

بسم الله الرحمن الرحيم

علم النفس

محاضرة الدافعية

(تعريف الدوافع ، تحليلها ، تصنيفها ، ، كيف نميز بين "الدافع والحاجات والحافز والباعث " ،العوامل المؤثرة في قوة الدافعية في التعلم ، كيف يحدث صراع الدوافع، توظيف الدوافع في السلوك الرياضي ، تطوير الدوافع نحو ممارسة الرياضة)

أشراف:

الدكتور: احمد كاظم

أعداد الطالب :

حسن عبد الكريم صدام

الدافعية :

تعرف الدافعية بأنها طاقة كامنة بالكائن الحي تعمل على أستشارته ليسلك سلوكاً معيناً في العالم الخارجي ، ويتم ذلك عن طريق اختيار الاستجابة المفيدة وظيفياً له في عملية تكيفية مع بيئته الخارجية ووضع هذه الاستجابة في مكان الأسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة مما ينتج عنه إشباع حاجة معينة أو الحصول على هدف معين. (سيد خير الله ، 1983)

الدافعية عبارة عن القوى المحركة للسلوك وتوجيهه نحو تحقيق غايات معينة.(محمد محمود)

أما تعرف الدافعية في المجال الرياضي بأنها: استعداد الرياضي لبذل الجهد من اجل تحقيق هدف معين.(رمضان ياسين 2007)

وبدراسة الدافعية فإننا نضيف الى فهم السلوك الإنساني تصورنا عن الدافع المحدد للهدف الذي يضعه الفرد لنفسه وبذلك نخطو خطوة واسعة نحو فهم سلوك الفرد في مجتمع من الافراد يفكرون ويناضلون ويحققون ويفشلون . ويمكن القول أن سرد افعال الفرد وما يحدث من تفاعل بين الاشخاص يتضمن سؤالين على قدر كبير من الاهمية هما :

السؤال الاول: لماذا يختار الافراد فعلاً واحداً ويرفضون الافعال البديلة الاخرى. ولماذا يرفض شخص وظيفة سياسية مرموقة من أجل أن يضل معلماً ؟ ولماذا يقبل شخص آخر الانضمام الى أحد الأحزاب دون الاحزاب الاخرى؟في حين يقرر شخص ثالث الإقامة في احدى المدن الصغيرة مفضلاً ذلك عن البقاء في العاصمة ؟

السؤال الثاني : لماذا يصمم الناس على فعل تخيروه لمدة طويلة وربما في مواجهة الكثير من المصاعب والعقبات . فلماذا يخاطر الجنود بالموت من أجل الدفاع عن الوطن ؟ لماذا يتحمل الفرد المهالك والمصاعب من اجل مبدأ يعتنقه ويؤمن به ؟

ويعني ما سبق أن مفهوم الدافع يستخدم لوصف ما يستحث الفرد ويوجه نشاطه، كما يستخدم هذا المفهوم بشكل عام لتفسير مايدور داخل الفرد ولايمكن ملاحظته بصورة مباشرة ، وإنما يمكن استنتاجه والاستدلال عليه كديناميات تحرك سلوك الفرد وتوجهه، ومن ثم فالدافع يجمع بين وظيفتي استثارة السلوك وتوجيهية . كذلك ففي ضوء التفسيرات السابقة نستطيع تعريف مصطلح الدافعية كتكوين نفسي انه حالة تغير ناشئة في نشاط الكائن الحي بالاستثارة وبالسلوك الموجه نحو تحقيق الهدف⁽¹⁾

(1) مصطفى حسن باهي وآخرون : الدافعية نظريات وتطبيق ، ط1 ، مركز الكتابة والنشر ، القاهرة ، 1990 ، ص 7 8

أنواع القوى الدافعة داخل الفرد :

يمكن التمييز بين نمطين من القوى الدافعة داخل كل منا :

1- النمط الإيجابي :

مثل الرغبات والشهوات والحاجات والذي ينظر إليها على أنها قوى إيجابية تدفع بالشخص نحو أشياء أو حالات معينة.

2- النمط السلبي :

مثل الخوف والمكروه والذي ينضر اليها على انها قوى سلبية تنأى بالفرد بعيدا عن الاشياء أو حالات معينة .

