

CONCEPTE-CHEIE

I

- Personalitate
- Personologie
- Determinanții personalității
- Laturile personalității
- Stadiabilitatea umană
- Sportiv de performanță

II

- Imagine de sine
- Construcție subiectivă
- Eu-sine
- Încredere în sine

III

- Motivație
- Stimul intern-extern
- Motiv
- Optim motivațional
- Performanță
- Trăire afectivă
- Disciplină sportivă
- Emoție

IV

- Organizație
- Organizație sportivă
- Grup – grup sportiv
- Sportiv – Antrenor – Conducător sportiv

- Relația antrenor-psiholog
- Lider – lider empatic
- Test sociometric
- Solidaritate de grup
- Coeziunea grupului

V

- Satisfacție
- Performanță sportivă
- Record

CUPRINS

Cuvânt-înainte	7
I. Sistemul de personalitate (Laura Goran Băzărea)	9
I.1. Caracterizare și trăsături generale. Precizări terminologice	9
I.2. Evoluții înregistrate în studiul personalității	13
I.3. Stadijalitatea umană. Câteva teorii	15
A. Teoria lui Erite Erikson privind dezvoltarea psihosocială	16
B. Dezvoltarea cognitivă – Jean Piaget	18
C. Dezvoltarea morală și cognitivă sau distingerea binelui de rău – Lawrence Kohlberg	23
D. Dezvoltarea psihosexuală – Sigmund Freud	27
I.4.. Laturile personalității	27
I.5. Personalitatea individului și relațiile interpersonale	33
I.6. Personalitatea sportivului de performanță	34
<i>Întrebări de autoevaluare</i>	35
II. Imaginea de sine (Laura Goran Băzărea, Mihaela Mărășescu)	36
II.1. Definire și caracterizare generală	36
II.2. Problematika imaginii de sine și importanța ei în activitatea sportivă	40
II.3. Rolul succesului și al eșecului în formarea imaginii de sine la sportivii de performanță	43
II.4. Rolul încrederii în sine pentru performanța sportivului	44
<i>Întrebări de autoevaluare</i>	45
III. Motivația și afectivitatea (Laura Goran Băzărea)	46
III.1. Ce este motivația? Delimitări conceptuale	46
III.2. Componența motivației și funcțiile ei	48
III.3. Formele motivației	52
III.4. Motivele activității sportive	52
III.5. Motivație și performanță	53
III.6. Trăirile afective și rolul lor în activitatea sportivă. Emoțiile sportivilor	55
<i>Întrebări de autoevaluare</i>	60
IV. Activitățile sportive și specificul acestora (Laura Goran Băzărea, Mihaela Mărășescu)	61
IV.1. Instituții și organizații	61

IV.2. Specificul organizațiilor sportive	62
IV.3. Sportul ca activitate socială	63
a. <i>Originea sportului</i>	63
b. <i>Între meserie și pasiune</i>	65
c. <i>Obiectivele sportului</i>	68
d. <i>Practicarea sportului și funcțiile sale</i>	68
IV.4. Grupul sportiv – un grup social	69
a. <i>Caracteristicile grupului sportiv</i>	70
b. <i>Dinamica grupului</i>	71
c. <i>Problematica liderului. Rolul liderului în obținerea performanțelor sportive</i>	73
IV.5. Fenomene psihosociale în sport. Tipuri de relații interpersonale în activitatea sportivă	75
Întrebări de autoevaluare.....	76
V. Relația randament-performanță-satisfacție	
(Mihaela Mărășescu).....	77
V.1. Definierea termenilor	77
V.2. Evaluarea performanțelor	80
V.3. Motivația și rolul ei în obținerea performanțelor sportive.....	81
V.4. Mijloace de evaluare a performanțelor	87
Întrebări de autoevaluare.....	88
Anexe (Laura Goran Băzărea, Mihaela Mărășescu)	89
Anexa 1 – <i>Imaginea de sine și rolul ei în atingerea performanțelor sportive. Metodologia cercetării</i>	91
Anexa 2 – <i>Fișă de randament</i>	110
Anexa 3 – <i>Scorurile subiecților</i>	111
Anexa 4 – <i>Fișa de autoapreciere și Scala Rosenberg</i>	112
Anexa 5 – <i>Interpretare Scala imaginii de sine- Rosenberg</i>	113
Anexa 6 – <i>Aprecierea coechipierilor</i>	114
Bibliografie minimală	115

© Editura Fundației *România de Măine*, 2009
Editură acreditată de Ministerul Educației, Cercetării și Tineretului
prin Consiliul Național al Cercetării Științifice
din Învățământul Superior

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
GORAN BĂZĂREA, LAURA
Introducere în socio-psihologia sportului / Laura Goran Băzărea,
Mihaela Mărășescu, ed. a II.-a, București: Editura Fundației *România
de Măine*, 2009
Bibliogr.
ISBN: 978-973-163-356-5

I. Mărășescu, Mihaela

316:796(075.8)
159.9:796(075.8)

Reproducerea integrală sau fragmentară, prin orice formă
și prin orice mijloace tehnice, este strict interzisă
și se pedepsește conform legii.

