العدوان في الرياضة  
الرياضة ذلك الميدان الذي يفترض ان يكون قدوة للميادين الاجتماعية الاخرى في التعامل الانساني السليم مع المحيط وفي القيم الايجابية الكبيرة التي يحملها منتسبوها الاّ اننا وللاسف الكبير نرى ان ذلك الميدان اضحى مسرحاً من المسارح الحياتية التي تجسد الاشكال المختلفة للعدوان البشري حيث ((يعد العدوان احدى المشكلات الاجتماعية التي تواجه المجتمعات الرياضية المختلفة والتي لاتتفق مع الاهداف السامية التي تقام من اجلها المباريات والمنافسات والالعاب الرياضية والتي تهدف الى نشر روح المحبة والتعاون والسلام بين ابناء هذا العالم))(3). فبينما يجب ان يكون الرياضيون مميزين ايجابياً بقوتهم وتواضعهم ولطفهم ومجاملتهم واجتماعيتهم واخلاقهم العالية(1) نجد ان البحوث قد اشارت الى ان ((العنف والسلوك العدواني في المنافسات الرياضية اصبح ظاهرة شائعة الحدوث فالدفع والشد والمسك والاعتراض على قرارات الحكم اصبحت جميعها واردة في المنافسات الرياضية لان الفوز في المباراة اصبح هو الهدف الاساسي من التدريب والاشتراك في هذه المنافسات ناهيك عن ان العنف والعدوان باتجاه المنافس اصبح احد طرق تحقيق الفوز في المباراة))(2) ولمراجعة سبب ذلك نجد ان ((السلوك العدواني للاعب شأنه شأن اي نمط سلوكي آخر يقوم به فهو نتاج عدة متغيرات تتكامل مع بعضها البعض لتعطي هذا النمط او ذاك من السلوك فليس هناك متغير واحد فقط هو الذي ينتج السلوك العدواني))(3) . ومن هذه المتغيرات هو التأكيد على الفوز والفوز وحده في المباريات التنافسية ولم تكن المبادئ السامية التي تأسست عليها قوانين الالعاب في حساب الاداريين والمدربين ((فكثيراً من الاداريين يصبحون اسرى رغبات اعضاء الفريق والجمهور مما يؤثر سلبياً في سلوكهم.... واحياناً يكون الاداري سبباً في شحن الجماهير وهياجها مما يؤثر سلبياً ويجعلها تلجأ للعنف او ايذاء الحكم او الفريق الاخر))(4).  
قد يتصف الاداريون المسؤولون عن هذا الفريق الرياضي او ذاك بالرؤية القاصرة للامور حيث ((ينظر البعض الى التنافس الرياضي نظرة فيها الكثير من المغالاة فينقلب التنافس الرياضي الى تنافس عدواني وصراع على النقط للوصول الى الصدارة وتجنب الهبوط الى القاعدة بأي ثمن))(1). وعند تركيز المسؤولين على الفوز فقط وحث اللاعبين عليه وتحميلهم المسؤولية في حالة الفشل يصبح اللاعبون في وضعية متوترة الغاية الوحيدة للعبهم هو الفوز وليس الترويح والتمتع والمخالطة وما الى ذلك من القيم الرائعة وهذا التوتر الذي يسيطر على اللاعبين يمكن بسهولة ان يتحول الى عدوان في ساحة اللعب ليستنفر الجماهير المحتشدة ولهذا اصبح ((السلوك العدواني يحدث في كل مباراة ولايقتصر على فئة معينة بل قد يصيب اللاعبين والحكام والمكلفين بحفظ النظام او المشاهدين انفسهم ولايقتصر هذا السلوك العدواني على ترديد كلمات قاسية او سخيفة وانما يمكن ان يكون (تبادل لكمات او اشتباك بالايدي واستعمال ادوات تصل الى تبادل اطلاق النار)))(2).  
وهناك امثلة كثيرة توضح النتائج المأساوية للسلوك العدواني والعنف في الملاعب الرياضية (وخاصة ملاعب كرة القدم) ، فقد ذكر (موريس Morris) حوادث كثيرة منها(3):  
• ادت اعمال العنف والشغب عام (1964) في مباراة (بيرو) و(الارجنتين) الى قتل (301) شخص وجرح اكثر من (500) شخص .   
• وفي عام (1971) في انكلترا ادت الى سحق (66) شخصاً حتى الموت وسقوط اكثر من (200) جريح .   
• والكارثة الاكثر ذهولاً هي التي حدثت في اميركا الوسطى عام (1969) ففي مباراة بين (الهندوراس) و (السلفادور) ضمن تصفيات كأس العالم حدثت حوادث عنف وشغب وحشية ادت الى قطع العلاقات بين البلدين واعلان حالة الحرب التي سميت بحرب كرة القدم.  
  
وقد اورد لنا (ثامر محسن) امثلة اخرى منها(1):   
• الاحداث الدامية التي وقعت خلال مباراة فريقي (ليفربول) و (توتنكهام) شبه النهائي لآحراز بطولة انكلترا عام (1988) والتي راح ضحيتها (95) شخصاً واصيب اكثر من (200) شخص آخرين كان 80% منهم اطرافهم مقطوعة وكان ذلك نتيجة للسلوك العدواني لمشجعي (ليفربول).  
• ومأساة هيسيل التي ذهب ضحيتها (39) شخصاً خلال مباراة ناديي (ليفربول) و(يوفانتس) والتي كانت بسبب تعصب مشجعي (ليفربول) وسلوكهم العدواني في الملعب.  
وقد شمل هذا السلوك غير الرياضي الملاعب العربية ايضاً واورد (سعد محسن)(2) العديد من الامثلة على عدوان اللاعبين على الحكم او الجمهور على الحكم والفريق الخصم ونذكر هنا الحالة الاغرب وهي قيام الطبيب المعالج بطعن احد لاعبي الفريق الخصم في احدى مباريات الكرة ضمن الدوري العام في الاردن.  
كرة القدم كغيرها من الالعاب الرياضية كانت الروح الرياضية هدفها الاسمى ووضعت قانونها لتحقيق مبادئها الاساسية في (السلامة – والمساواة – والمتعة)(3). ولكنها من اكثر الالعاب التي عانت ولا زالت تعاني من السلوك العدواني ولعل ما تقدم من امثلة كفيلاً بتوضيح ذلك.  
2-1-5 : انواع العدوان في الرياضة  
تناول علماء النفس والباحثون في هذا المجال العدوان بدقة اكبر حيث حاولوا تصنيفه وتقسيمه الى انواع حسب السبب او الهدف المؤدي اليه فقد قسم بعضهم العدوان   
  
