

تعریف انگیزه و انواع آن

مقدمه

ما در محل تحصیل یا کارمان پیوسته رفتارهای گوناگون دیگران را می بینیم. برخی همچنان که شادابی در چهره هایمان نمایان است، با گام هایی استوار حرکت می کنند. برخی دیگر، گویا کوله باری از غم و غصه بر دوش هایشان توان حرکت را از آنان گرفته، گام هایی آهسته و بی جان بر می دارند. این حالت ها را در کودکان و نوجوانان نیز می بینیم. برخی با شادابی درس می خوانند، در حالی که برخی دیگر چنین نیستند. به راستی این تفاوت رفتار از چه ناشی می شود.

روان شناسان دلیل این تفاوت ها را در انگیزه ی رفتار جست و جو می کنند. ایشان انگیزه را عاملی می دانند که به فرد نیرو و توانایی می دهد. به عبارت دیگر، همه ی رفتارهای ارادی بشر به دلیل خاصی پدید می آید که می توان آن را انگیزه (۱) خواند. از سوی دیگر، برخی نقش اساسی را در ایجاد آدمی از آن نیت و اراده دانسته اند که در این فصل به تبیین آن می پردازیم.

تعریف انگیزش

پیش از پرداختن به مفهوم انگیزش، مناسب است مفهوم انگیزه نیز تبیین شود. انگیزه، در لغت به معنای سبب و دلیل و چیزی است که کسی را به کاری وادار می کند. در اصطلاح نیز مفهومی است که دو جنبه در آن لحاظ شده است. از یک سوی، محرک رفتار است که همان عامل و نیروی درونی است و رفتار فرد را موجب می شود و از سوی دیگر، دارای نتیجه و هدف است که همیشه از جنبه ی تأثیر در رفتار، به هدفی توجه دارد؛ چرا که هیچ رفتاری بدون انگیزه انجام نمی شود. بنابراین، می توان گفت انگیزه، مفهومی دو منظوره است که از سویی، به محرک رفتار و از سوی دیگر، به نتیجه و هدف رفتار اشاره دارد. (۴) شاید بتوان آن را چنین تعریف کرد: « عاملی درونی که موجب رفتار فرد می شود».

انگیزش نیز در لغت به معنای تحریک و ترغیب است. (۵) برای انگیزش تعریف های فراوانی شده است. (۶) که به یکی از آنها بسنده می کنیم: « انگیزش حالت روانی انسان است که او را در جهت خاصی تجهیز کرده، به انجام رفتارهایی مشخص وادار می کند. » (۷) نکته ی مهم در این تعریف،

وجود حالي دروني است که شخص را براي انجام کاري بر مي انگيزاند و مي توانيم آن را انگيزه بناميم که عملي دروني به شمار مي آيد. بنابر اين، انگيزه، عملي دروني است که انسان را به حرکت و مي دارد و انگيزش، حالي است که در اثر دخالت انگيزه به انسان دست مي دهد. (۸) از سوي ديگر، انگيزه خود ممکن است از عامل يا محرکي خارجي متأثر باشد. براي مثال، فرد با ديدن غذا، به غذا ميل پيدا کند يا با شنيدن فریاد کسي، در پي صدا برود. عامل خارجي برانگيزته شدن فرد براي خوردن غذا يا حرکت کردن، ديدن غذا يا شنيدن فریاد بوده است. همچنين انگيزه، ممکن است از نيازها، شناخت ها و هيجان ها ناشي شود که نمودار زير، رابطه ي اين عناصر را نشان مي دهد. نيازها مانند گرسنگي و تشنگي، موقعيت هاي دروني فردند که براي ادامه ي زندگي ضروري اند. شناخت ها به رویدادهاي ذهني ويژه اي، مانند عقیده ها و انتظارها، اشاره دارند و هيجان ها نيز احساس ها و آمادگي فيزيولوژيکي و مانند آن را تجربه و سازمان دهی مي کنند، (۹) که به توضيح بيشتري آنها خواهيم پرداخت.

سلسله مراتب چهار منبع انگيزش (۱۰)

بنا بر آنچه گذشت، مي توان گفت انگيزش، تحریک، کنترل و راهنمايي فرد به سوي هدي معین است؛ در حالي که انگيزه همان حالت دروني فرد است که به او انرژی مي دهد که وي را به سوي هدف ويژه رهبري مي کند.

نظريه هاي انگيزش

براي تبیین انگيزش، نظريه هاي گوناگوني مطرح شده است که مي توان آنها را به دو دسته ي کلي تقسيم کرد: ۱. نظريه هاي زیستی؛ ۲. نظريه هاي رواني - اجتماعي، که به طور اجمالي برخي از آنها را بر مي رسيم.

۱. نظريه هاي زیستی

بسیاری از نظریه های انگیزشی مبنای زیست شناختی دارند؛ یعنی در پی فرایندهای ذاتی اند که رفتار را کنترل کرده، به آن جهت دهند. (۱۱) در حقیقت، نظریه های زیستی به عوامی درونی رفتار توجه دارند.

