

JUHÁSZ ISTVÁN^{1,2}, KÓNYA RÉKA^{2,3}

EDZŐ-SPORTOLÓ KAPCSOLAT JELLEMZŐI IFJÚSÁGI KÉZILABDÁZÓK KÖRÉBEN: FÓKUSZBAN A BEVÁLÁS

CHARACTERISTICS OF THE COACH-ATHLETE RELATIONSHIP AMONG YOUTH HANDBALL PLAYERS: EMPHASIS ON PERFORMANCE

¹*Magyar Kézilabda Szövetség*

²*Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, Neveléstudományi Doktori Iskola, Eger*

³*Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, Sporttudományi Intézet, Sport- és
Egészségtudományi Kutatócsoport, Eger*

Absztrakt

A tanulmány célja az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata az utánpótlás-válogatott játékosok és a nem válogatott kézilabdázók (N = 82) összehasonlításában. A kutatást az indokolta, hogy az utánpótlás-korosztályokból a felnőtt korosztályba történő átmenet nem zökkenőmentes, sok buktatóval jár, ezért fontos a sikeres felkészítés érdekében a sportszakmai tényezők mellett a pedagógiai és az érzelmi tényezőket is átfogóbban vizsgálni. Központi alakja ennek a munkának az edző, ezért az edző-sportoló kapcsolat feltérképezése is kulcsfontosságú. A sportolók véleményét a CART-Q-kérdőív (Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Jowett és Ntoumanis, 2004) segítségével értékeltük. A CART-Q-kérdőív kérdései az edző-sportoló kapcsolat három meghatározó jellemzőjét vizsgálják: „közeliség”, „elköteleződés”, „kiegészítés”. Az eredmények jelentős különbségeket mutatnak a válogatott játékosok és a nem válogatott kézilabdázók között. Legnagyobb különbséget az „elköteleződés” alskálában fedeztünk fel a két csoport között. A válogatott, bevált sportolók úgy érzik, sikerült szorosabb kapcsolatot kialakítaniuk edzőjükkel, és nagyobb elkötelezettséget mutattak edzőjük és a sportág iránt. Úgy gondolják, edzőjükkel karöltve ígéretes sportkarrier elé néznek. Megvizsgáltuk továbbá a fiúk és a lányok közötti különbséget is. A két nem közti különbséget az „edzői viselkedés/kiegészítés” és a „közeliség” alskálákon figyeltük meg. Elmondható, hogy a lányok érzelmi szempontból sokkal közelebb állnak az edzőjükhöz, vagyis kedvelik az edzőjüket, megbíznak benne, tisztelik

és nagyra értékelik edzőjük napi munkáját. A vizsgálat eredményei alapján ajánlott, hogy tovább kutassuk és fejlesszük az edzők pedagógiai kompetenciáit.

Kulcsszavak: elköteleződés; edző-sportoló kapcsolat kérdőív; CART-Q; különbségek válogatott és nem válogatott kézilabdázók/fiúk és lányok között

Abstract

The purpose of this study is to examine the coach-athlete relationship among youth national team players and non-national team handball players (N = 82). The research was motivated by the fact that the transition from the youth age groups to the adult age group is not smooth, it involves many pitfalls, therefore it is important to examine the pedagogical and emotional factors more comprehensively in order to ensure successful preparation. The central figure of this work is the coach, which is why mapping the coach-athlete relationship is also crucial. The opinions of the athletes were evaluated using the CART-Q Questionnaire (Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Jowett & Ntoumanis, 2004). The questions of the CART-Q questionnaire examine three defining characteristics of the coach-athlete relationship: „closeness”, „co-orientation”, „complementarity „. The results show significant differences among national team players and non-national team handball players. We discovered the biggest difference in the „co-orientation” subscale between the two groups. Selected, proven athletes feel that they have developed a closer relationship with their coach and have shown greater commitment to their coach and the sport. They also believe that, hand in hand with their coach, they are looking forward to a promising sports career. We also examined the difference between boys and girls. The difference between the two genders was observed in the subscales „coaching behavior/ complementarity „ and „closeness”. It can be said that the girls are much closer to their coach from an emotional point of view, that is, they like their coach, trust him, respect him and appreciate his coach's daily work. Based on the results of the study, it is recommended that we further research and develop the pedagogical competencies of coaches.

Key-words: co-orientation; Coach-Athlete Relationship Questionnaire; CART-Q; differences between national team players and non-national team handball players / boys and girls

Bevezetés

Hazánkban a kézilabdázás nemcsak a kiemelt látványcsapatsportágak között, hanem a többi sportág tekintetében is az egyik legnépszerűbb sportág (Ökrös, 2020). Napjainkban válogatottszínt a magyar utánpótlás-kézilabdacsapatok teljesítménye eléri az európai elit szintjét, ennek ellenére kevés nemzetközi szinten is jegyzett kézilabdázó alkotja a felnőtt válogatott keretét. 2024-ben az Európai Kézilabda Szövetségnek (EHF) a nyári korosztályos világversenyei eredményei alapján felállított rangsorában Magyarország az első helyet foglalja el. A lánymezőnyben a magyar serdülőválogatott a svédországi Európa-bajnokságon bronzérmet szerzett, akárcsak az ifjúsági válogatott a kínai világbajnokságon. A juniorválogatott az észak-macedóniai vb-n ezüstérmet nyert. A fiú ifjúsági válogatott bronzérmet szerzett a montenegrói kontinenstornán, a juniorok pedig a 12. helyen végeztek a szlovéniai Eb-n (EHF, 2024).

A kézilabdázás színvonalának további emeléséhez, illetve a felnőtt szinten is eredményes szereplés érdekében mindenekelőtt a fiatal sportolók tudatos fejlesztésére van szükség. Magyarországon a kézilabdázók pedagógiai és pszichológiai gondozásának fontossága még nem eléggé elterjedt. A tehetséggondozás és az utánpótlás-nevelés folyamatában az edző szerepe és szemlélete jelentős befolyásoló tényező (Vernacchia és mtsai., 2000), illetve pedagógiai elvei is jelentős szerepet játszanak (Csáki és mtsai., 2013). A kézilabda sportágra vetítve elmondható, hogy kevés azon hazai kutatások száma, melyek az edző pedagógiai szerepét vizsgálják (Révész és mtsai., 2013).

