علم النفس الرياضي
المرحلة الرابعة
مدرس المادة أ ٠ م ٠ د أسيل ناجي

مجالات علم النفس الرياضي

- **١-السلوك الحركي والتعلم الحركي والنمو الحركي**
- **٢-الاعداد النفسي للرياضي المتقدم**
- **٣- دراسات وبحوث في علم النفس الاجتماعي للفريق ونواحي النشاط الرياضي الفردية.**

مهام علم النفس الرياضي

١-رفع المستوى الرياضي

٢-تطوير السمات الشخصية

٣-الصحة النفسية

٤-ثبات المستوى الرياضي

٥- الكشف عن المواهب الرياضية

٦--تكوين الميول والرغبات وتطويرها

٧- - المساهمة في ارساء البحث العلمي في التربية الرياضية

- **١-رفع المستوى الرياضي:** أي ان الانسان سواء كان طالبا في مدرسة او رياضيا في احد الفرق الرياضية يمكن ان يستخدم طاقاته بشكل افضل وان يرفع مستواه عند وجود نوع معين من الحوافز . لان انجاز الطالب او الرياضي يتأثر بعوامل نفسية كثيرة قد تكون عائقا او مسهلا للحصول على احس النتائج
- **٢-تطوير السمات الشخصية** : من المعروف ان درس التربية الرياضية يقدم امكانات واسعة في مجال تربية الطالب وتطور صفاته الشخصية يتطلب مجهودا بدنيا عاليا اضافة الى العمل مع الجماعة بشكل مباشر من هنا دور علم النفس الرياضي في تشخيص هذه السمات تنمية السمات المرغوب فيها باستخدام اساليب كثيرة.
- **٣-الصحة النفسية:** فالتربية الرياضية والالعاب الرياضية لا تنحصر فائدتها بالصحة البدنية بل تتعداها الى الصحة النفسية ايضا من اجل تحقيق اتزانهم النفسي والمحافظة على صحتهم النفسية وزيادة مستوى قدراتهم وكفاءاتهم.
- **٤-ثبات المستوى الرياضي**:يفقد قسم من الرياضيين الرغبة في مزاولة النشاط الرياضي لأسباب عديدة او ان يهبط مستواهم الرياضي فجأة، او تقل ثقتهم بنفسهم وهذا بالطبع سيؤثر وهنا يأتي دور علم النفس الرياضي في مد المدرب بالحلول المناسبة لهذه المشكلة
- **٥-الكشف عن المواهب الرياضية**: لعلم النفس الرياضي واجبات رئيسية هي الكشف عن المواهب الرياضية في وقت مبكر وتشجيعها وهي مهمة صعبة ومعقدة جدا ويكمن للمربي الرياضي ان يكشفها في نفسية طلابه لان لهذه القابليات اصولا مستمدة من عهد الطفولة.
- **٦-تكوين الميول والرغبات وتطويرها**:تسهم بحوث علم النفس الرياضي في العمل على تكوين الميول والرغبات الرياضية وتطويرها .
- **٧- المساهمة في ارساء البحث العلمي في التربية الرياضية:**يدخل سلوك الانسان في كل ميادين الحياة ويؤثر ويتأثر بها ،نرى ان لعلم النفس الرياضي المكانة الواضحة في التأكيد على ارساء اسس البحث العلمي في التربية الرياضية سواء على مستوى المدرسة او رياضة المستويات العليا.

اهداف علم النفس الرياضي:

- فهم السلوك الرياضين.
- التعرف الى اسباب حدوث السلوك الرياضي.
- معرفة العوامل المؤثرة في السلوك الرياضي.
- التنبؤ مستقبلا بما سيكون عليه السلوك الرياضي.
- ضبط السلوك الرياضي والتحكم فيه وتوجيهه الى ما هو مرغوب فيه.
- دراسة العمليات العقلية في المجال الرياضي ومحاولة قياسها للافادة من المعلومات والخبرات المكتسبة في التطبيق العملي.
- رفع المستوى الرياضي والسعي لتحقيق الانجاز.

واهم المشكلات الشائعة لدى الرياضيين التي تحتاج الى الرعاية النفسية

- القلق الزائد.
- ٢- ضعف الثقة بالنفس.
- ٣- مواجهة ضغوط المنافسة الرياضية.
- ٤- الخوف الشديد من الاصابة.
- ٥- الخوف من المنافس والمنافسة.
- ٦- الانسحاب من ممارسة النشاط الرياضي.
- ٧- الافتقار الى الطاقة في الملعب.
- ٨- عدم القدرة على التحكم الانفعالي.