الف) نظریه ی غریزه (۱۲)

بر پایه ی نظریه ی غریزه، الگوی رفتاری انسان ها مادر زادی است و عوامل زیستی آنها را بر می انگیزاند. این نظریه که در بدو پیدایش روان شناسی، کانون توجه روان شناسان بود، رفتار را به غرایز و امیال نسبت می داد. غرایز، گرایش های فطری انسان اند که از موهبت ژنتیکی ناشی می شوند و هنگام وجود محرک و زمینه ی مناسب، خود را با بازتاب های جسمی و رفتار نشان می دهند. (۱۳) به همین دلیل، رفتار غریزی به یادگیری نیاز ندارد و در همه ی افراد وجود دارد. رفتارهای غریزی در بسیاری از حیوانات دیده می شوند. ویلیام جیمز (۱۴) بسیاری از غریزه های جسمانی، مانند مکیدن و حرکت، و غریزه های روانی، مانند تقلید و بازی را برای انسان مطرح، و ادعا کرد که تنها عنصر لازم برای تبدیل غریزه به رفتار هدف گرا، وجود یک محرک مناسب است. (۱۵)

ویلیام مک دوگال (۱۶) نیز بر این باور بود که غریزه ها، محرک های فعالیت های آدمی را تشکیل می دهند. (۱۷) وی که افراطی ترین نظریه را درباره ی غریزه ها ارائه کرده است، آنها را نیروهای انگیزشی غیر عقلانی و تکانشی ای می داند که شخص را به سوی هدف ویژه ای هدایت می کنند.

پس از آنکه پژوهشگران، غریزه را به منزله ی عامل انگیزش پذیرفتند، نوبت به تعیین شمار غریزه ها رسید. گرچه مک دوگال آنها را به هجده غریزه گسترش داد، با افزایش غرایز به بیش از شش هزار غریزه ی گوناگون از سوی دیگران، نظریه ی غریزه به طور ناامید کننده ای از کنترل خارج شد. برای مثال، همراهی فردی با دوستش، به سبب غریزه ی اجتماعی وی بوده و اگر تنها راه می رفت، به سبب غریزه ی ضد اجتماعی اش بوده است. (۱۸) این نظریه، به دلیل ابهام ها و انتقادهایی که بر آن وارد شد، پذیرش خود را از دست داد. (۱۹)

ب) نظریه ی کاهش سابق (۲۰)

پس از کم رنگ شدن نظریه ی غریزه، نظریه ی کاهش سابق جای گزین آن شد. نخستین بار، وودورث مفهوم سابق را مطرح کرد که به منزله ی مفهومی انگیزشی از زیست شناسی کار کردی به وجود آمد. این نظریه بر اصل تعادل حیاتی (۲۱) مبتنی است. برای مثال، در اثر نبود آب و غذا تعادل بدن انسان به هم می خورد و سابق، رفتاری را که برای خدمت کردن به نیازهای بدن است (مثل خوردن یا آشامیدن) بر می انگیزد. (۲۲) زیگموند فروید وکلارک هال (۲۳) از گسترش دهندگان این نظریه اند. هال بر این باور است که انسان همیشه مایل است حالت تعادل درونی خود را حفظ کند. از این روی، هر گونه انحراف از تعادل حیاتی، یک نیاز را به وجود می آورد. برای مثال، وقتی آب بدن کم شود، غده ی هیپوتالاموس تحریک شده، انسان احساس تشنگی می کند و برای رفع آن بر انگیزته می شود. بدین ترتیب، تعادل حیاتی آدمی حفظ می شود. (۲۴)

بر پایه ی نظریه ی کاهش سابق، نیاز به هم خوردن تعادل، و کمبودی است که هنگام محرومیت از چیزی اتفاق می افتد. از این روی، می توان گفت سابق تجلی یک نیاز زیستی زیر بنایی است که رفتار را بر می انگیزد تا شيء را بیابد و بتواند کمبود را بر طرف کرده، بدن دوباره به حالت تعادل باز گردد. (۲۵) بنا بر نظریه ی کاهش سابق، همه ی موجودات زنده نیازهایی زیست شناختی، مانند نیاز به غذا و آب دارند که در صورت زنده ماندن، باید بر آورده شوند. اگر این نیازها بر آورده نشوند، حالتی از تنش به نام سابق ایجاد می شود که موجود زنده برای کاهش آن، بر انگیزته می شود. (۲۶) نظریه ی کاهش سابق را می توان با نمودار (۲۷) زیر نشان داد:

فقدان تعادل حیاتی

نیاز

سابق

انگیزش برای عمل

تعادل حیاتی

۲. نظریه های روانی - اجتماعی

نظریه ی غریزه و کاهش سابق، تنها شماری از انگیزش ها را تبیین می کند. برای مثال، گاهی پس از آنکه نیاز زیست شناختی فرد به غذا به طور کامل ارضا می شود، باز هم به خوردن ادامه می دهد. از این روی، نظریه های روانی- اجتماعی مطرح شد که بر عوامل بیرونی افراد تأکید دارد.