الى : (هجومي – ودفاعي) ((فالعدوان يكون ضاراً وهجومياً عند محاولة الفرد الحاق الاذى بشخص اخر لم يلحق الاذى به ويكون دفاعياً عند محاولة الفرد الحاق الاذى بمن حاول الحاق الاذى به))(1) وبعضهم ذكر ((ان العدوان (اما عادي او شاذ) ومن علامات الشاذ انه متكرر هائم طليق يحدث دون سبب يدعو اليه ودون تقدير لعواقبه الضارة))(2). وميز (بانديورا) بين نوعين من العدوان في المجتمع هما(3): العدوان الوسيلي (Instrumental aggression) والعدوان العدائي (Hostile aggression) . ويتفق هذا الكلام مع ما ذهب اليه (بس Buss) و (فيشباخ Feshbach) في ان للعدوان نمطين هما: عدوان الغضب (اي بسبب الغضب) او العدوان العدائي والعدوان الوسيلي(4).  
اما في مجال الرياضة فيشير (راتب) الى ان (سيلفا Silva) قد قسم العدوان الى العدوان كغاية (اي العدوان العدائي) والعدوان الوسيلي ايضاً(5).  
وفي مفهوم هاذين النوعين فالمقصود بالعدوان العدائي : هو السلوك الذي يحاول فيه الفرد اصابة كائن حي اخر لإحداث الالم والاذى او المعاناة له وهدفه التمتع والرضا بمشاهدة هذا الاذى كنتيجة للسلوك العدواني. اما العدوان الوسيلي فيقصد به : السلوك الذي يحاول اصابة كائن حي اخر لإحداث الالم والاذى او المعاناة له بهدف االحصول على تعزيز او تدعيم خارجي كتشجيع الجمهور او اعجاب المدرب وليس بهدف التمتع والرضا بمشاهدة هذا الالم ، ولهذا يكون السلوك العدواني هنا وسيلة لغاية معينة مثل الحصول على ثواب معين (6).  
وبهذا نرى ان العدوان كسلوك قد يكون هو الغاية (اي ايقاع الالم بالغير) وقد يكون وسيلة لتحقيق هدف معين (اي ان الفرد في طريقه الى الهدف لابدَّ ان يؤذي الغير ليتحقق ذلك الهدف) . ويذكر (سيلفا) بان النوعين السابقين للعدوان هما من نوع العدوان السلبي غير المرغوب فيه نظراً لان القصد منه ايذاء المنافس ويضيف نوعاً اخر يطلق عليه السلوك العدواني الايجابي او (السلوك الجازم Assertive Behavior) والذي يقصد به اظهار مقدرة وطاقة بدنية فائقة من اجل تحقيق الفوز(1) . ((والسلوك الجازم لايقصد به الحاق الاذى بالاخرين فضلاً عن عدم خروجه عن قوانين الرياضة التخصصية ومن امثلة ذلك تشتيت الكرة بقوة في كرة القدم)) (2).  
وعند مراجعة هذا المثال وبافتراض ان لاعب الكرة هذا بضربته القوية هذه احدث اصابة غير متعمدة للاعب الخصم فهل يمكن احتساب ذلك سلوكاً عدوانياً؟ بالتأكيد سيكون الجواب : كلا لانه لاتوجد نية لالحاق الضرر بالغير.  
وهناك ((بعض فروع الرياضة مثل الملاكمة والمنازلات التي تدرج الهجوم والضرب والتخلص من الخصم في قوانينها))(3). وهذا يعني ان هذه الرياضات تتيح الهجوم والضرب لاظهار القوة والمنافسة فيها وليس للعدوان ففي الملاكمة مثلاً هناك قواعد خاصة للكم وهناك مناطق غير مسموح فيها باللكم وهي اسفل الحزام والكليتين مثلاً وهي لاتدعى رياضة العدوان بل (الفن النبيل) واي خروج عن هذا الفن الى المحرمات فان القانون يعاقب اللاعب.  
  
  
  
  
  
2-1-6 : اسباب العدوان في الرياضة  
يمكن تصنيف العوامل التي تتسبب في ظهور السلوك العدواني للاعبين الى ثلاث فئات هي(1) :   
اولاً : العوامل المرتبطة بخصائص الانشطة الرياضية:  
((لكل رياضة خصائص نفسية تتميز بها تبعاً لطبيعة الاداء فيها))(2) ، وكل نوع من الرياضة يمارس وفق قوانين وانظمة تختلف عن النوع الاخر فبعضها يقوم على المنافسة بقوة الجسد ويتيح في ذلك الضرب والاشتباك والاحتكاك المباشر مع الخصم وبعضها الاخر لايعتمد على الاحتكاك المباشر مع الخصم، وعلى ذلك يمكن تصنيف الانشطة الرياضية على اساس درجة العدوانية التي تميز اللعبة او الرياضة وفي حدود القواعد والقوانين الخاصة بذلك الى خمس مجموعات هي:-  
1- انشطة رياضية تشجع العدوان المباشر:  
وهذه الانشطة تشجع قواعدها وقوانينها التعدي البدني المباشر نحو المنافس وبدرجة كبيرة بالاشتباك والالتحام وتوجيه الضربات والتي بها يتحقق الفوز على المنافس مثل (الملاكمة ، المصارعة، وغيرهما).  
2- انشطة رياضية تشجع العدوان المباشر بدرجة محدودة:  
وهذه الانشطة تسمح قوانينها لللاعب بالاحتكاك المباشر مع المنافس ولكن في نطاق محدود مثل : (كرة القدم ، وكرة اليد ، وغيرهما).  
3- انشطة رياضية تتميز بالعدوان غير المباشر نحو المنافس:  
حيث تسمح قوانين هذه الانشطة بتوجيه اقوى ضربة للكرة مثلاً الى الساحة التي يكون فيها الخصم ولا يعاقب اللاعب لذلك حتى وان اصابت هذه الكرة الخصم طالما لم يتقصد الايذاء مثل لاعب كرة طائرة او تنس يوجه ضربة ساحقة بالكرة نحو المنافس.  
4- انشطة رياضية تتميز بالعدوان الموجه نحو الاداة:  
ففي رياضة الكولف مثلاً يضرب اللاعب الكرة بقوة نحو الحفرة وذلك لايفسر من قبل المنافس على انه سلوك موجه ضده.  
5- انشطة رياضية لاتتضمن العدوان المباشر او غير المباشر:  
ومن امثلة ذلك التمرينات الحرة وغيرها.  
ومما سبق يتضح ان العدوان قد يكون كامناً في بعض الانشطة الرياضية، ومن ثم فان الخصائص المميزة لبعض الانشطة الرياضية فضلاً عن ما تسمح به قواعدها وقوانينها من سلوك قد تكون احد العوامل المساهمة في ظهور السلوك العدواني في النشاط الرياضي. ويعتقد الباحث ان ذلك صحيحاً لعدم رؤيتنا عراكاً دار بين لاعبي الكولف (على سبيل المثال) مثلما رأينا وسمعنا الكثير الكثير من ذلك بين لاعبي ملاكمة وكرة القدم، حيث ((ان الاحتكاك البدني بين اللاعبين اثناء المباراة يسبب سلوكاً عدوانياً في الالعاب المختلفة تبعاً لمقدار الاحتكاك الذي تسببه طبيعة اللعبة وتسمح به قوانينها))(1) .  
  
