

דף הבית < אודות המכללה < פרסומי המכללה < כתב העת "בתנועה" < כרך ד' חוב' 4
(נוב', 1998) <

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

עירור וביצוע: חידה בלתי פתורה

הקשר בין עירור ובין ביצוע מהווה סוגיה מרכזית בפסיכולוגיית ספורט. המודל הידוע ביותר בפסיכולוגיית הספורט, העוסק בקשר בין עירור לבין ביצוע, הוא "פונקציית ה-U-ההפוך".

במאמר זה נידונה תחילה פונקציה זו ומוצגות ביקורות שונות עליה. לאחר מכן נסקרות בקצרה מספר גישות חלופיות, שהן: מודל ההתמודדות, אזור התפקוד המיטבי, מודל האנרגיה הנפשית, מודל ההיפוך, מודל הקטסטרופה, המשבר הפסיכולוגי בתחרות וגישת המצבים הפסיכוביולוגיים. נסקרים בהרחבה יחסית ממצאי המחקר בישראל, שעסקו במשבר הפסיכולוגי בתחרות, תוך התמקדות במספר גורמים דיאגנוסטיים בהקשר זה: רגישות למשבר לפני התחרות, שלבי זמן, התרחשויות בתחרות, איכות הביצוע והתנהגויות חריגות, וכן גורמים חברתיים - חברי הקבוצה, הצופים, המאמן והשופטים. בהמשך נסקרים מספר ממצאים ממחקרים שבוצעו בישראל במסגרת גישת המצבים הפסיכוביולוגיים, תוך התמקדות בנושא המשוב הביולוגי. לסיום נידונים מספר כיווני מחקר והתפתחות לעתיד בנושאים אלה.