

دافعية الانجاز الرياضي

Motivation d'accomplissement

تمهيد /

في المجال الرياضي يمكن اعتبار أن موقف المنافسة الرياضية من بين أهم مواقف الانجاز الرياضي ، حيث يعتبر بمثابة موقف انجاز قوي أو خاص من الأداء للرياضي .ولا شك هذا الانجاز و التفوق الرياضية يكون نتيجة الدافع الانجاز الرياضي التي تحرك سلوك الفرد ببذل الجهد و السعي من أجل تحقيق الفوز و النجاح في الرياضة خاصة في المواقف التنافسية المهمة للفرد الرياضي دون أن نبتعد عن الممارسة النشاطات الرياضية داخل المؤسسات التروية لأنها تتطور هذه الدوافع وتتجه من العام إلى الخاص وهذا من منطلق الدافعية الرياضية إلى الدافعية الانجاز حيث لها دور كبير في تنمية المشاعر القوية نحوى تكوين و تطورا لأهداف المكونة للدوافع الفرد تجاه النشاط الرياضي المرغوب فيه خارج إدارة الصف بغض النظر عن دافعية الانجاز في التحصيل الأداء ونتائج المنافسات داخل النشاط المدرسي الرياضي .

1- مفهوم دافعية الانجاز الرياضي :

تعتبر كتابات "هنري ميوري" من الكتابات المتعلقة بالدافعية الانجاز و التي أشار إليها في كتابه " استكشافات الشخصية " ضمن القائمة الكبيرة من الاحتياجات .

وأشار هول ولنذري إلى دافعية الانجاز أو الحاجة إلى الانجاز و التي يقصد بها طبقا لمفهوم ميوري وهي تحقيق شيء صعب و التحكم في الموضوعات المادية الفيزيقية أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها وتنظيمها وأداء ذلك بأكبر قدر ممكن من السرعة، أو الاستقلالية للتغلب على العقبات وهذا لتحقيق مستوى مرتفع والتفوق على الذات عن طريق الممارسة الناجحة .

ويمكن تحديد النظر إلى الدافعية الانجاز على أنها تمثل " السعي و الكفاح نحوى مستوى معين من الامتياز - أو التنافس الفرد مع أدائه السابق و محاولة السعي و الكفاح انجاز منفرد و المثابرة على ذلك الجهد طويل المدى والسيطرة في الأداء المتميز بالصعوبة " .

وفي ضوء ما تقدم يمكن تعريف الدافعية الانجاز بصفة عامة بأنها استعداد الفرد للتنافس في موقف من موقف الانجاز في على غرار نوع معين من النشاط و المثابرة من أجل التفوق والامتياز عن طريق اظهار قدرات كبيرة من الإجهاد و المثابرة كتعبير عن النضال و الكفاح من أجل الفوز والامتياز في مواقف التنافسية الرياضية .

بعض الباحثين في علم النفس الرياضي استخدموا مصطلح التنافسية للإشارة إلى الدافعية الانجاز الرياضي .لأن موقف المنافسة الرياضية في مجال الرياضي من بين أهم مواقف الانجاز الرياضي وهو بمثابة انجاز قوي .

ومن مواقف دافعية الانجاز في الموقف التنافسية الصعبة أحيانا نجد خاصة في المواقف التنافسية في ألعاب القوى أو منافسة الملاكمة أو الجودو تحدث إصابة للخصم غير بالغة الخطورة رغما ذلك يصمد المنافس المصاب إلى نهاية المنافسة سعيا من أجل تحقيق الفوز و النجاح وأحيانا يتحقق الفوز بفضل الإرادة القوية النابعة من دافعية .

وبشير كوكس 1994 إلى أن استعداد اللاعب قد يكون سلبيا بالعمل على تحاشي موقف المنافسة أو الانسحاب .أما الاستعداد الايجابي فيتضمن الدافع الداخلي ، مما يدفع اللاعبين إلى تخصيص جهد ووقت كبير من حياتهم من أجل انجاز أهداف معينة .