ثانياً : العوامل المرتبطة بخصائص المنافسة الرياضية:  
لخصائص المنافسات الرياضية وما توفره من ظروف وانطباعات لدى اللاعبين الاثر البالغ في ظهور السلوك العدواني فهي توفر خبرة نجاح لطرف وخبرة فشل للطرف الاخر والاحباط المتولد جراء ذلك كفيل بظهور العدوان . ولو اخذنا بنظر الاعتبار نتائج دراسة (فولكامر Volkamer) التي حللت اكثر من (1800) مبارة لكرة القدم اشرت مظاهر السلوك العدواني وفق محك المخالفات القانونية نرى ان اهم العوامل المسببة للسلوك العدواني الاتي:  
1- المكسب والخسارة : اكدت النتائج ان ((الخاسرون يميلون الى ابداء مستويات عالية من العدوانية بعد المباريات من تلك التي يبديها الفائزون ))(1).  
2- تقارب النتائج : ((ان العدوان يقل عندما تكون نتيجة المبارة متقاربة جداً بين الفريقين))(2) فاللاعبون يكونون اكثر حذراً لئلا يقعوا في خطر الخسارة.  
3- تباين النتائج : اظهرت نتائج الدراسة ان العدوان يقل حدوثه عند تسجيل اهداف كثيرة لان ذلك يؤدي الى قلة درجة الاستثارة لدى اللاعبين.  
4- ترتيب الفريق : الفريق او ((اللاعب الذي يحتل المؤخرة يظهر قدراً اكبر من السلوك العدواني عن اللاعب او الفريق الذي يحتل المقدمة))(3).  
5- مكان المنافسة : اثبتت الدراسة ((ان الفرق الزائرة (التي تلعب خارج ملعبها ) تلعب بعدوانية اكثر من تلك الفرق التي تلعب على ملعبها))(4).  
6- مدة اللعب : العدوان يزداد بزيادة فترة اللعب وهو اقل خلال الفترات الاولى من المباريات.  
  
ثالثاً : العوامل المرتبطة بخصائص اللاعب الرياضي:  
((لأي ضرب او نوع من انواع الرياضة شروطاً او متطلبات خاصة فيما يخص بناء وتكوين شخصية الرياضي))(5) . كما ((قد تختلف شخصية الرياضي عن شخصية زميله في الفعالية نفسها))(6). وهذا الاختلاف في شخصية الرياضيين يؤدي الى فروق فيما بينهم قد تشتمل على التعامل مع مثيرات العدوان والاستجابة لها، فكل رياضي يتعامل مع هذه المثيرات وفق ما يحمله من خصائص شخصية قد تدفعه للسلوك العدواني او لا وهي كالاتي:  
1- الاستثارة الانفعالية:  
حيث يتميز كل فرد بمستوى معين لشدة الاستجابة نحو المواقف التي يقابلها، فهناك من يستجيب بشدة انفعالية عالية مما يؤهله اكثر من غيره لسلوك العدوان. والادلة تؤكد وجود ارتباط بين ظهور السلوك العدواني وارتفاع درجة الاستثارة الانفعالية وخاصة عندما يكون العدوان هدفاً في حد ذاته وليس وسيلة.  
  
2- الاتجاه النفسي نحو المنافس:  
اظهرت نتائج الدراسات ان الصيغة التي يدرك اللاعب بها منافسه ونواياه، تؤثر في سلوكه نحوه، فالادراك السلبي او الاتجاه السلبي للاعب نحو منافسة يزيد من احتمال السلوك العدواني نحو هذا المنافس.  
3- الخوف من الانتقام (الثأر):  
اشارت بعض الدراسات الى ان اللاعب الذي يتوقع ان يقابل سلوكه العدواني بعدوان مضاد او عقاب شديد سوف يراجع نفسه قبل الاقدام عليه، وهذا يعني ان سلوكه العدواني قد تحدد نتيجة الخوف من انتقام المنافس.  
4- الحالة البدنية والمهارية:  
حيث ((ان لضعف اللياقة البدنية وضعف المهارة دور كبير في السلوك العدواني للاعب))(1).  
5- الفروق بين الجنسين:  
تبين نتائج البحوث ان الذكور اكثر عدوانية من الاناث ويرجع تفسير ذلك الى عوامل التنشئة الاجتماعية التي تفرض على الاناث قيوداً اكثر في السلوك.  
وهناك اسباب اخرى يجدها المهتمون بالعدوان في الرياضة مثلhttp://badnia.net/vb/images/smilies/frown.gifمركز اللعب). حيث ((اشارت بعض الدراسات التي اجريت على الفرق الجماعية الى زيادة تكرار السلوك العدواني بين المدافعين بدرجة اكبر من المهاجمين))(1). و(اهمية المباراة) وذلك لان ((المباراة التي تكون نتيجتها مؤثرة ومهمة ستثير كثيراً من التحفز والانفعال مما يؤدي بطبيعة الحال الى مزيد من السلوك العدواني))(2) كما ان هناك بعض الاسباب الاخرى التي تتعلق (بتشجيع اللاعبين الزملاء او المدربين لهذا السلوك) و(ضعف الحكام) و(ضعف الاشراف) و(عدم ضبط الملاعب) و(الصحفيون ووسائل الاعلام) الذين يجعلون من المسيء بطلاً لمواضيعهم فهم ينتقدوه ولكنهم يعطوه حجماً اكبر ويوفروا له الشهرة التي يبحث عنها(3).   
ولابد هنا من الاشارة الى توصيات البحوث التي تشير الى ((اهمية ممارسة وسائل الاعلام للنقد الرياضي بموضوعية والبعد عن الاثارة))(4).  
وختاماً لابد ان نذكر ما للجمهور وتأثيره في استثارة اللاعبين وتشجيع سلوكهم العدواني، وهنا نود توضيح الاسباب التي تؤدي الى عدوان الجمهور وشغبه حسب دراسة اجريت على (1747) متفرج وجد ان هناك ثلاثة محاور رئيسية تتمثل في الاتي(5):  
1- خصائص المنافسة . 2- خصائص الجمهور . 3-خصائص البيئة.  
اما في خصائص المنافسة فقد اشارت النتائج الى عوامل ترتبت حسب اهميتها بالآتي:  
أ- الحكام . ب-التنافس الشديد. جـ طبيعة اللعبة د-الوقت المتبقي للمباراة. هـ - النتيجة.  
وبالنسبة لخصائص الجمهور فكان من اهمها الاتي:  
A : صغر السن. B: تعاطي المسكرات.  
وعن خصائص البيئة كان العامل الاكثر اهمية هو (كثافة الجمهور).  
  