*Răspunderea pentru conținutul și originalitatea textului
revine exclusiv autorului/autorilor.*

Redactor: Octavian CHEȚAN
Tehnoredactor: Magdalena ILIE
Coperta: Cornelia PRODAN

Bun de tipar: 19.12.2008; Coli tipar: 7,25
Format: 16/61×86

Editura Fundației *România de Măine*
Bulevardul Timișoara, Nr. 58, București, Sector 6,
Tel./Fax.: 021 / 444.20.91; www.spiruharet.ro
e-mail: editurafirm@yahoo.com

ÎNTREBĂRI DE AUTOEVALUARE

I

1. De ce personalitatea este considerată un sistem?
2. Care sunt relațiile dintre laturile personalității?
3. Cărui temperament credeți că aparțineți? Argumentați!
4. În ce direcții vă manifestați aptitudinile? Prin ce dovediți?
5. Cum caracterizați un sportiv de performanță?

II

1. Definiți imaginea de sine și analizați rolul acesteia în activitatea sportivă.
2. Analizați rolul succesului și al eșecului în formarea imaginii de sine la sportivii de performanță.
3. Este adevărat că încrederea în sine reprezintă credința în capacitatea proprie de a deveni din ce în ce mai bun, mai competent? Argumentați răspunsul.

III

1. Care este relația dintre personalitate și motivație?
2. Care dintre fenomenele motivaționale vă caracterizează în mod special?
3. Cum clasificați și descrieți procesele afective? În ce constă specificul proceselor afective?
4. Enumerați câteva din motivele pentru care desfășurați activități sportive.
5. Din varietatea trăirilor afective ale sportivilor alegeți și analizați două din acestea.

IV

1. De ce grupul sportiv este considerat un grup mic?
2. În ce constă coeziunea grupului sportiv?
3. Care sunt obiectivele și funcțiile principale ale sportului?

4. Ce tipuri de relații interpersonale se dezvoltă în activitatea sportivă?

5. Descrieți relația ce se stabilește între sportiv-antrenor-conducător sportiv, pe de o parte, iar, pe de altă parte, relația dintre sportiv și psiholog.

6. Care este locul și rolul liderului sportiv din cadrul unui grup sportiv?

V

1. Analizați conceptele de performanță și performanță sportivă.

2. Descrieți cele trei forme de evaluare a performanțelor sportive.

REZUMAT

Lucrarea pe care o supunem atenției se adresează, în primul rând, studenților de la toate facultățile (indiferent de forma de învățământ pe care o frecventează). Ea este utilă, în egală măsură, și tuturor celor interesați de lumea sportivă, de activitatea sportivă în general, și mai ales de sportul de performanță. Centrată pe o problemă de actualitate, din perspectiva *psihologiei* și a *sociologiei*, lucrarea abordează *relația* care se instituie între *nivelul și corespondența imaginii de sine a sportivului de performanță și performanțele profesionale din cadrul organizațiilor sportive*.

Pe parcursul lucrării se definește și caracterizează *personalitatea* (capitolul I), cadrul de manifestare a *imaginii de sine* (capitolul II), *procesul motivațional* și al *afectivității* (capitolul III), se prezintă *activitățile sportive și specificul lor* (capitolul IV), precum și *relația randament-motivație-satisfacție* în procesul sportiv (capitolul V) atât dintr-o *perspectivă generală*, cât și din perspectiva specificului temei abordate, ținând cont de faptul că cercetarea propriu-zisă realizată de noi (capitol prezentat la *Anexe*) s-a desfășurat în cadrul mediului sportiv, dar și din *perspectiva psihosociologiei sportului*, așa încât, în urma corelării acestor modalități de abordare, oarecum complementare, dar totuși distincte, oferim o imagine de ansamblu a acestui fascinant fenomen, imagine care să stabilească relațiile dintre variabila *imagine de sine* și performanțele sportive. Astfel, s-ar putea explica de ce anumiți sportivi sau echipe „mai bine cotate” atât din punct de vedere al performanțelor, cât și din punct de vedere financiar au putut fi depășite categoric în timpul concursurilor de adversari aparent mai slab cotați. De cele mai multe ori aceștia din urmă, în ciuda obstacolelor de natură materială, au reușit să îi surclaseze pe cei din fruntea ierarhiei (clasamentului), tocmai datorită capacității lor de a exploata la maxim resursele interne personale, *capabile să-i asigure performanța sportivă* (de altfel, subiectul este de mare actualitate și poate stârni interes din partea persoanelor implicate în activitatea sportivă).

