

مستوى الطموح

العوامل المحددة لمستوى الطموح

مستوى الطموح في المجال الرياضي

محددات مستوى الطموح

خطوات تحقيق الطموح

مستوى الطموح :-

من المعروف إن كل إنسان يملك نظرة خاصة عن نفسه وكل إنسان يعمل ما بإمكانه للمحافظة على نظرة جيدة ومتوازنة عن النفس وفي أي وقت يهدد أي نوع من الحرمان أو الصراع هذه النظرة يزداد التوتر النفسي ، فإذا تصور شخص مثلاً الرياضي الذي يملك تصوراً مشابهاً عن نفسه وعن قابلياته الرياضية ويفاجأ بتجربة فاشلة من هذا النوع في اجتياز احد الاختبارات الرياضية أو في تحقيق المستوى المتوقع منه في إحدى المباريات ، إن هذا النوع من الحمل أو التوتر النفسي ربما يتطلب إعادة النظر في تصور الذات وهذا واجب ليس بالسهل على الإنسان مهما بلغ من النضج أو القابلية أو التفكير الواقعي .

قد يقع الفرد أحياناً في خطأ عندما يغالي في تقدير قابلياته وعلى هذه المغالاة يبني مستوى طموح أعلى من واقع الحال ، إن الفرق الحاصل بين مستوى الطموح ومستوى الانجاز في هذه الحالة سيسبب نوعاً من الشقاء والتعاسة له لذا نتوقع الفشل المؤلم بانتظار الشاب أو الرياضي الذي يضع لنفسه مستوى عالياً من الطموح لا يتناسب مع مواهبه لأسباب عديدة ربما يكون في المقدمة منها الضغط الاجتماعي العالي لتحقيق الفوز ، وهنا يأتي دور المدرب الرياضي في تحديد أهداف مناسبة للطلبة وللرياضيين بحيث تتناسب مع مستوياتهم الحقيقية ، إضافة إلى الضغط الاجتماعي فان خبرات النجاح المتكررة وكثرة المكافآت والامتيازات والمدح والثناء قد يؤدي إلى نتائج عكسية إضافة إلى كونها تنمي صفة الغرور فهي في نفس الوقت قد تدفع الرياضي إلى تحديد مستوى للطموح لا يتناسب مع القدرة الحقيقية للفرد أو مستوى انجازه ، وإن مستوى الطموح الذي يبني على هذا النوع من المغالاة هو ما يسمى مستوى الطموح السلبي الذي تزيد أضراره على فوائده ويؤدي بالنتيجة إلى انخفاض المستوى الرياضي .

يعرف مستوى الطموح بأنه مستوى الانجاز الذي يرغب الفرد في الوصول إليه والذي يشعر بأنه يستطيع تحقيقه .

ويعرف أيضاً بأنه ما يتطلع الفرد إلى تحقيقه من أهداف ذات مستوى محدد في جوانب حياته المختلفة أسرية ، أكاديمية ، مهنية ويكون للخبرات التي مر بها في حياته دور في تحديد مستوى هذا الهدف .

العوامل المحددة لمستوى الطموح

يختلف الطموح من فرد لآخر متأثراً ببعض العوامل التي قد تتعلق بالفرد ذاته منها عوامل شخصية وعوامل خارجية بيئية وتتمثل هذه العوامل بما يلي :-

أ -العوامل الشخصية :-

١. **الذكاء :-** يتأثر مستوى طموح الفرد بمدى ما يمتلكه من قدرة عقلية فكلما كان الفرد أكثر قدرة استطاع القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة ، إذ إن الفرد الأكثر ذكاء قادر على فهم قدراته وإمكاناته ورسم مستوى الطموح لنفسه بحيث يتناسب مع هذه القدرات وذلك على عكس الأقل ذكاء فهو غير قادر على تحقيق أهدافه إذ يضع لنفسه مستوى طموح يرتفع او ينخفض كثيراً عما يستطيع تحقيقه بالفعل .