2-1-7 : توجيه ومعالجة العدوان في الرياضة.  
التوجيه حسب تعريف (ميللر Miller) هو ((عملية تقديم المساعدة للافراد لكي يصلوا الى فهم انفسهم واختيار الطريق الصحيح والضروري للحياة وتعديل السلوك لغرض الوصول الى الاهداف الناضجة والذكية والتي تصحح مجرى الحياة))(1). ويكمن مفتاح السيطرة على السلوك وتوجيهه في فهم الحاجات والميول والدوافع التي تنبعث من حاجاتنا الاساسية وتمثل الطاقة التي توجه السلوك نحو غرض معين(2).  
والسلوك العدواني في الرياضة لابد من توجيهه والسيطرة عليه واشاعة السمات الخلقية والارادية الجيدة بدله، وهنا يقترح (قاسم حسن والمهشهش) ان يكون انتقاء اللاعبين على اساس السمات الخلقية والارادية لاهميتها الكبيرة للرياضيين والتي يمكن تنميتها وتطويرها خلال الاعداد التقني لفترة طويلة ومن هذه السمات سمة ضبط النفس والقدرة على التحكم في السلوك للرياضي في المواقف التي تتميز بالاستثارة الانفعالية(3). ويشير (مختار) الى ان ((من الاجراءات التي يتخذها المدرب لتحقيق اهداف اللعبة هو اعطاء تمرينات تعمل على تنمية السمات الارادية كالمثابرة والكفاح وغيرها وكذلك القيم الخلقية كالعمل على النصر والخلق الرياضي واحترام الحكم والمنافس))(1).  
وتتجلى اهمية ذلك للاعب ((بدرجة تضمن له الفاعلية والثبات والتحكم الذاتي في افعاله وسلوكه بما يضمن تحقيقه لاقصى مستوى من الانجازات الرياضية))(2).  
مما سبق تتوضح لنا خطورة السلوك العدواني على اللاعبين وانجازاتهم وكذلك قدرة المدربين على تنمية السمات الخلقية الجيدة لدى لاعبيهم وتوجيههم لتعديل سلوكهم الى ما يناسب القيم التربوية والنفسية الصحيحية التي تقود بالنتيجة الى الانجاز الافضل. و((هناك اربعة خطوط رئيسية مؤثرة على التصرف الرياضي ويمكن ان تخلق تغييرات في المجال وقد وضحت بـ (الادارة، الوسائل، المدربين، الرياضيين) لذا نعمل مع هذه الخطوط لحل مشكلة العنف في الرياضة وهي مشكلة ليست بالبسيطة))(3). كما يشير هنا (كراتي Cratty) الى ان مستقبل تطوير الاداء المهاري يعتمد حالياً على زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية(4) ولابد من اشاعة اللعب النظيف حيث يعد ((احد المقومات الاساسية للرياضة ويمكننا ان نقول ان الرياضة بدون لعب نظيف لاتعد رياضة))(5) ويؤكد (راتب) على جملة نصائح لتجنب السلوك العدواني في الرياضي منها(6):-  
• يجب ان يكون المدرب قائداً تربوياً يثني على اللاعب لجهده وليس لنتيجته وان لا يستثير حماسة الرياضي باثارة مشاعر الكراهية نحو المنافس وان يعاقب السلوك العدواني الذي يرتكبه احد لاعبيه.  
• وعلى المدرب ايضاً ان يحرص على تطوير المستوى البدني والفني للاعبيه ويوجه لاعبيه باستمرار لتجنب انفعال الغضب واثارة الجمهور المشجع. لان ((عدم وعي الجماهير يلعب دوراً مهماً في حدوث هياج جماهيري يمكن ان ينتج عنه سلوك عدواني ... والتعصب الاعمى للنادي او الفريق يسبب الكثير من حالات الشغب والسلوك العدواني))(1) ولابد ان نوضح هنا ضرورة توعية الجماهير عن طريق وسائل الاعلام المختلفة والندوات وغيرها.  
ويضيف (الجميلي) انه ((لابد من مراعاة الاعتبارات النفسية للرياضيين حتى يتسنى لنا مواجهة اية اضطرابات مزاجية قد يتعرض لها الرياضي))(2) . ونرى ان هذه الاضطرابات تسبب ضعف المستوى الفني ومن ثم اتاحة الفرصة للسلوك العدواني بالظهور.  
  
المصادر:  
(1) اسامة كامل راتب ، الاعداد النفسي لتدريب الناشئين ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص99.  
(2) ثامر محسن ، الاعداد النفسي بكرة القدم، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990 ، ص177.  
  
(3) نزار الطالب وكامل الويس : علم النفس الرياضي، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر 1993 ، ص106.  
(4) احمد عريبي المجمعي (1984) : اقتبسه ثائر عباس علي . السمات الشخصية للاعبي التنس وعلاقتها بالانجاز الرياضي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1992، ص48.  
(5) ميللر Miller (1978) : اقتبسه عاصم محمود ندا . الارشاد التربوي والنفسي. الموصل ، مطبعة التعليم العالي، 1990 ، ص39.  
(6) رجاء محمود ابو علام . علم النفس التربوي . ط4 ، الكويت ، دار القلم للنشر والتوزيع، 1986، ص178-181.

ما هو العدوان ؟  
يستعمل مصطلح العـدوان في ظروف عديدة من الرياضة والتدريب، وعندما نتكلم على العدوان يتبادر إلى الاذهان بعد فقدانك للكرة في لعبة الكرة الطائرة أو اخفاقك في الوصول إلى السلة في لعبة كرة السلة يتبادر اليك فكرة (رديئة) وهي العدوان. ويبدو ان المصطلح ينسحب اوتوماتيكياً ليرتبط وينتج احكام ايجابية أو سلبية واستجابات شعورية كما قالها كيل (Gill,1986). على اية حال يظهر اغلب السلوك العدواني في الرياضة والنشاط البدني لا ليكون رغبة متوارثة أو غير مرغوبة ولكن تعتمد على التفسير. وحقيقة ان الحديث عن العدوان أمر سهل إذا تجنبنا انقسام الرديء – الجيد وفهم السلوك كما اراد ان يوضحه كيل (Gill,1986).  
  
