπροσήλωσης στην επιτυχία. Στον αντίποδα, οι προπονητές θεωρούν ως συμπεριφορές με αρνητική επίδραση στα παιδιά την υπερβολική έμφαση στο νικηφόρο αποτέλεσμα, τα επικριτικά σχόλια αν το αποτέλεσμα της αγωνιστικής προσπάθειας δεν είναι το επιθυμητό, την άσκηση πίεσης στο παιδί προκειμένου να παίξει και να αποδώσει και την καλλιέργεια ανέφικτων προσδοκιών. Τέτοιες συμπεριφορές αυξάνουν το άγχος, οδηγούν συχνά σε ψυχολογικά προβλήματα και αντί να κινητοποιήσουν το παιδί επιφέρουν το αντίθετο αποτέλεσμα, οδηγώντας στην απουσία κινήτρων (Gould et al., 2006).

Σε ανάλογη έρευνα, στην οποία ωστόσο αξιοποιήθηκε η ποιοτική ερευνητική μεθοδολογία και συγκεκριμένα οι ομάδες εστίασης, το δείγμα αποτέλεσαν 14 προπονητές αγωνιστικής αντισφαίρισης με μεγάλη προπονητική εμπειρία σε μικρές ηλικίες (5-10 ετών). Οι πιο σημαντικές δυσκολίες που ανέφεραν οι προπονητές σε σχέση με τις γονικές συμπεριφορές στα πλαίσια του αθλήματος της αντισφαίρισης αφορούσαν υπερβολικά υψηλές προσδοκίες για την επίδοση των παιδιών τους, υπερβολική έμφαση στη νίκη και συγκρίσεις των επιδόσεων του παιδιού τους με εκείνες άλλων αθλητών, ιδιαίτερα αυξημένα επίπεδα εμπλοκής στην αθλητική δραστηριότητα του παιδιού, μη αποτελεσματική επικοινωνία με το παιδί, καθώς και δυσκολίες στην κατανόηση από μέρους των γονέων των ιδιαίτερων απαιτήσεων του αθλήματος. Αναφορικά με την υπερ-εμπλοκή των γονέων, οι προπονητές επισημαίνουν ότι με αυτόν τον τρόπο δεν δίνεται η ευκαιρία στα παιδιά να βιώσουν την ικανοποίηση που απορρέει από την προσωπική προσπάθεια και γίνονται παθητικά. Η υπο-εμπλοκή ωστόσο θεωρείται εξίσου επιβλαβής, καθώς στους γονείς αναλογεί ο σημαντικός ρόλος της

συμβολής στη διαμόρφωση των αντιλήψεων και των στάσεων των παιδιών τους για την εμπιστοσύνη, τη δέσμευση, τη συνέπεια και την επιτυχία.

Οι προπονητές επισημαίνουν την ανάγκη επαναπροσδιορισμού της γονικής συμμετοχής σε μια θετική βάση. Συγκεκριμένα αναγνωρίζουν την ανάγκη αποτελεσματικότερης επικοινωνίας με τους γονείς, στα πλαίσια της οποίας θα ενισχυθεί ο συντονιστικός ρόλος που μπορούν να αναλάβουν. Θεωρούν επομένως πως οι γονείς μπορούν να έχουν ρόλο στο γήπεδο και να ενημερώνονται από τους προπονητές προκειμένου να υποστηρίξουν αποτελεσματικά την προσπάθεια του παιδιού τους. Διαπιστώνουν επιπλέον την ανάγκη να προσεγγίζουν τον κάθε γονέα ξεχωριστά προκειμένου να κατανοήσουν τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, ώστε να τον βοηθήσουν να αντιληφθεί πώς λειτουργεί το άθλημα και ποιοι είναι οι βασικοί στόχοι. Οι προπονητές καλούνται να εκπαιδεύσουν τους γονείς προκειμένου εκείνοι να μεταφέρουν τη γνώση τους στα παιδιά τους και να συμβάλλουν έτσι στην ενίσχυση των κινήτρων για συμμετοχή στο άθλημα και του αισθήματος απόλαυσης που απορρέει από τη συμμετοχή αυτή. Κατ'αυτόν τον τρόπο οι γονείς αναλαμβάνουν το ρόλο του εκπαιδευτή/διευκολυντή της συμμετοχής των παιδιών τους στην αντισφαίριση (Gould et al., 2016).

Ο Gould και η ομάδα συνεργατών του έδειξαν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την αξιοποίηση των προπονητών αντισφαίρισης ως δείγμα στις έρευνές τους, θεωρώντας πως οι προπονητές, λόγω της στενής επαφής και συνεργασίας τους με τους γονείς, είναι σε θέση να προσφέρουν αξιόπιστες πληροφορίες αναφορικά με την επίδραση της γονικής εμπλοκής στους νεαρούς τενίστες. Έτσι, εκτός από τις προαναφερόμενες έρευνες (Gould et al, 2006, Gould et al., 2016), εκπόνησαν μια ακόμα ποιοτική έρευνα σε δείγμα 24 προπονητών που εργάζονταν με υψηλού επιπέδου νεαρούς αθλητές αγωνιστικής αντισφαίρισης. Χρησιμοποίησαν και σε αυτή την έρευνα τις ομάδες εστίασης και ως εργαλείο συλλογής δεδομένων τη συνέντευξη. Στόχος τους ήταν η διερεύνηση τόσο των θετικών όσο και των αρνητικών γονικών παρεμβάσεων που έχουν ανάλογο αντίκτυπο στους αθλητές. Στα πλαίσια της έρευνας εξετάστηκαν σημαντικές παράμετροι, όπως οι

συμπεριφορές των γονέων που επηρεάζουν την ποιότητα της σχέσης γονέα-παιδιού και κατ'επέκταση το επίπεδο εμπλοκής του παιδιού στο άθλημα, ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούνται στο παιδί γονικές αντιλήψεις σχετικές με την αντισφαίριση και το αποτύπωμα αυτών των γονικών συμπεριφορών και αντιλήψεων στην ανάπτυξη κινήτρων στο παιδί.

Τα αποτελέσματα έδειξαν, σε συμφωνία με προγενέστερη έρευνα (Gould et al., 2006) πως οι προπονητές θεωρούσαν ότι η πλειοψηφία των γονέων λειτουργούν κατά τρόπο ώστε να ασκούν θετικές επιδράσεις στα παιδιά τους και μόνο μια μικρή μειοψηφία γονέων επιδρά αρνητικά, με τις αρνητικές συμπεριφορές ωστόσο να προβάλλονται περισσότερο, αλλοιώνοντας την πραγματική εικόνα. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η διαπίστωση πως η αρνητική επίδραση που ασκούν στο παιδί κάποιες γονικές συμπεριφορές οδηγεί τους προπονητές στην υιοθέτηση μιας προκατειλημμένης στάσης απέναντι στους γονείς, με αποτέλεσμα να επιδιώκουν να περιορίζουν την εμπλοκή των γονέων και την αλληλεπίδρασή τους με αυτούς. Στα πλαίσια της στάσης αυτής οι προπονητές επισημαίνουν πως η παρουσία των γονέων στο γήπεδο και οι παρεμβάσεις τους με τη χρήση ακατάλληλων σχολίων επιφέρει πίεση και άγχος στο παιδί. Θεωρούν πως οι γονείς μέσα από την υπερβολική τους εμπλοκή επιζητούν, πολλές φορές χωρίς να το αντιλαμβάνονται την επιστροφή ενός μέρους του οικονομικού και συναισθηματικού κεφαλαίου που έχουν επενδύσει στην ενασχόληση του παιδιού τους με την αγωνιστική αντισφαίριση. Αντιθέτως, γονείς που επικεντρώνονται στην ομαδική δουλειά, στη σταδιακή βελτίωση των επιδόσεων του παιδιού τους, και στη διασκέδαση και όχι στο νικηφόρο αποτέλεσμα, επηρεάζουν θετικά τους νεαρούς αθλητές, μεταβιβάζοντάς τους μια πιο θετική φιλοσοφία, όχι μόνο για το άθλημα, αλλά και για τη ζωή γενικότερα. Διαπιστώνεται μάλιστα η αναγκαιότητα κατάλληλης εκπαίδευσης των γονέων, προκειμένου να διευρύνουν τη συναισθηματική τους νοημοσύνη, ώστε να μπορούν να κατανοήσουν τα δικά τους συναισθήματα, αλλά και εκείνα των παιδιών τους. Οι γονείς αυτοί στηρίζουν τον προπονητή, εμπιστεύονται τη δουλειά του και έχουν την υπομονή να αναμένουν για μακροπρόθεσμα θετικά αποτελέσματα. Επικεντρώνονται στη συνολική ανάπτυξη των παιδιών τους, συμβάλλοντας με αυτόν τον τρόπο στην ανάπτυξη

κινήτρων και στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους, ενώ παράλληλα τα καθιστούν ικανά για αποτελεσματική διαχείριση της πίεσης και του άγχους (Gould et al., 2008).

Στη βιβλιογραφία εντοπίζονται και έρευνες οι οποίες μελέτησαν από κοινού τις απόψεις προπονητών και γονέων αναφορικά με τις πρακτικές που μπορούν να επιφέρουν θετικά αποτελέσματα στην εξέλιξη των αθλητών και των αθλητριών αντισφαίρισης. Η Young με στόχο να μελετήσει τη σχέση αλληλεπίδρασης που σημειώνεται μεταξύ προπονητών και γονέων, χρησιμοποίησε σαν δείγμα 10 γονείς κορυφαίων αθλητριών αντισφαίρισης και 10 προπονητές. Αξίζει να επισημανθεί πως οι γονείς ήταν και οι ίδιοι αθλητές τένις, κάποιιοι με διακρίσεις στο άθλημα. Οι ερωτώμενοι απάντησαν σε 3 ερωτήσεις ανοιχτού τύπου και τα αποτελέσματα της έρευνας κατέδειξαν πως όλοι αναγνώρισαν πως γονείς και προπονητές πρέπει να λειτουργούν συμπληρωματικά μεταξύ τους ως ομάδα και να συνεργάζονται αποτελεσματικά με γνώμονα την υποστήριξη του αθλητή και την αθλητική επιτυχία. Ειδικότερα όσον αφορά το γονικό ρόλο οι προπονητές σε συμφωνία με τα ευρήματα των Gould και των συνεργατών του (Gould et al., 2006) αναφέρουν τη σημασία της υποστήριξης των γονέων προς το παιδί, συμπεριλαμβανόμενης και της οικονομικής υποστήριξης. Διαπιστώνουν επίσης πως οι γονείς επιδεικνύουν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη προς τους προπονητές σε σχέση με το παρελθόν από τη στιγμή που οι κόρες τους αγωνίζονται σε σημαντικές διοργανώσεις, περιορίζοντας τη δική τους εμπλοκή στην προπονητική καθοδήγηση. Ως γονικές συμπεριφορές που έχουν θετικό αντίκτυπο στις αθλήτριες, οι προπονητές αναφέρουν μεταξύ άλλων την ενίσχυση της υπευθυνότητας, την παροχή κατάλληλης συναισθηματικής υποστήριξης μετά την ήττα και την καλλιέργεια θετικής και αισιόδοξης στάσης, τη συνεργασία με τον προπονητή και την τήρηση των διακριτών ορίων των ρόλων προπονητή και γονέα (Young, 2011).

