
תפקיד המשפחה, בית הספר והמאמנים בגילוי ספורטאים צעירים ובטיפוחם: מחקר
רטרוספקטיבי

Author(s): נועה-זהבית לויאן and רוני לידור

Source: *Studies in Education* / תשס"ג, עיונים בחינוך, New Series / סדרה חדשה;
כרך 5, H. 2 (תשס"ג), pp. 99-117

Published by: University of Haifa / אוניברסיטת חיפה

Stable URL: <https://www.jstor.org/stable/23394274>

REFERENCES

Linked references are available on JSTOR for this article:

[https://www.jstor.org/stable/23394274?seq=1&cid=pdf-
reference#references_tab_contents](https://www.jstor.org/stable/23394274?seq=1&cid=pdf-reference#references_tab_contents)

You may need to log in to JSTOR to access the linked references.

JSTOR is a not-for-profit service that helps scholars, researchers, and students discover, use, and build upon a wide range of content in a trusted digital archive. We use information technology and tools to increase productivity and facilitate new forms of scholarship. For more information about JSTOR, please contact support@jstor.org.

Your use of the JSTOR archive indicates your acceptance of the Terms & Conditions of Use, available at <https://about.jstor.org/terms>



JSTOR

is collaborating with JSTOR to digitize, preserve and extend access to *Studies in Education* /
עיונים בחינוך

תפקיד המשפחה, בית הספר והמאמנים בגילוי ספורטאים צעירים ובטיפוחם: מחקר רטרוספקטיבי

רוני לידור ונועה־זהבית לויאן
אוניברסיטת חיפה ומכון וינגייט

גילוי בעלי כשרונות ספורטיביים וטיפוחם בשנות העיסוק הראשונות בספורט בונים נדבך מרכזי בתוכנית ספורט רב־שנתית. ההנחה היא שככל שתהליך הגילוי יהיה רגיש ותקף יותר, הביטחון בחיזוי יכולתו העתידית של הספורטאי יהיה גבוה יותר. בנוסף על כך, ככול שסביבת הטיפוח תתאים יותר לצרכים האישיים, ההתפתחותיים, הקוגניטיביים והחברתיים של הספורטאי הצעיר, כך יזכו כשריו לאימון יעיל יותר. מטרתו של מחקר רטרוספקטיבי (study retrospective) זה הייתה לבחון את עמדותיהם של 141 ספורטאים (63 ספורטאי עילית ו-78 ספורטאי טרום־עילית) בדבר תהליכי האיתור והטיפוח שאליהם נחשפו במהלך השנים הראשונות לעיסוקם בספורט. הספורטאים רואיינו בהתבסס על שאלון חצי מובנה. השאלון התמקד בהיבטים דמוגרפיים, התפתחותיים ופסיכולוגיים של הספורטאי ובסביבת טיפוחו. מתוך ממצאי המחקר עולה כי ספורטאי העילית והטרום־עילית חלקו ביניהם מאפיינים דמוגרפיים דומים. עם זאת, היבטים התפתחותיים, כמו מספר האימונים השבועיים והזמן שהוקדש לטיפוח הכישרון הספורטיבי, והיבטים פסיכולוגיים, כמו תכונות פסיכולוגיות הנדרשות להצלחה בספורט, נמצאו מבדילים בין שתי אוכלוסיות הספורטאים. בהתבסס על ניתוח התוכן של דיווחי הספורטאים ניתן להמליץ למעצבי המדיניות בתחום המוטורי כיצד יש לעצב סביבות טיפוח בית ספריות ובלתי פורמליות לשם איתור בעל הכישרון בספורט ואימונו בשנים הראשונות לתוכנית ספורט רב־שנתית. בנוסף על כך, המאמר מדווח על המלצות יישומיות למורים ולמאמנים.

נדבך בסיסי בתוכנית ספורט רב־שנתית הוא גילוי בעל הכישרון וטיפוחו במהלך השנים הראשונות (Bouchard, Malina & Prusse, 1997; Matsudo, 1996; Regnier, Salmela & Russell, 1993). אף־על־פי שילדים רבים מעורבים כיום בפעילויות ספורט מאורגנות, הן בענפים אישיים והן בענפים קבוצתיים, מיעוטם מתמיד בפעילות ספורטיבית לאורך זמן. מקבוצה קטנה זו מגיעים ילדים ספורים לרמות הביצוע הגבוהות ביותר, קרי, התמודדות ברמה בינלאומית. אין ספק כי סביבת הטיפוח של הספורטאי – מסגרת האימונים, איכות ההדרכה, איכות הציוד שבו הוא משתמש וכדומה – משפיעה במידה מכרעת על ההתפתחות הספורטיבית, אבל נראה שביסודו של דבר הכישרון של הספורטאי הוא המרכיב החשוב בתהליך התפתחותו (Bouchard et al., 1997).

יעד מרכזי שעומד בפני מורים, מאמנים ומדריכים בתחום המוטורי הוא לגלות את הילדים המוכשרים ביותר לעיסוק בספורט. תהליכי גילוי בעל הכישרון והמעקב הראשוני והמאוחר אחר טיפוחו הם מורכבים ובעייתיים למימוש (Subotnik & Arnold, 1993; Williams & Reilly, 2000a). למשל, תקפותם של המבדקים המוטוריים, הקוגניטיביים והחברתיים שבהם משתמשים אנשי המקצוע כדי לגלות את הילד המוכשר בקבוצת גילו אינה ברורה. לעתים מתגלה הילד המוכשר בעזרת חוות דעת מקצועית של מורה או מאמן, ופעמים רבות הורים או קרובי משפחה הם שממליצים על בעל הכישרון. ואולם לבני המשפחה אין, בדרך כלל, הרקע המקצועי

המתאים שעשוי לספק להם את הכלים לאיתור בעל הכישרון בספורט. שאלת המפתח היא, אפוא, מהן הדרכים הטובות ביותר, היעילות ביותר והחסכוניות ביותר לגלות ילדים מוכשרים ולטפחם נכון בשנות עיסוקם הראשונות בספורט.

אנשי המקצוע שעוסקים בגילוי כשרונות צעירים בספורט מניחים שעל מבחני האיתור לכלול מבדקים מוטוריים (תנועתיים), פיזיולוגיים, פסיכולוגיים וחברתיים (Bompa, 1990; Fisher & Borms, 1990). מבדקים אלו עשויים לספק לאיש המקצוע מידע הקשור בעיקר בפרוטנציאל התנועתי של הצעיר. בהתבסס על מידע זה מנסים אנשי המקצוע לנבא את ההתפתחות המקצועית של הספורטאי הצעיר ואת מסלול התקדמותו בעתיד הקרוב והרחוק יותר.

כדי לבחון את יעילותה של המסגרת שבה מתגלה הצעיר בעל הכישרון, את תרומתה של סביבת הטיפול בשנות עיסוקו הראשונות בספורט ואת תרומתם של הגורמים האחרים לגילוי הכישרון, ניתן לערוך שני סוגי מחקרים: מחקרי אורך (longitudinal studies) ומחקרים רטרוספקטיביים (retrospective studies) (Bloom, 1985; Subotnik & Arnold, 1993). ואולם, מחקרים מועטים נערכו בנושא זה למרות חשיבותו (Hany, 1993; Matsudo, 1996; Regnier, Salmela & Russell 1993). מחקרי אורך לא קיימים, והנושא נבחן רק במחקרים רטרוספקטיביים אחדים, שנערכו בעיקר במהלך שני העשורים האחרונים.

מחקר אורך מתמקד באיסוף נתונים על קבוצת נבדקים לאורך זמן ממושך. ניתוח הנתונים לאורך תקופת זמן ממושכת מאפשר לחוקר לבחון שינויים התפתחותיים בקרב קבוצת הנבדקים (Subotnik & Arnold, 1993). החוקר מתמקד בשינויים התפתחותיים שחלים בקבוצת הנבדקים ובהישגיהם הגופניים בתחום המוטורי ובסביבת הלמידה הבית ספרית. במהלך המחקר החוקר אוסף נתונים רבים לא רק על תהליכי הגדילה ועל ההתקדמות המקצועית של הצעיר, אלא גם על יכולתו לקבל מרות מהמאמן, על הסתגלותו לדרישות ולאתגרים שמעמיד בפניו העיסוק בספורט ועל יכולתו להתגבר על מכשולים, כמו פציעות, הפסדים בתחרות או במשחק, אכזבות וויתור על תחביבים אחרים שעלולים להסיח את דעתו מהעיסוק בספורט. ככול שהמידע על הספורטאי יהיה רב ומגוון יותר, כך עשוי החוקר להבין טוב יותר את הגורמים המשפיעים על תהליך ההתפתחות של הספורטאי הצעיר.