وتكمن اهمية الرعاية النفسية للرياضيين في:

- ١-رفع وثبات مستوى الاداء.
- ٢- اكتساب وتنمية المهارات النفسية.
- ٣- حل المشكلات المتوقعة في التدريب والمنافسة وحياة اللاعب.
- ٤- التأهيل النفسي بعد الاصابات الرياضية.
- ٥- تطوير الخدمات النفسية التي تقدم للاعب وهيئة التدريب.

الشخصية

- مفهوم الشخصية لذا نجد تعارف متعددة للشخصية منها

- الشخصية هي السلوك المميز للفرد .

- الشخصية هي النظام المتكامل من الصفات التي تميز الفرد عن غيره .

- الشخصية هي ذلك المفهوم الذي يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الاساليب السلوكية والادراكية المقعدة التنظيم والتي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة في المواقف الاجتماعية

- وعلى الرغم من اختلاف التعاريف للشخصية الا ان هناك بعض الصفات التي تميز الشخصية وهي :

- ١- الفردية : تعني ان لكل فرد شخصية تميزه عن الاخرين

- ٢- التكامل : هي وحدة متكاملة تتصف بالتماسك والانسجام وبمحصلة غير المجموع البسيط للصفات.

- ٣- الحركية : تعني ان الشخصية هي نتاج التفاعل بين الشخص وبيئته وهذا رغم تأثيرها بالمكونات الجسمية وراثيا فهي تتأثر بالبيئه.

- ٤- الثبات النسبي: كون الشخصية هي استعداد للسلوك في الموافق المتخلفة وهي ليست السلوك الظاهري بحد ذاته وهذا الاستعداد يتكون من العادات والتقاليد والسمات والقيم والدوافع والعواطف ....الخ.

مكونات الشخصية :

- ١- الاخلاق: اخلاق الشخص هي المرأة لمعتقدات وقناعاته واتجاهاته
- ٢- المزاج: تمثل مجموعة من الانفعالات الفرد فهي من المكونات الثابتة نسبيا.
- ٣- الذكاء: فذكاء الفرد يحدد الصفات الشخصية ويحدد السلوك الذي يكون المظهر الخارجي للشخصية.
- ٤- العوامل الجسمية: هنا تلعب دورا مهما في تكوين الشخصية .
- ٥- العوامل البيئية والاجتماعية :لها تأثيرا كبيرا في تحديد شخصية الفرد من خلال تعاملها مع البيئية الجغرافية والمجتمع المحيط بها.

(مظاهر الشخصية) فهناك مظاهر عديدة للشخصية منها:

١- المظهر السلوكي
٢ - المظهر الاجتماعي
٣- المظهر العقلي
٤- المظهر العاطفي
٥- ومظهر الطبع
٦- المظهر الجسمي

أنواع الشخصيات:

١- ***الشخصية النرجسية:*** هي الشخصية التي تعني الاهتمام المفرط، أو الاهتمام المثير لتقدير الذات، وتحاول استغلال نقاط ضعف الآخرين، وتستفيد منها لتحقيق مصالحها، وتفتر هذه الشخصية إلى التعاطف مع الآخرين، وهي من أصعب الشخصيات التي يصعب التعامل معها وإرضائها

٢- **الشخصية المنطوية :** هي الشخصية التي تفضل العزلة عن الآخرين، وتتميز ببرودة الأعصاب والمشاعر، كما لا تتأثر من الانتقادات التي توجه لها، ولا من التشجيع أو التوبيخ أو المدح والثناء، ولا تؤثر فيها النصائح والتوجيهات؛ لأنّها شخصية عنيدة ويتم التعامل معها من خلال محاولة دمجها في المجتمع المحيط بها، أو عن طريق استدراجها وإقناعها بالاختلاط بالمجتمع المحيط بها بإيجابية

٣- **الشخصية العصبية**:الشخصية العصبية من أنواع الشخصيات التي يجب التعامل معها بحذر وروية، وقد يتمالك نفسه صاحب الشخصية العصبية في بعض الأمور، في حين هنالك بعض المواقف التي لا يتمالك فيها نفسه، بسبب تعرضه للضغط والصمت، ويتم التعامل مع هذه الشخصية بمناقشة صاحبها بشكلٍ مستمر حول الموضوع نفسه عندما يلاحظ أنّه بدأ يتأثر بالموضوع، ولا بد من معرفة الأسلوب الذي يمكن به مناقشة صاحب الشخصية العصبية، وعندما ينفعل لا يجب الانفعال معه؛ لأنّ ذلك يزيد الأمر سوءاً، ويجب اختيار الوقت المناسب لمناقشته.

