

## العلاقة بين الدافع والنشاط

- \* تشكيل الدوافع .
- \* الدوافع الفردية والدوافع الجماعية .
- \* تطوير الدوافع والرغبات .



## الدوافع النفسية

ان سلوك الفرد في أي موقف من مواقف الحياة ليس من السهل فهمه وتحليله بل وصفه وصفاً حقيقياً ولما يتصف به الفرد من التنوع والتعقيد .

وان الدافع هو كل ما يدفع الى السلوك سواء الحركي او الذهني هذا جانب ومن الجانب الاخر فان الدوافع من اكثر موضوعات علم النفس اهمية وإثارة لاهتمام البشر وان الشواهد تدل على انه يوجد سبب او دافع وراء كل سلوك فالسبب يرتبط بحالة الكائن الحي الداخلية وفق حدوث السلوك من جهة ويمتغيرات البيئة الخارجية من جهة اخرى ، أي ان الفرد لا يستطيع ان يتنبأ بما يمكن ان يقوم به في كل موقف من المواقف ودوافع الانسان لا عد لها ولا حصر كالجوع والعطش والخوف والغضب وحب الذات ... الخ وما يتفرع عن هذه الحاجات والرغبات كما يحتل موضوع الدافعية اهمية متميزة في علم النفس الرياضي ويرجع ذلك الى انه يهتم بأسباب او حركات السلوك الرياضي وان كل سلوك وراءه قوة دافعية معينة وبإمكان المدرب ان يأخذ اللاعب الى المنافسة لكنه لا يستطيع ان يجبره على بذل اقصى جهده للفوز بالسباق لأنه سيقوم بذلك من تلقاء نفسه عندما تتوفر لديه الدافعية .

وتعرف الدافعية بأنها الاسباب المحركة للسلوك والحاجات والاهتمامات والغرائز والبواعث التي تنشط وتصبح مؤثرة وفاعلة عند معرفة امكانات الاختبار المتوفرة او القائمة أي انها الجاهزية والاستعداد للقيام بفعل ما والمستنتجة من السلوك القابل للملاحظة بهدف اشباع حاجة ما وان هذا الاشباع هو الدافع .

## الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :-

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعددتها نظراً لتعدد المجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية ونظراً لتعدد الاهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي بصورة مباشرة او بصورة غير مباشرة .

### ومن اهم العوامل التي تسهم في تشكيل دوافع الفرد نحو النشاط الرياضي ما يلي :-

- ١ . المتطلبات الاساسية لحياة الفرد واثر البيئة التي يعيش فيها .
- ٢ . الحياة العائلية للفرد واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي .
- ٣ . العاب الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة (حتى سن السادسة تقريباً) .
- ٤ . التربية الرياضية في مرحلة الدراسة الاولى وما تشتمل عليه من مثيرات ومنبهات ، كالنشاط الداخلي (درس التربية الرياضية مثلاً) والنشاط الخارجي (خارج الجدول الدراسي) .
- ٥ . التربية الرياضية في الساحات والمؤسسات والأندية الرياضية .
- ٦ . المهرجانات والمنافسات الرياضية .
- ٧ . الوسائل الاعلامية للتربية الرياضية سواء عن طريق الصحف او المجلات او التلفزيون او الراديو ... الخ .
- ٨ . التشريعات الرياضية والإمكانات التي تتيحها الدولة للتربية الرياضية .