În plus, o asemenea abordare, dintr-o astfel de perspectivă, ar putea deschide noi perspective în domeniul sportului de performanță. În zilele noastre, când *sportul a ajuns un fenomen social*, cu ample implicații la nivel european și mondial, când cu eforturi consistente se investesc sume de-a dreptul fabuloase în activitatea sportivă pentru obținerea unor performanțe, se consideră că singura modalitate de stimulare a unui sportiv o reprezintă stimulentele financiare. Mulți antrenori, președinți de cluburi, de federații sau manageri sportivi consideră că șansele de a obține performanțe în domeniul

sportiv sunt mai mari pe măsură ce stimulentele financiare ating un nivel tot mai înalt. Cu alte cuvinte, banii ar constitui principala sau chiar singura modalitate de a declanșa un comportament adecvat obținerii performanțelor sportive. Greșit!, spunem noi, întrucât aceasta ar însemna să tratăm fenomenul sportiv într-o manieră simplistă și reduționistă, care limitează resursele psihice personale ale unui sportiv. Ba mai mult, o asemenea abordare a problemei ar presupune robotizarea ființei umane, în cazul de față a sportivului, reducând întreaga sa activitate la schema Stimul-Răspuns, în care stimulul îl constituie banul, iar reacția, comportamentul adecvat obținerii performanței de ordin sportiv. Or, această perspectivă este total nefirească, chiar periculoasă, uneori dovedindu-se falimentară. Așa cum auzim tot mai des în ultima vreme, de cele mai multe ori managerii de cluburi sportive investesc sume uriașe în susținerea activității unor sportivi pe care îi patronază și, totuși, performanțele întârzie să apară. În astfel de situații ei aruncă vina exclusiv pe sportivi, deși, spun ei, „le-au fost asigurate toate condițiile materiale/financiare”.

Din nefericire, cluburile sportive românești se confruntă adesea cu probleme de management, precum lipsa de organizare sau de comunicare adecvată între diferitele niveluri ierarhice, neasigurarea unui climat de muncă adecvat sau ignorarea importanței relațiilor interpersonale menite să asigure o bună eficiență în procesul muncii! Cu toate acestea, se fac eforturi extraordinare din punct de vedere financiar, ignorându-se însă o serie de alți factori determinanți în obținerea performanței sportive. Și totuși, în anumite ramuri sportive precum gimnastică, box, fotbal sau handbal (acestea sunt doar câteva exemple) s-au obținut o serie de rezultate meritoase! Așadar, așa cum am mai precizat, nu întâmplător lucrarea se încheie cu *diagnosticarea și evaluarea importanței pe care forma imaginii de sine o are în obținerea performanței sportive, în cazul fotbaliștilor profesioniști*, o cercetare concretă realizată de noi.

Ținem să subliniem, totodată, rolul însemnat al educației fizice și al sportului în general pentru o dezvoltare armonioasă și pentru fortificarea fizică necesare sănătății oricărui individ. Prin practicarea sportului încă de la vârste fragede se pot forma calități deosebite, indivizi dezvoltați fizic și psihic, intelectual și afectiv, oameni activi și conștienți, sănătoși, cu dorință de viață. Bucuria realizării succesului, speranța, mândria, simțul onoarei și al datoriei sunt stări afective ce însoțesc permanent exercițiul fizic de zi cu zi, dar mai ales sportul de performanță.

Încheiem prin a sublinia că lucrarea este redactată într-o modalitate ce asigură o cale euristică în învățare, astfel încât beneficiarii să poată afla cu relativă ușurință semnificația termenilor și conceptelor-cheie specifice, de o mare diversitate, folosite cu prioritate în studiul *sociopsihologiei sportului*.

**Laura Goran Băzărea
Mihaela Mărășescu**