

#### 4- الرياضة والتنشئة الاجتماعية

كمختص رياضي، عليك أن تفهم سبب مشاركة الأشخاص في الرياضة، ولماذا يغيرون الرياضة أو يتوقفون عن المشاركة في الرياضة، وماذا يحدث لهم نتيجة مشاركتهم في الرياضة. تُعرف عملية التعلم والتطوير في الرياضة ومن خلالها بالتنشئة الاجتماعية.

**التنشئة الاجتماعية** هي عملية نشطة للتعلم والتنمية الاجتماعية، والتي تحدث عندما نتفاعل مع بعضنا البعض ونتعرف على العالم الاجتماعي الذي نعيش فيه. إنه ينطوي على تكوين أفكار حول من نحن وما هو مهم في حياتنا. نحن لسنا مجرد متعلمين سلبيين في عملية التنشئة الاجتماعية. نحن نشرك بنشاط في التنشئة الاجتماعية الخاصة بنا حيث نؤثر على أولئك الذين يؤثرون علينا. نحن نفسر بشكل فعال ما نراه ونسمعه، ونقبل أو نقاوم أو نراجع الرسائل التي نتلقاها حول هويتنا، وعن العالم،

وحول ما يجب أن نفعله ونحن نشق طريقنا في العالم. لذلك، فإن التنشئة الاجتماعية ليست عملية ذات اتجاه واحد للتأثير الاجتماعي يتم من خلالها تشكيلنا وتشكيلنا. وبدلاً من ذلك، فهي عملية تفاعلية نتواصل من خلالها بشكل فعال من خلال الآخرين، ونجمع المعلومات، ونتخذ القرارات التي تشكل حياتنا والعالم الاجتماعي من حولنا.

#### 4-1- كيف يتعلم الأفراد المشاركة في الرياضة؟

يتعلم الناس كيفية المشاركة في الرياضة من خلال العملية الاجتماعية التي تسمى التنشئة الاجتماعية في الرياضة وممارسة الرياضة، وهي عملية معقدة تستمر مدى الحياة ولا يتشارك فيها فردان نفس قصة الحياة. يتطلب الالتزام بممارسة التمارين الرياضية بانتظام من الفرد أن يتصالح مع ثلاثة مفاهيم أساسية تتعلق بدورها في تشكيل عادات المشاركة الخاصة به، وهي:

- تفسير المهارات والصفات الفريدة الخاصة بهم بشكل صحيح.
- تطوير التواصل مع الآخرين من خلال التفاعلات الاجتماعية. و
- القدرة على فهم عدد كبير من التأثيرات الموجودة داخل البيئات الاجتماعية الخاصة بهم.

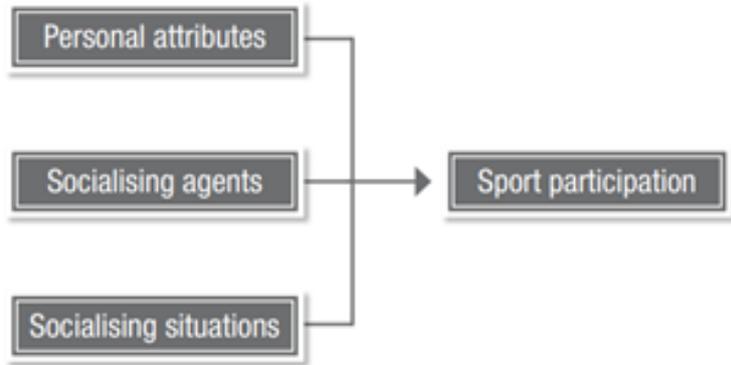
هناك نموذجان للتنشئة الاجتماعية يمكن أن يساعداننا على فهم سبب عدم اختيار بعض الأفراد للمشاركة في النشاط البدني، وهما نموذج التعلم الاجتماعي للرياضة والتمرين ودور التحول في الرياضة والتمرين. وسوف ننظر إلى هذين النموذجين عن كثب في الأقسام التالية.