Tanulmányunkban ifjúsági korú kézilabdázók körében vizsgáltuk az edző és sportoló kapcsolatát. Ez a kapcsolat nem kap elegendő figyelmet az empirikus kutatásokban, kutatásunk ezért is kiemelten fontos e témában. A minta több típusú beválási szintet jellemez, mivel válogatott és nem válogatott kézilabdázók véleményére is kíváncsiak voltunk az edzői bánásmód kapcsán, illetve a nemek közötti különbségekre is próbáltunk fényt deríteni. Korábbi kutatások arra mutatnak rá, hogy a bevált sportolók az edző-sportoló kapcsolat vonatkozásában inkább családtagként tekintenek edzőjükre. Ennek magyarázata az lehet, hogy a bevált sportolók több időt töltenek edzőjükkel, így a személyes kapcsolatuk is mélyebbé válik, illetve a közösen elért sikerek is hozzájárulnak a kapcsolat szilárdabbá válásához (Révész és mtsai., 2013). A játékosok szerint kiemelten fontos az edzőkkel kialakított partneri viszony, illetve az edzők nevelő szerepe, ezen belül elsősorban a példaérték és a magas szintű irányító- és oktatási képesség (Csáki és mtsai., 2013).

Továbbá mivel a fiú és lány sportolók bizonyos tekintetben eltérő felfogással és elvárásokkal tekintenek edzőjükre (Amorose és Horn, 2000; Chelladurai és Saleh, 1978; Sherman és mtsai., 2000), fontosnak tartottuk az edző-sportoló kapcsolat feltárásánál a nemek szerepét is figyelembe venni. Az eredmények feltételezhetően jó alapot

nyújthatnak majd az edző-sportoló kapcsolatrendszer további finomítására, ami növelheti a sportolók teljesítményét, valamint a sportághoz való kötődését is.

Edző-sportoló kapcsolat

A sportolók elégedettsége és önértékelése szorosan kapcsolódik az edzőjükkel való viszonyuk minőségéhez, ami jelentős hatással van a sportteljesítményre is (Gyömbér, Kovács és Ruzits, 2016). Ezt a kapcsolatot *Kelley és Thibaut* (1978) interdependencia-elmélete elemzi, amely a költség-haszon elemzésen alapuló emberi kapcsolatokat tárgyalja. A társadalmi csereelmélet szerint a kiegyensúlyozott kapcsolatokban mindkét fél hasonló mértékben részesül előnyökben, és viseli a költségeket. Ez az elmélet azt sugallja, hogy az egyének olyan kapcsolatokat alakítanak ki, amelyek a legnagyobb jutalmat nyújtják a legkisebb költséggel. A sportban az edző és a sportoló közötti hatékony együttműködés elengedhetetlen az optimális teljesítmény és a siker eléréséhez. A sportolók ritkán érnek el kiemelkedő eredményeket edzőik támogatása nélkül, és az edzők is a tanítványaik elkötelezettségére számíthatnak a céljaik eléréséhez. Az egymásrautaltság befolyásolja a kapcsolat minőségét, és erősíti a sporttal kapcsolatos elégedettséget, beleértve a teljesítménnyel, az instrukciók minőségével és az egyénre szabott felkészüléssel való elégedettséget (Jowett és Nezelek, 2012). Az edző központi alak abban a tekintetben, hogy az egyének gyűjteményét csapattá alakítsa. Ennek a folyamatnak a kulcsa az edző-sportoló kapcsolat megfelelő kiépítése és menedzselése (Jowett és Felton, 2014). Az edző személyisége, hitelessége és szakmai tudása kulcsfontosságú tényező a hatékony kapcsolat kialakításában a sportolóval. Egy ilyen kapcsolat alapja a közös célok és módszerek elfogadása, valamint a kölcsönös tisztelet és a másik fél igényeinek figyelembevétele. Az edzői munka nagyon összetett és kihívásokkal teli, különösen a mai sportvilágban, ahol az edzőknek dinamikus, változó és gyakran ellentmondásos környezetben kell hatékonyan működniük (Walsh, 2011).

Egy edzőnek a hatékony munkavégzés érdekében a következő feladatokat kell ellátnia: jó kapcsolat kiépítése a sportolóval; a teljesítmény javítása; szakmai és technikai tudás átadása; motiválás és az érdeklődés fenntartása; valamint a sportoló önbizalmának és elégedettségének növelése (Budavári, 2012). Egy jó edző képes felismerni sportolójának erősségeit és gyengeségeit, megfelelő időben bíráló vagy támogató szerepet vállalva. Ez nagy felelősséggel jár az edző számára, hiszen a megfelelő egyensúly és a sportoló fejlődésének elősegítése kulcsfontosságú a közös siker érdekében. Fontos, hogy egy edző olyan célokat tudjon kitűzni, melyeket el tudnak érni játékosaival, így kiváltva az elköteleződést a sport iránt (Új és mtsai., 2021; Bognár, 2010). *Biróné* (2011) szerint ahhoz, hogy egy edző sikeres legyen, az alábbi képességeket szükséges elsajátítania: lelkiismeretesség, gyors helyzetfelismerés, kreativitás, konfliktuskezelés, jó kommunikációs készség, megbízhatóság, hitelesség.

Varga (2017) kézilabdacsapatoknál vizsgálta saját készítésű kérdőív segítségével a játékosok aktuális edzőjükről alkotott véleményét. Az eredmények azt mutatják, hogy a kézilabdacsapat vezetőedzője aktívan részt vesz a játékosok problémamegoldásában. Fontos számára a játékosok jólléte és elégedettsége, mivel ezek alapvető feltételei a kiegyensúlyozott játéknak és a jó teljesítménynek.

A tudomány területén az edző-sportoló kapcsolatot leginkább három jellemzőn keresztül vizsgálják: „közelség”, „edzői viselkedés/kiegészítés” és „elköteleződés”.

Egy kutatásban, melyet olimpiai érmes versenyzők körében végeztek, azt találták, hogy az eredményesség háttérében az edző és a sportoló hatékony együttműködése áll, amelynek kiemelt része az érzelmi közelség és az elkötelezettség (Jowett és Cockerill, 2003). Ennek ellentéte is tetten érhető a szakirodalomban, az évszavarral küzdő sportolókra jellemzőbb a bizonytalan kötődés edzőjük irányába (Shanmugam és mtsai., 2012).

Az edző támogató viselkedése a sportolói énhatékonyságot és belső motivációjukat is magyarázza, egy birkózók között végzett vizsgálat eredményei ezt bizonyították (Sari és Bayazit, 2017). A negatív edzői viselkedés azonban kapcsolatba hozható a kognitív és szomatikus állapotszorongással (Kenow és Williams, 1992, 1993, 1999). Hasonló eredményekre jutott Davis és Jowett (2014), szerintük a rossz minőségű interperszonális kapcsolat szorongáshoz vezethet. Egy további kutatásban (Baker és mtsai., 2000) pedig azt találták, hogy a negatív edzői viselkedés magával vonhatja a sportolói állapotszorongás különböző megnyilvánulásait (szomatikus és kognitív szorongás, koncentrációs zavarok). Ledochowski és munkatársai (2012) eredményei szerint a megfelelő edzői viselkedés csökkentheti a sportolói teljesítményszorongás mértékét. A pozitív edzői viselkedés pedig fejlesztheti a sportoló önbizalmát (Solomon, 2008).