מחקר אורך הוא יקר למימוש. בנוסף על כך, קשה לאסוף נתונים על כל הנבדקים שהחלו את המחקר. מסיבות אלו, העדיפו חוקרים במדעי הספורט והחינוך הגופני לערוך מחקרים רטרוספקטיביים על גילוי בעלי הכישרון וטיפולם בשנים הראשונות. מחקר רטרוספקטיבי נערך על קבוצת נבדקים שהגיעו לרמת ביצועים גבוהה ביותר ונחשבים מומחים בתחומם (Bloom, 1985). קבוצה זו מרואיינת כדי לבחון תהליכים מוקדמים של התפתחותם המקצועית, הפסיכולוגית, החברתית, הרגשית וכדומה. מחקר זה מייצג גישה של "מבט לאחור" ("looking back"), כלומר הסתכלות על שלבים מוקדמים של קריירה ארוכת שנים, שבשלבם מסויימים שלה הגיע האדם לאיכויות ביצוע גבוהות ביותר, ולכן ניתן להניח שמימש את כשרונו. המומחים עשויים לספק לחוקר מידע שקשור בעיקר לתהליך שבעזרתו מימשו את הפרוטנציאל שהיה טמון בהם. החוקר עשוי להיעזר בנסיונם המוצלח של המומחים כדי לבחון תופעות שלא ניתן לגלותן כאשר קבוצת הנבדקים נמצאת בתחילת דרכה הספורטיבית, כפי שהדבר בא לידי ביטוי במחקר אורך. המומחים צברו ניסיון רב במהלך הקריירה המקצועית שפיתחו, ולכן ניתן להיעזר בניסיון זה כדי להשביח תהליכי התפתחות וטיפול בקרב ספורטאים צעירים. במחקר רטרוספקטיבי ניתן

לתעד ניסיון זה של המומחים וללמוד מהם על הקשיים, הלבטים, המשברים וההצלחות שאליהם נחשפו בהיותם בשלב הראשון של התפתחותם המקצועית.

במהלך שני העשורים האחרונים נערכו כמה מחקרים רטרוספקטיביים שביקשו לתעד תהליכים התפתחותיים, פסיכולוגיים וחברתיים של ספורטאים שהגיעו לביצועי שיא. למשל, המרי (Hemery, 1986) ראיין ספורטאים אולימפיים על תחילת דרכם בספורט, וניסה למצוא מאפיינים משותפים להתפתחותם של אלו שהגיעו לאיכויות ביצוע גבוהות ביותר. קארלינג והלר (Carling & Heller, 1995) בחנו את תהליך התפתחותם של ספורטאים בריטיים שהחזיקו בשיאי עולם בענפים אישיים, כמו דיילי תומפסון באתלטיקה, ושל ספורטאים בענפים קבוצתיים שנמנו עם קבוצות הספורט הטובות ביותר בעולם, כמו הכדורגלן גארי לינקר. אף הם ניסו למצוא קווים משותפים להתפתחותם המקצועית של ספורטאי העילית. במחקר אחר ניסה ברטן (Brennan, 1990) לבחון היבטים פסיכולוגיים ואסטרטגיים של קבוצות ספורט מצליחות ולאתר מאפיינים התפתחותיים דומים בקרב חברי הקבוצה.

מתוך מחקרים רטרוספקטיביים אלו עולים כמה ממצאים מעניינים הקשורים בגילוי הכישרון בספורט ובטיפוחו בשנים הראשונות. הראשון, ספורטאים טובים משקיעים שעות אימון רבות לטיפוח יכולתם. החל מגיל צעיר ביותר הם מקדישים שעות רבות בשבוע לאימונים, למשחקים, לתחרויות ולפעילויות אחרות הקשורות בתחום עיסוקם, כמו טיפול בפציעות, שיחות עם המאמן וצפייה בסרטי וידאו המתעדים את ביצועיהם. השני, כדי לממש את הפוטנציאל הטמון בהם, נזקקים הספורטאים הצעירים לתמיכה של בני משפחתם. מתברר שהמשפחה מהווה מקור תמיכה חיוני ביותר לספורטאי הצעיר, הנזקק למסגרת "רכה", מעודדת ומתחשבת, שמטבעה מנוגדת לסביבת המשחק והתחרות. השלישי, למאמן, המדריך את הספורטאי הצעיר בשנים הראשונות להתפתחותו הספורטיבית, חשיבות רבה במימוש הפוטנציאל של הספורטאי. ככול שהמאמן יספק לספורטאי תמיכה מקצועית איכותית יותר, ויעודדו להתגבר על משברים רגשיים ופסיכולוגיים, כך סיכויי הספורטאי להגיע לקצה פירמידת ההצלחה גדולים יותר.

המחקר הנוכחי מבוסס על ראייה רטרוספקטיבית של ספורטאי עילית וטרום-עילית ישראלים, במטרה לבחון היבטים התפתחותיים ופסיכולוגיים הקשורים לשלבים הראשונים של התפתחותם הספורטיבית. משום שבתחום המוטורי יש לגלות את הכישרון בגיל צעיר ביותר, נבחנה אף תרומתו של בית הספר לתהליכי הגילוי והטיפוח הראשוני. בנוסף על כך, נבחנה תרומתם של הגורמים המקצועיים, כמו מורה לחינוך גופני ומאמן, לתהליכי גילוי הכישרון וטיפוחו. המחקר נערך על קבוצת ספורטאים שהגיעו לרמות הביצוע הגבוהות ביותר (ספורטאי עילית), ועל קבוצת ספורטאים שכמעט והגיעה לשלב הגבוה ביותר בתוכנית ספורט רב-שנתית (ספורטאי טרום-עילית). השוואה זו בין שתי קבוצות ספורטאים עשויה לאפשר את איתורם של גורמים התפתחותיים ופסיכולוגיים אצל יחידים שהגיעו לרמת מומחיות לעומת אלו שנעצרו בשלב מוקדם יותר בתהליך.

למרות שמחקר רטרוספקטיבי זה עוסק בגילוי כשרונות צעירים בספורט, נראה שלאחדים מהגורמים הנבחנים בו, כמו תפקיד המשפחה באיתור המוכשר ותרומת המערכת החינוכית לטיפוח הכישרון, יש חשיבות גם בתחומים אחרים בחינוך, כגון מוזיקה, מדעים, אמנות או משחק. אף בתחומים אלו הגורמים המעורבים באיתור הכישרון ובטיפוחו בשנים הראשונות שנויים במחלוקת בקרב המומחים (כגון Feldhusen & Jarwan, 1993; Sternberg, 1993). ההנחה המקובלת היא שפועלים

כאן מגוון של גורמים, אולם אין אנו יודעים בוודאות מהם הגורמים החשובים ביותר מביניהם. לכן, איתור הגורמים, כתוצאה מדיווחי האתלטים המשתתפים במחקר הנוכחי, עשוי לסייע גם לחוקרים ולאנשי שדה בתחומים אחרים. בהנחה שסביבת טיפוח והדרכה טובה הן גורמים נחוצים בכל תהליך של איתור הכישרון וטיפוחו, ייתכן שלממצאי מחקר זה יהיו השלכות גם לשטחים אחרים.