- موازين العدوان:  
عرف علماء النفس العدوانية بأنها "أي شكل للسلوك يوجه نحو هدف الاذى أو اصابة فرد آخر يتحفز ليتجنب مثل هذا الشيء" كما قال بارون وريتشارد (Baron & Rechard,1994,p.7). وعند اختيار هذه التعاريف المشابهة اظهر كيل اربع وموازين للعداون:  
1- أنها السلوك.  
2- انها الانشغال بالاذى والاصابة.  
3- انها مواجهة نحو حياة منظمة.  
4- انها تنشغل بالهدف.  
فالعدوان هو السلوك الفعلي البدني، وانها ليست موقف أو شعور، وتنشغل العدوان بالاذى أو بالاصابة ومحتمل ان تكون نفسية أو بدنية. فمثلاً نحن نعرف ونوافق على ان ضرب شخص في لعبة البيسبول هو تصرف عدواني ولكن قد يكون الغرض منه احراج شخص ما أو يقول له بعض العبارات النابية والمؤذية. ويوجه العدوان نحو حياة اخرى. فضرب شخص ليست عدوان فعلي كما تصفح القطة التي تخربش كرسيك، واخيرا فان العدوان هو هدف ، والاذى بالحداثة حتى لو ضرب شخص بدون هدف هي ليست بعدوانية.  
  
- عدوانية أو لا عدوانية:  
استعمل كيل اربع موازين تؤشر بـ(A) أو (N) ويعبر فيها عن السلوك في تلك المواقف. حيث (A) تشير للعدوانية و(N) تشير للاعدوانية، وكما يلي:  
N A 1- قذف كرة القدم بأمان يشير إلى وحشية ولكن ضرب الكرة القانوني للمستلم يشير إلى انه يريد معاقبة المستلم وجعله يفكر مرتين قبل قدومه إلى وسط الساحة ثانية.  
N A 2- ضرب الرامي لكرة القدم (الامريكية) بامان تعد وحشية تماما وغير قانونية للمستلم.  
N A 3- كسر مدرب كرة السلة الكرسي في اعتراضه على النقاش والجدال.  
N A 4- استعمال (ماريكا Marica) في حقل الهوكي لضربات ضد الخصم وذلك لعمل مشابه لعمل خصمها.  
N A 5- قتل المتسابق في سباق السيارات الذي يتعبه في السباق بالركض في ساحة السباق وخروجه من السباق.  
N A 6- محاولة لجعل الرامي الفريق الخصم يشعر بالقلق ويفكر بالامور السلبية لاحراز الهدف.  
N A 7- عرفت باري (Barry) بان شعور جون (John) بالثقة بالنفس عن قدرته لوضعه تحت الضغوط، فعندها يجبر جون المدرب ان يقول له إذا لم تعمل الافضل فاني سأبدلك.  
N A 8- سيعاقب جون فران إذا طردت من الفاست بول.  
الاجوبة:  
1- العدوانية ، بالرغم من ان الضرب قانوني لكن الغرض هو الاذية.  
2- لاعدوانية، لا غرض أو هدف من ايذاءه.  
3- لاعدوانية، لم توجه الحركة لوضع افضل.  
4- عدوانية، بالرغم من شعور الرياضية بأنها ضربت اولاً لكن الغرض كان ايذاءها.  
5- لاعدوانية، بالرغم من ان المستلم الآخر قتل فلم يكن هدفه هو الايذاء.  
6- عدوانية، بالرغم من وجود اعتبارات تكتيكية للتحرك فهناك غرض لايذاء نفسي على شكل خوف وقلق للآخرين.  
7- عدوانية، كما ود في السؤال السادس ، الهدف هو الايذاء النفسي.  
8- لاعدوانية، بالرغم من ان النتائج مؤذية لكن لم يكن هناك أي نية للاذى.  
  
- العدوان والعدوان المفيد:  
لقد ميز علماء النفس ت\نوعين من العدوان، إذ اشار إليها كل من هوسمان وسيلفا (Husman & Silva,1984) إذ تطرقا إلى العدوان أو رد الفعل والعداونية المفيدة. فالهدف الاول من العدوان العدائي هو التأثير واصابة والحاق الاذى النفسي ببعض الاشخاص. ومن ناحية اخرى فالعدوان المفيد هو الذي يستخدم لتحقيق هدف لاعدواني لبعض الاشخاص. فعلى سبيل المثال عندما يقوم الملاكم بمسك مرفق أو رأس الخصم ويشده فانه سوف يتأثر بالاصابة أو ايقاع الاذى عليه، وعلى أية حال فان مثل هذه الحركة هي مثال على العدوانية المفيدة، حيث كان الهدف الاول للملاكم هو الفوز. فلو كان غرضه ان يأخذ خصمه للحبال ويحاول ايذائه بمرفقه أو رأسه وجسده أو كان هدفه هو محاولة ان يصل لنهاية المباراة فعندئذ توصف هذه بالعداء (رد الفعل) للعدوان. ان أغلب الاساليب العدوانية في الرياضة مفيدة مثلاً:  
- ضغط المصارع على خصمه في حلبة المصارعة لخلق جو من عدم الراحة وجعله يخسر المباراة.  
- ادعاء مدرب كرة السلة بانتهاء الوقت للاعب الخصم وهو على خط الرمية الحرة ومحاولته هذه لاجل خلق عدم راحة نفسية واداء ضعيف للخصم، وبالطبع فان العداء والعدوانية المفيدة تفتعل وغرضها الاصابة بالاذى.  
  
- نظرية الاحباط – العدوان:  
ان نظرية الاحباط – العدوان في بعض الاحيان تدعى بنظرية الفائدة، وكحالة بسيطة بحيث يوجه العدوان باسبابه واحباطاته التي تحدث بسبب الفشل كما وضحها (Dollard, Doob, Miller, Mowe & Searsi,1939). فقد جعلت النظرية الاولى للادراك الحسي لعلماء علم النفس بسبب السلوك العدواني عندما يحبط الناس. فمثلاً يشعر لاعب كرة القدم انه من غير القانوني مسك الخصم. وبعدها يصبح محبط، وعلى اية حال فان هذا الرأي اخذ بالدعم اليوم بسبب التأكيد على الاحباط الذي يسبب العدوان.  
لقد بينت البحوث والتجارب الحديثة بأن الاشخاص الذين يشعرون بالاحباط أو يعبرون عنه بطرق لا عدوانية. وتجيب نظرية الاحباط – العدوانية على تلك الاستجابات العدوانية التي تحدث بشكل غير دائمي وكما ذكرنا سابقاً فالقليل من تلك الاحداث قد تحدث في الرياضة. وهناك أيضاً القيل من الاحداث التي تساهم في الاحباط – العدوان وارتباطها بالرياضة يكون اقل من مستوى العدوانية للمشاركين في رياضة ما كما بينها كيل (Gill,1988). وفي الحقيقة هنالك بعض الامثلة التي اصبحت اكثر عدوانية كما ذكرها كل من (Arms, Russell & Sandiland,1979)، بالرغم من قصر وصولها إلى نظريات الاحباط – العدوانية لكي تسهم في الادراك الواقعي لدور الاحباط في عمليات العدوانية.  
  