Az adott sportág mellett történő elköteleződésben is kulcsfontosságú a jó edző-sportoló kapcsolat. Déri (2020) szerint a sportág iránti elköteleződés folyamatában az együttműködés, a közös perspektíva és az értékek adják a fő irányt. Az edző keretet ad a munkának, és stabil támaszt nyújt, de hagyja, hogy a sportoló maga végezze a feladatokat. Az igazán jó edző szakmai tudásával, következetességével és korrektségével tudja megteremteni a neki kijáró tiszteletet. Emellett elengedhetetlen a bizalmi viszony, amely nélkül nem képzelhető el magas színvonalú közös munka.

Robbins és munkatársai (2013) összefoglalták a fizikai aktivitás iránti elkötelezettséggel kapcsolatos elméleteket és kérdéseket. Tanulmányukban az elkötelezettséget általánosan közelítették meg, és úgy határozták meg: az elkötelezettség egy tudatos belső döntés eredménye, amely magában foglalja az önállóan kitűzött célokat is. Ezzel a megállapítással harmonizál Scanlannak és munkatársainak (1993) sportszemponitú megfogalmazása, mely a sport iránti elkötelezettséget a részvétel folytatására irányuló vágyként és elhatározásként definiálta. Megalkották a Sport Commitment Modelt (SCM), melyben meghatározták

azokat a tényezőket, amelyek fontosak az elkötelezettséghez. Kiemelik, hogy élmény és öröm nélkül az elkötelezettség elképzelhetetlen. A sport iránti elköteleződés modellje (SCM – 1993) az évek folyamán számtalan módosításon ment keresztül, és jelenleg kétféle elköteleződéstípust (lelkes és erőltetett) és ennek hét forrását (sportélvezet, értékes lehetőségek, egyéb prioritások, személyes befektetések, közösségi támogatás, közösségi kényszer, törekvés a fejlődésre) különbözteti meg. A lelkes elköteleződés nem más, mint egy olyan pszichológiai állapot, amely a sporttevékenység folytatására irányuló elszántságot és vágyakozást ábrázolja. A lelkes elköteleződésre jellemző, hogy az egyén saját maga akar részt venni a sporttevékenységben. Ellenben az erőltetett elköteleződés a sporttevékenység folytatásához köthető feladatokat és kötelezettséget ábrázolja. Az erőltetett elköteleződés valamilyen kényszer hatására, például: elvárások miatt alakul ki (Scanlan, Russell, Beals és Scanlan, 2003). Az eddigi sport iránti elköteleződésről szóló kutatásokból kiderül, hogy aki szereti a sportágát és kihasználja annak lehetőségeit, többet fektet be a sportágába. Ez nemcsak anyagi befektetést jelent, hanem idő és energia ráfordítását is. Ugyanakkor más kutatások azt bizonyították, hogy a befektetések egyfajta kényszert is jelenthetnek a sportolók számára (Scanlan és mtsai., 2003). A modell rámutat nemcsak a barátoktól, edzőktől és családtagoktól érkező támogatásra, de a szintén tőlük érkező elvárásokra is. A vizsgálatok szerint a közösségi elvárások negatívan hatnak a lelkes elköteleződésre, és pozitív kapcsolatban vannak az erőltetett elköteleződéssel (Scanlan és mtsai., 2003).

Guillet és munkatársai (2002) tanulmányukban női kézilabdázók affektív tapasztalatait és sportbéli bennmaradását vizsgálta. A kézilabdázás üzésének élvezeti szintje kapcsolatban volt a kompetencia, az autonómia, a valahová tartozás, az észlelt fejlődés és az edzői támogatás faktorokkal. Továbbá azok a játékosok, akik feladták a sportág üzését, úgy érezték, hogy kevésbé kompetensek, nem kötődtek a csapattársaikhoz, és kevésbé érezték az edző támogató magatartását.

Az edző-sportoló kapcsolat feltárására leggyakrabban kérdőívet használnak a kutatók. Legismertebb a CART-Q (Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Jowett és Ntoumanis, 2004). A kérdőívet több országban is adaptálták a kutatócsoportok, amiben a kérdőív pszichometriai mutatói bizonyultak megfelelőnek (Jowett és mtsai., 2017). Ilyen kutatást végeztek például a belga edzők-csapatsportolók körében (Balduck és Jowett, 2010), a brazil verzió szintén érvényesnek bizonyult annak értékelésére, hogy a sportolók hogyan vélekednek az edzővel való kapcsolatukról a brazil sportkontextusban (Viera és mtsai., 2015), az eredmények megalapozottan alátámasztották a kínai CART-Q-változat érvényességét és megbízhatóságát a kínai edző-sportoló kapcsolat összefüggésében (Yang és Jowett, 2010). A perzsa adaptációnál megváltoztatták a kérdőív szerkezetét (a hatodik tételt kivették), mert a háromfaktoros modell illeszkedési mutatói nem voltak megfelelők (Zeidabadi és mtsai., 2016). Összességében ezek az eredmények bizonyítékot szolgáltatnak

a CART-Q pszichometriai tulajdonságaira, és rávilágítanak arra, hogy ez egy megbízható eszköz, amely kultúrákon átívelően alkalmazható (Yang és Jowett, 2012).

A 3C modell az edző-sportoló kapcsolatában a három kiemelt tényező (Jowett, 2007): a közelség (closeness) a kapcsolat affektív oldalát jellemzi, amely megjelenhet olyan érzelmekben, mint az egymás iránti bizalom, az elfogadás és a kötődés. Az elkötelezettség (co-orientation) ezzel szemben a kapcsolatok kognitív aspektusára utal, rávilágít az edző és a tanítvány elképzeléseire és terveire a hosszú távú együttműködéssel kapcsolatban. A kiegészítés (complementarity) a viselkedéses részt vizsgálja, amely az edző és a tanítvány cselekedeteiben nyilvánul meg az edzések, valamint a versenyek alatt, itt fontos azt megfigyelni, hogy az edző és a sportoló a már említett dimenzióknak megfelelően cselekszenek-e.

Célok és hipotézisek

A kézilabda sportág utánpótlás- és felnőttteredményeit összehasonlítva láthatjuk, hogy a felnőttkori áttörést jelentő eredmények még váratnak magukra. Amennyiben meg tudnánk találni a kézilabdázók esetében az utánpótlás- és a felnőttkor közti átmenetet gátló vagy éppen azt segítő tényezőket, megoldásokat, akkor feltételezhetően a felnőttkori beválás eredményein is javíthatnánk, ezzel elősegítve a minőségi élsportot és támogatva a hátszágot, az utánpótlás-nevelést is.

