

## İDMAN FƏALİYYƏTİNDƏ ŞƏXSİYYƏTLƏRARASI MÜNASİBƏTLƏRİN YARANMASI VƏ FORMALAŞMASI

N.Q. Qasımova

*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*

Sosial elmlər kafedrası

[naila.gasimova@sport.edu.az](mailto:naila.gasimova@sport.edu.az)

### Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 01 oktyabr 2021

Dərc olunub: 27 oktyabr 2021

© 2021 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

**Annotasiya.** İnsanların birgə yaşayıb və fəaliyyət göstərmələrinə görə onların arasında istər-istəməz qarşılıqlı münasibətlər özünü göstərir. Bu münasibətlər sosial psixologiyada şəxsiyyətlərarası münasibətlər adlandırılır. Qarşılıqlı münasibətlərin formalaşmasında fəaliyyət və ünsiyyət proseslərinin mühüm rolu vardır. Şəxsiyyətlərarası münasibətlər insanların bir-birində qavradığı və qiymətləndirdiyi meyl, gözləmə, stereotiplər və s. sistemindən ibarətdir. Bu proses müxtəlif rabitə, yol və vəstələrin köməyi ilə həyata keçirilir. Birgə fəaliyyət prosesində də (idman qrupunda) şəxsi əlaqələr və işguzar xarakterli münasibətlər sayəsində tədricən bir-birinə hiss, rəğbət qarşılıqlı maraqlardan ibarət əlaqələr ortaya çıxır. Bu prosesi idman qrupunda insan tələbatının hərəkətverici qüvvəsi, istiqaməti hesab edirlər.

**Açar sözlər:** *stereotip, emosional hal, gərginlik, empatiya, intellektual.*

Şəxsiyyət sosial kateqoriya olub, insanı ictimai fərd, ictimai münasibətlərin obyekt və subyekt baxımından səciyyələndirilir. Şəxsiyyət insani münasibətlərin məcmusu olub konkret tarixi şəraitdə yaşayır və sosial vəzifələri yerinə yetirir. İnsan yalnız sosial vəzifələr prosesində şəxsiyyətə çevrilir və onun bütövlükdə şəxsiyyət olmasının səviyyəsi sosial şəraitdən (iqtisadi, siyasi, mədəni) asılıdır.

Psixologiyada şəxsiyyətə insanın sosial fəallığı ilə idarə olunan psixikanın fərdi xassələri kimi baxılır. İnsanın sosial davranışı da başqa bir mürəkkəb davranış sistemləri kimi xarici və daxili şərtlərin qarşılıqlı əlaqələri ilə müəyyən edilir. Xarici səbəblər daxili əlaqələr vastəsilə hərəkət edir [1, s 99].

Birgə fəaliyyət prosesində şəxsi əlaqələr və işguzar xarakterli münasibətlər sayəsində tədricən bir-birinə hiss, rəğbət qarşılıqlı maraqlardan ibarət əlaqələr ortaya çıxır, yəni qeyri-formal əlaqələr yaranır. Bu prosesi idman qrupunda, komandada insan tələbatının hərəkətverici qüvvəsini, istiqamətləri dəyərlər sistemini nəzərə almadan müzakirə etmət olmaz. İnsan tələbatının strukturu mürəkkəb və çoxcəhətlidir.

Bunlara aşağıdakıları aid etmək olar:

*Birinci* – fiziki tələbatlar: qida, geyim, mənzil sağlamlıq və s.

*İkinci* – ərzaq, rahatlıq, moda və s. keyfiyyətləri ilə bağlı olan tələbatlar;

*Üçüncü* – bəzi qruplara aid olmaq, tanınma, səlahiyyət, başqalarından hörmət tələb etməyə tələbat;

*Dördüncü* – idraki tələbatlar: bilik, intellektual və psixoloji inkişaf;

*Beşinci* – (yüksək) səviyyə-öz qabiliyyətlərinin, yaradıcılıq işlərinin təzahüründən sonra özünü ifadə etmək, yaradıcılıq, müstəqillik, özünü təsdiq etməyə olan tələbatlar.

