وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة المستنصرية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة : علم النفس الرياضي
المرحلة : الرابعة

علم النفس الرياضي

محاضرات لطالبة المرحلة الرابعة للعام الدراسي2026-2027

مدرسة المادة
أ.د .شيماء عبد مطر التميمي

الدافع

-تعريف الدافع :

تعتبر الدوافع من الموضوعات المهمة لأنها تفسر السلوك . وهي مهمة لكل من له صلة بقيادة و. توجيه الافراد أو العمل من أجل إكسابهم مهارات ومعارف جديده.

الدافع هو الشعور بالرغبة أو النفور (ترغب في شيء، أو تريد تجنُّب شيء أو الهروب منه). على هذا النحو، فإن الدافع له جانب موضوعي (هدف أو شيء تطمح إليه) وجانب داخلي أو ذاتي (أنت الذي ترغب في الشيء أو تريد ابتعاده). في الحد الأدنى، يتطلب الدافع الركيزة البيولوجية من أجل الأحاسيس الجسدية بالمتعة والألم.

- الأسس التي تقوم عليه الدوافع:

1- مبدأ الطاقة والنشاط : تؤدي الدافعية إلى القيام بحركات الجسم وذلك بمد عضلات الجسم بالطاقة، وتفريغ شحنة هذا النشاط بالاستثارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الجسم.

2-مبدأ الغرضية : تؤدى الدوافع إلى توجية السلوك نحو غرض أو هدف معين.

3- مبدأ التوازن : ويقصد به أن الكائن الحي لديه الاستعداد لأن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة متوازنة، وعمليًا حفظ التوازن الفسيولوجي هذه تتم آليا وينظمها الجسم بنفسه.

4- مبدأ الحتمية الديناميكية: وهو أن كل سلوك له أسباب وهذه الأسباب توجد في الدوافع، ومن هذه الدوافع ما هو فسيولوجي في أصله ومنها ما هو مكتسب ومتعلم

- تصنيف الدوافع:

اولا: تصنيف ما سلو (هرم ما سلو) للدوافع

الحاجة الى تحقيق الذات
الحاجة الى تقدير الذات
الحاجة الى الحب

الحاجة الى الانتماء
الحاجة للأمن والاستقرار
الحاجات الفسيولوجية

ثانيا: -الدوافع الاولية (الفطرية– الموروثة – الجسمية – الفسيولوجية)

- الدوافع الثانوية (المكتسبة – النفسية – الاجتماعية)

ثالثا: دوافع خارجية(بمعنى ان وجود الانسان في بيئية خارجية هو الذي يخلقها)

دوافع داخلية(بمعنى انها موجودة في داخل الشخص)

رابعا: دوافع فردية وتشمل:دافع الحركة- دافع حب الاستطلاع وحب المغامرة - دافع المتعة والسرور

- دافع تحقيق الذات - دافع الثقة بالنفس ورفع القيمة الذاتية -دافع الشهرة وابراز الاهلية- دافع الانجاز

- دافع الصلة الاجتماعية

دوافع اجتماعية تشمل:

-الدافع الاخلاقي الاجتماعي – ارضاء الاخرين -الدافع التربوي – ابداء سلوك يقتدى به

- دافع الشعور بالمواطنة - دافع التكامل النفسي والبدني

خامسا: -دوافع مسيطرة - دوافع ثانوية

سادسا: دوافع دائميه - دوافع مؤقتة

- **نظريات الدوافع:**

هناك نظريات تشرح العلاقة بين الدافع ومستوى الانجاز اهمها:

1-نظرية ماسلو للتسلسل الهرمي للحاجة

ربما يكون من الآمن أن نقول إن أكثر نظريات التحفيز شهرة هي نظرية التسلسل الهرمي للحاجة لماسلو، وتستند إلى الاحتياجات البشرية، بالاعتماد بشكل أساسي على خبرته السريرية، وقام بتصنيف كافة احتياجات الإنسان على شكل هرمي من المستوى الأقل إلى المستوى الأعلى. وفي نظريته، كان يعتقد أنه بمجرد تلبية مستوى معين من الاحتياجات و الدوافع الإنسانية، فإنها لم تعد تعمل على تحفيز الإنسان، وبعد ذلك، يجب تفعيل المستوى الأعلى التالي عند الحاجة للتحفيز، وحدد ماسلو خمسة مستويات في التسلسل الهرمي لاحتياجاته وهي

- **الاحتياجات الفسيولوجية:** وهي الحاجات الرئيسية للإنسان، مثل الطعام والشراب والهواء والسكن وغيرها من مستلزمات الحياة، وتتعلق هذه الاحتياجات ببقاء الحياة البشرية والحفاظ عليها، ويجب تلبية هذه الاحتياجات بشكلٍ كامل أو جزء منها قبل ظهور احتياجات المستوى الأعلى.

