

İDMAN KOMANDALARINDA QARŞILIQLI MÜNASİBƏT

dos. İ.S. Əliyev, dos. N.M. İbrahimova, dos. P.N. Quliyev

Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası
“İdmanın oyun növləri” kafedrası

ilgar.aliyev@sport.edu.az, nigar.ibrahimova@sport.edu.az, parviz.guliyev@sport.edu.az

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 1 oktyabr 2020

Dərc olunub: 5 noyabr 2020

© 2020 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya: münasibətlərin formalaşmasının ictimai-psixoloji əsaslarını, həmçinin, münasibətli vəziyyətlərin yaranma və normallaşmasını bilmək, məşqçinin idman komandasını idarə etməsənə, eyni zamanda, bütün kollektivin fəaliyyətini daha effektiv etməyə kömək edir.

Qarşılıqlı münasibətlərə, onların amillərini şərtləndirən nöqteyi-nəzərdən baxaraq, faktiki materialın az olduğunu qeyd etmək lazımdır. Ancaq apardığımız araşdırmalar bu problemin ətraflı müzakirəsinə mane olmadan daha intensiv və hərtərəfli tədqiqatlara təkan verəcəkdir. İndi etiraf etmək lazımdır ki, məşqçilər idmanın, xüsusilə ictimai psixologiyası sahəsində işləyən psixoloqlar qarşısında borcludurlar. İdman yarışlarında nəticələrin artması hal-hazırda böyük həyəcan və enerji sərf etməklə əldə edilir. Həmçinin, bu, yalnız idmançıya deyil, məşqçi və komanda yoldaşlarına da aiddir. Komandada münasibətlər gərginləşdikdə, ictimai-psixoloji iqlim münasibətlərlə, qarşılıqlı iddialar və s. ilə xarakterizə olunduqda çətinləşir. Tətbiqi elm kimi idmanın sosial psixologiyasının məqsədi bu problemin həllində öz yeri və vəzifəsini tapmaqdadır.

Aparılan təhlil əsasən, idmançının özünü tərbiyələndirmə sxemi hazırlanıb, məşqçiyə tərbiyə işi və idman komandası üzvləri arasında münasibətlərin normallaşdırılması ilə bağlı təkliflər verilmişdir.

Açar sözlər: *komandalarda qarşılıqlı münasibət, idman qruplarının əlamətləri, qarşılıqlı uzlaşma, münasibətlərin diaqnostikası, şəxslər arası ünsiyyət, psixoloji-pedaqoji təsirlər.*

Yüksək mənəvi və əxlaqi atmosferin yaradılması məsələsi, bütün sahələrdə olduğu kimi idman fəaliyyəti üçün də zəruridir. İdman kollektivində yaxşı ictimai-psixoloji iqlim yaratmaq, yalnız idman meydançasında müvəffəqiyyət əldə etmək deyil, həmçinin öz aralarında şəxsiyyət kimi həmahəng olan üzvlərdən ibarət komanda yaratmaq, kollektivdə düzgün münasibətlər qurmaq böyük məharət və pedaqoji fəaliyyət tələb edir.

Münasibətlərin formalaşmasının ictimai-psixoloji əsaslarını, münasibətli vəziyyətlərin yaranma və normallaşmasını bilmək, idman komandasını idarə etmək məşqçiyə bütün kollektivin fəaliyyətini daha effektiv etməyə kömək edir.

İdmanla məşğul olma motivasiyası probleminin öyrənilməsi göstərdi ki, qrup üzvlərini ümumi tapşırığın yerinə yetirilməsində iştirak etməyə məcbur edən bütün motivləri şərti olaraq iki növə bölmək olar: məqsədə çatmaq motivi və münasibət motivi. Bir növün olması digərinin tam olmaması demək deyil; məsələ ondadır ki, hansı qarşılıqlı münasibətdə motivlərin bu növləri şəxsə aiddir.

İdmançıların məşqçiyə münasibətini əsaslı şəkildə müəyyən edən amillərə, onlara məşqçinin necə davrandığı haqqında təsəvvürləri də aid etmək lazımdır.

Bu arada, məşqçinin məşğul olanlarla necə davrandığı və yetirmələrin məşqçinin onlara 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 yüksək qiymətləndirirlər. Və əksinə. Lakin, məşqçi tərəfindən tələbələrin doğru qiymətləndirilməməsi, məşqçinin onlara münasibəti haqqındakı təsəvvürlərində olan mövcud qiymətləndirmə ilə uyğun gəlmir. İdmançılar, əksinə,

bütün hallarda məşqçilərini daha yüksək qiymətləndirirlər.

İdmançıların məşqçiyə münasibətini müəyyən edən əsas amillərdən biri, məşqçinin tələbləri özünün idmana olan tələbi ilə təmin etmək qabiliyyətidir. Əgər söhbət bu tələblərdən gedirsə, onda öz tələblərinə böyük idman nəticələrinə nail olmağa kömək edən məşqçinin peşəkar keyfiyyəti yüksək dəyərə layiq görülür. Əgər idmanla əlaqəsi olmayanların razılığından söhbət gedirsə, onda idmançılarda simpatiya və hörmət hissələrini mövcud tələbləri maksimum dərəcədə ödəyən məşqçi yaraadır.