Müxtəlif tələbatlar daxilən öz aralarında bir təbii sistemə bağlıdırlar və idman komandasının hər bir üzvü üçün fərqli intensivlik və xarakter daşıyır.

Beləliklə, idman komandalarında şəxsiyyətlərarası münasibətlərin yaranması və formalaşması rəsmi təşkilatların ümumi qanunlarına uyğun olaraq baş verir və bir neçə mərhələyə bölünə bilən mürəkkəb, lakin həmişə birmənalı olur.

- 1) tələbatların ortaya çıxması və dərk edilməsi;
- 2) tələbatın yaranmış ehtiyacları təmin edə bilən bu və ya digər fəaliyyətə davamlı marağa çevrilməsi;
- 3) onların tələbatlarını qarşılamaq üçün iştirak etmələri lazım olan fəaliyyət tələblərinə

- uyğun bacarıqlarını müqayisə etmək və qiymətləndirmək;
- 4) yaranmış təlabatı təmin edəcək fəaliyyətlərin tapılmasına yönəldilmiş davranış motivinin formalaşdırılması;
  - 5) fəaliyyət müddətində məşqçi və idmançılarla əlaqələr qurmaq; təlabatların ödənilməsinə kömək edən formal əlaqələrin yaranması;
  - 6) formal münasibətlər əsasında rəğbət, dostluğa üstünlük vermə, ümumi maraq və meyllərin ortaya çıxması; qeyri formal əlaqələrin formalaşdırılması.

*Qarşılıqlı münasibətlərin növləri:*

İdman fəaliyyətindəki münasibətlər idmançılar arasında müsbət və ya “idmançı-idmançı” sistemində qarşılıqlı münasibətlər və idmançı ilə məşqçi və ya məşqçi-idmançı sistemindəki münasibətlərə bölünür [2, s 101].

Əgər məşqçi “oyunçudursa”, itaətkarlığı təmin etmək üçün bir çox əxlaqi və pedaqoji xüsusiyyətlərə malik olmalıdır ki, şəxsiyyətlər arasında münasibətləri saxlaya, özünə qarşı münasibətdə açıq-saçıqlıq və təklifsizliyin vaxtında qabağını ala bilsin.

Belə bir vəziyyətdə məşqçiyə yalnız öz hərəkətlərini deyil (texniki və taktik), öz nəzarəti altında olanların hərəkətlərini, həm də tam mənası ilə özünün və hər kəsin bütün jestləri, sözləri hərəkətləri, yəni şəxslər arasında münasibətləri formalaşdıran nə varsa hamısını izləmək lazımdır. Ancaq münasibətlərdəki şiddət və məsafənin qorunması, məşqçinin qrupdan təcrid edilməsinə, hiss və emosiyalardan uzaq, əlçatmaz bir insan kimi formalaşmasına yol verməməlidir. Xeyirxahlıq və idmançının taleyində iştirak, tələbəsini anlama bilmək və ona sözdə və ya əməldə kömək etmə bacarığı, tələbdə ardıcılıq, ədalətlik – bunlar məşqçinin idmançıların ona hörmət duyğusunu formalaşdıran şəxsi keyfiyyətlərinin tam siyahısı deyil.

Nəticədə, “məşqçi-idmançı” sistemində doğru əlaqələrin qurulmasının bacarıqla əlaqəli son dərəcə mürəkkəb və həssas bir məsələ olduğunu söyləmək lazımdır ki, burada da çoxu həm məşqçinin həm də tələbənin şəxsi keyfiyyətlərindən asılıdır. Bundan əlavə, əlaqələr obyektiv (yaş, gender, idmançının səviyyəsi, mövcud məşqdə keçirilmiş vaxt) və subyektiv

amillərin təsirlərinə (məşqçi və idmançıların mədəni və intellektual inkişaf səviyyəsi, liderlik tərz, psixoloji uyğunluq, dəyərlər və dünyagörüş sisteminin eyniliyi və s.) meyllidir.