الف) نظریه ی مشوق ها (۲۸)

بر پایه ی نظریه های مشوق، محرک های بیرونی، افراد را به مسیرهای معینی می کشانند. برای مثال، فرد در آغاز به دلیل گرسنگی، غذا می خورد، اما با دیدن غذاهای متنوع دیگر یا دسرهای رنگارنگ، مانند میوه و بستنی، به خوردن بیشتر ترغیب می شود. (۲۹)

ب) نظریه ی سلسله مراتب نیازهای مزلو

نظریه های شناختی در انگیزش، بر فرایندهای تفکر همراه با رفتار هدفمند تأکید دارند. یکی از این نظریه ها، نظریه ی سلسله مراتب نیازهای مزلو است. آبراهام مزلو به جای پذیرش یک منبع انگیزشی، پنج نیاز اصلی را طبقه بندی می کند که عبارتند از: ۱. فیزیولوژیکی؛ (۳۰) ۲. ایمنی؛ (۳۱) ۳. تعلق پذیری، عشق و محبت؛ (۳۲) ۴. عزت نفس (۳۳) و ۵. خودشکوفایی. (۳۴) این نیازها، سلسله مراتبی دارند که از پایین و در مرتبه ی پست، به بالا و در مرتبه ی عالی تشکیل یافته است؛ مانند ساختمانی چند

طبقه که تا طبقه ی پایین تر استحکام لازم را نداشته باشد، طبقه های بالاتر استحکام نخواهند یافت. (۳۵)
جدول زیر طبقه بندی سلسله مراتب نیازهای انسان بنا بر دیدگاه مزلو را نشان می دهد.

دیدگاه مزلو را نشان می دهد.

سلسله مراتب نیازها

حالت کمبود

حالت ارضا

نیاز فیزیولوژیکی

گرسنگی، تشنگی، جنسی، تنش، خستگی، بیماری

تجربه ی خوشایند، رفع تنش تمدد اعصاب، سلامت جسمانی، رضایت

نیاز ایمنی

ناایمنی، احساس از دست رفتن، ترس، تحت فشار قرار گرفتن

ایمنی، ارضا، اعتدال، آرامش، آزادی

نیاز عشق و محبت

کم رویی، احساس بی ارزشی، تنهایی، احساس منزوی شدن، نقص

ابراز احساسات، احساس تعلق، احساس گرمی، احساس نیرومندی، احساس تمامیت

نیاز عزت نفس

احساس بی کفایتی، منفی گری، مقاومت

اطمینان به خود، احساس غلبه، خود ارزشی مثبت، عزت نفس

نیاز خود شکوفایی

بیگانگی، دل تنگی، فعالیت محدود، عدم درک زندگی، زندگی کسل کننده

کنجکاوی سالم، تجربیات مشترک، خود سازی، کار با ارزش، زندگی اخلاق (۳۶)

به طور کلی، بنا بر این نظریه، نیازهای هر سطح باید دست کم تا حدی ارضا شوند تا نیازهای بعدی به منزله ی انگیزه ی رفتار مطرح شوند. اگر بیشتر نیازهای پایین تر ارضا شوند، تأثیر بسیار کمتری روی رفتار می گذارند؛ بر خلاف نیازهای عالی تر که ارضای آنها، تأثیر بسزایی بر رفتار خواهد داشت. (۳۷) از سوی دیگر، وقتی دستیابی به غذا و امنیت جسمانی مشکل باشد، ارضای این نیازها بر اعمال فرد غالب خواهد شد و انگیزه های سطح بالاتر، اهمیت چندانی نخواهند داشت. تنها زمانی که نیازهای

اساسي ارضا شونډ، انسان مي تواند زمان و نيروي خود را براي علايق زيبايي شناختي و فكري صرف کند.

بنابر نظريه ي مزلو، همه ي ما نيازهاي بي شماري داريم که باري آشکار شدن با يکديگر رقابت مي کنند. براي مثال، هنگامي که به خواب نياز داريم، نياز به مطالعه ممکن است با آن رقابت کند. روشن است که همه ي نيازها اهميت يک ساني ندارند. بنابر اين، انگيزه ها بر مبناي غلبه يا نيرومندي نسبي ارضا مي شوند.

درباره ي نظريه ي مزلو بيان چند نکته ي ضروري است:

۱. دیدگاه مزلو انسان محوري است و در آن، به رابطه ي انسان با خدا توجهي نمي شود؛ در حالي که يکي از اساسي ترين انگيزه هاي رواني انسان در طول تاريخ، خداجويي بوده است؛
۲. نيازهاي افراد هميشه به ترتيب سلسله مراتب مزلو ارضا نمي شوند. براي مثال، ممکن است فردي به مرحله ي عزت نفس رسيده باشد، اما نيازهاي تعلق پذيري وي ارضا نشده باشد. همه ي ما بسياري را ديده ايم يا درباره ي آنان شنیده ايم که با وجود بر آورده نشدن نيازهاي فيزيولوژيک، عزت نفس بالايي دارند؛ درحالي که حتي نيازهاي شناختي شان نيز تأمين شده است؛
۳. مفهوم سلسله مراتب نيازها از نظر پژوهشي، کاملاً تأييد نشده است.

در پايان به اين نکته اشاره مي کنيم که برخي از روان شناسان بيان نيازهاي افراد را اوصاف واقعي شخصيت دانسته اند و بر اين باورند که شخصيت انسان در قالب انگيزه ها و نيازهاي او شکل مي گيرد. به عبارت ديگر، توصيف نيازهاي فرد نه تنها وصف انگيزه هاي وي، بلکه توصيف شخصيت اوست در نمودار زير، برخي نظريه هاي انگيزش ترسيم شده است:

انواع انگيزه ها

با توجه به رفتارهاي گوناگونان انسان در مي يابيم وي انگيزه هاي فراواني دارد که تنوع رفتارها (۳۸) از آنها ناشي مي شود. در يک نگاه، انگيزه ها را مي توان به دو دسته ي کلي تقسيم کرد:

۱. انگیزه های طبیعی؛ ۲. انگیزه های اکتسابی.

