

## الفصل الثاني

# بنيان وتماسك الجماعة الرياضية (الفريق الرياضى)

\* مفهوم الجماعة الرياضية (الفريق الرياضى)

\* بنيان الفريق الرياضى

- مفهوم بنيان الفريق الرياضى

- مراحل بنيان الفريق الرياضى

- العوامل المؤثرة فى بنيان الفريق الرياضى

- قياس استقرار بنيان الفريق الرياضى

\* تماسك الفريق الرياضى

- مفهوم تماسك الفريق الرياضى

- أنواع تماسك الفريق الرياضى

- عوامل تماسك الفريق الرياضى

- قياس تماسك الفريق الرياضى

\* تصدع الفريق الرياضى

\* توجيهات لتنمية تماسك الفريق الرياضى



## ١ - مفهوم الجماعة الرياضية (الفريق الرياضى)

لكى يمكن فهم السلوك فى الرياضة والنشاط الرياضى ينبغى أن نعرف المزيد من المعلومات عن طبيعة الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضى حتى يمكن التعرف على الخصائص الأساسية المميزة للرياضة فى بنائها التنظيمى .

فالفرد الرياضى يتدرب ويتنافس فى إطار نظام اجتماعى متسع على شكل تنظيم كالنادى أو الفريق الرياضى مثلاً، وبالتالي فإن هذا البناء الاجتماعى له تأثير مباشر وغير مباشر على سلوك اللاعب وفاعلية أدائه .

وفى ضوء ذلك فإن دراسة الفريق الرياضى تحتل أهمية واضحة فى علم النفس الرياضى . ومما لا شك فيه أن بحوث ودراسات علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعى قد أسهمت بقدر وافر فى توجيه الباحثين فى مجال علم النفس الرياضى لتطبيق نتائج هذه الدراسات وشجعتهم على تطوير وإضافة المزيد من الدراسات التخصصية التطبيقية المتعمقة والنابعة من المجال الرياضى لإثراء المعارف النفسية - الاجتماعية فى علم النفس الرياضى وبصفة خاصة فيما يرتبط بسيكولوجية الفريق الرياضى .

وهناك العديد من التعارف التى قدمها بعض الباحثين لتحديد معنى ومفهوم «الجماعة Group» والتى يمكن تطبيقها فى مجال تعريف الفريق الرياضى من حيث أنه جماعة منظمة ودائمة .

ومن بين هذه التعارف، التعريف الذى قدمه محمد علاوى (١٩٩٢) حيث يعرف الفريق الرياضى بأنه : «فردين (لاعبين) أو أكثر يسلكون طبقاً لمعايير مشتركة، ولكل فرد (لاعب) فى الفريق دور يؤديه، مع تفاعل هذه الأدوار بعضها مع بعض للسعى لتحقيق هدف مشترك» .

فكأن هذا التعريف يشترط لإطلاق مصطلح «فريق رياضى» على مجموعة من اللاعبين ما يلى :

\* أن يكون هناك أكثر من فرد واحد . وعلى ذلك فإن الزوجى فى ألعاب تنس الطاولة أو التنس أو الريشة الطائرة يمكن أن نطلق عليهم فريق رياضى .

\* أن تكون هناك معايير مشتركة واضحة ومعروفة لجميع اللاعبين بحيث تحكم سلوك الفريق الرياضى وأفراده .

\* أن يكون هناك دور محدد ومعروف ومقبول من كل لاعب عليه أن يؤديه .

\* ألا يكون هناك تعارض ما بين أدوار كل لاعب فى الفريق ، بل يجب أن يكون هناك انسجام وتفاعل بين أدوار الزملاء الآخرين .

\* أن يكون هناك هدف واضح أو أهداف محددة يسعى الفريق الرياضى ككل إلى تحقيقها .

كما أشار «كارون Carron» (١٩٨٩) إلى أنه لكى يمكن تعريف الفريق الرياضى فإنه ينبغى توافر العوامل التالية (مع مراعاة الاختلاف فى درجتها بصورة تتوقف على طبيعة النشاط الرياضى الممارس):

- وجود هوية لجماعة الفريق الرياضى .
- إحساس بالمشاركة فى الأهداف .
- نمط منظم للتفاعل بين أعضاء الفريق الرياضى .
- الإعتما د المتبادل Interdependence سواء على المستوى الشخصى أو على مستوى الأداء الرياضى .
- جاذبية العلاقات بين اللاعبين .

## ٢- بنيان الفريق الرياضى

### ١/٢ - مفهوم بنيان الفريق الرياضى:

فى حالة تجميع بعض اللاعبين معاً لى يصبحوا فريقاً رياضياً فى نشاط رياضى معين فعندئذ يشار إلى هذه العملية بأنها محاولة تشكيل أو بنيان «فريق رياضى Sport team structure» وهذا التشكيل أو البنيان من الأهمية بمكان إذا كان لهؤلاء اللاعبين الرغبة فى أن يصبحوا فريقاً رياضياً متماسكاً له فاعلية وإنتاجية جيدة .

وقد أشار كل من ديفيد فرانسس Francis، ودونالد يونج Young (١٩٩٢) إلى أن الفريق الرياضى ليس عبارة عن مجموعة من اللاعبين يرتدون رداءً موحداً، بل إنه أبعد من ذلك . فالفريق الرياضى هو مجموعة نشطة من الأفراد الذين إتزموا بإنجاز أهداف معينة والذين يعملون معاً بصورة متفاعلة ويستمتعون بذلك ويقدمون نتائج مرتفعة القيمة .

كما أشار إلى أنه لى يمكن بناء فريق رياضى على أسس علمية واضحة فإنه ينبغى أولاً قيام أفراد الفريق الرياضى بالتعاون مع المدير الفنى والمدير الإدارى أو المسئول الرسمى المباشر عن الفريق الرياضى بتحديد الإجابات الواضحة عن التساؤلات التالية :

- ما هى الأهداف الأساسية من تشكيل هذا الفريق الرياضى؟
- ما هى السياسات المحددة للفريق وكيفية تنظيمه ودور كل فرد من أفراداه؟
- ما هى سلطات ومسئوليات المشرفين أو المديرين أو المدربين فى الفريق وبقية المساعدين ورئيس الفريق وكذلك بقية أفراد الفريق؟
- لمن ينتمى الفريق؟ ومن هم جمهور المشجعين له؟
- كيف يمكن مواجهة المشكلات التى قد تعترض مسيرة الفريق، وما هى أهم طرق الاتصال بين أفراد الفريق وبينهم وبين المسئولين عن الفريق؟

- ما هي أهم الوسائل التي ينبغي استخدامها للوصول لأفضل أداء للفريق؟
- ما هو العائد على الأفراد من وجودهم في الفريق الرياضى؟
- ما هي السياسات واللوائح التي تحكم الثواب والعقاب في الفريق الرياضى؟

- فإذا تمت الإجابة على الأسئلة السابقة وغيرها من الأسئلة الأخرى بكل وضوح وتفهم كل لاعب في الفريق الرياضى لهذه الإجابات فعندئذ يمكن أن يكون ذلك أساساً قوياً للبدء في بناء أو تشكيل فريق رياضى متماسك وفاعل .

## ٢/٢- مراحل بنیان الفريق الرياضى :

أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضى (كارون Carron (١٩٨٩)، انشل Anshel (١٩٩٤)، واينبرج Weinberg، جولد Gould (١٩٩٥) إلى أن عملية تشكيل أو بنیان الفريق الرياضى يمكن أن تمر في أربعة مراحل متدرجة شكل رقم (٢) هي :

- \* مرحلة بداية التشكيل أو التكوين Forming
- \* مرحلة المقاومة أو الاعتراض Storming
- \* مرحلة تحديد المعايير Norming
- \* مرحلة الأداء أو الإنجاز Performing

## ١/٢/٢- مرحلة بداية التشكيل أو التكوين :

في هذه المرحلة يبدأ تحديد الخطوط العريضة لسلوك العلاقات بين اللاعبين وعلاقات الاعتماد بين اللاعبين بعضهم ببعض وبين أفراد الجهاز الإدارى والفنى للفريق وغيرهم من المسئولين المباشرين عن الفريق ، وكذلك البدء في محاولة تحديد معايير موحدة للفريق .

وتتأسس هذه المرحلة على محاولة إيجاد التآلف بين أفراد الفريق بعضهم ببعض الآخر . وفي هذه المرحلة يقوم كل فرد في الفريق بعقد مقارنة اجتماعية

بينه وبين الآخرين فى الفريق للتعرف على جوانب قوتهم وضعفهم ومحاسنهم وعيوبهم ومستوى مهاراتهم وقدراتهم .

كما يقوم كل فرد من أفراد الفريق فى بداية تشكيل الفريق بسؤال نفسه : هل يمكننى حقيقة أن أتمى لهذا الفريق؟ وما هو دورى فى الفريق؟ وكيف لى أن أتعاون مع الآخرين؟ . وقد ينتج عن عدم قدرة الفرد فى الإجابة على مثل هذه التساؤلات السابقة شعوره بالعزلة عن الفريق .

ومن بين التوجيهات التى يمكن تقديمها فى هذا المجال للمسئولين عن الفريق الرياضى ضرورة استخدام مختلف الطرق والوسائل لمحاولة إيجاد التآلف بين أفراد الفريق فى بداية عملية تشكيل بنىان الفريق عن طريق تنظيم بعض الجوانب الاجتماعية التى تساعد على تفهم الأفراد بعضهم للبعض الآخر كالحفلات والرحلات والاجتماعات والمناقشات وغير ذلك من الأنشطة الاجتماعية وكذلك اشتراكهم فى بعض الأنشطة التى تتسم بالمرح والسرور مثل أنشطة السباحة للاعبى الفرق الرياضية الجماعية أو المشاركة فى بعض الأنشطة الجذابة للاعبين مثل مشاركة لاعبى الكرة الطائرة فى تقسيمات لكرة القدم أو العكس - أى مشاركة لاعبى كرة القدم فى تقسيمات للكرة الطائرة، وهو الأمر الذى قد يزيد الألفة بين اللاعبىين .