Formal və qeyri-formal sahələrdə tələbləri razı salan məşqçi tələblərindən xüsusi həvəs və qətilik avtoriteti ilə istifadə edir.

Müəyyən ictimai-psixoloji qanunauyğunluqlar məşqçilər tərəfindən nə qədər tez mənimsənilsə, praktik nəticədə bir o qədər tez reallaşacaqdır.

İdman qrupu kiçik qrupların növlərindən biridir. Onların qohumluğu bir çox xüsusiyyətləri (qrupların həcmi, formal və qeyri-formal strukturların mövcudluğu, kiçik qrupların əlamətləri və s.) vurğulayır.

İdman qrupu məşqçi, təlimatçı, hakimin nəzarəti altında həyata keçirilən idman fəaliyyətinin ümumi məqsədləri ilə birləşdirilmiş ən azı iki nəfərdən və 25 nəfərdən çox olmayan bir qrup hesab edilir. Bu fəaliyyət vaxt, cins, yaş, qaydalar və normalarla tənzimlənən yüksək fərdi və komanda nəticələrinə nail olmaq üçün fərdi və birləşmiş fiziki cəhdlərlə xarakterizə olunur. Üstəlik, fəaliyyətin məqsədi – yüksək fərdi və komanda nəticələrinin əldə edilməsi idman təşkilatı və ya cəmiyyət üçün ümumi məqsədə zidd olmamalıdır.

Bu baxımdan idman qruplarını və bədən tərbiyəsini ayırmaq lazımdır. Məşğələ, qayda, norma, fiziki cəhdlərlə və yuxarıdan nəzarətin tənzimlənməsinə baxmayaraq, sonuncuların fəaliyyəti böyük idmanda olduğu kimi yüksək şəxsi və ya komanda nəticələrinin əldə edilməsinə yönəlməyib. Bədən tərbiyəsi qrupları sağlamlığı yaxşılaşdırmaq, zehni və fiziki yorğunluqları aradan qaldırmaq, zehni balansını və yaxşı əhval-ruhiyyəni bərpa etmək məqsədi daşıyır.

Bir idman qrupunun strukturu nisbətən qaydaya salınmış və optimal şəkildə bir-birinə bağlı infrastruktur şəbəkəsi (dərəcə, rol, şəxslərəarasılar və s.) kimi müəyyən edilə bilər. Bu infrastrukturun hər biri və idman qrupunun strukturu bütövlükdə formal və qeyri-formal şəkildə bölünür, çünki bu strukturlar formal və qeyri-formal qrupların əsasını təşkil edir.

Beləliklə, formal təşkilat kimi idman qrupunun və ya komandanın optimal sayı qarşıda duran məsələlər və müsabiqənin qaydaları əsasında nəzərdə tutulmuşdur.

İdman qrupuna kiçik qrupları xarakterizə edən bəzi xüsusiyyətlər məxsusdur. Bu xüsusiyyətlərə aşağıdakılar daxildir: 1) qrupun özünəməxsus xüsusiyyətləri, digər qruplarla bağlı bir sıra qərarı; 2) birlik, "biz" hissənin olması; 3) qrup üzvlərinin davranışı üzərində nəzarət; 4) mövqe və rol (qrup hər bir üzvünə qrupdakı mövqeyinə görə müəyyən bir rol verir); 5) qrup üzvlərinin iyerarxiyası; 6) konformizm; qrupda mövcud olan norma, vəzifə və qaydaları bölüşdürməyə hazırlıq və uyğunlaşma qabiliyyəti; 7) könüllü şəkildə qrupa giriş və çıxış; 8) qrupun optimal həcmi saxlamaq arzusu; 9) yaxınlıq (qrup üzvləri hər kəsin həyatının şəxsi və intim tərəflərini kifayət qədər bilirlər); 10) sabitlik; 11) xasiyyətnamə, qrupa daxil olan hər bir üzvün cəlbədiciliyi, cəlbədicisi olaraq qəbul edilən kimi hərəkət etməyə cəhd etmək; 12) qrupda şəxsin hiss və arzularını təmin edən və ya etməyən psixoloji vəziyyət. Bundan əlavə, idman qrupu bəzi xüsusiyyətlərə malikdir: yüksək fərdi və komanda idman nəticələrinə nail olmağa meyl; rol fəaliyyətlərinin spesifikasiyi; üzvlərinin nisbətən bərabər yaş və ixtisas dərəcəsi; cinsi şəxsiyyət (bəzi idman növləri istisna olmaqla); qrupa qoşulma və sonra da onda mövcud olma motivlərinin spesifikasiyi; təşkilatın spontanlığı. Bu əlamətlərdən (məsələn, rol fəaliyyətlərinin spesifikasiyi) bəziləri, kosmik gəminin, təyyarənin komandası kimi başqa kollektivlərin də səciyyəvi xüsusiyyətlərini göstərə bilər.

