

محاضرة رقم 03

الدافعية في الميدان الرياضي:

1- الدافعية في المجال الرياضي:

- ما المقصود بالدافعية؟

إن مصطلح الدافعية Motivation مشتق من اللفظ اللاتيني Movere والذي يعني To Move وإذا أخذ المعنى الحرفي للكلمة، فإن الدافعية هي عملية إحداث حركة.

والدافع مفهوم من المفاهيم النفسية يتردد في مصادر علم النفس العام تحت مسميات متعددة تحمل بعض منها مفهوم الدافع وتحمل الأخرى معانٍ وحقائق تحتاج إلى التمييز والتحديد منها: الغريزة، الحاجة، الباعث، الحافز، القصد، الإرادة، الدفعة الفطرية...

فسلوك الفرد في أي موقف من مواقف الحياة ليس من السهل فهمه وتحليله بل وصفه وصفاً حقيقياً ولما يتصف به الفرد من التنوع والتعقيد.

وإن الدوافع هي كل ما يدفع إلى السلوك سواء الحركي أو الذهني هذا جانب ومن الجانب الآخر فإن الدوافع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام البشر، وأن الشواهد تدل على أنه يوجد سبب أو دافع وراء كل سلوك، فالسبب يرتبط بحالة الكائن الحي الداخلية وفق حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى، أي أن الفرد لا يستطيع أن يتنبأ بما يمكن أن يقوم به في كل موقف من المواقف.

كما يحتل موضوع الدافعية أهمية متميزة في علم النفس الرياضي ويرجع ذلك إلى أنه يهتم بأسباب أو حركات السلوك الرياضي وأن كل سلوك وراءه قوة دافعية معينة.

2- مفهوم الدافعية في المجال الرياضي:

لم يتوقف علم النفس الرياضي منذ بداياته الباكرة أو آخر الخمسينات من هذا القرن مكتوف اليدين أمام الاهتمام البالغ بموضوع الدافعية إذ فطن العديد من الباحثين إلى أن الدافعية هي مفتاح الممارسة الرياضية على مختلف المستويات كما أنها المتغير الأكثر أهمية التي تحرك وتثير اللاعب الرياضي لتحقيق الإنجازات الدولية والعالمية.

هناك مجموعة من المفاهيم يمكننا أن نفرق بينها:

1-الدافع: هو استعداد داخلي أو تلك الحالة من التوتر الجسمي والنفسي التي تثير السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين فالدافعية ليست سلوك قابل للملاحظة بطريقة مباشرة ولكنها تكوين فرضي يستدل عليه من سلوك الكائنات الحية في المواقف المختلفة.

2- الحافز: هو الآلة المحركة للدوافع أو هو ما يثير السلوك ويهيئه للعمل كما أنه حالة من التوترات والضيق تنشط الرياضي لكنها لا توجه سلوك الرياضي، فالحافز إذا مجرد دفعة من الداخل.

3-الباعث: هو الموضوع الخارجي الذي يختزل الحاجة أو يشبعها والباعث ليس بدافع في ذاته ولكنه عبارة عن مواقف وموضوعات يتوقع الحصول عليها أن تشبع الدافع وقد يكون الدافع مادي أو معنوي.

4-الحاجة: وهي الافتقار لشيء ما أو هي حالة لدى الرياضيين تنشأ من انحراف الشروط البيولوجية وعدم الاتزان بين الرياضي وبيئته الخارجية، وأن الأصل في الحاجة حالة من النقص والعوز والافتقار واختلال التوازن والتي تقترن بنوع من التوترات والضيق لا يلبث أن يزول بقضاء الحاجة.

5-التوقع: وهو توقع مقدار نجاح اللاعب ودرجة تحديد مستوى الدافع في الأداء الرياضي نحو انجاز الفوز والهدف من المنافسة فاللاعب الذي لديه قناعة بتوقع إيجابي لتحقيق الفوز سوف يبذل المزيد من الجهد.

3-مدخل النظريات المعرفية في الدافعية:

يقوم هذا المدخل على اعتبار أن دافعية الفرد للأداء لا يمكن تفسيرها بطريقة متكاملة من خلال دراسة متغيرات التدعيم الخارجي، وإنما من دراسة وعي الفرد وأفكاره وتوقعاته.

-نماذج لنظريات مدخل الرضا عن العمل:

دراسة إلتون مايو تعتبر أول دراسة تعنى بالسلوك الإنساني في التنظيم، كما تعتبر في الوقت نفسه أولى المحاولات العلمية الجادة والعملية لتفسير أثر السلوك الجماعي على محيط العمل، وضرورة مراعاة الإدارة للعنصر البشري ليس فقط من النواحي المادية، وإنما أيضا من النواحي النفسية والاجتماعية.

وأشار باحثين هذا المدخل أن هناك نوعين من الحوافز:

حوافز خارجية: تخص جميع العوائد التي يحصل عليها الفرد من بيئة العمل الوظيفي سواء كان نمط الإشراف، الأجر، الجماعة، ظروف العمل.

حوافز كامنة: التي تخص مهام الوظيفة وأهميتها قدرة الفرد على إنجاز المهمة ومطابقتها للمواصفات، وهذه الحوافز الكامنة تتعلق بأداء العمل ومكونات العمل، فقد تكون في أنشطة متصلة باهتمامات الفرد وميوله ورغباته فيجد سعادة في إنجاز هذا العمل، وهذه السعادة يكون أثرها لبعض الأفراد أكبر من أي عائد خارجي يحصل عليه من الوظيفة.

4- نماذج للنظريات المعرفية في الدافعية:

-أنواع الدوافع:

✓ حسب نوعها:

- الدوافع الأساسية: فالدوافع من هذا النوع تكون فطرية ومرتبطة بالجانب الفسيولوجي العضوي للفرد، ويطلق عليها أيضا الدوافع الفردية ولها مسميات كثيرة منها الدوافع الفطرية وكذلك الحاجات ذات المصدر الداخلي.

