

# 浅析运用目标管理理论增强体育团队凝聚力

丁佳

(仁荷大学 韩国 仁川 402751)

**[摘要]** 本文重点分析运用目标管理理论增强体育团队凝聚力,结合当下影响体育团队凝聚力的因素,从提高体育团队成员的同质性,最大限度地满足个体需求、进一步完善领导方式,采用恰当的奖励方式、建立体育团队竞争,营造较好的社会地位、提升信息沟通的广泛性,增强体育团队的规模,基于以上几点进行深入探索,其目的在于充分发挥目标管理理论在增强体育团队凝聚力中的运用优势,为社会培养更多体育人才。

**[关键词]** 体育团队; 体育社会心理学; 目标理论; 凝聚力

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.045

## 引言

在新时期背景下,运用目标管理理论增强体育团队凝聚力十分重要,其不但关乎我国未来体育行业的健康可持续发展,也与体育团队的整体成绩有紧密联系。因此,相关人员应增强目标管理理论运用力度,通过多种方式,将其含有的应用价值运用到体育团队的凝聚力中。

### 1、体育团队凝聚力的含义

体育团队凝聚力指的是团体成员间对团体组织目标的认同程度。团体凝聚力为体育团队的基本特点,拥有较高凝聚力的体育团队,对应的活动效率越高,成员互动的意愿,体育团队活动的主动性对体育团队的满意度更高,成员间相互合作,为体育团队的目标达成一致而共同努力。另外,凝聚力的增强能提升成员士气,主动参与训练,不断提高自己的能力。如果团队存在内部矛盾,成员间的互相配合会出现问题,不但影响成员的训练积极性,还会影响训练质量及运动效果。经管理实践发现,体育团队凝聚力越强,越容易成功,这主要因为每个成员将体育团队目标作为自己的任务,将体育团队行为规范作为自己的行为准则,为此会主动参与体育团队活动,在凝聚力和成功的因果关系内,两者成正比,凝聚力越强的体育团队,成员表现力越强,团队成绩越好。

### 2、影响体育团队凝聚力的几点因素

现如今,影响体育团队凝聚力的因素有很多,其中比较常见的是体育团队成员间的同质性和人际关系、体育团队的外部压力和规模及领导方式,内容如下:

#### 2.1 体育团队成员间的同质性和人际关系

同质性指的是体育团队成员的相似性以及共同性,俗称共性,比如兴趣、目标、思想等方面的一致性。同质性越强,对应的凝聚力越高,反之亦然。体育团队成员间的关系是决定体育团队凝聚力的重要因素,若是体育团队成员间关系良好则有利于体育团队目标如期达成,另外还最大限度地满足了体育团队成员间的情感需求,感受良好的心理体验,尽管在困难和挫折面前,他们也可以相互鼓励和安慰,提高对群体的归属感,在之后的赛事中获得理想的成绩<sup>[1]</sup>。

#### 2.2 体育团队的外部压力和规模

通过研究表明,外部压力及威胁能够切实提高体育团队成员间的价值,促使全体成员团结互助,减少内部矛盾与冲突,更加忠于自己的队伍,确保体育团队的整体利益,共同对外,防止自己的队伍受到伤害,体育团队凝聚力增强了成员之间的交流。体育团队的规模和体育团队凝聚力有着莫大的联系。成员多的话不但能够减少成员互相接触的机会,还会导致内部冲突增加;而成员太少又会影响到团队目标的实现,因此体育团队规模的整合要恰当合理。

#### 2.3 体育团队的领导方式

领导方式的不同对体育团队凝聚力也有着不同的影响,在民主、放任和专制的三种领导方式中,民主型的领导方式更能增强体育团队的凝聚力。

### 3、加强体育团队凝聚力的有效渠道

加强体育团队凝聚力的有效渠道有很多,其中比较典型的是提高体育团队成员的同质性,最大限度地满足个体需求、进一步完善领导方式,采用恰当的奖励方式、建立体育团队竞争,营造较好的社会地位、提升信息沟通的广泛性,增强体育团队规模控制,内容如下:

#### 3.1 提高体育团队成员的同质性

同质性便是成员之间的共性。共同的目标及利益是体育团队成员联结的重要因素。有了共同的目标及利益关系是增强体育团队凝聚力的主要条件。这和目标理论的中心思想相同,满足心理学的目标论。个体单独活动无法满足精神需求与物质需求,应在群体中得到满足,对个体产生较强的依赖。体育团队活动为个体生活的主要构成部分,而体育团队规范能够被个体自觉遵守,且形成个体联结在体育团队间的桥梁。

#### 3.2 完善领导方式

体育团队领导行使权与作用发挥方法的差异,会让体育团队出现不同氛围,导致体育团队凝聚力受影响。民主型的领导方式使体育团队成员能够更加的团结友爱,且个体思想较为活跃,能够主动参与活动,相对来说个体满足感更加强,对应的训练效率更高,凝聚力更强。采用行之有效的集体奖励制度,可以增强个体和体育团队目标的一致性,每个个体都在意集体的成绩,互相依赖,能够产生深厚的情感。最大限度地减少个人奖励制度,便于降低个体之间的竞争<sup>[2]</sup>。

#### 3.3 建立体育团队竞争

从心理学的角度看,外部对手的存在,是保障一个群体正常发展的重要条件。教练要系统掌握体育团队面临的外部压力及威胁,便于提升体育团队的凝聚力。一个体育团队被授予荣誉称号,能够提升体育团队成员的自豪感及成就感,使他们不愿脱离这个整体,进而增强体育团队凝聚力<sup>[3]</sup>。

#### 3.4 增强体育团队规模控制

体育团队成员间的有效沟通,能提高团队凝聚力。反之体育团队内部百花齐放,便会削弱团队凝聚力。体育团队成员互相交流的机会多,容易生出深厚的感情,提高团队凝聚力的提升,因此控制好团队规模是团队凝聚力提升的不可缺少的因素之一<sup>[4]</sup>。

### 结束语

综上所述,体育团队目标的设置与实施,同体育团队凝聚力有着紧密联系,每个体育团队都有属于自己的特点,应重视目标管理。经分析发现,影响体育团队的主要因素便是目标管理,为此把目标管理引入体育团队凝聚力增强上,一定要确保体育团队的绩效,获得更高的成绩;而体育团队凝聚力的加强还有助于体育团队目标统一,进而展开体育团队目标设置及实施,二者互相作用及影响。

### 参考文献

- [1] 焦峪平. 普通高校体育课程课内外一体化与体育社团耦合联动研究——以广东外语外贸大学为例[J]. 文体用品与科技, 2020(15): 183-184.
- [2] 李阳, 赵刚. 体育中考制度与学校体育发展的隐忧和突围——基于目标激励机制的思考[J]. 体育学研究, 2020, 34(04): 46-52.
- [3] 黄希庭, 张力为, 毛志雄. 运动心理学. 华东师范大学出版社, 2019, 343-345.
- [4] 顾志平. 聚焦民生、兼顾效益: 多元目标视角下高职体育场馆运营管理机制研究[J]. 体育科技, 2020, 41(01): 46-47.