۱. انگیزه های طبیعی

انگیزه های طبیعی، آنها را از آغاز تولد، همراه آدمی بوده، به آموختن نیازی نداشته اند. ویژگی اساسی انگیزه های طبیعی، فطری و غریزی بودن آنهاست. امور فطری چند ویژگی دارند:

۱. با آموزشی و یادگیری به وجود نمی آیند؛

۲. در نوع انسان ها ثابت اند؛ گر چه ممکن است شدت و ضعف داشته باشند؛

۳. در همه ی زمان ها و مکان ها وجود دارند.

انگیزه های طبیعی خود انواعی دارند که در واقع بر اساس نیازهای انسان بنا شده اند. این گونه انگیزه ها را- که از اصل تعادل حیاتی (۳۹) ناشی می شوند- (۴۰) انگیزه های اولیه، فیزیولوژیکی یا حیوانی نیز می نامند. گرسنگی، تشنگی و نیازهای جنسی، از مصادیق انگیزه های اولیه اند که به توضیح آنها می پردازیم.

الف) انگیزه ی گرسنگی

اگر مدتی غذا نخوریم، در شکم خود حالت درد یا مالش احساس می کنیم که در اصطلاح به آن « درد گرسنگی » (۴۱) می گویند. این حالت ها با تشنجات دیواره های معده مربوط است. همچنین درد گرسنگی و انقباضات معده، هر دو به عامل سومی بستگی دارند که شیمی خون نامیده می شود. به همین دلیل، اگر میزان قند خون آزمودنی را به وسیله ی تزریق انسولین کم کنیم، انقباض های معده و دردهای گرسنگی آغاز می شود. (۴۲)

فرد پس از احساس گرسنگی، خوردن را آغاز می کند. با آغاز خوردن، گیرنده های موجود در دهان، معده، روده ها و کبد، تعامل کرده، به وسیله ی عصب اوران کبد، معده و روده ها، علایم سیری فرستاده

می شود. این علایم تا پایان خوردن در هیپوتالاموس قدامی- میانی تحریک می شود و گرسنگی از بین می رود. (۴۳)

تنظیم گرسنگی و سیری بر عهده ی هیپوتالاموس مغز است. در حقیقت، دو نقطه از هیپوتالاموس این وظیفه را بر دوش دارند. هیپوتالاموس جانبی، مرکز تغذیه است که تحریک آن، موجب پر خوری و تخریب آن، سبب نخوردن می شود؛ به گونه ای که موجود زنده بر اثر نخوردن و گرسنگی می میرد. همین گونه هیپوتالاموس قدامی - میانی مرکز سیری است که با تخریب آن، فرد به پر خوری افراطی دچار می شود. (۴۴)

این نکته نیز روشن شد که ضرورت ندارد و پس از وارد شدن مواد غذایی به خون، فرد احساس سیری کند، بلکه همان گیرنده های عصبی ویژه در معده، مقدمات تحریک سیری را فراهم می کنند. نیز کاهش قند خون، کاهش چربی و کاهش دمای بدن، از عواملی اند که مرکز گرسنگی را تحریک می کنند. (۴۵)

عوامل محیطی، مانند دیدن غذای خوش طعم، استشمام غذاهای خوش بو و عوامل روانی، مانند خوشی و راحتی یا محیط های باصفا، می تواند بر عوامل فیزیولوژیکی تأثیر بگذارد؛ چنان که عکس آن نیز صادق است. برای مثال، فرد نگران و مضطرب، نه تنها احساس گرسنگی نمی کند، بلکه ممکن است با دیدن غذا، به او حالت تهوع دست بدهد.

ب) انگیزه ی تشنگی

تشنگی از دیگر انگیزه های طبیعی انسان است که مرکز آن در نقطه ای از هیپوتالاموس قرار دارد. تنظیم آب بدن، یکی از عوامل مهم بقا و تعادل حیاتی انسان است؛ زیرا آب، ماده ی اصلی بدن است و حدود هفتاد درصد آن را تشکیل می دهد؛ به گونه ای که با کم شدن آن، احساس تشنگی می کنیم. (۴۶)

بنابراین، تشنگی، حالتی انگیزشی است که به صورت هشیار تجربه می شود و بدن را آماده می کند تا رفتارهای لازم برای تکمیل دوباره ی کمبود آب را انجام دهد. (۴۷)

از دست رفتن آب سلول ها و کاسته شدن حجم خون، از عوامل کاهش آب بدن است که موجب می شود فرد احساس تشنگی کند. (۴۸) همچنین، جریان های موضعی، مانند خشکی دهان و حلق و تأثیر

هورمون ها در تشنگي دخالت دارند. (۴۹) جالب اينكه پس از خوردن مقداري آب، سيراب مي شويم كه اين احساس، به سبب رقيق شدن خون نيست، بلكه در اثر تحريك گيرنده هاي ناحيه ي حنجره است. پس از تحريك شدن حنجره به وسيله ي اين گيرنده ها، مركز تشنگي نيز تحريك شده، فرد، احساس سيراب شدن مي كند.