שיטה

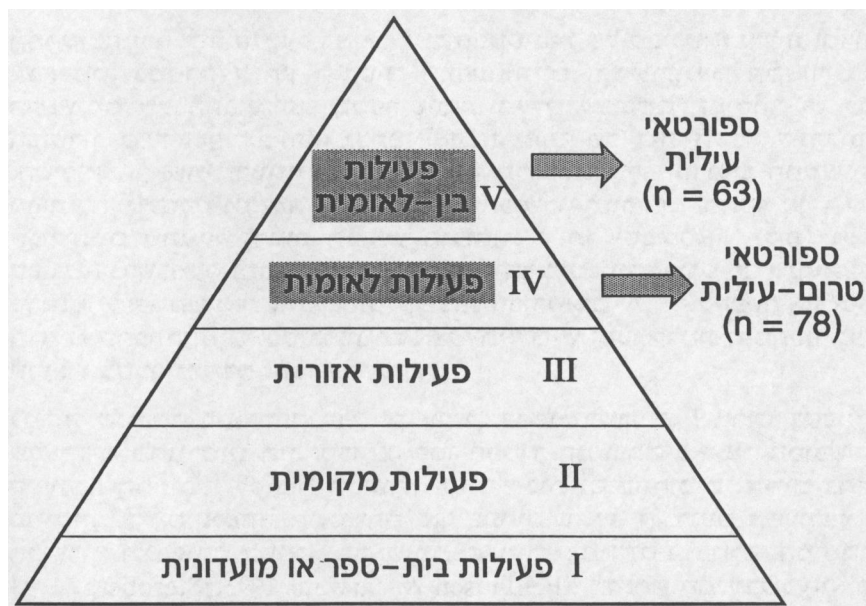
נבדקים

מאה ארבעים ואחד ספורטאים ישראלים נטלו חלק במחקר זה. שישים ושלושה (46) גברים ו-17 נשים; 36 בספורט אישי ו-27 בספורט קבוצתי) היו ספורטאי עילית (ממוצע גיל = 27.3 שנים; סטיית תקן = 5.9), שיצגו את המדינה באירועי ספורט מרכזיים, כגון משחקים אולימפיים, אליפויות עולם ואליפויות אירופה. כמו כן, כולם הגיעו לרמה התחרותית הגבוהה ביותר בישראל. שאר הספורטאים (שבעים ושמונה; 60 גברים ו-18 נשים; 39 בספורט אישי ו-39 בספורט קבוצתי; ממוצע גיל = 28; סטיית תקן = 5.8) התחרו ברמה הלאומית הגבוהה ביותר, אך לא צברו ניסיון בינלאומי כמו עמיתיהם ספורטאי העילית, ולכן הוגדרו כספורטאי טרום-עילית. איור 1 מציג את מיקום שתי אוכלוסיות הספורטאים שרואיינו במחקר זה במודל רב-שלבי טיפוסי של התפתחות הכישרון בספורט.

חמשת השלבים המוצגים במודל משקפים מעברים בין שלב התפתחותי אחד לשלב התפתחותי מתקדם יותר במרבית ענפי הספורט שמהם נבחרו הספורטאים להשתתף במחקר זה. המודל מתבסס על ההנחה, שכדי לגלות את המוכשרים ביותר בספורט,

איור 1

שלבים התפתחותיים מקובלים בתכנית ספורט רב-שנתית



או בכל תחום התמחות אחר, כמו מוזיקה, מתמטיקה, משחק וכדומה, יש ליצור תשתית רחבה ביותר של משתתפים בשלבים הראשונים (שלב I ו-II) של המודל מבין כל אוכלוסיית בני גילם יעברו בהצלחה משלב אחד למשנהו, ויגיעו לרמות הביצוע הגבוהות ביותר. לא רק ענפי ספורט פופולריים כמו כדורגל, כדורסל, כדורעף וכדור-יד מתבססים על מודל מסוג זה, אלא אף ענפים פופולריים פחות, כמו שחייה, אתלטיקה, סיוף, טניס, ג'ודו וכדור-מים. עם זאת, כמה ענפי ספורט בישראל חסרים תשתית רחבה, בעיקר בשל חוסר התעניינות מצד ילדים צעירים. למשל, הרמת משקולות, קייקים ובדמינטון מרתקים אליהם מספר קטן יחסית של צעירים ובני נוער, ולכן בענפים אלו מתמקדים במוכשרים מגיל צעיר ביותר. ההתייחסות לספורטאים בענפים אלו היא כאל "פרח בחממה"; הספורטאי מקבל את כל תשומת הלב האפשרית מתחילת הדרך, והטיפול בו אישי וממוקד יותר.

לוח 1 מציג את ענפי הספורט שמהם נבחרו הספורטאים למחקר זה. כפי שניתן לראות בלוח 1, הספורטאים מייצגים מגוון רחב של ענפי ספורט, וזאת כדי לבחון את עמדותיהם, מחשבותיהם ונסיגונם של ספורטאים רבים מענפי ספורט אישיים וקבוצתיים, פופולריים יותר ופופולריים פחות. ההנחה היא, שלמרות השוני הקיים בין ענף ספורט אחד למשנהו, ניתן למצוא קווים דומים ומאפיינים משותפים להתפתחותם הראשונית של הספורטאים שהגיעו לרמות הגבוהות בתוכנית ספורט רב-שנתית.

כלים

הריאיונות עם הספורטאים התבססו על שאלון חצי מובנה (Robson, 1997; Thomas & Nelson, 1996), שחובר במיוחד לצורך מחקר זה. השאלון כלל שני חלקים: (א) נתוני רקע על ספורטאי העילית והטרם-עילית (עשר שאלות, כגון: תאריך הלידה, המין, המצב המשפחתי וענף הספורט); (ב) היבטים התפתחותיים ופסיכולוגיים (21 שאלות), הקשורים בשלבים מוקדמים ביותר של גילוי הכישרון וטיפוחו, כגון הגיל שבו נחשף הספורטאי לעיסוקו הספורטיבי, הגורם שגילה אותו, תמיכת המאמן, המשפחה ובית הספר בהתפתחותו הספורטיבית, מידת שביעות רצונו משלבי התפתחותו הראשוניים בספורט והמלצותיו לספורטאים צעירים המתחילים זה עתה את דרכם בספורט.

השאלון ניתן לחמישה מומחים בתחום מדעי הספורט והחינוך הגופני (כגון, פסיכולוגיה של הספורט, סוציולוגיה של הספורט וייעוץ חינוכי), לחמישה מאמנים לאומיים בענפים אישיים (כגון אתלטיקה) וקבוצתיים (כגון כדורסל) ולשישה ספורטאי עילית וטרם-עילית (שלושה בכל קטגוריה); ספורטאים אלו לא נכללו במדגם הסופי לתהליך של הערכה לפני השימוש בו. בהתבסס על הערותיהם של המומחים השונים, שוכתבו כמה פריטים שנכללו בשאלון. תהליך זה סייע לתיקוף השאלון.

המומחים בתחום מדעי הספורט והחינוך הגופני שנבחרו לקרוא את הגרסה המוקדמת של השאלון ולהעיר את הערותיהם על תכניו ומבנהו לימדו במוסדות אקדמיים בישראל ועסקו במחקר חינוכי ופסיכולוגי בתחום המוטורי. משך עיסוקם בתחום האקדמי היה בין 5 ל-15 שנים. המאמנים שנבחרו לספק חוות דעת על השאלון אימנו בעבר (לפחות במשך שלוש שנים) נבחרות לאומיות, שנטלו חלק

לוח 1
 התפלגות הספורטאים על פי ענפי ספורט.

מספר הספורטאים		ענף ספורט
טרום-עילית	עילית	
1	1	אגרוף
0	2	אופניים
4	6	אתלטיקה
1	0	בדמינטון
0	4	ג'ודו
1	1	גלישה
0	2	הרמת משקולות
2	4	התעמלות
2	2	טניס
4	3	טניס שולחן
8	3	טריאתלון
3	5	כדור-יד
0	1	כדור-מים
15	7	כדורגל
10	7	כדורסל
10	4	כדורעף
1	1	סיוף
0	3	ספורט נכים
0	1	קיקים
1	2	קליעה
8	1	קרטה
7	3	שחיה
78	63	סה"כ

במפגשים בינלאומיים. ספורטאי העילית והטרום-עילית שקראו את השאלון חלקו מאפיינים דומים עם הספורטאים שנכללו במחקר זה. כולם שלטו בשפה העברית והציגו את עמדותיהם באורח ברור ביותר.

כדי להקטין ככל האפשר את השפעת המראיין על המרואיין, וכך לצמצם עד כמה שניתן את "שגיאת המדידה" של המראיין, ננקטו כמה מהלכים קודם שרואיינו הספורטאים. ראשית, השאלות נוסחו בבהירות ובפשטות כדי לסייע למרואיין להבין את אשר נדרש ממנו. השאלות הותאמו הן לענפי ספורט אישיים והן לענפי ספורט קבוצתיים. אף תוכן השאלות הותאם ל"שפת הספורטאים" מבחינת השימוש במונחים, בדוגמאות ובמקרים. שנית, צוות של מראיינים הוכשר במיוחד לצורך מחקר זה. צוות זה השתתף בסדנה מיוחדת, שבמהלכה הוסבר למראיינים כיצד להשתמש

בשאלון, כיצד להציג את השאלות בפני הספורטאים וכיצד לרשום את תשובותיהם. המראיינים הודרכו לפעול בהתאם לקריטריונים שהוגדרו מראש, תוך שמירה, עד כמה שאפשר, על קודי התנהגות מתאימים (Fowler & Mangione, 1990). שלישית, נסחו הנחיות בכתב למראיינים על יסוד המלצות מתודולוגיות (Fowler & Mangione, 1990; Robson, 1997).

הליך

הריאיונות תואמו עם הספורטאים טלפונית. בדרך כלל, הריאיון התקיים במתקן האימונים של הספורטאי לפני אימון. הוא נמשך כ-45 דקות, והשתתפו בו המראיינים והספורטאי בלבד.