Ερευνητικό ενδιαφέρον υπάρχει και για την μελέτη των προτιμήσεων των ίδιων των αθλητών αντισφαίρισης αναφορικά με τη γονική συμπεριφορά. Η Knight και οι συνεργάτες της μελέτησαν τις προτιμήσεις που εξέφρασαν οι αθλητές για τις

γονικές συμπεριφορές που εκδηλώνονται στα πλαίσια αγώνων. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 42 έφηβοι παίκτες και παίκτριες αντισφαίρισης, 12-15 ετών με αθλητική εμπειρία 1-10 ετών. Ως μέθοδος συλλογής δεδομένων επιλέχθηκε εκείνη των ομάδων εστίασης ενώ ως εργαλείο συλλογής δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο με συνδυασμό διαφόρων τύπων ερωτήσεων. Αναφορικά με τα αποτελέσματα της έρευνας, μια θετική μορφή γονικής συμπεριφοράς που αναφέρθηκε από τους συμμετέχοντες ήταν η αποφυγή τεχνικών υποδείξεων καθώς και υποδείξεων σχετικών με την τακτική. Οι ερωτώμενοι έκριναν πως οι γονείς τους δεν διέθεταν την απαραίτητη κατάρτιση και τις εξειδικευμένες γνώσεις προκειμένου να τους καθοδηγήσουν. Ωστόσο στο σημείο αυτό θα πρέπει να αναφερθεί πως αν οι γονείς διαθέτουν υπόβαθρο στο άθλημα της αντισφαίρισης ανάλογο με των παιδιών τους, τότε εκείνα δέχονται με θετικό τρόπο τις υποδείξεις τους. Ως προτιμώμενες συμπεριφορές επιπλέον αναφέρθηκαν ο σχολιασμός της συνολικής προσπάθειας που έχει καταβάλει ο αθλητής και όχι της απόδοσης -και στο σημείο αυτό φαίνεται η ανησυχία των παιδιών για τις αντιδράσεις των γονέων τους σε ενδεχόμενη αποτυχία- η παροχή πρακτικών εφαρμόσιμων συμβουλών, η αναγνώριση και η τήρηση της εθιμοτυπίας του αθλήματος και τέλος, η συνδυαστική χρήση θετικών, ενισχυτικών σχολίων και ανάλογων μη λεκτικών συμπεριφορών (Knight et al., 2010). Θα πρέπει στο σημείο αυτό να αναφερθεί πως η ανησυχία των παιδιών για τις αντιδράσεις των γονέων σε ένα μη επιθυμητό αγωνιστικό αποτέλεσμα λειτουργεί ως παράγοντας πίεσης και άγχους που επηρεάζει την απόδοση των αθλητών και των αθλητριών (Lewis et al., 2017).

Σημαντική συμβολή στην μελέτη της γονικής εμπλοκής στην αντισφαίριση προσφέρει και μεταγενέστερη έρευνα των Knight & Holt (2014). Σε αυτήν η γονική εμπλοκή εμφανίζεται σαν μια μακράς διάρκειας εξατομικευμένη διαδικασία, η οποία μεταβάλλεται ανάλογα με τις ιδιαιτερότητες κάθε παιδιού αλλά και κάθε γονέα και διαμορφώνεται εντός του πλαισίου της συνολικής γονικής μέριμνας, στο οποίο λαμβάνει χώρα η ευρύτερη κοινωνικοποίηση του παιδιού. Επομένως μέσα σε αυτό το πλαίσιο θα πρέπει να αξιολογηθεί. Τα πορίσματα της έρευνας κατά τα

λοιπά ευθυγραμμίζονται με εκείνα του μεγαλύτερου μέρους της σχετικής βιβλιογραφίας, καθώς τονίζεται και εδώ η σημασία της ανάπτυξης κινήτρων προσανατολισμένων στο έργο με μείωση της έμφασης στο αγωνιστικό αποτέλεσμα, του θετικού σχολιασμού της προσπάθειας του παιδιού και της ατομικής βελτίωσης, της ανάπτυξης ενσυναίσθησης, της εκπαίδευσης των γονέων σχετικά με το άθλημα, της ενίσχυσης της αυτονομίας, καθώς και της συζήτησης μεταξύ γονέων και παιδιού για τους στόχους ενασχόλησης με την αντισφαίριση και τις προτιμώμενες γονικές συμπεριφορές (Gould et al., 2006, 2008, 2016, Harwood & Swain, 2002, Knight et al., 2010, Knight & Holt, 2014, Young, 2011).

Οι Wolfenden & Holt (2005) αξιοποίησαν την τεχνική της ημι-δομημένης συνέντευξης προκειμένου να διερευνήσουν τί πιστεύουν οι προπονητές, οι γονείς αλλά και οι ίδιοι οι αθλητές σχετικά με τους παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη του ταλέντου σε υψηλού επιπέδου νεαρούς αθλητές αντισφαίρισης. Το δείγμα στην έρευνά τους ήταν μικρό και αποτελούνταν από 3 εφήβους αθλητές και αθλήτριες, 4 γονείς και 2 προπονητές. Από την έρευνα προέκυψαν έξι είδη συμπεριφορών που ασκούν επίδραση στην ανάπτυξη ταλέντου στο συγκεκριμένο άθλημα. Μεταξύ αυτών αναφέρονται η υποστήριξη σε συναισθηματικό αλλά και σε πρακτικό επίπεδο (όπως η οικονομική υποστήριξη και η κάλυψη αναγκών μετακίνησης), η παροχή ενημέρωσης για το άθλημα, θυσίες που μπορεί να αφορούν τον χρόνο και την προσωπική ζωή, η άσκηση πίεσης και τέλος, η σχέση με τους προπονητές.

Αναφορικά με τη συναισθηματική υποστήριξη, ο σημαντικός ρόλος των γονέων αναγνωρίζεται τόσο από τους ίδιους τους αθλητές, όσο και από τους προπονητές τους. Αναφέρεται ωστόσο πως οι μητέρες παρέχουν μεγαλύτερη συναισθηματική υποστήριξη, ιδιαίτερα όσον αφορά την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης του παιδιού τους μετά από μια ήττα. Η οικονομική επιβάρυνση του οικογενειακού προϋπολογισμού αναφέρεται ως σημαντικό στοιχείο από τους γονείς, τους προπονητές και τους αθλητές, οι οποίοι μάλιστα προσδοκούν να ανταποδώσουν στο μέλλον μέρος των εξόδων που γίνονται, ενώ ως σημαντική προβάλλεται και η εξασφάλιση των

μετακινήσεων. Η παροχή καθοδήγησης αναγνωρίζεται ως αρμοδιότητα των προπονητών, με τους γονείς να προτιμάται να περιορίζονται στην κάλυψη του οικονομικού κόστους, των αναγκών μετακίνησης και της συναισθηματικής στήριξης.

Ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα ευρήματα που αφορούν την πίεση που υφίστανται οι νεαροί τενίστες καθώς, σύμφωνα με αναφορές των ίδιων των παικτών αλλά και των προπονητών τους, ένα μεγάλο μέρος της συνδέεται με την υπερ-εμπλοκή των γονέων. Οι γονείς συχνά υπερβαίνουν τα όρια του ρόλου τους και αναλαμβάνουν άτυπα το ρόλο προπονητή, κάνοντας τεχνικά σχόλια και υποδείξεις, με τις συμπεριφορές αυτές να εκλαμβάνονται ως άσκηση πίεσης από τους αθλητές. Ως μια έμμεση μορφή πίεσης αναφέρεται από τους αθλητές και η καλλιέργεια υψηλών προσδοκιών από τους γονείς τους για τις αγωνιστικές επιδόσεις. Σε ανάλογα συμπεράσματα για το αρνητικό αντίκτυπο της γονικής υπερ-εμπλοκής κατέληξαν και οι Salla & Michel (2014). Αξιοποιώντας δείγμα 210 νεαρών αθλητών αντισφαίρισης υψηλού αγωνιστικού επιπέδου και των γονέων τους, οι οποίοι συμπλήρωσαν σχετικά ερωτηματολόγια, κατέληξαν στο συμπέρασμα πως η υπερ-εμπλοκή των γονέων σχετίζεται με την ανάπτυξη άγχους στα παιδιά καθώς και με ευρύτερες αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική τους υγεία.

Παρά τις αρνητικές επιπτώσεις που μπορεί να επιφέρει, η υπερ-εμπλοκή των γονέων εμφανίζεται ως αναπόφευκτη στα πλαίσια του διπλού ρόλου γονέα/προπονητή. Οι ιδιαιτερότητες αυτής της σχέσης κατά την οποία ο γονέας είναι ταυτόχρονα και προπονητής του παιδιού του στο ομαδικό ή στο ατομικό άθλημα με το οποίο εκείνο ασχολείται, θα παρουσιαστούν στην επόμενη ενότητα.

3.3 Ο διπλός ρόλος του γονέα- προπονητή

Οι ρόλοι που μπορούν να αναλάβουν οι γονείς στα πλαίσια της εμπλοκής τους στις αθλητικές δραστηριότητες των παιδιών τους έχουν ήδη αναπτυχθεί σε προηγούμενη υποενότητα της παρούσας εργασίας, όπως επίσης έχει αναλυθεί και το “αθλητικό τρίγωνο” στα πλαίσια του οποίου αλληλοεπιδρούν οι γονείς με τα παιδιά και τους προπονητές. Υπάρχει ωστόσο και ένας σημαντικός αριθμός γονέων που αναλαμβάνουν οι ίδιοι το ρόλο του προπονητή των παιδιών τους. Πρόκειται

για το “διπλό ρόλο” γονέα-προπονητή και υπάρχουν έρευνες στην ξενόγλωσση βιβλιογραφία που διερευνούν αυτήν την ιδιόμορφη και πολύπλοκη σχέση στα πλαίσια διαφόρων αθλημάτων μεταξύ των οποίων και της αντισφαίρισης.

Οι Weiss & Fretwell (2005) διερεύνησαν τον διπλό ρόλο του γονέα/προπονητή στην αθλητική εμπειρία νεαρών παικτών ποδοσφαίρου αγωνιστικού επιπέδου. Στην έρευνά τους επέλεξαν ως δείγμα 6 νεαρούς παίκτες, τους πατέρες τους, οι οποίοι είχαν ταυτόχρονα το ρόλο του προπονητή τους καθώς και συμπαίκτες τους και κατ’ αυτόν τον τρόπο προέκυψαν 3 ομάδες ερωτώμενων. Ως εργαλείο συλλογής δεδομένων εφαρμόστηκαν ημι-δομημένες συνεντεύξεις, με κατάλληλα διατυπωμένες ερωτήσεις, διαφορετικές ανά ομάδα ερωτώμενων, προκειμένου να ενθαρρυνθεί η συμμετοχή όλων.

