

דף הבית < אודות המכללה < פרסומי המכללה < כתב העת "בתנועה" < כרך ו' חוב' 1
(מאי, 2001) <

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

מוטיבציה לעיסוק בספורט: לאור תיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית

במאמר זה מוצגת גישה חדשה לנושא המוטיבציה לעיסוק בספורט. גישה זו מעוגנת בתיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית. (Kreitler & Kreitler, 1972, 1976, 1982) שהיא תיאוריה קוגניטיבית כללית של מוטיבציה שמטרתה להסביר, לנבא ולשנות התנהגויות של בני אדם. תיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית שייכת למשפחת התיאוריות המייחסות לקוגניציה תפקיד בסיסי וראשוני בהתנהגות. עם זאת היא מדגישה במידה שווה ומספקת את הצד המוטיבציוני, כמו גם את הצד הביצועי של ההתנהגות, הלכה למעשה. הצד התיאורטי מעוגן היטב במחקרים אמפיריים רבים ובהוכחות מחקריות. היא מוצגת בארבעה שלבים, כשכל שלב מאופיין בשאלה ובתשובה (למרות שאין בפועל שום שאלות ותשובות ואין מי ששואל או עונה). השלבים זורמים האחד לעוקב אחריו, ואין הבחנה ברורה וחדה בין השלבים, מדובר רק בדרך ההצגה של התהליכים. תיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית כתיאוריה קוגניטיבית של מוטיבציה אינה מניחה שהכל בהתנהגות הוא קוגניטיבי או שאין בהתנהגות משהו שונה מקוגניציה. התיאוריה מניחה כי תכנים ותהליכים קוגניטיביים ממלאים תפקיד מכריע בקביעת כיוון ההתנהגות, אך בנוגע לביצוע, הם ממלאים בעיקר תפקיד של בקרה. התהליכים המהווים את ההתנהגות עצמה אינם קוגניטיביים אלא מוטוריים, פיזיולוגיים, רגשיים וכו'. הם קוגניטיביים רק במקרה שמדובר בהתנהגויות קוגניטיביות כגון: פתרון בעיה או תכנון. כן חשוב להדגיש כי המונח "קוגניטיבי" אין פירושו שמדובר בתהליכים ובתכנים מודעים או רציונליים או שההבחנה בין הכוונה לבין הביצוע משמשת בסיס להנחה העיקרית של תיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית והיא שתכנים ותהליכים קוגניטיביים מכוונים התנהגות. להנחה זאת יש גילויים שונים לגבי שני המרכיבים הבסיסיים של ההתנהגות - הכוונה והביצוע. בפסיכולוגיה מתייחסים לכוונה ולביצוע באמצעות מושגים שונים. להבחנה בין כוונה לבין ביצוע יש ביסוס פיזיולוגי, כמו גם ביסוס פסיכולוגי. הביסוס הפיזיולוגי מתבצא בכך שיש מרכזים שונים במוח שבהם מתבצעים התהליכים הכרוכים בגיבוש הכוונה או הביצוע של ההתנהגויות. בנוסף, יש עדות להפרעות המתבטאות רק בכוונה או רק בביצוע. הביסוס הפסיכולוגי מתבטא בכך שתהליכים ותכנים פסיכולוגיים שונים כרוכים בעיצוב הכוונות והביצועים, שיש גילויים התנהגותיים שונים לכוונות ולביצועים, ושמפיעות הפרעות מסוגים שונים בכוונות ובביצועים. בנוגע לפעילות ספורטיבית ניתן להבחין בין הנטייה לעסוק בספורט, העניין בתחום, הרצון או החשק לעסוק בו, לבין עצם הביצוע הכרוך בבחירה של תחום פעילות מסוים וכן בהגשמת העניין הלכה למעשה. ההבחנה בין שני המרכיבים מאפשרת לראות שאין בהכרח הצמדה קבועה מראש ביניהם. ההשלכה מכך היא שתיתכן הופעת כוונה מבלי שתהיה מוצמדת לביצוע, ייתכן למשל, שאדם יהיה מעוניין בספורט ויביע את רצונו לעסוק בספורט, אך הדבר לא יגיע בהכרח להגשמה, הלכה למעשה. כמו-כן, ההבחנה מאפשרת להכיר בכך שאותה כוונה יכולה להתבטא בפועל באמצעות התנהגויות שונות, כמו עיסוק בענפי ספורט שונים.

לתיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית יש יתרונות רבים באשר לעיסוק בספורט. ראשית, זיהוי משמעותיות העומק המהוות את התשתית המוטיבציונית של העיסוק בספורט יאפשר לנבא באיזו אוכלוסייה נטייה רבה או פחותה לעסוק בספורט, ובהתאם לכך לכוון את ההשקעות בפיתוח התחום. כמו כן, יהיה אפשר לדעת מראש אם ניתן לגשת באורח ישיר לפיתוח הפעילות הספורטיבית או אם נדרשת הכנה של תשתית מוטיבציונית. והחשוב ביותר הוא שיהיה ניתן לדעת על סמך תיאוריית האוריינטציה הקוגניטיבית כיצד לפתח את התשתית המוטיבציונית כדי לשלב בפעילות הספורטיבית גם אוכלוסייה שהייתה מלכתחילה חסרת מוטיבציה לפעילות כזאת.