ج) انگيزه ي جنسي

سومين انگيزه ي طبيعي كه در همه ي انسان ها وجود دارد، انگيزه ي جنسي است. اين انگيزه كه در دوران نوجواني و جواني به اوج خود مي رسد، تأثير فراواني بر ديگر رفتارهاي آدمي مي گذارد. محرک هايي كه موجب پيدايش اين انگيزه در انسان مي شوند، سه گونه اند: ۱. هورمون هاي جنسي (۵۰) كه غدد جنسي ترشح مي كنند وظيفه ي دگرگوني هاي بدن را هنگام بلوغ بر دوش دارند؛ ۲. گيرنده هاي حسي مانند پوست و چشم كه در تحريك انگيزه ي جنسي نقش بسزايي را ايفا مي كنند؛ ۳. محرک هاي محيطي و تخيلات فردي كه مي توانند مهم ترين عامل در بر انگيختن اين انگيزه باشند. (۵۱) از سوي ديگر، فرهنگ هاي مختلف جامعه، رفتارهاي جنسي گوناگوني را در فرد ايجاد مي كنند. (۵۲)

خداوند تعالي در قرآن به دو هدف اساسي براي آفرينش انگيزه ي جنسي اشاره کرده است:

يك- ارضاي نيازهاي عاطفي و آرامش روان:

گر چه عوامل گوناگوني مانند پدر و مادر و دوستان براي آرامش انسان وجود دارند، همه ي نيازهاي عاطفي و رواني آدمي به وسيله ي آنان ارضا نمي شوند، بلكه ارضاي آنها تنها با ازدواج و ارتباط عاطفي با همسر، امكان پذير خواهد بود. ارضاي غريزه ي جنسي با رعايت مقررات و موازين شرعي موجب آرامش رواني انسان مي شود؛ چنان كه خداوند مي فرمايد: « از نشانه هاي او اينكه همسراني از جنس خودتان براي شما آفريد تا كنار آنها آرامش يابيد ». (۵۳)

دو - تکثیر و بقای نسل:

از دیگر هدف های این انگیزه، تولید و بقای نسل است. خداوند با قرار دادن غریزه ی جنسی در فطرت انسان، اراده کرده است که نسل او برای همیشه باقی بماند. قرآن در این باره می فرماید: « خداوند همه ی شما را از یک انسان آفرید و همسرش را از [جنس] او خلق کرد و از آن دو، مردان و زنان فراوانی را به وجود آورد ». (۵۴)

۲. انگیزه های اکتسابی

انگیزه های اکتسابی، گونه ی دیگری از انگیزه هاست. مهم ترین ویژگی در انگیزه های اکتسابی، پیدایش آن از راه عوامل محیطی و اجتماعی است، و یادگیری در ایجاد آن نقش اساسی را بازی می کند. به همین دلیل، این گونه انگیزه ها، هیچ یک از نیازهای زیستی انسان را بر طرف نمی کنند.

انگیزه های اجتماعی از موارد بارز انگیزه های اکتسابی اند که دو مورد از مصادیق آن را بر می شماریم: (۵۵)

الف) انگیزه ی پیشرفت (۵۶)

انگیزه ی پیشرفت در رشد و کمال آدمی در زمینه های گوناگون نقش مهمی دارد. این انگیزه را می توان چنین تعریف کرد: « میل یا کوششی که فرد برای دستیابی به یک هدف یا تسلط بر امور و رسیدن به معیاری متعالی ابراز می کند ». (۵۷)

عوامل گوناگونی در تحریک انگیزه ی پیشرفت نقش دارند؛ از جمله توجه داشتن به نقص ها و نیازها که انسان را بر می انگیزاند تا برای تکمیل آن ها بیشتر حرکت کند: در حالی که اگر بخواهد تنها به داشته هایش بیندیشد، گونه ای سکون و توقف در او ایجاد می شود. (۵۸) ارزش های فرهنگی، نظام های روابط اجتماعی و فرایندهای تربیتی نیز در ایجاد انگیزه نقش دارند. (۵۹) طی پژوهشی، روشن شدن

مادران فرزندانى كه انگيزه ي پيشرفت بالايي دارند، با گروهى كه چنين انگيزه اى ندارند، در سه روش متفاوت اند:

۱. فرزندانشان را براي انجام وظيفه هاى سخت تشويق مي كنند؛

۲. به آنان با عشق و علاقه، به سبب موفقيتشان پاداش مي دهند؛

۳. در برابر شكست هاى احتمالي، آنان را به يافتن راه هاى موفقيت تشويق مي كنند. (۶۰)

ب) انگيزه ي پيوند جويي (۶۱)

انگيزه ي پيوند جويي با ديگران نقشي حياتي، به ويژه در سال هاى آغازين دارد. بنابراين انگيزه، انسان دوست دارد با اطرافيانش رابطه برقرار كند. پيوند جويي با انگيزه ي پيشرفت بسيار تفاوت دارد و تا اندازه اى، نقطه ي مقابل آن است. كسي كه رفتارش تابع انگيزه ي پيشرفت است، شايد بتواند كارهاي شايسته اى انجام دهد، ولي ممكن است ديگران نتوانند با او زندگي كنند. يا افرادي كه انگيزه ي پيوند جويي در آنان قوي است، مايل اند كه با دوستان همسوي خود فعاليت كنند؛ هر چند اين همكاري به كارشان لطمه بزند. در حالي كه افرادي كه انگيزه ي پيشرفت دارند، ترجيح مي دهند با افراد متخصص و صاحب نظر همكاري كنند. (۶۲)

براي انگيزه ها، دسته بندي هاى گوناگوني وجود دارد. در يكي از دسته بندي ها، انگيزه ها را به دو بخش طبيعي و اكتسابي تقسيم کرده اند. انگيزه هاى گرسنگي، تشنگي و جنسي از مصداق هاى انگيزه هاى طبيعي است، در حالي كه انگيزه هاى پيشرفت و پيوند جويي، مي تواند از مصداق هاى انگيزه هاى اكتسابي باشد.