Από την έρευνα προέκυψαν ενδιαφέροντα αποτελέσματα. Οι αθλητές που είχαν τον πατέρα τους ως προπονητή ανέφεραν ως θετικά στοιχεία την απόλαυση κάποιων ιδιαίτερων προνομίων, την άμεση επιβράβευση που δέχονταν όταν πετύχαιναν κάποιο στόχο, την καθοδήγηση σε θέματα αθλητικής τεχνικής, τη δυνατότητα συμμετοχής τους στη λήψη αποφάσεων, την αφιέρωση μεγαλύτερης προσοχής, τη δυνατότητα ενίσχυσης της σχέσης γονέα- παιδιού και την ανάπτυξη κινήτρων. Αναφέρθηκαν ωστόσο και κάποια αρνητικά στοιχεία, όπως η άσκηση μεγαλύτερης πίεσης και οι υψηλότερες απαιτήσεις, η πιο συχνή εκδήλωση αρνητικών συναισθηματικών αντιδράσεων, η έντονη εκδήλωση απογοήτευσης και η άσκηση αυστηρής κριτικής, η ανεπάρκεια ενσυναίσθησης και η άδικη αντιμετώπιση προς το παιδί. Κάποια παιδιά ανέφεραν επίσης πως η συγγενική σχέση τους με τον προπονητή είχε αρνητικό αντίκτυπο στη σχέση με τους συμπαίκτες τους, οι οποίοι συχνά θεωρούσαν, κάτι το οποίο επιβεβαιώνεται και παρακάτω, πως ο συναθλητής τους λόγω της σχέσης του με τον προπονητή δέχεται ευνοϊκή διακριτική μεταχείριση.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει και η οπτική των γονέων/προπονητών, οι οποίοι αναφέρουν ως θετικά επακόλουθα αυτής της σχέσης τη δυνατότητα να βρίσκονται κοντά στα παιδιά τους και να συμβάλλουν στην εξέλιξή τους, την μεταλαμπάδευση αξιών και την ανάπτυξη δεξιοτήτων σημαντικών για τη ζωή τους συνολικά, αλλά

και την ανάπτυξη κινήτρων στους ίδιους ώστε να γίνουν καλύτεροι στη δουλειά τους. Ως αρνητικά αναφέρονται η δυσκολία συνδυασμού των δύο ρόλων λόγω της φύσης και των απαιτήσεών τους, συμπεριφορές του παιδιού που δηλώνουν ανυπακοή και αντίδραση, αμήχανη θέση απέναντι στους άλλους γονείς όταν πρέπει να οροθετηθεί ο ρόλος τους καθώς και δυσκολίες στην αντικειμενική αντιμετώπιση του παιδιού τους. Οι γονείς/προπονητές αναγνωρίζουν ότι ασκούν μεγαλύτερη πίεση στα δικά τους παιδιά και ότι είναι περισσότερο απαιτητικοί και αυστηροί απέναντί τους, ενώ αναφέρουν πως κάποιες φορές ευνοούν τους συμπαίκτες των παιδιών τους. Εν κατακλείδι δυσκολεύονται να διατηρήσουν τις ευαίσθητες ισορροπίες στην ιδιαίτερη αυτή σχέση.

Στα αποτελέσματα που αφορούν την οπτική των συμπαικτών εμφανίζεται διχογνωμία, με κάποια παιδιά να αναφέρουν πως υπάρχει ισότιμη αντιμετώπιση όλων των παικτών από τον προπονητή, πως δίνεται έμφαση στην ανάπτυξη κινήτρων και πως η όλη εμπειρία είναι διασκεδαστική, ενώ την ίδια στιγμή κάποια άλλα επισημαίνουν την ύπαρξη διακριτικής μεταχείρισης -κάτι το οποίο αναφέρουν και τα ίδια τα παιδιά των προπονητών- ενώ φτάνουν ακόμα και στο σημείο να αμφισβητούν τις ικανότητες του προπονητή. Συμπερασματικά η συγκεκριμένη έρευνα αναδεικνύει την ύπαρξη θετικών αλλά και αρνητικών πτυχών της σχέσης γονέα/προπονητή και παιδιού/αθλητή.

Οι Elliott & Drummond (2015) υπό το πρίσμα μίας κοινωνιολογικής οπτικής αναφέρονται στις επιδράσεις που ασκούν κοινωνικοί, πολιτικοί, ιστορικοί και πολιτισμικοί παράγοντες στις ανθρώπινες συμπεριφορές γενικά και ειδικότερα στον τρόπο με τον οποίο οι γονείς παρεμβαίνουν στην αθλητική δραστηριότητα των παιδιών τους. Σύμφωνα με τη θεωρία της “κοινωνικής κατασκευής” οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν στην καθημερινότητά τους και δίνουν νόημα στη δράση τους με τρόπους που είναι πολιτισμικά, ιστορικά και κοινωνικά κατασκευασμένοι. Αν η γονική εμπλοκή εξεταστεί κατ’ αυτόν τον τρόπο, προκύπτει το συμπέρασμα πως συγκεκριμένες μορφές γονικών συμπεριφορών, μεταξύ των οποίων και οι ρόλοι που αναλαμβάνουν οι γονείς κατά την ενασχόληση των παιδιών τους με τον αθλητισμό, αποτελούν “κοινωνικές κατασκευές” (Burt, 2003, όπ. αναφ. στο Elliott

& Drummond, 2017). Εκκινώντας από αυτήν την αφετηρία, οι ερευνητές αναφέρονται στον ιδιαίτερα πολύπλοκο ρόλο κατά τον οποίο ένας γονέας είναι ταυτόχρονα και προπονητής στην ομάδα που αγωνίζεται το παιδί του. Στόχος τους είναι η διερεύνηση της φύσης αυτού του ρόλου και των τρόπων με τους οποίους οι γονείς/προπονητές προσπαθούν να ανταπεξέλθουν στις αντικειμενικές δυσκολίες που προκύπτουν κατά την άσκησή του.

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 16 άνδρες που κατείχαν το διπλό ρόλο του γονέα/προπονητή σε παιδικές ομάδες ποδοσφαίρου. Στην έρευνα εφαρμόστηκε ποιοτική μεθοδολογία και το εργαλείο συλλογής δεδομένων ήταν η ημι-δομημένη συνέντευξη. Το συγκεκριμένο εργαλείο θεωρήθηκε καταλληλότερο προκειμένου να μπορέσουν οι συμμετέχοντες να εκφράσουν τις απόψεις και τα συναισθήματά τους και να αναδειχθεί το υποκειμενικό νόημα που ο καθένας από αυτούς αποδίδει στις συμπεριφορές του.

Τα αποτελέσματα της έρευνας διαφοροποιούνται σε σχέση με εκείνα της έρευνας των Weiss & Fretwell (2005) ως προς την έμφαση που δόθηκε στις αρνητικές πτυχές του ρόλου γονέα/προπονητή. Αναλυτικότερα, οι συνεντευξιαζόμενοι παρ' όλο που αναφέρουν κάποια θετικά στοιχεία, όπως η ικανοποίησή τους από το να προπονούν παιδιά και να τα παρακολουθούν να προοδεύουν και η συνακόλουθη πρόθεσή τους να συνεχίσουν την προπονητική τους δραστηριότητα, εστίασαν σε αρνητικές παραμέτρους, όπως η συστηματική έκθεσή τους σε σκόπιμη κριτική, η αποφυγή αναγνώρισης της αξίας του παιδιού τους και η ανάγκη δικαιολόγησης κάποιων συμπεριφορών και επιλογών τους. Αναφορικά με την πρώτη παράμετρο, την έκθεση δηλαδή σε σκόπιμη κριτική, μια αντικειμενική δυσκολία που καλούνται να αντιμετωπίσουν οι γονείς/προπονητές είναι η επιφυλακτική στάση και τα σχόλια των άλλων γονέων, που θεωρούν ότι το παιδί του προπονητή μπορεί να τύχει ευνοϊκότερης μεταχείρισης. Για το λόγο αυτό δηλώνουν ότι συχνά πιέζουν περισσότερο το παιδί τους ή είναι πιο αυστηροί απέναντί του. Στο σημείο αυτό υπάρχει συμφωνία με ανάλογα ευρήματα της έρευνας των Weiss & Fretwell (2005). Αναφέρεται επίσης ότι κάποια παιδιά στην ομάδα δεν συμμορφώνονται με τις υποδείξεις του προπονητή, ο οποίος συχνά αναγκάζεται να επιβαρρύνει με

αρνητικά σχόλια και παρατηρήσεις το δικό του παιδί, προκειμένου να επωφεληθούν οι υπόλοιποι αθλητές. Οι προπονητές ωστόσο διευκρινίζουν ότι αυτές οι πρακτικές λαμβάνουν χώρα στο γήπεδο, ενώ εξηγείται αργότερα από τους ίδιους στο παιδί τους η σκοπιμότητά τους.

Αναφορικά με την παράμετρο της αναγνώρισης της αξίας του παιδιού τους, οι προπονητές δηλώνουν πως είναι ιδιαίτερα φειδωλοί στην επιβράβευση που δίνουν στο παιδί τους ενώ δεν λειτουργούν έτσι με τους υπόλοιπους παίκτες. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να νιώθουν ενοχές γιατί δεν επιβραβεύουν πάντα με αντικειμενικό τρόπο τον καλύτερο παίκτη. Όσον αφορά την τρίτη παράμετρο, της δικαιολόγησης των συμπεριφορών τους, οι προπονητές επισημαίνουν πως συχνά προσφεύγουν σε συγκεκριμένες επιλογές γνωρίζοντας πως δεν είναι οι ενδεδειγμένες, προκειμένου να μπορέσουν να διαχειριστούν την επιφυλακτικότητα και την προκατειλημμένη στάση των άλλων γονέων, αλλά και των συναθλητών του παιδιού τους απέναντί τους. Αναφέρουν επίσης ότι είναι πιο δύσκολο να θέσουν όρια στην ομάδα στην οποία συμμετέχει το παιδί τους.

3.4 Ο διπλός ρόλος του γονέα - προπονητή στην αντισφαίριση

Η διερεύνηση της φύσης του διπλού ρόλου γονέα-προπονητή σε ένα ατομικό άθλημα όπως αυτό της αντισφαίρισης, παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Ο Schmid και οι συνεργάτες του σε έρευνα που πραγματοποίησαν στο πεδίο της γυναικείας αγωνιστικής αντισφαίρισης θέλησαν όπως οι Elliott & Drummond (2015) να δώσουν έμφαση στην ανάδειξη της υποκειμενικής νοηματοδότησης των εμπειριών που είχαν οι αθλήτριες από την προπονητική συνεργασία με τους πατέρες τους. Προκειμένου να επιτευχθεί ο στόχος αυτός χρησιμοποιήθηκαν συνεντεύξεις ανοικτού τύπου, οι οποίες πραγματοποιήθηκαν μέσω τηλεδιάσκεψης. Δίνεται κατ' αυτόν τον τρόπο η δυνατότητα αποτύπωσης σημαντικών μη λεκτικών στοιχείων της επικοινωνίας, όπως του τόνου της φωνής, της στάσης του σώματος, των χειρονομιών και των εκφράσεων του προσώπου, ενώ ευνοείται η ανάπτυξη ενός κλίματος οικειότητας και εμπιστοσύνης μεταξύ συνεντευκτών και συνεντευξιαζόμενων, απαραίτητου προκειμένου να εξωτερικευτούν προσωπικά βιώματα, σκέψεις και συναισθήματα. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 7 αθλήτριες που

συμμετείχαν στο κολλεγιακό πρωτάθλημα αντισφαίρισης, οι οποίες κατά το παρελθόν είχαν προπονητική συνεργασία με τους πατέρες τους που ήταν όλοι έμπειροι επαγγελματίες προπονητές.

