

There are no translations available.

## **ΕΙΔΙΚΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΤΥΧΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ ΔΙΑΜΑΝΤΑΚΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ**

Κατ' επανάληψη ακούμε ότι το μπάσκετ είναι "ψυχολογικό άθλημα". Η ταχύτητα του, η εναλλαγή των φάσεων, η συμμετοχή όλων των παικτών σε άμυνα και επίθεση, αλλά και πλήθος άλλων ειδικών χαρακτηριστικών του παιχνιδιού δημιουργούν καταστάσεις έντονης σωματικής και ψυχικής κόπωσης η οποία αναμφίβολα επηρεάζει την αγωνιστική απόδοση παικτών και ομάδας.

Η παρουσία του ψυχολογικού παράγοντα στην προπόνηση και η σχέση του με τους υπόλοιπους βασικούς παράγοντες της προπονητικής διαδικασίας (φυσική κατάσταση, τεχνική, τακτική) βασίζεται στο γεγονός ότι αυτοί οι τρεις παράγοντες παρουσιάζουν ένα κορεσμό στον παράγοντα ψυχολογία σύμφωνα με την αρχή, κατά την οποία όταν δουλεύουμε με ανθρώπους οποιαδήποτε δραστηριότητα είναι κορεσμένη στον παράγοντα ψυχολογία (Niculescu, 1999).

Η ψυχολογία είναι η επιστήμη που μελετά την ανθρώπινη συμπεριφορά. Η συμπεριφορά μπορεί να εκφραστεί ποσοτικά και ποιοτικά. Για παράδειγμα, στην καλαθοσφαίριση, ποσοτική έκφραση της αγωνιστικής συμπεριφοράς παιχτών και ομάδας, αποτελούν οι συντελεστές που προκύπτουν από τα διάφορα συστήματα ποσοτικής αξιολόγησης.

Η κατασκευή, λοιπόν και ενός συστήματος αξιολόγησης το οποίο να μας προσφέρει με ένα υψηλό βαθμό εγκυρότητας και την ποιοτική διάσταση της αγωνιστικής συμπεριφοράς παιχτών κρίνεται απαραίτητη, διότι θα μπορεί να προσφέρει μια λεπτομερές εικόνα των δυνατών και αδύνατων σημείων του κάθε καλαθοσφαιριστή. Η παράλληλη χρήση του με το σύστημα ποσοτικής αξιολόγησης, εισάγει ένα πλαίσιο ειδικών πληροφοριών, προσφέροντας ταυτόχρονα τη δυνατότητα ποιοτικών αναλύσεων, απαραίτητων στο προπονητικό έργο.

Οι μέθοδοι αξιολόγησης διαιρούνται σε δυο κατηγορίες: στις αντικειμενικές και στις υποκειμενικές (Cascio, 1991). Οι πρώτες στηρίζονται σε μετρήσιμα στοιχεία της παραγωγής ενώ οι δεύτερες σε κάποιες κρίσεις που συνήθως αναλαμβάνουν να κάνουν οι άμεσοι προϊστάμενοι.

Στο χώρο της καλαθοσφαίρισης οι μετρήσεις οι οποίες στηρίζονται σε μετρήσιμα στοιχεία της παραγωγής (αντικειμενικές μέθοδοι αξιολόγησης), δεν είναι άλλες από την καταγραφή των επιδόσεων των παικτών στις διάφορες στατιστικές κατηγορίες και οι οποίες αποτελούν τμήμα ενός γενικότερου συστήματος αξιολόγησης παικτών και ομάδας που εκφράζονται από κάποιους δείκτες όπως είναι για παράδειγμα το TENDEX.

Το σύστημα αξιολόγησης TENDEX είναι μια χρήσιμη μέθοδος, αλλά παρουσιάζει μόνο το τελικό αποτέλεσμα της αγωνιστικής συμπεριφοράς. Η αγωνιστική επίδοση όμως, είναι συνισταμένη πολλών παραγόντων. Για αυτό το λόγο, κρίνεται αναγκαία η χρήση ενός συστήματος που να μας προσφέρει μια λεπτομερή εικόνα των θετικών και αρνητικών σημείων του κάθε παίχτη.