- نظرية التعلم الاجتماعي:تشرح نظرية التعلم الاجتماعي العدوان كسلوك للاشخاص الذين يتعلمون من خلال ملاحظاتهم لنماذج سلوك الآخرين يتبعا تعزيز الوصول إلى الاحداث المشابهة. وقد وجد العالم البرت باندورا (Bandura,1973) بأن الاطفال الذين يشاهدون نماذج للبالغين الذين يتصرفون بعنف ويكررون تصرفاتهم تلك وبشكل اكثر أما الاطفال فيكتسب هؤلاء الاطفال تصرفاتهم العدوانية. إذ تؤثر تلك النماذج العدوانية لاسيما على الاطفال الذين سيقومون باستنساخ هذه الحركات وتقليدها.  
لقد درس علماء النفس الرياضي وعلماء الاجتماع الرياضي لاعبو هوكي الجليد بسبب الإحباط في حركاتهم العدوانية غير القانونية مثل التشاجر في الرياضة. وقد وجد سمث (Smith,1988) بأن الاحباط والعنف في مباريات المحترفين هي نماذج للاعبين الشباب الناضجين. وفي الحقيقة تقيم العدوانية في هوكي الجليد وتعلم اللاعبين بسرعة وكونهم بعيدين عن العدوانية في تحقيق التعرف الشخصي.  
يوافق ويعزز العديد من المدربين واعضاء الفريق التصرفات العدوانية، يشاهد لاعبي الهوكي الشباب الابطال في التلفاز السلوك العدواني وبعدها يصلون إلى تعزيز سلوكهم المشابه. وهنا يبين بحث في التعلم الاجتماعي في الرياضة بان اغلب الرياضيين لا يتعلمون لكي يصبحوا عنيفين، فقد تحدث العدوانية في الالعاب الرياضة كافة. فمثلا شكل المتزلج قد يصل إلى نفسية الخصم ويجعله قلقاً مثلا(سمعت بان الحكم يقول بأن الزي هذا غير قانوني هذه السنة) اذن تعد نظرية التعلم الاجتماعية دعماً علمياً كما اكد ذلك كل من باندورا وثيرير (Bandura,1977b, Thirer,1993) على أهمية الدور الحيوي للتحكم والسيطرة على العدوان، وعليه فان النماذج والتعزيزات هي المفتاح لطرائق الاشخاص لتعلم السلوك العدواني.  
- أسباب العدوان:  
لماذا يكون الاطفال ذوي عدوانية اكثر من الاخرين؟ وما هي اسباب فقدان الرياضي للتحكم؟ هل تولد العدوانية للافراد أو تنتج مع البيئة؟. لقد قدم علماء النفس نظريات اربع مهمة لاسباب العدوان جديرة بالملاحظة هي:  
أ- نظرية الموهبة. ب- نظرية الاحباط – العدوان.  
ج- نظرية التعلم الاجتماعي. د - نظرية العدوان – الاحباط المنقحة.  
وقد مر بنا سابقا شرح نظريتي الاحباط – العدوان، ونظرية التعلم الاجتماعي وسيتم شرح النظريتين الأخريين:  
  
- نظرية الموهبة:  
حسبما جاء به كيل (Gill,1988) عن نظرية الموهبة بأن الناس لهم موهبة فطرية لتكوين العدوان بحث تؤسس حتى وجوب حتمية التعبير. وتستطيع هذه الموهبة أما ان تعبر مباشرة بالهجوم لوضع أو مكان آخر أو تحل محل الكوارث. حيث تحرر العدوانية خلال القبول الاجتماعي ومثال ذلك في الرياضة. حيث ان نظرية الموهبة تلعب دوراً بارزاً في الرياضة والتمارين الرياضية كوظيفة مهمة في المجتمع، فهي تسمح للاشخاص بتوجيه عدوانيتهم الموهوبة في طرق القبول الاجتماعي.  
  
- نظرية الاحباط – العدوان المنقحة:  
ترتبط نظرية الاحباط - العدوان المنقحة بعناصر نظريات العدوان والاحباط الاساسية لنظرية التعلم الاجتماعي. وهذا الرأي الواسع النطاق بالرغم من زيادة العدوان الذي يرتبط بزيادة وارتفاع الغضب، وهذا ما أكده بيركوينز وبارون وريتشاردسون Berkowits,1965, 1969, 1993, Baron & Richardson,1994). وعلى أية حال فان ارتفاع الغضب ينتج فقط من ارتفاع العدوان عندما يكون دور التعلم الاجتماعي للعدوان في مواقف خاصة. فاذا كانت علامات ودور التعلم الاجتماعي ظاهرة في العدوان فلا نتائج هناك. وفي الشكل (ادناه) يتضح فيه عمليات العدوان ونماذج بيركوتز، حيث يصبح الافراد اولاً محبطين في بعض المواقف. وربما يكون بفقدان اللعبة أو اللعب الضعيف ثم زيادة ارتفاع نسبة الغضب أو ألم ناتج من الاحباط.  
ان العدوان ليس نتائج اوتوماتيكية وتزداد بارتفاع الغضب الذي يؤدي إلى العدوان. وان القـوة في نظرية العدوان – الاحباط هي عملية الربط فيما بين العناصر الافضل لاصل العدوان – الاحباط، ونظريات التعلم الاجتماعية واستعمال نماذج الحركات الداخلية (ارتفاع مستوى الغضب مع منهج العلامات البيئية للتعلم الاجتماعي وشرح السلوك).  
  
  
  
شكل يبين مكونات نظرية العدوان – الاحباط المنقحة  
  
- اعتبارات خاصة للعدوان في الرياضة:  
لم يختبر علماء النفس الرياضي نظريات العدوان في الرياضة فقط بل فحصوا قضايا مهمة اخرى، فهنالك ثلاثة قضايا مهمة هي: المتفرجون والعدوان، واسباب اللعبة والعدوان، والاداء الرياضي والعدوان. وسيتم شرح لكل واحد منهم.  
  