Τα αποτελέσματα ήταν σε γενικές γραμμές σε συμφωνία με εκείνα της έρευνας των Elliott & Drummond (2015). Παρόλο που υπήρξαν αναφορές για κάποιες θετικές πτυχές της σχέσης προπονητή-γονέα και παιδιού-αθλητή, φαίνεται πως οι αρνητικές πτυχές που περιλαμβάνουν δυσκολίες, αρνητικές εμπειρίες και συναισθήματα, όπως επίσης δυσεπίλυτα προβλήματα και συγκρούσεις, τελικά ήταν επικρατέστερες. Σημαντικό στοιχείο βέβαια που πρέπει να ληφθεί υπόψη είναι το ότι οι συνεντευξιαζόμενες κλήθηκαν για τις ανάγκες της έρευνας να κάνουν μια αναδρομή σε προηγούμενες περιόδους της ζωής τους και να ερμηνεύσουν τις εμπειρίες τους, με το νόημα ωστόσο που τους αποδίδουν τη στιγμή της συνέντευξης. Αυτός άλλωστε ήταν και ο σκοπός της έρευνας, όχι απλά να παρατεθούν οι δυσκολίες που προκύπτουν στα πλαίσια της σχέσης προπονητή/γονέα και παιδιού/αθλητή, αλλά να ερμηνευθεί η σχέση αυτή από την πλευρά των αθλητριών.

Μεταξύ των θετικών στοιχείων που αναφέρθηκαν από κάποιες ερωτώμενες στην αρχή των συνεντεύξεων, ήταν η δυνατότητα να περνούν χρόνο με τον πατέρα τους, η ενίσχυση του δεσμού πατέρα-κόρης και η αίσθηση ότι απολαμβάνουν μεγάλο μέρος της προσοχής του, καθώς συμμετέχει με ουσιαστικό τρόπο στη ζωή τους. Καθώς όμως η διαδικασία των συνεντεύξεων εξελισσόταν και οι συνεντευκτές με κατάλληλες ερωτήσεις ενθάρρυναν τις ερωτώμενες να εμβαθύνουν, άρχισαν να αποκαλύπτονται και οι αρνητικές πτυχές της προπονητικής καθοδήγησής τους από τους πατέρες τους. Μια σημαντική δυσκολία που αναφέρθηκε ήταν η αδυναμία σαφούς οριοθέτησης των ρόλων του γονέα και του προπονητή, γεγονός που συχνά συνεπάγεται συγκρούσεις, στις οποίες δε δίνεται το περιθώριο να εκτονωθούν. Αναφέρθηκε επίσης από την πλειοψηφία των συνεντευξιαζόμενων η επισκίαση του γονικού ρόλου από εκείνον του προπονητή, με αποτέλεσμα ο οικογενειακός χρόνος που είναι απαραίτητος προκειμένου ο αθλητής να αποφορτιστεί και να χαλαρώσει, να μονοπωλείται από συζητήσεις και ενασχολήσεις σχετικές πάντα με την αντισφαίριση.

Ως αποτέλεσμα της αδυναμίας οριοθέτησης των ρόλων συχνά προκύπτουν όπως αναφέρεται συγκρούσεις λεκτικής μορφής, οι οποίες σε αρκετές περιπτώσεις επεκτείνονται και στο γονικό ζεύγος, έχοντας αρνητικό αντίκτυπο και στην υπόλοιπη οικογένεια και επηρεάζοντας τελικά τη δυναμική των οικογενειακών σχέσεων. Συγκεκριμένα οι ερωτώμενες αναφέρουν πως οι μητέρες συχνά παρεμβαίνουν προκειμένου να εξισορροπήσουν τις συγκρούσεις πατέρα και κόρης, γεγονός που σε κάποιες περιπτώσεις προκαλεί εντάσεις στη σχέση του ζευγαριού. Επιπλέον αναφέρονται και δυσκολίες στη σχέση των αθλητριών με τα αδέρφια τους, που στις περισσότερες περιπτώσεις ένιωθαν παραγκωνισμένα.

Μια σημαντική αρνητική πτυχή του διπλού ρόλου γονέα/προπονητή που αναδείχθηκε στην έρευνα αφορά καταχρηστικές συμπεριφορές, που περιλαμβάνουν την άσκηση πίεσης για πρόωρη ή εντατικότερη ενασχόληση με το άθλημα, για την καταβολή περισσότερης προσπάθειας ή για επίτευξη υψηλότερων επιδόσεων και όλα αυτά με τη χρήση χειριστικών συμπεριφορών και την άσκηση σε κάποιες περιπτώσεις συναισθηματικής κακοποίησης, όπως καλλιέργεια ενοχών, δημόσιος εξευτελισμός, φωνές, προσβλητικά σχόλια, κλπ. Κάποιες από τις συμμετέχουσες δήλωσαν πως η εσωτερίκευση της γονικής καταπίεσης είχε σαν αποτέλεσμα την ανάπτυξη κατάθλιψης και άγχους. Άλλες αρνητικές καταστάσεις που αναφέρθηκαν ήταν η έλλειψη αυτονομίας και η σχέση εξάρτησης των αθλητριών από τους πατέρες/προπονητές τους, η σκληρή κριτική και η απουσία θετικής ανατροφοδότησης και επαίνου. Αξίζει στο σημείο αυτό να αναφερθεί πως στις περισσότερες περιπτώσεις οι γονείς φαίνεται να μην έχουν επίγνωση του καταχρηστικού χαρακτήρα της συμπεριφοράς τους.

Αναφορικά με την ανάπτυξη κινήτρων, περισσότερες από τις μισές αθλήτριες δήλωσαν πως στην πλειονότητα των περιπτώσεων οι πατέρες/προπονητές έδιναν έμφαση στο νικηφόρο αποτέλεσμα και στις αγωνιστικές διακρίσεις, ενώ συχνά κατέφευγαν σε συγκρίσεις των παιδιών τους με άλλους αθλητές. Υπήρχαν ωστόσο και κάποιες περιπτώσεις που η έμφαση δόθηκε στην προσπάθεια και στη βελτίωση των ατομικών επιδόσεων. Οι συμμετέχουσες εξέφρασαν την ανάγκη τους να ευχαριστήσουν τον πατέρα τους και να κερδίσουν την αποδοχή του, κυρίως μέσα

από τη νίκη τους. Η αποδοχή του πατέρα δεν ήταν γι' αυτές κάτι αδιαπραγμάτευτο, καθώς συνδεόταν με το νικηφόρο αποτέλεσμα. Το αποτέλεσμα αυτό ωστόσο δεν ήταν πάντα δυνατό να επιτευχθεί, λόγω και των μη ρεαλιστικών προσδοκιών των γονέων/προπονητών από τις κόρες τους, με συνέπεια τη χαμηλή τους αυτοεκτίμηση.

Πολύ σημαντικά στοιχεία προέκυψαν στην έρευνα των Schmid et al. (2015) σχετικά με την επίδραση του διπλού ρόλου του προπονητή/γονέα κατά τη μετάβαση των αθλητριών στο κολεγιακό τένις. Η είσοδός τους στο χώρο αυτό όρισε την εκκίνηση μιας διαφορετικής αθλητικής και προπονητικής εμπειρίας και αλλαγές στη δυναμική της σχέσης με τον πατέρα τους. Η μετάβαση σηματοδότησε, στις περισσότερες τουλάχιστον περιπτώσεις, είτε την παύση της προπονητικής σχέσης πατέρα- κόρης, είτε τον περιορισμό του πατέρα στο ρόλο του συμβούλου-προπονητή. Αυτό επέτρεψε στις αθλήτριες να αναπτύξουν αυτονομία, υπευθυνότητα και δεξιότητες αυτορρύθμισης και να θέσουν τη σχέση με τον πατέρα τους σε νέα βάση, με σαφή καθορισμό των ρόλων και θετικές αλληλεπιδράσεις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ

4.1 Η αναγκαιότητα της εκπαίδευσης των γονέων

Στις έρευνες που παρουσιάστηκαν στην παρούσα εργασία έχει αναδειχθεί η σημαντικότητα της γονικής επίδρασης στα πλαίσια της ενασχόλησης με το άθλημα της αντισφαίρισης. Έχει ήδη αναφερθεί πως λόγω του ατομικού χαρακτήρα του αθλήματος, ο ρόλος των γονέων είναι καθοριστικότερος για την ψυχολογία και την αγωνιστική απόδοση των αθλητών και των αθλητριών (Dorsch et al., 2015), ενώ για τον ίδιο λόγο σημειώνονται και υψηλότερα επίπεδα γονικής συμμετοχής (Gould et al., 2006, Gould et al., 2008). Η συστηματική παρουσία των γονέων πριν, κατά τη διάρκεια, αλλά και μετά το πέρας της αγωνιστικής διαδικασίας και η σημαντική επίδρασή της στους αθλητές και στις αθλήτριες διαπιστώνεται και από τους Harwood & Swain (2002). Στις έρευνες επισημαίνεται πως, ενώ στην πλειονότητά τους οι γονείς υποστηρίζουν με θετικό τρόπο την αγωνιστική προσπάθεια των παιδιών τους, υπάρχει ένας σημαντικός αριθμός γονέων που υιοθετούν ακατάλληλες συμπεριφορές. Ως εκ τούτου στα πορίσματα αρκετών ερευνών προβάλλεται η αναγκαιότητα παροχής κατάλληλης εκπαίδευσης των γονέων προκειμένου να μπορούν να υποστηρίξουν αποτελεσματικά την προσπάθεια των παιδιών τους. Η εκπαίδευση ορίζεται ως το σύνολο των οργανωμένων δραστηριοτήτων οι οποίες πραγματοποιούνται από επαγγελματίες που διδάσκουν τους γονείς, προκειμένου εκείνοι να βοηθηθούν στη διαδικασία επίτευξης συγκεκριμένων στόχων και αποτελεσμάτων που αφορούν τα παιδιά τους (Mahoney et al., 1999, όπ. αναφ. στο Thrower et al., 2016).

Η αναγκαιότητα κατάλληλης γονικής εκπαίδευσης προκύπτει σε μια σειρά ερευνών των Gould και των συνεργατών του, όπου οι προπονητές θεωρώντας πως οι γονείς μπορούν να διαδραματίσουν καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη των νεαρών αθλητών/αθλητριών, επισημαίνουν την ανάγκη επικοινωνιακότερης επικοινωνίας μαζί τους στη βάση μιας εξατομικευμένης προσέγγισης του κάθε γονέα ξεχωριστά. Αναγνωρίζουν τη σημαντική συμβολή που πρέπει να έχουν οι ίδιοι στην κατάλληλη εκπαίδευση των γονέων σε θέματα που αφορούν τα γενικά πλαίσια λειτουργίας του αθλήματος, τους βασικούς κανονισμούς που το διέπουν, όπως

επίσης και τους στόχους που τίθενται και τη σημασία τους. Κατ' αυτόν τον τρόπο διαμορφώνονται οι προϋποθέσεις ώστε οι γονείς να μεταλαμπαδεύσουν αυτή τη γνώση στα παιδιά τους και να συμβάλλουν ώστε αυτά να αναπτύξουν θετικά κίνητρα και αίσθημα απόλαυσης από την ενασχόλησή τους με το άθλημα. Χρειάζεται επομένως οι γονείς να εκπαιδευτούν στο ρόλο του διαμεσολαβητή/διευκολυτή της αθλητικής εξέλιξης των παιδιών τους.