Tanulmányunkban utánpótláskorú kézilabdázók és edzőik vizsgálatán keresztül elemezzük az edző-sportoló kapcsolatot. A téma kiemelt jelentőséggel bír, hiszen ismert, hogy a kapcsolat minősége meghatározza a sportbeli teljesítményt, valamint a fiatalok szocializációs folyamatait is (Gombocz, 2004). Kérdésként merült fel, hogy milyen edző-sportoló kapcsolat jellemző az utánpótlás-nevelői munkára a kézilabdában. Ennek tükrében szükséges feltérképezni a kézilabdázók edzőhöz kapcsolódó viszonyát, a kapcsolatot meghatározó tényezőket, valamint azt, hogy milyen szerepe van az edzőknek az edző-sportoló kapcsolatban. Jelen tanulmány elsődleges célja az edző-sportoló kapcsolat pedagógiai szempontú vizsgálata a kézilabda sportág keretein belül.

A következő hipotéziseket állítottuk fel:

1. A bevált kézilabdázók magasabb szintű elköteleződést tanúsítanak az edzőjük és a sportág iránt, mint a nem bevált sportolók.
2. Különbségeket találunk a nemek között az edzőhöz való kötődés és a kézilabdához való elköteleződés tekintetében.
3. Úgy gondoljuk, a bevált lányok elkötelezettebbek, és jobban kötődnek edzőjükhöz és magához a játékhoz.

Anyag és módszerek

Minta

Az edző-sportoló kapcsolat feltárásához a Magyar Kézilabda Szövetség (MKSZ) versenyrendszerében részt vevő utánpótláskorú (2005–2006–2007) kézilabdázók körében végeztünk felmérést. Két csoport került megkülönböztetésre a mintavétel során: (1) bevált, (2) nem bevált kézilabdázók. A beváltak és a nem beváltak csoportját a korosztályos nemzetközi eseményen való részvétel alapján különböztettük meg. A beváltak közé soroltuk azokat a válogatott utánpótláskorú versenyzőket, akik részt vettek nemzetközi eseményen (EB, EYOF¹). A nem beváltak csoportját azok a bajnokság középmezőnyébe tartozó csapatok sportolói alkották, akik nem vettek részt az imént említett nemzetközi eseményeken. A kutatás keretein belül 82 sportoló (N = 82) felmérésére került sor (1. táblázat).

<i>Kategória</i>	<i>N (elemszám) Átlag ± szórás (életkor)</i>	<i>Fiú Átlag ± szórás (életkor)</i>	<i>Lány Átlag ± szórás (életkor)</i>
Bevált	41 (17,18 ± 0,56)	21 (17,34 ± 0,47)	20 (17,01 ± 0,62)
Nem bevált	41 (16,93 ± 0,77)	21 (16,75 ± 0,79)	20 (17,12 ± 0,73)
Összesen	82 (17,05 ± 0,68)	42 (17,04 ± 0,71)	40 (17,06 ± 0,67)

1. táblázat: A minta jellemzése

A kézilabdázók megkérdezéséhez szülői beleegyező nyilatkozatot kértünk. Az eljárás során betartottuk a személyes adatok védelmére vonatkozó törvény előírásait, valamint a kutatásetikai szabályokat.

Adatfelvétel

A vizsgálatban használt kérdőív egy, a nemzetközi kutatásokban széles körben alkalmazott zárt kérdéseket tartalmazó kérdőív (Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Jowett és Ntoumanis, 2004) magyarra adaptált változata, mely az edző-sportoló kapcsolat jellemzőit tárja fel (Kovács és mtsai., 2021)

A kitöltés mind a négy alkalommal az edzés végeztével zajlott. A sportolók felmérésére 2024 első negyedévében került sor. A kérdőív lehetőséget biztosít arra, hogy feltárjuk a sportolók képét edzőikről, nemcsak annak pozitív és negatív aspektusából, hanem az emberi és szakmai támogatás szempontjából is (Jowett és Cockerill, 2003). A kérdőív három alskála mentén vizsgálja az edző-sportoló kapcsolatot: Közelség (érzelmi), Elköteleződés (kognitív), Kiegészítés (viselkedés).

¹ European Youth Olympics Festival = Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál.

A kérdőív 11 zárt végű kérdést tartalmaz. A zárt végű kérdések esetében 1–7-ig terjedő Likert-skálán (1 – egyáltalán nem értek egyet; 7 – teljes mértékben egyetértek) kellett meghatározni a sportolóknak, hogy mennyire értenek egyet az adott állítással.

A CART-Q-kérdőív magyar adaptációja három alskálájának belső konzisztenciája megfelelőnek bizonyult (a Közelség Cronbach- α = 0,87, az Elkötelezettség Cronbach- α = 0,82 és a Kiegészítés Cronbach- α = 0,88) (Kovács, Földi és Gyömbér, 2021).

Adatelemzés

A vizsgált sportolók demográfiai adatait és a kérdésekre kapott válaszokat leíró statisztikai elemzéssel mutattuk be. A bevált és nem bevált, a lány és fiú sportolók edző-sportoló kérdőív eredményei különbözőségeinek bemutatására diszkriminanciaanalízist végeztünk.

Az adatelemzést SPSS 27.0 program segítségével végeztük, szignifikanciaszintnek a társadalomtudományi kutatásokban általánosan alkalmazott hibahatárt ($p < 0,05$) vettük alapul.

Eredmények

A „közelség” skála esetében kaptuk a legmagasabb értéket (6,04), melyet a „kiegészítés” dimenzió követett (5,86), míg a legalacsonyabb értéket az „elkötelezettség” skála mutatta (4,92). Ezek alapján az utánpótláskorú kézilabdázók az edző közelségét érzik leginkább az edző-sportoló kapcsolatban. Mindhárom alskála megbízhatósági mutatói (Cronbach- α) jónak mondhatóak (2. táblázat).