2- عوامل الدافعية الانجاز المؤثرة في الإنجاز الرياضي :

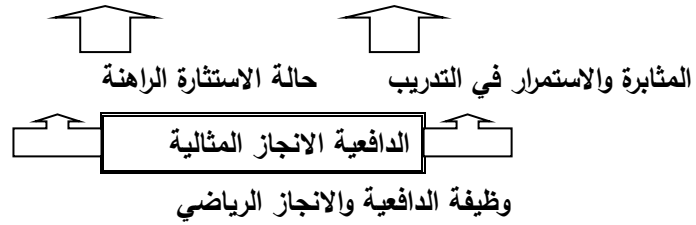
يعرف الدافع الانجاز بأنه المنافسة والمثابرة من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن في المواقف التنافسية .وقد يستخدم أحيانا مصطلح الحاجة للإنجاز أو التوجهات الانجازية ليعبر عن دافع الانجاز . ويندرج دافع الانجاز بشكل عام تحت حاجة كبيرة تكون أشمل وأعم وهي الحاجة إلى التفوق في الانجاز .

ويدو هناك خصائص عامة تميز الأشخاص الرياضيين الذين يمتازون بدرجة عالية جدا من الانجاز في النشاط الرياضي الممارس ونذكر منها :

- ✓ يظهرون قدر كبير من المثابرة في أدائهم.
- ✓ لديهم نوعية متميزة وعالية في مستوى الأداء.
- ✓ ينجزون الأداء بمعدل مرتفع.
- ✓ يعرفون واجباتهم ويتميزن باليقظة دون الاعتماد على توجهات الآخرين بدرجة عالية.
- ✓ يتسمون بالواقعية في المواقف التي الحرجة التي تتطلب المخاطرة أو المغامرة .
- ✓ يتحملون كامل المسؤولية على ما يقومون به من أعمال وأداء وخاصة في المواقف الضاغطة .
- ✓ يحبون الاطلاع على نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم وتحسينها وتطويرها فيما يتطلبه الأمر نحوى الأفضل.
- ✓ يلجئون إلى المواقف التي تتطلب التحدي ويتطلعون عليها.

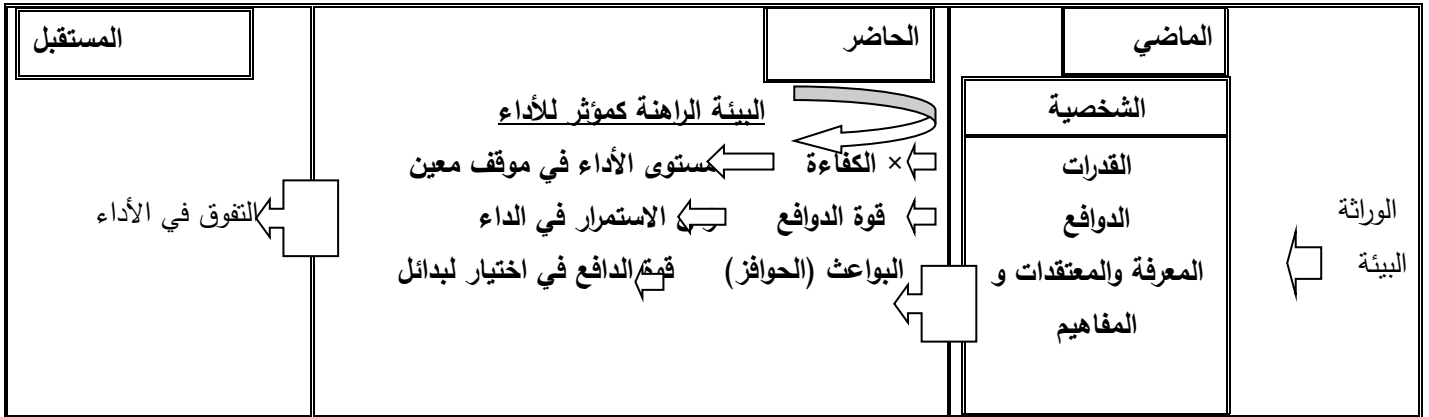
جدول رقم 01 - خصائص ذوي دافع الانجاز المرتفع

