

الفصل الخامس

دافعية الإنجاز الرياضي

مفهوم دافعية الإنجاز:

إن موضوع الدافعية واحد من الموضوعات المهمة التي شغلت أذهان الباحثين الأكاديميين منهم والتطبيقات لما لها من أهمية وتأثير بالغ على تحديد نشاط الكائن كما وكيفاً أين كانت طبيعة هذا الكائن .

كما يعتبر موضوع دافعية الإنجاز من الموضوعات الهامة في نظام الدوافع الإنسانية إن من احد إبعاد الدافعية العامة التي تهتم بأسباب ومحركات السلوك لدى الإنسان فكل سلوك خلفه قوة دافعية معينة لذلك يجب على المدرب الرياضي تنمية دافعية الإنجاز لدى اللاعبين الرياضيين واللاعبات للتغلب على الصعوبات التي تواجههم إثناء التدريب والمنافسات . على إن الأفراد الذين يتسمون بدرجة كبيرة من سمة دافعية الإنجاز يتميزون بالثقة بالنفس والنشاط الدائم ويتسمون بالمناظرة المعتدلة ويقاومون الضغط الاجتماعي الخارجي ويميلون إلى تفضيل المسؤولية الشخصية .

ان نتائج الدراسات والبحوث في مجال دافعية الإنجاز قد أظهرت إن الرياضيين الذين يتميزون بدرجة عالية من سمة دافعية الإنجاز يظهرون قدراً كبيراً من المثابرة في أدائهم ويتميزون في أعمالهم وأدائهم بمعدل مرتفع ويتميزون بالاستقلالية وتحمل المسؤولية فيما يقومون به من أعمال ويحبون معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الأفضل ويميلون إلى التفوق في المواقف الإنجازية المختلفة .

أن مظاهر الدافع للإنجاز تتضح من خلال سعى الفرد إلى القيام بالإعمال الصعبة ، وبراعته في تناول وتنظيم الأفكار مع إنجاز ذلك بسرعة قدر الإمكان ، ويمكن النظر إلى دافعية الإنجاز على أنها تمثل السعي والكفاح نحو مستوى معين من الامتياز والتفوق ، كما أن هدف الإنجاز يتحدد على أنه إما التنافس مع معيار أو مستوى معين من الامتياز أو التنافس مع الآخرين .

تعريفات دافعية الإنجاز:

هي الرغبة أو الميل إلى أداء المهام بسرعة وبأفضل طريقه ممكنه ويتضمن الدافع للإنجاز أنماطاً وأنواعاً متباينة من السلوك ويتدخل فيه عنصر التحدي وهو الدافع إلى إنجاز شيء ذي شأن ، فضلاً عن كونه الحافز إلى حل مشاكل صعبه تتحدى الفرد وتعرض طريقه . وهي أيضاً استعداد الفرد لتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال والتفوق في مواقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة .

إن دافعية الإنجاز تعني تحقيق شيء صعب والتحكم في الأفكار وتناولها وتنظيمها وأداء ذلك بأكبر قدر من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى من التفوق على الذات ومناقشة الآخرين والتفوق عليهم وزيادة تقدير الذات عن طريق الممارسة الناجحة للمقدرة .

إن الدافع للإنجاز هو الوصول بمشروع إلى مرحلة النجاح بالرغبة والأمل والمثابرة والتحمل وروح الالتزام .

إن دافعية الإنجاز هي الجهد الذي يبذله الإنسان من أجل النجاح في إنجاز بعض أو كثير من المهام التي يكلف بها إثناء القيام بالإعمال اليومية كذلك المثابرة عند مواجهة مواقف الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز هذه الأعمال أو الواجبات التي يكلف بها .
الخصائص الشخصية لدافعية الإنجاز العالية :
إن دافعية الإنجاز تعتبر من الجوانب الأكثر أهمية في نظام الدافعية للاعب الرياضي ومن بين أهم الخصائص الشخصية للاعب الذي يتميز بدافعية عالية للإنجاز ما يلي :