ניתוח הנתונים

ממצאי השאלונים קובצו לקטגוריות בהתאם לשאלות שנשאלו הספורטאים במהלך הריאיון. הממצאים נותחו תוך שימוש בשיטות מחקר איכותיות (Locke, 1989; Stern, 1998; Turpin, Barley, Beal, Scaife, Slade, Smith & Walsh, 1999). הדגש הושם על ניתוח תוכן (context analysis) של דיווחי הספורטאים, כדי לבחון את תהליכי (כגון, מאורעות או פעולות) גילוי הכישרון וטיפולו בשנות העיסוק הראשונות בספורט. ניתוח זה מאפשר "לאפיין את התהליכים שמומחים עוברים במהלך עיסוקם" (Stern, 1998, p. 336). הניתוח, שהתבסס על המידע הרטרוספקטיבי שסיפקו הספורטאים, קיבץ את דיווחי הספורטאים על-פי הקריטריונים שהוצגו להם בשאלון. הממצאים הוקלטו ושוכתבו כדי להקל על תהליך ארגון לקטגוריות.

ממצאים ודיון

ממצאי המחקר מוצגים בלוחות 2, 3 ו-4. נתוני הרקע על ספורטאי העילית והטרומ-עילית מוצגים בלוח 2. ממצאים אלו נאספו מחלקו הראשון של השאלון. הממצאים הקשורים להיבטים ההתפתחותיים של שנות העיסוק הראשונות בספורט מוצגים בלוח 3, והממצאים הקשורים להיבטים הפסיכולוגיים שלהן מוצגים בלוח 4. הממצאים המופיעים בלוחות 3 ו-4 חולקו לקטגוריות בהתאם לאלו המופיעות בחלקו השני של השאלון. הנבדקים התבקשו לספק מידע על היבטים הקשורים להתפתחותם המקצועית בתחילת המפגש, ולאחר מכן ענו על שאלות הקשורות להיבטים פסיכולוגיים של שנות העיסוק הראשונות בספורט.

נתוני הרקע של הספורטאים

מרבית משתני הרקע של קבוצת ספורטאי העילית וקבוצת הטרומ-עילית נמצאו דומים. 73% מספורטאי העילית ו-77% מספורטאי הטרומ-עילית היו גברים, ורק 27% מספורטאי העילית ו-23% מספורטאי הטרומ-עילית היו נשים. תמונה זו משקפת את מציאות הספורט בישראל: מספר הבנים העוסק בספורט גדול ממספר הבנות, ומספר הגברים העוסק בספורט גדול ממספר הנשים. תוכניות הספורט המאורגנות בידי ההתאחדויות והאיגודים הפועלים בישראל נועדות לרוב לבנים/גברים. תשתית הספורט הקיימת בישראל מזה שנים מעניקה יתרון לבנים על פני בנות בפיתוח קריירה ספורטיבית. למרות שבשנים האחרונות נערכו נסיונות לצמצם פער זה בין בנים לבנות, בעיקר במסגרות בית ספריות, עדיין יותר בנים עוסקים בפעילות ספורטיבית בהשוואה לבנות.

לוח 2
נתוני רקע על ספורטאי העילית והטרומ-עילית.

משתנה	ספורטאי עילית	ספורטאי טרום-עילית
▪ מספר	63	78
גברים	46	60
נשים	17	18
▪ ממוצע גיל (סטיית תקן)	27.3 (5.9)	28 (5.8)
▪ ספורט אישי	36	39
▪ ספורט קבוצתי	27	39
▪ אזור מגורים		
עיר	50	56
מושב	9	17
קיבוץ	4	5
▪ מצב משפחתי		
רווק/ה	39	63
נשוי/אה	24	14
אלמן/ה	0	1

ממוצע גיל הספורטאים בשתי הקבוצות היה כמעט זהה. ממוצע הגיל (28) של קבוצת הספורטאים הטרומ-עילית שיקף את נסיונו לכלול בקבוצה זו ספורטאים שעברו את "שיאם", ואיבדו למעשה כל סיכוי של ממש להתקדם לשלב הבא בתוכנית ספורט רב-שנתית ולהשתתף באירועים בינלאומיים. אף מאמני הספורטאים שאתם שוחחנו דיווחו שלספורטאים שנכללו בקבוצה זו סיכוי קלוש ביותר להפוך לספורטאי עילית. ממוצע הגיל הדומה (27.3) של קבוצת העילית מחזק את הנחתנו שספורטאים אלו, למרות היותם בעלי ניסיון בינלאומי, עדיין נמצאים ב"אמצע" הקריירה הספורטיבית שלהם, בעיקר אלו שמתמחים במשחקי כדור, כמו כדורגל, כדורסל וכדור-יד. לספורטאים אלו נשארו די שנים כדי להתאמן ולשפר את יכולותיהם.

הספורטאים שנבחרו להשתתף במחקר זה ייצגו ענפי ספורט קבוצתיים, כמו כדורגל, כדורסל וכדורעף, וענפי ספורט אישיים, כמו התעמלות, טניס ואתלטיקה. ההתפלגות לענפים אישיים וקבוצתיים הייתה שווה ($n = 39$) בקרב קבוצת ספורטאי הטרומ-עילית. בקרב ספורטאי העילית היה ייצוג גדול יותר לענפים אישיים ($n = 36$) בהשוואה לענפים קבוצתיים ($n = 27$). כוונתנו הייתה לאפשר ליותר ספורטאים ממגוון רחב של מקצועות להשתתף במחקר כדי ללמוד על עמדותיהם של הטובים ביותר בעולמות תוכן שונים. לכן נבחרו ספורטאים מענפים כמו אופניים והרמת משקולות. יש לציין, שספורטאים ישראלים בענפי ספורט אישיים היו היחידים שזכו עד כה במדליות אולימפיות, כמו בג'ודו (יעל ארד ואורן סמדג'יה במשחקי ברצלונה 1992) ובגלישה (גל פרידמן במשחקי אטלנטה 1996).

ספורטאי העילית והטרומ-עילית באו מסביבות מגורים דומות. מרבית האתלטים (79% מספורטאי העילית ו-72% מספורטאי הטרומ-עילית) חיים במסגרת עירונית, על

לוח 3
 היבטים התפתחותיים של ספורטאי עילית וטרום-עילית
 במהלך שנות העיסוק הראשונות בספורט

משתנה	ספורטאי עילית (באחוזים)	ספורטאי טרום-עילית (באחוזים)
הגורם שהפנה לעיסוק בספורט	מורה לחינוך גופני 11	מורה לחינוך גופני 12
	מאמן 8	מאמן 16
	משפחה 48	משפחה 33
	חבר 13	חבר 16
	הספורטאי עצמו 20	הספורטאי עצמו 20
גיל החשיפה לעיסוק בספורט	בין גיל 5 ל-7 30	בין גיל 3 ל-6 20
	בין גיל 8 ל-10 16	בין גיל 7 ל-11 49
	מעל גיל 11 54	מעל גיל 12 31
גיל תחילת האימונים	בין גיל 5 ל-7 10	בין גיל 3 ל-6 5
	בין גיל 8 ל-10 22	בין גיל 7 ל-11 59
	מעל גיל 11 68	מעל גיל 12 36
מספר ענפי הספורט בשנים הראשונות	ענף אחד 30	ענף אחד 42
	יותר מענף אחד 70	יותר מענף אחד 58
מספר האימונים בשבוע שהוקדשו לפעילות ספורט במהלך שלוש השנים הראשונות	בין 2 ל-3 47	בין 2 ל-3 60
	בין 4 ל-5 18	בין 4 ל-5 40
	בין 6 ל-7 17	
	מעל 7 18	
מספר שעות בשבוע שהוקדשו לפעילות ספורט במהלך שלוש השנים הראשונות	בין 2 ל-3 16	בין 1 ל-2 20
	בין 3 ל-4 45	בין 2 ל-3 19
	בין 5 ל-6 25	בין 3 ל-4 40
	מעל 7 14	בין 5 ל-7 20
הצלחה בבית ספר ובספורט	כן 95	כן 95
	לא 5	לא 5
המשפחה כמקור תמיכה	כן 71	כן 85
	לא 29	לא 15

פי רוב עיר גדולה, ורק 21% מספורטאי העילית ו-28% מספורטאי הטרום-עילית גרים במקומות יישוב קטנים יחסית, כמו קיבוצים ומושבים. ממצא זה מחזק את הטענה שקיימים סיכויים גדולים יותר לטיפול כשרונות צעירים בספורט במסגרת עירונית, שכן מרבית האגודות והמועדונים המובילים בארץ נמצאים בערים הגדולות והבינוניות. על פי רוב, ילדים צעירים בעלי כישרון ספורטיבי הגדלים במושבים ובקיבוצים, שבהם אין בדרך כלל התנאים האופטימליים לטיפול הכישרון, עוברים למסגרת מקצועית עירונית, שתוכל לתמוך בכישוריהם המיוחדים.