Olimpiya oyunları da daxil olmaqla ən böyük idman yarışlarında mükafatı idmançı və ya komanda yalnız rekord göstərdiyi və ya rekord nəticələrə yaxın olanda qazana bilər. Təbii ki, bu müvəffəqiyyətlər bədənə uzun-

müddətli, monoton və kəskin təlim yüklərinin təsirləri olmadan düşünülə bilməz.

İndi təkcə rəqabət deyil, həm də super-intensivliyi və əlavə həcmi ilə təlim fəaliyyəti həddindən artıq həssas hesab edilməlidir. Nəzəriyyəyə görə, belə fəaliyyət ayrı-ayrı idmançılarda, eləcə də bütövlükdə komandada zehni gərginlik yaradır. Bu gərginliyi aradan qaldırmaq və ya heç olmasa azaltmaq məşqçi və idmançıların fəal iştirakını tələb edən son dərəcə çətin bir məsələdir. İctimai-psixoloji tədqiqatlar inandırıcı şəkildə göstərir ki, təlim və rəqabətin müxtəlif stresli təsirləri (təlim və rəqabət), idmançı və məşqçi arasında müsbət əlaqələr psixoloji rahatlıq şəraitində, normal sosial-psixoloji iqlim şəraitində baş verərsə, əhəmiyyətli dərəcədə azala bilər.

Deyilənlər heç bir şəkildə münaqişəsiz şəxslərarası münasibətlər, mülayim psixoloji atmosferin yaradılması, mərhəmət və qarşılıqlı heyranlıq vəziyyəti kimi şərh edilə bilməz. Qətiyyətlə. İdmanda münaqişə nadir hal deyil. Demək olar ki, idman mövcud olandan münaqişə də var. İdmançıların fərdi və ya komanda yarışları həmişə bir rəqabət, münaqişədir. Əzələlərin gücü və intellekt, strategiya və taktika, müxtəlif fikir və qənaətlər, idmançının imkanlarını reallaşdırması üsullarına məşqçilərin fikirləri rəqabət aparırlar.

Çox vaxt münaqişə yarış və məşq fəaliyyəti nöqtəyi-nəzərindən idmançılar arasında, məşqçi və idmançılar arasında dözümlü neqativ münasibətlərə keçərək, qeyri-formal sferaya çevrilir.

Xüsusən idmançılarla məşqçi arasındakı münaqişələr diqqəti çəkir. Belə münaqişələr heç bir şeylə əvəz olunmur. Belə hallarda idmançılar fikir ayrılığında qalırlar: ya məşqçidən ayrılmaq, ya da öz komandasını bəzən də idmanı tərk etmək və ya əlaqələri qaydaya salmağa cəhd etmək. "Məşqçi –idmançı" sistemindəki uzunmüddətli qarşıdurma, zehni gərginlik, nevroz, hərəkətdə balansın olmaması və bunun nəticəsi olaraq idmançı performansın tədricən aşağı düşməsi ilə bağlı narazılığa səbəb olur.

İdmançılar arasında müsbət əlaqələrin pozulması da psixikaya, əsas fəaliyyətə münasibətə mənfi təsir göstərir. Bununla yanaşı, komanda üzvləri ilə münaqişə digər insanlarla

ünsiyyət quraraq kompensasiya edilir və bir çox səbəblərə görə daha asan dözmək olur[4].

Birincisi, ona görə ki, bu əsasən yaş, cinsiyyət, bacarıq, təhsilinə görə bərabər olan insanların münaqişəsidir (hörmətli və etibarlı bir dostla qarşıdurma çox iztirab verə bilər).

İkincisi, bir və ya iki yoldaşla münaqişə idmançını aktiv olaraq komandada həmfikir və yeni dostlar axtarmağa məcbur edir. Bir qayda olaraq onlar tapılır və idmançı uzun müddət kəskin tənhalıq yaşamır, yəni "ictimai məhrumiyyət" in təsirindən çıxır.

Üçüncüsü, dostları ilə "kommunikativ homeostazi" pozan bir idmançının (ünsiyyətdə tarazlıq, rabitə) həmişə tənhalıqdan bir çıxış yolu vardır – məşqçi ilə ünsiyyətdə dil tapmaq.

Burada idman qrupları və komandalar arasında şəxslərarası münasibətlərin müxtəlif formaları barədə verilən ümumi fikirlər idman nəticələrinin dinamikası ilə bağlı olaraq münasibətlərin hər bir növünün ətraflı təhlilinə imkan verir.

İdman komandalarında şəxslərarası 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 tələbatı təmin edə biləcək fəaliyyətlərin tapılmasına yönəldilmiş davranış motivinin formalaşdırılması;
- 5) fəaliyyət müddətində məşqçi və idmançılarla əlaqələr qurmaq; tələbatların ödənilməsinə kömək edən formal əlaqələrin yaranması;
- 6) formal münasibətlər əsasında rəğbət, dostluğa üstünlük vermə, ümumi maraq və meyllərin ortaya çıxması; qeyri-formal əlaqələrin formalaşdırılması.