٤- **الشخصية الاجتماعية :** تتميز الشخصية الاجتماعية بأنّها تتمتع بالصفات التي تجعلها مفضلة أو غير مرغوبة من قبل بعض الأشخاص الآخرين، وبالتالي تعد هذه الصفات من أهم الصفات المقبولة عند الآخرين بكونها صفة جميلة ومفضلة.

٥- الشخصية الجذابة:تتميز الشخصية الجذابة بالعديد من الصفات كالثقة بالنفس، وأنّها شخصية مرحة، وذات إيجابية في التعامل مع الآخرين، كما أنّها رقيقة وتحب الرومانسية، ولطيفة، وصاحبة صوت ناعم، وذات ابتسامة جميلة، وتتميز بهدوئها، وتصرفها على طبيعتها، وتفضل الصراحة التي تعدّ من أولى الصفات الموجودة فيها

٦- **الشخصية الحساسة :**يتميز صاحب الشخصية الحساسة بأنّه يبالغ كثيراً في مشاعره عندما يتعامل مع الآخرين أو المواقف التي يمر بها، كما أنّها شخصية تغضب سريعاً، وتسيء ظنه بالآخرين ولا تفضل النقد وكثيرة الخصومات، وسريعة التأثر بالمواقف.

لبناء الوظيفي للشخصية

- البية الوظيفي للشخصية يحتوي البناء الوظيفي للشخصية على مكونات متكاملة، ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحالة الاستقرار والخلو من الاضطرابات، ويظهر الاعتلال والشذوذ في البناء العام للشخصية، في حال الاختلال في أحد المكونات أو العلاقة فيما بينها، ومن هذه المكونات

١- -المكونات الجسمية: وهي عبارة عن المظهر العام للفرد من الوزن والطول، والسلامة الجسمية العامة، ووجود حالات العجز الجسمي، ومستوى كفاءة المهارات الحركية، والنشاط الإجمالي للفرد في مختلف المواقف الحياتيّة، بالإضافة إلى وظائف الأعضاء، والأجهزة الداخليّة كالجهاز العصبيّ، والدوريّ، والهضمي وغيرها.

٢- -المكونات العقلية المعرفية: وتتضمن وظائف العقل والدماغ، كالذكاء العام، وكفاءة القدرات العقليّة، بالإضافة إلى القدرات والمهارات اللغويّة واللفظيّة، ومستوى الأداء للعمليّات العقليّة العليا، كالتحليل، والتركيب، والحفظ، والتذكّر وغيرها.

٣-المكونات الانفعالية: وهي طرق الاستجابة التي يتميّز بها الفرد اتجاه المثيرات المختلفة، كالحب، أو الغضب، أو الفرح، أو الحزن وغيرها، بالإضافة إلى مستوى الاستقرار والثبات الانفعالي، ومدى انحصار هذه الانفعالات في دائرة العواطف والمشاعر.

٤ -المكونات الاجتماعية: هي المكونات التي ترتبط بشكل مباشر بأساليب التنشئة الأسريّة والاجتماعيّة في المنزل أو المدرسة أو محيط الأصدقاء، بالإضافة إلى القيم والاتجاهات، وأدوار الفرد في المجتمع.