מצבם המשפחתי של ספורטאי העילית היה שונה מזה של ספורטאי הטרום-עילית. 62% מספורטאי העילית היו רווקים ו-38% היו נשואים. לעומתם, 81% מספורטאי

לוח 4
 היבטים פסיכולוגיים של ספורטאי עילית וטרום-עילית
 במהלך שנות העיסוק הראשונות בספורט

משתנה	ספורטאי עילית (באחוזים)	ספורטאי טרום-עילית (באחוזים)
סוג התמיכה המשפחתית	פסיכולוגית 45	פסיכולוגית 54
	כספית 55	כספית 46
תפקיד המאמן (גם)	כן 68	כן 73
"פסיכולוג"	לא 32	לא 27
המניע המוטיבציוני בשנים הראשונות	חיצוני 13	חיצוני 32
	פנימי 87	פנימי 68
התכונות ה"פסיכולוגיות" החשובות ביותר של הספורטאי	עקביות 25	עקביות 15
	מאמץ 25	מאמץ 12
	הנאה 20	הנאה 13
	התמקדות בענף	התמקדות בענף
	ספורט יחיד 10	ספורט יחיד 7
	אחר 20	אחר 53
המלצות לספורטאים מתחילים	כשרון 31	כשרון 14
	עקביות 30	עקביות 20
	מוטיבציה 16	מוטיבציה 43
	רצון לנצח 16	רצון לנצח 10
מידת שביעות הרצון מהעיסוק בספורט במהלך השנים הראשונות	כן 16	כן 5
	לא 84	לא 95%

הטרום-עילית היו רווקים ורק 18% היו נשואים. בהתבסס על ממצאים אלו ניתן להניח, שאף-על-פי שספורטאי הטרום-עילית היו בסוף העשור השלישי לחייהם (ממוצע גילם היה 28), הם האמינו שהם יכולים להגיע לרמה תחרותית בינלאומית. משום כך, הם השקיעו הרבה בטיפוח הקריירה הספורטיבית שלהם. לעומתם, לפחות חלק מספורטאי העילית חשו שהגיעו לשיאם, ולכן טיפחו מטרות נוספות כמו הקמת משפחה. ייתכן שספורטאי העילית אף הבינו שמסגרת תמיכה נוספת כמו משפחה עשויה לסייע להם להתמקד עוד יותר בעיסוקם. מלבד המצב המשפחתי ניתן לומר שמשותני הרקע בקרב ספורטאי העילית והטרום-עילית היו דומים.

היבטים התפתחותיים

במהלך הריאיון התבקשו הספורטאים לדווח על מקרים, אירועים ותהליכים שהתרחשו במהלך השנים הראשונות לעיסוקם בספורט. המשתנים הקשורים לטיפוח הספורטאי במהלך השנים הראשונות משקפים תהליכים הן במישור האישי של הספורטאי, כמו יחסיו עם משפחתו, והן במישור המקצועי, כלומר האינטראקציה שלו עם גורמים מקצועיים, כגון מורה ומאמן, ועם מוסדות, כמו בית הספר.

הגורם הראשון הקשור לסביבת הטיפוח היה המקור שגילה את הספורטאי הצעיר.

ממצאי המחקר מראים כי הגורם המרכזי שהפנה את הילד לעיסוק בספורט היה אחד מבני המשפחה. 48% מספורטאי העילית ו-33% מספורטאי הטרומ-עילית התגלו בידי הוריהם, אחיהם ואחיותיהם או קרובי משפחה אחרים. לעומת זאת, מורים לחינוך גופני ומאמנים היו אחראים לגילוי של 19% מכלל ספורטאי העילית ושל 28% מכלל ספורטאי הטרומ-עילית. ממצא זה מאכזב למדי, למרות העובדה שחלק מהספורטאים הופנו לעיסוק בספורט בטרם החלו ללמוד במסגרת בית ספרית, בעיקר אלו שעסקו בענפים אישיים כמו התעמלות ושחייה. מעורבותם של אנשי המקצוע, שהוכשרו, בין השאר, לגלות ילדים מוכשרים בתחום הספורט, קטנה מהמצופה. אמנם למקצת בני המשפחה שגילו את הכישרון אצל הילד הייתה הכשרה מקצועית בתחומי החינוך הגופני והספורט, אך הדבר אירע במקרים ספורים בלבד בקרב האוכלוסייה המרואינת.

ניתן היה לצפות שמורים ומאמנים יגלו מעורבות רבה יותר בתהליכי איתור הכישרון. ספורטאי העילית והטרומ-עילית נחשפו לספורט (נתקלו לראשונה בענף הספורט שהפך מאוחר יותר לעיסוק המרכזי) בגילים צעירים ביותר, תופעה המקבילה לדיווחים של מומחים משטחים אחרים (Bloom, 1985). עם זאת, הספורטאים ברובם המכריע החלו להשתתף במסגרות ספורט מאורגנות רק בגיל 7-8. משמעות הדבר היא שהספורטאים החלו לעסוק בספורט בתקופה שבה החלו ללמוד בבית הספר. כלומר, נוצר חלל בין התקופה שבה הילד המוכשר נחשף לעיסוק בספורט לבין התקופה שבה החל לעסוק בספורט באופן פעיל ומאורגן. אנשי מקצוע בתחום המוטורי, כמו מורים לחינוך גופני ומאמנים, אמורים לנצל חלל זה ולערוך סדרה מקיפה ומגוונת של מבדקים, שיסייעו בידם לאתר את הילדים המוכשרים ביותר בקבוצת בני גילם לעיסוק בספורט (Fisher & Borms, 1990). ממצאי המחקר מדווחים שבני המשפחה הם שהבחינו בכישרון של הילד והפנו אותו למסגרת ספורטיבית. ההנחה היא שאם אנשי מקצוע כמו מורים ומאמנים (שהוכשרו במיוחד לשם כך) יהיו מעורבים יותר בתהליכים אלו, חיזוי היכולת העתידית של הספורטאי הצעיר עשוי להיות מדויק יותר (Hopple, 1995).

ניתוח דיווחי הספורטאים על התפתחותם המקצועית מלמד על גורמים משותפים אך גם מבדילים בקרב ספורטאי העילית והטרומ-עילית. למשל, גיל החשיפה לענף הספורט, כלומר המועד שבו שמעו הספורטאים על הענף או צפו בפעילות מסוימת הקשורה בו, היה די דומה בקרב שתי אוכלוסיות הספורטאים. אף מועד תחילת האימונים במסגרות מאורגנות היה דומה למדי בקרב הספורטאים. מתוך לוח 3 עולה כי שתי קבוצות הספורטאים נחשפו לספורט בגיל צעיר ביותר, דבר שאפשר להם כמה שנים מאוחר יותר להתחיל להתאמן במסגרת אימונים מאורגנת ומבוקרת בידי אנשי מקצוע. הספורטאים הישראלים התחילו לעסוק בספורט בגיל המתאים, וחלקם התחילו להתאמן בגיל צעיר יותר מהגיל המומלץ בספרות המקצועית (Helsen, Starkes, & Hodges, 1998).

שתי אוכלוסיות הספורטאים התמקדו במהלך שנות עיסוקם הראשונות ביותר מענף ספורט אחד. 70% מספורטאי העילית ו-58% מספורטאי הטרומ-עילית עסקו בשני ענפי ספורט לפחות. ממצא זה עולה בקנה אחד עם המלצות הספרות העוסקת בהתפתחות מוטורית (Gallahue, 1996; Gallahue & Ozmun, 1995; Haywood, 1993) ובתורת האימון (Bompa, 1990). כדי להשביח את הרפרטואר התנועתי של הילד בשנים הראשונות להתפתחותו המוטורית יש לאפשר לו להתנסות בפעילויות מוטוריות רבות ככל האפשר. בעזרת פעילות מגוונת זו הילד עשוי

להתמודד ביעילות רבה יותר עם תהליכי למידה של מיומנויות מוטוריות קשות ומורכבות, האופייניות לענפי ספורט רבים (Schmidt & Lee, 1999).