ويبدو السلوك الناتج عن كل من هذه القوى مختلفاً تماماً. فأن كل النمطين من القوى له معنى متشابه وربما يكون متمائزاً . وينظر اليهما على أنهما القوتان الممهدتان والمغرزان للسلوك **الدوافع والحاجات :**

ينشاء الدافع نتيجة وجود حاجة معينة لدى الكائن الحي . فوجود حالة الدافعية لدى الفرد يعني أنه يسعى نحو اشباع بعض الحاجات المعينة التي نشأت عنها هذه الحاجة ، مثل الحاجات البيولوجية من طعام وشراب أو النوم .. الى غير ذلك ، أو كما يحدث في مجال الحاجات الاجتماعية المكتسبة مثل الحاجة إلى تحقيق الذات ، وتقدير الآخرين ..الى اخر ذلك .ولذلك فإن وجود حاجة معينة لدى الفرد تفسر لنا الميل المستمر نسبيا لديه والذي يدفعه الى السلوك بطريقة معينة . ونستدل على وجود هذه الحاجة من سلوك الباعث عن الهدف في العالم الخارجي ، وخاصة عند أعاقه بعض جوانب هذه السلوك . او عندما ينم احباطه ، أو عندما نلاحظ مقاومة الفرد لهذه العوامل المعوقة ، ومثابرة في تحقيق الهدف وأشباع الحاجة وتنشاء الحاجات لدى الفرد اما عن طريق التغيرات الداخلية (بيولوجية فسيولوجية) أو عن طريق المثيرات الخارجية(1)

أنواع الحاجات حسب نظرية ماسلو حسب التسلسل بشكل هرمي (الحاجات الفسيولوجية ، حاجة الأمن ،حاجات الانتماء والحب ، الحاجة الى الاعتراف والتقدير ،الحاجات المعرفية ،الحاجات الجمالية والفنية ، الحاجات الى تحقيق الذات)

الحوافز : هي المثيرات الداخلية العضوية التي تجعل الكائن الحي مستعدا للقيام باستجابات نحو موضوع معين في البيئة الخارجية . أنها تجعل سلوك الانسان حماسيا بغض النظر عن نوع الدافع سواء كان فطريا او مكتسبا، لاسيما اذا كانت على صلة وثيقة بحاجات الفرد ، ونتائجها ذات قيمة بالنسبة إليه.

البواعث : عبارة عن مثير خارجي يحرك الدافع وينشطه ويتوقف ذلك على مايمثله الهدف الذي يسعى الرياضي الى تحقيقه من قيمة (رمضان ياسين 2007)

ويلاحظ ان هذين الجانبين من الدوافع وهما الحوافز والبواعث ، لاينفصلا وظيفيا فحافز العطش مثلا يدفع الانسان للبحث عن الماء ، والماء بدوره يثير دافع العطش ، والقصد من ذلك انه لايمكن الفصل بين مجموعتي الدوافع (البواعث والحوافز) (1)

تصنيفات الدوافع :

هنالك نوعان من الدوافع ، دوافع تنشأ عن حاجات الجسم الخاصة بوظائف العضوية كالحاجة للطعام والماء والجنس والى تجنب البرد والحر والالم ، وهذه الدوافع لايتعلمها الفرد أو يكتسبها ولكنها موجودة بالفطرة ، وأذا تعلم شيء يتعلق بها ، فهو التحكم فيها .

وهنالك دوافع او حاجات تأتي نتيجة نمو الفرد واتصالاته بالآخرين وأحتكاكه بظروف الحياة العامة وما تقتضيه هذه الظروف مثل الحاجة الى التقدير الاجتماعي وإلى النجاح..الخ.

1- الدوافع الاولية (البيولوجية) :

تتحدد هذ النوع من الدوافع عن طريق الوراثة ونوع الكائن الحي ، وتتصل اتصالا مباشر في حياته وحاجاته البيولوجية الاساسية الذي سبق ذكرها وتتصف بالشدة والحدة في طلب اشباعها وهي فطرية موروثية .

2- الدوافع الثانوية (السيكلوجية) :

(1) رمضان ياسين: علم النفس الرياضي ، ط1 ، دار اسامة للنشر ، عمان 2007 ، ص100

وتشمل دوافع النمو الانساني وتكامل الشخصية الانسانية، ويتم تعلمها وأكتسابها من الاطار الثقافي الخاص لها . ولذلك أساليب التعبير عنها وأشباعها تختلف باختلاف الاطار الثقافي والنسق القيمي للفرد ومستوى تعلمه ونسبة ذكاءه وثقافته (فتحى الزيات، 1996) (1)

ويمكن تقسيم الدوافع سيكلوجية المنشأ إلى فئتين متميزتين هما :

- الدافعية الداخلية: في مجال الرياضة هي الحالات الداخلية المتأتية من داخل اللاعب نفسه والتي تدعى ذاتية الاثابة والتي تشبعها ممارسته للعبة كهدف في حد ذاته من منطلق الرغبة في الشعور بالاقترار او 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 الارادة.