- المتفرجون والعدوان:  
تختلف المباراة الرياضية عن العديد من النشاطات والتي ترتبط عادة بالحضور الجماهيري للمتفرجين والمعجبين في اللعبة، وليس دائما تكون ملاحظاتهم حول المباراة ايجابية. لكنهم يتحددون بفريقهم وانشغالهم عادة يكون بالاداء الجيد والممتاز. لكن عنف المعجبين يظهر ويبدو واضحاً في ذروته لذلك درس علماء النفس الرياضي مظاهر العدوان المتعلقة بعنف المعجبين. قام علماء النفس الرياضي باختبار نظرية الكوارث التي تقرر فيما إذا كان للمعجبين عدوانية اكثر أو اقل بعد مشاهدتهم للحدث الرياضي. وبصورة عامة وجدوا بأن ملاحظاتهم للاحداث الرياضية لن تكون اقل مستوى من عدوانية المتفرجين. واكثر من ذلك فان مشاهدة بعض انواع العنف المرتبط بالرياضة يزيد من رغبة المتفرجين ليكونوا ذو عدوانية كما اشار إليها ايسوهيل وهاتفيل (Isoahola & Hatfield,1998) وعلى اية حال لايحدث العدوان بدون عوامل متعلقة باللعبة فعلى سبيل المثال وجد عند دراسة لمتفرجي لعبة الهوكي بان اكثر المعجبين عدوانية كانوا من الشباب ويزدحم المتفرجين من الرجال تحت تأثير الكحول وهذا هو سبب الضرر الذي يقع لهم كما وضحها كافانو وسيلفا وروسيل وارمس(Cavanaugh & Silva 1980, Russel & Arms 1995).  
يجب على الاداريين والمنظمين للرياضة تقييم النتائج التي تساعدهم في تقليل العنف. ويجب على المدربين واللاعبين السيطرة على مشاعرهم في ساحة اللعب ليؤكدوا بأنهم لم يحدثوا أو يفجروا عدوانية اللاعب.  
  
- اسباب اللعبة والعدوانية:  
وجد من نتائج البحث التحذيري الذي اجري ان آراء العديد من الرياضيين عن السلوك العدواني بأنه غير ملائم، ولكن ملائم في محيط الرياضة كما وضحها بريدمير وشيلدس(Bredemier & Shields 1984, 1986). فمثلاً الشجار هو حالة غير ملائمة في ظروف الرياضة بينما الشجار في المدرسة قد يسمح به. هذين المقياسين يدعى باسباب اللعبة. ولسوء الحظ فان اغلب الناس يعتقدون ويتعلمون بأنة من الطبيعي ان تكون العدوانية اكثر في الرياضة من جوانب الحياة الاخرى. هذه المشكلة الحالية تحمل اولاً للعدوانية المجازفة في الاصابة والاذى، وكذلك تستطيع الرياضة ان تقدم للاطفال تدريس عن كيفية ان تكون غير ملائمة في داخل وخارج الرياضة. ان السماح للعدوان كسلوك يكون رسالة خاطئة للاطفال، إذ يجب على الرياضيين المحترفين تعريف السلوك الملائم وعمل توضيح لشكل العدوان ليس في المجتمع فحسب بل وعدم ملاءمتها في الرياضية.  
  
الاداء الرياضي والعدوان:  
يشعر بعض المدربين والرياضيين بأن العدوانية تعزز من اداء الرياضي سواء أكان ذلك مع الفريق أو في مستوى الرياضي نفسه. فمثلاً لاعب كرة السلة واشنطن (Kermit Washington)، يقول بأنه يستطيع المحافظة على نفسه في انسحابه من الملعب. أما لاعب كرة القدم جاك (Jack Talun) فيقول بأن فريقه سيكون في أعظم نجاحه إذا انسحب خصمه هذا ما قاله بابنيك (Papanek,1977). وبالتأكيد فالعلاقة بين العدوانية والاداء معقدة وبها حالات عديدة من السلوك العدواني بحيث تؤثر على النتائج. فمثلاً قد يرتكب اللاعب ذا المهارة الواطئة سلوك عدواني ضد خصمه ذي المهارة العالية ويصرف انتباه اللاعب أو يسحبه في مشاجرة.  
وافق بعض علماء النفس الرياضي بأن العدوان هو تسهيل نتائج الاداء كما قالها ويدمير (Widmeyer,1984). بينما لم يوافق البعض الآخر كما ذكر ذلك كيل (Gill,1986). ان هذا البحث من الصعوبة تفسيره بسبب التميز الواضح الذي لم يثير بين العدوان والسلوك المؤكد. وقد ناقشت سيلفا (Silva,1980) ان العدوان لم يسهل الاداء بسبب مستوى التقيين الشخصي وتغيير الانتباه للقضاء على اداء الخصم (مثلا بايذاء الخصم). وفي نهاية العلاقة بين الاداء والعدوان كأهمية ثانوية فهناك قضايا أهم لتقييم الاداء وبأي تكلفة، ان اهتمامات الفرد بالمشاركين باللعبة فقط واصراره على العدوان سيؤدي إلى ضعف اداءه كما وضح ذلك ويدمير (Widmeyer,1984).  
  
- مضامين التمرين:  
دعنا نتعرف على العدوان ونشرح كيف يمكن تطوير استراتيجية التحكم بالعدوان في الرياضة والنشاط البدني. اولاً سنختبر المواقف التي يحدث فيها العدوان. بعدها سنشرح استراتيجية وصف حركات العدوان وتدريس السلوك الملائم.  
  
- فهم متى يحدث العدوان:  
ان بعض المواقف المتوقعة تحفز السلوك العدواني. ويشابه العدوان بالاحباط الرياضي هنا. إذ قد يشعر المتسابقين باحباط عند الخسارة، وهنا يجب على المعلمين والمدربين ان يشعرا بالتحكم وتمييز العدوان في مواقف الاحباط.  
  
- وصف لردود افعال العدوان:  
ولسوء الحظ فنحن لا نستطيع السيطرة على هذه المواقف دائماً، لكننا نلاحظ المتسابقين اكثر قرباً وبعداً من المواقف التي تشير إلى بوادر العدوان. فنحن نستطيع تدريس مهارات قد يحبط خلالها اللعب، فالاستجابة العدوانية سوف تزداد بمرور الوقت (Silva,1982).  
  
