الدافعية في المجال الرياضي La motivation sportive

الدافع: هو استعداد الفرد لبذل الجهد أو السعي في تحقيق وإشباع هدف معين، أما في حالة دخول هذا الإستعداد أو الميل إلى حيز التحقيق الميداني (الفعلي) فإن ذلك يعبر عنه بالدافعية.

- الدافع هو الحافز- المثير- المنبه-
- الدافع: هو مثير داخلي شعوري أو لا شعوري بيولوجي أو سيكولوجي يحرك طاقات الكائن الحي ويوجهها مستهدفا بذلك إما خفض حالة التوتر لديه، أو لاستثارته أو استعادة توازنه البيولوجي والنفسي وله نوعان:
- داخلي: يتمثل في حالة الضيق والتوتر التي تلح عليه اشباعها.
- خارجي: يتمثل في الأهداف.

الدافعية: هي مجموع القوى التي تحرك وتثير الفرد لتبني سلوك موجه نحو هدف معين.

و يعرفها Gold et Weiberg على أنها ببساطة:

إتجاه وشدة و مجهود مبذول من طرف الرياضي.

النظريات المفسرة للدافعية: هناك نظريتين:

1- نظرية الحاجة (الحاجات):Théorie des besoins

المفهوم الأساسي لهاذه النظرية هو أننا نملك قوة داخلية تدفعنا للقيام بشيء أو سلوك معين، كما أن هاته القوة الداخلية التي تدفعنا ناتجة عن حاجتنا وهو ما يعرف بالحاجة، وهنا نتكلم عن هرم ماسلو للحاجات والذي يبدأ بالحاجات البيولوجية وصولا إلى حاجات الشعور بالأمن وتحقيق الذات، فكثير من الرياضيين يبذلون جهدا في اللعب وذلك بغية تحقيق حاجاتهم وهدفهم وهو إبراز الذات وتحقيقها للعب في مستويات عليا وهو ما يفسر مفهوم الدافعية، أي أن الدافعية في ظل هاته النظرية تنبع من الحاجة.

الحاجة تولد ميل ورغبة وبالتالي سلوكا نشطا

2- نظرية الإشراط (السلوكية): لا تفسر السلوك بالحاجات بل تفسره بقوة التعزيز Le renforcement (تعزيز السلوك)، مثلا بالمادة أو رغبة الجمهور بالفوز، الرغبة في تحقيق الذات.

لذلك تلجأ كثير من النوادي إلى تعزيز اللعب النشط لدى لاعبيها بزيادة المكافآت وبزيادة عدد المناصرين، وخير مثال على ذلك مباراة التأهل لكأس العالم بين الجزائر- مصر يوم 18 نوفمبر 2009 في أم درمان بالسودان وما فعلته

الحكومة الجزائرية من نقل لأعداد كبيرة من المناصرين لحضور المباراة لتحفيز اللاعبين.

- في أواخر السبعينات دخلت النظريات المعرفية التي تنص على أن سلوك الإنسان عبارة عن تفاعل مع البيئة الخارجية المحيطة به، نتيجة هذا التفاعل يقرر أي سلوك يسلكه مقابل مشروع أو هدف معين.

محددات الدافعية: الدافعية هي أول ميكانيزم مستخدم في المجال الرياضي للوصول إلى نتائج إيجابية، ولمعرفة تمتع اللاعبين بالدافعية هناك محددات تبين ذلك من أهمها:

- درجة إلتزام اللاعبين للوصول إلى الهدف المرغوب.
- المثابرة (مجهودات مبذولة على مر السنين ولآخر لحظة من عمر المباراة).
- الإختيارات المطبقة (مشاركة كلية في خطة اللعب).
- مجهودات كبيرة يبذلها اللاعب بالنظر إلى منصب اللعب ومتطلباته.
- الثقة بالنفس.
- القيمة التي يشعر بها اللاعب بالنظر إلى منصب لعبه.
- الإحساس بروح الإنتماء للفريق وللبلد.
- الإحساس بالمناصرين ورغبتهم بفوز فريقهم.