3- الدافعية الخارجية: في مجال الرياضة فهي الحالات الخارجية التي لا تتبع من داخل اللاعب نفسه وانما تأتي من خارجه وتتم عن طريق التدعيم الايجابي او السلبي وتدعى خارجية الاثابة والتي تثير وتوجه السلوك نحو ممارسة اللعبة. فالمدرّب او الاداري الرياضي او الوالدين او الاصدقاء يمكن اعتبارها بمثابة مصادر للدافعية الخارجية للاعب. وتكون صورة الدافعية الخارجية متمثلة بالمكاسب المادية والمعنوية كالحصول على مكافآت او جوائز او التشجيع(2)

(1) مروان ابو حويج : وآخرون : علم النفس ، دار البازوردي للنشر ، ط1 ، عمان 2004 ص154 155
(2) عامر سعيد الخيكانى . سيكلوجية كرة القدم ، ط1، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008، ص216.

تطوير الدوافع نحو ممارسة الرياضة:

تنمو دوافع الانسان المرتبطة بالنشاط الرياضي بالتقدم العمري ومستوى تمكنه من الاداء الرياضي ، وأثناء ذلك يمر الرياضي بثلاث مراحل تختلف في دوافعها للنشاط الرياضي ، وهي :

1- مرحلة الممارسة الاولى للنشاط الرياضي :

تسهم دروس التربية الرياضية بالمدرسة بتطوير الدوافع نحو ممارسة الانشطة وأتاحة الفرصة للملائمة امام التلاميذ لممارسة النشاط البدني الذي يتميز بالحرية والتلقائية والمرح والنشاط الجماعي ، مما يرتبط لدية الاحساس بالرضا والسرور

2- مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي :

في هذه المرحلة يركز الانسان على نوع معين من أنواع النشاط الرياضي، كأن يكون لاعب كرة أو تنس طاولة ..زوغيره وتعتمد الدافعية في هذه المرحلة على عدة عوامل:

- ميله الخاص لنوع معين من أنواع النشاط
- وجود صداقة بينه وبين من يمارسون هذا النشاط الرياضي
- حاجته الى اكتساب المعارف والمعلومات المتعلقة بقواعد لعيه معينة ونواحيها الفنية والخطية مما يدفعه الى ممارسة هذه المعارف علميا
- حاجته الى اتقان المهارات الحركية الرياضية لنوع معين من النشاط الرياضي ، مما يدفعه الى مواصلة التدريب.

3- مرحلة المستويات الرياضية العالية :

وتعتمد على الدوافع التالية

- محاولة تحسين مستو الاداء ، وذلك بالموظبة على التدريب وبذل الجهد من اجل الفوز وتسجيل الارقام القياسية
- حسن تمثيل النادي أو الوطن الذي ينتمي اليه ، وذلك لتأكيد المستوى الرياضي للنادي او الدوله .

- يسعى للتحقيق بعض الفوائد والمكاسب الشخصية ، وذلك لرفع مستوى الاجتماعي والاقتصادي
 - يسعى الرياضي في هذه المرحلة الى التمتع بالسفر لمختلف بلدان العالم، الامر الذي قد لايتاح له في موقف أخر (1)
- الدوافع التي تدفع الانسان لممارسة النشاط الرياضي:**

- 1- الخبرات السارة نتيجة اكتساب الرياضي للياقة البدنية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل
 - 2- الخبرات السارة نتيجة إتقان الفرد الرياضي للمهارات الحركية التي تتطلب مزيد من الرشاقة والمرونة وخاصة لدى الأناث .
 - 3- الاستمتاع بالنتائج الايجابية للمنافسات الرياضية ، والتي تسهم في أشباع دوافع التفوق والانجاز .
 - 4- اشباع الرياضي لحاجته للانتماء لجماعة معينة – نادي معين وحاجته الى الاعتراف والشهرة وأثبتت الذات
- وأشارة (محمد حسن علاوي 1992) الى ان سلوك الفرد لايصدر عن دافع واحد فغالبا مايكون سلوك الفرد نتيجة عدة دوافع متداخلة ومتعدده ، وهكذا فإن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعددنا نظرا لتعدد أنواع النشاط الرياضي ولتعدد الاهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي(2)