- السلوك الملائم للتدريس:  
الشيء الذي يجب ان تقرره هو عناصر العدوان وما الملائم والشديد أو المؤكد، ويمكنك استعمال استراتيجية التعلم الاجتماعي لتدريس المتسابقين ذلك السلوك ويجب ان تشرح للاعبين لماذا السلوك الخاص يكون ملائماً أو غير ملائما.  
اضافة إلى ان السلوك الملائم للتعلم وممارسة النشاط البدني فانه يجب معرفة كيفية حل النزاعات والجدالات في عروض اللاعنف. ويزود برنامج معهد ماريلاند هذا التدريب الذي يطور بيئة المدرسة (Miller,1993). إذ بدأ برنامج حل الصراع بتحديد الطلاب مع قيادة جيدة ومهارات تقدم كحلول للصراع بين الطلاب. والخطوات الآتية لاجل حل صراعات اللاعنف:  
1- الموافقة للمقابلة: قبول مجادلات للمفاصلة مع طالب والمدير.  
2- تسجيل الحقائق: تعطى كل مجادلة فرصة في اخبارها بمقدار الحدث وسيصغي الطالب للمدير لكنه لا ينحاز إلى أي جانب.  
3- المشاعر المعبرة: ستعبر كل مجادلة عن المشاعر والاخذ بالنظر إلى الحدث وسيعيد المدير ما قاله ليؤكد المعنى بوضوح.  
4- الهدف من الحل: التسلسل المرغوب لحل الصراع المعبر عنه في كل مجادلة. ويؤكد المدير على مساحة للقبول النسبي للفائدة من حل الصراع.  
5- شكل التغيرات الضرورية: توضع المجادلات في قائمة بحيث يمكن ان تحل الصراع.  
6- تطوير خطة الحركة: تطورت خطة الحركة لكل علامات المجادلة ويشير إلى تعليقات عن خطة الحركة لحل الصراع بتوافق.  
7- تتبع الخطة: بعد وقت قصير سيتم السؤال عن المجادلة إذا كانت المشكلة مازالت موجودة ام لا.  
  
وعلى الرغم من ان هذا المثال ليس انموذجاً لحل الصراع فقط بل قد يكون غير ضرورياً للعمل في المواقع كافة. إلا انه يوضح قيمة وأهمية تدريس الاطفال عن كيفية حل الصراع باللاعنف. وان مستوى الزيادة المعطاة للعنف في المجتمع لا تشبه العنف في المدارس، إذ يجب على مدرسو التربية البدنية والمدربين تدريس الاطفال تقنيات اللاعنف لحـل المجــادلات.  
  
- التحكم بعدوان المتفرجين:  
ليس بالامكان التحكم بعدوانية الرياضيين فقط، بل من الممكن استعمال استراتيجية مع المتفرجين. وهنك بعض الاستراتيجيات العامة للتحكم بالمتفرج وعدوانيته.  
1- تطوير التحكم الصارم على تناول الكحول للمتفرجين والرياضيين على حد سواء في اثناء المباريات.  
2- معاقبة المتفرجين (مثلاً الضرب والطرد خارج الملعب حالاً عند القيام بتصرفات أو سلوك عدواني) فيتوقف العدوان حالما يبدأ يتشكل لدى المتفرجين الآخرين رؤية بعدم السماح لهم بالقيام بأي سلوك عدواني.  
3- يمكن استخدام تسهيلات ومتطلبات للاشخاص الذين يعرفون بأنة لا يسمح لهم بالقيام بأي سلوك عدواني داخل الملعب.  
4- يشكل المدربين عروض عدوانية باجزائهم الغير مسموحة.  
5- العمل مع مدير الفريق لتوصيل المهم والسلوك غير الواضح في الرياضة.  
لقد طورت الجمعية العالمية لعلم النفس الرياضي مواضيع العدوان في الرياضة ، والتي شملت على توصيات لمواضيع الشخصية الرياضية سواء للاداريين أو المدربين أو الرياضيين.  
  
- معلومات أكثر -  
- العدوان والعنف في الرياضة:  
لقد تبنت الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضي توصيات عن العدوان والعنف في الرياضة، وكما يلي:  
التوصية (1): يجب عمل نسخ للعقوبات الاساسية من قبل الاداريين فينتج قانون عقوبات سلوك العنف.  
التوصية (2): يجب ان يؤكد الاداريين على التدريبات الاساسية للفريق لاسيما المستويات العليا التي تؤكد على حجم اللعب الجيد بين المشاركين.  
التوصية (3): يجب على الاداريين منع استعمال الكحول في اثناء الاحداث الرياضية.  
التوصية (4): يجب على الاداريين التأكيد على التسهيلات التي تأخذ بعين الاعتبار باشغال اوقات الفراغ والتسلية.  
التوصية (5): يجب على مدير الفريق وضع صفات اساسية للاحداث المنفردة للعدوان الذي يحصل في الرياضة اكثر من جعلهم (نجوم).  
التوصية (6): يجب ان يسمح لمدير الفريق بعمل حملة لتقليل العنف والعدوان في الرياضة التي ينشغل بها المتسابقين والمدربين والرياضيين والاداريين والمتفرجين.  
التوصية (7): يجب على المدربين والاداريين ومدير الفريق والرياضيين والمؤلفين ان يشاركوا في الحلقات الدراسية حول فهم معنى السلوك العدواني والعنف والتحكم بالسلوك العدواني.  
التوصية(8): يجب على المدربين ومدير الفريق والاداريين تشجيع الرياضيين للارتباط بسلوك اجتماعي ومعاقبة الذين يؤدون السلوك العدواني.  
التوصية (9): يجب ان يشارك الرياضيين في برامج تهدف لمساعدتهم لتقليل السلوك العدواني. وذلك بفرض الشدة في القوانين التي تؤكد على العقوبة. وعليه يجب على الرياضي ان يكون ذا مسؤولية.  
  
- ملخـــص -  
1- تعريف لمعنى العدوانية:  
توجيه السلوك العدواني نحو هدف وهو ايقاع الاذى والاصابة. وبالنسبة للسلوك الذي يعتبر العدوان، إذ تكون لها اربع موازين هي: ان يكون سلوك حقيقي، الغرض منه الاذى أو الاصابة أو تغيير انتباه الفرد بهدفه فينشغل به، ويتميز العدوان عن السلوك المؤكد في الرياضة.  
  
2- تحديد اسباب العدوان:  
شرحت اربع نظريات عن اسباب حدوث العدوان، وهي نظرية الاحباط والتعلم الاجتماعي، ونظرية العدوان – الاحباط المنقحة، ونظرية الموهبة. فقد وجدنا ان نظريتي الموهبة والعدوان – الاحباط الاصلية تفسيرها ضعيف للعدوان واسبابه، لكننا نجد التفسير المنطقي والحقيقي للعدوان في نظرية التعلم الاجتماعي ونظرية العدوان – الاحباط المنقحة. وقد يحدث العدوان والاحباط للافراد إذا تعلموا رد الفعل الملائم للاحباط. فمن الممكن ان تكون النماذج والتعزيزات قوية لتحديد السلوك العدواني، وقد يستعمل الجمهور العدوان كما يستعملها بعض المتسابقين إذ تعد غير ملائمة في المجتمع.  
  
3- شرح علاقة الاداء – بالعدوان :  
فقـد وجد بعض علماء النفس الرياضي نتائج غير منسجمة في اختيار العلاقة بين الاداء – العدوان. وهذه هي بعض حالات الاداء الرياضي والعدوان. وبرما تكون العلاقة بين الاداء والعدوان اقل أهمية من تقييم المدربين للاداء في أي فعالية. وبكلام اوضح فان المتسابقين يتعلم ون كيف يكون العدوان غير مجدٍ ولا مفيد.