Η επιλογή της χρήσης μιας ενός συστήματος αξιολόγησης της αγωνιστικής συμπεριφοράς σε συνδυασμό με το TENDEX, προσφέρει ένα πλαίσιο ειδικών και απαραίτητων πληροφοριών και ταυτόχρονα δίνει την δυνατότητα μιας ποιοτικής ανάλυσης της αγωνιστικής δραστηριότητας.

Επιχειρήσαμε λοιπόν να δημιουργήσουμε ένα ανάλογο σύστημα αξιολόγησης της αγωνιστικής συμπεριφοράς των καλαθοσφαιριστών, ένα σύστημα δηλαδή υποκειμενικής

αξιολόγησης των αγωνιστικών επιδόσεων των παικτών από τους προϊσταμένους τους, εν προκειμένω το προπονητικό τιμ.

Επιλέξαμε την κλίμακα με σημεία συμπεριφορικής περιγραφής, πιο γνωστή ως BARS (behaviorally anchored rating scales). Η επιλογή αυτού του είδους κλίμακας έγινε, διότι προσφέρει τη δυνατότητα να αξιολογηθεί η επαγγελματική (αγωνιστική) συμπεριφορά μέσα από τυποποιημένα έντυπα τα οποία διαθέτουν ψυχομετρικά χαρακτηριστικά της εργασίας και μπορούν να συμπληρωθούν με ακρίβεια από αξιολογητές σχετικά άπειρους. Αυτό το σύστημα αξιολόγησης προτάθηκε το 1963 από τους Smith και Kendall και είναι γνωστό ως μια διαδικασία βασισμένη στην αξιολόγηση της συμπεριφοράς, στην οποία κάθε κλίμακα αξιολόγησης αποτελείται από μια σειρά ιεραρχημένων επαγγελματικών προσδοκιών.

Στην ουσία κατά την διαδικασία αξιολόγησης μέσω αυτής της κλίμακας, ο αξιολογητής σημειώνει την αναμενόμενη συμπεριφορά από την πλευρά του αξιολογούμενου κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής του δραστηριότητας στο χώρο εργασίας. Η έννοια της «αναμενόμενης συμπεριφοράς» πηγάζει από την συστηματική παρατήρηση της συμπεριφοράς του αξιολογούμενου στο χώρο εργασίας και την εκτίμηση του αξιολογητή περί αυτής (Pitariu 2006).

Η κατασκευή μιας κλίμακας αξιολόγησης τύπου BARS (Smith & Kendall, 1963; Campbell et. al., 1973; Κάντας, 1998; Pitariu, 2000; Diamantakos & Muşat, 2004), προϋποθέτει την σύσταση μιας ομάδας ειδικών (στην προκειμένη περίπτωση προπονητές, καθηγητές Φυσικής Αγωγής και βετεράνους από το χώρο της καλαθοσφαίρισης) που θα ορίσουν τις διαστάσεις που θα αξιολογηθούν. Η ίδια αυτή ομάδα ειδικών πρέπει να συμφωνήσει και για τους επεξηγηματικούς ορισμούς που θα συνοδεύουν κάθε διάσταση, έτσι ώστε το έργο των αξιολογητών να γίνει πιο εύκολο.

Κατόπιν, μια άλλη ομάδα (παρόμοιου χαρακτήρα με την πρώτη), θα πρέπει να ορίσει για κάθε διάσταση κάποια συγκεκριμένα περιστατικά (παραδείγματα), που να καταδεικνύουν υψηλή, μέτρια και χαμηλή αγωνιστική απόδοση για έναν καλαθοσφαιριστή. Μια τρίτη ομάδα θα κατατάξει τις παραπάνω περιγραφές. Σημειώνουμε ότι, η διαδικασία κατασκευής ενός συστήματος αξιολόγησης για τους καλαθοσφαιριστές, εμπεριείχε ένα επιπλέον τεχνικό πρόβλημα: ως γνωστό, τα αγωνιστικά καθήκοντα των καλαθοσφαιριστών, διαφέρουν ως προς τη θέση που αγωνίζεται ο καθένας. Καταλήξαμε, πως το ορθότερο θα ήταν να δημιουργήσουμε τρία διαφορετικά δελτία αξιολόγησης για καθενιά από τις παρακάτω αγωνιστικές θέσεις: Πόιντ Γκάρντ, Γκάρντ- Σμόλ Φόργουορντ, Πάουερ Φόργουορντ- Σέντερ.