كيف يحدث صراع الدوافع :

الصراع من العوامل الديناميكية الأساسية في تكيف الفرد وهو يعني وجود تعارض بين دافعين يلحان على الاشباع ولايمكن اشباعهما في وقت واحد ، والصراعات في حياة الافراد كثيرة ولكن هذه الصراعات ليست على درجة واحدة من شدة ضغطها على الفرد ، وهذا يتوقف على اهمية الدوافع المتعارضة من جهة وقدرة الفرد على اتخاذ القرارات من جهة ثانية ، فعلى سبيل المثال قد يحصل ان يطلب من الطلبة أداء الامتحان بموضوعين في يوم واحد وعندئذ قد يقع الطالب المهدد بالسوب في الموضوعين في صراع لأن الوقت لايكفيه لضمان النجاح معاً ، ولايستطيع اتخاذ القرار بسهولة في تفضيل احدهما على الآخر او النجاح باحدهما دون الآخر ، فاذا كان النجاح في هذا الامتحان تتوقف عليه نتائج حساسة في حياة

(1) رمضان ياسين : مصدر سبق ذكره ، 2007 ، ص111 112

(2) رمضان ياسين : مصدر سبق ذكره ، 2007 ، ص105 106

الطالب الدراسية ، فإن الصراع كان شديداً جداً ، اما اذا كانت النتائج المترتبة على ذلك ليست حاسمة فان الصراع يكون اخف وطأة على الفرد

تعريف الصراع حالة يمر بها الفرد حين لا يستطيع إرضاء دافعين معا أو عدة دوافع ، ويكون كل منها قائماً لديه⁽¹⁾

انواع الصراع:

1- صراع الأقبال الإحجام

في صراع الإقدام والإحجام نجد أن هناك دافعين متعارضين ، أحدهما يدفعنا لأن نعمل شيء ، بينما يدفعنا الآخر إلى تجنب عمله .
فمثلا يرغب الشخص في مشاهدة عرض فني شائق ، ولكن يعرف أن تكاليفه باهظة ، فيقع في صراع بين دافع الإقدام على مشاهدته ، ودافع الإحجام بسبب التكاليف .

وكلما ازداد الشخص اقترابا من الهدف كلما زاد قلقه وصراعه النفسي وهذا الصراع بين الإقدام والإحجام إذا لم يحل ، يجعل الشخص عاجزا عن التصرف ، لا يستطيع أن يقترب ولا أن يبتعد ، بل يلجأ إلى التأجيل يعاني التوتر أو يصل به الأمر إلى حد المرض النفسي⁽²⁾

ومثال ذلك أن تسلق الجبال يرتبط بمحاولة تسجيل التفوق الرياضي وبالخطورة التي ترتبط بمثل هذا النوع من النشاط . فالكثير من المذات تحمل طابع النقيضين إقبال وإحجام ، ومحبة وكراهية⁽³⁾

2 - صراع الإقدام (الاقبال)

ويكون لدى الفرد أحيانا رغبتان أو أكثر ، تتعارض أحدهما مع الأخرى ، بحيث أن إرضاء إحدى هذه الرغبات ، يعني التضحية بالرغبات الأخرى فيقع الشخص في صراع أيهما يختار وبأيهما يضحى ومثال ذلك الطالب الذي يريد الالتحاق بكليتين ممتازتين ويرغبهما ، ولكن لا يعرف أيهما يختار

ويزداد هذا الصراع كلما زادت أهمية الاختيار وأثره البعيد في حياة الشخص ولهذا النوع من الصراع آثار ، فغالبا ما يكون الشخص ضعيفا لأن الشخص يحل الصراع بعد حساب

(1) جابر عبد الحميد جابر :نظريات الشخصية علم النفس المعرفي ، مطبعة النهضة ، القاهرة ، 1986،