العوامل المؤثرة في الشخصية

- ١- أساليب وطرق التنشئة الأسرية: يظهر الأثر الواضح للأسرة في تكوين شخصية الفرد، حيث إنّها البيئة الأولى التي يحتكّ بها منذ ولادته، فيكتسب منها الكثير من المهارات والخبرات والأنماط السلوكيّة التي من شأنها أن تؤثّر في شخصية الفرد بشكل سلبي أو إيجابي، بالإضافة إلى أن الأسرة التي تتسم بالهدوء والاستقرار تمنح أفرادها الطمأنينة والثقة بالنفس.
- ٢- العوامل البيئية الخارجية: تؤثر جميع أنواع التنشئة الأسرية والاجتماعية في المنزل والمدرسة والمجتمع العام في البناء التكوينيّ للشخصيّة الإنسانيّة، وتظهر هذه العوامل بأشكال كثيرة كالأعراف والتقاليد والقيم والمعتقدات الدينيّة، فتختلف سمات الأفراد وشخصياتهم بالتفاعل المتبادل مع هذه البيئة.
- ٣- العوامل الجسمية الداخلية: وهي العوامل الفسيولوجية التي تؤثر في تكوين شخصية الفرد، كالاضطرابات في إفرازات الغدد المختلفة، فإن انخفاض إفراز هرمونات الغدة الدرقية تجعل من الفرد خمولاً وغير قادر على التركيز للقيام بالمهام المختلفة، كذلك فإن الاختلال في إفرازات الغدة النخاميّة قد تؤثر فإن الشخص الذي يملك البنية الجسديّة الضخمة والعضليّة يميل إلى حب السيطرة، وتولّي المواقع القياديّة في مجتمعه، أما الفرد صاحب البنية الجسديّة الضعيفة والنحيلة فقد يكون أقل إقبالاً على الحياة الاجتماعيّة، ويميل إلى الابتعاد عن المواقف التنافسيّة.

- نظريات الشخصية

- اولا : نظرية السمات:تصف نظرية السمات الشخصية عن طريق سماتها الاساسية .والسمه هي صفه او خاصية معينة ،تميز الفرد عن غيره وتكون ثابتة نسبيا . وقد تكون السمه فطرية (وراثية) او مكتسبة وهي استعداد عام يمكن ان نتوقع منه سلوك الفرد عند تفاعله مع البيئة ومعالجة للمواقف والمشكلات التي تواجهه.
- اذ تتكون الشخصية من مجموع ما لدى الفرد من سمات ، وهذه السمات يمكن قياسها ،فاذا استطعنا ان نقيس (ذكاء) الانسان مثلا تكون قد حددنا احد ابعاد شخصيته أي احد سماتها . وهكذا بالنسبة للأبعاد او السمات الاخرى كالانطوائية والعدوانية والقلق والشك والشجاعة ....الخ
- كذلك تفترض السمات ان سمات الشخصية هي سمات ثابتة نسبيا ،لذا فالشخص الواحد يتوقع ان يتصرف بنفس الطريقة في المواقف المختلفة. ويختلف الافراد فيما بينهم في السمه الواحدة أي في درجة السمه ذات العلاقة ، فكل انسان يتصف بدرجة معينة من القلق لكن البشر لا يتساون في درجة قلقهم بشكل عام او بدرجة قلقهم عندما يتعرضون لموقف حرج يستوجب القلق ،وهكذا بالنسبة لبقية السمات

- ثانيا: نظرية الانماط:
- تتشابه نظرية الانماط مع نظرية السمات الى حد بعيد ،اذان رواد هذه النظرية يصنفون الناس الى انماط معينة على اساس صفاتهم (سماتهم) المزاجية او الجسمية او النفسية ،فالنمط يطلق على مجموعة من الناس يشتركون في سمات معينة مع اختلاف بسيط في درجة اتسامهم بهذه السمات.
- ففي تقسيم الافراد الى انماط مزاجية قسم (بقراط) البشر الى اربعة انماط هي (النمط الدموي والنمط الصفراوي والنمط السوداوي والنمط البلغمي)في حين قسم العالم (كريتشمر وشيلدون) الانماط الجسمية الى ثلاثة انماط هي (السمين والعضلي والنحيل)اما العالم (يونك) فقد قسم الانماط النفسية الى نمطين اساسين هما(الانطوائي والانبساطي)
- ان الضعف الاساسي في نظرية الانماط تكمن في انها عندما تضع الفرد ضمت نمط معين تصفه بصفات او سمات كثيرة قد لا تنطبق علية بالكامل متجاهلة بذلك الفروق الفردية.

