

ΕΠΕΑΕΚ : ΑΝΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ ΤΟΥ
ΤΕΦΑΑ ΠΘ – ΑΥΤΕΠΙΣΤΑΣΙΑ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (ΜΚ 108)

Θέμα διάλεξης 6
Ηγεσία στον αθλητισμό

Μάριος Γούδας

ΤΙΤΛΟΙ ΘΕΜΑΤΩΝ ΔΙΑΛΕΞΗΣ

- ορισμοί
- ο ρόλος του προπονητή
 - πετυχημένος – αποτελεσματικός προπονητής
 - διαφορετικοί ρόλοι
- η προσωπικότητα του ηγέτη
 - χαρακτηριστικά του ηγέτη
 - η συναισθηματική διάθεση του ηγέτη
- το περιβάλλον της ηγεσίας
 - αποτελεσματική ηγεσία
 - διαστάσεις ευνοϊκότητας περιβάλλοντος
 - ωριμότητα της ομάδας και ηγέτης
 - έμφαση στη δραστηριότητα ή στις σχέσεις
 - οι ανάγκες των αθλητών και ο ηγέτης
- η συμπεριφορά του ηγέτη
 - το πολυδιάστατο μοντέλο του Chelladurai
 - διαστάσεις της συμπεριφοράς
 - στυλ ηγεσίας
 - παράγοντες που επηρεάζουν το στυλ
 - κλιμακώματα αυτοκρατορικής ηγεσίας
 - κλιμακώματα δημοκρατικής ηγεσίας
- πρακτικές υποδείξεις σε προπονητές
 - κριτήρια αυτοεξολόγησης
- θέματα για συζήτηση
- Προτεινόμενη βιβλιογραφία
- Περσική παροιμία

Ηγεσία στον αθλητισμό

• **Ορισμοί**

- ✓ « ...το να πείσεις άλλα άτομα να αφήσουν στην άκρη τις ατομικές τους επιδιώξεις και να επιδιώξουν ένα κοινό στόχο ο οποίος είναι σημαντικός για την ευημερία του συνόλου...»
- ✓ Ο καθορισμός μακροπρόθεσμων στόχων και των μέσων επίτευξης αυτών των στόχων
- ✓ Η δημιουργία οράματος
- ✓ *Management* : Η υλοποίηση των διαδικασιών

**Ο ρόλος του προπονητή
πετυχημένος ή αποτελεσματικός
προπονητής;**

- **επιτυχημένος προπονητής**
 - κριτήρια νίκες και ήττες
- **αποτελεσματικός προπονητής**
 - κριτήρια η ικανοποίηση και η βελτίωση των αθλητών

Ο ρόλος του προπονητή

διαφορετικοί ρόλοι

- ✓ δάσκαλος
- ✓ παρακινήτης
- ✓ ηγέτης

διαφορά προπόνησης και διδασκαλίας

- ✓ ο μαθητής πρέπει να μάθει
- ✓ ο αθλητής πρέπει να μάθει και να εφαρμόσει

**Η προσωπικότητα του ηγέτη
Χαρακτηριστικά**

- η **ευφυΐα** δεν εγγυάται την αποτελεσματικότητα του ηγέτη αλλά χρειάζονται ορισμένες προϋποθέσεις
- οι καλοί ηγέτες τείνουν να έχουν μεγάλες ικανότητες **καλλιέργειας διαπροσωπικών σχέσεων**

Η προσωπικότητα του ηγέτη

Η συναισθηματική διέγερση του προπονητή

- ✓ Οι αθλητές που βρίσκονται υπό ένταση δεν εκτιμούν την υπερβολική συναισθηματική έκφραση των προπονητών
- ✓ Η υπερβολική επίδειξη αναστάτωσης μπορεί να έχει άμεσες συνέπειες όχι μόνο στους αθλητές αλλά και στους θεατές