٢. **التحصيل :-** إن الطلاب ذوي التحصيل المرتفع يكون مستوى الطموح لديهم مرتفعاً عكس الطلاب ذوي التحصيل المنخفض .

٣. **النضج :-** انه كلما كان الفرد أكثر نضجاً كلما كان في متناول بدء تحقيق أهدافه وطموحه وكلما كان اقدر على التفكير في الوسائل والغايات التي تحقق له ذلك .

٤. **الخبرات السابقة :-** إن ما يمر به الفرد من خبرات ناجحة او فاشلة يكون لها الأثر الكبير في مستوى طموح الفرد فخبرات النجاح لدى الفرد تزيد من طموحه ويعمل الفرد هنا على المحافظة على نجاحه مما يدفعه إلى مزيد من التقدم والنمو أما خبرات الفشل فإنها تؤدي إلى خفض مستوى الطموح وتصيب الفرد بالعجز والإحباط .

٥. **مفهوم الفرد عن ذاته :-** يقصد بمفهوم الذات الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من مهارات وخصائص جسمية وعقلية وانفعالية قوية كانت ام ضعيفة ، ذكياً كان أم قليل الذكاء ، طموحاً مثابراً كان أم خجولاً متسرعاً وفي ضوء تصور الفرد لنفسه يضع مستوى طموحه وفكرته عن نفسه هي المسؤولة عن رفع أو خفض مستوى طموحه .

٦. **الثواب والعقاب :-** يعد أسلوب التعزيز من أهم الأساليب التي تنمي وترفع من دافعية الفرد والسعي نحو النجاح ، إن العمل قائم في هذه الحياة على التعزيز والعقاب والتعزيز قد يكون معنوي وقد يكون مادي وكذلك العقاب ، والتعزيز كثيراً ما يشكل دافعاً للطالب إلى رفع

مستوى الطموح إذ إن شعور الطالب بحلوة النجاح يجعله يختار أهدافاً أبعد وهذا الأثر ذو أهمية من نواحي التربية لان معناه إن الطالب قد قدم نشاطاً ووجهه نحو تحقيق هدف خاص وكثيراً ما يؤدي النجاح وفيه تعزيز معنوي إلى ارتفاع مستوى طموحه فيبحث عن هدف أبعد منالاً وأصعب منالاً .

ب - **العوامل الخارجية البيئية** :- تلعب العوامل الخارجية دوراً مهماً في تحديد مستوى الطموح لدى الفرد وتتشعب ومنها عوامل اقتصادية واجتماعية لذلك تتأثر بدرجة تقدير الآخرين للفرد وخصوصاً الوالدين والأقارب مما قد يؤثر في حياة الفرد وعلى مستوى طموحه منها :-

١. **المستوى الاقتصادي الاجتماعي** :- يلعب المستوى الاقتصادي الاجتماعي دوراً بارزاً في تشكيل شخصية الفرد وفي تحديد طموحاته ، فإذا ما كان هناك تحسن في المستوى الاقتصادي وتحسن في دخل الأسرة سيصبح هناك نوع من زيادة التطلع إلى مستوى أعلى وبالتالي قد يؤثر المستوى الاقتصادي الاجتماعي على مستويات وأنماط الطموح بان يكون ذوي المستويات الاقتصادية العالية على قدر عالي من الطموح لتوفر كل ما يريده بين يديه ، كما إن المستوى الاقتصادي الاجتماعي المنخفض قد يكون دافعاً إلى درجة أعلى من الطموح لأنه يرفع عزيمة الفرد للتحدي وتجاوز الظروف والتغلب عليها واثبات قدراته .