## تشكيل الدوافع :-

١. عندما تؤثر عدة دوافع في تحقيق نشاط معين يجب ان لا يفهم ان هذه الدوافع متجانسة القيمة في تأثيرها على الفعالية او النشاط وفي هذه الحالة علينا ان نميز بين الدوافع المسيطرة (المركزية) والدوافع الجانبية (الفرعية) فلعل دافع البطل في رياضة الجمباز هو سد حاجته في التفوق على الاخرين (دافع مسيطر او مركزي) وفي نفس الوقت هناك دافع (جانبى او فرعى) يدفعه لممارسة النشاط كإرضاء للوالدين مثلا .
٢. يمكن ان تكون الدوافع ذات طابع دائمى او وقتى فلعل طالباً يبتعد عن ممارسة النشاط الرياضى لأنه يعتبر نفسه غير موهوب في الرياضة (دافع دائمى نسبياً) او انه لا يمارس النشاط الرياضى لأنه قد تنازع مع زميله في الفريق او ان المدرب قد انبه في اليوم السابق (دافع وقتى) .
٣. الى جانب هذه الخصائص الشكلية توجد صفات تتعلق بمحتوى الدوافع وترتبط بعضها بالبعض الاخر .

## الدوافع الفردية والدوافع الاجتماعية :-

ان الدوافع الفردية توجه غالباً نحو اشباع الحاجات الحيوية او الشخصية مثل الرغبة في الحركة او حماية النفس ، اما الدوافع الاجتماعية فهي الدوافع ذات الصفة الاجتماعية التي توجه نحو اشباع الحاجات التي تنشأ من التعامل مع البيئة .

## الدوافع الفردية :- ندرج فيما يأتي بعض الامثلة للدوافع الفردية :-

- ١ -دافع الحركة :- ان الحاجة الى الحركة تحتل غالباً مركز الصدارة عند الاطفال . لذلك يحتم على المربي استغلال هذه الظاهرة في العمل التربوي فالأطفال يريدون ان يتحركوا تعويضاً عن الوقت الهادئ الطويل الذي يقضونه داخل قاعات الدراسة فالحركة تولد لهم السعادة والفرح وتحذوا بالكثير منهم للالتحاق بالفرق الرياضية خارج وقت المدرسة وواجب

المعلم او المدرس هنا هو ان يستغل هذه الحاجة الطبيعية ويكملها بحاجات اخرى ذات تأثير على التلميذ عندما تتضاءل الحاجة الى الحركة في السنوات اللاحقة .

**٢- دافع حب الاستطلاع وحب المغامرة :-** ان للإنسان رغبة في اكتشاف كل شئ غير معروف بالنسبة له وهذا يدفعه الى حب المغامرة في اكتشاف ما هو جديد والقيام بما هو جديد ، ان السباقات والمنافسات ذات الطابع الدرامي والسفرات الطويلة والقصيرة تقدم امكانات متعددة للمربي من اجل ان يلبي هذه الحاجة للتلاميذ بشكل واع وبشكل تربوي ويجب ان نؤكد هنا عدم المبالغة في التأكيد الاحادي الجانب على هذه الحاجة اذ ان ذلك قد يقودنا الى نتائج سلبية لا تلائم اهدافنا التربوية وتقود التلميذ الى التهور .

**٣-دافع المتعة والسرور :-** ان التلميذ يرتاح ويكون مسروراً عند قيامه بحركات جميلة كحركات الجمباز مثلاً او القفز الى الماء او حركات كرة القدم او كرة السلة .... الخ فالتلميذ يشعر بنوع من المتعة والارتياح عندما يتقن الحركات في هذه الالعاب وتبرز هذه الحاجة عند الاناث اكثر منها عند الذكور على الرغم من انها من الحاجات الرئيسية عند الذكور ايضاً .

**٤- دافع تحقيق الذات :-** كثيراً من التلاميذ يسعون لتحقيق ذاتهم عن طريق النشاط الرياضي فالإفراد يميلون للتفوق على الآخرين وتحقيق الاهداف التي يعجز الآخرون عن تحقيقها ويمكن ان تشبع هذه الحاجة بتحقيق التفوق الرياضي .

