

דף הבית < אודות המכללה < פרסומי המכללה < כתב העת "בתנועה" < כרך ג' חוב' 2 (נוב' 1995)

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

סיכויים וסיכונים בהתפתחות הפסיכולוגית של ילדים המשתתפים בספורט תחרותי

במאמר זה הוצגו גישות תיאורטיות וממצאי מחקר העוסקים בהשתתפותם של ילדים בספורט התחרותי, תוך הדגשת היתרונות והחסרונות שבעיסוק זה. מכל אלה ניתן ללמוד שהשפעת הספורט התחרותי על הילדים-הספורטאים איננה חד כיוונית. היא יכולה להיות שלילית או חיובית, והיא תלויה בגורמים רבים הפועלים בתוך תחומי הספורט ומחוצה לה. התרומה החיובית של הספורט לילדים יכולה להשפיע על התפתחותן של תכונות אישיות חיוביות, בלמידת מיומנויות מוטוריות וקוגניטיביות, ברכישת שליטה עצמית ויכולת לתכנן, לארגן היטב וביעילות את סדר היום ואת החיים בכלל. עם זאת, החוקרים מזהירים מפני האפשרות של השפעה שלילית ואף מסוכנת של הספורט התחרותי על הילדים, הגורמת להם חוויות פסיכולוגיות קשות. השפעה זו עשויה להתבטא בעיקר בשני כיוונים: הכיוון האחד הוא הסיכון לחיברות (סוציאליזציה) לא נכונה, הבאה לידי ביטוי בניתוק של הילדים מחבריהם, בני גילם, ומסביבתם הטבעית ו/או בהתנהגותם המוסרית. הכיוון האחר, הוא הסיכון של הקצנת המצבים הנפשיים השליליים אצל הילדים כתוצאה מהעמסה פסיכולוגית ופסיכולוגית באימונים ללא התחשבות ברמת ההתפתחות של הילדים של חשיפתם ללחצים, שמקורם בהדגשת יתר של תחרותיות, של אימון יתר וכן של ארגון והדרכה לא נכונים. מהמחקרים בתחום זה ניתן להסיק שהשפעת הספורט התחרותי על הספורטאים הצעירים איננה מתרחשת באופן אוטומטי, מעצם ההשתתפות בספורט התחרותי. הספורט התחרותי מושפע, מעוצב ומאופיין בהתאם לגורמים הסביבתיים והחברתיים המעורבים בו. לפיכך, ניתן ליצור סביבה ספורטיבית אוהדת, מתגמלת, מעודדת ותומכת שתגביר את ההניעה (המוטיבציה) של הילדים להתמיד בפעילות ספורטיבית ותעזור להתפתחותם הפסיכולוגית התקינה. ההשפעה השלילית של הספורט על הילדים ניתנת לניטרול הן על ידי ארגון נכון, מתוקן ומתחשב בצרכי הספורט של הילדים; והן על ידי יצירת סביבה חמה, תומכת וטיפוח גישה נכונה ומתואמת לסיפוק צרכי הילדים.

בהתבסס על ממצאי מחקרים מהשנים האחרונות, פסיכולוגים של הספורט מציעים כיום מספר עקרונות קצרים ותכליתיים שהם בבחינת מצוות של עשה כדי להגביר את הסיכוי של הילדים להמשיך ולהתמיד בפעילותם הספורטיבית וכדי למנוע את נשירתם ממנו. כך, למשל, הציעו להקפיד על קביעת הזמן המתאים לשילוב הילדים בפעילות ספורטיבית-תחרותית ועל בחירת סוג הספורט ההולם את הגיל ואת היכולת האישית של הילדים; לתת את הדעת על המיוחד את הילדים תוך התייחסות לגיל ולמין, לבחור שיטות לימוד ודרכי לימוד המותאמות ליכולתם ולקבוע תחרויות שבהן יש לשתתף; להכיר ולהתחשב במאפייני האישיות של הילדים-הספורטאים, בסוג ההניעה שלהם, בצפיפותיהם ובצורכיהם כדי לאפשר יצירת סביבה ספורטיבית, המאפשרת את סיפוק המניעים והצרכים שלהם; להדגיש את המטרות החינוכיות של הספורט ואת הנכונות להשתמש בספורט כמנוף חינוכי חיובי. בדרך זו הספורט יכול להפוך מגורם שלילי למנוף חינוכי, חיובי ובעל עוצמה.