Ιδιαίτερα σημαντική κρίνεται και η εκπαίδευση των γονέων προς την κατεύθυνση της ανάπτυξης της συναισθηματικής τους νοημοσύνης, προκειμένου να μπορούν να αναγνωρίσουν τα συναισθήματά τους αλλά και τη συναισθηματική κατάσταση των παιδιών τους. Μέσω της ενσυναίσθησης θα μπορέσουν να διαχειριστούν καλύτερα τα δικά τους συναισθήματα, αλλά και να υποστηρίξουν αποτελεσματικά την προσπάθεια των παιδιών τους, βοηθώντας τα να ενισχύσουν την αυτοπεποίθησή τους, να ανταπεξέλθουν καλύτερα σε πιεστικές καταστάσεις, να διαχειριστούν το άγχος και να αναπτύξουν κίνητρα που θα τα οδηγήσουν στην επιτυχία (Gould et al., 2008, Gould et al., 2016). Ανάλογα ευρήματα για τη σημασία της γονικής εκπαίδευσης στα πλαίσια του αθλήματος της αντισφαίρισης αναφέρονται και στην έρευνα των Knight & Holt (2014).

4.2 Εκπαιδευτικά προγράμματα γονέων: στόχοι και αποτελέσματα

Σε αρκετές έρευνες εφαρμόστηκαν συγκεκριμένα εκπαιδευτικά προγράμματα που απευθύνονταν σε γονείς αθλητών. Οι Dorsch et al., (2015) προχώρησαν στο σχεδιασμό, στην υλοποίηση και στην τελική αποτίμηση ενός τέτοιου προγράμματος, στα πλαίσια του οποίου οργανώθηκε σύντομο σεμινάριο που αφορούσε ενδεδειγμένες γονικές συμπεριφορές, ανάπτυξη επικοινωνίας και συνεργασίας με τους προπονητές και κατάλληλη αθλητική διαπαιδαγώγηση. Τα αποτελέσματα της συμμετοχής των γονέων σε αυτή την εκπαιδευτική δράση ήταν θετικά ως προς την παροχή της κατάλληλης γονικής υποστήριξης, την άμβλυνση των συγκρούσεων και του άγχους, το αίσθημα ικανοποίησης από τη συμμετοχή και την αντιληπτή αθλητική ικανότητα των παιδιών που συνδέεται με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και καλύτερη αυτοεικόνα.

Στα πλαίσια του αθλήματος της αντισφαίρισης οι Harwood & Swain (2002) εφάρμοσαν εκπαιδευτικές παρεμβάσεις σε γονείς, οι οποίες περιλάμβαναν βασικές γνώσεις για τη γενικότερη φιλοσοφία του αθλήματος αλλά και την αγωνιστική διαδικασία, οδηγίες ενδεδειγμένης συμπεριφοράς στο χώρο του γηπέδου αλλά και μετά τους αγώνες, κατάλληλες τεχνικές επικοινωνίας λεκτικής και μη λεκτικής μορφής και αποτελεσματική στοχοθεσία. Οι παρεμβάσεις αυτές επέφεραν θετικά αποτελέσματα στην αυτοπεποίθηση που νιώθουν οι γονείς ως προς την εκπλήρωση του υποστηρικτικού τους ρόλου, ενώ παράλληλα οι ίδιοι ανέφεραν πως απολάμβαναν περισσότερο την αγωνιστική διαδικασία, κάτι το οποίο επηρεάζει τελικά και τη στάση των παιδιών τους.

Ο Thrower και η ομάδα συνεργατών του εκπόνησαν μελέτη σε αθλητικά κέντρα αντισφαίρισης υψηλών επιδόσεων που είχε τους εξής στόχους: τη διερεύνηση των εκπαιδευτικών αναγκών των γονέων στο άθλημα της αντισφαίρισης, την εξέταση επίδρασης της κουλτούρας και του οργανωτικού πλαισίου του αθλήματος στη διαμόρφωση αυτών των αναγκών και πώς τα στοιχεία αυτά διαφοροποιούνται σε καθένα από τα αναπτυξιακά στάδια από τα οποία διέρχεται το παιδί. Τέλος, αναζητήθηκαν τρόποι εκπαίδευσης των γονέων, προκειμένου να καταστούν ικανοί για παροχή αποτελεσματικής υποστήριξης στα παιδιά τους σε κάθε στάδιο της ανάπτυξής του, από την ηλικία των 5 ετών και ως την εφηβεία.

Τα πορίσματα της έρευνας αναδεικνύουν τη σημασία σχεδιασμού ολοκληρωμένων και ευέλικτων προγραμμάτων γονικής εκπαίδευσης, τα οποία θα προσαρμόζονται στις νέες αναγκαιότητες που διαμορφώνονται καθώς το παιδί μεταβαίνει από το ένα αναπτυξιακό στάδιο στο επόμενο -οπότε και προκύπτουν νέοι ρόλοι και νέες απαιτήσεις για τους γονείς- και θα καλύπτουν τις λειτουργικές ανάγκες των γονέων σε επίπεδο οργανωτικό, κοινωνικό και διαπροσωπικό. Η γονική εκπαίδευση θεωρείται επομένως μια δυναμική διαδικασία αλληλεπίδρασης μεταξύ των γονέων και του συνολικού αναπτυξιακού περιβάλλοντος, που πρέπει να προσαρμόζεται στις ιδιαιτερότητες του κάθε σταδίου μετάβασης από το οποίο διέρχεται το παιδί. Τονίζεται μάλιστα η σημασία της αναγνώρισης των ιδιαιτεροτήτων του κάθε μεταβατικού σταδίου, προκειμένου να παρέχεται από εξειδικευμένους

επαγγελματίες (αθλητικούς ψυχολόγους και προπονητές) η κατάλληλη εκπαίδευση τους γονείς πριν από την είσοδο του παιδιού τους σε αυτό (Thrower et al., 2016).

Στα ευρήματα της έρευνας περιλαμβάνονται και μια σειρά εξειδικευμένων γνώσεων και δεξιοτήτων που κρίνονται απαραίτητες ώστε οι γονείς να μπορέσουν να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τα παιδιά τους. Αυτές περιλαμβάνουν γνώση των βασικών κανόνων και γενικότερα του τρόπου λειτουργίας του αθλήματος, ενσυναίσθηση, οργανωτικότητα, δεξιότητες κοινωνικές και λήψης αποφάσεων. Στη βάση της ανάπτυξης αυτών των γνώσεων και δεξιοτήτων γίνεται ο σχεδιασμός κατάλληλου εκπαιδευτικού υλικού, το οποίο μπορεί να συνδυαστεί με άτυπες μορφές μάθησης που βασίζονται στην πρακτική και στην αλληλεπίδραση με ομοτίμους, δηλαδή άλλους γονείς που βιώνουν παρόμοιες εμπειρίες. Αναγνωρίζεται επιπλέον η σημασία παροχής εξειδικευμένης συμβουλευτικής καθοδήγησης από αθλητικούς ψυχολόγους σε γονείς αθλητών με ιδιαίτερες ανάγκες, όπως ψυχικές διαταραχές (Thrower et al., 2016).

Σε μεταγενέστερη έρευνα που πραγματοποίησαν στο πεδίο της αντισφαίρισης, ο Thrower και οι συνεργάτες του έθεσαν ως στόχο το σχεδιασμό, την εφαρμογή στην πράξη και τέλος, την αποτίμηση της αποτελεσματικότητας ενός εκπαιδευτικού προγράμματος που αφορούσε γονείς παιδιών ηλικίας 5-10 ετών που αγωνίζονταν στο επίπεδο μίνι τένις σε υψηλών επιδόσεων αθλητικά κέντρα. Ενδιαφέρον στοιχείο της έρευνας αποτελεί η αποτίμηση των εμπειριών των ίδιων των γονέων από τη συμμετοχή τους στο συγκεκριμένο πρόγραμμα. Η μεθοδολογία που εφαρμόστηκε ήταν εκείνη της “έρευνας δράσης” στα πλαίσια της οποίας συνδυάζεται η θεωρία με την βιωματική εμπειρία και δίνεται η δυνατότητα ανάδειξης των πραγματικών αναγκών των ατόμων που συμμετέχουν (Hill et al. 2011, όπ. αναφ. στο Thrower et al., 2017). Οι γονείς που δέχτηκαν να πάρουν μέρος στην έρευνα συμμετείχαν σε μια σειρά εργαστηρίων και στη συνέχεια εντάχθηκαν σε ομάδες εστίασης προκειμένου να αποτιμηθούν τα αποτελέσματα της παρέμβασης.

Από τα ευρήματα της μελέτης προκύπτει πως η συμμετοχή των γονέων στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα επέφερε θετικά αποτελέσματα στο επίπεδο της γνώσης του

αθλήματος και πιο συγκεκριμένα στην κατανόηση των κανόνων, των διαδικασιών, των ιδιαίτερων απαιτήσεών του και των τρόπων ανάπτυξης του αθλητικού ταλέντου, όπως επίσης και των συναισθηματικών, ψυχολογικών και κοινωνικών αναγκών των παικτών. Η κατάκτηση αυτή αποτελεί τη βάση προκειμένου οι γονείς να αναλάβουν με επιτυχία συντονιστικό ρόλο στην ενασχόληση του παιδιού τους με την αντισφαίριση και να μπορέσουν να πάρουν σωστές αποφάσεις για την αθλητική του πορεία. Προτείνεται μάλιστα από τους ερευνητές η όσο το δυνατόν πρώιμη εκπαίδευση των γονέων προκειμένου να ανταποκριθούν πιο αποτελεσματικά στην κρίσιμη περίοδο της αρχικής ενασχόλησης του παιδιού τους με το άθλημα.

Η αποτελεσματικότητα του προγράμματος επεκτάθηκε εκτός από το γνωστικό και σε άλλα πεδία, καθώς διαπιστώθηκε μεταβολή στις στάσεις και τις αξίες των γονέων σε σχέση με τη γονική εμπλοκή, τους στόχους του αθλήματος, τις προϋποθέσεις της επιτυχίας, καθώς και ενίσχυση της αυτοπεποίθησης των γονέων ως προς την ικανότητα υποστήριξης του παιδιού τους. Η ενδυνάμωση της αυτοπεποίθησης των γονέων ως προς την ικανότητα παροχής υποστήριξης στα παιδιά τους, συνέβαλε στον περιορισμό του γονικού άγχους, ενώ η βελτίωση των επικοινωνιακών τους δεξιοτήτων οδήγησε στην ανάπτυξη θετικών αλληλεπιδράσεων μεταξύ γονέα και παιδιού. Αναπτύχθηκαν επίσης γονικές συμπεριφορές που φαίνεται να προτιμούν και τα ίδια τα παιδιά (Knight et al 2010, όπ. αναφ. στο Thrower et al., 2017) όπως το να δίνεται έμφαση στην προσπάθεια, στην ατομική βελτίωση και στην άντληση απόλαυσης από τη συμμετοχή (δημιουργία κινήτρων με προσανατολισμό στο “έργο”) και όχι στο νικηφόρο αποτέλεσμα, ενώ παράλληλα οι γονείς καθίστανται ικανότεροι στο να παρέχουν θετική ανατροφοδότηση και να διευκολύνουν τα παιδιά τους στη διαδικασία στοχοθεσίας. Αυτού του είδους οι γονικές συμπεριφορές συνδέονται με την ανάπτυξη αυτοπεποίθησης, αντιληπτής αθλητικής ικανότητας και εσωτερικών κινήτρων στο παιδί (Keegan et al., 2010, όπ. αναφ. στο Thrower et al., 2017).