### ٢/٢/٢ - مرحلة المقاومة أو الاعتراض :

قد تحدث بعد بداية مرحلة بداية التشكيل أو التكوين مرحلة تحدث فيها محاولات للمقاومة أو الاعتراض وعدم الموافقة فيما يختص بجوانب العلاقات بين اللاعبىين واعتماد بعضهم على البعض الآخر أو مقاومة بعض التوجيهات الإدارية أو الفنية من المسئولين عن الفريق الرياضى أو مقاومة عملية محاولة تحكم البعض فى سلوك اللاعبىين .

وقد أشار «فرانسيس» و«يونج» (١٩٩٢) إلى أنه يمكن أن نطلق على هذه المرحلة مصطلح مرحلة «الشجار التلاحمى Infighting» التى قد يظهر فيها الصراع بين الأفراد وقد يتخذ شكل الصراع البدنى بين اللاعبىين .

شكل رقم (٢)  
مراحل بنیان الفريق الرياضى



ومن أمثلة ذلك حدوث احتكاكات بدنية بين اللاعبين وحدث المزيد من العدوانية بينهم وخاصة بالنسبة للفرق الجماعية التي يتميز نشاطها بالاحتكاك البدنى ككرة القدم مثلاً لمحاولة كل لاعب إثبات جدارته أو السعى لكى يكون لاعباً أساسياً وليس احتياطياً أو السعى لجذب انتباه المدرب وإظهار أنه لاعب يتميز باللعب الرجولى وبذل أقصى الجهد وقد يحدث ذلك بصورة واضحة فى أثناء عمليات التدريب الرياضى .

وهذه الظاهرة - الشجار التلاحمى - يمكن للمربي الرياضى الإقلال منها عندما يقوم بالانتهاء من تقييم نقاط القوة والضعف فى كل لاعب وأن يحدد لكل منهم مستواه الموضوعى وتصنيفه فى الفريق ومكانته بالنسبة للاعبين الآخرين، وكذلك إظهار رفضه لمثل هذه الممارسات ومعاينة من يرتكبها عامداً متعمداً .



## ٣/٢/٢ - مرحلة تحديد المعايير:

وهي المرحلة التي يمكن فيها التغلب على مقاومات أعضاء الفريق أو الصراعات بينهم لمحاولة إيجاد التماسك والتضامن والتفاعل بين أفراد الفريق الرياضي. ويتم في هذه المرحلة تحديد دور كل فرد وتوزيع هذه الأدوار وتقبلها وكذلك تحديد معايير السلوك للأفراد وللفريق كمجموعة.

وتعتبر هذه المرحلة كمرحلة تنظيم للفريق والتي فيها يتحد الفريق معاً ويسعى للتغلب على المقاومات المختلفة بين أفرادها والتي يتضح فيها التعاون بينهم بصورة ملموسة. كما يظهر على أفراد الفريق الرغبة المعلنة في العمل معاً لإنجاز النجاح واكتساب الرضا.

ومرحلة تحديد المعايير هي نتاج احترام الجماعة للإسهامات الفردية لكل لاعب في الفريق بدلاً من الصراع التنافسي بين الأفراد وبالتالي حدوث التعاون ومحاولة كل لاعب تحقيق أهداف الفريق بدلاً من محاولته تحقيق أهدافه الشخصية.

## ٤/٢/٢ - مرحلة الأداء أو الإنجاز:

وفي هذه المرحلة يكون بنیان الفريق الرياضي قد اكتمل وأصبح بنیاناً واضحاً في ضوء أدوار واضحة ومحددة للاعبين ومعايير ثابتة في الفريق ونمو المفهوم الجمعي للفريق كأساس للأداء الفاعل لتحقيق أهداف الفريق.

ويطلق «فرانسيس» و«يونج» (١٩٩٢) على هذه المرحلة مصطلح «التقارب الناضج Mature closeness» والذي يتميز بالصلوات الحميمة بين أفراد الفريق وتحديد قدر إسهام كل فرد في الفريق وظهور الشعور الصادق بينهم لنجاح كل لاعب بدلاً من الشعور بالتهديد عند نجاح أي لاعب في الفريق.

## ٣/٢ - العوامل المؤثرة في بنیان الفريق الرياضي

هناك العديد من العوامل الهامة التي يمكن أن تسهم في بنیان الفريق الرياضي وبالتالي زيادة تماسكه وتفاعله وإنتاجيته. ومن بين أهم هذه العوامل ما يلي:

- أذوار الفريق الرياضى Sport team roles
- معايير الفريق الرياضى Sport team norms
- المفهوم الجمعى للفريق الرياضى Sport team concept

### ١/٣/٢ - أذوار الفريق الرياضى :

فى غضون استمرارية اللاعبين فى الفريق الرياضى لفترة من الزمن وانتظامهم فى عملية التدريب الرياضى واشتراكهم فى المنافسات الرياضىة يصبح لكل لاعب فى الفريق دوره فى إطار الفروق بين هؤلاء اللاعبين فى السمات الشخصية والمهارات والقدرات والخبرات والإمكانات، ويتم التفاعل بين أفراد الفريق الرياضى فى ضوء إدراك كل لاعب لإمكاناته وإمكانات غيره من زملاءه . وفى حالة تحديد دور كل لاعب فى بنىان الفريق فعندئذ يتخذ سلوك اللاعبين نحو بعضهم البعض شكلاً محدداً، ويصبح لكل لاعب فى الفريق دوره الذى يحاول فيه تأكيد مركزه المحدد فى الفريق، وبالتالي يتحدد أداء الفريق ككل عن طريق توقعات اللاعبين لسلوك بعضهم البعض .

لذا فإن أداء الفريق الرياضى لا يتحدد عن طريق مجرد عملية جمع لأداء كل لاعب على حدة نظراً لأن أداء كل لاعب يتوقف دائماً على أداء زملاءه الآخرين وما يتوقعه كل منهم من الآخرين فى إطار التفاعل الإيجابى بين اللاعبين ككل . وفى مجال أذوار الفريق الرياضى أشارت العديد من الدراسات والبحوث إلى ضرورة توافر ثلاثة عوامل لضمان استقرار بنىان الجماعة أو الفريق الرياضى ولضمان زيادة الفاعلية والإنتاجية، وهذه العوامل الثلاثة هى :

### • وضوح الدور Role clarity :

وهو المكون المعرفى لفهم كل لاعب لدوره ويعكس درجة معرفة وفهم الأذوار بين أفراد الفريق الرياضى مثل توقعات الأداء ومسئوليات ومهام كل لاعب فى الفريق كالمهام والمسئوليات الدفاعية والهجومية أو مهام قيادة الفريق وغيرها من المهام الأخرى .

## ● قبول الدور *Role acceptance* :

وهو المكون الانفعالي لأداء الدور أى الموافقة والرضا المرتبطان بالدور المعين لكل لاعب وهذا يعنى أن الرضا يمثل قبول الدور أو الالتزام بتنفيذه. وينبغى مراعاة أن وضوح الدور لا يعنى قبوله، إذ قد يكون هناك بعض اللاعبين الذين يعرفون أدوارهم ولكن مع عدم رضاهم عن أداء هذا الدور.

## ● أداء الدور المدرك *Perceived role performance* :

ويمثل أداء الدور المدرك الجانب النزوعى أو السلوكى لأداء الدور، وهو بمثابة الدرجة التى يدرك فيها الفريق الرياضى وكل فرد من أفراده أن المسئوليات المحددة قد تم القيام بها أو تنفيذها.

## ٢/٣/٢ - معايير الفريق الرياضى :

يقصد بالمعايير مستويات السلوك المتوقع من أفراد الفريق الرياضى وتتضمن المعايير الخلقية التى يلتزم بها كل لاعب والاتجاهات نحو السلطة ومن يمثلها والاتجاهات نحو التدريب الرياضى والمنافسات الرياضية وكل ما يمس نشاط الفريق الرياضى سواء داخل أو خارج الملعب. كما أن طبيعة الفريق الرياضى وأهدافه هى التى تقرر المجالات التى تتحدد فيها معايير الفريق الرياضى.

فكأن هذه المعايير تعكس اتفاق جماعة الفريق الرياضى بالنسبة لسلوك كل فرد من أفراد الفريق الرياضى والذى يمكن اعتباره مقبولاً، ولذا فإن اللاعب فى الفريق الرياضى لا يسلك طبقاً لمعايير مطلقة ترتبط بدوره ومركزه فى الفريق، بل إن هناك فى الواقع حدوداً لهذا السلوك ويتوقف على مدى ما يمكن أن تتقبله جماعة الفريق الرياضى.

ومما لا شك فيه أنه عند بدء تكوين الفريق الرياضى يكون هناك بعض اللاعبين قد تتعارض قيمهم واتجاهاتهم مع قيم واتجاهات الفريق الرياضى. كما قد يحاول بعض اللاعبين الخروج عن النطاق المحدد لهم فى السلوك وتوسيع دائرة هذا النطاق بصورة تختلف عما هو متوقع منهم، وعندئذ قد يقابلون بمقاومة

لإعادتهم إلى سلوكهم المحدد وكلما زاد تفاعل الفريق الرياضى لفترة من الزمن فإن معايير السلوك تتأصل وتثبت من يوم لآخر مع نمو بنى الجماعة وعندئذ يضطر كل لاعب إلى التخلّى عن بعض معتقداته واتجاهاته فى سبيل مواصلة عضوية الفريق الرياضى .