İdman qrupundakı münasibətlər idmançılar arasında münasibət (üfiqi səviyyə) və ya "idmançı – idmançı" sistemində qarşılıqlı mü-

nasibətlər və idmançı ilə məşqçi (şaqli səviyyə) və ya “məşqçi – idmançı” sistemindəki münasibətlərə bölünür [1].

Qarşılıqlı münasibətlərin bu növlərindən hər biri öz növbəsində formal və qeyri-formal ola bilər.

“İdmançı – idmançı” və “idmançı – məşqçi” sistemlərində formal əlaqələr öncədən “proqramlaşdırılmışdır” və fəaliyyətin tələbləri ilə müəyyən edilir, ona ümumiyyətlə, idmanın hər bir növü üçün məlum olan vəzifə və “ssenarilər” daxildir. Bu sistemlərdə qeyri-formal sahədə əlaqələrin necə cəmləndiyini proqnozlaşdırmaq çox çətin, çünki onların inkişafı tənzimlənməmiş simpatiya və antipatiyalar, üstünlüklər, ümumi maraq və həvəslər əsasında öz-özünə baş verir. Bəzi məşqçilər, xüsusilə yeni başlayanlar üçün qeyri-formal əlaqələr tez-tez məşqçinin ikili mövqe tutan fəaliyyətinin mahiyyətinə görə mühüm çətinliklər yaradır: bir tərəfdən o, liderdir, kollektivin hərəkət strategiyasını təyin edən və planlaşdıran bir şəxsdir; digər tərəfdən, o bu kollektivin bərabərhüquqlu üzvüdür. Bu vəziyyət bəzən komandanın məşqçisi “oyun məşqçisi” kimi çıxış etməli olanda daha da çətinləşir. Bu vəziyyətdə məşqçi və idmançılar arasında sərhəd çox mürəkkəb ola bilər ki, bu da intizamın azalması, rejimin pozulması, öz hərəkətlərinə görə məşqçinin qarşısında cavab vermək istəyinin olmaması və s. səbəb ola bilər. Əgər məşqçi “oyunçudursa”, itaətkarlığı təmin etmək üçün bir çox əxlaqi və pedaqoji xüsusiyyətlərə malik olmalıdır ki, şəxsiyyətlərarası 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 olanlarının hərəkətlərini, həm də tam mənası ilə özünün və hər kəsin bütün jestləri, sözləri, hərəkətləri, yəni şəxslərarası münasibətləri formalaşdıran nə varsa hamısını izləmək lazımdır. Ancaq münasibətlərdəki şiddət və məsafənin qorunması, məşqçinin qrupdan təcrid edilməsinə, “bütün düymələri düymələnmiş”, 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 məşqçidə 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.) meyillidir.

Qarşılıqlı münasibətlərin idman fəaliyyətinin effektivliyinə təsiri

Daha əvvəl qeyd edildiyi kimi, idman komandalarının qarşılıqlı əlaqəsi üfqi (“idmançı - idmançı”) və şaquli (“idmançı - məşqçi”) əlaqələrə bölünür.

Əlaqələrin xarakteri fərdi idmançıların və bütün komandanın fəaliyyətinin səmərəliliyinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir. Lakin bu təsir rəqabətin təzahürü və idman sahəsində birgə əməkdaşlıq baxımından nəzərdən keçirilməlidir.

Bəzi idman növlərində (qılıncoynatma, güləş, boks, və s.) komanda üzvləri arasında birbaşa əməkdaşlıq yoxdur, digərlərində (futbol, həndbol, basketbol və s.) bu amil maksimuma çatdırılır. Bununla yanaşı fərdi idman növlərində idmançılar komandada uğur qazanmaq üçün birgə fəaliyyət göstərməsələr də, matç görüşlərində, çempionatlarında, Kubok yarışlarında və s. komandanın hər bir üzvü yalnız şəxsi qələbə qazanmaq üçün deyil, həm də uğurlu çıxışı ilə komandanın qələbəsinə mümkün qədər çox xal qazandırmaq üçün təşəbbüs göstərir. Bu baxımdan fərdi komanda üzvlərinin fəaliyyəti əlbəttə ki birgə əməkdaşlıq şəklindədir.

Rəqabət faktoru burda olduğu kimi, başqa idman növlərində də əsas tərkibdə yarışlarda iştirak etmək hüququ əldə etmək, yer tutmaq uğrunda mübarizə ilə əlaqədar görünə bi-

lər. İdmanda rəqabət və birgə əməkdaşlıq gündəlik hadisələrdir və bu səbəbdən də şəxslərarası münasibətlərin komanda işinin effektivliyinə göstərdiyi təsirə bu hadisələri nəzərə alaraq baxmaq lazımdır. Bu, yalnız müsabiqəyə deyil, həm də təlim prosesinə aiddir[3].

Qoşa startlarda göstərilmiş vaxt tək startlar vaxtıyla müqayisə edilirdi, mövcud fərqlər isə startda olanların şəxslərarası münasibətlərinin xarakteri ilə müqayisə edilirdi.