**٥- دافع الثقة بالنفس ورفع القيمة الذاتية :-** ابتداءً من سن المرحلة المتوسطة للتلاميذ ويكون لهذا الدافع دور مهم في تنظيم السلوك فالتلميذ يسعى في هذه المرحلة الى تقوية الثقة بالنفس والتغلب على النواقص والضعف الشخصي وإضافة الى حاجة التلميذ لإبراز اهليته في هذه المرحلة فانه يريد الحصول على مرتبة عالية ضمن اقرانه ويبدل جهده بهدف رفع قيمته الذاتية .

**٦- دافع الشهرة وإبراز الاهلية :-** يعد هذا الدافع من الدوافع المهمة في كل المراحل الدراسية وبشكل خاص في المراحل المتوسطة والثانوية والجامعة فالرياضي يسعى لتحقيق مركز مهم بين اقرانه ويستهوئ بالاهتمام والتصفيق والاعتراف من قبل الآخرين وهذا يؤدي الى توطيد الثقة بالنفس وارتفاع مستوى الاداء وزيادة الاستعداد لبذل الجهد ، وهنا يجب التحذير من المبالغة

في التأكيد على هذا الدافع اذ ان المبالغة في التأكيد عليه قد تؤدي الى الغرور والكبرياء وما يقترن بهذه الصفات من سلوك سلبي يؤدي بالرياضي الى اهمال التدريب والتكوء في بذل الجهد وانخفاض المستوى .

٧- **دافع الانجاز:** - انه لا يقل اهمية عن دافع الشهرة فالتلميذ او الرياضي يود ان يحقق انجازات عالية في كل الميادين ويجب توجيه هذا الدافع لتحقيق انجازات عالية في النشاط الرياضي فمن الطبيعي ان يرغب الانسان في ان يكون سريعاً في الركض وخفيفاً في القفز وبارعاً في الالعاب ويمكن ان توجه هذه الرغبة وهذا الدافع لتحقيق هذه الاهداف .

٨- **دافع الصلة الاجتماعية :** - ان السعي من اجل الصلة الاجتماعية هو دافع من دوافع النشاط الرياضي فالتلميذ يبحث عن صلة اجتماعية تربطه بالناس خاصة الذين هم من نفس المرحلة العمرية او نفس المرحلة الدراسية او نفس الفريق الرياضي ، ان سلوك الاخرين يثير اهتمام التلميذ ويمكن ان يستخدم هذا الاهتمام في توجيهه لممارسة النشاط الرياضي عن طريق حضور المهرجانات الرياضية او المشاركة فيها او عن طريق التدريب مع فريق رياضي خارج اوقات المدرسة .

**الدوافع الاجتماعية :-** ان هذه الدوافع تنجم عن مجموعة واسعة من الحاجات التي توضح ارتباط الفرد بالآخرين او مسؤوليته تجاههم كارتباطه بالوالدين او زملاء الصف والمدرسة او المجتمع .... الخ ومن هذه الدافع ما يأتي :-

١- **الدافع الاخلاقي الاجتماعي :-** عندما يقول الرياضي لا استطيع ان اخيب امل مدربي او يقول علي ان ابذل قصارى جهدي ليحصل فريق مدرستي على المرتبة الاولى فان ذلك يؤشر دافعاً اخلاقياً اجتماعياً نحو المدرب ونحو المدرسة .

٢- **الدافع التربوي :-** ان هذا الدافع موجه نحو تلبية القيم التربوية في المجتمع ، فالتلميذ الذي يشعر بمسؤولية تربوية تجاه زملائه يسعى الى اتباع سلوك يقندى به .

٣- **دافع الشعور بالمواطنة :-** ان هذا الدافع يجعل الرياضي يشعر بالتزاماته تجاه وطنه وهذا يدفعه الى بذل الجهد لتمثيل بلده بالشكل الذي يستحقه ومن الطبيعي ان لا نتوقع من

التلميذ في سن المرحلة الابتدائية او حتى المتوسطة في بعض الاحيان ان يحمل مثل هذا الدافع او هذا التفكير .