- ١- يهتم بالامتياز والتفوق من أجل التفوق أو الامتياز وليس من أجل ما يمكن إن يترتب عليه من مكافآت أو مكاسب خارجية .
- ٢- يهتم بالإنجاز في ضوء معيار ومستويات يضعها لنفسه ، إذ لا يتأثر بأية مستويات أو معايير يضعها غيره .
- ٣- يميل إلى المواقف التي يستطيع التحكم فيها بنفسه ، ويقصد بذلك تلك المواقف التي يتحمل فيها مسئولية سلوكه ونشاطه وأدائه .
- ٤- يضع لنفسه أهدافا مدروسة تتميز بالمخاطرة المحسوبة ومثيرة للاهتمام مع اهتمامه بالأهداف المستقبلية ذات المدى البعيد .
- ٥- يملك القدر الكبير من الدافعية الداخلية والثقة بالنفس .
- ٦- يميل إلى زيادة شدة السلوك عقب خبرة الفشل وذلك بالنسبة للأداء الذي يرتبط بدرجة عالية من الصعوبة
- ٧- يسعى إلى محاولة فهم ذاته من خلال اشتراكه في مواقف الإنجاز .
- ٨- يفضل العمل مع زميل آخر على أساس محك القدرة ومستوى الأداء وليس على أساس محك الصداقة والزمالة .

أهمية وضع الأهداف على سلوك الإنجاز لدى اللاعب الرياضي :

- انه من أهمية وضع الأهداف على سلوك الإنجاز ما يلي :
- ١- يسهم في إثارة الدافع الذاتي لدى اللاعب .
 - ٢- يوجه تركيز انتباه اللاعب لبعض الأهداف المعينة التي يحاول إنجازها .
 - ٣- يعنى الجهد بصورة تتناسب مع متطلبات الأداء الذي يقوم به اللاعب كما يساعده على بذل المزيد من الجهد في التدريب والمنافسات .
 - ٤- يدعم ويعزز عملية المثابرة والاستمرارية على بذل المزيد من الجهد والفاعلية لفترات اطول .
 - ٥ - يساعد على تشجيع اللاعب في تطوير بعض الأساليب التي يمكن بها تحقيق أهدافه عن طريق تحسن مهاراته وقدراته واكتساب مهارات وقدرات جديدة .
 - ٦- يسهم في الإقلال من مستوى القلق المعوق لأداء اللاعب .

الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بالطابع المركب نظرا لتعدد الأنشطة الرياضية ومجالاتها ، ومن أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي والتي تنقسم إلى :

الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي :

- ١- الإحساس بالرضا والإشباع بسبب النشاط العضلي المستخدم .
- ٢- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية .
- ٣- محاولة التغلب على التدريبات التي تنسم بالصعوبة والتي تتطلب الشجاعة والجرأة .
- ٤- تسجيل الأرقام والبطولات لإثبات التفوق وإحراز الفوز .

الدوافع الغير مباشرة للنشاط الرياضي :

- ١- محاولة الوصول إلى القوة والصحة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي .
 - ٢- السعي عن طريق ممارسة الرياضة إلى الإعداد للعمل الجدي والإنتاج .
 - ٣- الإحساس بالضرورة .
 - ٤- الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة لإحراز الانتصارات و لرفع سمعة الوطن .
- تطور الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي ليست كثيرة العدد فقط بل أنها تتصف أيضا بديناميكيتهما ، وهذا يعني إن دوافع الفرد لا تستمر ثابتة بل تتناولها يد التغيير والتبديل في غضون الفترة الطويلة لممارسة النشاط الرياضي ، وقد قام بوني puni بعدة بحوث خاصة بدوافع النشاط الرياضي من المراحل الأولى حتى سن الوصول للبطولة الرياضية وقسمها كالتالي :

- ١- المرحلة الأولية لممارسة النشاط الرياضي .
- ٢- مرحلة التخصص في نوع معين من أنواع النشاط الرياضي .
- ٣- مرحلة البطولة الرياضية .