İdmançıların şifahi hesabatı şəxslərarası əlaqələrin psixologiyasında məlum həqiqətlərdən birini təsdiq edir. Qeyri-formal əlaqələrin yüksək səviyyəsi təklifsizliyə səbəb olduğu zaman, tapşırığın yerinə yetirilməsində özünə və yoldaşlarına qarşı tələbkarlıq hissənin azalmasına, nəticəyə laqeyd münasibətə gətirib çıxarır.

Bir-birinə güclü rəğbət bəsləyən şəxslər üçün ən tipik şifahi hesabatda bildirilir ki, tərəflərdən biri startdan əvvəl "yaxşı vaxtı keçirməyi düşünmürdü, çünki öz dostuna uduzmaq da olar" fikrini söyləyir. Digər tərəf, yoldaşının nə dediyindən xəbərsiz deyir: "Əlbəttə ki, daha yaxşı bir başlanğıc etmək istərdim, amma qazanmaq üçün xüsusi bir istək yox idi. Mən məğlub olsaydım da, üzülməzdim".

Bu, qeyri-formal münasibətlərin formalı "aşdığı" bir haldır. O zaman məşqçinin təcili müdaxiləsi tələb olunur. Bəzi hallarda söhbət və ciddi tənqidlər faydalıdır, bəzilərində oyunçunun yerini dəyişdirmə, digərlərində isə münaqişəni provokasiya etmək lazımdır. Hər şey birgə fəaliyyətin bütün nəticələr üçün əhəmiyyətindən və yaranmış qarşılıqlı əlaqələrdə hadisələrin gedişatından asılıdır. Eksperimentin göstərilən məlumatlarını, əlbəttə, rəqabət edən dostlar üçün bu fəaliyyətin və onun nəticələrinin dəyəri nöqtəyi-nəzərindən təhlil etmək lazımdır.

Rəqabət təlimdə olarsa və nəticələr tamamilə rəqiblərin şəxsiyyətinin əxlaqi və mənəvi aspektlərinə təsir etmərsə, təxminən təcürübədə olduğu kimi bir mənzərə yaranacaqdır. Əgər rəqabət edənlərin fəaliyyətinin nəticələrindən komandanın əsas tərkibinə düşmə, müəyyən idman normativlərinin yerinə yetirilməsi, yarışlarda iştirak, müxtəlif mükafatların alınması və s. asılıdırsa, onda fəaliyyətin lap əvvəlindən mərhəmət münasibətlərdən tama-

milə çıxarılacaqdır. Sosiometrik seçkilərdə bir-birini rədd edənlərin şifahi hesabatları müsbət seçkilər zamanı verilən cavablardan əhəmiyyətli dərəcədə fərqlənirdi. D idmançısının belə münasibətlərdən irəli gələn hesabatı daha səciyyəvidir: "K ilə yaxşı yola getmirik. Nə mən, nə də qızlar onunla dost deyilik, tez-tez münaqişə edirik və həqiqətən startı ondan qazanmaq istəyirik. Niyə? Bəli, prinsipləndən! Ona məğlub olmaq? Heç bir vaxt!"

Münaqişəli şəxslərarası münasibətlər təcavüzkar davranışı formalaşdırır, idmançının fəaliyyətini aktivləşdirir, onu uduşa, rəqibin üzərində qələbəyə yollar axtarmağa məcbur edir, çünki sparringdə və ya ədavət hissəyə səbəb olan insanla rəqabət fəaliyyətin istənilən aktında müvəffəqiyyət, hər şeydən əvvəl yaralanmış mənliliyin təmin olunması, öz statusunun yüksəlməsi yollarından biri, onlar üzərində öz üstünlüyünün nümayişidir.

İdman təcrübəsi münaqişə vəziyyətində olan şəxslərin bir-birinə üstün gəlmək üçün bütün fiziki və mənəvi güclərini tək-cə məşqlərdə deyil, həmçinin müsabiqələrdə səfərbər etmək nümunələri ilə zəngindir. Həm də onlar üçün artıq hansı nəticəni göstərəcəkləri, mükafat yerlərini tutacaqları əhəmiyyətli deyil. Əsas bir-birini məğlub etməkdir[3].

Bu, idmançıların səmərəliliyinin artırılması yollarından (və, əlbəttə, ən asan) biridir. Həqiqətən, bu amilin təsiri altında dərslərə münasibət və nəticələrin yaxşılaşması məşqçiyə xüsusi metodik üsulun hazırlanması üçün əsas ola bilər. Ancaq, birgə rəqabət fəaliyyətinin hansı emosional xərc və əsəb enerjisi tələb etdiyini unutmamaq olmaz. Ona görə də bu üsulla təlim baxımından hər dəfə müraciət etmək lazım deyil: o effektiv və ya pedaqoji cəhətdən səmərəsiz olacaqdır, çünki hər iki tərəf qabaqcadan psixoloji cəhətdən o qədər sarsılacaq ki, yarış şəraitində, fiziki və əqli cəhdlərə bütün emosional potensialı səfərbər etmək lazım gəldikdə, bu və ya digəri buna hazır olmayacaqlar. Beləliklə, idmançıların neqativ münasibətlərindən istifadə etmək, süni münaqişəni yaradarkən olduqca ehtiyatlı olmaq, həddi aşmamaq lazımdır. Unutmamaq olmaz ki, həm idmançı, həm də komanda bütövlükdə xeyirxahlıq, psixoloji rahatlıq şəraitində, dostların və ya heç olmasa maraqlanan