עם זאת, ספורטאי העילית נבדלו מספורטאי הטרנס-עילית בשני גורמים התפתחותיים שתרמו רבות להתפתחותם העתידית. הגורם האחד הוא מספר אימוני הספורט בשבוע במשך שלוש השנים הראשונות, והשני הוא מספר השעות בשבוע שיוחדו לפעילות ספורט בשלוש השנים הראשונות. הנתונים המוצגים בלוח 3 מלמדים שספורטאי העילית השקיעו זמן רב יותר בטיפוח יכולותיהם הן במסגרות פורמליות, כמו אימוני ספורט בבית הספר ובאגודת ספורט, והן במסגרות לא פורמליות, כגון פעילות בשעות הפנאי. האימון המוקדם והמצטבר אפשר לספורטאי העילית לצבור יותר "שעות אימון" בהשוואה לספורטאי הטרנס-עילית, וליצור פער שנבע לא רק מכשרונם הטבעי אלא אף מתהליך הטיפוח. על-פי אריקסון וצ'רנס (Ericsson & Charness, 1994), המומחה בעולם תוכן מסוים נדרש ל-10 עד 12 שנים של אימון שמוטאם לעולם התוכן הזה כדי לממש את הפוטנציאל הטמון בו. מעבר לכך, המומחה נדרש לצבור "שעות אימון" רבות ביותר כדי לטפח ביעילות את כשרונו. נראה, שספורטאי העילית התאמנו יותר מעמיתיהם, ואף מצאו סביבת טיפוח מתאימה יותר לאימון כישוריהם המיוחדים. כדי לטפח מצוינות בספורט נדרשת התאמה בין סביבת הטיפוח (מאמן, מורה, מתקנים וציוד) לבין כשריו המוטוריים והקוגניטיביים של הספורטאי (Bouchard et al., 1997; Singer & Janelle, 1999).

ספורטאי העילית והטרנס-עילית דיווחו שעלה בידם לשלב בהצלחה לימודים ופעילות ספורטיבית (95% מכלל הספורטאים). למרות שספורטאי העילית והטרנס-עילית הקדישו שעות רבות לאימונים ולתחרויות במשך השנים הראשונות לעיסוקם הספורטיבי, הם הצליחו להתמיד בלימודיהם. חמישה אחוזים בלבד מכלל האוכלוסייה, שהם שבעה ספורטאים, נשרו ממסגרת בית הספר עקב עומס אימונים ומשחקים. שילוב מוצלח זה בין לימודים לעיסוק בספורט עשוי להיות מוסבר לאור התמיכה שלה זכו הספורטאים ממשפחתם. מתברר, שהמשפחה תמכה בספורטאים וסייעה להם להתמודד הן עם הדרישות והאתגרים של עיסוקם הספורטיבי והן עם דרישות הלימודים המתחייבות ממסגרת בית הספר. ממצא זה עולה אף ממחקרים רטרוספקטיביים קודמים (Bloom, 1985), שבהם דיווחו הספורטאים על תרומתה המשמעותית של משפחתם להצלחתם הספורטיבית. בנוסף על כך, מדיווחי הספורטאים עולה שסגל המורים בבית הספר עודד אותם להמשיך בעיסוקם הספורטיבי, ולעתים אף אפשר להם לדחות מועדי מבחנים והגשה של עבודות לתאריכים נוחים יותר.

היבטים פסיכולוגיים

בריאויות נשאלו הספורטאים על נושאים הקשורים במוכנותם המנטלית והחברתית לעיסוק בספורט. בהקשר זה סיפקו הספורטאים מידע על מערכות היחסים שלהם עם משפחותיהם ומאמניהם, על תכונות "פסיכולוגיות" חשובות להצלחה בספורט ועל מידת שביעות הרצון שלהם מעיסוקם בספורט במהלך השנים הראשונות.

ספורטאי העילית והטרנס-עילית דיווחו שמשפחותיהם סיפקו להם שני מקורות תמיכה: פסיכולוגית (נפשית) וכספית. בקרב ספורטאי העילית, 55% דיווחו על תמיכה כספית ו-45% דיווחו על תמיכה פסיכולוגית. בקרב ספורטאי הטרנס-עילית החלוקה הייתה שונה במעט: 54% דיווחו על תמיכה פסיכולוגית ו-46% דיווחו על תמיכה כספית. נראה שספורטאי העילית, בשל עיסוקם הנמרץ יותר בספורט, נזקקו לתמיכה כספית רבה יותר, שהתבטאה בין השאר בקניית לבוש מיוחד לאימונים ולתחרויות,

רכישת ציוד ספורט, טיפולים רפואיים והסעות למתקני האימון והמשחקים. לעומתם, ספורטאי הטרום-עילית התאמנו פחות, ולכן נדרשו לתמיכה כספית נמוכה יותר.

התמיכה הפסיכולוגית שלה זכו ספורטאי העילית והטרום-עילית אופיינית אף לתהליכי ההתפתחות של מומחים בעולמות תוכן אחרים, כמו מוזיקה, מתמטיקה ומחשבים. בלום (Bloom, 1985) מדווח שתמיכה משפחתית בילד/נער המוכשר תסייע לו להגשים את הטמון בו. ללא המסגרת המשפחתית התומכת, המבינה והסופגת את תסכולי הספורטאי הצעיר, יתקשה הילד המוכשר להתגבר על המכשולים הפיזיים, המנטליים והרגשיים שמעמיד בפניו העיסוק בספורט. תמיכה זו היא אחד הגורמים החשובים להצלחה בספורט.

בניגוד למעורבות מקצועית נמוכה יחסית של מורים לחינוך גופני ומאמנים בשלב הראשון של איתור הכישרון בספורט וטיפולו, הרי שמעורבותם ה"פסיכולוגית" מוערכת מאוד על-ידי ספורטאי העילית והטרום-עילית. מתוך דיווחי הספורטאים עולה, כי לא רק משפחתם אלא אף המאמן סיפק להם עידוד מנטלי רב ועקבי במהלך השנים הראשונות לעיסוקם הספורטיבי. הדמות המקצועית המרכזית בטיפול הספורטאי הצעיר נתפסת כדמות מעודדת, שמספקת תמיכה "מנטלית" בעת הצורך. 68% מספורטאי העילית ו-73% מספורטאי הטרום-עילית דיווחו על תמיכה פסיכולוגית שקיבלו ממאמניהם.

העיסוק בספורט דורש לא רק מוכנות פיזית אלא גם מוכנות מנטלית (לידור, 1999; לידור ושדה, 1996; Weinberg & Gould, 1999). ילדים העוסקים בספורט חווים לא פעם הרגשות תסכול, אכזבה, תבוסה ואי-סיפוק עצמי. לעתים, הציפיות מהספורטאי הצעיר גבוהות, ולא פעם הוא מרגיש שאין הוא עומד בציפיות של מאמנו, הוריו ומוריו. לכן תמיכה מנטלית חשובה ביותר בגיל הצעיר. הספורטאים שהשתתפו במחקר זה דיווחו, שהמאמן שימש להם "אוזן קשבת", "חבר" ו"יועץ". היו שדיווחו שהמאמן היה להם כ"אבא שני"; הוא התעניין בהישגיהם הלימודיים, ביחסיהם עם בני משפחתם וחבריהם הקרובים ובהרגשתם לפני ואחרי המשחק והתחרות. ממצא זה מעודד מאוד לגבי התפקיד שממלאים המורה והמאמן בטיפול הספורטאי הצעיר (Martens, 1987, 1997). מתברר שהמאמן מודע לצרכיו של הצעיר, ומסייע לו להתגבר על מכשולים מנטליים במהלך עיסוקו הספורטיבי.

כאשר נשאלו הספורטאים על הגורם שהניע אותם לעסוק בספורט, התגלו תשובות שונות בקרב שתי האוכלוסיות. מרבית ספורטאי העילית (87%) דיווחו שמניעים פנימיים כמו הנאה מהעיסוק בספורט, הרצון להשתפר והאתגר לממש את הפוטנציאל הטמון בהם גרמו להם להתמיד בעיסוקם הספורטיבי. שישים ושמונה אחוזים מקרב ספורטאי הטרום-עילית דיווחו על מניעים כאלה. המוטיבציה הפנימית של הספורטאי מהווה גורם מרכזי בהתמדתו בעיסוק הספורטיבי (Vallerand & Perreaut, 1999; Weinberg & Gould, 1999). ללא התמדה, עקביות ורצון להשתפר יתקשה הספורטאי המוכשר לממש את הפוטנציאל הטמון בו. מתברר שספורטאי העילית היו מונעים פנימית להצליח בספורט יותר מעמיתיהם.