٢. **العوامل البيئية والاجتماعية** :- إن للبيئة الاجتماعية دوراً كبيراً في نمو مستوى الطموح لان البيئة هي التي تمد الفرد بمفاهيمه وثقافته وهي التي تشكل الإطار المرجعي له ولكن هذا التأثير يكون مختلفاً من فرد لأخر تبعاً لقدراته الذاتية وتبعاً لمضمون هذه القيم والمفاهيم التي تقدمها له فأما أن تكون صالحة لنمو مستوى طموح واقعي أو تؤدي إلى نمو مستوى طموح غير واقعي .

٣. **الإطار المرجعي للفرد** :- يقصد به الوالدين والإخوة والأخوات والزملاء ... الخ وتتشرك تلك الأطر المرجعية في وضع المعيار الأخلاقي .

٤. **طموح الوالدين وتوقعاتهم** :- تعد الأسرة هي الركيزة الأساسية للفرد وتظل في المراحل العمرية المختلفة وقد يتعرض الآباء في حياتهم للفشل الشديد في تحقيق بعض الأهداف

ومن ثم يعوضون عنها بتحقيقها في أبنائهم فيدفعونهم وفقاً إلى ذلك ويؤمنون لهم من الوسائل المختلفة ما يوصلهم إليها .

مستوى الطموح فى المجال الرياضى:

مع اختلاف الأنشطة الرياضية يضع اللاعبون طموحاتهم وفقاً لنوع الأنشطة الرياضية التي يمارسوها ، ويرجع ذلك إلى مستوى الطموح الرياضي الذي قد يعتبر مكون أساسى من مكونات الشخصية يختلف من لاعب رياضى إلى آخر ومن نشاط رياضى إلى نشاط آخر. وبذلك نجد إن مستوى الطموح الرياضى ما هو إلا مستوى أداء يحاول الفرد الوصول إليه حيث يعتمد بدرجة كبيرة على الخبرة السابقة والتغذية الراجعة الموجبة وعلية فان الفرد الرياضى المتطلع للنجاح يسعى لرفع مستوى طموحة نسبياً بعد النجاح ولكن ليس بدرجة عالية يصعب الوصول إليها ، حيث أنه أصبح مدركاً لحقيقة قدراته وامكانته وحدود مستواه ومستوى منافسيه. إن هناك أفراد آخرين مثل المدربين وأولياء الأمور يساهمون فى وضع الأهداف وبناء مستوى الطموح لذلك يفترض إن المدرب يسعى إلى التعرف بدقة على أهداف الفرد الرياضى ومتابعته فى التدريب حتى يساعده على تحقيقها والنجاح فيها.

محددات مستوى الطموح الرياضى:

تشير الدراسات السيكولوجية إلى أن مستوى الطموح يكون على درجات وقد تمثلت بعض محددات مستوى الطموح الرياضى فى " النظرة للحياة الاعتماد على النفس المثابرة الرضا بالوضع الحاضر الاتجاه نحو التفوق تحديد الأهداف والخطة الميل للكفاح تحمل المسئولية الإيمان بالحظ " . وفيما يلي بعض المحددات التي قد تؤثر فى تحديد مستوى الطموح الرياضى بشكل نسبى :-

١. خبرات النجاح والفشل :- تشير العديد من الدراسات إلى تأثر مستوى الطموح بخبرات النجاح والفشل فإذا نجح الأفراد فى عمل معين وهم مدركون مدى صعوبة انجازه إلى جانب أنهم قد يفشلون فى النجاح فيه فان خبرتهم فى النجاح والرضا النفسى يزيد خاصة إذا كانوا يرجعون هذا النجاح إلى مجهودهم الخاص وذكائهم ولكن إذا فشلوا فى عمل معين كانوا

يتوقعون النجاح فيه فان خبرتهم في الفشل تزيد بالتبعية إلا إذا ارجعوا الفشل إلى بعض الصعوبات في الظروف الخارجية ومعنى ذلك أن مستوى الطموح يزيد إلى حد كبير نتيجة النجاح وينخفض نتيجة الفشل .