٤- **دافع التكامل النفسي والبدني** :- ان هذا الدافع يتكون لدى الطلبة الكبار ذوي المواقف الواعية والقناعات الثابتة بصفته حافزاً لنشاطهم الرياضي ، ان هؤلاء الطلبة يريدون تكامل قواهم النفسية والبدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي للمساهمة بشكل فعال في تطوير مجتمعهم .

هناك تداخل في هذه الدوافع المختلفة الفردية منها والاجتماعية وهي تتأثر بعمر التلميذ وخبراته ودرجة وعيه واحتكاكه بالعوامل البيئية المختلفة ، فنرى مثلاً ان دافع المتعة والسرور قوياً لدى التلاميذ صغار السن وكذلك دافع الحركة وغيرها ويمكن ان تبقى هذه الدوافع الى مراحل سنية اكبر لكنها تفقد مراكزها المسيطرة في تركيب الدوافع لصالح دوافع اجتماعية اقوى او انها ترتبط مع اشكال اخرى من الدوافع الاعلى ، وعملية التطور هذه يجب ان لا تترك للصدفة اذ ان التأثيرات القائمة على الصدفة التي لا تراقب وتوجه قد تؤدي بسهولة الى ظواهر سلبية .

**الرغبة** :- لا يمكن للكائنات الحية العيش دون غايات تطراً على تفكيره في المضي فُدماً نحو كل ما يمكن أن يسهم في إضفاء معيشة حسنة ومناسبة اذ إنّ الحاجة تأخذ منحى أساسياً في حياة المرء فلا يمكن لأي كائن سواء من البشر أم من الحيوانات وغيرها العيش دون قضاء الحاجات التي تلزم الكائنات الحية جميعها على توفيرها بكل الطرق الممكنة وبعد توفر هذه الحاجات يفكر الإنسان في ما بعد الحاجة وما يسمى بإطلاق العنان لرغباته اذ تعدّ الرغبة من الأشياء التي يسعى المرء إليها وذلك لتأثيرها في النفس البشرية .

ويمكن تعريفها بأنها حاجة المرء في امتلاك شيء ما أو حاجته للوصول إلى الصورة التي يتمناها كما أنها الوعاء الذي يحتوي حاجة الإنسان في أن يصل إلى شيء معين أو أن يكون في صورة معينة شريطة عدم وصول الشخص إليها بعد وإنما يسعى لتحقيقها بطريقة أو بأخرى

ويمكن في بعض الأوقات اعتبار الرغبة من مسببات المشاكل النفسية والفكرية فالحاجة لحياسة رغبة ما لا تتوقف إنما يتم تجديدها كلما وصل المرء إليها كما أنها ترتبط من نواحي عديدة بإحساس المرء بالحرمان ويتم هذا عن طريق عدم وصوله للرغبة بشكل كلي أو عدم امتلاكها بشكل كامل مما يولد داخله شعور الألم والعناء.

### العوامل المؤثرة في تطوير الدافع والرغبات :-

- ١ . معرفة الفرد بالفعاليات الرياضية المختلفة تزيد من تنمية الرغبات وتوجيهها .
- ٢ . المشاركة بالمسابقات الرياضية المحلية والخارجية تولد خبرة مباشرة لتطوير الدوافع والاهتمامات الرياضية المختلفة .
- ٣ . تطوير وتنمية الدوافع عند الاطفال في مختلف الانشطة لغرض تكوين وتقوية الرغبات.
- ٤ . ربط الدوافع والرغبات بالأنشطة الاخرى مثل الموسيقى مشاهدة النموذج والصور والرسومات .
- ٥ . تطوير الرغبات والدوافع من قبل الوالدين .
- ٦ . اساليب المربي الرياضي في تطوير الرغبات والدوافع من خلال الخبرة التي يمتلكها وتوجيهها نحو الافضل .
- ٧ . خلق مواقف ايجابية للفرد تعمل على تطوير الدوافع والرغبات وبشكل مستمر .
- ٨ . اعتماد مبدأ المكافئة والتدعيم لغرض تكرار النجاح .