### - نموذج التعلم الاجتماعي للرياضة والتمارين الرياضية

يعد التوافق مع الأدوار النشطة جسديًا عملية معقدة، ولا يوجد فردان يواجهان نفس العملية. من الأفضل فهم التنبؤ بما إذا كان من المحتمل أن يشارك الفرد في أي من أشكال النشاط البدني من خلال استخدام نهج التعلم الاجتماعي. في كتابهما "الانخراط في النشاط البدني والرياضة: عملية التنشئة الاجتماعية" (1973)، قدم جيرالد كينيون وباري ماكفرسون إطارًا لتعزيز العدد الهائل من العوامل التي تلعب دورًا في احتمالية مشاركة الفرد في رياضة منظمة أو أي نشاط بدني آخر. . بالاعتماد على النظريات العامة للتعلم الاجتماعي، يمكن تصنيف المتنبئين بالمشاركة في أدوار النشاط البدني إلى ثلاث مجموعات:

- قدرات الشخص وخصائصه وموارده.
- تأثير الآخرين المهمين، بما في ذلك الآباء والأشقاء والمعلمين والأقران ونماذج القدوة (وكلاء التواصل الاجتماعي)؛ و
- توافر فرص ممارسة الرياضة (حالات التنشئة الاجتماعية).

Figure 4.1: Predictors of participation in physical activity



المصدر: (Kenyon & McPherson, 1973)

السمات الشخصية هي أي سمات وصفية تميز الفرد. وهي تشمل الأبعاد الجسدية (الطول، الوزن، العمر، الحالة البدنية) والبعد النفسي (الشخصية، القدرة التنافسية، النضج النفسي) والأبعاد النفسية الاجتماعية (مهارات التأقلم، مهارات التفاعل الاجتماعي).

وكلاء التنشئة الاجتماعية هم أشخاص مهمون في حياة الفرد ولديهم تأثير اجتماعي. تعتبر الأسرة أهم عامل اجتماعي لجميع الفئات العمرية، وخاصة بالنسبة للأطفال. يعد الدعم الاجتماعي، سواء من أفراد الأسرة أو الأصدقاء، عاملاً مهماً في تحديد ما إذا كان الأشخاص يبدأون ويستمرون في المشاركة في الرياضة وغيرها من أشكال النشاط البدني. الدعم الاجتماعي يأخذ أشكالاً مختلفة. وقد يتكون ذلك من مرافقة شخص ما إلى فصل تمرين، أو الاتصال بشخص ما لمعرفة كيفية سير البرنامج، أو تقديم معلومات حول البرامج الجديدة. أما المجموعة الثالثة، وهي مواقف التنشئة الاجتماعية، فتتكون من مزيج فريد من الفرص وتجارب الحياة لدى الأفراد. تلعب عوامل مثل الطبقة الاجتماعية للأسرة، ومقدار الدخل المتاح لشراء المعدات الرياضية والبيئة المادية التي يعيش فيها الفرد، دوراً في عملية التنشئة الاجتماعية.

#### - دور التحول في الرياضة والتمرين

في حين قد يبدو أن تحول الرياضي أو المشارك في الرياضة يتطور بطريقة سلسة ومستمرة من البداية إلى النهاية، إلا أنه في الواقع يتميز بمراحل وتحولات محددة. يمكن أن تحدث هذه التحولات في وقت واحد وبأي ترتيب في رحلة التنشئة الاجتماعية للفرد. وهي التنشئة الاجتماعية الأولية، وإعادة التنشئة الاجتماعية، وإلغاء التنشئة الاجتماعية، والتنشئة الاجتماعية الكراهية. إن الجنس والعرق والعمر والحالة الاجتماعية والاقتصادية وشبكات الدعم الاجتماعي والعاطفي ليست سوى بعض العوامل التي تشكل الطريقة التي يقوم بها الشخص بالانتقال من خلال الرياضة.

#### • التنشئة الاجتماعية الأولية:

التنشئة الاجتماعية الأولية هي العملية التي يتعلم من خلالها الأفراد لأول مرة دور الرياضة أو النشاط البدني. ويحدث ذلك في الغالب أثناء مرحلة الطفولة، أثناء التربية البدنية - على سبيل المثال، تعلم الأطفال لعب الهوكي المصغر وكرة القدم المصغرة والرجبي. يمكن أن تحدث التنشئة الاجتماعية الأولية أيضاً في مرحلة البلوغ عندما يلعب الفرد التنس في نادٍ محلي أو ينضم إلى دوري الكبار أو الماجستير، على سبيل المثال.

## • إعادة التنشئة الاجتماعية

إعادة التنشئة الاجتماعية هي عندما ينتقل الأفراد من مستوى أو شكل أو دور في نفس النشاط إلى آخر - على سبيل المثال، من المدرسة الابتدائية إلى مستوى الرياضة في المدرسة الثانوية، أو من كونهم سباحًا أولمبيًا إلى مدرب سباحة جامعي.