-الدوافع الثانوية: فهي مكتسبة عن طريق عملية التعلم وتتغير خلالها والتطبع الاجتماعي ويكون لها أساس نفسي يطلق عليه الدوافع المكتسبة أو الاجتماعية أو المتعلمة.

✓ حسب مصدرها:

الدوافع الداخلية:

وهي التي تنبع من داخل الشخص والطاقة الداخلية والتوجيه الذي يكون السبب في القيام بالشئ، أو هي الحالات الداخلية المتأتية من داخل اللاعب نفسه والتي تدعي ذاتية الإثابة والتي تشبعها ممارسته للعبة كهدف في حد ذاته من منطلق الرغبة في الشعور بالافتقار أو الرضا والسرور والمتعة الناتجة عن ممارسة اللعبة، والشعور بالارتياح كنتيجة للتكيف مع التدريبات البدنية والقدرة على تجاوزها بنجاح خصوصا تلك التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة، وعرف روسل الدافعية الداخلية بأنها تمثل مجموع القوى التي تدفعنا للقيام بنشاطات بمحض إرادتنا وهذا للأهمية والمنفعة بالنسبة لها.

الدوافع الخارجية:

تتمثل الدوافع في هذا النوع بأن مصدر الطاقة خارجي تقوم بتوجيه أداء الفرد وتحته على العمل، والتي تؤدي للقيام بالأعمال ليس من أجله بل من أجل الآخرين فهو يطمح لأن يقدره الآخرين ويعترفوا به، أو هي الحالات الخارجية التي لا تنبع من داخل اللاعب نفسه وإنما تأتي من خارجه وتتم عن طريق التدعيم الإيجابي أو السلبي وتدعي خارجية الإثابة والتي تثير وتوجه السلوك نحو ممارسة اللعبة، وتكون صورة الدافعية الخارجية متمثلة بالمكاسب المادية والمعنوية كالحصول على مكافآت أو جوائز أو التشجيع.

5- مفهوم دافعية الإنجاز الرياضي:

تعتبر بمثابة حالة بادئة وباعثة وموجهة ومنشطة للسلوك وتعمل على دفع الفرد نحو تحقيق هدف أو أهداف معينة والاحتفاظ باستمرارية السلوك (محمد حسن علاوي 1998، ص212) في حين أن هناك من يعرفها على أنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تخصص هدف (أسامة كامل راتب 1990، ص16).

في حين عرفها صاج Sage 1997 بأنها اتجاه وشدة الجهد المبذول لتحقيق هدف ما.

- إذن فدافعية الإنجاز عبارة عن قوة تؤثر وتستثير سلوك اللاعب لمواجهة التحديات الرياضية والتغلب عليها من خلال التصميم والمثابرة لتحقيق المستويات العالية.
- ولأجل تسهيل دراستها في الجانب الرياضي عرف أسامة كامل راتب الدافعية بأنها تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة.

دافعية الإنجاز الرياضي:

عرف اتكنسون الدافع للإنجاز على أنه استعداد نسبي في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرته في سبيل تحقيق أو بلوغ نجاح يترتب عليه نوع من الإشباع وكذلك نعني بها " الرغبة والسعي للتغلب على الصعوبات والعوائق لتحقيق النجاح في الأداء"، حيث نجد أن أساس عملية دافعية الإنجاز هو الاستثارة التي تحدث لسلوك اللاعب أو قد تكون "حاجة لدى الفرد للتغلب على العقبات والنضال من أجل السيطرة على التحديات الصعبة والميل إلى وضع مستويات مرتفعة في الأداء والسعي نحو تحقيقها، والعمل بمواظبة شديدة ومثابرة مستمرة.

✓ نموذج اتكنسون:

- خصائص دافعية الإنجاز عند الرياضيين.
- يظهرون قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم.
- يظهرون نوعية متميز من الأداء.
- ينجزون الأداء بمعدل مرتفع.
- يعرفون واجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين.
- يتطلعون إلى المواقف التي تتطلب التحدي.
- يتحملون المسؤولية فيما يقومون به من أعمال.

مستويات الدافع للإنجاز الرياضي:

قام محمد حسن علاوي باقتباس التصور الذي قدمه كريم وسكلي بالنسبة لإمكانية وجود العديد من أنماط الرياضيين طبقا لبعدي النجاح والخوف نت الفشل أربعة أنماط رئيسية هي:

- النمط الأول: دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح + خوف مرتفع من الفشل.
- النمط الثاني: دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح + خوف منخفض من الفشل.
- النمط الثالث: دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح + خوف مرتفع من الفشل.

○ النمط الرابع: دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح + خوف مرتفع من الفشل.

-**الوظائف الأساسية للدافعية:** هناك ثلاث وظائف أساسية للدافعية هي:

- تحريك وتنشيط السلوك بعد أن يكون في مرحلة من الاستقرار أو الاتزان النسبي، فالدوافع تحرك السلوك أو تكون هي نفسها دلالات تنشط الأجهزة العضوية لإرضاء بعض الحاجات الأساسية.

-توجيه السلوك نحو وجهة معينة دون أخرى، فالدوافع بهذا المعنى اختيارية، أي أنها تساعد الفرد في اختيار الوسائل لتحقيق الحاجات عن طريق وضعه على اتصال مع بعض المثيرات المهمة.

- المحافظة على استدامة السلوك طالما بقي السلوك مدفوعا، أو طالما بقيت الحاجة قائمة، فالدوافع فضلا عن أنها تحرك السلوك تعمل على المحافظة عليه حتى تشبع الحاجة.