ממצא זה הוא בעל השלכות חינוכיות חשובות ביותר. על המורים והמאמנים לטפח בקרב ספורטאים צעירים מניעים פנימיים לעסוק בספורט. מניעים פנימיים, או מוטיבציה פנימית, מבטאים את שאיפתו של הפרט לעסוק בספורט, משום שהוא נהנה מעצם הפעילות ומהאתגרים שאליהם הוא נחשף במהלכה (Weinberg & Gould, 1999). הפרט מתאמן משום רצונו להשתפר ולהשביח את יכולותיו, ללא קשר למיקומו בתחרות או לתוצאותיו ביחס לאחרים. על-פי ויינברג וגולד (1999),

ספורטאים צעירים המונעים פנימית לעסוק בספורט משקיעים מאמצים רבים יותר באימוניהם, מקדישים להם זמן רב יותר, ומוותרים על עיסוקים אחרים למען הספורט בהשוואה לאלו העוסקים בספורט לשם קבלת פרס או חיזוק על הישגיהם. בנוסף על כך, אלו המונעים פנימית עקביים יותר במאמציהם.

מאפיין זה של ההתנהגות ההנעתית של הספורטאים במהלך השנים הראשונות לעיסוקם הספורטיבי בא לידי ביטוי אף בהמלצותיהם של ספורטאי העילית והטרומ-עילית לספורטאים צעירים מתחילים כיצד לממש בעילות את הפוטנציאל הספורטיבי הטמון בהם. לדעתם, התכונות הפסיכולוגיות החשובות ביותר שיכולות לסייע לספורטאי הצעיר הן עקביות, הפגנת מאמץ ונחישות והנאה מהעיסוק בספורט, כפי שעולה מלוח 4. ניתן ליישם המלצות אלו אף בתחומים אחרים, כמו לימודים בבית הספר. במובן מסוים, להמלצות אלו פן חינוכי, ולכן הן עשויות לחזק את הקשר בין העיסוק בספורט לבין טיפוח של תהליכים אחרים, כמו משמעת עצמית, חינוך לערכים וכיבוד הזולת (Griffin, 1998).

כשאנו משווים בין דיווחיהם של ספורטאי העילית ושל ספורטאי הטרומ-עילית על התכונות ה"פסיכולוגיות" החשובות ביותר לעיסוק בספורט, ובדקים את המלצותיהם לספורטאים צעירים, מתברר שלספורטאי העילית תמונה ברורה יותר כיצד יש להתגבר על מכשולים מנטליים כמו פחד מכישלון, התמודדות עם פגיעה והתגברות על "תקופות רעות" במהלך עונת המשחקים או התחרויות. לעומתם, ספורטאי הטרומ-עילית דיווחו על תכונות פסיכולוגיות רבות, ללא כיוון מוגדר. כך, למשל, 53% מהם דיווחו על מגוון רחב ביותר של תכונות נדרשות להצלחה בספורט, שלא ניתן היה לכלול אותן באחת הקטגוריות הפסיכולוגיות של עקביות, הנאה ומאמץ מנטלי. ניתן להסיק מדיווחים אלו, שלספורטאי העילית היה ברור יותר מה נדרש לעשות כדי לטפח ילדים מוכשרים בספורט. הם ידעו לאתר את התכונות הפסיכולוגיות הדרושות להתמדה בספורט ולפיתוח הכישרון, כמו גם להמליץ לספורטאים מתחילים במה עליהם להתמקד כדי להצליח בספורט. כמו כן, נראה שספורטאי העילית העריכו יותר את גורם הכישרון הדרוש להצלחה בספורט: 31% מהם ציינו את הכישרון כגורם מפתח להצלחה. בקרב ספורטאי הטרומ-עילית, 14% בלבד הזכירו את הכישרון כגורם החשוב להצלחה בספורט. סביר להניח שאלו שנמצאו פחות מוכשרים חיפשו אחר גורמים אחרים, סביבתיים וחברתיים, החשובים יותר לדעתם למימוש הפוטנציאל בספורט.

כאשר נשאלו הספורטאים על מידת שביעות רצונם מעיסוקם בספורט בשנים הראשונות, רובם דיווחו על שביעות רצון נמוכה (84% מספורטאי העילית ו-95% מספורטאי הטרומ-עילית). ממצא מעניין זה אינו מפתיע, שכן אוכלוסיית הספורטאים שרואינה במחקר זה החלה לעסוק בספורט לפני כשני עשורים. התנאים הסביבתיים לטיפוח ספורטאים צעירים לא היו מיטביים בתקופה זו, וזאת בלשון המעטה, בהשוואה לתנאים העומדים כיום לרשות ספורטאים צעירים. לכן, הספורטאים שהיו מודעים לדלות סביבת הטיפוח שעמדה לרשותם, דיווחו שהיו נוהגים אחרת לו התאפשר הדבר. לדוגמה, הספורטאים דיווחו שהיו מהגרים למדינה אחרת כדי לטפח את כשרונם, או שהיו משקיעים שעות אימון רבות יותר בעיסוקם הספורטיבי. רובם טענו שהיו עוברים להתאמן ולהתחרות במסגרת אימונים מסודרת יותר מזו שהיו רגילים לה. מסגרת זו, סביר להניח, הייתה חושפת אותם לתנאי הדרכה וטיפוח סביבתי ברמה גבוהה יותר. טיעונים אלו הועלו הן על-ידי ספורטאי העילית והן על-ידי ספורטאי הטרומ-עילית, דבר המחזק את ההנחה שלסביבת הטיפוח חשיבות רבה במימוש הכישרון של הספורטאי הצעיר, רב ככול שיהיה כשרונו (Bouchard et al., 1997).

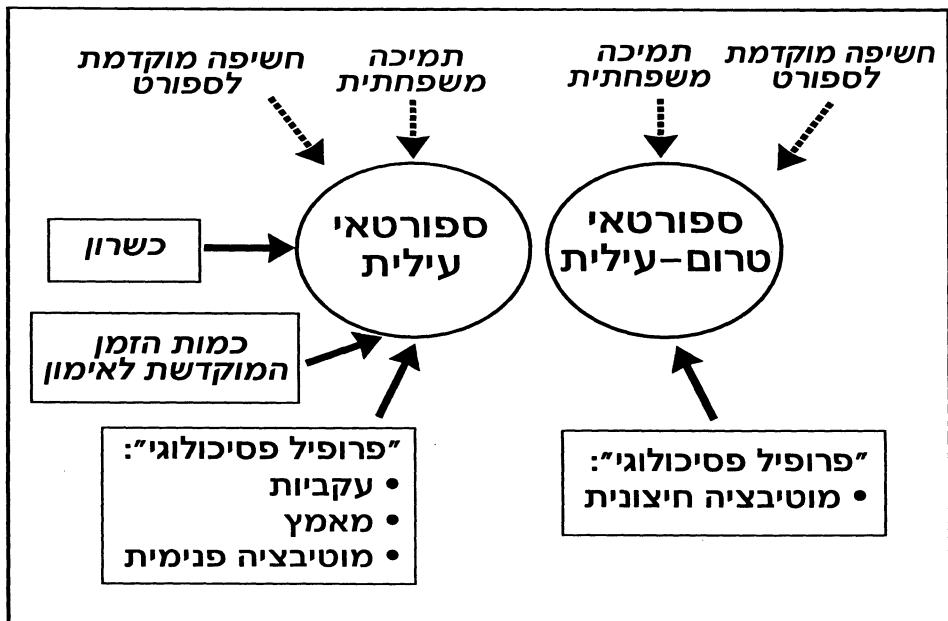
המלצות להשבת תהליך גילוי הספורטאי הצעיר וטיפוחו

אוכלוסיית המרואיינים במחקר זה כללה את הספורטאים הטובים ביותר בישראל (במועד הריאיונות) ואת הספורטאים שכמעט הגיעו לרמות הביצוע הגבוהות ביותר. דיווחיהם של ספורטאי העילית והטרום-עילית עשויים לסייע בידי הגורמים השותפים בתכנון, בבקרה, בהוראה ובאימון של ספורטאים צעירים לעצב סביבות אימון והדרכה מתאימות ככל האפשר לאישיותו של הספורטאי ולכשרונו.

קיימים גורמי טיפוח המשותפים הן לספורטאי העילית והן לספורטאי הטרום-עילית. לדוגמה, חשיפה מוקדמת לספורט ותמיכה משפחתית הן גורמים הכרחיים לכל מי שמעוניין לפתח את כשרונו בספורט. שכן, גם לאלו שלא יגיעו לרמות הביצוע הגבוהות ביותר נדרשת חשיפה מוקדמת לענף הספורט שבו יתמחו. כמו כן, נדרשת תמיכה משפחתית, פסיכולוגית וכספית. עם זאת, כדי לייעל עוד יותר את תהליך טיפוח הספורטאי בשנות העיסוק הראשונות בספורט יש לתת את הדעת על שני גורמים נוספים: פרק הזמן המוקדש לעיסוק בספורט ומידת המוכנות המנטלית (הפסיכולוגית) של בעל הכישרון. על סביבת הטיפוח להביא בחשבון שני היבטים אלו, שנמצאו מבדילים בין הטובים (ספורטאי הטרום-עילית) לבין הטובים מאוד (ספורטאי העילית). יש לאפשר לילדים מוכשרים לפעול במסגרת שתעודד אותם לעסוק בספורט אך גם להתמיד בלימודיהם. כמו כן, יש לוודא שהמורה והמאמן האחראים על תכנון סביבת הטיפוח בשנים הראשונות יהיו מודעים לצרכים ההתפתחותיים, הקוגניטיביים והחברתיים של הילדים המוכשרים. מודעות כזו יכולה להגביר את המוטיבציה הפנימית של המוכשרים להתמיד בעיסוקם, ולהגיע לרמות ביצוע גבוהות עוד יותר. גורמי הטיפוח, הן המשותפים לספורטאי העילית והטרום-עילית והן המבדילים בין שתי אוכלוסיות הספורטאים, מוצגים באיור 2.