- **احتياجات السلامة:** بعد الانتهاء من الحاجات الفسيولوجية للإنسان، فإن يشعر بعد ذلك باحتياجات الأمن والسلامة، وتأتي هذه الاحتياجات تعبيرًا عن رغبة الفرد في الشعور بالأمن والاستقرار الاقتصادي والحماية من الأخطار المادية، وتتطلب تلبية هذه الاحتياجات المزيد من المال، وبالتالي، يُطلب من الفرد العمل أكثر.

- **الاحتياجات الاجتماعية:** فالإنسان كائن اجتماعي، لذلك فهو مهتم بالتفاعل الاجتماعي، والرفقة، والانتماء، وما إلى ذلك، وهذا التنشئة الاجتماعية والشعور بالانتماء هو الدافع وراء تفضيل الإنسان للعمل في مجموعات وخاصة كبار السن.

- **احتياجات التقدير:** وتشير إلى احترام الذات، وتشمل الاحتياجات التي تعبر عن الثقة والاعتزاز بالنفس والاستقلالية والمعرفة، ويؤدي تأمين احتياجات التقدير إلى الشعور بالقوة والكفاءة وقدرة الفرد على أن يكون مفيد في المجتمع، ومع ذلك، يؤدي عدم القدرة على تلبية هذه الاحتياجات إلى الشعور بالدونية والضعف والعجز.

-**احتياجات تحقيق الذات:** وينظر إلى هذا المستوى على أنه تتويجًا لكافة الاحتياجات الدنيا والمتوسطة والعالية للبشر.

ووفقًا لماسلو ، فإن احتياجات الإنسان تتبع تسلسلًا محددًا للهيمنة، لا تنشأ الحاجة الثانية إلا بعد الانتهاء من الحاجة الأولى بشكل معقول، ولا تظهر الحاجة الثالثة حتى يتم الانتهاء من الحاجتين الأوليين بطريقة مستمرة ومعقولة، والجانب الآخر من التسلسل الهرمي للحاجة هو أن الاحتياجات البشرية غير محدودة، ومع ذلك، فإن نظرية ماسلو في التسلسل الهرمي لا تخلو من منتقديها

2- نظرية الدوافع:

نظرية الدوافع هي نظرية سلوكية تقترح تحفيز الناس من خلال الحوافز والتعزيزات، وتقترح أيضًا أن يتصرف الناس بطريقة يعتقدون أنها ستؤدي إلى مكافأة وتجنب الإجراءات التي قد تستلزم العقاب وهو ما يوضح تعريف الدوافع عند الإنسان، فقد يتصرف البعض بشكل مختلف في مواقف مماثلة اعتمادًا على الحوافز المتاحة، على سبيل المثال، قد يعمل الموظف بجهد أكبر في مشروع ما لكسب مراجعة جيدة أو لتجنب مراجعة ضعيفة بدلًا من عدم تلقّي أي مراجعة على الإطلاق، ودافعهم هو رغبتهم في الحصول على مكافأة أو تجنب العقوبة عند مراجعة الأداء في نهاية المشروع.

وقد تتغير قيمة نفس الحافز اعتمادًا على الوقت والظروف، وقد يقدّر الناس الحوافز المتشابهة بشكل مختلف، ويمكن أن يكون للعوامل النفسية والاجتماعية دور في تحديد الأشخاص الذين لديهم دافع لحوافز مختلفة، وتعمل الحوافز كأدوات تحفيزية فقط إذا أعطى الأفراد قيمة للمكافأة التي سيحصلون عليها مقابل أفعالهم، ويمكن أن تكون الحوافز في مكان العمل، كما هو الحال في جوانب الحياة الأخرى كما يلي:

1-الحوافز الإيجابية: وهي تأكيدات إيجابية بأن الموظف سيحصل على شيء يرغب فيه مقابل أداء عمله بشكل جيد، وتشمل أمثلة الحوافز الإيجابية التقدير والترقية والزيادات وما إلى ذلك.