وهناك جانب هام بالنسبة لمعايير الفريق الرياضى وهو مدى ثباتها . فإذا كان للفريق الرياضى معايير إيجابية ثابتة مثل : إحترام قرارات الحكام والبعد عن اللعب العدائى العدوانى واحترام الهيئة المشرفة على التدريب والإدارة فى الفريق والمحافظة التامة على مواعيد التدريب والإلتزام بالروح الرياضية واللعب النظيف فإن مثل هذه المعايير الإيجابية الثابتة يمكن أن تنتقل من جيل من اللاعبين إلى الجيل التالى من اللاعبين وبذلك تصبح معايير ثابتة للفريق الرياضى .

### ٣/٣/٢ - المفهوم الجمعى للفريق الرياضى :

من بين أهم العوامل التى تؤدى إلى تنمية المفهوم الجمعى للفريق الرياضى وبالتالى المساعدة على تكوين بنى قوى للفريق الرياضى ما يلى :

#### • عامل التقارب :

إن اللاعبين الذين يتميزون بالتقارب Proximity وجهاً لوجه والتعامل اليومى معاً ووجود أماكن دائمة تجمعهم معاً فى مقر الفريق الرياضى كغرف اجتماعات الفريق وغرف خاصة لخلع الملابس وأماكن معينة للمحاضرات النظرية والتطبيقات العملية وأماكن للإقامة وطرق موحدة جماعية للانتقالات للمنافسات الرياضية وغير ذلك من العوامل التى تسهم فى إيجاد التقارب والتفاعل الدائم بين اللاعبين .

#### • عامل التمييز :

كلما كانت هناك علامات محددة للفريق الرياضى تميزه عن غيره من الجماعات أو الفرق الرياضى الأخرى كلما كان ذلك عاملاً هاماً نحو المفهوم الجمعى للفريق الرياضى ولذا ينبغى أن يكون للفريق الرياضى رداً المميز الذى يشترك به فى

المنافسات الرياضية وكذلك شعاراته وهتافاته وطرقه المميزة في اللعب أو دخوله للملعب أو طريقه المعروفة في عمليات الإحماء وغير ذلك من العوامل التي تضيف طابع التميز على الفريق الرياضى بالمقارنة بالفروق الرياضية الأخرى .

### • عامل التشابه :

من الملاحظ فى أى فريق رياضى أن اللاعبين يختلفون فى العديد من النواحي كسمات الشخصية والخلفية العلمية والمستوى الاجتماعى والاقتصادى والقدرات وغير ذلك من النواحي الأخرى . وبالرغم من ذلك كله يقع على كاهل الإدارة الرياضية والمدرب الرياضى للفريق عبء محاولة إيجاد التشابه بين اللاعبين فى اتجاهاتهم نحو الفريق الرياضى ونحو تحقيق أهدافه ونحو السلوك المتوقع من كل لاعب فى الفريق ونحو معايير الجماعة بصفة عامة وغير ذلك من أنواع السلوك المرتبط بالتدريب الرياضى والمنافسات الرياضية أو السلوك خارج نطاق الملعب الرياضى حتى يمكن بذلك تنمية المفهوم الجمعى للفريق الرياضى بالرغم من الفروق بين اللاعبين وبالتالي الارتقاء ببنیان الفريق الرياضى .

### • عامل الأهداف والحوافز الجمعية :

لكى يتمكن تنمية المفهوم الجمعى للفريق الرياضى ينبغى إعلاء شأن الهدف الجمعى للفريق وعدم التركيز على تشجيع الهدف الفردى للاعب، إذ أن نجاح الفريق أو فوزه ينبغى أن يعزى للجميع وليس لفرد معين (كاللاعب الذى أحرز هدف الفوز فى كرة القدم مثلاً) ومن ناحية أخرى ينبغى توافر الحوافز الجمعية للفريق ككل بدلاً من الحوافز الفردية للاعب معين وذلك فى حالة تحقيق الفريق لأهدافه بالرغم من أن ذلك قد لا ينفى الحافز الفردى فى حالات معينة مثل الحافز التشجيعى لحارس المرمى الذى ينجح فى صد الضربة الجزائية فى نهاية المباراة والتي كان يمكن لها أن تغير نتيجة المنافسة .

### ٤/٢ - قياس استقرار بنیان الفريق الرياضى :

يمكن التعرف على مدى استقرار بنیان الفريق الرياضى وما إذا كان هذا البنیان

قويًا وثابتاً أو في حاجة إلى المزيد من الرعاية والتوجيه والإرشاد من القائد الرياضى المشرف على الفريق وذلك عن طريق التعرف على الخصائص المميزة لأدوار أعضاء الفريق الرياضى ومدى وضوح وقبول وأداء الدور المدرك بالنسبة لكل لاعب من أفراد الفريق الرياضى وبالنسبة لأعضاء الفريق ككل .

ويمكن عن طريق تطبيق مقياس «الاتجاهات نحو الفريق الرياضى» الذى صممه كل من «كارون Carron» و«جراند Grand» وقام باقتباسه محمد حسن علاوى التعرف على طبيعة استقرار بنیان الفريق الرياضى .

### • وصف مقياس الاتجاهات نحو الفريق الرياضى :

هذا المقياس يهدف إلى قياس مدى استقرار بنیان الفريق الرياضى عن طريق التعرف على مدى وضوح الدور وقبول الدور وأداء الدور المدرك لكل لاعب من أعضاء الفريق الرياضى وللفريق ككل .

ويتكون المقياس من ٣٠ عبارة. وكل بُعد من أبعاده الثلاثة تقيسه ١٠ عبارات. ويقوم كل لاعب من أعضاء الفريق الرياضى بالإجابة على عبارات المقياس على مقياس سباعى التدرج (الدرجة العظمى ٧ والدرجة الصغرى ١) طبقاً لشعوره نحو عضويته فى الفريق الرياضى .

### • تصحيح مقياس الاتجاهات نحو الفريق الرياضى :

أرقام عبارات كل بُعد من الأبعاد الثلاثة كما يلى :

#### - عبارات وضوح الدور:

١٠ / ٧ / ١٣ / ١٩ / ٢٢ / ٢٥ / ٢٨ وهى كلها عبارات إيجابية فى اتجاه البعد فيما عدا العبارتان رقمى ٤ / ١٦ فهما عبارتان سلبيتان فى عكس اتجاه البعد .

#### - عبارات قبول الدور:

٣ / ٦ / ٩ / ١٢ / ١٥ / ١٨ / ٢٤ / ٣٠ وهى عبارات إيجابية فى اتجاه البعد فيما عدا العبارتان ٢١ / ٢٧ فهما فى عكس اتجاه البعد .

## - عبارات أداء الدور المدرك:

٢ / ٥ / ١١ / ١٤ / ١٧ / ٢٣ / ٢٦ / ٢٩ وهى عبارات إيجابية فيما عدا العبارتان ٨ / ٢٠ فهما فى عكس اتجاه البعد .

ويراعى عند تصحيح المقياس بالنسبة للعبارات الإيجابية منح الدرجة التى حددها اللاعب، أما بالنسبة للعبارات السلبية فيتم عكس الدرجات على النحو التالى:

٧ تصبح ١ ، ٦ تصبح ٢ ، ٥ تصبح ٣ ، ٤ تصبح ٤ كما هى ، ٣ تصبح ٥ ، ٢ تصبح ٦ ، ١ تصبح ٧ .

ويتم الحصول على درجات كل لاعب فى الفريق بجمع درجاته على كل بُعد على حدة . وبالنسبة لدرجات الفريق كلها يتم عن طريق جمع درجات كل أفراد الفريق على البعد الواحد وقسمتها على عدد اللاعبين .

### • تعليمات مقياس الاتجاهات نحو الفريق الرياضى:

#### عزيزى اللاعب:

\* كل الفرق الرياضية تختلف فى درجة فهم كل لاعب من أفراد الفريق للواجبات والمسئوليات الملقاة على عاتقه وعلى عاتق زملائه من اللاعبين وكذلك بالنسبة للفريق كمجموعة والتى تجعل من الفريق وحدة واحدة .

\* العبارات التالية تحاول قياس مدى إدراكك واتجاهك نحو الفريق الذى تنتمى إليه .

\* أرجو ملاحظة أنه لا توجد عبارات يمكن إعتبارها صحيحة وبعض العبارات الأخرى التى يمكن إعتبارها خاطئة، ولكن المطلوب هو إجابتك طبقاً للحادث فعلاً فى فريقك الرياضى .

\* رجاء الإجابة على كل عبارة بوضع علامة (✓) أمام العبارة وأسفل الرقم الذى تعتقد أنه يمثل موافقتك على العبارة مع ملاحظة أن الرقم (٧) يشير إلى الموافقة بدرجة كبيرة جداً ثم تتدرج الأرقام حتى رقم (١) الذى يشير إلى عدم موافقتك بدرجة كبيرة جداً .