Skála	Elemzés (N)	Min.- Max.	Átlag \pm Szórás	Egy főre vonatkozó átlag	Cronbach- α
Közelség	82	4-28	24,18 \pm 4,56	6,04	0,904
Edzői viselkedés/kiegészítés	82	4-28	23,47 \pm 4,45	5,86	0,823
Elköteleződés	82	3-21	14,78 \pm 4,21	4,92	0,836

2. táblázat: Az edző-sportoló kapcsolat - főbb jellemzők leíró statisztikája

A diszkriminanciaelemzés három skálán, sorrendben mutatja be és emeli ki azokat a változókat, melyek szignifikánsan határozzák meg a fiú és a lány kézilabdázók közötti megkülönböztető tényezőket. Az edző-sportoló kapcsolatban a lányok nagyobb jelentőséget tulajdonítottak az „edzői viselkedés” és a „közelség” változóknak. Az „elköteleződés” esetében nem találtunk szignifikáns különbséget a fiú és lány kézilabdázók között. (3. táblázat)

Skála	Férfi Átlag±Szórás	Nő Átlag± Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	P*	Függvények
Edzői viselkedés	22,19 ± 5,42	24,82 ± 2,59	0,91	7,74	1	80	0,007	0,95
Közelség	23,16 ± 5,54	25,25 ± 3,22	0,94	4,26	1	80	0,042	0,70
Elköteleződés	14,21 ± 4,43	15,37 ± 3,95	0,98	1,56	1	80	0,215	0,42

Megjegyzés: $p \leq 0,05$

3. táblázat: Diszkriminanciaelemzés a nemek között

A diszkriminanciaanalízis alapján a bevált és a nem bevált kézilabdázók válaszainál minden alskála esetében szignifikáns különbséget találtunk a sportolói vélemények között. Az edző-sportoló kapcsolatban a bevált sportolók a legnagyobb jelentőséget az „elköteleződés”-nek tulajdonítják ($p < 0,006$), ezután a sorrendben az „edzői viselkedés” ($p < 0,007$) és a „közelség” ($p < 0,016$) változók következnek. (4. táblázat)

Skála	Bevált Átlag± Szórás	Nem bevált Átlag± Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	P*	Függvények
Elköteleződés	16,04±4,17	13,51±3,91	0,909	8,05	1	80	0,006	0,907
Edzői viselkedés	24,78±3,29	22,17±5,09	0,913	7,59	1	80	0,007	0,881
Közelség	25,41±3,49	22,95±5,34	0,929	6,09	1	80	0,016	0,789

Megjegyzés: $p \leq 0,05$

4. táblázat: Diszkriminanciaelemzés a bevált és nem bevált sportolók között

A bevált és nem bevált férfi kézilabdázók eredményeinek esetében a két csoport között minden alskála vonatkozásában szignifikáns különbségeket találtunk az elemzés során. A bevált és nem bevált fiú kézilabdázók edző-sportoló kapcsolatában a legnagyobb különbség az „elköteleződés” alskála esetén ($p < ,001$) mutatnak, további jelentős különbség a „közelség” alskála esetében ($p < 0,007$) figyelhető meg, valamint az „edzői viselkedés” alskála ($p < 0,013$) is szignifikáns különbséget mutat a bevált sportolók válaszai alapján. (5. táblázat)

Skála	Bevált Átlag± Szórás	Nem bevált Átlag± Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	P*	Függvények
Elköteleződés	16,61±3,16	11,80±4,24	0,69	17,28	1	<,001	0,955
Közelség	25,42±3,00	20,90±6,57	0,83	8,21	1	0,007	0,658
Edzői viselkedés	24,23±3,59	20,14±6,21	0,85	6,83	1	0,013	0,6

Megjegyzés: $p \leq 0,05$

5. táblázat: Diszkriminanciaelemzés a bevált és nem bevált férfi sportolók között

Az edző-sportoló kapcsolat tekintetében a bevált és nem bevált női kézilabdázók választási esetében az alsókálák között nem találtunk szignifikáns különbséget, így a két csoport között nem tudunk diszkriminatív sorrendet sem felállítani. (6. táblázat)

Skála	Bevált Átlag± Szórás	Nem bevált Átlag± Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	P*	Függvények
Edzői viselkedés	25,35±2,92	24,3±2,15	0,958	1,671	1	0,204	0,93
Közelség	25,4±4,03	25,1±2,24	0,998	0,085	1	0,773	0,209
Elköteleződés	15,45±5,04	15,3±2,57	1	0,014	1	0,906	0,085

Megjegyzés: $p \leq 0,05$

6. táblázat: Diszkriminanciaelemzés a bevált és nem bevált női sportolók között

Megbeszélés

A kutatás célja az edző-sportoló kapcsolat pedagógiai szempontú vizsgálata volt, a kézilabda sportág keretein belül. A kutatást az indokolta, hogy az utánpótlás-korosztályokból a felnőttkorosztályba történő átmenet nem zökkenőmentes, sok buktatóval jár, ezért fontos a sikeres felkészítés érdekében a sportszakmai tényezők mellett a pedagógiai és az érzelmi tényezőket is átfogóbban vizsgálni (Géczi és Balyi, 2016). Központi alakja ennek a munkának az edző, ezért az edző-sportoló kapcsolat feltérképezése is kulcsfontosságú. E témával kapcsolatban hazai viszonylatban nem sok vizsgálat található, ezért kiemelten fontos annak a néhány kutatásnak az ismerete, amelyek az edző-sportoló kapcsolatot tárják fel (Kovács és mtsai., 2021).

Kutatásunk fő eredményei arra mutatnak rá, hogy a bevált sportolók az edző-sportoló kérdőívre adott válaszaik alapján úgy érzik, szorosabb kapcsolatot tudnak kialakítani edzőjükkel, és nagyobb elköteleződést tanúsítanak edzőjük és a sportág iránt. A lányok és fiúk összehasonlításában az mondható el, hogy a lányok érzelmi oldalról sokkal közelebb állnak edzőjükhöz. Edzőjüket kedvelik, bíznak benne, tisztelik és nagyra értékelik mindennapos munkáját. Továbbá érdekes eredmény, hogy a bevált és a nem bevált lányok válaszaik között nem találtunk különbséget.

Az edző-sportoló kapcsolat az életkor tekintetében egy dinamikusan változó, folyton alakuló kapcsolat. Révész és munkatársai (2013) vizsgálatukban az úszás sportágban jelen lévő edző-sportoló viszony jellemző jegyeit kívánták feltárni. Kimutatták, hogy az edzők szerepe változik a versenyzők életkorának függvényében. A fiatalabb korosztályoknál az edző elsősorban tanárként funkcionál, ahol az alapvető készségek és technikák elsajátítása áll a középpontban. Serdülőkorban az edzői motiváció válik kiemelt fontosságúvá, mivel

ebben az életszakaszban a versenyzőknek szükségük van a kitartásra és az önfegyelemre. Felnőttkorban az edző szerepe bővíthet baráti, mentoráló funkcióval is, miközben egyre fontosabbá válik a teljesítményorientált hozzáállás, amely eltér a fiatalabb korosztályokra jellemző kevésbé versenyközpontú megközelítéstől. Ahhoz, hogy az edző megfelelő kötődést és elkötelezettséget tudjon kialakítani sportolójában, ezekkel tisztában kell lennie.