## • اللاتنشئة اجتماعية desocialisation

الانعزال عن المجتمع هو العملية التي يترك من خلالها الأفراد الأدوار الرياضية مؤقتًا - على سبيل المثال، بسبب الانتقال من مدينة إلى أخرى، أو اتخاذ قرار مستقل بالانسحاب، أو استبعاد المدرب، أو التعرض لإصابة طفيفة، أو أي سبب آخر من شأنه أن يتسبب في إصابة الفرد التوقف عن ممارسة رياضة معينة. يمكن أن تشمل الأسباب الأخرى أسبابًا اجتماعية واقتصادية (مثل عدم القدرة على تحمل تكاليف الرسوم والمعدات) والتجارب السلبية (مثل الشجار مع المدرب، أو الجلوس على مقاعد البدلاء، أو التعرض السلبي لوسائل الإعلام، أو الصدمة الشخصية).

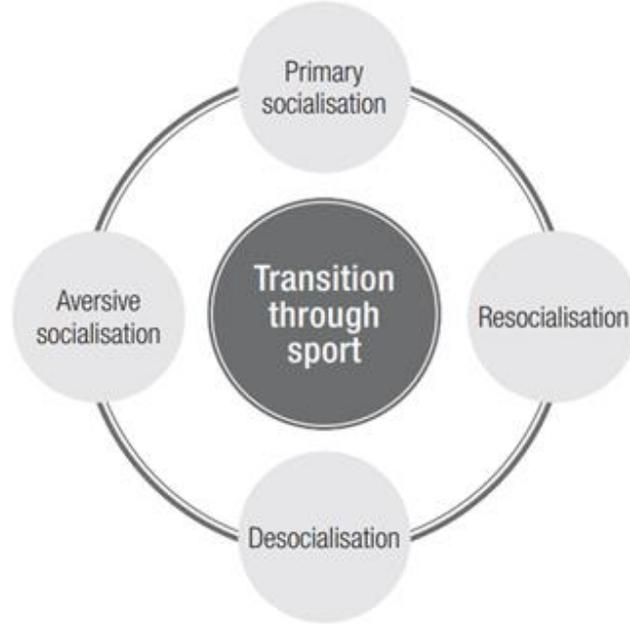
## • التنشئة الاجتماعية المنفرة Aversive socialisation

التنشئة الاجتماعية المنفرة هي انسحاب طويل الأمد من الرياضة والنشاط البدني بسبب احتمال ارتفاع مستويات التوتر والضغط نتيجة للنمو أو التكيف مع مستويات مختلفة من الرياضة أو الإرهاق أو تحقيق هدف رياضي. مثال على الرياضي الذي قد يكون في مرحلة التنشئة الاجتماعية المنفرة هو لانس أرمسترونج، بطل سباق فرنسا للدراجات سبع مرات، ابتعد اجتماعيًا عن ركوب الدراجات بسبب فضيحة منشطات واتهامات بتعاطي المخدرات بشكل غير قانوني في مسيرته المهنية في ركوب الدراجات. مثال آخر هو الرياضي الذي ينفر من الرياضة بسبب فوزه وتحطيمه للأرقام القياسية، وبذلك يصل إلى أهدافه. وصل كل من مايكل شوماخر ومايكل جوردان إلى العديد من الإنجازات في مسيرتهما الرياضية واختارا الاختلاط الاجتماعي بشكل سلبي من رياضتهما.

يمكن أن يساعدنا نموذج التنشئة الاجتماعية، نموذج التعلم الاجتماعي للرياضة والتمرين ودور الانتقال في الرياضة والتمرين، على فهم سبب عدم اختيار بعض الأفراد للمشاركة في النشاط البدني. على سبيل المثال، تتنبأ السمة الشخصية لكونك أنثى باحتمالية منخفضة للمشاركة في رياضة يهيمن عليها الذكور مثل دوري كرة القدم. قد يتم إبعاد تلميذ المدرسة الإعدادية الذي لم يصل إلى طوله المحتمل عن فريق كرة السلة بالمدرسة الثانوية.

يمكن للتحويلات والمراحل التي تشكل تحولات الرياضي أو المشارك من خلال الرياضة أن تساعد المدرب على فهم ووصف العوائق التي يواجهها الأطفال والمراهقين والبالغين في تطوير نمط حياة نشط بدنيًا والحفاظ عليه.

Figure 4.2: The transition through sport



المصدر: (Coakley, 2015)