- ثالثا: النظرية السلوكية:

- هذه النظرية تتصف باعتمادها على المواقف والسلوك الظاهري اساسا للتعبير عن الشخصية.كما انها تهتم بتأثير البيئة على الفرد وتعتبر استجابة الفرد لهذا التأثير اساسا للشخصية ، والعلماء الذين ينتمون الى هذه النظرية كثيرون منهم (ثورندايك) الذي سبق التطرق لنظريته

- رابعا: النظرية الحركية:

- ينظر علماء هذه النظرية الى الشخصية على انها عبارة عن تفاعل النواحي الفسلجية والمجتمع والادوار التي يقوم بها الفرد والمواقف بحيث تنتظم انتظاما حركيا (ديناميكيا) يصعب فصلها عن بعضها ، وهذا التكوين الحركي هو الذي يكون الشخصية.

- ويقسم دعاة هذه النظرية مكونات الشخصية الى :

- مكونات جسمية

- مكونات مستمدة من الجماعة

- مكونات مستمدة من الدور

- مكونات مستمدة من الموقف

وتعتبر نظرية (فرويد) من النظريات الحركية للشخصية .فقد قسم (فرويد) الشخصية الى ثلاثة انظمة هي

- ١- الهو(**ID**)الذي يمثل الغريزة والسلوك الموروث
- ٢- الأنا (**EGO**)الذي يمثل القيم الاجتماعية التي تسيطر على (الهو) بشكل ارادي
- ٣- الأنا الأعلى (**SUPER EGO**)الذي يمثل الضمير والذات العليا.
- ان السلوك حسب نظرية (فرويد) يتحدد من خلال التفاعل الحركي (الديناميكي) بين هذه النظم الثلاثة.

نظرية أيزنك:

- يعتبر أيزنك أحد علماء النفس الذين أرسوا قواعد متينة في دراسته للشخصية، وقد كان ميالاً في دراساته إلى دراسة السلوك على نطاق واسع، كذلك استخدم منهج التحليل العاملي لد راسة
- . الشخصيات السوية والمضطربة وبينما يؤكد كاتل على السمات يؤكد أيزنك على الأنماط، ولقد كان هدف كثير من أعماله العلمية التعرف على الأنماط، وإن ركزت بعض أعماله على وصف السمات .
- ويرى أيزنك أن هناك ثلاث عوامل أو أبعاد أساسية للشخصية:
- - العامل الممتد من العصابية إلى قوة الأنا
- - والعامل الممتد من الانطواء للانبساط.
- - العامل الممتد من الذهنية - للسواء .
- وتتقرر سمات الشخصية بشكل رئيسي كما يرى أيزنك، في ضوء موقع الشخص على هذه
- الأبعاد الثلاثة، وقد عزى أيزنك التنوع في الشخصية لدى الأفراد إلى الفروق الموروثة في الدماغ، وافترض أيزنك أن هذه الأبعاد مستقلة عن بعضها البعض، بمعنى أن وضع

- الفرد على بعد الانبساط – الانطواء لا يحدد وضعه على بعد العصابية- الاتزان الوجداني، أو بعد الذهنية- الواقعية، والعكس صحيح ويدافع أيزنك عن هذه العوامل لدرجة أنه يعتبرها عالمية، بمعنى تواجدها في أي مجتمع وثقافة ، مما دفع أيزنك إلى اقت ا رح أن تكون نموذجاً في علم النفس وبحوث الشخصية ويشعر أيزنك أن الأبعاد الثلاثة السابقة للشخصية ليست الاحتمالات الوحيدة الممكنة، وأن البحوث والدراسات ممكن أن تكشف عن مزيد من هذه الإمكانات

- مقاييس الشخصية:

- قد تكون مقاييس الشخصية احادية البعد تقيس سمة واحدة من سمات الشخصية او مظهرا واحدا من مظاهر السلوك كمقياس القلق مثلا، او مقياس العدوانية .وقد تكون متعددة الابعاد تقيس اكثر من سمة من سمات الشخصية، او اكثر من مظهر من مظاهر السلوك كاختبار (فرايبورج) للشخصية ، او اختبار (كاتل) متعدد الابعاد .