Müasir idman növlərində məşqçinin rolu əhəmiyyətli dərəcədə artmışdır. Təlim kursu ilə gündə 6-7 saat müddətlə məşğul olan məşqçi tələblərinə hərtərəfli bələd olmaq, xarakterinin bütün xüsusiyyətlərini öyrənmək, məşq və yarışların ekstremal şəraitində psixi vəziyyətə düzgün təsir etmək imkanı əldə edir. Bununla yanaşı bu və ya digər tərəfdən daima duyğuların müşayiət etdiyi uzunmüddətli birgə iş “məşqçi – idmançı” sistemində şəxslər arasında münasibətlərə böyük tələblər qoyulur.

Məşqçilərin tələbləri və dəyərlər sistemi müəllim və tələbə arasında müsbət əlaqələrin yaradılmasında çox vacib amillərdir. Əslində, məşqçi öz xüsusiyyətləri və qabiliyyətləri sayəsində onun bütün konsepsiya və fikirlərini, planlarını və niyyətlərini həyata keçirə biləcək, cəmiyyətdə daha yüksək statusa sahib olmaq arzusu ilə bağlı olan tələblərini qarşılaya biləcək tələbələr seçir.

Şəxsiyyətlər arasında münasibətləri müəyyən edən mühüm amillərdən biri məşqçi və idmançıların bir-birinə olan münasibəti haqqında məlumatdır. Araşdırmalarımız göstərir ki, əgər məşqçi tələblərin hamısından və ya bir neçəsindən özünə qarşı mənfi rəftar görərsə, onların mənfi fikirlərini peşəkar və şəxsi keyfiyyətlər vastəsilə bilir, onda bir qayda olaraq, bu cür tələbələrə mənfi münasibət göstərir. Baxmayaraq tələbələrin şəxsi və idman keyfiyyətlərini obyektiv qiymətləndirmə zamanı aydınlaşdırır ki, məşqçinin bunun üçün heç bir səbəbi yoxdur.

Əlbətdəki tələbələrin xarakterinə məşqçi tərəfindən qəbul edilən cins, yaş, peşəkarlıq səviyyəsi və s. kimi amillər də öz təsirini göstərir. İdmançının məşqçiyə münasibətini əsaslı şəkildə müəyyən edən amillərə, olara məşqçinin necə davrandığı haqqında təsəvvürləri də aid etmək lazımdır. Bu arada, məşqçinin tələbləri ilə necə davrandığı və şagirdlərin məşqçinin olara münasibətini necə təsəvvür etməsində yaxın bir əlaqə vardır. Məşqçinin onların şəxsi və idman keyfiyyətlərini yüksək qiymətləndirdiyini təsəvvür edən idmançılar, öz növbəsində məşqçinin də şəxsi və peşəkar keyfiyyətlərini

yətlərini yüksək qiymətləndirirlər. Və ya əksinə [3, s 57].

İdman qruplarında aparılan bir sıra tədqiqatlar onlar arasında yoldaşlarından, hər kəsdən daha çox rəğbət, hörmət və etimada sahib olan insan olduğunu müəyyən etməyə imkan verdi. Bunlar komandanın liderləridir. Bununla yanaşı komandalarda bir qayda olaraq, heç bir səlahiyyətdən istifadə etməyən idmançılar da vardır. Bundan başqa, onlar çox vaxt neqativ şəkildə yanaşır, uzun sürən əlaqələrdən qaçmağa çalışır, onlarla məcburi ünsiyyət saxlayır, onların fikrinə və mülahizələrinə qulaq asmırlar. Bu qrupun autsayderləridir. Bu iki kateqoriyadan başqa orta, aralıq mövqe tutan idmançılar da var. Onlar liderlər kimi tanınmış deyillər, lakin autsayderlər kimi də onlara etinasızlıq göstərmirlər.