Το περιβάλλον της ηγεσίας

Η **αποτελεσματική ηγεσία** απαιτεί συνδυασμό

- ✓ προσωπικότητας του ηγέτη
- ✓ χαρακτηριστικά των καθοδηγούμενων
- ✓ συνθηκών του περιβάλλοντος

Το περιβάλλον της ηγεσίας

Διαστάσεις ευνοϊκότητας του περιβάλλοντος

- ✓ Η σχέση ηγέτη – καθοδηγούμενου
- ✓ Η δομή της δραστηριότητας
- ✓ Η θέση ισχύος του ηγέτη

Το περιβάλλον της ηγεσίας

Η ωριμότητα της ομάδας και ο ηγέτης

- Ως ωριμότητα της ομάδας ορίζεται η ικανότητα **καθορισμού υψηλών** αλλά εφικτών **στόχων** και η επιθυμία και ικανότητα για ανάληψη **πρωτοβουλίας και ευθύνης** για την επίτευξή τους

Το περιβάλλον της ηγεσίας

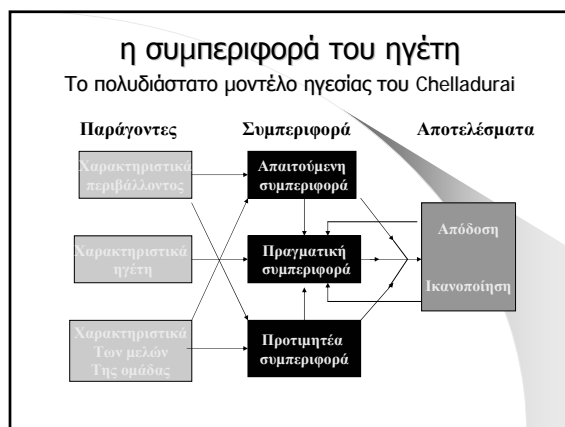
Έμφαση στη δραστηριότητα ή στις σχέσεις;

- Καθώς ωριμάζει η ομάδα θα πρέπει να **δίνεται έμφαση**
- ✓ Μικρή στη δραστηριότητα – μεγάλη στις σχέσεις
- ✓ Μεγάλη στις σχέσεις – μεγάλη στη δραστηριότητα
- ✓ Μεγάλη στις σχέσεις – μικρή στις σχέσεις
- ✓ Μικρή στη δραστηριότητα – μικρή στις σχέσεις

Το περιβάλλον της ηγεσίας

Οι ανάγκες των αθλητών και ο ηγέτης

- έλεγχος (η ανάγκη για κυριαρχία)
- συνύπαρξη (η ανάγκη για κοινά ενδιαφέροντα)
- συναισθημα (η ανάγκη για αγάπη και στοργή)
- *οι διαφορετικοί συνδυασμοί προπονητή -αθλητή στις 3 βασικές ανάγκες καθορίζουν την επιτυχία και τη μακροβιότητα της συνεργασίας*



- ### Η συμπεριφορά του ηγέτη
- Διαστάσεις της συμπεριφοράς του προπονητή
- Δημοκρατική συμπεριφορά
 - Αυταρχική συμπεριφορά
 - Θετική ανατροφοδότηση
 - Κοινωνική υποστήριξη
 - Τεχνική καθοδήγηση

- ### Η συμπεριφορά του ηγέτη Το στυλ ηγεσίας
- Αυταρχικό στυλ
 - Αυταρχικό με πληροφόρηση
 - Ατομικό συμβουλευτικό
 - Ομαδικό συμβουλευτικό
 - Δημοκρατικό

- ### Η συμπεριφορά του ηγέτη Το στυλ ηγεσίας
- Παράγοντες που επηρεάζουν το στυλ ηγεσίας
- ✓ Χρονική πίεση
 - ✓ Πόσο σημαντική είναι η απόφαση
 - ✓ Πού βρίσκονται οι πληροφορίες
 - ✓ Πόσο σύνθετο είναι το πρόβλημα
 - ✓ Αποδοχή της απόφασης
 - ✓ Ισχύς του ηγέτη
 - ✓ Η συνοχή της ομάδας