انگيزه هاى اصلي نفس

در اینجا لازم است بار دیگر بحث انگیزه را مرور کنیم و از جنبه ی دیگری، انگیزه های انسان را بررسییم. بنا بر نظر برخی اندیشمندان اسلامی، برای نفس آدمی می توان سه جنبه ی بینش، کنش و گرایش را فرض کرد. بینش به همه ی جنبه های ادراکی نفس مربوط می شود. کنش شامل اعمال و رفتارهایی است که به وسیله ی عضلات و اعصاب بدن انجام می شود. (۶۳) از آنجا که اعضای بدن و اعصاب، تحت فرمان روح و قوای نفس اند، این رفتارها به نفس و روان - که در واقع هسته ی مرکزی وجود انسان را تشکیل می دهد- نسبت داده می شوند. سرانجام میل و گرایش که مقوله های گوناگونی مانند عواطف، احساسات، انفعالات، هیجانات و مانند آن را شامل می شود. (۶۴) این سه بعد، درست مانند سه سطح جانبی هرم اند و هر سه بعد، به نقطه ی وحدت هر می می رسند که همان وحدت مقام نفس است. در رأس هرم، یک حقیقت بیشتر وجود ندارد که آن را نفس یا روان می خوانیم و هر چه به قاعده ی هرم نزدیک می شویم، زاویه بازتر می شود. حقایقی که رنگ یکی از این سه بعد را بیش از ابعاد دیگر دارند، متمایزترند و عناوین گوناگونی مانند علم، قدرت و محبت می یابند. (۶۵) این هرم سه بعدی نفس - که با یکدیگر به طور درونی مرتبط اند- کنش هایی دارند که برخی آن را غریزه و برخی سابق نامیده اند. مراد ما از غریزه در اینجا اصطلاحی نیست که تنها تمایلات مشرک میان انسان و حیوان است. (۶۶) بنابراین، با توجه به معنای عام غریزه، می توان از اصطلاح میل با انگیزه استفاده کرد. این میل ها و انگیزه ها را می توان زیر مجموعه ی انگیزه های اصلی دانست که در اینجا سه مورد کلی آن را توضیح می دهیم:

۱. انگیزه ی بقا

انگیزه ی بقا که اصلی ترین انگیزه ی انسان است، به طور فطری در وی وجود دارد. به همین دلیل، هر کاری را که با هدف بقا و حیات دائم سازگاری داشته باشد، انجام می دهد. خود شناسی و جهان بینی در میل به بقا اهمیت ویژه ای دارد؛ زیرا هر کس که جاودانگی خود را در دنیای دیگر باور دارد، مسیری را بر می گزیند که بتواند از آن، برای حیات و کمال خویش استفاده کند. اما فردی که حیات و کمال خود را در محدوده ی ماده می پندارد، همه ی برنامه های زندگی خود را بر همان اساس تنظیم می کند. چنین فردی به تعارض درونی دچار خواهد شد؛ زیرا از سویی مایل است این زندگی برای همیشه از آن او باشد و از سویی دیگر، می داند که همین زندگی، محدود و گذراست.

شیطان نیز حضرت آدم (علیه السلام) را به جاودانگی در دنیا دعوت کرد: « پس شیطان او را وسوسه کرد و گفت: ای آدم، آیا می خواهی تو را بر درخت جاودانگی و قدرت زوال ناپذیر هدایت و راهنمایی کنم ». (۶۷) حضرت آدم نیز فریب وسوسه ی شیطان را خورد. شیطان می دانست که در فطرت حضرت آدم میل به جاودانگی و بقا وجود دارد. از این روی، خداوند به وسیله ی پیامبران به انسان ها آموخت که باید در پی جاودانگی حقیقی باشند؛ چنان که می فرماید: « و آنچه نزد خداست بهتر و پایدارتر است. آیا نمی اندیشید ؟ » (۶۸) « شما زندگی دنیا را بر می گزینید، در حالی که زندگی آخرت بهتر و با دوام تر است »، (۶۹) و در جای دیگر می فرماید: « آنچه نزد شماست نابود می شود، اما آنچه نزد خداوند است، باقی می ماند ». (۷۰)

۲. انگیزه ی کمال

دومین انگیزه ی اساسی در انسان، انگیزه ی کمال است که با میل به بقا به طور مستقیم ارتباط دارد؛ زیرا هیچ تکاملی بدون بقا امکان پذیر نیست. البته انگیزه ی کمال در پی افزایش کمی و کیفی یا شکوفایی است، در حالی که انگیزه ی بقا در جهت استمرار اصل زندگی است.

به طور کلی، فردی که در پی کمال است، می کوشد وظیفه های خود را به طور کامل انجام دهد و در زمینه های اخلاقی، عقلی و معنوی هیچ نقطه ضعفی نداشته باشد. برای رسیدن به این انگیزه، لازم است از انگیزه های دیگری که در حقیقت از مظاهر انگیزه ی کمال اند، استفاده کرد. برخی از این انگیزه ها عبارت اند از: انگیزه ی قدرت، انگیزه ی حقیقت جویی و انگیزه ی پیشرفت.