# مقياس الاتجاهات نحو الفريق الرياضي

تصميم: كارون وجراند

إعداد: محمد حسن علاوى

							نحن كفريق رياضى:
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	
							١ / نفهم واجباتنا الدفاعية .
							٢ / نحاول أن نغير من طريقة لعبنا لإرضاء المدرب .
							٣ / يتم توظيف القدرات المميزة للاعبين لصالح الفريق .
							٤ / غير متأكد من المطلوب منا أثناء المباراة .
							٥ / نفذ كل ما هو مطلوب أثناء المباراة .
							٦ / نشعر بالرضا لتوقعات المدرب لمستوياتنا .
							٧ / نفهم واجباتنا الهجومية .
							٨ / لا نغير طريقة لعبنا لإرضاء المدرب .
							٩ / نشعر بالارتياح لاشتراكنا فى القرارات المرتبطة بالفريق .
							١٠ / نستطيع الحصول على إجابات من المدرب فى حالة عدم تأكدنا من دور كل منا فى الفريق .
							١١ / نحاول أن نطيع القواعد المرتبطة بسلوكنا خارج الملعب .
							١٢ / نشعر بالرضا عن دور كل منا فى الفريق .
							١٣ / نفهم كيفية انسجام دور كل منا مع خطة الفريق ككل .
							١٤ / نحاول أن ننفذ الخطة الموضوعية للفريق .



## نحن كفريق رياضي:

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	
							١٥ / نشعر بالارتياح للفرص التي تتاح لنا لأداء مهام قيادية فى الفريق .
							١٦ / نتلقى فى بعض الأحيان تعليمات متعارضة من المدرب .
							١٧ / ننفذ كل ما هو مطلوب منا فى المباراة .
							١٨ / نشعر بالارتياح تجاه مسئولياتنا الهجومية .
							١٩ / نعرف ما هو متوقع من كل فرد منا خارج مواقف التدريب والمنافسات .
							٢٠ / نؤدى فى المباراة ما نريد وليس كما يتوقع المدرب .
							٢١ / لا نرتاح بالنسبة لتوزيع بعض المسئوليات فى الفريق .
							٢٢ / نتلقى بانتظام كيفية قيامنا بأداء واجب كل منا فى الفريق .
							٢٣ / يحاول كل منا أداء دوره الذى تم تكليفه به أثناء المباراة .
							٢٤ / نشعر بالرضا تجاه مسئولياتنا الدفاعية .
							٢٥ / نفهم مسئولياتنا أثناء المباراة .
							٢٦ / نحاول أن نتعاون مع قرارات الفريق .
							٢٧ / لا نرتاح إلى الواجبات المحددة لكل منا .
							٢٨ / نعرف إذا كان الأداء الذى قمنا به مقبول من المدرب .
							٢٩ / نلتزم بالخطة المحددة أثناء المباراة .
							٣٠ / نشعر بالارتياح تجاه الخطط التى يستخدمها الفريق .

## ٣- تماسك الفريق الرياضى

### ١/٣ - مفهوم تماسك الفريق الرياضى :

إن تماسك الفريق الرياضى يمثل الظاهر الأساسية لاستمرار اللاعبين فى عضوية الفريق الرياضى إذ أن «التماسك Cohesion» هو الخيط الذى يربط بين أفراد الفريق والذى يبقى على العلاقات بين مختلف أفراده .

وعندما نتكلم عن تماسك الفريق الرياضى يقفز إلى الخاطر عدد من الخصائص والمعانى التى من أمثلتها: شعور اللاعبين شعوراً قوياً بانتمائهم إلى الفريق وتحديثهم عنه بدلاً من تحديثهم عن أنفسهم . كما قد يقصد بتماسك الفريق الرياضى شعور كل لاعب من لاعبى الفريق بالمشاعر الودية تجاه زملاء الآخرين فى الفريق وسيادة الولاء والحب بينهم واتجاههم نحو هدف مشترك . كما قد يخطر على البال أن الفريق الرياضى المتماسك هو الفريق الذى يكون كل لاعب فيه على أهبة الاستعداد لتحمل المسؤولية المشتركة للفريق والذى يتميز أفراده بالروح المعنوية العالية التى تتمثل فى استعداد كل لاعب بالتضحية بالمصالح الشخصية فى سبيل مصلحة الفريق الرياضى .

وقد أشار بعض الباحثين فى مجال دراسة الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضى (دوناللى Donnally ، وكارون Carron ، وشيلادوراي Chelladurai ) (١٩٨٠) إلى أنه يمكن النظر إلى تماسك الفريق الرياضى من منظورين هما :

### • المنظور الأول :

يشير إلى تعريف تماسك الفريق الرياضى بأنه محصلة القوى التى توجه اللاعبين نحو الفريق ، أو محصلة القوى التى تجذب اللاعبين على الاستمرار فى عضوية الفريق - أى محصلة جاذبية الفريق لأعضائه . ويركز هذا المنظور على الفرد (اللاعب) من حيث أنه الوحدة المرجعية بدرجة أكبر من التركيز على الجماعة (الفريق الرياضى) .

## • المنظور الثاني:

يشير إلى تعريف تماسك الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضي بأنه محصلة القوى الدافعة لاستمرار بقاء الجماعة والمحافظة عليها. ويركز هذا المنظور على قوة العلاقة الرابطة بين أعضاء الجماعة أثناء حالات الأزمات، أو مقاومة الجماعة للقوى التي تصدع أو تمزق الجماعة أو في حالات الهزائم المتكررة.

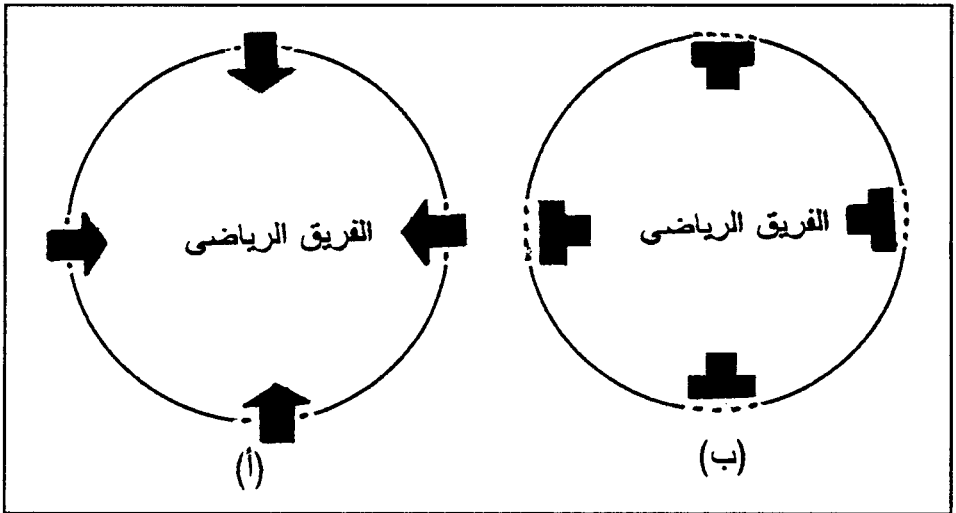
والشكل رقم (٣) يوضح مفاهيم هذين المنظورين. فالرمز (أ) إشارة إلى تماسك الفريق الرياضي من حيث أنه قوى جاذبة لبقاء الأفراد في الفريق في حين أن الرمز (ب) يمثل تماسك الفريق الرياضي كمقاومة لقوى التصدع.

### شكل رقم (٣)

تماسك الفريق الرياضي كقوى جاذبة لبقاء الأفراد في الجماعة (أ)

وكقوى لمقاومة التصدع في الفريق (ب)

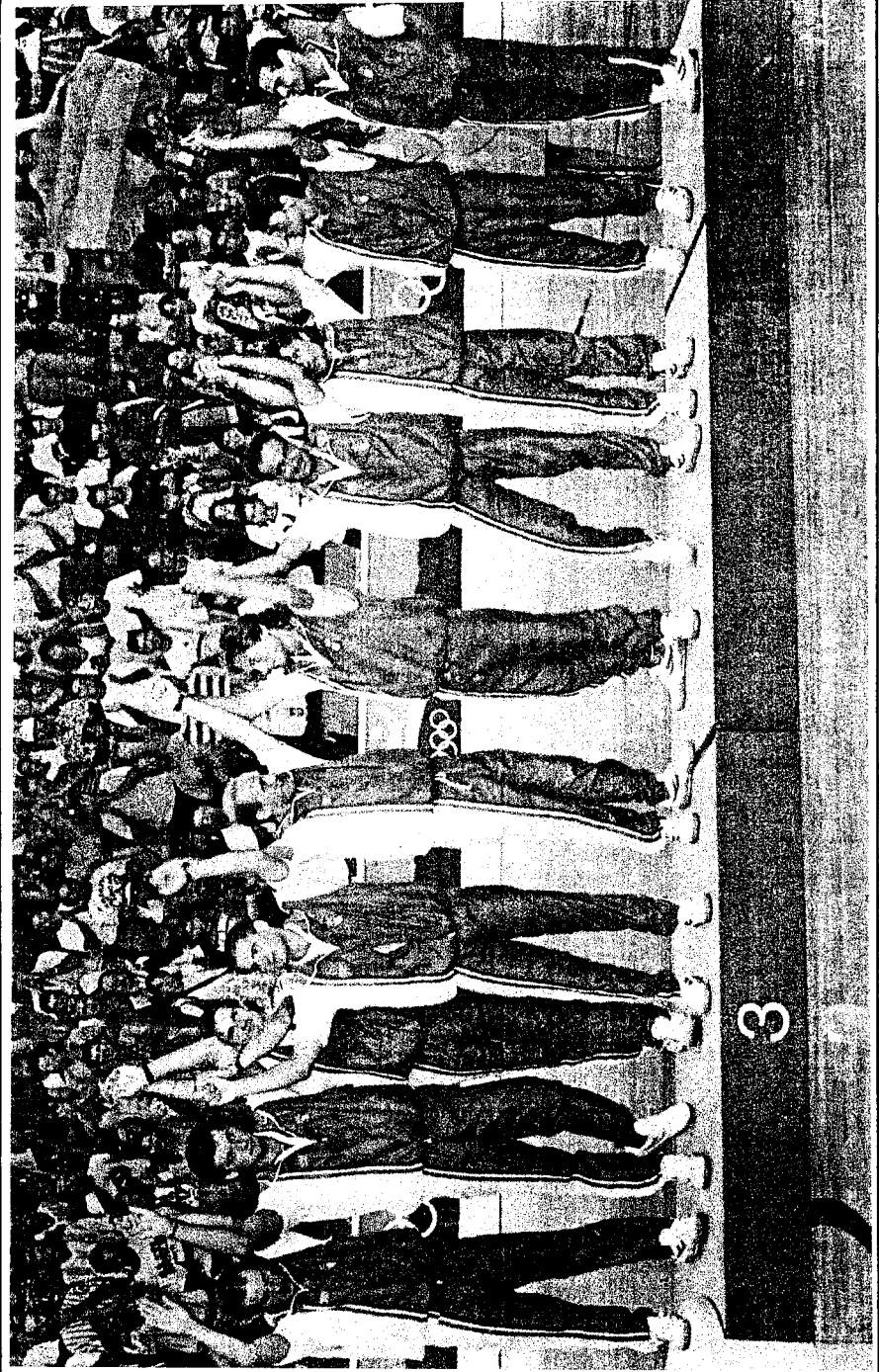
عن كارون Carron (١٩٨٩)