إن الكفاءة العالية في مستوى الأداء للمهارات هو نتاج تطوير الاستعداد و القدرة على الأداء الجيد في المنافسات
مستوى الانجاز الفائق = مستوى المهارة × استعدادات الاختبار (الموقف التنافسي الضاغط)



ويعتبر **أتكنسون ATKINSON** 1974 واحد من العلماء الذين اهتموا بدراسة والبحث في الدافعية الانجاز، وقد قدم نموذجا مقترحا لعوامل الدافعية وعلاقتها بالتفوق (الانجاز) في الأداء

العلاقة الديناميكية بين عوامل الدافعية و التفوق الرياضي في الأداء



شكل نموذج لعوامل الدافعية المؤثرة في الأداء الرياضي

3- سلوك الانجاز:

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

1) اختيار السلوك:

الاختيار في سلوك الانجاز يرجع قرار الفرد نفسه باتجاه نحو سلوك معين من مجموعة من الاختيارات وهذا ما يجعلنا أن نطرح تساؤل لماذا يختار الفرد ممارسة الجودو في حين يختار فرد آخر ممارسة السباحة أو الألعاب القوى وهكذا . ويفترض هذا الاختيار يتحدد عن طريق توقع الفرد للنجاح في نوع النشاط الذي يختاره وهذه تفسر إمكانية التوقع والكفاءة و النجاح كما يدكها بنفسه الفرد الرياضي وهذه

ترجع إلى المواهب الذي يكتسبها الفرد من صغره والكفاءة الجهاز الحركي العالية الذي يكتسبها ويمتاز بها مورفولوجيا وفسولوجيا التي تقوده إلى الثقة بالنفس العالية.

(2) شدة السلوك :

يقصد بشدة السلوك القوة المميزة للسلوك أو مستوى درجة التنشيط السلوك و التساؤل هنا يطرح لماذا لماذا ممارس رفع الثقال يزاول التدريبات البدنية مرتفعة الشدة ومتسابق المرطون يتدرب لساعات كبيرة وكذا السباح الذي يتدرب بمعدل يصل إلى 6 ساعات في الماء يوميا ويقطع أميال كبيرة في السباحة . في حين البعض الآخر لا يقوى على مثل هذا النوع من التدريبات المتميزة بشدة العالية أو شدة السلوك .

ويلاحظ في رياضة أن هناك اعترافا و تقديرا للاعب الذي يبذل من الشدة الجهد في التدريب و المنافسات الرياضية وفي ضوء ذلك أنه يتميز بدرجة عالية من دافعية الانجاز .

فأشارت دودا Dooda1980 على سبيل المثال أن اللاعب الذي يتميز بدافعية الانجاز عالية يميل إلى مزاوله التدريب الرياضي الذي يتميز بالشدة العالية و الحجم مرتفع ويستمر في التدريب حتى بعد الانتهاء الفترة التدريبية .

(3) المثابرة على السلوك:

يقصد بالمثابرة على السلوك مدى الفترة التي يمكن فيها استمرار أو دوام السلوك الرياضي حتى لفترات طويلة أو قصيرة حسب أسلوب التدريب في الموسم الرياضي. وهذا تعني المثابرة على السلوك هي استمرارية اللاعب في الممارسة الرياضية وانجذابه نحو الاشتراك في التدريب و المنافسات هذا لتحقيق أضل مستوى .في حين الافتقار إلى المثابرة تؤدي إلى الانعزال والانسحاب.