Επισημαίνεται ωστόσο ότι η εκπαίδευση των γονέων είναι μια πολύπλοκη διαδικασία, κατά την οποία πρέπει να ληφθεί υπόψη πως υπάρχουν υποκειμενικά στοιχεία που διαφοροποιούν τόσο τον τρόπο με τον οποίο μπορεί ένας γονέας να εκπαιδευτεί, όσο και την αποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών παρεμβάσεων. Ο κάθε γονέας είναι μια μοναδική προσωπικότητα με τις δικές του ιδιαιτερότητες και ανάγκες και τις δικές του προϋπάρχουσες εμπειρίες, οπότε στα εκπαιδευτικά προγράμματα θα πρέπει να συμπεριληφθούν διάφορες μέθοδοι μάθησης. Παράλληλα με την τυπική εκπαίδευση των γονέων αναδεικνύεται (όπως και στην έρευνα των Thrower et al., 2016) η χρησιμότητα και της άτυπης εκπαίδευσης που παρέχεται στα πλαίσια εργαστηρίων στα οποία δίνεται η δυνατότητα της αλληλεπίδρασης με άλλους γονείς για ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών.

Στην έρευνα αναφέρονται στοιχεία που συμβάλλουν στην καλύτερη εκπαίδευση των γονέων, όπως είναι η ανάπτυξη ενός συμπεριληπτικού εκπαιδευτικού πλαισίου ανοικτού σε όλους, η συμβολή των γονέων στη διαμόρφωση των εκπαιδευτικών προγραμμάτων προκειμένου να ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες τους και η δυνατότητα αλληλεπίδρασης μεταξύ των συμμετεχόντων, ο εμπλουτισμός της εκπαίδευσης με κατάλληλο συμπληρωματικό υλικό και η πλαisiώση των εκπαιδευτικών προγραμμάτων με εξειδικευμένο προσωπικό, όπως αθλητικοί ψυχολόγοι και γονείς που διαθέτουν εμπειρία την οποία αναλαμβάνουν να μεταδώσουν (Thrower et al., 2017).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση της επίδρασης της γονικής εμπλοκής στην εξέλιξη των νεαρών αθλητών και αθλητριών αντισφαίρισης. Από την ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας προκύπτει πως στο συγκεκριμένο άθλημα σημαιώνεται αυξημένος βαθμός γονικής εμπλοκής που συνδέεται με τη συστηματική παρουσία των γονέων όχι μόνο στους αγώνες και στα πρωταθλήματα, αλλά και κατά την προπονητική διαδικασία, ενώ στο σύνολο των ερευνών αναγνωρίζεται η σημαντική συμβολή των γονέων στην αθλητική διαδρομή των παιδιών τους (Harwood & Swain, 2002, Gould et al., 2006, 2008, 2016).

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση οδήγησε στην ανάδειξη ενός συνόλου γονικών συμπεριφορών και πρακτικών που χαρακτηρίζονται ως θετικές από τους αθλητές και τις αθλήτριες, αλλά και από τους προπονητές του αθλήματος. Οι συμπεριφορές αυτές περιλαμβάνουν την άνευ όρων αγάπη και υποστήριξη ανεξάρτητα από τις αγωνιστικές επιδόσεις των παιδιών, την έμφαση στη συνολική προσπάθεια που καταβάλλει το παιδί και στην πρόοδο που έχει επιτύχει και όχι μόνο στη νίκη, το σεβασμό της αυτόνομης προσωπικότητας του παιδιού μέσα στον αγωνιστικό χώρο, αλλά και η συμβολή των γονέων σε πρακτικά θέματα, όπως η οικονομική υποστήριξη και η κάλυψη των αναγκών μετακίνησης. Ως μορφές θετικής γονικής επίδρασης αναφέρονται από τους προπονητές η μετάδοση αξιών, στάσεων και συνθηθειών που προάγουν την αθλητική επιτυχία. Τέτοιες είναι η διατήρηση αισιόδοξης στάσης ζωής, η στοχοπροσήλωση, η συνέπεια, η εργατικότητα, η ομαδική δουλειά και η εντιμότητα. Τονίζεται επίσης η ανάγκη αποτελεσματικής επικοινωνίας και συνεργασίας γονέων και προπονητών, με την τήρηση βέβαια των διακριτών ρόλων, καθώς και η ενσυναίσθηση ως αποτέλεσμα διεύρυνσης της συναισθηματικής νοημοσύνης των γονέων, προκειμένου οι γονείς να μπορέσουν να υποστηρίξουν αποτελεσματικά το παιδί τους, ενισχύοντας την αυτοπεποίθησή του και τα κίνητρα που θα το βοηθήσουν να εξελιχθεί και βοηθώντας το να αντιμετωπίσει την πίεση και το άγχος (Gould et al., 2006, 2008, 2016, Young, 2011).

Οι απόψεις των παιδιών για τις προτιμώμενες γονικές συμπεριφορές παρουσιάζουν πολλά κοινά στοιχεία με εκείνες των προπονητών τους. Οι αθλητές και οι αθλήτριες αντισφαίρισης συμφωνούν με τους προπονητές ως προς την ανάγκη αποτίμησης της συνολικής προσπάθειας που έχουν καταβάλλει και όχι μόνο του αποτελέσματος, ενώ φαίνεται να αναγνωρίζουν την αναγκαιότητα σεβασμού των διακριτών ορίων στους ρόλους γονέα και προπονητή, από τη στιγμή που θεωρούν την αγωνιστική καθοδήγηση αρμοδιότητα του προπονητή και δεν επιθυμούν να δέχονται από τους γονείς τους τεχνικές υποδείξεις, με μόνη εξαίρεση την περίπτωση που ο γονέας διαθέτει ανάλογο αθλητικό υπόβαθρο στο τένις. Θεωρούν πολύ σημαντική την παροχή συναισθηματικής υποστήριξης από τους γονείς, η οποία συχνά εκφράζεται μέσα από τα ενισχυτικά τους σχόλια, συνοδευόμενα από κατάλληλες μη λεκτικές συμπεριφορές, όπως επίσης και τη συμβολή των γονέων στην κάλυψη των αναγκών μετακίνησης και του οικονομικού κόστους (Knight et al., 2010, Knight et al., 2014, Wolfenden & Holt, 2005).

Γονικές πρακτικές και συμπεριφορές με αρνητικό αντίκτυπο στους αθλητές και τις αθλήτριες θεωρούνται η έμφαση στη νίκη και όχι στην καταβαλλόμενη προσπάθεια, η σύγκριση των επιδόσεων με εκείνες άλλων αθλητών, τα επικριτικά και συχνά προσβλητικά σχόλια προς το παιδί, οι υπερβολικές απαιτήσεις, η πίεση για συμμετοχή σε αγώνες και επίτευξη υψηλών επιδόσεων. Τέτοιου είδους συμπεριφορές αναγνωρίζονται από τους προπονητές αλλά και από τα παιδιά ως υπεύθυνες για την αύξηση του άγχους, την ανάπτυξη ψυχολογικών προβλημάτων, την μείωση των κινήτρων και την παραίτηση από την προσπάθεια, ενώ σε κάποιες περιπτώσεις ακόμα και στην εγκατάλειψη του αθλήματος (Gould et al., 2006, 2008, 2016, Wolfenden & Holt, 2005).

Ως επιβλαβείς πρακτικές αναγνωρίζονται τόσο η υπερ.-εμπλοκή, όσο και η υπο-εμπλοκή των γονέων. Η υπερ.-εμπλοκή αυξάνει το άγχος ενώ παράλληλα καθιστά τα παιδιά παθητικά, στερώντας τους την ικανοποίηση της ανάληψης πρωτοβουλιών, ενώ η υπο-εμπλοκή δεν δίνει τη δυνατότητα στους γονείς να συμβάλλουν στη διαμόρφωση αξιών, στάσεων και αντιλήψεων χρήσιμων, όχι μόνο για την αντισφαίριση αλλά γενικότερα για τη ζωή τους, όπως η αφοσίωση, η συνέπεια, η

εμπιστοσύνη και η εντιμότητα (Gould et al., 2016, Knight et al., 2010, Salla & Michel, 2014, Wolfenden & Holt, 2005).

Αναφορικά με τον ιδιαίτερα περίπλοκο διπλό ρόλο γονέα/προπονητή στα πλαίσια του οποίου η υπερ-εμπλοκή θεωρείται εκ των πραγμάτων δεδομένη, τα πορίσματα των σχετικών ερευνών παρουσιάζουν συγκλίσεις. Στις περιπτώσεις που στην αντισφαίριση αλλά και σε άλλα αθλήματα ο ρόλος του γονέα ταυτίζεται με εκείνον του προπονητή, προκύπτουν σημαντικά αρνητικά αποτελέσματα, τα οποία είναι σε κάποιες περιπτώσεις επικρατέστερα σε σχέση με τα θετικά, όπως έλλειψη σαφούς οριοθέτησης των δύο ρόλων με αποτέλεσμα την ανάπτυξη συγκρούσεων, μονοπώληση του οικογενειακού χρόνου από ενασχολήσεις σχετικές με το τένις και συνακόλουθη δυσκολία στις οικογενειακές αλληλεπιδράσεις, ανάπτυξη καταχρηστικών συμπεριφορών προς το παιδί, άσκηση πίεσης για εντατικότερη προσπάθεια, ψυχολογική πίεση, συναισθηματική κακοποίηση μέσα από χειριστικές ενέργειες, φωνές και προσβολές, εμφάνιση άγχους και κατάθλιψης. Αναφέρονται επίσης σχέσεις εξάρτησης και απουσία αυτονομίας, άσκηση σκληρής κριτικής, μεγαλύτερη αυστηρότητα σε σχέση με τους συναθλητές και μη ρεαλιστικές προσδοκίες, ενώ σε πολλές περιπτώσεις γίνονται συγκρίσεις με επιδόσεις άλλων αθλητών και δίνεται έμφαση στη νίκη χωρίς να αναγνωρίζεται η προσπάθεια και η προσωπική βελτίωση, με αποτέλεσμα την ανάπτυξη χαμηλής αυτοεκτίμησης. Σε όλα αυτά θα πρέπει να προστεθούν και οι δυσκολίες στη σχέση του παιδιού με τους συναθλητές του, αλλά και στη διαχείριση των άλλων γονέων από τον προπονητή, καθώς επίσης και η έκθεση του προπονητή σε στοχευμένη κριτική από τους αθλητές του και τους υπόλοιπους γονείς λόγω του διπλού του ρόλου (Elliott & Drummond, 2015, Schmid et al., 2015, Weiss & Fretwell, 2005). Στα θετικά στοιχεία του διπλού ρόλου γονέα/προπονητή συγκαταλέγονται η ενίσχυση σε κάποιες περιπτώσεις του δεσμού πατέρα-παιδιού, η ουσιαστική συμμετοχή του γονέα στη ζωή του παιδιού και η ευκαιρία να περνούν χρόνο από κοινού με αφορμή την ενασχόλησή τους με το άθλημα (Schmid et al., 2015).