şəxslərin əhatəsində məşq etməyə və ünsiyyət saxlamağa məcburdur. Şəxslərarası münasibətlərdə yüksək mədəniyyətə malik kollektiv sözsüz ki, həmişə yaxşı nəticələrə nail olacaq, amma yenə də məşğul olduğu hər fəaliyyət hamı üçün əhəmiyyətli olmalıdır. Fəaliyyətdə ehtiyac və maraqla əsaslandırılmamış ictimai-psixoloji amillərin özü, son nəticədə lazımlı təsir göstərməyəcəklər.

"İdmançı-idmançı" sistemində şəxslərarası münasibətlərin təhlil edilmiş əlaqəsi fəaliyyətin effektivliyi ilə problemin yalnız bir tərəfidir. Fəaliyyətlərin səmərəliliyinə təsiri baxımından daha vacib olan "məşqçi-idmançı" sistemindəki qarşılıqlı əlaqələrdir. Artıq deyilməmişdir ki, məşqçinin idmançılara münasibəti idmançıların öz əsas fəaliyyətinə münasibətləri, xüsusi atletik və şəxsi xüsusiyyətlərə malik olması ilə əlaqədardır. Bunların olmaması və ya aşağı inkişafı məşqçinin tələbələrə neqativ münasibətinə və nəticədə komandadan və ya qrupdan çıxardılmasına səbəb olur[1].

İdman bacarığı səviyyəsində belə "cərrahi" ölçülər, sözsüz, təsdiq edilmişdir, çünki onlar problemin praktik həllindən başqa heç nə irəli sürmürlər. Qələbəyə nail olmağın vasitə, metod və strategiyalarının axtarışı məşqçini planlarını həyata keçirəcək idmançılar axtarmağa məcbur edir.

İdmançıların məşqçiyə münasibəti onun rəhbərlik tərzindən, peşəkar biliklərinin səviyyəsindən və idmançılara münasibətindən asılıdır. Bu amillərin hər biri ayrı-ayrılıqda və hamısı kompleks halında məşqçi və idmançıların münasibətlərini formalaşdırır, bu münasibətlər isə öz növbəsində, idman nəticələrinin artmasına təsir edirlər. Bu halda münasibətlərin növbəti variantları formalaşa bilər:

1.İdmançıların məşqçiyə pozitiv münasibəti	İdmançıların məşq və yarış fəaliyyətinə neqativ münasibəti	Nəticələrin yüksəlməsi yoxdur
2.İdmançıların məşq və yarış fəaliyyətinə pozitiv münasibəti	Məşqçiyə neqativ münasibətlər	Nəticələrin yüksəlməsi yoxdur
3. Məşqçiyə etinasız, laqeyd münasibətlər	İdmançıların fəaliyyətə etinasız, laqeyd münasibəti	Nəticələrin yüksəlməsi yoxdur

4. Məşqçiyə pozitiv münasibətlər	İdmançıların fəaliyyətə pozitiv münasibəti	Nəticələrin yüksəlməsi vardır
----------------------------------	--	-------------------------------

Bu sxemdən göründüyü kimi, yalnız 4-cü variant idman bacarığının artmasıyla bağlıdır. Bu formulun yarandığı tədqiqatların nəticələri, tələbənin məşqçiyə münasibətinin və idman nəticələrinin dinamikası arasında qeyri-xətti asılılığı göstərdilər. Bu asılılıq təlim-tədris prosesinin məşğələlərdə çalışqanlıq, işləmək qabiliyyəti, məşq etmək arzusu kimi şəxsi keyfiyyətlərinə asılı təsir göstərdi.

Əgər, tələbələr məşqçiyə öz münasibətlərini təxminən 4,9 balla (5 ballıq sistem üzrə) qiymətləndirirdilərsə, onda məşq prosesinə münasibəti isə — 4,27 balla qiymətləndirildilər. Məşqçinin peşəkar və şəxsi keyfiyyətlərinə öz münasibətini təxminən 4 bala qiymətləndirən idmançılar, təlimlərə münasibəti 3,88 balla qiymətləndirildilər.

Başqa sözlə, öz müəlliminə hörmətlə yanaşan və onun nüfuzunu yüksək qiymətləndirən idmançılar, təlim prosesində vicdanlı olurlar, ağır olmasından asılı olmayaraq məşqçinin istənilən tapşırığını yerinə yetirməyə cəhd edirlər. Əlbəttə, təlim illərində artırılmış fəaliyyətə belə münasibət müvafiq dərəcədə qabiliyyət səviyyəsinə uyğunluqda yüksək idman bacarığını əldə etməyə gətirib çıxarmaya bilməz.

