

الدافعية كمحدد من المحددات النفسية في المجال الرياضي

د. كميلة سيدر¹ *

¹ جامعة البويرة - الجزائر

k.sider@univ-bouira.dz

د. لبنى سفاري²

² جامعة المسيلة - الجزائر

loubna.seffari@univ-msila.dz

تاريخ القبول: 2024/07/07

تاريخ الارسال : 2024/06/03

ملخص:

يعد موضوع الدافعية واحد من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لإهتمام الباحثين في علم النفس ولاسيما على النفس الرياضي، فكل سلوك وراءه دافع، أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة. وفي المجال الرياضي فإستشارة الدافع الرياضي يحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم المهارات الرياضية والتدريب عليها بغرض إتقانها. وتعرف الدافعية في المجال الرياضي بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين، ولاعتبار أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد فغالبا ما يكون نتيجة عدة دوافع متداخلة ومتعددة، فإن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعددتها نظرا لتعدد أنواع النشاط الرياضي ولتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الرياضة.

* المؤلف المرسل: د. كميلة سيدر، الايميل: k.sider@univ-bouira.dz

ونظرا للأهمية البالغة لمفهوم الدافعية، ارتأينا تناولها كمحدد من المحددات النفسية في المجال الرياضي من خلال هذه الورقة البحثية.

الكلمات المفتاحية: الدافعية، المحددات النفسية، المجال الرياضي

تعرف الدافعية في المجال الرياضي بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين، ولاعتبار أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد فغالبا ما يكون نتيجة عدة دوافع متداخلة ومتعددة، فإن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعدد نظرا لتعدد أنواع النشاط الرياضي ولتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الرياضة.

فالدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي من نظم وتطبيقات سيكولوجية لإعتبارها محدد من المحددات النفسية في المجال الرياضي، وهذا ما سنبينه من خلال هذه الورقة البحثية.

الإطار المفاهيمي:

1. الدافعية: يعرفها "ميشال بوي Michel Bouet (1963) بأنها عنصر النشاط والتوجع وبأكثر دقة فهي تحدد السلوك كنشاط موجه (Bouet, 1963, P04).
كما يعرفها ريموند توماس Raymond Thomas (1994) بأنها مصطلح عام يرتبط بتنظيم سلوك، إرضاء الحاجات والبحث عن الأهداف (Thomes, 1994, P32)
أما موراي Murray (1938) فعرّفها بأنها مجهودات الشخص للسيطرة على المهمة والإنجاز الجيد، وتخطي العقاب، والأداء أفضل من الآخرين والتدريب لإكتساب المهبة (عبد الحفيظ، 2004، ص 166)
وأشار فولراند وتيل Fleurance et Thil (1993) في تعريفها للدافعية إلى أنها ذلك التركيب الافتراضي الذي يستعمل لوصف القوى الداخلية والخارجية التي تقوم على تحريك سلوك الفرد وتوجيهه وتحديد شدته والتصميم على إنجائه (Thil et fleurance, 1993, P95)
أما فرنانديز Fernandez (1990) فيقول أن الدافعية ليست سمة أو خاصية من خصائص الشخصية، بل هي قوة تنطلق من الرغبة وتتجه نحو الطموحات (Fernandez, 1990, P06).

1. أنواع الدافعية في المجال الرياضي:

قسم "روديك rudic" الدوافع التي تعمل على توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي إلى دوافع مباشرة وأخرى غير مباشرة تتمثل فيما يلي:

1.2- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي: تتلخص فيما يلي:

- ❖ الإحساس بالرضا كنتيجة للنشاط الرياضي.
- ❖ تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.
- ❖ المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال مهارة الحركات الذاتية للفرد.
- ❖ الشعور بالإرتياح كنتيجة للتدريبات الصعبة، والتي تتطلب شجاعة وجرأة وقوة إرادة.
- ❖ الإشتراك في المنافسات الرياضية والتي تعتبر ركنا هاما مامن أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات إنفعالية متعددة.