### ٢/٣ - أنواع تماسك الفريق الرياضي:

أشار كارون Carron (١٩٨٢) إلى أنه يمكن تقسيم تماسك الفريق الرياضي إلى بعدين هاميين هما: (شكل رقم ٤).

تجاسك الفريق الرياضي



Task cohesion

- تماسك المهمة

Social cohesion

- التماسك الاجتماعي

### • تقاسك المهمة:

هذا النوع من التماسك يعكس درجة عمل أفراد الفريق معاً لتحقيق أهداف مشتركة. فقد يكون الهدف العام للفريق الرياضي الفوز ببطولة معينة والذي يتأسس - في جزء كبير منه - على تنسيق جهود أفراد الفريق للعمل معاً - أي العمل الجماعي أو الأداء الجماعي.

### • التماسك الاجتماعي:

يعكس التماسك الاجتماعي درجة العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي ودرجة حبهم ومزاملتهم لبعضهم البعض ويتأسس بصورة واضحة على جاذبية العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي.

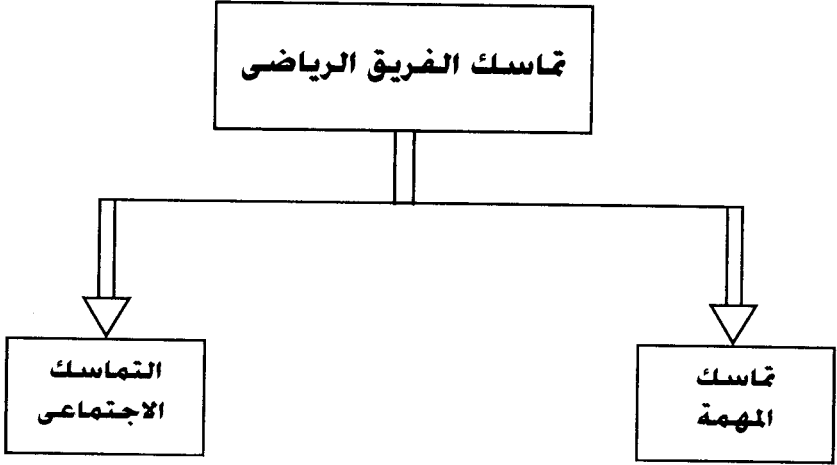
وأشار «كارون» إلى أن التمييز أو التفريق بين عاملي تماسك المهمة والتماسك الاجتماعي من الأهمية بمكان للقدرة على شرح كيفية مواجهة الفريق للصراعات والعقبات والعوائق لإحراز النجاح.

وفي ضوء هذا التمييز تم تعريف تماسك الفريق الرياضي بأنه عملية دينامية تنعكس في ميل الجماعة نحو الترابط والالتصاق والاستمرار معاً لمواصلة تحقيق أهدافها.

### ٣/٣ - عوامل تماسك الفريق الرياضي:

من المشكلات الرئيسية في مجال دراسة الفريق الرياضي هي محاولة الوقوف على الأسباب التي قد تؤدي إلى تماسك الفريق الرياضي. فكثيراً ما نلاحظ اختلافاً واضحاً بين الفرق الرياضية المتعددة من حيث تماسك أفراد كل فريق وإقبالهم على التدريب وانتظامهم في الإشتراك في المنافسات الرياضية وتحقيق الأهداف المحددة.

شكل رقم (٤)  
أنواع تماسك الفريق الرياضي



ما نوع تماسك هذا الفريق الرياضي.  
هل هو تماسك المهمة أو التماسك الاجتماعي؟

فكيف لنا أن نفسر ظاهرة عدم قدرة فريق رياضى ما على الاحتفاظ بالتعاون التام بين أفراده فى عدد من المباريات؟ وما الذى يمكن أن يفسر الهزائم المتتالية التى يقابلها فريق رياضى يتكون من عدد كبير نسبياً من اللاعبين الممتازين، فى حين أن هناك بعض الفرق الرياضية الأخرى التى تتميز بقلّة عدد لاعبيها الممتازين ومع ذلك تحقق نتائج أفضل؟

وكيف لنا أن نفسر ظاهرة تصدع بعض الفرق الرياضية وهروب اللاعبين من عضويتها والانتقال إلى فرق رياضية أخرى؟

وفى ضوء هذه الظواهر وغيرها أشار محمد علاوى (١٩٩٢) إلى أن هناك العديد من الشروط والعوامل التى تسهم فى العمل على تماسك الفريق الرياضى، ومن بين أهم هذه العوامل والشروط ما يلى:

### • الشعور بالانتماء للفريق:

إن كل فرد أو لاعب يكون فى حاجة إلى الانتماء إلى جماعة كالأسرة أو جماعة الأصدقاء أو غير ذلك من الجماعات التى يعتز بانتمائه إليها. وعندما ينضم اللاعب إلى فريق رياضى ما ويزداد تفاعله الإيجابى مع بقية أعضاء الفريق ويشعر بأنه بين زملاء يقدرونه ويقدرهم، وأنه جزء من كل متكامل ومتربط فعندئذ تصبح الحاجة إلى الانتماء من الحاجات النفسية الهامة التى تدفع اللاعب إلى الاستمرار فى عضوية الفريق الرياضى.

### • إشباع الحاجات الفردية:

لا شك أن كل فريق رياضى يختلف عن الآخر فى مدى ما يستطيع أن يقدمه للاعبين لإشباع حاجاتهم الفردية. وكلما استطاع الفريق الرياضى مساعدة اللاعبين على تحقيق حاجاتهم وأهدافهم كلما زاد تماسك اللاعب بالفريق الرياضى.

وكثيراً ما نرى فريق رياضى معين يكون جذاباً للاعب نظراً لكونه وسيلة لاكتساب مكانة طيبة فى البيئة التى يعيش فيها اللاعب. كما قد يكون الأمر رغبة فى الحصول على مكاسب مادية أكبر أو الشعور بالأمن والطمأنينة.

## • الشعور بالنجاح :

يؤدى نجاح الفريق الرياضى فى تحقيق أهدافه أو تحقيق المزيد من الانتصارات والبطولات إلى شعور اللاعبين بالسعادة المشتركة وإلى ثقة اللاعبين فى أنفسهم وارتفاع مستوى طموحهم وبالتالي زيادة الرابطة بينهم وحبهم وولائهم للفريق وزيادة جاذبيتهم نحوه والاستمرار فى عضويته .

## • المشاركة :

إن اشترك اللاعبين فى اقتراح تخطيط التدريب الرياضى وتنفيذه وتقييمه وكذلك الاشتراك فى رسم خطط اللعب فى المنافسات الرياضية وتشكيلها وتوقيتاتها تعتبر من العوامل التى تشعر كل لاعب بقيمته ومكانته، إذ يترتب على هذا الاشتراك الجماعى للفريق تجانس نفسى يساعد على سرعة التفاهم وشعور كل لاعب بأن إسهاماته ضرورية لتحقيق أهداف الفريق . وبالتالي ارتباطه بالفريق وتحقيق المزيد من الجاذبية نحوه .

## • وجود قوانين ومعايير وتقاليد للفريق :

إن وجود لوائح وقوانين معروفة ومحددة للفريق الرياضى من العوامل التى تضمن استمرار هذا الفريق والتى تحدد العلاقات بين أعضاء الفريق الرياضى والأهداف الموضوعية للفريق . ومما لا شك فيه أن طاعة اللاعبين لهذه القوانين واللوائح وتفهمهم وتقبلهم لها يساعد على إسهامهم بطريقة إيجابية فى تحقيق أهداف الفريق .

كما أن معايير الفريق الرياضى تتضمن ما يقبله الفريق من قواعد ونظم وعادات واتجاهات وقيم يمكن اعتبارها إطاراً لتحديد السلوك المرغوب . فكأن معايير الفريق الرياضى هى التى تحدد الأساليب السلوكية المقبولة بين أفراد الفريق الرياضى والتى تنظم عمليات التفاعل الاجتماعى بين أعضاء الفريق الرياضى .