Bognár és Csáki (2020) kutatásának eredményei szintén megerősítették azt, hogy az edzői munka életkor-specifikus elveket és pedagógiai gyakorlatot igényel. A felnőtt sportba való átmenet nehézségeit ők is leírták a labdarúgásban. A U18- és U19-korcsoportok általában azokat a fiatal játékosokat foglalják magukban, akikre a magasabb osztályokban (NB1, NB2, NB3) kevésbé számítanak a csapatok. Ez hozzájárulhat ahhoz, hogy az edzővel, a klubbal, sőt akár önmagukkal szemben is kevesebb bizalmat tanúsítsanak, mint néhány évvel ezelőtt. Továbbá megfigyelhető, hogy ahogy a fiatalok közelednek a képzési időszak vége felé, úgy válik egyre dominánsabbá az eredményorientált hozzáállás, és az egyéni teljesítmény válik meghatározóvá a sikeresség szempontjából. Ahhoz, hogy a sportág iránti elköteleződés ne csorbuljon, figyelembe kell venni az edzőnek ezeket a folyamatokat is.

A CART-Q-kérdőív segítségével az összesen 162 spanyol sportolót vizsgáló kutatás a nemi és a beválási különbségek tekintetében arra az eredményre jutott, hogy a profi sportolók lényegesen közelebb állnak edzőikhez a többi résztvevőnél. Illetve a nemi különbségeket is szükséges figyelembe venni a sportolók kapcsolati elégedettségének javítása érdekében (*Sanz-Fernandez és mtsai.*, 2023). A széles körben készült nemzetközi kutatások, amelyek a nemek közti különbségeket vizsgálják az edző-sportoló viszonyban, különböző eredményeket mutatnak. A *Lyons és munkatársai* (2024) által készített kérdőíves felmérésben arra az eredményre jutottak, hogy a fiúk nagyobb edzői „elkötelezettséget”, míg a lányok magasabb edzői „kiegészítést”, „edzői viselkedést” észlelnek és igényelnek. Emellett számos olyan tanulmánnyal találkozhatunk, ahol nem találtak szignifikáns különbséget a nemekre vonatkozóan (*Mohd Kasimi és mtsai.*, 2020; *Nascimento*, 2023).

Kézilabdázók körében is alkalmazták a CART-Q-kérdőívet az edző-sportoló kapcsolat feltárására. Brazil fiú utánpótláskorú kézilabdázók körében *Nascimento és munkatársai* (2024) arra használták a kérdőívet, hogy feltárják, hogyan hat a három dimenzió („közelség”, „elköteleződés”, „edzői viselkedés”) a készségek fejlesztésére. Az eredmények azt mutatták, hogy a bajnoki évad előrehaladtával egyre nagyobb hatást gyakorol a készségekre vonatkozóan az „elkötelezettség” és a „komplementaritás”. Az eredmények azt sugallják, hogy az edző-sportoló kapcsolat minősége fontos, meghatározó tényező az ifjúsági kézilabdázók készségeinek fejlődésében a sportszezon során. *Roux és munkatársai* (2022) francia fiú serdülő kézilabdázók körében alkalmazták a kérdőívet. Egy bajnoki évad során háromszor töltették ki a kérdőívet (alapozáskor, szezon közben és szezon végén), hogy megvizsgálják a három item változását ez idő alatt. Összességében az eredmények rávilágítottak a sportolók

észlelésének dinamikus aspektusára az itemek minőségét tekintve. Ugyanis intenzív edzési környezetben ez a kapcsolat különböző módokon fejlődhet egy szezon során. Eredményeiket áttekintve azt láthatjuk, hogy a sportolók „közelség”, „elköteleződés” és „edzői viselkedés” megítélése csökken az adott szezon során.

Jelen tanulmányban három hipotézist fogalmaztunk meg. Elsőként arra kerestünk választ, hogy az edző-sportoló kérdőív alapján milyen különbségeket találunk a bevált és a nem bevált sportolók között. Feltételeztük, hogy a bevált kézilabdázók magasabb elköteleződést tanúsítanak edzőjük és a sportág iránt. A vizsgálat eredménye szerint hipotézisünk helytálló, ugyanis a bevált és nem bevált kézilabdázók válaszai alapján minden alskála esetében szignifikáns különbséget találtunk a bevált sportolók véleménye alapján. Az eredmények alapján a legnagyobb különbség az elköteleződés alskálánál volt a két csoport között. Tehát eredményeink arra engednek következtetni, hogy a bevált és nem bevált kézilabdázók kapcsolata az edzőjükkel az elköteleződés oldaláról mutatja a legnagyobb különbséget. A bevált sportolók úgy érzik, szorosabb kapcsolatot tudtak kialakítani edzőjükkel, és nagyobb elköteleződést tanúsítottak edzőjük iránt. Valamint úgy gondolják, ígéretes sportkarrier elé néznek edzőjükkel karöltve.

Második hipotézisünkben azt feltételeztük, hogy a fiúk és a lányok válaszai között különbséget találunk az edzőhöz való kötődésben és a kézilabdához való hozzáállásban. Az adatok alapján a lányok válaszai különbséget mutattak két területen: az edzői viselkedés és a közelség alskáláinál. Ezek az eredmények arra utalnak, hogy a lányok érzelmileg sokkal közelebb állnak edzőjükhöz. Ez azt jelenti, hogy kedvelik, bíznak benne, tisztelik, és nagyra értékelik edzőjük napi munkáját.

A harmadik feltételezésünk arra vonatkozott, hogy a lányminta elemzésekor különbséget találunk az elköteleződés és a kötődés skálánál a bevált lányok válaszai alapján. Eredményeink nem támasztották alá ezt a hipotézisünket, ugyanis nem találtunk szignifikáns különbséget a két csoport között egyik alskála esetében sem.

Kutatási eredményeink alapján elmondható, hogy az edző-sportoló kapcsolat mérésen alapuló elemzése fontos a kézilabdázás fejlesztése érdekében. Ezáltal tudunk olyan információk birtokába kerülni, amelyek segítségével a sportágba belépő kisgyermekből sikeres felnőtt kézilabdázó válhat. A hatékony utánpótlás-nevelés egyik kulcseleme lehet az edző-sportoló kapcsolat sportolóközpontú megközelítése. A kézilabdázás színvonalának emeléséhez és sikerességéhez az utánpótlás-korosztályokból a felnőttkorosztályba történő átmenet zökkenőmentessé tétele is elsősorban a fiatalok tudatos és szisztematikus fejlesztésének eredményeként lenne lehetséges. Kutatási eredményeinket érdemes megismertetni a gyakorlatban dolgozó edzőkkel is, mivel ez hozzájárulhat saját maguk és a kézilabda fontosságának megítéléséhez. Eredményeink alapján elmondható, hogy az edzőnek nem pusztán szakmailag szükséges megfelelnie sportolója számára. A mindennapokban érdemes

lehet szorosabb kapcsolatot kialakítani a sportolóval, ezzel támogatva a sportág iránti elköteleződést. A lányokkal dolgozó edzőknek sokkal inkább szükséges odafigyelniük az érzelmi oldalra, nagyobb lelki támogatást adva nekik sportolás közben.