2-**الحوافز السلبية:** تصحيح الأخطاء أو تثبيط بعض السلوكيات، وتشمل الحوافز السلبية التوبيخ وخفض الرتبة وتخفيض الأجور وأنواع أخرى من العقوبات.

3- نظرية ماكليلاند للاحتياجات :

يؤكد ماكليلاند أن لدينا جميعًا ثلاثة دوافع محفزة، ولا تعتمد على جنسنا أو سننا، وسيكون أحد هذه الدوافع هو المسيطر على سلوكنا، ويعتمد الدافع المهيمن على تجارب حياتنا، والمحفزات الثلاثة هي :

أ-الإنجاز: الحاجة إلى الإنجاز وإثبات الكفاءة الخاصة، حيث يفضل الأشخاص الذين لديهم رغبة ملحة للإنجاز المهام التي توفر المسؤولية الشخصية والنتائج بناءً على جهودهم الخاصة، كما أنهم يفضلون الاعتراف السريع بتقدمهم.

ب-**الانتماء:** الحاجة إلى الحب والانتماء والقبول الاجتماعي، فالأشخاص الذين هم في حاجة للانتماء يتم تحفيزهم من خلال كونهم محبوبين ومقبولين من قبل الآخرين، ويميلون إلى المشاركة في التجمعات الاجتماعية وقد يكونون غير مرتاحين في الصراعات.

ج-القوة: الحاجة إلى التحكم في العمل الخاص أو عمل الآخرين، والأشخاص الذين هم في حاجة ماسة إلى مواقف الرغبة في السيطرة التي يمارسون فيها القوة والتأثير على الآخرين، إنهم يطمحون لشغل مناصب ذات مكانة وسلطة ويميلون إلى الاهتمام بمستوى تأثيرهم أكثر من اهتمامهم بأداء العمل الفعال.

4-نظرية فروم في التوقع"

صرح فيكتور فروم، أن الناس سيكونون منتجين للغاية ومتحمسين إذا تم استيفاء شرطين، الأول أن يعتقد الناس أنه من المرجح أن جهودهم ستؤدي إلى نتائج ناجحة، والثاني أن يعتقد هؤلاء الأشخاص أيضًا أنهم سيكافأون على نجاحهم. وسيتم تحفيز الناس لبذل مستوى عالٍ من الجهد عندما يتوقعون أن هناك علاقة بين الجهود التي يبذلونها والأداء الذي يحققونه والنتائج أو المكافآت التي يتلقونها .

5-نظرية ماكجريجور X ونظريةy :

صاغ دوجلاس ماكجريجور وجهتي نظر مختلفتين عن الإنسان بناءً على مشاركة العمال، الأولى سلبية في الأساس، وتسمى النظريةX ، والأخرى إيجابية بشكل أساسي، وتسمى النظريةY ، وكلا النوعين من الناس موجودان، وبناءً على طبيعتهم، يجب إدارتهم وفقًا لذلك.

-**النظرية** :X ترى النظرة التقليدية للقوى العاملة أن العمال بطبيعتهم كسالى وأنانيون ويفتقرون إلى الطموح، لذلك، فإن أسلوب الإدارة المناسب هو تحكم قوي من أعلى إلى أسفل.

-**النظرية** :**y** تفترض هذه النظرة أن العمال لديهم دوافع متأصلة ومتحمسون لقبول المسؤولية، وأسلوب الإدارة المناسب هو التركيز على خلق بيئة عمل منتجة مقرونة بالمكافآت الإيجابية والتعزيزات.

6-نظرية حرف uالمقلوب Inverted u theory:

ان الانجاز يتحسن مع شدة الدافع او الحافز الى حد معين ،وبعدها يتوقف التحسن في الانجاز عند زيادة الحافز عن ذلك الحد، ثم يبدأ الانجاز بالهبوط مع اية زيادة اضافية في شدة الحافز .

- **دوافع التفوق في النشاط الرياضي:**

أظهرت النتائج أن ترتيب الدوافع تبعا لأهميتها كانت كما يلي:

(اللياقة البدنية والصحة، الميول الرياضي، القدرات العقلية، التفوق الرياضي، المجال النفسي، المجال الاجتماعي).