أما تقاليد الفريق الرياضى فهى أنماط سلوكية تتمتع بقبول عام بين اللاعبين وتنتقل بين أجيال اللاعبين . وكلما كان للفريق الرياضى تقاليد ثابتة نسبياً مثل



الرداء الواحد والشعارات الخاصة المعروفة والهتافات المعينة كلما كان أكثر تماسكاً وترابطاً.

### • توافر العلاقات التعاونية بين اللاعبين:

يزداد تماسك الفريق الرياضى فى حالة قيام العلاقات بين اللاعبين على أساس تعاونى بدرجة تزيد عن قيام هذه العلاقات على أساس تنافسى . فالفريق الرياضى يسعى إلى تحقيق أهداف معينة وكل لاعب فى الفريق يبذل قصارى جهده للتعاون مع الآخرين نحو تحقيق الهدف الجماعى وليس لتحقيق هدف فردى خاص به وفى هذه الحالة يمكن أن يزداد تماسك الفريق الرياضى .

### • توافر القيادة المناسبة:

إن نجاح الفريق الرياضى فى تحقيق أهدافه يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتوافر القيادة المناسبة . فالإدارى أو المدرب الرياضى أو رئيس الفريق من القيادات التى تلعب دوراً هاماً فى العمل على تماسك الفريق الرياضى ورفع الروح المعنوية للفريق وبالتالي زيادة جاذبية الفريق لأعضائه .

كما قدم كارتررايت Cartwright (١٩٨٦) وكارون Carron (١٩٨٩) بعض العوامل أو الشروط التى يمكن أن تحدد تماسك الفريق الرياضى والتى يمكن بها قياس هذه المظاهر . ويمكن تلخيصها على النحو التالى :

### • جاذبية العلاقات بين اللاعبين:

وهى إنعكاس لدرجة الصداقات بين اللاعبين أفراد الفريق الرياضى وبالتالي زيادة تماسك الفريق كلما زادت درجة هذه الصداقات .

### • جاذبية الجماعة ككل:

ويقصد بها مدى جاذبية الجماعة لأفرادها بدرجة أكبر من التركيز على الصداقة بين اللاعبين . ويرى بعض الباحثين أن هذين العاملين يرتبطان معاً بدرجة كبيرة .

## • الرغبة المعلنة للبقاء فى الفريق :

ويمكن التعرف عليها بسؤال كل عضو من أعضاء الفريق الرياضى بما يلى :  
هل ترغب فى الاستمرار فى عضوية الفريق الرياضى؟ وهل إذا قررت مجموعة  
من اللاعبين عدم البقاء فى الفريق الرياضى بحيث يمكن حدوث تصدع فى الفريق  
كنتيجة لذلك، فهل تحاول بذل جهدك لإقناعهم بالبقاء فى الفريق؟

## • درجة التقارب أو الارتباط مع الفريق :

ويقصد بذلك درجة انتماء اللاعب للفريق وارتباطه به وشعوره بأنه جزء لا  
يتجزأ من الفريق الرياضى .

ومن ناحية أخرى قدم «كارون» (١٩٨٢) نموذجاً لمحاولة تحديد أهم العوامل  
المؤثرة على تماسك الفريق الرياضى . ويتكون هذا النموذج من أربعة عوامل هى :

Environmental factors - العوامل البيئية

Personal factors - العوامل الشخصية

Leadership factors - عوامل القيادة

Team factors - عوامل الفريق

## • العوامل البيئية :

العوامل البيئية أو الموقفية هى العوامل التى ترتبط بطبيعة وجود الفريق معاً  
مثل كونهم أعضاء فى نادى معين أو تعاقدهم أو حصولهم على منحة دراسية  
للعاب لفريق معين، أو كنتيجة لعملهم فى مؤسسة أو هيئة معينة لديها فريق  
رياضى مشارك فى المنافسات الرياضية، أو دراستهم فى كلية أو جامعة معينة  
وارتباطهم باللعب لفريقها، وغير ذلك من العوامل التى تدخل فى نطاق المسئولية  
التعاقدية أو التنظيمية المرتبطة بمختلف المواقف البيئية . وهذه العوامل تؤثر على  
كل من العوامل الشخصية وعوامل القيادة .

## • العوامل الشخصية :

تعزى العوامل الشخصية إلى الخصائص الفردية لأعضاء الفريق الرياضى مثل دوافع الاشتراك فى الفريق أو الانضمام إليه ونوعية الانتماء نحوه ومدى جاذبيته للأفراد ودرجة رضائهم عن بقائهم كأعضاء فى الفريق الرياضى . هذا بالإضافة إلى خصائص الفروق الفردية بين الأفراد المكونين للفريق الرياضى ومختلف الأدوار التى يقوم بها كل فرد من أفراد الفريق الرياضى .

## • عوامل القيادة :

عوامل القيادة ترتبط بنوعية سلوك القيادة نحو أعضاء الفريق والأساليب المستخدمة فى عملية القيادة ومدى مناسبتها للمواقف المختلفة والخصائص المميزة للقيادة المسؤولين عن الفريق الرياضى من حيث خبراتهم وخلفيتهم العلمية وسماتهم وقدراتهم وأساليبهم القيادية .

## • عوامل الفريق :

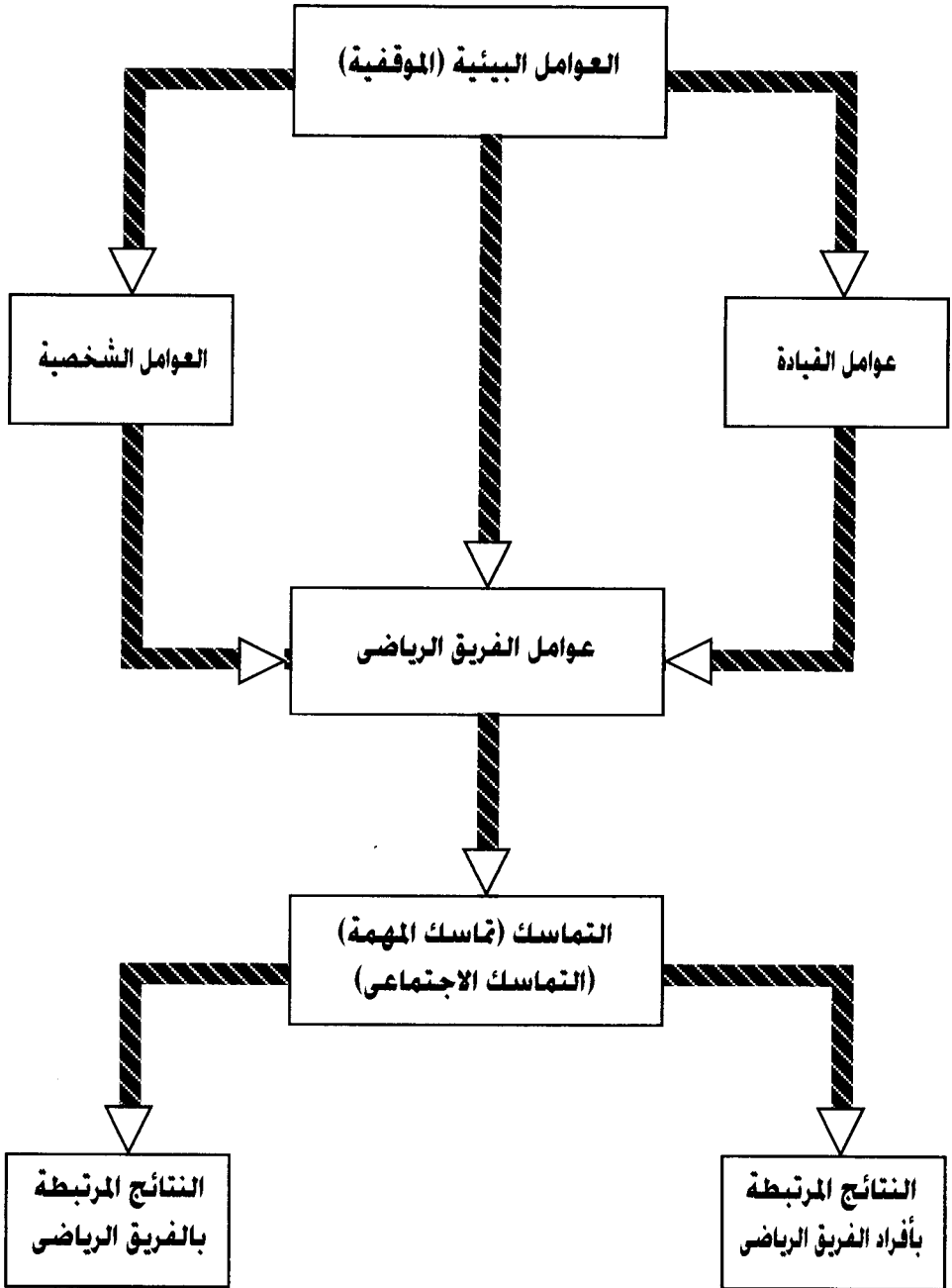
وهى العوامل المرتبطة بخصائص مهمة الفريق ومعايير إنتاجية الفريق واستمراريته وتوجهاته وقدراته على تحقيق أهدافه .

وعوامل الفريق تتأثر بصورة واضحة بكل من العوامل البيئية (الموقفية) والعوامل الشخصية وعوامل القيادة .

وفى ضوء هذه العوامل السابقة تتحدد نوعية تماسك الفريق الرياضى : تماسك المهمة والتماسك الاجتماعى وينتج عنهما نتائج سواء للفريق أو للفرد العضو فى الفريق . والنتائج المرتبطة بالفريق الرياضى تتمثل فى تقدمه وتطوره وفاعلية الأداء ونجاحه فى تحقيق مهامه . أما النتائج المرتبطة بالأفراد فتتمثل فى النتائج السلوكية لأفراد الفريق الرياضى ورضاهم واستمتاعهم بعضوية الفريق وجاذبيته لهم .