Τέλος, οι έρευνες που αξιοποιήθηκαν στα πλαίσια αυτής της εργασίας φαίνεται να συγκλίνουν και ως προς τα πορίσματα που αφορούν την εκπαίδευση των γονέων. Προκύπτει η ανάγκη παροχής εκπαίδευσης στους γονείς, το περιεχόμενο της οποίας θα αφορά βασικές γνώσεις για το άθλημα της αντισφαίρισης, τη φύση του, τα πλαίσια λειτουργίας του και τους βασικούς κανονισμούς που το διέπουν, αλλά και τους στόχους που τίθενται και τις πρακτικές που συμβάλλουν στην επίτευξή τους. Αναδεικνύεται μάλιστα ο καίριος εκπαιδευτικός ρόλος των προπονητών του αθλήματος προς την κατεύθυνση αυτή. Με την παροχή κατάλληλης εκπαίδευσης, οι γονείς θα μπορέσουν να συντονίσουν αποτελεσματικότερα τη συμμετοχή των παιδιών τους στο άθλημα και να λειτουργήσουν ως διαμεσολαβητές διευκολύνοντας την εξέλιξή τους, ενώ η μεταβίβαση όλης αυτής της γνώσης στα παιδιά θα συμβάλλει στην ανάπτυξη κινήτρων ενασχόλησης με την αντισφαίριση, στην ενίσχυση του αισθήματος απόλαυσης και στη δέσμευσή τους απέναντι στο άθλημα.

Η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης και η καλλιέργεια ενσυναίσθησης αποτελεί επίσης στόχο της εκπαίδευσης των γονέων, ώστε να υποστηρίξουν τα παιδιά τους, να ενδυναμώσουν την αυτοπεποίθησή τους και να τα βοηθήσουν ώστε να αναπτύξουν τεχνικές αποτελεσματικής διαχείρισης του άγχους (Gould et al., 2008, 2016, Thrower et al., 2016), ενώ σημαντική θεωρείται και η εκπαίδευση σε τεχνικές λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, σε κατάλληλους τρόπους συμπεριφοράς εντός και εκτός αγωνιστικών χώρων, σε τεχνικές αποτελεσματικής στοχοθεσίας, αλλά και η ανάπτυξη δεξιοτήτων λήψης απόφασης και θετικών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων (Harwood & Swain, 2002, Thrower et al., 2016). Προκειμένου να επιτευχθούν οι προαναφερόμενοι στόχοι προτείνεται ο σχεδιασμός κατάλληλου εκπαιδευτικού υλικού, αλλά και η οργάνωση ευέλικτων εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων, όπως επιμορφωτικά σεμινάρια και εργαστήρια, στα οποία δίνεται η δυνατότητα μάθησης μέσω της αλληλεπίδρασης μεταξύ των συμμετεχόντων, ενώ σημαντική είναι και η παροχή συμβουλευτικής υποστήριξης από αθλητικούς ψυχολόγους, κατάλληλα επιμορφωμένους προπονητές, αλλά και έμπειρους γονείς που αναλαμβάνουν το ρόλο του μέντορα/καθοδηγητή (Thrower et al., 2016, 2017).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που προηγήθηκε προκύπτουν ενδιαφέροντα συμπεράσματα σχετικά με την επίδραση της γονικής εμπλοκής στην αγωνιστική αντισφαίριση. Τα πορίσματα των σχετικών ερευνών ευθυγραμμίζονται ως προς τη σημαντικότητα της γονικής εμπλοκής, ενώ υποδεικνύονται κάποιες γονικές συμπεριφορές και πρακτικές που χαρακτηρίζονται θετικές ή αντίθετα αρνητικές ως προς την επίδρασή τους στην εξέλιξη των νεαρών αθλητών και αθλητριών.

Γονικές συμπεριφορές με θετική επίδραση στους αθλητές και τις αθλήτριες είναι η αδιαπραγμάτευτη αγάπη και υποστήριξη ανεξαρτήτως αγωνιστικού αποτελέσματος, καθώς και η επιβράβευση της προσπάθειας και της συνολικής προόδου που έχει σημειωθεί. Άλλα σημαντικά στοιχεία θετικής γονικής συμπεριφοράς είναι η αναγνώριση της αυτονομίας του αθλητή μέσα στο γήπεδο, καθώς και η επικοινωνία και η συνεργασία των γονέων με τους προπονητές στα πλαίσια ενός κλίματος ομαδικότητας αλλά και σεβασμού των διακριτών ρόλων. Ο υποστηρικτικός ρόλος των γονέων περιλαμβάνει επίσης τη μετάδοση αξιών και στάσεων που συμβάλλουν στην αθλητική επιτυχία, όπως η συνέπεια, η προσήλωση στους στόχους που έχουν τεθεί και η σκληρή δουλειά προκειμένου αυτοί να επιτευχθούν, η ομαδικότητα, η εντιμότητα, αλλά και η αισιοδοξία.

Η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης και της ενσυναίσθησης των γονέων επιτρέπει να κατανοήσουν τα συναισθήματα που βιώνει το παιδί τους, ώστε να μπορέσουν να το υποστηρίξουν αποτελεσματικότερα προς την κατεύθυνση ενίσχυσης της αυτοπεποίθησής του, της ανάπτυξης κινήτρων και της καλύτερης διαχείρισης του άγχους. Μπορούν όμως παράλληλα να αναγνωρίσουν και τα δικά τους συναισθήματα και κατά συνέπεια να τα διαχειριστούν καλύτερα, γεγονός που έχει θετικό αντίκτυπο στην ψυχολογία του παιδιού. Η ανάπτυξη ενσυναίσθησης καθιστά τους γονείς αποτελεσματικότερους στην παροχή κατάλληλης συναισθηματικής υποστήριξης στα παιδιά τους. Η υποστήριξη αυτή θεωρείται πολύ σημαντική από

τους ίδιους τους αθλητές και εκφράζεται μέσα από θετικά σχόλια, τα οποία χρειάζεται να ενισχύονται από ανάλογες μη λεκτικές συμπεριφορές.

Σημαντική επίσης θεωρείται η συμβολή των γονέων στην αντιμετώπιση πρακτικών ζητημάτων, όπως οι μετακινήσεις που απαιτούνται για συμμετοχή σε αγώνες και πρωταθλήματα και η οικονομική υποστήριξη για την αγορά υλικοτεχνικού εξοπλισμού. Οι γονείς ωστόσο προκειμένου να ανταποκριθούν στις ανάγκες αυτές χρειάζεται εκτός από χρήματα να διαθέσουν και ένα σημαντικό μέρος του προσωπικού τους χρόνου, γεγονός που σε κάποιες περιπτώσεις συνεπάγεται αυξημένες απαιτήσεις προς το παιδί και σε κάθε περίπτωση προκαλεί σε αυτό μεγαλύτερη πίεση και άγχος. Γονικές συμπεριφορές όπως έμφαση στο νικηφόρο αγωνιστικό αποτέλεσμα με παράλληλη απουσία επιβράβευσης της καταβαλλόμενης προσπάθειας του παιδιού, επικριτικά σχόλια που συχνά περιλαμβάνουν συγκρίσεις με άλλους αθλητές, προσβολές και φωνές, έχουν ως αποτέλεσμα την αύξηση του άγχους, την εμφάνιση ψυχολογικών προβλημάτων, τη μείωση των κινήτρων και την παραίτηση που μπορεί να φτάσει μέχρι και την εγκατάλειψη του αθλήματος,

Τόσο η γονική υπερ-εμπλοκή όσο και η υπο-εμπλοκή επιφέρουν αρνητικά αποτελέσματα, καθώς συνεπάγονται παθητικοποίηση, πίεση, άγχος και ελλιπή συμβολή των γονέων στην κοινωνικοποίηση του παιδιού τους αντίστοιχα. Οι συνέπειες της υπερ-εμπλοκής είναι ιδιαίτερα εμφανείς στο διπλό ρόλο του γονέα-προπονητή, καθώς στα πλαίσιά του η υπερ-εμπλοκή είναι αναπόφευκτη. Τα προβλήματα που προκύπτουν αφορούν την έλλειψη οριοθέτησης των δύο ρόλων -γεγονός που προκαλεί συγκρούσεις και δυσκολίες στις οικογενειακές αλληλεπιδράσεις- την ανάπτυξη καταχρηστικών συμπεριφορών (ψυχολογική πίεση, προσβολές και φωνές, συναισθηματική κακοποίηση μέσω χειριστικών ενεργειών) την έλλειψη αυτονομίας και την ανάπτυξη σχέσεων εξάρτησης, τη δυσκολία διατήρησης αμερόληπτης στάσης και τη μεγαλύτερη αυστηρότητα προς το παιδί σε σχέση με τους υπόλοιπους αθλητές. Σε αυτά προστίθενται οι δυσλειτουργικές σχέσεις του παιδιού με τους συναθλητές του και η δυσκολία του προπονητή να διαχειριστεί τους άλλους γονείς.

Τα ευρήματα αυτά έχουν ερευνητική αξία καθώς μπορούν να αποτελέσουν στοιχεία για περαιτέρω επιστημονική έρευνα, όχι μόνο στο πεδίο της Φυσικής Αγωγής αλλά και της Αθλητικής Ψυχολογίας καθώς και της Κοινωνιολογίας του Αθλητισμού. Διαθέτουν ωστόσο και πρακτική αξία καθώς μπορούν να αξιοποιηθούν από επαγγελματίες του χώρου της αντισφαίρισης, όπως προπονητές και αθλητικούς ψυχολόγους, αλλά και από τους ίδιους τους γονείς τους οποίους άμεσα αφορούν, ώστε να υποστηριχθούν αποτελεσματικότερα οι αθλητές και οι αθλήτριες στην προσπάθειά τους. Έχει γίνει άλλωστε ήδη αναφορά στην αναγκαιότητα της εκπαίδευσης των γονέων, στα πλαίσια της οποίας αξιοποιούνται αποτελεσματικά τα ευρήματα αυτά. Προκειμένου να αναδειχτεί η πρακτική χρησιμότητα αυτής της έρευνας επιλέγεται η παρουσίαση μιας σειράς προτάσεων που αποκαθιστούν και ενισχύουν τον υποστηρικτικό ρόλο των γονέων:

- Η υποστήριξη των γονέων θεωρείται δεδομένη, προσφέρεται άνευ όρων και δεν εξαρτάται από το αγωνιστικό αποτέλεσμα.
- Οι γονείς πρέπει να παρέχουν θετική ανατροφοδότηση μετά τον αγώνα, επισημαίνοντας τα θετικά στοιχεία της προσπάθειας του παιδιού τους.
- Τα σχόλιά τους πρέπει να επικεντρώνονται στα θετικά στοιχεία και τη συνολική προσπάθεια του παιδιού και όχι στο τελικό αποτέλεσμα του αγώνα, ενώ δεν πρέπει να γίνονται συγκρίσεις με τις επιδόσεις άλλων αθλητών.
- Τα θετικά σχόλια των γονέων χρειάζεται να συνδυάζονται με ανάλογα μη λεκτικά μηνύματα, διαφορετικά η επικοινωνία αποκτά αντιφατικό χαρακτήρα και δεν λειτουργεί υποστηρικτικά για το παιδί.
- Οι γονείς οφείλουν να σέβονται την προσωπικότητα του παιδιού τους και να αναγνωρίζουν την αυτονομία του μέσα στο γήπεδο.
- Στόχος πρέπει να είναι η παροχή εφαρμόσιμων πρακτικών συμβουλών στο παιδί και όχι συμβουλών τακτικής ή οδηγιών που αφορούν την τεχνική του αθλήματος. Αυτά θεωρούνται -και είναι- αρμοδιότητα του προπονητή.