كما أن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تنقسم إلى دوافع مباشرة ، ودوافع غير مباشرة ، أما الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فتتلخص في الإحساس بالرضا والإشباع نتيجة للنشاط البدني، والمتعة الجمالية بسبب الحركات الذاتية للفرد وجمالها ، ورشاقتها، والشعور بالارتياح نتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها، ان المتفوق رياضيا هو ذلك الفرد الذي وصل الي مستوي معين في ادائه، والحديث حول هذا الشأن نجده ينصب علي الناضجين رياضيا من الافراد، الذين استطاعوا ان يحققوا من خلال ما لديهم من طاقات رياضية، ووظيفية، ونفسية، وعقلية، وصحية .. مالم يستطع امثالهم تحقيقه لافتقادهم لهذه او بعض هذا الطاقات وقد تصبح قدرة اللاعب المتفوق رياضيا في المدرسة او النادي الرياضي علي مستواه موجودة و مظهره الادائي الرياضي عالياً و الذي يعتبر من مظاهر التفوق الرياضي بمعني اخر تصبح قدرة اللاعب الأدائية وقدرته علي استيعاب الأدائيات المهارية في الالعاب الفردية مع الخططية في الالعاب الجماعية واسترجاع ما سبق التدريب عليه اثناء تراثه الرياضي من المهام الرئيسية للمدرب الرياضي و المعلم في المدرسة..

-العوامل المؤثرة في الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

عوامل الدافعية المؤثرة في الإنجاز الرياضي . وجهة الضبط الداخلي وأهميتها في تطوير الدافعية نحو الأداء الرياضي حاجات ودوافع النشء الرياضي - الحاجة إلى المتعة - .الحاجة إلى الشعور بقيمة الذات. دافع تحقيق النجاح. دافع تجنب الفشل

وهناك عوامل متعلقة بنتائج الاداء الرياضي: مثل خبرات النجاح والفشل والتعزيز الايجابي والسلبي ، وهذه العوامل جميعها تعد مصادر كامنة للدافعية يمكنها ان تؤثر في مستوى .

واهم العوامل المساهمة في تحديد مستوى الدافعية لدى للاعب هي:

1- **عوامل متعلقة باللاعب:** مثل سمات شخصية اللاعب ومستوى طموحه ورغباته الذاتية وهذه جميعها تعد عوامل مستقله للدافعية لا يستطيع المدرب التأثير فيها بسهولة.

2- **عوامل متعلقة بنتائج الاداء الرياضي:** مثل خبرات النجاح والفشل والتعزيز الايجابي والسلبي ، وهذه العوامل جميعها تعد مصادر كامنة للدافعية يمكنها ان تؤثر في مستوى دافعية اللاعب ، وبأستطاعة المدرب ان يؤثر في هذه العوامل بأساليب مختلفة.

3- **عوامل متعلقة بالمنافسة الرياضية:** مثل مستوى المنافسة واهميتها ونظامها ومكانها وحضور الجمهور وغيرها. وان المدرب له دور بسيط في احداث تأثير فيها.

4-عوامل متعلقة بطبيعة المهارة: مثل سهولة المهارة وصعوبتها ومعلومات التغذية الراجعة ودرجة الانتباه الخاص الذي يتطلبة اداء المهارة ، وباستطاعة المدرب ان يؤثر في عوامل الدافعية هذه من خلال عملية التدريب.

كيف يمكن للدافعية ان تؤثر في الاداء الرياضي؟

تؤثر الدافعية على مستوى الاستثارة لدى الرياضي في مواقف المنافسات والمسابقات المتنوعة التي يشارك فيها:

1. يظهرون قدرة كبيرة من المثابرة في الاداء .
2. يظهرون نوعية مميزة في الاداء .
3. ينجزون **الاداء** بمعدل مرتفع.
4. يعرفون واجباتهم اكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين.
5. يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة والمخاطرة.

"الدافع هو ما يقودك إلى العمل. إنها القوة الدافعة .بدون الحافز، من الصعب جدًا أن تكون قادرًا على الأداء بمستوى جيد ، خاصة في الأداء العالي لأن هناك حاجة إلى الكثير من الطاقة لدفع ثمن الوصول إلى أهداف عالية حقًا.