A kézilabda sportág hazai viszonylatában a legtöbbet vizsgált motoros, antropometriai tényezők mellett a pedagógiai elvek szerepe is további vizsgálatokra lenne érdemes. A vizsgálat eredményei alapján ajánlott, hogy tovább kutassuk és fejlesszük az edzők pedagógiai kompetenciáit. További vizsgálatok lennének szükségesek annak kiderítésére, hogy az erőltetett elköteleződés hogyan mutatkozik meg a különböző versenyzési szinteken annak érdekében, hogy legyen rálátásunk arra, hogy a minél magasabb szinteken versenyzőknél a külső hatások mekkora szerepet játszhatnak a sportág iránti elköteleződésben. Ilyen külső hatások lehetnek a sportoló irányába a szülőktől, edzőktől érkező nyomás vagy a már befektetett energia és idő, ezek kényszerrel jelenthetnek a sportolónak. Ezenkívül érdemes újragondolni a „jól bevált” pedagógiai módszereket is. Az elmúlt években jelentős változások történtek a sportolók motivációjában és a sporthoz való hozzáállásukban, ezért további vizsgálatok segíthetnek megválaszolni, hogy az életkor változása és a különböző sikerességi szintek milyen specifikus feladatokat jelentenek az edzők számára. Ezeket a szempontokat fontos figyelembe venni az edzőképzés és -továbbképzés során.

Felhasznált szakirodalom

- Amorose, A. J. és Horn, T. S. (2000): Intrinsic motivation: Relationships with collegiate athlete's gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(1), 63–84. <https://doi.org/10.1123/jsep.22.1.63>
- Baker, J., Côté, J. és Hawes, R. (2000): The relationship between coaching behaviours and sport anxiety in athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 3(2), 110–119. [https://doi.org/10.1016/S1440-2440\(00\)80073-0](https://doi.org/10.1016/S1440-2440(00)80073-0)
- Balduck, A., L. és Jowett, S. (2010): Psychometric properties of the Belgian coach version of the coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q). *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(5), 779–786. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01020.x>
- Bíróné Nagy, E. (2011): *Sportpedagógia*. Pécs: Dialóg Campus Kiadó.
- Bognár, J. és Csáki, I. (2020): Kiemelt akadémiai rendszer labdarúgóinak véleménye a sportágválasztásról, sikerességről és az edzői szerepekről. *Magyar Pedagógia*, 120(3), 229–246. <http://doi.org/10.17670/MPed.2020.3.229>
- Bognár, J. (2010): *Pedagógiai és sportpedagógiai ismeretek*. Budapest: Önkormányzati Minisztérium.

- Budainé, Cs. Y. (2018): *Az edző, mint vezető*. Az edző, mint vezető Konferencia, Budapest.
- Budavári, Á. (2012): *Az edzői hatékonyság pszichológiája*. Utánpótlás Konferencia, Budapest.
- Csáki, I., Bognár, J., Révész, L. és Géczi, G. (2013): Elméletek és gyakorlatok a labdarúgó kiválasztásához és beválásához. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 14 (53), 12–18.
- Chelladurai, P. és Saleh, S. D. (1978): Preferred leadership in sports. *Canadian Journal of Applied Sports Sciences*, 3, 85–92.
- Davis, L. és Jowett, S. (2014): Coach–athlete attachment and the quality of the coach–athlete relationship: implications for athlete’s well-being. *Journal of Sports Sciences*, 32(15), 1454–1464.
- Déri, D. (2020): A világitárvány okozta edzői kihívások a női labdarúgásban. *Tanulmányok a sporttudomány köréből = Acta Universitatis de Carolo Eszterházy Nominatae. Sectio Sport.* 49(2), 7–23. <https://doi.org/10.33040/ActaUnivEszterhazySport.2022.7>
- EHF (2024): https://www.eurohandball.com/en/news/en/hungary-lead-yac-summer-ranking/?fbclid=IwZXh0bG9hZm90CMTEAAR1upbO3gpealW_XjKBn40zKh77zE12ukNkLMoevSqOkqlAlC05NMDaH8CE_aem_Bs_USJJUOShCX22frerSQ
- Géczi, G. és Balyi, I. (2016): A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program szükségességére a magyar sportban, *Testnevelés, sport, tudomány*, 1 (1), 27–37., <https://doi.org/10.21846/TST.2016.1.3>
- Gombocz, J. (2004): A testnevelőtanár és az edző pedagógiai szerepe. *Sportpedagógia. Kézikönyv a testnevelés és sport pedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához*. Budapest–Pécs, Dialóg Campus Kiadó. 147–171.
- Guillet, E., Sarrazin, P., Carpenter, P. J., Trouilloud, D. és Cury, F. (2002): Predicting persistence or withdrawal in female handballers with social exchange theory. *International Journal of Psychology*, 37(2), 92–104.
- Gyömbér, N., Kovács, K. és Ruzits, É. (2016): *Gyereklélek sportcipőben*. Noran Libro, Budapest.
- Jowett, S., Adie, J. W., Bartholomew, K. J., Yang, S. X., Gustafsson, H., és Lopez-Jiménez, A. (2017): Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 143–152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.004>
- Jowett, S., és Felton, L. (2014): Coach—Athlete relationships and attachment styles within sport teams. *Group dynamics in exercise and sport psychology*. 73–90. <https://doi.org/10.4324/9780203794937-5>
- Jowett, D. (2012): A Comparison of Athletes’ Perceptions of the Coach-Athlete Relationship in Team and Individual Sports, *Journal of Sport Behavior*, 35(4).
- Jowett, S. (2007): Interdependence analysis and the 3+1 C’s in the coach-athlete relationship. Jowett, S. és Lavallee, D. (szerk.): *Social psychology in sport*. Human Kinetics, Champaign. 15–28. <https://doi.org/10.5040/9781492595878.ch-002>

