

# Gruppenkohäsion im Sport

Group Cohesion in Sports

Andreas Lau & Oliver Stoll

## Zusammenfassung

*In nahe zu allen Sportformen trifft man auf Kleingruppen, so dass eine sozialpsychologische Reflexion nutzbringend ist. Von Interesse sind der Gruppen-Begriff und die Beschreibung von Gruppenmerkmalen. Die Gruppenkohäsion wird als sozialpsychologisches Merkmal definiert und abstrahiert werden ihre Konzeptionalisierung und Diagnostik vorgestellt. Befunde zur Kohäsion-Leistungsbeziehung aus der sportwissenschaftlichen Forschung werden thesenartig zusammengefasst. Im zweiten Teil werden gruppendynamische Interventionsansätze diskutiert, die zur Einflussnahme auf Gruppenprozesse in Sportteams geeignet erscheinen.*

## Abstract

*Most sports are connected to small group-activities. For this reason, social-psychological reflections may contribute to knowledge-enhancement. We will focus on group definitions as well as descriptions of group objectives. Group-cohesion is defined as a social-psychological construct and the research history of sport-specific team-cohesion is reported. Furthermore, the conceptualisations, the cohesion diagnostics as well as the sport-scientific cohesion-performance relationship is documented and critically discussed. In the second part of this review, intervention-approaches for the team-cohesion enhancement in sports teams are reflected.*

## 1. Einleitung

In aller Regel findet Sport in Gruppen statt. So finden wir im Freizeit- und Breitensport Gruppen in nahezu allen Sport- und Bewegungsaktivitäten. In den meisten dieser Gruppen erfüllt der Sport eine soziale Funktion, unabhängig davon, welche Motive zugrunde liegen (z. B. Gesundheit, Anschluss, Leistung), welche Organisationsform gewählt wird (informelle vs. formelle Gruppen, Übungsgruppe vs. Wettkampfteam) oder welche Altersgruppen sich zum Sporttreiben zusammenfinden (Kinder, peer-group, Senioren oder Familien).

Im Leistungssport gehört die Trainings- und Wettkampfgruppe vom Anfänger bis zur Nationalmannschaft zum Sportalltag. Es fällt auf, dass erfolgreiche Sportspielteams, wie z. B. die deutschen Nationalmannschaften im Fußball, Hockey und Handball, den Teamgeist als eine ihrer Stärken hervorheben.

Die sozialen Aspekte im sportlichen Handeln werden in der Sportwissenschaft aus drei Perspektiven analysiert: 1) Soziale Kognitionen und Kompetenzen von Sportlern, 2) Soziale Interaktion und Kommunikation zwischen Sportler und Trainer oder anderen Akteuren (z. B. Zuschauer, Schiedsrichter) und 3) Soziale Prozesse in und zwischen Gruppen. Auch wenn diesen Forschungsansätzen jeweils verschiedene sozialwissenschaftliche Theorien und Modelle zugrunde liegen, haben sie gemeinsam, dass sie an einer individuellen und/oder kollektiven Leistungsoptimierung ausgerichtet sind. Im Folgenden soll die Gruppe als soziales Konstrukt fokussiert werden.

## 2. Gruppenkohäsion als sozialpsychologisches Merkmal

Einige Autoren verweisen zurecht darauf, dass der Gruppenbegriff im Sport einer Definition bedarf (Carron & Hausenblas 1998; Schlicht & Strauß 2003 u. a.). Mit einer Orientierung an der sozialpsychologischen Kategorie der Kleingruppe grenzt sich die Sportgruppe sowohl von Massen (z. B. Teilnehmer an Volks- oder Marathonläufen) als auch von dyadischen Beziehungen (Eistanzpaare, Tennis-Doppel und Zweier-Kanu) ab. Fünf Merkmale werden relativ übereinstimmend in die Charakteristik einer Kleingruppe aufgenommen:

- Die Gruppe ist real und die Anzahl der Gruppenmitglieder ist begrenzt, in der Regel zwischen drei und 25 Personen.
- Die Gruppenmitglieder verfolgen gemeinsame Ziele und Interessen.
- Die Gruppenmitglieder besitzen ähnliche Eigenschaften, gleiche Normen, Einstellungen und Wertevorstellungen.
- Die Mitglieder unterhalten explizite oder implizite Beziehungen zu einander und interagieren und kommunizieren regelmäßig miteinander.
- Die Gruppenmitglieder sind sich der psycho-sozialen Wirkungen ihres Handelns und das der anderen Mitglieder.