Komandada bütün münasibətlər hər bir üzvün statusunu nəzərə alaraq formalaşır. Ünsiyyətdə olan şəxslər təxminən eyni statusa malik olduqda, onlar davamlılığı ilə xarakterizə olunurlar. İdmançıların məşq təlimlərinin olduqca fərqli ixtisaslaşdırmalarla birgə həyata keçirilməsi onların ruhi vəziyyətinə mənfi təsir göstərir. Liderlər üçün bu müvəffəqiyyətlə yerinə yetirilmiş elementlərdən, texniki üsullardan həzz almaq və sevinmək hissənin itirilməsi, marağın aşağı düşməsi, emosional əhval ruhiyyənin və məşq etmək istəyinin azalması ilə bağlıdır. Ünsiyyətin formal sferasında tərəfin öz seçimini onunla izah edirlər ki, aşağı dərəcəli idmançılarla məşq etmək maraqsızdır, çünki onların hərəkətlərində çoxlu texniki çatışmazlıqlar var, onlar tapşırığı sürətlə yerinə yetirirlər və s. [4, s 39].

Autsayderlər qrupun liderləri ilə rəqabət və təlim məşqlərini yerinə yetirmək istəmədiklərini onunla izah edirlər ki, liderlər onların hərəkətlərinə maneə törədir, psixikaya ağır ağır təsir edir, özlərinin bəzi fikir və narazılıq ifadələri ilə əsəbilik və qərarlılığa səbəb olurlar. Buna görə də, həm liderlər həm də autsayderlər iştirak etdiyi müsabiqələrdə, autsayderlərin düşüncələri qarşısındakı texniki tədbirlər və nəticələrə deyil, müvəffəqiyyət şansını müqayisə etmək, öz imkanlarını qiymətləndirmək, yaxın insanların, tamaşaçıların və s. reaksiyası üzərində cəmlənir.

Beləliklə, bir idmançı statusunun formalaşmasına təsir göstərən idmançı bacarığının inkişafı, öz növbəsində status dəyişikliyindən asılıdır. Qurupda aşağı mövqe tutan idmançının hazırlığının baş verdiyi mənfi emosional mühit, psixoloji narahatlıq onun ruh halına mənfi təsir göstərir, sinir və həyacan yaradır, nəticədə məşqlərin məhsuldarlığına təsir göstərir. Sonda da nəticələr pisləşir, idman bacarığının səviyyəsi enir.

Qrupdakı qarşılıqlı əlaqələri dəyişməyə başlayanda, gələcək psixoloji və pedaqoji işlərə təsir edən üç ən vacib anı xatırlamaq lazımdır. Hər şeydən əvvəl, bir idmançının qabiliyyəti, spesifik idman keyfiyyətlərinin olmasıdır. Texniki məşqçinin və komandanın təsvir etdiyi fəaliyyət çox zəhmətlidir, böyük bir fədakarlıq tələb edir və buna görə də yalnız o vaxt təsdiqini tapa bilər ki, şəxslərarası təcrid edilmiş idmançı istedad və bacarığını, iştirakına olan diqqətə layiqdir. Belə idmançı üçün əlverişli şərait yaratmaqla komanda gələcəkdə onun göstərəcəyi nəticələrin komanda üzvünün ehtiyaclarına cavab verəcəyinə ümid edir. Əgər onun bu idmanda bacarığı yoxdursa və komandaya idmançı kimi qiymət vermirsə, çətin ki, statusunun da dəyişdirilməsində müəyyən fəaliyyət göstərə. Belə bir vəziyyətdə məşqçi yalnız bərqərar edilmiş psixoloji tarazlığın pozulmamasına, münaqişənin olmasına nəzarət etməlidir. Zəif idman bacarığına görə autsayderlər srasına düşən bir idmançı ya qrupu özü tərk edəcək və ya dost söhbətindən və məşqçinin məsləhətindən sonra başqa bir idman növü seçəcəkdir.