4- الخصائص الشخصية لدافعية الانجاز العالي:

تعتبر دافعية الانجاز الأكثر أهمية في نظام الرياضي ومن بين الخصائص الشخصية للاعب وتتسم بانقاط التالية :

- يهتم اللاعب بالانجاز الرياضي و التفوق على مستوى قدرات أدائه.
- يميل اللاعب إلى المواقف التي يستطيع التحكم فيها على غرار النشاط الذي يميل إليه.
- يصنع أهدافا لنفسه طويلة وقريبة وطويلة المدى المستقبلية ويكافح من تحقيق هذه الأهداف حسب مستواها
- يملك اللاعب القدرة من الدافعية المثالية والانجاز وعامل الثقة بالنفس.
- يميل اللاعب إلى زيادة الشدة في السلوك عقب خبرة الفشل .
- يسعى اللاعب لمحاولة فهم الذات وتحقيق الذات من خلال الاشتراك في المواقف التنافسية .
- يميل اللاعب إلى التعلم ويتجاوب مع المواقف التي يضعها المدرب في أسرع وقت وإصلاح الأخطاء المرتكبة بصورة ذاتية .
- يسعى اللاعب إلى انتقال وتأهيل إلى المستويات العالية والفرق ذات المستوى العالي ويميل إلى صنع واكتساب الشهرة.

5- نظريات ونماذج دافعية الانجاز :

منذ الخمسينيات ظهرت الدراسات والنظريات لمحاولة دراسة الانجاز ومحاولة تفسير دافعية الفرد في موقف الانجاز وخاصة في المواقف الأكاديمية و التعليمية أو المهنية والرياضية .

❖ نظرية حاجات الانجاز في الرياضة :

تم تقديمها من قبل ماكلياند - أتكسون 1961-1974 للتطبيق في مجال التعليمي وخاصة بالنسبة للانجاز المعرفي ولاقت اهتمام كبير ثم حاولوا الباحثين اقتباسها والاستفادة منها في المجال الرياضي .وهذه النظرية تشير إلى دافعية الانجاز وهي بمثابة استعداد الفرد لموقف خاص من مواقف الانجاز وهي المواقف التي يتوقع فيها الفرد أنه سيتم تقييم أدائه لمختلف الحالات مثل

المجال التعليمي الأكاديمي التحصيل الدراسي - اختيار المهنة أما في المجال الرياضي فيعتبر الموقف التنافسي الرياضي من أهم المواقف الانجاز .

نظرية حاجات الانجاز في المجال الرياضي تشير إلى استعداد اللاعب للإقبال في موقف من المواقف الانجاز الرياضي أو في المواقف التنافسية الرياضية. وهي تدخل في نطاق رغبة اللاعب على حب التفوق و الإصرار على النجاح والتميز ويمكن صياغة هذه النظرية في المحددات التالية:

- الدوافع الشخصية
- العوامل الموقفية للاختبار
- النتائج المتوقعة (التوقعات)
- المحصلة النهائية لدافعية الانجاز (سلوك الانجاز)

6 عوامل الشخصية تساعد في تحديد مستوى دافعية الانجاز الرياضي :

- مستوى الطموح
- الحاجة للتفوق والانجاز في الرياضة
- الحاجة إلى استحسان الاجتماعي (ثقافات المجتمع و النظرة الاجتماعية نحو رياضة معينة)
- الرغبة في تفادي الفشل و النجاح ذ
- مستوى القلق الرياضي : مستوى القلق مرتفع يتصف بالتعلم المهارات أفضل إذا كانت الدافعية منخفضة و العكس من ذلك الرياضي أقل قلق يؤدي مهارات بشكل أفضل عندما تكون دافعية مرتفعة
- مصادر الدافعية الخارجية و الداخلية الذاتية (تأثير الحوافز)
- مفهوم الذات نضرة الرياضي ايجابية نحو نفسه حتما تكون الدافعية ضرورية في تحقيق الهدف الانجاز .

• المراجع

- أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ط1 2004
- كامل أسامة راتب : علم النفس الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1995
- اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة 2007
- كامل أسامة راتب : تدريب المهارات النفسية ' دار الفكر العربي ، القاهرة 2000
- صالح الزعبي و ماجد الخياط : علم النفس الرياضي ' دار الربية للنشر و التوزيع ، الأردن ، عمان ، ط1، 2012
- د- أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه خليفة : النمو والدافعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 2008