٢. المستوى الاجتماعي والاقتصادي :- أكدت الدراسات على أن مستوى الطموح يتأثر بالطبقة الاجتماعية فان مستوى الطموح لدى الأفراد ذوى المستوى الاجتماعي والاقتصادي المتوسط يرتفع عن أقرانهم من ذوى المستوى الاجتماعي والاقتصادي المنخفض ، كما أن الأفراد الذين يتمتعوا بمستوى مقبول يضعوا لأنفسهم مستوى عال من الطموح اكبر من الأفراد ذوى المستوى المنخفض .

٣. ذكاء الفرد ودرجة اتزانه الانفعالي :- إن ذكاء الفرد يساعده على فهم نفسه والحكم على قدراته وميوله وما تتطلبه من أعمال مختلفة من قدرات وصفات لذا لا يكون مستوى طموحة بعيداً كل البعد عن الواقع أي في حدود قدراته ويشعر الفرد بالنجاح ويزداد اعتباره لنفسه متى حقق طموحة وحينما لا يستطيع بلوغه يشعر بالفشل والنقص ويهبط تقديره لنفسه فكان مستوى الطموح معيار يحكم به الفرد على نجاحه أو فشله فيما يقوم به من أعمال ويستهدف تحقيقه من غايات وبالتالي يتغير مستوى الطموح من أن إلى آخر تبعاً لما يصادفه الفرد من نجاح أو فشل في تحقيق أهدافه .

٤. الإطار المرجعي :- تشير الدراسات أن الأفراد داخل الجماعة الواحدة يميلون إلى الأداء على نفس المستوى الذي يؤدي فيه الجماعة وداخل إطارها المرجعي كما أن مستوى الطموح لدى الفرد لا يتأثر بموقفه داخل جماعته فحسب بل أيضاً بموقف جماعته من الجماعات الأخرى التي يتعاملون معها وبذلك يتأثر الفرد الرياضي عند تحديد مستوى طموحة بالثقافات الفرعية .

٥. القدرة العقلية والنضج :- يتوقف مستوى الطموح ودرجته على قدرة الفرد العقلية فكلما كان الفرد أكثر قدرة كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف ابعده وأكثر صعوبة فان قدرة الفرد العقلية تتزايد مع زيادة العمر الزمني حتى يصل إلى مستوى معين وبذلك نجد أن مستوى الطموح يتغير حسب عمرة الزمني أي كلما كان الفرد أكثر نضجاً لتحقيق أهداف مستوى

الطموح لذلك كان اقدر على التفكير فى الوسائل والغايات على السواء وبذلك يمكنه أن يحدد طموحة فى ضوء مستوى قدراته.

خطوات مهمة لتحقيق الطموح

هناك بعض الخطوات التي من خلالها يمكن تحقيق أفضل مستوى للطموح ومن هذه الخطوات :-

١. على الفرد ان لا ينعزل عن مجتمعه بل يجب عليه أن يأخذ دورة في الحياة ويعمل على التمتع بكل ما يمكن أن يقدمه المجتمع له كما عليه بالمقابل أن يقدم للمجتمع كل ما يستطيع .
٢. إن اختيار المهنة يلعب دوراً أساسياً في تحقيق الذات فاختيار المهنة ، إذ إن المهنة نفسها مرتبطان مباشرة بالواجب والمسؤولية .
٣. على الفرد أن يشعر بقوة انه لا مجال أمامه للاختيار بين ذاته والأخر فالأمر يجب أن يكون محسوم لديه في هذا الاتجاه .
٤. من اجل تنمية الذات لا بد من وجود نوع من معاكسة الظروف لان السهولة عدو لدود لكل إبداع وتقدم إذا المشكلة ليست في عدم وجود التحديات بل في طريقة الإحساس بها .
٥. البيئة الملائمة لها اثر كبير في تحقيق الذات لان البيئة الضاغطة التي تقيد الفرد بالقواعد والضوابط سوف تعمل على عدم تحقيق المسار الطبيعي لتحقيق الذات .