والشكل رقم (٥) يوضح نموذجاً للمحددات المؤثرة على تماسك الفريق الرياضى وذلك نقلاً عن كارون (١٩٨٢)، واينبرج Winberg ، جولد Gould (١٩٩٥) مع إضافة بعض التعديلات .

شكل رقم (٥)  
المحددات المؤثرة على تماسك الفريق الرياضي



### ٤/٣ - قياس تماسك الفريق الرياضى :

يمكن استخدام مقياس «تماسك الفريق الرياضى» الذى صممه محمد حسن علاوى لمحاولة التعرف على درجة تماسك الفريق الرياضى فى ضوء الشرح السابق لعوامل تماسك الفريق الرياضى ويتكون المقياس من عدد من التساؤلات (١٢ سؤالاً)، ويقوم كل لاعب فى الفريق الرياضى بالإجابة على هذه التساؤلات على مقياس تساعى التدرج (الدرجة العظمى ٩ والدرجة الصغرى ١).

وعند تصحيح المقياس يتم جمع الدرجات المسجلة لجميع أعضاء الفريق على جميع تساؤلات المقياس . وكلما ارتفع المتوسط الحسابى لهذه الدرجات واقترب من الدرجة القصوى للمقياس وقدرها ١٠.٨ كلما دل ذلك على زيادة تماسك الفريق الرياضى .

وتعليمات المقياس كما يلى :

\* فيما يلى بعض التساؤلات التى قد تشير إلى طبيعة العلاقات بين أفراد الفريق الرياضى الذى تنتمى إليه .

\* اقرأ هذه التساؤلات جيداً وحاول أن ترسم دائرة حول أى رقم من الأرقام التسعة التى تلى كل تساؤل والذى تعتقد أنه مناسب لكل تساؤل من هذه التساؤلات فى ضوء معايشتك الشخصية للفريق الرياضى .

\* لاحظ أن الرقم (٩) يمثل أعلى درجة والرقم (١) يمثل أقل درجة .

\* ارسم دائرة حول رقم واحد فقط من الأرقام التسعة، ولا تترك أى تساؤل دون إجابة .

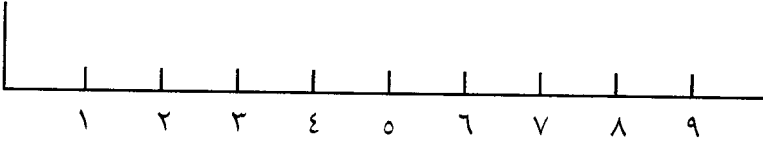
## مقياس تماسك الفريق الرياضي

إعداد: محمد حسن علاوي

١/ ما هي درجة العلاقة بين معظم أفراد فريقك بعضهم البعض الآخر؟

عدم وجود  
علاقة

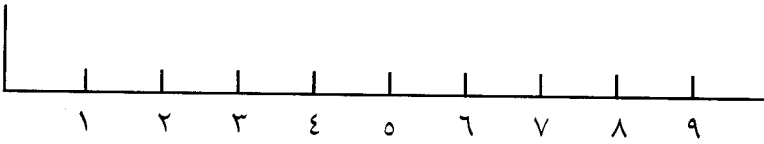
علاقة  
قوية جداً



٢/ ما هو تقييمك لقيمة عضويتك في الفريق بالنسبة لك؟

ضعيفة  
جداً

كبيرة  
جداً



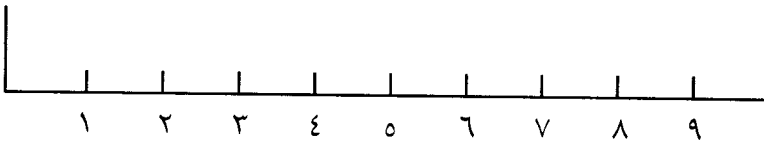
٣/ ما مدى إحساسك بالانتماء لعضوية الفريق؟

انتماء

ضعيف جداً

انتماء

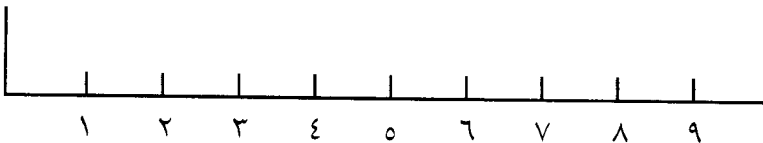
قوي جداً



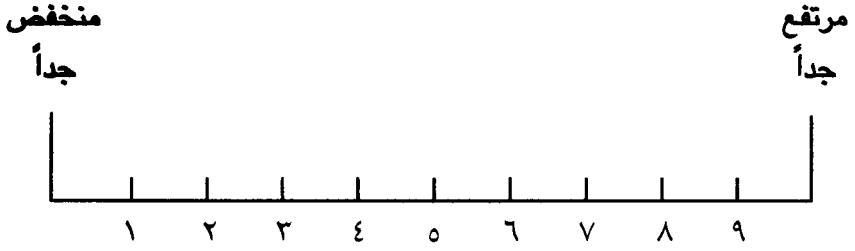
٤/ ما مدى استمتاعك بالاشتراك في عضوية الفريق؟

ضعيف  
جداً

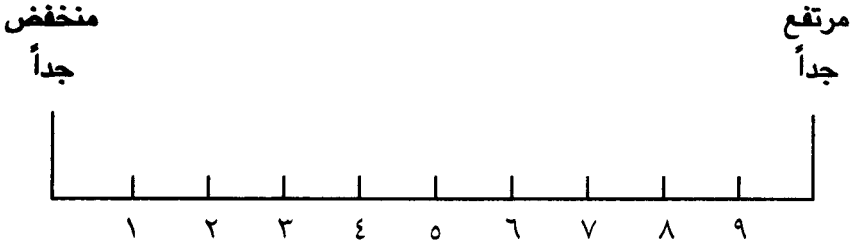
قوي  
جداً



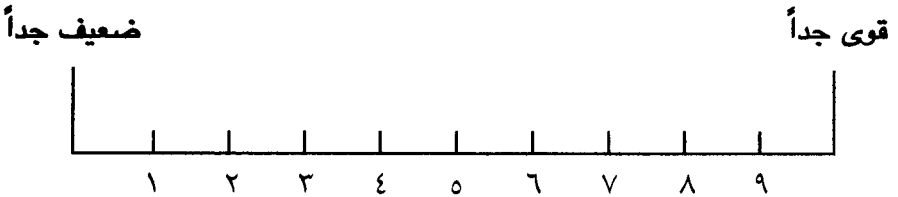
٥ / ما هو تقييمك للعمل الجماعي (أو الأداء الجماعي) داخل الفريق؟



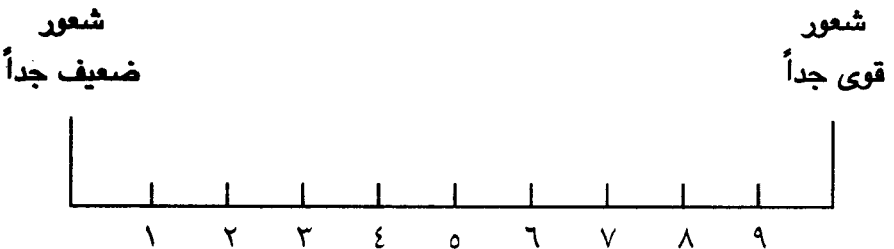
٦ / ما هو تقييمك لمدى التقارب والانسجام داخل الفريق؟



٧ / ما مدى إشباع الحاجات الفردية لمعظم أفراد الفريق؟



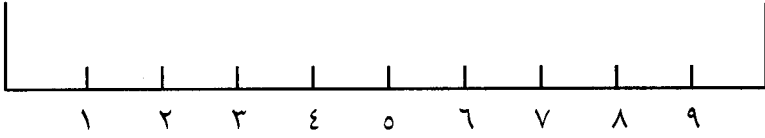
٨ / ما مدى الشعور بين أفراد فريقك بنجاحهم؟



٩ / ما مدى توافر القيادة الفاعلة بالنسبة لفريقك ؟

غير متوافرة  
تماماً

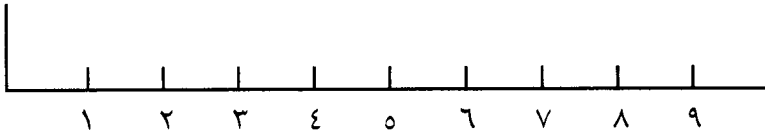
متوافرة  
تماماً



١٠ / ما مدى مقاومة معظم أعضاء الفريق للقوى المنافسه للفريق ؟

مقاومة  
ضعيفة جداً

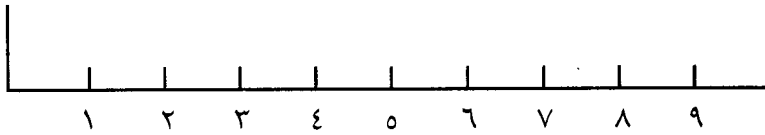
مقاومة  
قوية جداً



١١ / ما مدى تماسك الفريق خلال بعض الأزمات (كالهزائم مثلاً)؟

تماسك  
ضعيف جداً

تماسك  
قوى جداً

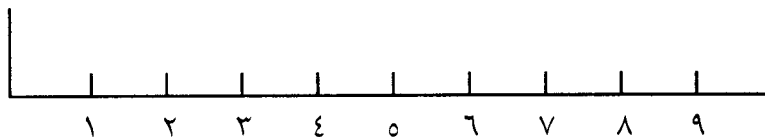


١٢ / هل لدى بعض أفراد الفريق رغبة معلنة أو غير معلنة للانضمام

لفريق آخر؟

لا توجد هذه  
الرغبة تماماً

توجد لدى عدد  
كبير من اللاعبين





## ٤- تصدع الفريق الرياضى

لا شك أن التماسك عامل هام وضرورى للفريق الرياضى، إلا أنه فى بعض الأحيان يتعرض الفريق الرياضى لعوامل لا مفر منها تؤثر على تماسكه مثل المنافسة والعداء والصراع أو الإحباط بين أفراد الفريق أو كنتيجة لعوامل الهزيمة المتكررة أو كنتيجة لعوامل أخرى مثل هجرة اللاعبين وغير ذلك من العوامل الأخرى بالرغم من أن هناك بعض الباحثين الذين يرون أن مثل هذه العوامل قد لا تكون دائماً عوامل سلبية، إذ قد تسهم فى استثارة الهمم ومحاولة إعادة تنظيم بنى الفريق الرياضى بصورة أفضل.