Nəticə etibarilə söyləmək lazımdır ki, aşağı psixoloji statusa malik və ya illuziyada olan şəxs üçün əlverişli sosial psixoloji mühitin yaradılması, bəzən onların idman bacarıqlarının inkişafı və yüksəlməsi üçün zəruri olan metodik üsul ola bilər [5, s 121].

Pedagoji təsirlərin təsvir edilmiş halları yalnız təlimçilər tərəfindən praktik iş üçün tövsiyə olunan bir sxem kimi nəzərdən keçirilməlidir. Təbii ki idman həyatının çeşidliliyi, hər bir halda idmançı məşqçilərin fərdi və şəxsi xüsusiyyətlərini əks etdirən müxtəlif vəziyyətlərin çoxluğu, şəxslərarası münasibətləri dəyişmək üzrə ciddi üsullar verməyə imkan vermir.

Ancaq prinsip etibarı ilə icraçıların xüsusiyyət və cəhətlərinin spesifikasiyasını nəzərə alaraq həyata keçirilən bu iş, mümkün olmaqla yanaşı, həm də məqsədə uyğundur.

### ƏDƏBİYYAT

1. Həsənlı S. *Psixologiya*. Bakı 2013 s.193-206.

2. Prof. S.İ. Seyidov və prof M.Ə.Həmzəyevin elmi redaktorluğu ilə. Bakı 2007.

3. Əliyev N. *Ümumi Psixologiya*. Bakı 2020.

4. Mamayeva N.Ə., Babanlı Y.M. *Şəxsiyyətin fərdi xüsusiyyətləri*. Dərs vəsaiti, Bakı, 2016, 60 s.

5. Müəllim-məşqçi hazırlığının pedaqoji-psixoloji xüsusiyyətləri. Dərs vəsaiti, T.İsmayilov; B.Cabbarlı, Bakı 2015, 156 s.

## УСТАНОВЛЕНИЕ И СТАНОВЛЕНИЕ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Н.Г. Касимова

*Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта*  
Кафедра Социальных наук  
[naila.gasimova@sport.edu.az](mailto:naila.gasimova@sport.edu.az)

**Аннотация.** Поскольку люди живут и работают вместе, между ними возникают произвольные отношения. Эти отношения называются межличностными отношениями в социальной психологии. Деятельность и коммуникативные процессы играют важную роль в формировании взаимоотношений. Межличностные отношения - это тенденции, ожидания, стереотипы и т. д., которые люди воспринимают и ценят друг в друге. Этот процесс осуществляется с по-

мощью различных коммуникаций, дорог и пространств. В процессе совместной деятельности (в спортивной группе), благодаря личным и деловым отношениям, постепенно возникают отношения взаимного интереса. Этот процесс считается движущей силой и направлением человеческого спроса в спортивной группе.

**Ключевые слова:** *стереотип, эмоциональное состояние, напряжение, эмпатия, интеллектуальный.*

## ESTABLISHMENT AND FORMATION OF INTER-PERSONAL RELATIONS IN SPORTS ACTIVITIES

N.G. Gasimova

*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*  
Department of Social Sciences  
[naila.gasimova@sport.edu.az](mailto:naila.gasimova@sport.edu.az)

**Annotation.** There is an involuntary relationship between people as they live and work together. In social psychology these relationships are called interpersonal relationships. Activities and communication processes play an important role in the formation of mutual relations. Interpersonal relationships are the tendencies, expectations, stereotypes, etc. that people perceive and value in each other. This process is carried out with the help of various

communications, roads and spaces. In the process of joint activity (in a sports group), due to personal and business relationships, a relationship of mutual interest gradually emerges. This process is considered to be the driving force and direction of human demand in the sports group.

**Keywords:** *stereotype, emotional state, tension, empathy, intellectual.*