Αλλωστε, κατά τον Αναστασιάδη (1995) οι ικανότητες του καλαθοσφαιριστή πρέπει να αξιολογούνται σύμφωνα με τις υψηλές απαιτήσεις της θέσης στην οποία εξειδικεύεται, ενώ οι ιδιαιτερότητες κάθε θέσης πρέπει να είναι οι βάσεις πάνω στις οποίες θα καθορισθούν τα κριτήρια αξιολόγησης.

Η πρώτη ομάδα ειδικών, η οποία επιμελήθηκε του έργου εξεύρεσης εκείνων των διαστάσεων, οι οποίες να καταδεικνύουν την αγωνιστική απόδοση για κάθε μια από τις παραπάνω θέσεις, κατέληξε στα συμπεράσματα που αναγράφονται στον πίνακα 1.

Πίνακας 1. Διαστάσεις της αγωνιστικής απόδοσης σε σχέση με τις θέσεις των καλαθοσφαιριστών

Διαστάσεις

αγωνιστικής

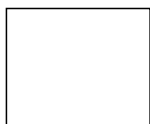
Αγωνιστική θέση

Ιδιαιτερότητες αγων. θέσης

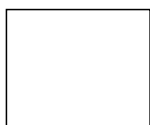
Επίπεδο γνώσεων τεχν. και τακτ. στην επίθεση



Επίπεδο γνώσεων τεχν. και τακτ. στην άμυνα



Προσαρμογή στην ομάδα



Σεβασμός προπον. και αγων. υποχρεώσεων

Πόιντ Γκάρντ

X

X

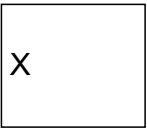
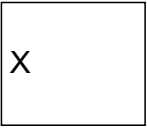
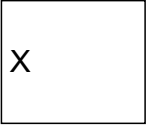
X

X

X

Γκάρντ- Σμόλ

Φόργουορντ



X

Πάουερ Φόργουορντ- Σέντερ

X

X

X



X

X

Το σύστημα αξιολόγησης, λοιπόν, που προέκυψε, αποτελείται από τρία δελτία αξιολόγησης με κλίμακες συμπεριφορικής περιγραφής. Καθένα από αυτά τα δελτία περιλαμβάνει πέντε διαστάσεις (υποκλίμακες) που περιγράφουν την αγωνιστική απόδοση των καλαθοσφαιριστών ανά θέση. Οι αξιολογητές καλούνται να εκτιμήσουν την αγωνιστική συμπεριφορά κάθε καλαθοσφαιριστή, για κάθε διάσταση ξεχωριστά, σε μια 9-βάθμια κλίμακα. Ο υπολογισμός του σκορ, γίνεται με άθροιση των βαθμολογιών της κάθε διάστασης και εξαγωγή του μέσου όρου.

Τα αποτελέσματα της αξιολόγησης πρέπει να αποτελούν αντικείμενο συζήτησης μεταξύ του αξιολογούμενου και του προϊσταμένου (προπονητή), με στόχο την τελειοποίηση του πρώτου. Η συζήτηση πρέπει να διασαφηνίζει το λόγο παροχής ενός ειδικού χαρακτηρισμού, να αποκαλύπτει τα όρια της επαγγελματικής (αγωνιστικής) απόδοσης, καθώς και τους τρόπους υπέρβασης των ατελειών, τις οποίες η αξιολόγηση θα έχει αναδείξει (Pitariu, 2000).