2.2- الدوافع غير مباشرة للنشاط الرياضي: تتلخص فيما يلي:

- ❖ رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
 - ❖ إكتساب الصحة والياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي، والذي يتمثل في حضور حصص التربية الرياضية أثناء مراحل التعليم المختلفة.
 - ❖ الوعي بالدور الاجتماعي للرياضة من خلال الإشتراك الفرد في النشاط الرياضي والإنتماء لجماعة معينة وتمثيلها رياضيا. (علاوي، 1992، ص161).
- كما قسم المعتمين بعلم النفس الرياضي الدافعية إلى نوعين أساسين هما الدافعية كسمة والدافعية كحالة.
- الدافعية كسمة: تعرف الدوافع كسمة بأنها تلك الدوافع التي يمتلكها الفرد أو يكتسبها من خلال العوامل المختلفة التي تؤثر فيه طول حياته فتنتجع في سلوكاته وتصرفاته.

- الدافعية كحالة: هي تلك الأسباب التي تخلق في الرياضي الحيوية والنشاط المطلوب للقيام بالمهام الملقاة على عاتقه ولتحقيق الأهداف المسيطرة أثناء القيام بهذا النشاط أو أثناء التحضير له، وقد يكون قبل المنافسة أو أثناءها أو مباشرة بعدها (قمرأوي، 2009).

2. وظائف الدافعية في المجال الرياضي:

قدم كل من كراتي Crary (1973) وفيشر وكرايج ficher & Craige (1976) تفسيراً للدافعية من خلال تحديد وظائفها والمتمثلة فيما يلي:

- ✓ الوظيفة التوجيهية: ترتبط هذه الوظيفة بالبحث لماذا يختار اللاعب نشاطاً رياضياً معيناً، ويهمل الأنشطة الأخرى؟ فهذه الفئة تقع في دراسة الحوافز والحاجات والبواعث والدوافع.
- ✓ الوظيفة التنشيطية: ترتبط هذه الوظيفة بالبحث لماذا يؤدي اللاعب أداءً معيناً مع اختلاف درجة الشدة، وتعالج هذه الفئة السلوك الذي يعد و ينشط و يستشير اللاعب نحو الأداء، وهي ترتبط عادة بالجانب الوجداني للدافعية.

وفي الأخير فوظيفة الدافعية هي السعي الدائم الاجابة عن الأسئلة الثلاثة التالية:

1- ماذا نقرر أن نعمل.

2- ماهو مقدار تكرار العمل.

3- ماهي كيفية إجادة العمل.

(راتب، 1990، ص.ص. 25-26)

4- أهداف الدافعية في المجال الرياضي: تتمثل في:

- * الكشف عن الفروق الفردية الضرورية لتفسير سلوكيات الأفراد في أوقات حدوثها.
- * تحديد العناصر التي لها دخل في النشاط الرياضي و التي بمعرفتنا لتجاوب الفرد معها. (قمرأوي، 2009، ص 74).

5-عوامل الدافعية في المجال الرياضي:

ولتخصيص العوامل التي تعتبر مصدرا لدوافع الرياضيين، اخترنا عرض بعض أعمال و دراسات لباحثين في علم النفس الرياضي، نذكر منها:

5-1- دراسة موراي (Murry 1938) و التي تهدف إلى تحديد الأسباب (العوامل) التي تؤدي إلى ممارسة الرياضة، فتوصل على إثرها إلى تحديد مجموعة من الدوافع وهي: الانجاز -الظهور- الدفاع- السيطرة- الاستقلالية- العدوانية-الانتماء- اللعب-التركيب والتنظيم-التغذية-المعرفة-العرض.

5-2- دراسة بووي (Bouet 1969) باستخدام المقابلة و الاختبارات الاسقاطية و التي طبقها على 1934 رياضي، بحيث توصل إلى تحديد إحدى عشر دافعا تكون الثلاثة الأوائل أساسية وهي الحاجة إلى صرف الطاقة التي هي مصدر الاحساس بالقوة.

-اثبات الذات،الرغبة في الظهور، الرغبة في تحقيق الذات.

-البحث عن تعويضات و الراحة و التفوق على عاهة حقيقية أو خيالية.

-الرغبة في الفوز

-الطموح لتصدير البطولة.

