

## محاضرة رقم 05

### الحوافز في الرياضة

#### 1- مفهوم الحافز وطبيعته :

الحافز أو الباعث هو موضوع خارجي له وجود حقيقي مادي أو معنوي ،ويكون في صورة مكافأة يعلن عنها قبل إصدار السلوك الرياضي لاستثارته ،أو أثناء السلوك لتشجيع استمرارية وتوجيهه ،كما يقدر الحافز أيضا بعد السلوك المرغوب لتدعيمه وزيادة احتمال ظهوره في المواقف التالية والمتشابهة .

والحافز بهذا المفهوم ليس مجرد مثير للدافع بل هو مصدر خارجي لإشباع الحاجة أو الهدف الذي يسعى الفرد إليه لأن الحصول عليه يؤدي إلى الشعور بالرضا والارتياح تؤدي حالة الرضا والارتياح هذه إلى السعي للحصول على الحافز أو الاحتفاظ به وبذلك يقوي السلوك ويزداد معدل ظهوره فيما بعد.

ولقد انتشرت ظاهرة الحوافز المادية حاليا في كثير من المجالات الرياضية وخصوصا في رياضة المستويات العالية كفرق دوري الممتاز في الألعاب الرياضية الجماعية ،ومهما كانت قيمة المبالغ النقدية التي تصرف على الرياضيين في المباريات مكافآت لفوزهم في البطولات ،فإن هذه الحوافز ما هي إلا رموز للجهد والتفوق ،وليس لسد الحاجة المادية لدى اللاعبين فقيمة الحافز المعلن عنه أي منافسة ما هو إلا تعبير عن مدى أهمية المهمة كأساس للتفوق يتطلب الحاجة على الانجاز الرياضي.

والحقيقة التي يجب التأكد عليها في هذا المجال أن القوى الداخلية هي الدافعة له في أي نشاط الحوافز ما هي إلا مثيرات لها ،فالحاجة إلى الانجاز الرياضي لدى الفرد هي المعول الأول في تفوقه وهذا ما ثبت في معظم الدراسات التي أجريت عن التفوق في جميع المجالات فالمال كحافز أصبح رمزا للنجاح وليس فقط لسد حاجيات الحياة.

## 2- وظيفة الحافز في السلوك الرياضي :

تتحد وظيفة الحوافز في استثارة الدافع وتدعيم السلوك المرغوب ولقد تباينت الآراء بين التأييد والرفض في استخدام الحوافز حيث ينصح بعض العلماء باستخدام الحوافز للأسباب الآتية :

- 1- تساعد على استثارة دافع الفرد حول النشاط الرياضي الذي يتجه نحو ممارسته.
  - 2- تساعد على انتقاء سلوك معين ،أي تحقيق الهدف من ممارسته الرياضية.
  - 3- تساعد على توفير الرغبة في نشاط معين والتمكن فيه ،عندما لا يجد الفرد في النشاط الذي يمارسه مجالا لإشباع حاجاته.
  - 4- تؤدي إلى تقوية الدوافع التي أشبعها ،وبالتالي تقوية السلوك الرياضي .  
وينصح بعض العلماء بضرورة الحرص على استخدام الحوافز أو الحد منها بسبب:
- ان كثرة استخدام الحوافز في النشاط الرياضي قد تصبح غاية وليست وسيلة ، ويؤدي ذلك إلى أن يفقد الفرد المتعة من النشاط الذي يمارسه.
  - انها توجه الفرد إلى تحقيق أهداف ن طبيعة النشاط الرياضي نفسه (كتحقيق تجارة أو الحصول على ممتلكات على حساب الرياضة...)
  - يمكن أن تؤدي الحوافز إلى إنجاح محدود إذا استخدمت مع مجموعة رياضية يوجد بينهم من تؤهله قدراته إلى الحصول عليها بسهولة.
  - غالبا ما تؤدي هذه الحوافز إلى استثمارات زائد غير مطلوبة ، يمكن أن يخلق ضغط على اللاعب والفريق ،أو إلى الاتصاف بالعدوان الزائد والتصرفات العنيفة أثناء المنافسة.
  - قد تؤدي الحوافز إلى إحباط بعض أفراد الفريق الذين يرون صعوبة الحصول على الحوافز وبالأخص المادية منها.

- وبالرغم من تباين آراء العلماء في استخدام الحوافز بين المؤيد والمعارض ،إلا انه لا غنى عن استخدامها في المجال الرياضي خاصة بعدما أصفرت نتائج البحوث آثارها الايجابية في استثارة وتعديل السلوك الرياضي ،وذلك أصبحت الحوافز-خصوصا المعنوية منها -من سمات المواقف التعليمية والتنافسية الرياضية.