Ένα τέτοιο σύστημα, λοιπόν στην ουσία αποτελεί ένα από τα συστατικά της διαχείρισης του ανθρώπινου δυναμικού, πρόκειται, δε, για ένα εργαλείο επικοινωνίας στο εσωτερικό της ομάδας. Ο βασικός στόχος της αξιολόγησης έχει δύο κατευθύνσεις: (α) να βοηθηθεί η διοίκηση (προπονητικό τιμ) να πάρει αποφάσεις σχετικά με το προσωπικό (καλαθοσφαιριστές) και (β) να έχει ο εργαζόμενος (καλαθοσφαιριστής) ανατροφοδότηση

(feedback), πληροφόρηση, δηλαδή, για τις επιδόσεις του.

Για όλους τους εμπλεκόμενους σε μια παραγωγική διαδικασία, η γνώση της επαγγελματικής τους δραστηριότητας και των δυνατοτήτων τους σημαίνει μια ρεαλιστική κατανόηση του τρόπου με τον οποίο αυτοί εκπληρώνουν τα καθήκοντά τους, τι απόδοση έχουν, πώς εκτιμάται από τους άλλους αυτή η απόδοση, τι περιμένει από αυτούς ο οργανισμός (ομάδα) στον οποίο δραστηριοποιούνται και πώς μπορούν να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις αυτού.

Η δυνατότητα γνωστοποίησης της αγωνιστικής αξίας, προσφέρει στο πρόσωπο το οποίο αξιολογείται εμπιστοσύνη στις δυνάμεις του και παρέχει τη δυνατότητα της αυτοανάλυσης- αυτοκριτικής σε σχέση με τα όποια ερωτηματικά υπάρχουν, αποτελώντας παράλληλα και μια σχέση αιτιολογικού προσδιορισμού και κινήτρων επίτευξης σε ό,τι αφορά στην πράξη, στο υπάρχον, αλλά και στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Επισημαίνουμε ότι, το σύστημα αξιολόγησης με σημεία συμπεριφορικής περιγραφής δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για την επιλογή καλαθοσφαιριστών ή για την πρόβλεψη της απόδοσής τους, αλλά μόνο ως όργανο αξιολόγησης της αγωνιστικής συμπεριφοράς αυτών.

Επιστημονικές έρευνες σχετικά με την συνεισφορά της ανατροφοδότησης στην αύξηση της ανθρώπινης απόδοσης, συνιστούν ως γενικό συμπέρασμα μια βελτίωση των αποτελεσμάτων μεταξύ 8-26% (Landy & Farr, 1983).

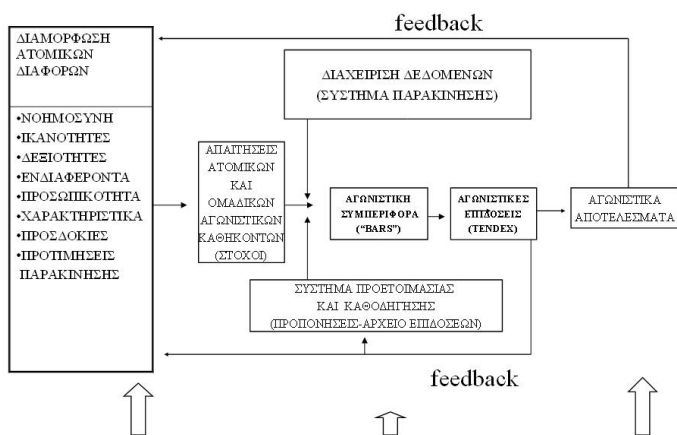
Δείγμα από κλίμακα με σημεία συμπεριφορικής περιγραφής

ΠΟΙΝΤ ΓΚΑΡΝΤ

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΘΕΣΗΣ ΤΟΥ ΠΟΙΝΤ ΓΚΑΡΝΤ



Από αυτή την εικόνα προκύπτει ότι η προπόνηση πρέπει να είναι διαφοροποιημένη (970)



Ποικιλία διαδικασία αποτελέσματα