-العدوانية و الكفاح.

-حب الطبيعة

- حب المخاطر

-هواية المخاطرة.

وهناك دراسات أخرى كدراسة محمد حسن علاوي (1970)، فانيك وجريتي Vanek

etGretty (1972) جابليز Gabler (1976)، زاندر Zander (1980) بيت Piet

(1987) ... الخ (قمرأوي، 2009).

و التي بينت أن أسباب الانجازات تنمو كلما ترقى الرياضي إلى مستويات أعلى في الممارسة.

- لاعتبار الدافعية محدد من المحددات النفسية في المجال الرياضي يرجى أخذه بعين الاعتبار في ترقى الرياضي إلى مستويات أعلى من الانجاز وعليه سنقدم مجموعة من التوصيات في هذا الملتقى:
- العمل على إثارة الدوافع العامة ذات العلاقة بالنشاط الرياضي كدافع الانتماء و الاستطلاع و التنافس و الحاجة إلى التقدير وكذا دافع الانجاز الرياضي عن طريق استخدام تقنيات نفسية مثل الحديث الداخلي الذي يساهم في زيادة الدافعية نحو النجاح الرياضي.
 - العمل على إعادة بعث الدافعية عند اللاعب الذي فقد الرغبة في ممارسة رياضة ما وهذا لجعله أكثر حماس و اندفاعا.
 - الاعتماد على الدافعية كعامل يكشف عن الفروق الفردية بين الرياضيين في اختيارهم لرياضة ما.

Conclusion:

To consider motivation as one of the psychological determinants in the field of sports, please take it into account in the athlete's rise to higher levels of achievement, and therefore we will present a set of recommendations at this forum:

- Work on raising the general motives related to sports activity, such as the motivation of belonging, reconnaissance, competition, the need for appreciation, as well as the motivation of sports achievement through the use of psychological techniques such as internal talk, which contributes to increasing motivation towards sports success.
- Working to restore motivation to the player who has lost the desire to practice a sport, and this is to make him more motivated and impulsive.
- Dependence on motivation as a factor reveals the individual differences between athletes in their choice of a sport.

قائمة المراجع:

- 1- إخلاص، محمد عبد الحفيظ،(2004)، علم النفس الرياضي، الأهرام : الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- 2- راتب، أسامة كامل،(1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 3- علاوي، محمد حسن، (1992)، علم النفس الرياضي (ط.7). القاهرة: دار المعارف.
- 4- قمرأوي، محمد.(2009). المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي، جامعة وهران السائبة: رسالة دكتوراه دولة في علم النفس العام.
- 5-Thomas ,Raymond.(1994).La préparation psychologique du sportif.Paris :vigot.
- 6-Bouet,Michel.(1963).Motivation,traité de psychologie expérimentale.PUF ?Tome5.
- 7-Thil,Edourad, et Fleurance,Philine.(1993).Guide pratique de la préparation psychologique du sportif.
- 8- Fernandez, Louis,(1990) ;LES Dossiers des vainqueur :La motivation, PARIS.les cahiers de l'insep,n°08.

Motivation as a psychological determinant in the sports field

Kamila SIDER¹

¹ University of Bouira-Algerie

k.sider@univ-bouira.dz

Loubna SEFFARI²

² University of M'sila-Algeria

loubna.seffari@univ-msila.dz

Abstract:

The topic of motivation is one of the most important and interesting topics in psychology for researchers in psychology, especially sports psychology, as every behavior has a motive behind it, that is, behind it lie certain motivational forces. In the sports field, stimulating sports motivation urges the athlete to exert the effort and energy necessary to learn and train sports skills with the aim of mastering them. Motivation in the sports field is defined as the athlete's willingness to exert effort in order to achieve a specific goal, and considering that an individual's behavior does not result from a single motive, it is often the result of several overlapping and multiple motives. The motives associated with sports activity are characterized by their multiplicity due to the multiplicity of types of sports activity and the multiplicity of goals that can be achieved. Achieved through exercise. Given the extreme importance of the concept of motivation, we decided to address it as a psychological determinant in the sports field through this research paper.

Keywords: motivation, psychological determinants, sports field