איור 2

גורמים מרכזיים המעורבים בגילוי הכשרון ובהתפתחותו במהלך השנים הראשונות לעיסוק הספורטיבי



הגורמים המרכזיים השותפים לגילוי הכישרון ולטיפוחו בשנות ההכשרה הראשונות, שמוצגים באיור 2, עשויים לעורר סקרנות בקרב חוקרים בתחום המוטורי המתעניינים בהיבטים חינוכיים, פסיכולוגיים וחברתיים של תהליכי גילוי וטיפוח כשרונות צעירים. לאור העובדה שהמחקרים הרטרופקטיביים בתחום זה מעטים, הגורמים שנמצאו עשויים להנחות מחקרים עתידיים בתחום המוטורי. למשל, מחקר שיתעד לאורך זמן את תמיכת המשפחה בספורטאי עשוי לבדוק לא רק את אופני התמיכה שמספקת המשפחה לספורטאי (נושא שנדון במחקר הנוכחי), אלא גם מה מתרחש במשפחה המנסה לסייע לספורטאי הצעיר, וכיצד היא מתמודדת עם קשיי המוכשר. נושא זה נחקר מעט מאוד בספרות הבינלאומית, (Côté, 1999), ואינו נמצא בספרות המחקר בארץ. שאר הגורמים המוצגים באיור 2 עשויים אף הם לשמש בסיס למחקר בתחום המוטורי, ובכלל זה מחקר הבוחן את פעולתם המשולבת של כמה גורמים בתהליך הגילוי וההכשרה.

מההיבט המעשי של הוראה, הדרכה ואימון עולות ארבע המלצות ממחקר רטרופקטיבי זה. המלצות אלו ניתנות ליישום הן בסביבות למידה בית ספריות והן בסביבות למידה בלתי פורמליות, כמו אלו האופייניות למועדונים ולאגודות ספורט.

להלן ארבע המסקנות העיקריות של המחקר:

- (1) על בית הספר להמשיך ולעודד ספורטאים צעירים לעסוק בספורט ולהשקיע באימוניהם שעות רבות;
- (2) על מורים ומאמנים לשמש גם כ"יועצים" חינוכיים ופסיכולוגיים בעבודתם עם ספורטאים צעירים;
- (3) על מורים ומאמנים לעודד מניעים פנימיים לעיסוק בספורט (כמו הנאה מעצם העיסוק ורצון להשתפר ולהשקיע מאמץ) בקרב ספורטאים צעירים;
- (4) על המשפחה לשמש כמקור תמיכה בספורטאים הצעירים הן בעיסוקם הספורטיבי והן בנסיגותיהם להתמיד בלימודיהם.

ביבליוגרפיה

- לידור, ר' (1999). חשיבה וקבלת החלטות בספורט. תל-אביב: משרד הביטחון.
- לידור, ר' ושדה, ש' (1996). חשיבה והתנהגות בטניס. תל-אביב: אל-אור.
- Bloom, B. S. (Ed.). (1985). *Developing Talent in Young People*. New York: Ballantine Books.
- Bompa, T. O. (1990). *Theory and Methodology of Training: The Key to Athletic Performance*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- Bouchard, C., Malina, R. M., & Prusse, L. (1997). *Genetics of Fitness and Physical Performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Brennan, S. J. (1990). *Competitive Excellence: The Psychology and Strategy of Successful Team Building*. Omaha, NE: Peak Performance.
- Carling, W., & Heller, R. (1995). *The Way to Win: Strategies for Success in Business and Sport*. London, UK: Little, Brown and Company.

- Côte, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395-417.
- Durand-Bush, N., & Salmela, J.H. (2001). The development of talent in sport. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C.M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (2nd ed., pp. 269-289). New York: Wiley.
- Ericsson, K. A., & Charness, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *American Psychologist*, 49, 725-747.
- Feldhusen, J. F., & Jarwan, F. A. (1993). Identification of gifted and talented youth for educational programs. In K. A. Heller, F. J. Monks, & A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 233-251). New York: Pergamon.
- Fisher, R. J., & Borms, J. (1990). *The Search for Sporting Excellence*. Schorndorf: Verlag Karl Hofman.
- Fowler, F. J., & Mangione, T. W. (1990). *Standardized Survey Interviewing: Minimizing Interviewer-Related Error*. Newbury Park, CA: Sage.
- Gallahue, D. L. (1996). *Developmental Physical Education for Today's Children* (3rd ed.). Madison, IA: Brown & Benchmark.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (1995). *Understanding Motor Development* (3rd ed.). Wisconsin: Brown & Benchmark.
- Griffin, R.S. (1998). *Sports in the Lives of Children and Adolescent: Success on the Field and in Life*. London: Praeger.
- Hany, E. A. (1993). Methodological problems and issues concerning identification. In K. A. Heller, F. J. Monks, & A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 209-232). New York: Pergamon.
- Haywood, K. H. (1993). *Life Span Motor Development* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Helsen, W. F., Starkes, J. L., & Hodges, N. J. (1998). Team sports and the theory of deliberate practice. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 12-34.
- Hemery, D. (1986). *Sporting Excellence: A Study of Sport's Higher Achievers*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hopple, C. J. (1995). *Teaching for Outcomes in Elementary Physical Education: A Guide for Curriculum and Assessment*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Locke, L. F. (1989). Qualitative research as a form of scientific inquiry in sport and physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1, 1-20.

- Martens, R. (1987). *Coaches Guide to Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R. (1997). *Successful Coaching*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Matsudo, V. K. R. (1996). Prediction of future excellence. In O. Bar-Or (Ed.), *The Child and Adolescent Athlete* (pp. 92-108). Berlin, Germany: Blackwell Science.
- Passow, A. H., Monks, F. J., & Heller, K. A. (1993). Research and education of the gifted in the year 2000 and beyond. In K. A. Heller, F. J. Monks, & A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 883-903). New York: Pergamon.
- Regnier, G., Salmela, J., & Russell, S. J. (1993). Talent detection and development in sport. In R. N. Singer, M. Murphey, & K. L. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp. 290-313). New York: Macmillan.
- Robson, C. (1997). *Real World Research: A Resource for Social Scientists and Practitioner-Researchers*. Oxford, UK: Blackwell.
- Schmidt, R. S., & Lee, T. D. (1999). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Singer, R. N., & Janelle, C. M. (1999). Determining sport expertise: From genes to supreme. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 117-150.
- Stern, W. B. (1998). Possibilities for qualitative research in sport psychology. *The Sport Psychologist*, 12, 333-345.
- Sternberg, R. J. (1993). Procedures for identifying intellectual potential in the gifted: A perspective on alternative "metaphors of mind". In K. A. Heller, F. J. Monks, & A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 185-207). New York: Pergamon.
- Subotnik, R. F., & Arnold, K. D. (1993). Longitudinal studies of giftedness: Investigating the fulfillment of promise. In K. A. Heller, F. J. Monks, & A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 149-160). New York: Pergamon.
- Thomas, R. R., & Nelson, J. K. (1996). *Research Methods in Physical Activity* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Turpin, G., Barley, V., Beail, N., Scaife, J., Slade, P., Smith, J. A., & Walsh, S. (1999, April). Standards for research projects and theses involving qualitative methods: Suggested guidelines for trainees and courses. *ISSP Newsletter*, pp. 4-8.

- Vallerand, R. J., & Perreault, S. (1999). Intrinsic and extrinsic motivation in sport: Toward a hierarchical model. In R. Lidor & M. Bar-Eli (Eds.), *Sport Psychology: Linking Theory and Practice* (pp. 191-212). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1999). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Williams, A. M., & Reilly, T. (2000a). Editorial. *Journal of Sports Sciences*, *18*, 655-656.
- Williams, A. M., & Reilly, T. (2000b). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Sciences*, *18*, 657-667.