- Jowett, S. és Ntoumanis, N. (2004): The coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14(4), 245–257. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00338.x>
- Jowett, S. és Cockerill, I., M. (2003): Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00011-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00011-0)
- Kelley, H. H. és Thibaut, J., W. (1978): *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley
- Kenow, L., J. és Williams, J., M. (1992): Relationship between anxiety, self-confidence, and evaluation of coaching behaviors. *The Sport Psychologist*, 6(4), 344–357. <https://doi.org/10.1123/tsp.6.4.344>
- Kenow, L., J. és Williams, J., M. (1993): Factor structure of the coaching behavior questionnaire and its relationship to anxiety and self-confidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(4), 377–396.
- Kenow, L. és Williams, J., M. (1999): Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behaviour*, 22(2), 251–259.
- Kovács, K., Földi, F., R. és Gyömbér, N. (2021): Az Edző-Sportoló Kapcsolat Kérdőív hazai adaptációja, a sportoló szemszögén keresztül, *Magyar Sporttudományi Szemle*, 22 (90), 12–20. <https://doi.org/10.1556/0406.22.2021.009>
- Ledochowski, L., Unterrainer, C., Ruedl, G., Schnitzer, M. és Kopp, M. (2012): Quality of life, coach behaviour and competitive anxiety in Winter Youth Olympic Games participants. *British Journal of Sports Medicine*, 46(15), 1044–1047. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-091539>
- Lyons, M. J., Conlon, J. A., Nimphius, S., Keller, B. S. és Joyce, C. (2024): An athlete's perspective: Comparing talent development environments for boys and girls in Western Australia youth soccer. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 0(0) <https://doi.org/10.1177/17479541241231363>
- Mohd Kassim, A.F., Wan Abdullah, W.F.I., Md Japilus, S.J. és Azanuar Yusri, A., S. (2020): Coach-Athlete Relationship and Coaching Effectiveness in Team Sports Athletes. In: Hassan, M., *et al.* Enhancing Health and Sports Performance by Design. MoHE 2019. Lecture Notes in Bioengineering. Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-15-3270-2_46
- Nascimento, J. R. A., Freire, G. L. M., Contreira, A. R., Quinaud, R. T., Jowett, S., Gonçalves, M. P., Oliveira, D. V. és Fiorese, L. (2023): Psychometric properties of the Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q) in a sample of Brazilian youth and adult athletes, *International Journal of Sports Science & Coaching* 0(0), 1–14. <https://doi.org/10.1177/17479541231194758>

- Nascimento, J. R. A., Freire, G. L. M., Contreira, A. R., Quinaud, R. T., Jowett, S., Gonçalves, M. P., Oliveira, D. V. és Fiorese, L. (2024): Coach-athlete relationships and life skills development among Brazilian handball players: A prospective study, *Quaderns de Psicologia* 26 (1), 1–12. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.2051>
- Ökrös, Cs., König-Görögh, D. és Gyömbér, N. (2020): Coping Strategies of Elite Hungarian Junior Handball Players. *Acta Medicinæ et Sociologica*, 11 (30), 5–15.
- Rábai, D. (2020): Edző-játékos kapcsolat jellemzői a fővárosi és vidéki labdarúgó akadémiákon *MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE* 21:2(84),12–20.
- Révész, L., Bognár, J., Csáki, I. és Trzaskoma-Bicsérdy, G. (2013): Az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata az úszás sportágban. *Magyar Pedagógia*, 113(1), 53–72.
- Robbins, S. P. (2013): *Organizational Behavior*. New York. Pearson Education, Inc.
- Roux, V., Martinet, G. és Trouilloud, D. (2022): Temporal dynamics of the quality of the coach-athlete relationship over one season among adolescent handball players: a latent class analysis approach. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21 (6), 1107–1124. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2022.2109185>
- Sanz-Fernández, C., Alonso-Arbiol, I. és Pérez-Albéniz, A. (2023): The Coach-Athlete Relationship: Psychometric Properties of the Spanish Version of the CART-Q. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* 23(89), 184–198. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2022.89.013>
- Sarı, İ. és Bayazit, B. (2017): The relationship between perceived coaching behaviours, motivation and self-efficacy in wrestlers. *Journal of Human Kinetics*, 57(1), 239–251. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0065>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P. és Keeler, B. (1993): An Introduction to the Sport Commitment Model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15(1), 1–15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Scanlan, T.K., Russell, D.G., Beals, K.P. és Scanlan, L.A. (2003): Project on elite athlete (PEAK): A direct test and expansion of the sport commitment model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 377–401.
- Shanmugam, V., Jowett, S. és Meyer, C. (2012): Eating psychopathology amongst athletes: Links to current attachment styles. *Eating Behaviors*, 13(1), 5–12. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2011.09.004>
- Sherman, C., Fuller, R. és Speed, H. (2000): Gender comparisons of preferred coaching behaviors in Australian sports. *Journal of Sport Behavior*, 23(4), 389–406.
- Solomon, G. (2008): Expectations and perceptions as predictors of coaches' feedback in three competitive contexts. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 2(2), 161–179. <https://doi.org/10.1179/ssa.2008.2.2.161>

- Új, E. D., Csukonyi, C., Órsi, B. és Kiss, B. (2021): A célkitűzés hatása az utánpótlás korú kosárlabdázók fejleszthetőségére a kontrollhely és a motiváció forrásának tükrében. *Stadium-Hungarian Journal of Sport Sciences*, 4(1).
<https://doi.org/10.36439/shjs/2021/1/9504>
- Varga, K. (2017): A leadership vizsgálata magyarországi sportegyesületeknél. *Opues et Educatio*, 4(1). <https://doi.org/10.3311/ope.174>
- Vernacchia, R. A., McGuire, R. T., Reardon, J. P. és Templin, D. P. (2000): Psychosocial characteristics of Olympic track and field athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 31(1), 5–23.
- Vieira, L. F., Nascimento Junior, J. R. A. D., Pujals, C., Jowett, S., Codonhato, R. és Vissoci, J. R. N. (2015): Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Brazilian coach-athlete relationship questionnaire (CART-Q)-Athlete Version. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 17(6), 635–649.
<https://doi.org/10.5007/1980-0037.2015v17n6p635>
- Walsh, J. (2011): *Becoming an effective youth coach*. In K. Armour (Ed.), *Sport pedagogy: An introduction for teaching and coaching* (pp. 287–298). Pearson Education.
- Yang, S.X. és Jowett, S. (2012): Psychometric properties of the Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q) in seven countries. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 36–43. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.07.010>
- Yang, S.X. és Jowett, S. (2010): An Examination of the Psychometric Properties of the Chinese Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q). *International Journal of Coaching Science*, 4(2), 106–121.
- Zeidabadi, R., Aminae, A. és Kaseb, M.R.S. (2016): Psychometric Properties of Persian Version of Coach Athlete Relationship Questionnaire in Academia. *Research on Educational Sport*, 4 (10), 35–56.

Levelező szerző:

Kónya Réka

gaskova.reka@gmail.com