Beləliklə, nəticələrin artmasının məşqçiyə münasibətdən asılı olması açıq deyil. O təlim prosesinə münasibətlə müəyyən edilmişdir. Amma mövcud əlaqə birtərəfli deyil: məşqçiyə münasibət nəticələrin artmasına necə təsir edirsə, eləcə də idman bacarığının dinamikası bu münasibətlərə təsir edir. Sabitləşmə və ya nəticələrin azalması dövründə məşqçiyə münasibət tez-tez dəyişir. Belə hallarda idmançı tərəfindən məşqçinin peşəkar, həm də şəxsi keyfiyyətləri tənqidi analizə məruz qalır.

Beləliklə, təşkilati və tədris təlim prosesinin keçirilməsi üzrə əsas vəzifələrdən başqa, idmançıların yarışlara hazırlıqları məşqçi üzərinə kollektivdə münasibətlərin normallaşdırılması üzrə məsuliyyətli və çox da mürəkkəb olmayan, onun yaradıcılıq qabiliyyətlərini və tələbələrin bacarığını daha tam açan bilən

optimal ictimai-psixoloji mühitin yaradılması məsələlərini qoyur.

Belə bir mühitin yaradılması, münasibətli vəziyyətlərdən çəkinmək, mərifətin təzahürü, nöqteyi-nəzər, komanda üzvlərinin hər biri üçün psixoloji rahatlıq yaradan hərəkətlərin nəticələri haqqında təsəvvürlər əlaqənin bütün iştirakçılarının səmimi cəhdlərini tələb edir.

İdman komandalarında qarşılıqlı münasibətlərin diaqnostikası

İnsanların fəaliyyətinin istənilən sahəsində onların qarşılıqlı münasibətlərinin öyrənilməsi, şəxslərarası münasibətlərin nəzərə alınması çox vaxt çətin olan psixi, bioloji və sosial amillərdən çoxtərəfli asılılığı ilə şərtlənən olduqca mürəkkəb bir problemdir. İnsani münasibətlər dünyasına daxil olmağın mürəkkəb olması ilə əlaqədar olaraq, hətta ən geniş tədqiqatlardan əldə edilən məlumatlara yalnız real mövcud olan münasibətlərin təxmini sxemi kimi baxmaq lazımdır[4].

Müasir ictimai psixologiya sayları artmaqda davam edən müxtəlif üsul və metodikaların mühüm bir arsenalına malikdir. Məlum metodikalara sosio metriya, qarşılıqlı qiymətləndirmə və özünü qiymətləndirmə sistemi, müxtəlif "reyting" şkalası, sosiodrama, müşahidələr, söhbətlər, müsahibələr, anketlər daxildir. Burada onlardan bəzilərinin qısa təsvir, tətbiq üsulu və təkmilləşdirilməsi verilir.

İdmançıların məşqçiyə münasibətinin öyrənilməsi metodikası. İdmançıların məşqçiyə münasibətini müəyyən etmək üçün idmançı, 24 şkalalıq təsdiqdə "bəli" və ya "yox" cavabı verərək, nəticədə qarşılıqlı əlaqələrin üç parametri üzrə məşqçiyə qiymət verir:

- 1) gnostik – məşqçini peşəkarlıq tərəfdən xarakterizə edən;
- 2) emosional – yaxşı əlaqələr, dəstək, diqqət və s. yaratmaqda məşqçinin rolunu əks etdirən;
- 3) əxlaqi – xarici davranış xüsusiyyətləri və məşqçinin tələbələri ilə ünsiyyəti barədə fikir yaradan.

Münasibətlərin bu parametrlərinin pozulmasını müəyyənləşdirməklə, onlara operativ

şəkildə müdaxilə etmək, yəni şəxslərarası ünsiyyətin bu növünü idarə etmək olar.

Yuxarıda göstərilənlərə əlavə olaraq, bu problemlə bağlı çox maraqlı məlumatlar əldə etməyə imkan verən idman psixologiyasında son zamanlar bir sıra yeni metodlar ortaya çıxmışdır. Hər şeydən əvvəl bu ANR metodu və QEAS sorğusudur (qəbul edilməyən davranış anketi).

Anket, yalnız komandada qarşılıqlı əlaqələri aşkar etmək deyil, onların səbəblərini də müəyyən etməyə imkan verir.

Anketlərlə iş qaydası. İnsan davranışının tədqiq edilmiş sahəsinin sosial cəhətdən qadağan edilmiş olması səbəbindən araşdırma proseduru üçün xüsusi tələblər yaranmışdır. O, xüsusilə, qərarların tam və açıq ifadə edilməsini təmin edən fikirlərin açıqlanmamasına zəmanət verməlidir. Buna görə "Qiymətləndirmə blankı"nın doldurulması anonim şəkildə aparılırdı. Qəbul edilməyən davranışın müəyyən edilməsi proseduru aşağıdakı kimidir.