نظريات دافعية الإنجاز

١- نظرية حاجة الإنجاز:

أن هذه النظرية تشير إلى أن دافعية الإنجاز تعتبر بمثابة استعداد الفرد للإقبال أو الإحجام بالنسبة لموقف ما من مواقف الإنجاز، وهي المواقف التي يتوقع الفرد أن أداءه سوف يتم تقييمه ومن بين هذه المواقف في الحياة العامة مواقف الامتحانات النظرية أو العملية أما في المجال الرياضي وأنه يمكن اعتبار موقف المنافسة الرياضية من أهم مواقف الإنجاز فكأن حاجة الإنجاز في مجال دافعية الإنجاز في الرياضة تشير إلى استعداد اللاعب للإقبال أو الإحجام تجاه موقف من مواقف الانجاز .

٢- نظرية أتكينسون:

اتكنسون حدد في هذه النظرية عددا من العوامل التي تسهم في نشاط الفرد في أربع عوامل اثنان منها يخصان الفرد واثنان يخصان العمل الذي يؤديه ويتمثل العاملان الخاصان بالفرد في الدافع للإنجاز والخوف من الفشل، أما العاملان الخاصان بالعمل أو الموقف فهما احتمال نجاح العمل وحافز العمل للنجاح . وتؤكد هذه النظرية على إن الدافعية المستثارة تعتبر دالة لمتغيرات ثلاثة هي قوة الدافع الأساسي وتوقع تحقيق الهدف والقيمة الحافزة المدركة .

٣- نظرية موراى:

في هذه النظرية ارتبط مفهوم الدافع للإنجاز بإعمال موراى وقد وضع تصنيفا محكما للسلوك ، كما وضع تنظيم للحاجات والدوافع يعرف بالتنظيم الهرمي ويرى موراى إن الدافع للإنجاز قد يستثار من الداخل بواسطة عمليات داخلية أو من الخارج بواسطة ما يقع على الفرد من تأثيرات موقفية مباشرة .

٤- نظرية ماكيلاند:

وقد قام في هذه النظرية بالتمييز بين الدوافع والسمات والخطط التصورية العامة وقد توصل إلى إن الدوافع هي أسباب السلوك وان السمات هي طريقة التعبير عن الدوافع والخطط التصورية هي معرفتنا بأنفسنا والآخرين ، كما قدم تصورا للدافعية أطلق عليه نموذج الاستثارة الانفعالية .

و الدافع للإنجاز له نوعان رئيسيان أولهما يمثل استعدادا ثابتا نسبيا عند الفرد لا يكاد يتغير بتغير مواقف الإنجاز والثاني هو الدافع للنجاح أو الفشل.

وانه يرتبط الضبط الذاتي بمفهوم وجهه الضبط ويعنى في هذا الموضوع ميل الفرد إلى غزو نتائج الأحداث المتضمنة لخبرات النجاح أو الفشل إلى العوامل الذاتية أو الشخصية مثل القدرة الذاتية أو المهارة والجهد ، أو إلى العوامل البيئية الخارجية مثل الحظ أو الصدفة أو صعوبة المهمة .

دافعية الإنجاز الرياضي

مفهوم دافعية الإنجاز الرياضي :

أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي إلى أن وصول اللاعب الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية يتأسس على ما يطلق عليه دافعية الإنجاز الرياضي sport achievement motivation والتي يقصد بها استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف علم النفس الرياضية .

وهي أيضا استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف علم النفس الرياضية .

أن دافعية الإنجاز هي الدافعية للتفوق وتعتبر من أقوى الدوافع التي تكمن خلف كل نجاح ، ولا شك أن معرفتنا أن الخصائص المرتبطة بالأفراد ذو الإنجاز المرتفع تمثل أهمية كبيرة وتزداد الحاجة لهذه الأهمية في الأداء الرياضي بان تقوم بتحليل سلوك اللاعبين واللاعبات بغرض تحديد مدى توافر هذه الصفات .

وهي استعداد اللاعب للاقتراب من موقف المنافسة إيجابياً ويتضمن ذلك عدة مفاهيم مثل الرغبة في التفوق والسعي الجاد المخطط دافعيًا لإنجاز النجاح في المنافسة الرياضية .

وهي الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها في التدريب والمنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات .

أهمية دافعية الإنجاز والمنافسة للاعب الرياضي :-

هناك بعض الجوانب العامة التي يتميز بها سلوك الإنجاز ومن بين أهم هذه الجوانب ما يلي:

١- اختيار السلوك .

بأنه قرار الفرد بالاتجاه نحو سلوك معين من بين مجموعه من الاختيارات ويفترض أن هذا الاختيار يتحدد عن طريق توقع الفرد للنجاح في نوع النشاط الرياضي الذي يختاره للممارسة الإيجابية فكأن الاختيار يتحدد عن طريق توقعات الأداء والقيمة التي يدركها الفرد وقدراته واستعداداته .

٢- شدة السلوك .

يقصد بها القوة المميزة للسلوك أو المستوى ودرجة تنشيط السلوك ، ويلاحظ في الرياضة أن هناك اعترافا وتقديرا للاعب الذي يبذل المزيد من شدة الجهد في التدريب أو المنافسات الرياضية .

٣- المثابرة على السلوك .

أن المثابرة على السلوك هي مدى الفترة التي يمكن فيها استمرار أو دوام السلوك ، فكأن المثابرة على السلوك تعنى استمرارية اللاعب في الممارسة الرياضية وانجذابه نحو الاشتراك في التدريب والمنافسات وتحقيق أفضل مستوى ممكن .

أن نتائج الدراسات والبحوث في مجال دافعية الإنجاز قد أظهرت أن الرياضيين الذين يتميزون بدرجة من سمة دافعية الإنجاز يظهرون قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم ويتميزون في أعمالهم وأدائهم بمعدل مرتفع ويتميزون بالاستقلالية وتحمل المسؤولية فيما يقومون به من أعمال .

عوامل الدافعية المؤثرة في الإنجاز الرياضي :-

أن دافع الإنجاز يعرف بأنه المنافسة من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن وقد يستخدم أحيانا مصطلح الحاجة للإنجاز ليعبر عن دافع الإنجاز بشكل عام ، وهناك خصائص عامة تميز الأشخاص الذين يتميزون بدرجة عالية من الإنجاز في أنشطة الحياة المختلفة ومنها النشاط الرياضي يمكن الإشارة إليها فيما يلي:-

- ١- يظهرون قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم .
- ٢- يظهرون نوعية متميزة في الأداء .
- ٣- ينجزون الأداء بمعدل مرتفع .
- ٤- يعرفون واجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين .
- ٥- يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة .
- ٦- يتحملون المسؤولية فيما يقومون به من أعمال .

مكونات دافعية الإنجاز الرياضي :

أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي إلى أن أهم المكونات الشخصية لدافعية الإنجاز الرياضي هما :

١- دافع إنجاز النجاح .

وهذا الدافع يمثل الدافعية الداخلية للاعب للإقبال نحو أنشطة معينة ويدفعه لمحاولة تحقيق التفوق وبالتالي الإحساس والشعور بالرضا والسعادة ويمكن اعتبار هذا الدافع من السمات

الشخصية للاعب ، ويتأثر بالمتغيرين التاليين :

أ- احتمال النجاح .

من أهم المؤثرات على دافع إنجاز النجاح ودرجة الاقتناع الذاتي لإمكانية الوصول إلى هدف معين أو تحقيقه فإذا كانت درجة الاقتناع الذاتي كبيرة لدرجة يمكن معها القول بأن هذا الهدف المعين يسهل تحقيقه فإن ذلك لا يساعد على إمكانية التأثير على دافع إنجاز النجاح بدرجة كبيرة .

ب- جاذبية تحقيق الهدف .

تعتبر جاذبية الهدف من أهم مكونات دافع إنجاز النجاح ، وهذا يعنى قيمة العائد من تحقيق الهدف فكلما ارتفع العائد الاجتماعي (القيمة الاجتماعية) المرتبط بالهدف ارتفعت درجة جاذبيته .

٢- دافع تجنب الفشل :

وهو تكوين نفسي يرتبط بالخوف من الفشل الذي يتمثل في الاهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الأداء والوعي الشعوري بانفعالات غير سارة مما يسهم في محاولة تجنب أو تحاشي مواقف الإنجاز الرياضي