### 3- مبادئ استخدام الحوافز :

يتوقف الاستخدام الأمثل للحوافز في الرياضة على مهارة المربي الرياضي التي يستقيها من دراسته لمبادئ تدعيم السلوك وكيفية تشكيله ،وفيما يلي بعض المبادئ التي تساعد على استخدام الأمثل للحوافز الرياضية.

#### أولا :الحوافز الموجبة والحوافز السلبية :

تقديم الحوافز الموجبة على السلوك الناجح ،والحوافز السالبة على السلوك الخاطئ ،ولكن في مجال الناشئين يحدد تجاهل السلوك الخاطئ وحفز السلوك الناجح .

1- تعبر الحوافز الموجبة عن النجاح الذي يؤثر بدوره في زيادة الرضا عن الأداء والثقة بالنفس ،بينما تعبر الحوافز السالبة عن الفشل الذي ينجم عنه عدم الرضا والإحباط وفقد الثقة في الأداء.

#### ثانيا : الحوافز المادية والحوافز المعنوية :

تتمثل الحوافز المادية في تلك المكافآت التي تقدر قيمتها تقديرا ماديا ،مثل النقود وشهادات الاستثمار وغيرها ،بينما تتمثل الحوافز المعنوية في تلك لمكافآت التي تقدر قيمتها تقديرا معنويا ،مثل عبارات المدح والتشجيع اللفظية وغير اللفظية ،وشهادات التقدير والميداليات وغيرها.

➤ تقدم الحوافز المادية للكبار فقط ،ويحرص شديد عند تحقيقهم الأهداف النهائية ،بينما تتمثل تقدم الحوافز المعنوية عند تحقيقهم الأهداف المرحلية.

➤ تتفوق الحوافز المعنوية عن الحوافز المادية في استثارة الرياضيين الصغار عن الكبار والبنين عن البنات.

### ثالثا :حوافز الأداء وحوافز النتيجة :

تقدم حوافز الأداء عن كل جهد يقوم به الرياضي في اتجاه الهدف الحركي المطلوب بينما تقدم حوافز النتيجة عن تحقيق الهدف من الأداء ،ومن ثم فإن حوافز الأداء يجب ان تسبق التي تقدم عن النتيجة .

➤ يستطيع الرياضي أن يتحكم في أدائه أكثر من تحكمه في النتيجة ولهذا فإن حوافز الأداء هي المفضلة للتدريب الرياضي للناشئين.

### رابعا :توقيت الحوافز :

- 1- الإعلان عن الحوافز قبل إصدار السلوك المطلوب ،أكثر تأثيرا من مفاجأة الرياضي بالحوافز بعد تحقيق الهدف.
- 2- يمكن الوعد بالحوافز قبل تحقيق الهدف ،ولكن يمكن تقديمه إلا بعد تحقيق الهدف.
- 3- إن التنفيذ الدقيق بتقديم الحافز بعد تحقيق الهدف يعطي المصادقية المطلوبة للمربي الرياضي عند الوعد بتقديم حوافز أخرى عن أهداف لاحقة.
- 4- يزداد تأثير الحافز كلما تم تقديمه بسرعة عقب تحقيق الهدف مباشرة.
- 5- عند تشكيل سلوك حركي مركب، يقدم الحوافز عقب النجاح في أداء كل خطوة من خطوات هذا السلوك الحركي المركب.

### خامسا : قيمة الحافز :

➤ يستمد الحافز قيمته الحقيقية من مدى مناسبته لقيمة الأداء او النتيجة ،فالحافز القوي للأداء أو النتيجة الضعيفة ،أو الحافز الضعيف للأداء أو النتيجة القوية ،لا يؤثر التأثير الايجابي المطلوب.

➤ تختلف قيم ومقادير الحوافز المعنوية ،مثل اختلاف قيم ومقادير الحوافز المادية ،فالميداليات تختلف عن كلمة عظيم او ممتاز ،أو أحسنت أو صحيح.

➤ تأخذ الحوافز اللفظية الموجبة مثل عبارات المدح او التشجيع ،او الحوافز السالبة مثل التوبيخ واللوم قيمتها الحقيقية من طريقة إلقائها ،حيث يمكن ان تقدم بفتور وحماس وبسعادة بسيطة او سعادة غامرة ،أو بغضب شديد او بسيط.

➤ تزداد قيمة الحافز كلما كان تقديمه بطريقة إعلامية اجتماعية ،فكلمة "برافو" مثلا التي يسمعها اللاعب عند أدائه أمام زملائه أفضل من أن يسمعها منفردا ،وتقديم الميداليات في نهاية السنة في نهاية الموسم الرياضي أثناء حفل منظم بحضور الأهل والمسؤولين ،أفضل من تقديمها في ظروف غير اجتماعية وإعلامية