Komandanın bütün üzvlərinə hamının soyadının daxil edildiyi "Blank"la anket paylanılırdı. İdmançılardan anketdə bu və ya digər müddə oxuduqdan sonra, özləri və yoldaşları üçün qəbul edilməyən davranışın xüsusi formalarının təzahürünü 10 ballıq sistem üzrə qiymətləndirməni xahiş edirdilər. 0 balla davranışda hər hansı bir pozulma formasının olmaması və maksimum şiddətin 10 bal olduğu hesab edilirdi. Yığılmış blankların bütün qiymətləndirilmələri davranışda qəbul edilməyən formalarından hər birinə görə qrupun hər üzvü üçün cəmlənirdi və riyazi statistika metodu ilə hazırlanırdı. X və B qrupları müəyyən edilmişdi, bu da qrupun hər bir üzvü üçün davranışın qəbul edilməyən müxtəlif növlərinin təzahür dərəcəsidir.

Qrupun sayca az olduğu hallarda da qiymətləndirmənin daha mühüm əhəmiyyətinə idmançının davranışında qəbul olunmayan mövcudluğu haqqında qrupun (KEMQ) fikir birliyinin əmsalı tətbiq edilirdi. Bu əmsal $KEMQ = n_g / n_{max} \cdot 100\%$ formulu ilə hesablanırdı. Burada

n_g – davranışda (sıfırdan fərqli olaraq qiymətləndirmələr) qəbul edilməyənlərin mövcudluğu haqqında həqiqi fikirlərin sayı,

n_{max} – qəbul edilməyən davranışların hər hansı bir formasının mövcud olması haqqında maksimum mümkün olan fikirlərin sayı. Davranışın qrup qiymətləndirilməsi komandanın hər bir qrup üzvünün özünü qiymətləndirməsi ilə müqayisə edilmişdir.

Aparılan təhlilə əsasən idmançının özünü tərbiyələndirmə sxemi hazırlanıb, məşqçiye tərbiyə işi və idman komandası üzvləri arasında münasibətlərin normallaşdırılması ilə bağlı təkliflər verilmişdir.

ƏDƏBİYYAT

1. **Буева Л.П.** *Социальная среда и сознание личности.* М., изд.МТ, 1968.
2. **Ильин Е.П.** *Психология спорта.* Питер, 2008.
3. **Сопов В.Ф.** *Психология разрешения конфликта в спортивной команде.* Самара. СГПУ, 2000.
4. **Коломейцев Ю.А.** *Взаимоотношения в спортивной команде.* М., ФКиС, 1984.

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МЕЖДУ СПОРТИВНЫМИ КОМАНДАМИ

доц. И.С. Алиев, доц. Н.М. Ибрагимова, доц. П.Н. Гулиев

*Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта
Кафедра «Игровые виды спорта»*

Аннотация: знание социально-психологических основ формирования отношений, а также возникновений и нормализаций конфликтных ситуаций, помогает тренеру в управлении и более качественно функционированию деятельности всей спортивной команды. Следует отметить, что если посмотреть на взаимосвязь с точки зрения их факторов, то фактического материала очень мало. Однако, не препятствуя всестороннему обсуждению этой проблемы, наши разработки будут стимулировать более интенсивному и всестороннему исследованию. Теперь следует признать, что тренеры в долгу перед психологами, работающими в области спорта, особенно социальной психологии. Прирост результатов в спортивных соревнованиях сейчас достигается с большей энергией. Это касается не только спортсмена, но и тренера и това-

рищей по команде. Когда отношения в коллективе становятся напряженными, социально-психологический климат чередуется конфликтами, взаимными претензиями и так далее, все становится сложнее. Цель социальной психологии спорта как прикладной науки - найти свое место и роль в решении этой проблемы.

Согласно анализу, была разработана схема самовоспитания спортсмена, работа по воспитательной части для тренера и были даны предложения по нормализации отношений между членами спортивной команды.

Ключевые слова: *взаимоотношение между командами, признаки спортивных групп, взаимное соответствие, диагностика отношений, межличностные общения, психологические-педагогические влияния.*

MUTUAL RELATIONSHIP IN SPORTS TEAMS

ass. prof. I.S. Aliyev, ass. prof. N.M. Ibrahimova, ass. prof. P.N. Guliyev

*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
Department of "Sports Games"*

Annotation: Knowing the socio-psychological base of the formation of relationships, the emergence and normalization of conflict

situations, managing a sports team helps a coach to make an activity of the whole team more effective.

It must be noted that there is little factual material while looking at the relationship from the point of view of its factors. However, our research will stimulate more intensive and comprehensive researches without hindering a detailed discussion of this problem. It must now be acknowledged that coaches are indebted especially to psychologists working in the field of sports social psychology. The increase in results in sports competitions is currently achieved with great excitement and energy. This applies not only to the athlete, but also to the coach and teammates. When relations in the team become tense, the socio-psychological climate is fraught with conflicts,

mutual claims happen, and so on. It is characterized as getting more difficult. The purpose of the social psychology of sports as an applied science is to find its place and role in solving this problem.

Based on the analysis, a scheme of self-education of the athlete was developed, and the coach was given suggestions on the educational work and the normalization of relations between the members of the sports team..

Key words: *mutual relationship in teams, signs of sports groups, mutual agreement, diagnostics of relationships, interpersonal communication, psychological and pedagogical effects.*