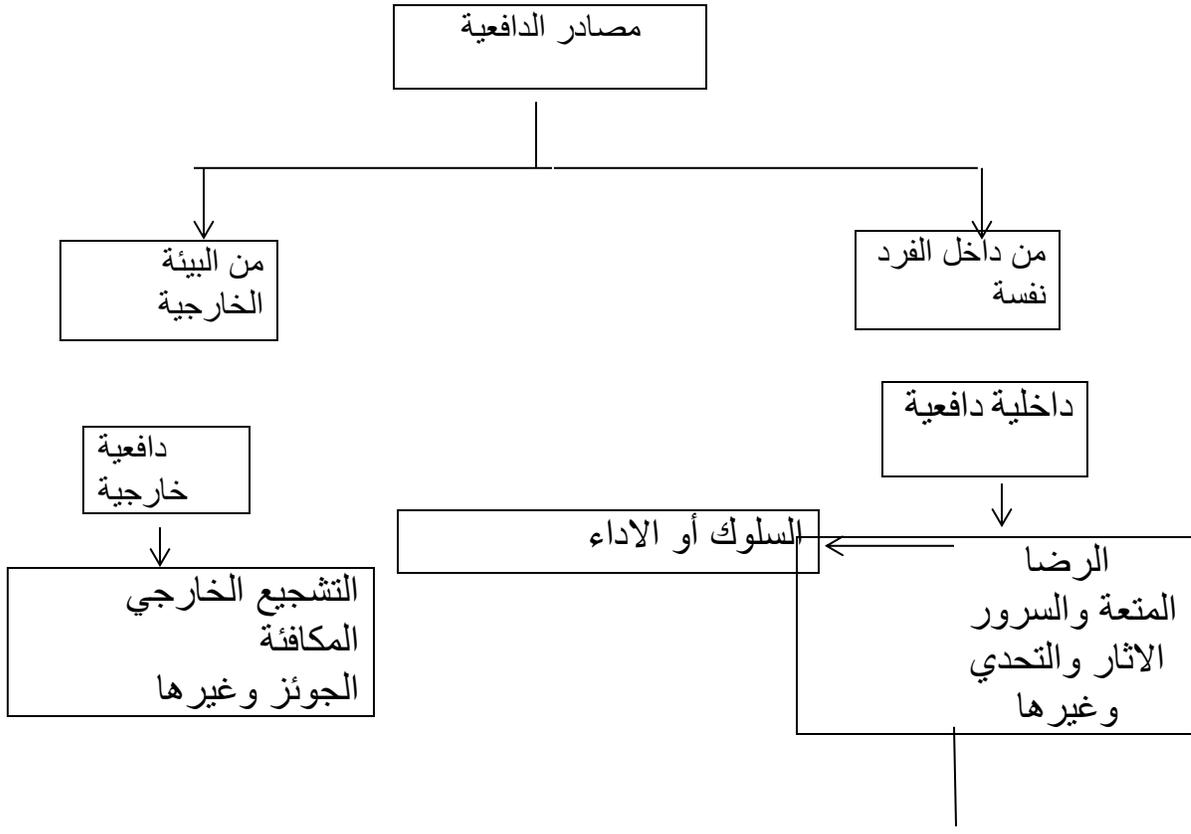
(2) جابر عبد الحميد جابر : مصدر سبق ذكره ، القاهرة 1986

(3) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط7 ، مركز الكتاب للنشر ، 2009 ص 240

مميزات كل من الشيين الذي يرغب فيهما إلا أن أثاره تشتد حين يطول بقاء الشخص في الموقف ولم يحسم الصراع بعد أو حين يكون كلا منهما مساويا في قيمته ، فيشعر الفرد بالخسارة حين تخليه عن الآخر

3- صراع الإحجام

ويحدث هذا الصراع لدى الفرد حين يكون أمام أمرين كلاهما يتميزان بالجانب السلبي، وأمثلة هذا النوع كثيرة في حياتنا اليومية فمثلا الشخص الذي أمامه أن يعمل في مهنة شاقة لا يحبها أو يموت جوعا ، أو يمد يده للناس ويذل نفسه ومثال آخر الجندي في جبهة القتال الذي يكون أمامه الاختيار ، إما أن يواجه المخاطر وربما الموت ، أو أن يوصف بالجين وأثار هذا النوع من الصراع شديدة ، إن هذا التهديد وما يرافقه من قلق وخوف كثيرا ما يقف خلف العديد من حالات السلوك اللا اجتماعي⁽¹⁾ وفي المجال الرياضي نجد ان صراع الاحجام كثيرا ما يحدث في حالة اللاعب المصاب الذي يتكتم إصابته ويود الاشتراك في منافسة هامة في الخارج ولكنه يخشى مصارحة المدرب بالإصابة خوفا من عدم إدراج اسمه ضمن الفريق المسافر ، وفي نفس الوقت يخشى مصارحة المدرب بالأصابة خوفا من عدم الاجادة وأفتضاح أمره.



(1) جابر عبد الحميد جابر : مصدر سبق ذكره ، القاهرة ، 1986



شكل يوضح مصادر الدافعية (1)