محددات الشخصية:

- هنالك مجموعة عوامل تساهم في بناء شخصية الفرد، ومن أبرز تلك العوامل الأولى المتمثلة بخبرات الفرد خاصة التي تخص كل فرد وتميزه عن غيره، وهي خبرات ترتبط بالعوامل الوا رثية ومؤثراتها على الشخصية، وأيضا الخبرات العامة المشتركة للأفراد، وهي خبرات ترتبط بالعوامل الاجتماعية والبيئية المؤثرة على التكوين الشخصي للفرد
- الأساس يجب أن ينظر للشخصية في ضوء أربعة محددات، وما بينها من تفاعلات، وهذه المحددات
- الأربعة هي(المحددات التكوينية- ومحددات عضوية الجماعة- ومحددات الدور الذي يقوم به الفرد- ومحددات الموقف).
- ١-المحددات البيولوجية للشخصية
- وهي تمثل مجموع القدرات والاستعدادات والصفات العقلية والجسمية، التي يولد الفرد مزودا بها والتي يتشابه جميع أفراد النوع فيها، وتتمثل بعض تلك الصفات والمكونات في استعداد الفرد الطبيعي للاستجابة للمثيرات الداخلية والخارجية التي تعتمد بدورها اعتماداً كبيرا على سلامة الجهاز العصبي وأجهزة الحس لديه، وعلى سماته المزاجية ودوافعه، وعلى قدرته على التوافق مع البيئة، وتؤثر العوامل البيولوجية في تكوين الشخصية، ولا بد من معرفتها في دراسة الشخصية خصوصاً الشخصيات المريضة أو الشاذة، إذ إنه كثيراً ما تلقي هذه المنظومات الجسمية والفسيولوجية الضوء على النواحي النفسية بقسميها المعرفية والمزاجية، وكذلك النواحي الاجتماعية

- ٢-محددات عضوية الجماعة
- إن الشخصية ليست شيئاً ثابتاً لا يقبل التغيير من الولادة، فمن الخصائص الأساسية للإنسان قدرته على التغيير نتيجة ما يمر به من خبرات وتعلم، ولكي نفهم أبرز الخصائص في شخصية الإنسان نحتاج إلى معرفة تفصيلية عن خبرات الفرد الماضية ببيئته وثقافته التي تنشأ فيها من أجل، ويؤثر نموذج الحياة الاجتماعية والثقافية : الحكم على سلوكه ونمو شخصيته وأشكال العلاقة بين أفراد الجماعة، وما يشيع بينهم من عادات وتقاليد وقيم، وما يعيشونه من نظم تنسق هذه العلاقات الاجتماعية في تشكيل بعض الخصائص العامة للشخصية.
- ٣-محددات الدور
- إن الدور الذي يؤديه الفرد في الحياة إنما يشير إلى كل من الفرد والمحيط الاجتماعي الذ ي يوجد فيه، وفكرة الدور تمدنا بإدارة تفيد خصوصاً في تحليل عملية التطبيع الاجتماعي والتثقيف، والدور هو ما يتوقعه المجتمع من الفرد الذي يحتل مركزاً معيناً داخل الجماعة، يحدد كل مجتمع الأدوار الاجتماعية التي يتوقع من أفراده القيام بها في حياتهم العادية، وتختلف الأدوار الاجتماعية ، ويعطي بعض التي يقوم بها الأفراد باختلاف الثقافات التي يحيون فيها العلماء لمفهوم الدور مكان الصدارة في نظرية الشخصية، فيرى البعض أن نظرية الشخصية تتألف من الأدوار الاجتماعية المختلفة المتتابعة أو المتأنية التي يؤديها من الميلاد حتى وفاته

- ٤-محددات الموقف
- المحدد الرابع من محددات الشخصية على نحو ما وضعها(كلا كهون وموري و شنيدر)، هومحدد الموقف وما أكثر المواقف التي يمر فيها الفرد في حياته، وما أكثرها تأثيرًا في شخصيته، بالطبع لا يمكن النظر إلى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف التي تمر بها وتوجد فيها، فحتى العمليات البيولوجية أو الفسيولوجية تتطلب وجود أجهزة داخلية أو عوامل بيئية ومواقف تتحقق فيها، فعملية التنفس مثلاً تتضمن وجود رئتين داخليتين، وفي الوقت نفسه وجود هواء خارجي لازم لعملية التنفس، وعملية الهضم هي الأخرى تتضمن الإحساس بالجوع، وفي الوقت نفسه تتضمن وجود الطعام اللازم لإشباع هذه الدوافع وبهذه العوامل الداخلية والخارجية مما يتم إغلاق دائرة السلوك، وهكذا فالموقف الذي يوجد فيه الفرد يلعب دوراً هاماً في سلوكه، فقد يكون الفرد قائداً في موقف وتابعاً في آخر رغم توافر شروط القيادة لديه في كلتا الحالتين.

شكرا لحسن الاصغاء