- **تطور دافعية الممارسة الرياضية:**

تطور تختلف الدافعية الرياضية حيث تتغيَّر وتتصف بالديناميكية، حيث أن الدوافع الرياضية المرتبطة بالأنشطة الرياضية لا تبقى مستمرة وثابتة مدى الدهر، بل تتبدل وتتغير خلال الفترات الطويلة التي يقوم بها الرياضي بممارسة الأنشطة الرياضية، حيث يحدث تغيّر على الدوافع في النشاط الرياضي في كل مرحلة من المراحل السنية التي يتحقق فيها طموحات الرياضيين؛ بحيث تختلف الدوافع الرياضية للاعبين حسب المستوى الرياضي لكل منهم، فتختلف الدوافع الرياضية للرياضيين في المراحل الأساسية عن دوافعهم في المراحل الثانوية والتي تختلف أيضاً عن دوافع الرياضيين أصحاب المستويات العليا؛ وذلك بسبب أن لكل مستوى رياضي دوافعه التي يتميز بها عن غيره.

- **مراحل تطور الدافعية الرياضية:**

تقسم الدوافع الرياضية المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى مجموعة من المراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الرياضي، حيث يرى الرياضيين أن لكل مرحلة من المراحل الرياضية لها دوافعها الخاصة بها، وتقسم هذه المراحل إلى:

1-مرحلة الممارسة الأولية للأنشطة الرياضية :وتكون هذه المرحلة واضحة في الأنشطة الرياضية الابتدائية؛ بحيث يكون الرياضي في حالة من الاندفاع للأنشطة الرياضية؛ وذلك عن طريق ميولاته الداخلية للحركة والأنشطة الرياضية، على اعتبار أنها من الخصائص الواضحة في هذه المرحلة، والظروف البيئية المحيطة لها دورًا واضحاً على الرياضيين في دافعيتهم للأنشطة الرياضية؛ وذلك بحسب ما يتوفر لهم الفرصة للأنشطة في الساحات الرياضية والأندية الرياضية القريبة منهم، وبالإضافة إلى توجيهات المحيطين بالرياضيين لممارسة نوع معين من الأنشطة الرياضية.
وتساعد الدراسات والأبحاث في التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية أيضاً على إتاحة الفرصة المناسبة أمام اللاعبين لممارسة الأنشطة الرياضية، التي تمتاز بالشعور بالحرية والتلقائية في اللعب والمرح والنشاط الجماعي للرياضيين؛ ممّا يُحسّن لديهم الشعور والإحساس بالرضا والفرح.

2-مرحلة الممارسة التخصصية للأنشطة الرياضية :وفي هذه المرحلة يكون تركيز الرياضي على نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية، مثل أن يكون لاعب كرة سلة أو تنس طاولة، وفي هذه المرحلة أيضاً يقوم الرياضي بمحاولة الوصول إلى مستويات رياضية تؤهله لتمثيل فريقه الرياضي محلياً أو عالمياً. وتعتمد الدافعية لدى الرياضيين على ممارسة أنشطتهم الرياضية في هذه المرحلة على مجموعة عوامل وهي:

1- ميولهم الخاصة لنوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

2- وجود علاقات صداقة بينهم وبين من يمارسون هذه الانشطة الرياضية.

3- توجيه الرياضيين من قبل المدربين الرياضيين، بغرض ممارسة نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

4- حاجة الرياضي إلى الاستفادة من المفاهيم والمعلومات المتعلقة بالقواعد الخاصة بألعاب معينة، والنواحي الفنية الخططية الخاصة بها؛ بحيث تدفع الرياضي إلى ممارسة هذه المعلومات علمياً وعملياً.

5- حاجة الرياضي إلى التقدير وحاجته أيضاً لتحقيق الذات؛ وذلك عن طريق المشاركة في المنافسات والمباريات الرياضية، ويتم من خلال محاولة الظهور الملائم وتحقيق النتائج ذات المستويات العليا.

6-حاجة الرياضي إلى تطوير وتحسين المهارات الحركية الرياضية لأنواع معينة من الأنشطة الرياضة؛ ممّا يساعد الرياضي على مواصلة التدريب الرياضي، وبذلك يصبح هذا الموقف الرياضي من الحاجات المعتاد عليها.