- ### Η συμπεριφορά του ηγέτη Το στυλ ηγεσίας
- Πλεονεκτήματα αυταρχικής ηγεσίας
- ✓ Ο ανασφαλής αθλητής αισθάνεται καλύτερα κατά τη διάρκεια των αγώνων
 - ✓ Ο κυριαρχικός τύπος προπονητή αποδίδει καλύτερα με αυτό το στυλ

- ### Η συμπεριφορά του ηγέτη Το στυλ ηγεσίας
- Πλεονεκτήματα δημοκρατικής ηγεσίας
- ✓ Καλύτερη επικοινωνία με τους αθλητές
 - ✓ Οι παίκτες αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες και γίνονται πιο ανεξάρτητοι
 - ✓ Η ομάδα γίνεται πιο ευπροσάρμοστη

Πρακτικές υποδείξεις σε προπονητές

- ✓ Προσπάθησε να αναγνωρίσεις τη συμπεριφορά σου
- ✓ Ο τρόπος ηγεσίας να είναι συμβατός με το επίπεδο των αθλητών
- ✓ Ο τρόπος ηγεσίας να είναι συμβατός με τις προτιμήσεις των αθλητών
- ✓ Ο τρόπος ηγεσίας να είναι κατάλληλος σχετικά με το πρόβλημα

Πρακτικές υποδείξεις σε προπονητές

- ✓ Μη διστάσεις να συμβουλευτείς τους αθλητές σου
- ✓ Αν χρησιμοποιείς το αυταρχικό στυλ, επειδή το προτιμούν οι αθλητές/τριές σου, προσπάθησε να χρησιμοποιήσεις την πειθώ
- ✓ Αναγνώρισε τις διαφορές των δύο φύλων

Πρακτικές υποδείξεις σε προπονητές κριτήρια αυτοαξιολόγησης

- ✓ Μακροπρόθεσμα ποιο θα είναι το αποτέλεσμα της συμπεριφοράς σου;
- ✓ Είναι οι αθλητές σου παρακινημένοι;
- ✓ Δείχνουν συνέπεια να πετύχουν τους στόχους τους;
- ✓ Ενδιαφέρονται για τους στόχους τους;
- ✓ Είναι αφοσιωμένοι στην επιτυχία της ομάδας και των συναθλητών τους;
- ✓ Αν δεν υπάρχει αφοσίωση, γιατί συμβαίνει αυτό;

Θέματα για συζήτηση

1. Πρόκειται να συζητήσετε με τους παράγοντες μιας παιδικής ομάδας για να αναλάβετε ως προπονητής. Μία πιθανή ερώτηση θα είναι να παρουσιάσετε τα σχέδιά σας για την ομάδα. Σε ποιους άξονες θα οργανώσετε την απάντησή σας;

Θέματα για συζήτηση

2. Συχνά οι επιτυχημένοι προπονητές είναι οι αυταρχικοί προπονητές. Αν η "συνταγή" είναι δοκιμασμένη, αξίζει να προσπαθήσουμε για δημοκρατικό στυλ ηγεσίας;

Προτεινόμενη βιβλιογραφία

- Θεοδωράκης Γ., Γούδας Μ., Παπαιωάννου Α. (2001). Ψυχολογική Υπεροχή στον Αθλητισμό. Κεφάλαιο 14. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Weinberg, S., & Gould, D. (1999). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Κεφάλαιο 9. Human Kinetics

Περσική παροιμία

- « Αυτός που ξέρει και νομίζει ότι δεν ξέρει είναι αέρας: Αγνόησέ τον
- Αυτός που δεν ξέρει, και δεν ξέρει ότι δεν ξέρει, είναι παιδί: Δίδαξέ τον
- Αυτός που δεν ξέρει, και νομίζει ότι ξέρει, είναι επικίνδυνος: Απόφυγέ τον
- Αυτός που ξέρει και ξέρει ότι ξέρει, είναι ηγέτης: **Ακολουθήσέ τον**