

# Innhold

<b>Forord</b> .....	5
<b>Innledning</b> .....	15
Del 1 Gruppedynamikk i idrett .....	16
Del 2 Lederskap i idrett .....	17
<b>Del 1</b>	
<b>GRUPPEDYNAMIKK I IDRETT</b> .....	21
<b>Kapittel 1</b>	
<b>Ulike typer grupper</b> .....	23
Hva er en gruppe? .....	24
Kriterier for en sosial gruppe .....	26
Gruppemedlemskap .....	28
Om å undersøke grupper .....	29
Typer av grupper .....	29
Primærgruppe og sekundærgruppe .....	29
Formelle og uformelle grupper .....	30
Referansegrupper og medlemskapsgrupper .....	31
Jeg-grupper og vi-grupper .....	32
Gruppe eller team .....	33
Hva er en idrettsgruppe .....	33
En modell for idrettsgrupper .....	35
<b>Kapittel 2</b>	
<b>Sosial påvirkning</b> .....	36
Gruppepress .....	37
Konformitet .....	38
Ettergivenhet .....	39
Lydighet .....	41

## Innhold

### Kapittel 3

<b>Gruppeutvikling og gruppesosialisering</b> .....	43
Lineære modeller .....	44
Pendelmodeller .....	49
Bions modell for gruppeemosjonalitet .....	50
Sykliske modeller .....	53
Gruppesosialisering .....	55
Sosialiseringprosesser .....	56
Sosialiseringstadier .....	58
Utskiftninger .....	59

### Kapittel 4

<b>Gruppeoppgaven og territorier</b> .....	62
Gruppeoppgaven .....	63
Steiners oppgavekategorisering .....	63
Carron og Chelladurais klassifikasjon av idrettsaktiviteter og koordineringsmetoder .....	66
Gruppestørrelsen .....	68
Gruppestørrelse og oppgaven .....	69
Gruppeterritorier .....	70
Hjemmebanefordelen .....	71

### Kapittel 5

<b>Å sette mål i grupper</b> .....	75
Gruppemål .....	76
Hvem bestemmer målene? .....	77
Ulike typer mål .....	78
Effekten av målsetting .....	78
Hvorfor mål har en positiv effekt .....	79
Målsettingsprosessen .....	81
Målsetting .....	81
Iverksettelse .....	86
Evaluering .....	87
Retningslinjer for gode mål .....	87
Vanlige problemer i målsettingsarbeid .....	91

### Kapittel 6

<b>Grupprestasjoner</b> .....	92
Steiners modell for gruppeeffektivitet .....	93
Steiners modell i en idrettssammenheng .....	96
Når $1 + 1 = 3$ .....	97

Koordinering i idrett .....	97
Felles delte modeller i idrett .....	98
En modell for koordinering og felles delte modeller i idrett .....	100
<b>Kapittel 7</b>	
<b>Sosial fasilitering</b> .....	104
Zajoncs handlingsteori om sosial fasilitering .....	106
Hvorfor oppstår sosial fasilitering? .....	107
Konsekvenser for trenere .....	109
Publikum kan gi «choke-effekt» .....	110
<b>Kapittel 8</b>	
<b>Sosial loffing</b> .....	111
Teoretiske perspektiver på sosial loffing .....	114
Den kollektive innsatsmodellen .....	116
Persepsjon av sosial loffing .....	117
Forskning på sosial loffing .....	118
Gruppe faktorer og sosial loffing .....	119
Lederskap .....	121
Personlige faktorer og sosial loffing .....	121
Sosial loffing og sosial fasilitering – en integrasjon .....	122
Hva kan trenere gjøre for å minske sosial loffing? .....	123
Sosial kompensering og Köhler-effekten .....	124
<b>Kapittel 9</b>	
<b>Roller i grupper</b> .....	126
Rolledifferensiering .....	127
Rollefunksjoner .....	128
Funksjonelle roller og teamroller .....	129
Læring av roller .....	131
Rolleutførelse .....	133
Rolleklarhet og rolletvetydighet .....	134
Rolleaksept og rolletilfredshet .....	137
Rollebelastning og rollekonflikter .....	138
Uformelle roller i grupper .....	139
Kulturelle arkitekter .....	141
«Råttent eple-effekt» i en gruppe .....	143
Roller, posisjon og status i grupper .....	146
Tiltrekningsstrukturer .....	148
Sosiometrisk differensiering .....	149

## Innhold

SYMLOG .....	150
SYMLOG-dimensjonene .....	150
Felttdiagram .....	152
<b>Kapittel 10</b>	
<b>Gruppenormer</b> .....	155
Gruppenormer .....	156
Hvordan normer oppstår og utvikles .....	157
Normstabilitet .....	158
Normer i idrettsgrupper .....	159
<b>Kapittel 11</b>	
<b>Sosial identitetsteori</b> .....	161
Det minimale gruppeparadigmet .....	162
Sosial identitet – selvkategorisering og gruppeidentifisering .....	163
Gruppeprototype .....	165
<b>Kapittel 12</b>	
<b>Gruppekohesjon</b> .....	167
Carrons kohesjonsmodell .....	169
Utvikling av kohesjon .....	170
Kartlegging av kohesjon .....	171
Hva påvirker kohesjonen .....	173
Sammenhengen mellom kohesjon og prestasjon i idrett .....	179
Fører kohesjon til bedre prestasjoner? .....	180
Oppsummering av forholdet mellom kohesjon og prestasjon .....	181
Kan kohesjonen bli for høy? .....	182
Gruppetenkning .....	183
Hvordan øke gruppekohesjonen? .....	184
<b>Kapittel 13</b>	
<b>Kollektiv mestringstro</b> .....	188
Effekter av kollektiv mestringstro .....	190
Kilder til kollektiv mestringstro .....	191
Tiltak for å øke kollektiv mestringstro .....	196
<b>Kapittel 14</b>	
<b>Motivasjonsklima i idrettsgrupper</b> .....	199
Oppgaveorienterte og egoorienterte utøvere .....	200
Mestringsorienterte og prestasjonsorienterte klimaer .....	201
TARGET – en modell for endring av motivasjonsklima .....	204