3-مرحلة المستويات الرياضية العليا للأنشطة الرياضية :وهذه المرحلة تسمى "مرحلة البطولات الرياضية"، وتعتمد هذه المرحلة على الدوافع التالية:

أ-إمكانية محاولة اللاعب من التحسين من مستوى الاداء الرياضي، وذلك من خلال الاستمرارية على التدريب وبذل أكبر جهد ممكن، ومحاولة اللاعب في تشكيل أسلوب لحياته الخاصة بطريقة تتناسب مع المجهود المبذولة حتى يتم الفوز ويحصل على الأرقام القياسية في المنافسات.

ب- محاولة اللاعب في السعي للتمثيل عالي المستوى للنادي الرياضي أو الوطن الذى ينتمى إليه، بهدف التأكيد على المستوى الرياضي للنادي أو الدولة، حيث تُعتبر فرحة وشعور بالانتماء بعد أن يتم رفع علم دولته في المنافسات الدولية ويتم تردد اسم دولته في الوسط الرياضي.

ج-محاولة الرياضي في السعي نحو تحقيق مجموعة من الفوائد ومحاولته في تحقيق المكاسب الشخصية، بهدف الرفع من مستواه الاجتماعي والمادي.

د-محاولة سعي الرياضي في هذه المرحلة إلى الاستمتاع بالسفر حول مختلف بلدان العالم، وهذا الشيء الذى قد لا يكون متاحاً له في مواضع أخرى.

و- محاولة الرياضي للسعي نحو تحقيق النجاحات الشخصية وحاجته إلى اثبات الذات من خلال التميز والتفوق، وكذلك الحصول على مراكز عالية بين الجماعات الرياضية الكثيرة.

ر- محاولة الرياضي للسعي في الانتقال من المهارات الرياضية السهلة إلى المهارات الرياضية الصعبة، وقدرته في محاولة الربط بين مهارات التعلم الحركي والميول الرياضي.

- **ديناميكية العلاقة بين الدافعية والتفوق الرياضي :**

يعرف دافع الإنجاز بأنه المنافسة من اجل تحقيق افضل مستوى لإداء ممكن .وقد يستخدم احيانا مصـــطلح الحاجة للإنجاز او التوجيهات الإنجازيه ليعبر عن دافع الإنجاز، هذا ويندرج دافع الإنجاز بشـــكل عام تحت حاجة كبيرة اشـــمل واعم وهي الحاجة للتفوق. وقد اكد محمد علاوي ان هناك خصائص عامة للأشخاص الذين يتميزون بدرجة عاليـة من الانجاز وهي :

1. يظهرون قدرة كبيرة من المثابرة في الاداء .
2. يظهرون نوعية مميزة في الاداء .
3. ينجزون الاداء بمعدل مرتفع .
4. يعرفون واجباتهم اكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين .
5. يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة والمخاطرة .
6. يتطلعون الى اداء المواقف التي تتطلب التحدي .
7. يتحملون المسوؤلية فيما يقدمون به من اعمال .
8. يحبون معرفة نتائج ادائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الافضل

بينما يذكر يحيى النقيب " ان هناك مجموعة من العوامل تتفاعل بصورة ديناميكية لتؤثر على مستوى الانجاز ومن ضمن هذه العوامل التي تؤثر على دافعيه الفرد هي :

1. تراث المجتمع الذي يعيش فيه الفرد (الثقافة والعادات والتقاليد السائدة)
2. شخصية الفرد وخبراته في مواقف معينه .
3. التعلم الاجتماعي للفرد .
4. الاعتبارات الاجتماعية ، النظم الاجتماعية ، المعايير والقيم والتوقعات الاجتماعية .
5. نوعية النشاط الممارس .
6. صعوبة المهارة وجاذبيتها للفرد

واثبتت تجارب العلماء في هذا المجال ان لارتفاع مستوى الدافعية دور فعال في تحديد مستوى الإنجاز لكن الارتفاع الكبير في مستوى الدافعية يؤدي الى دور سلبي في تحديد مستوى الانجاز ، اذ ان الفرد صاحب الدافعية العالية جدًا ، كثيراً ما يخطأ في اثناء الاداء.

- **قياس الدافع**:

كيف يمكن قياس الدافعية؟

تقاس دافعية الإنجاز عادة باختبارات معينة من أشهرها اختبار تفهم الموضوع (T A T) الذي يتطلب من الناس أن يستجيبوا لثلاثين صورة تحمل كل منها أكثر من تفسير، وتحلل إجاباتهم ويستخرج منها مستوى الإنجاز عند المستجي