- Οι γονείς χρειάζεται να επιδεικνύουν εμπιστοσύνη στον προπονητή και στη δουλειά του, διάθεση συνεργασίας μαζί του και κατανόηση πως χρειάζεται χρόνος και προσπάθεια για να επιτευχθούν κάποιοι μακροπρόθεσμοι στόχοι.
- Θεωρείται αναγκαία η ανάπτυξη θετικών αλληλεπιδράσεων με τους άλλους γονείς στη βάση ανταλλαγής εμπειριών και παροχής υποστήριξης.
- Οι γονείς χρειάζεται να συμμετέχουν σε εκπαιδευτικές δράσεις (εργαστήρια, σεμινάρια, προγράμματα επιμόρφωσης) που στοχεύουν στη μετάδοση γνώσεων για τους βασικούς κανονισμούς και στόχους του αθλήματος, αλλά και στην ανάπτυξη σημαντικών δεξιοτήτων (λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, λήψης απόφασης, ενσυναίσθησης).
- Πρέπει να αναζητείται καθοδήγηση των γονέων από εξειδικευμένο προσωπικό, όπως αθλητικούς ψυχολόγους, προπονητές και γονείς/μέντορες, προς την κατεύθυνση αποτελεσματικότερης υποστήριξης των αθλητών/τριών.
- Η συμμετοχή σε εκπαιδευτικές δράσεις και η υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό κρίνεται απαραίτητη και στην περίπτωση των γονέων προπονητών καθώς, λόγω του διπλού ρόλου τους, καλούνται να διαχειριστούν πιο απαιτητικές καταστάσεις (συγκρούσεις, δυσκολία οριοθέτησης των ρόλων, προβλήματα πειθαρχίας, διατήρηση ισορροπιών στη σχέση με το παιδί τους, τους άλλους αθλητές αλλά και τους υπόλοιπους γονείς).

Οι γονείς χρειάζεται σε κάθε περίπτωση να θυμούνται πως η θέση τους είναι δίπλα στα παιδιά τους, τα οποία χρειάζονται την υποστήριξή τους μέσα στο γήπεδο αλλά και έξω από αυτό, αρκεί αυτή να παρέχεται με το σωστό τρόπο.

Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Σε μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να αξιολογηθεί η αποτελεσματικότητα δράσεων και προγραμμάτων που αφορούν τη γονική εκπαίδευση σε βάθος χρόνου, κα-

θώς επίσης και να γίνει συγκριτική μελέτη των γονικών συμπεριφορών στην αντι-σφαίριση με αντίστοιχες συμπεριφορές στα πλαίσια ομαδικών αθλημάτων προκειμένου να εντοπιστούν κοινά στοιχεία και διαφορές.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Barnes, A. T., Plotnikoff, R. C., Collins, C. E., & Morgan, P. J. (2015). Maternal correlates of objectively measured physical activity in girls. *Journal of Maternal Child Health, 19*, 2348-2357.
- Bois, J.E., Lalanne, J., & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on childrens' and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of sports sciences, 27*(10), 995-1005.
- Bryman, A. (2017). *Μέθοδοι Κοινωνικής Έρευνας*. Αθήνα: Gutenberg
- Γρίβας, Ν. (2015). *Αντισφαίριση: Τεχνική -Τεχνική -Ασκησιολόγιο -Κανονισμοί*. Αθήνα: Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών
- Cavill, N., Biddle, S., & Sallis, J. F. (2001). Health enhancing physical activity for young people: Statement of the United Kingdom Expert Consensus Conference. *Pediatric exercise science, 13*(1), 12-25.
- Clow, A., Edmunds, S. (2020). *Φυσική Δραστηριότητα και Ψυχική Υγεία*. Αθήνα: Παπαζήση
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. *Handbook of sport psychology, 3*, 184-202.
- Dorsch, T.E., Smith, A.L., McDonough, M.H. (2015). Early socialization of parents through organized youth sport. *Sport, Exercise and Performance Psychology, 4*(1), 3-18.
- Eime, R.M., Young, J.A., Harvey, J.T., Charity, M.J., & Payne, W.R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity, 10*(98), 1-21.

- Elliott, S.K., & Drummond, M.J. (2015). Parents in youth sport: what happens after the game? *Sport, Education and Society*, 22(3), 391-406.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 645-662.
- Fredricks, J.A., & Eccles, J.S. (2005). Family socialization, gender and sport motivation and involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(1), 3-31.
- Giannitsopoulou, E., Kosmidou, E., & Zisi, V. (2010). Examination of parental involvement in Greek female athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 5(2), 176-187.
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C., & Pennisi, N. (2006). Understanding the role parents play in tennis success: a national survey of junior tennis coaches. *British Journal of Sports Medicine*, 40(7), 632-636.
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C., & Pennisi, N. (2008). The role of parents in tennis success: Focus group interviews with junior coaches. *The sport psychologist*, 22(1), 18-37.
- Gould, D., Pierce, S., Wright, E. M., Lauer, L., & Nalepa, J. (2016). Examining expert coaches' views of parent roles in 10-and-under tennis. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 89-106.
- Groppel, J., & DiNubile, N. (2009). Tennis: For the health of it! *The Physician and Sportsmedicine*, 37(2), 40-50.
- Harwood, C., & Knight, C. (2009). Stress in youth sport: A developmental investigation of tennis parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(4), 447-456.
- Harwood, C., Knight, C., Thrower, S., & Berrow, S. (2019). Advancing the study of parental involvement to optimise the psychosocial development and experiences of young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 66-73.

- Harwood, C., Swain, A. (2002). The development and activation of achievement goals within tennis: II. A player, parent and coach intervention. *The Sport Psychologist, 16*(2), 111-137.
- Holt, N.L., Tamminen, K.A., Black, D.E., Mandigo, J.L., & Fox, K.R. (2009). Youth sport parenting styles and practices. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*(1), 37-59.
- Ishihara, T., Kuroda, Y., & Mizuno, M. (2018). Competitive achievement may be predicted by executive functions in junior tennis players: An 18-month follow-up study. *Journal of Sports Sciences, 37*(7), 755-761.
- Kanters, M. A., Bocarro, J., & Casper, J. (2008). Supported or pressured? An examination of agreement among parents and children on parent's role in youth sports. *Journal of Sport Behavior, 31*(1), 64-80. Ανακτήθηκε από τον ιστότοπο academia.edu
- Keegan, R.J., Spray, C.M., Harwood, C.G., & Lavallee, D.E. (2010). The Motivational Atmosphere in Youth Sport: Coach, Parent, and Peer Influences on Motivation in Specializing Sport Participants. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(1), 87-105.
- Kimiecik, J. C., & Horn, T. S. (2012). Examining the relationship between family context and children's physical activity beliefs: The role of parenting style. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(1), 10-18.
- Knight, C. J., Boden, C., & Holt, N. L. (2010). Junior tennis players' preferences for parental behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(4), 377-391.
- Knight, C.J., & Holt, N.L. (2014). Parenting in youth tennis: Understanding and enhancing children's experiences. *Psychology of Sport and Exercise, 15*(2), 155-164.

- Knight, C. J., Neely, K. C., & Holt, N. L. (2011). Parental behaviours in team sports: How do female athletes want parents to behave? *Journal of Applied Sport Psychology, 23*(1), 76-92.
- Lafferty, M.E., & Dorrell, K. (2006). Coping strategies and the influence of perceived parental support in junior national age swimmers. *Journal of Sports Sciences, 24*(3), 253-259.
- Lauer, L., Gould, D., Roman, N., & Pierce, M. (2010). How parents influence junior tennis players' development: Qualitative narratives. *Journal of Clinical Sport Psychology, 4*(1), 69-92.
- Lewis, F. R., Knight, C. J., Mellalieu, S. D. (2017). Emotional experiences in youth tennis. *Psychology of Sport and Exercise, 29*, 69-83.
- Marsh, A., Zavilla, S., Acuna, K., & Poczwadowski, A. (2015). Perception of purpose and parental involvement in competitive youth sport. *Health Psychology Report, 3*(1), 13-23.
- Mowling, C. M., Brock, S. J., Eiler, K. K., & Rudisill, M. E. (2004). Student motivation in physical education breaking down barriers. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 75*(6), 40-45.
- O'Rourke, D.J., Smith, R.E., Smoll, F.L., & Cumming, S.P. (2013). Parent- initiated motivational climate and young athletes' intrinsic-extrinsic motivation: Cross-sectional and longitudinal relations. *Journal of Child and Adolescent Behaviour, 1*(2), 1-8.
- Salla, J., Michel, G. (2014). Parental sport over-involvement and anxiety among youth tennis athletes. *Science and Sports, 29*, 540
- Sagar, S.S., Lavalley, D. (2010). The developmental origins of fear of failure in adolescent athletes: *Examining parental practices. Psychology of Sport and Exercise, 11*(3), 177-187.

- Sánchez-Miguel, P.A., Leo, F.M., Sánchez-Oliva, D, Amado, D., García-Calvo, T. (2013). *The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and amotivation in sports. Journal of Human Kinetics, 36*, 169-177.
- Schmid, O.N., Bernstein, M., Shannon, V.R., Rishell, C., & Griffith, C. (2015). “It's not just your dad, it's not just your coach...”. The dual-relationship in female tennis players. *The Sport Psychologist, 29*, 224-236.
- Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Smith, R. E. (2011). Enhancing coach-parent relationships in youth sports: Increasing harmony and minimizing hassle. *International Journal of Sports Science & Coaching, 6*(1), 13-26.
- Thrower, S.N., Harwood, C.G., & Spray, C.M. (2016). Educating and supporting tennis parents: A grounded theory of parents' needs during childhood and early adolescence. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 5*(2), 107-124.
- Thrower, S.N., Harwood, C.G., & Spray, C.M. (2017). Educating and supporting tennis parents: An action research study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health, 9*(5), 600-618.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise, 10*(1), 87-95.
- Weinberg, R., Gould, D. (2018). *Ψυχολογία του Αθλητισμού και της Άσκησης: Θεμελιώδεις Αρχές*. Nicosia: Broken Hill Publishers
- Weiss, M.R., Fretwell, S.D. (2005). The parent-coach/ child-athlete relationship in youth sport. *Research Quarterly or Exercise and Sport, 76*(3), 286-305.
- Wolfenden, L.E., Holt, N.L., (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents and coaches. *Journal of applied sport Psychology, 17*(2), 108-126.

- Woodcock, C., Holland, M. J. G., Dude, J. L., & Cumming, J. (2011). Psychological qualities of adolescent rugby players: Parents, coaches, and sport administration staff perceptions and supporting roles. *The Sport Psychologist*, 25(4), 411-443.
- Wuerth, S., Lee, M. J., Alfermann, D. (2004). *Parental involvement and athletes' career in youth sport. Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21-33.
- Young, J., & Pearce, A. (2011). The influence of parents in identifying and developing Australian female tennis talent. *Journal of medicine and science in tennis*, 17(1), 22-27. Ανακτήθηκε από τον ιστότοπο researchgate.net