**Kapittel 15**

<b>Subgrupper</b> .....	206
Hva er en subgruppe? .....	207
Konsekvenser av subgrupper i et team .....	209
Hva kan treneren gjøre med subgrupper? .....	209

**Kapittel 16**

<b>Kommunikasjon</b> .....	211
Systemisk forståelse av kommunikasjon .....	214
Kommunikasjonsstruktur .....	220
Intrateamkommunikasjon .....	222
Forskning på intrateamkommunikasjon .....	223
Johari-vinduet – en kommunikasjonsmodell .....	224
Om å gi og motta feedback .....	227
Ulike «vinduer» og personlig stil .....	228

**Kapittel 17**

<b>Humor i grupper</b> .....	231
Humorteorier .....	232
Humorklima i grupper .....	234
Adaptiv humor .....	235
Maladaptiv humor .....	235
Humorspredning i en gruppe .....	236
Hvordan utvikle et positivt humorklima .....	237

**Kapittel 18**

<b>Intrateamkonflikt</b> .....	238
Ulike typer konflikter .....	239
Konflikthåndteringsstrategier .....	240
Konsekvenser av konflikt .....	240
Konflikthåndteringskompetanse i teamet .....	241
Treners konflikthåndtering .....	242

**Kapittel 19**

<b>Kollektiv kollaps i idrett</b> .....	243
Utløsende kritiske hendelser .....	245
Forebygging av kollektiv kollaps .....	246
Tiltak for å forebygge kollektiv kollaps .....	246

## Innhold

### **Kapittel 20**

<b>Teamresiliens</b> .....	248
Gruppestruktur .....	250
Mestringstilnærming .....	250
Sosial kapital .....	250
Kollektiv mestringstro .....	251

### **Kapittel 21**

<b>Teambygging</b> .....	252
Direkte eller indirekte teamutvikling .....	254
Teambygging – en systematisk og strukturert tilnærming .....	255

### **Kapittel 22**

<b>Teamkultur</b> .....	259
Hva er teamkultur .....	260
En felles kultur eller mange små kulturer .....	261
Teamkulturens innhold .....	262
Kulturuttrykk eller artefakter .....	263
Kulturinnholdet .....	264
Kulturendringer .....	266
Planlagt kulturendring .....	266
Prestasjonskultur .....	268
Hvordan skape en prestasjonskultur .....	269

## ***Del 2***

<b>LEDERSKAP I IDRETT</b> .....	271
---------------------------------	-----

### **Kapittel 23**

<b>Trener og leder</b> .....	273
Treneren som leder .....	274
Hvor viktig er treneren? .....	276
Krav til treneren .....	277
Trenerens jobb .....	278
Trener og maktutøvelse .....	280
Trener og menneskesyn .....	283
Ichak Adizes' lederroller .....	285
Adizes' roller som innfallsvinkel til trenerrollen .....	285
Utøverledelse .....	286

**Kapittel 24**

<b>Perspektiver på ledelse</b> .....	288
Treneren i lys av utvalgte lederteorier .....	289
Universelle lederteorier .....	289
Trekkteorier .....	289
Atferdsteorier .....	291
Situasjonsteorier .....	292
Fiedlers samspillsteori .....	292
Sti-mål-teorien .....	295
Ledergitteret til Blake og Mouton .....	296
Hersey og Blanchards situasjonsbestemte ledelse .....	298

**Kapittel 25**

<b>Beslutninger og opplevd rettferdighet</b> .....	302
Beslutningsteori .....	303
En normativ beslutningsmodell for trenere .....	303
Opplevd rettferdighet .....	307
Konsekvenser av opplevd urettferdighet .....	309
Tiltak for å sikre god prosedyrerettferdighet .....	310
Hills modell for teamledelse .....	310

**Kapittel 26**

<b>Nyere perspektiv på ledelse</b> .....	313
Transaksjonsledelse .....	314
Transformasjonsledelse .....	315
Lederskap basert på karisma .....	317
Identitetsbasert ledelse .....	319
Tre R-er i identitetslederskap .....	321
Tjenerledelse .....	322
Tjenerledelse i idrett .....	324

**Kapittel 27**

<b>Multidimensjonal lederteori for idrett</b> .....	325
Foreskrevet treneratferd .....	326
Situasjonelle karakteristika .....	327
Foretrukket treneratferd .....	327
Utøveres karakteristika .....	328
Treners atferd .....	328
Treners karakteristika .....	329
Ledelsesskala i idrett .....	330
Forskning på treneratferd med utgangspunkt i LSS .....	331

## Innhold

### **Kapittel 28**

<b>Trenerens mestringstro</b> .....	335
Dimensjoner i trenerens mestringstro .....	336
Kilder til trenerens mestringstro .....	337
Konsekvenser av trenerens mestringstro .....	339
Tiltak som kan styrke og øke trenerens mestringstro .....	340

### **Kapittel 29**

<b>Destruktiv ledelse i idrett</b> .....	341
Den giftige triangelen .....	344
Destruktive trenere .....	344
Påvirkelige utøvere .....	345
Et understøttende miljø .....	345

<b>Referanser</b> .....	347
-------------------------	-----

<b>Stikkord</b> .....	371
-----------------------	-----