۳. انگیزه ی لذت جویی

این انگیزه دایره ای گسترده و انگیزه های فرعی فراوان دارد. انگیزه ی گرسنگی، تشنگی، دفاع از خود، جمال دوستی، عواطف و احساسات از مصداق های این انگیزه اند. (۷۱)

رابطه ي میان اراده و انگیزه

انسان براي انجام کاري اختياري به مبادي اي نياز دارد: ۱. نخست بايد آن عمل و فعل تصوير شود؛ ۲. پس از تصور، احياناً تصديق به فايده ي آن پيدا مي شود؛ (۷۲) ۳. پس از تصديق، فرد به آن کار شوق مي يابد؛ ۴. پس از شوق، انسان آن کار را اراده مي کند؛ يعني تصميم مي گيرد که آن را انجام دهد. بنابر اين، معنای اراده تصميم گرفتن براي انجام کاري است که پيش تر تصور، تصديق به فايده و شوق در آن ايجاد شده است. گاهي به جاي اراده، مي توانيم به قصد، آهنگ، نيت، جزم، عزم و تصميم تعبير مي کنيم که همه ي آنها یک معنا دارد.

حال ببينيم انگیزه چیست. انگیزه، حالي دروني است که شخص را بر مي انگيزاند تا کاري را انجام دهد. البته بايد توجه داشت که نمي توانيم بگويم انگیزه، همان مصلحت يا منفعت کار است؛ زيرا بسياري از کارها سود فراواني دارد که اگر فرد از آن آگاه نشود، امکان ندارد حرکتی بکند و انگیزه اي در وي به وجود آید. پس صرف وجود نفع يا مصلحت در کاري، انگیزه نيست. بنابر اين، مصلحت و سود حاصل از کار، به تنهایی انگیزه ايجاد نمي کند، بلکه به شناخت و آگاهي نياز است. همچنين گاهي گفته مي شود همين که از مصلحت آگاهي داشته باشيم، تصديق به فايده شده است و وقتي تصديق شد که کار فايده دارد، فرد براي آن کار بر انگيخته مي شود. اما اين نيز درست نيست؛ زيرا بسياري از اوقات انسان مي فهمد که کاري فايده دارد، ولي به سبب عواملی به آن شوق پيدا نمي کند؛ يعني به سبب وجود موانعي يا اشتياق به چيزهاي ديگري که مزاحم آن کارند، شوق به وجود نمي آید. پس علم در حقيقت انگیزه نيست و نمي تواند به تنهایی عامل باشد. انگیزه، امري است که بر اراده، مقدم و از علم، مؤخر است. اين امر همان شوق يا حب و طلب کار يا نتيجه ي آن است. بنابر اين، انگیزه، يعني آنچه انسان را به کاري بر مي انگيزد، شوق به نفس کار يا نتيجه ي آن است. کودکان به نتيجه نيز فکر نمي کنند، بلکه تنها به نفس کار توجه دارند. همين که بچه اي را در حال بازي مي بينند شوق پيدا مي کنند که بروند بازي کنند و ديگر به نتيجه اش فکر نمي کنند. پس شوق و علاقه و محبت به خود کار يا نتيجه ي آن، انگیزه است که ما را به کار بر مي انگيزد.

گاهي از اين انگیزه به «داعي» تعبير مي شود؛ يعني چيزي که ما را دعوت مي کند. اين واژه ي «داعي» تعبير بهتري است؛ زيرا مي دانيم که انسان موجودي مختار است. اختيار، يعني زماني که فرد انگیزه دارد و حتي خود را آماده مي کند تا آن کار را انجام دهد، با اختيار خودش مي تواند آن را ترک

کند. معنای این سخن آن است که انسان هیچ گاه مجبور نیست. این مطلب با « داعی » بیش از انگیزه سازگار است. البته این سخن بدان معنا نیست که در انگیزه اختیار نیست و بر اختیار دلالت ندارد. (۷۳)

رابطه ی اراده با محرک درونی و بیرونی

محرک ها موجب می شوند که انسان تصدیق به فایده بکند؛ یعنی آگاهی یابد. به تعبیر دیگر، تا فردی غذایی در بیرون نبیند، به فکر و کارش سرگرم است، ولی همین که غذا را دید، آن را تصور می کند و پس از تصور غذا، به منزله ی یک انسان، به فایده ی آن تصدیق پیدا می کند و در پی اش شوق می یابد و... گاهی نیز به دلیل اینکه فردی چندان اهل فکر نیست؛ یعنی حیوانی عمل می کند، همان تصور او را وادار می کند. بنابراین، محرک ها اموری اند که زمینه ی پیدایش علم را فراهم می کنند.

پی نوشت ها:

۱. Motive.

۲. Motivation.

۳. درباره ی علت یا علت های رفتارهای آدمی در جنبه های گوناگون فلسفی، کلامی، اخلاقی و...، نظرهای گوناگونی ارائه شده است که توضیح هر یک را باید در کتاب های اختصاصی جست و جو کرد. در اینجا تنها از دیدگاه روان شناختی موضوع را بر می رسیم.