وينبغى علينا مراعاة أن عملية تماسك الفريق الرياضى تحمل فى طياتها إمكانية حدوث تصدع الفريق ما دام الأفراد يعتمد بعضهم على بعض كأفراد فى الفريق الرياضى. كما أنه كلما إزداد اهتمام اللاعب بالفريق اهتماماً زائداً كلما إزدادت درجة تأثيره لنجاح الفريق أو فشله وبالتالي تزداد احتمالات التماسك، كما تزداد احتمالات التصدع.

وقد يؤدى تصدع الفريق الرياضى إلى إنقسامه على نفسه وتفرق اللاعبين وقيام كل لاعب بالعمل منفرداً، وإلى موجات عدائية بين اللاعبين تتمثل فى محاولة البعض السيطرة على البعض الآخر أو تبادل اللوم والسخرية أو التأنيب أو الإتهامات. كما تتضمن أيضاً الهروب المؤقت لبعض اللاعبين. ويظهر الاختلاف العام فى الفريق الرياضى فى صورة عدم التعاون وعدم التنسيق بين مجهودات اللاعبين وإلقاء تبعية الفشل بعضهم على بعض.

ومن بين أهم العوامل التى قد تؤدى إلى تصدع الفريق الرياضى كما أشار إليها «محمد علاوى» (١٩٩٢) ما يلى:

- عدم الشعور بالإنتماء للفريق كنتيجة لفقدان الثقة المتبادلة بين اللاعبين وانقسام اللاعبين على أنفسهم إلى مجموعات غير متجانسة وعدم معرفة كل لاعب لدوره فى الفريق.

- عجز الفريق الرياضى عن تحقيق أهدافه أو إنعدام إيمان اللاعبين بالهدف المشترك، أو إدراك اللاعبين لُبعد المسافة بين الهدف وإمكانات الفريق - أى عدم القدرة على تحقيقه .

- تعارض أهداف اللاعبين مع أهداف الفريق الرياضى أو محاولة كل لاعب أن يحقق لنفسه المزيد من المكاسب دون أدنى اعتبار لمكاسب زملاء الآخرين أو مكاسب الفريق ككل، أو محاولة بعض اللاعبين اكتساب «الشعبية» على حساب الآخرين .

- عدم تقنين الضوابط والمعايير التى تحكم سلوك اللاعبين أو تحديد قواعد الثواب والعقاب أو الإهمال والتراخى فى تطبيقها .

- إنهيار سبل الاتصال أو عدم فاعليتها سواء بين اللاعبين بعضهم ببعض أو بين اللاعبين والمدرب الرياضى أو بين اللاعبين وإدارة الفريق .

- ضعف القيادة فى الفريق أو إنحرافها أو تفشى المحاباة والمحسوبية أو الفوضى أو استخدام أساليب غير تربوية .

## 5- توجيهات لتنمية تماسك الفريق الرياضى

أشارت كتابات مجموعة من الباحثين فى علم النفس الرياضى (كارون Carron، كراتى Cratty، مارتنز Martens، واينبرج Weinberg وجولد Gould) إلى العديد من التوجيهات التى يمكن الاستفادة منها للمساعدة فى تنمية وتطوير تماسك الفريق الرياضى .

ويمكن تقديم بعض التوجيهات لمحاولة تنمية تماسك الفريق الرياضى على النحو التالى :

\* ينبغى تعريف اللاعبين أفراد الفريق الرياضى بمسئولياتهم وبمسئولية كل زميل من الزملاء فى الفريق الرياضى حتى يمكن مساعدتهم فى تنمية تحملهم للمسئولية وإدراك كل منهم لطبيعة التفاعل بينه وبين الزملاء الآخرين .

\* ضرورة الاستخدام المناسب لعوامل المرح والسرور أثناء عملية التدريب الرياضى وهو الأمر الذى يمكن أن يعكس لدى الأفراد الميل لزيادة بذل الجهد بالإضافة إلى أهميته فى تخفيف قسوة التدريب عن كاهل الفريق الرياضى .

\* ينبغى الاستخدام المناسب لتشجيع الفريق الرياضى بصورة لفظية أو غير لفظية سواء التشجيع الجماعى للفريق أو تشجيع بعض أفراد الفريق عند وضوح بذلهم أقصى الجهد لصالح الفريق الرياضى ككل .

\* من المناسب أن يكون المدرب الرياضى على دراية وصلة وثيقة مع لاعبيه وأن يعرف بعض الأمور الشخصية المرتبطة بكل لاعب فى الفريق . فعلى سبيل المثال عندما يواجه أحد اللاعبين بالفريق مشكلة معينة قد تؤثر على مستواه الرياضى فعلى المدرب مساعدته فى مواجهة مثل هذه المشكلة .

ومن ناحية أخرى فإن معرفة المدرب الرياضى لتوقيتات المناسبات السعيدة لكل لاعب مثل أعياد الميلاد أو النجاح فى الدراسة أو الوظيفة أو الخطوبة أو الزواج من الأهمية بمكان لكى يعلنها المدرب ويستجيب لها هو وبقية أفراد الفريق بصورة مناسبة .

\* فى حالات خبرات الفشل أو الهزيمة بالرغم من بذل أفراد الفريق للجهد الملحوظ فينبغى على المدرب الرياضى أن يتجنب الاستجابات السلبية تجاه الفريق أو بعض أفرادها بل ينبغى عليه التركيز على الدروس المستفادة من هذه الخبرات وتشجيع الأداء الجيد .

\* لكى يستطيع المدرب الرياضى تنمية الدافعية والولاء للفريق الرياضى فإنه من المناسب قيام المدرب الرياضى بتعريف كل لاعب بطبيعة موقعه ودوره بالنسبة للفريق مع شرح أسباب ذلك وتبصير كل لاعب بما يمكنه القيام به حتى يستطيع الاستمرار فى موقعه أو الارتقاء لموقع أفضل .

ومن أمثلة ذلك تعريف المدرب الرياضى للاعب بأن موقعه فى الفريق حالياً هو لاعب احتياطى ويمكن أن يكون أساسياً فى حالة اتقانه لبعض المهارات المعينة أو فى

حالة اكتسابه للمزيد من الصفات البدنية المعينة التي يحددها المدرب مع مساعدة المدرب له على وضع برامج تنفيذية لاكتساب هذه الجوانب المهارية أو البدنية .

\* يجب أن يشعر المدرب الرياضى كل فرد من أفراد الفريق بأن له دور هام بالنسبة للفريق مع قيام المدرب بشرح مدى قيمة هذا الدور ومدى إسهامه فى إنتاجية الفريق أو فى تفاعله وتماسكه .

\* ينبغى على المدرب الرياضى عدم السماح لأى لاعب من أعضاء الفريق الرياضى بمحاولة جرح شعور زميل آخر فى الفريق ، إذ أنه من الواجبات الملقاة على عاتق المدرب الرياضى حماية حقوق كل لاعب فى الفريق . ولذا ينبغى على المدرب الرياضى سرعة مواجهة بعض اللاعبين الذين قد يقومون ببعض الأدوار مثل دور «اللاعب المشاكس» أو دور «اللاعب المهرج السلبى» . (انظر أدوار اللاعبين فيما بعد) .

\* ينبغى على المدرب الرياضى الحذر من قيام بعض المجموعات القليلة من اللاعبين بتكوين «عُصبة أو زُمرة Cliques» لمحاولة القيام ببعض الممارسات تجاه بعض اللاعبين الآخرين فى الفريق أو محاولة الفوز ببعض المزايا على حساب الآخرين . وأن يبذل قصارى جهده لمحاولة صهر هذه المجموعات الصغيرة فى بوتقة الفريق الرياضى .

\* ينبغى على المدرب الرياضى التعامل بصورة إنسانية مع جميع اللاعبين سواء أكانوا أساسيين أو إحتياطيين وأن يسلك تجاههم جميعاً بصورة متكافئة وعادلة .

\* إن تماسك الفريق الرياضى يعنى فى جزء منه الإتصال المفتوح الواضح بين المدرب واللاعبين . وعلى ذلك ينبغى على المدرب الرياضى إكتساب طرق الإتصال الفاعل مع اللاعبين .

\* من المفضل قيام المدرب الرياضى بتنمية القيادة بين اللاعبين . إذ أنه من الخطأ اعتقاد المدرب بأنه القائد الأوحد للفريق الرياضى . كما أن عليه أن يتذكر أن اللاعبين قد يستجيبون بصورة أفضل لقيادة زملاء .