۴. محمد صادق شجاعی، دیدگاه های روان شناختی حضرت آیت الله مصباح یزدی، ص ۶۰.

۵. دستور زبان فارسی، انگیزه اسم است و انگیزش اسم مصدر از مصدر انگیزتن و انگیزتن نیز به معنای به حرکت در آوردن است.

۶. ر. ک: محمد کریم خدا پناهی، انگیزش و هیجان، ص ۱۲.

۷. علي اصغر احمدي و محمد نقی فراهانی، روان شناسی عمومی، ص ۱۵۱.
۸. محمد صادق شجاعی، دیدگاه های روان شناختی حضرت آیت الله مصباح یزدی، ص ۶۰.
۹. ریو جان مارشال، انگیزش و هیجان، ترجمه ی یحیی سید محمدی، ص ۱۰.
۱۰. بر گرفته از: همان.
۱۱. کارل هافمن و دیگران، روان شناسی عمومی، ترجمه ی هادی بحیرایی و دیگران، ج ۲، ص ۳۰.
۱۲. Instinct.
۱۳. محمد صادق شجاعی، دیدگاه های روان شناختی حضرت آیت الله مصباح یزدی، ص ۶۲.
۱۴. William James.
۱۵. ریو جان مارشال، انگیزش و هیجان، ترجمه ی یحیی سید محمدی، ص ۳۳.
۱۶. William McDougal.
۱۷. Petri L. Herbert, Motivation, p. ۳۱.
۱۸. Ibid. p. ۳۴.
۱۹. آبراهام مزلو، انگیزش و شخصیت، ترجمه ی احمد رضوانی، ص ۱۲۶.
۲۰. Drive - reduction.
۲۱. Homeostasis.
۲۲. ریو جان مارشال، انگیزش و هیجان، ترجمه ی یحیی سید محمدی، ص ۳۵.
۲۳. Clark Hull.
۲۴. M. Lester Sdorow, Psychology, p. ۴۳۰.

۲۵. محمد صادق شجاعی، دیدگاه های روان شناختی حضرت آیت الله مصباح یزدی، ص ۶۶.

۲۶. کارل هافمن و دیگران، روان شناسی عمومی، ترجمه ی هادی بحیرایی و دیگران، ص ۳۱.

۲۷. بر گرفته از: لیندا لیل، چکیده ی روان شناسی، ترجمه ی مهدی محی الدین بناب و نیسان گاهان، ص ۱۸۰.

۲۸. incentives theory.

۲۹. کارل هافمن و دیگران، روان شناسی عمومی، ترجمه ی هادی بحیرایی و دیگران، ص ۳۱.

۳۰. physiological needs.

۳۱. safely needs.

۳۲. belonging and love needs.

۳۳. esteem needs.

۳۴. self - actualization.

۳۵. محمد پارسا، انگیزش و هیجان، ص ۲۰.

۳۶. بر گرفته از: محمد کریم خدا پناهی، انگیزش و هیجان، ص ۱۷۲.

۳۷. Petri L. Herbert, Motivation, p. ۳۱۹.

۳۸. در فصل های گذشته گفتیم که مراد از رفتار در روان شناسی، هم شامل فعالیت های بیرونی مانند حرکات سر و دست و راه رفتن است، و هم شامل فعالیت های درونی، مانند حالات، احساسات و حتی شامل فعالیت های غیر ارادی، مانند ضربان قلب و ترشح بزاق نیز می شود.

۳۹. مراد از تعادل حیاتی (homeostasis) گرایشی است که می کوشد محیط درونی بدن را در برابر محیط متغیر بیرونی ثابت نگه دارد.

۴۰. محمد پارسا، انگیزش و هیجان، ص ۳۲.

۴۱. Hunger pang.

۴۲. نرمان ل. مان، اصول روان شناسی، ترجمه ی محمود ساعتچی، ج ۱، ص ۳۲۲ - ۳۲۴.

۴۳. ریو جان مارشال، انگیزش و هیجان، ترجمه ی یحیی سید محمدی، ص ۶۶.

۴۴. مهدی محی الدین بناب، روان شناسی انگیزش و هیجان، ص ۲۱.

۴۵. محمد کریم خدا پناهی، انگیزش و هیجان، ص ۲۷.

۴۶. Petri L. Herbert, Motivation, p. ۱۱۸.

۴۷. ریو جان مارشال، انگیزش و هیجان، ترجمه ی یحیی سید محمدی، ص ۶۰.

۴۸. مهدی محی الدین بناب، روان شناسی انگیزش و هیجان، ص ۲۴.

۴۹. محمد کریم خدا پناهی، انگیزش و هیجان، ص ۲۸.

۵۰. sex hormones.

۵۱. علی اصغر احمدی و محمد نقی فراهانی، روان شناسی عمومی، ص ۱۵۷.

۵۲. ریتا ال. اتکینسون و دیگران، زمینه ی روان شناسی هیلگارد ترجمه ی محمد نقی براهنی و

دیگران، ج ۱، ص ۶۸۹.

۵۳. وَ مِنْ آيَاتِهِ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لَتَسْكُنُوا اِلَيْهَا (روم، ۲۱).

۵۴. رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَ خَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَ بَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَ نِسَاءً (نساء، ۱).

۵۵. انگیزه های دیگری چون انگیزه ی قدرت و انگیزه ی حرمت خود وجود دارد که از تبیین آنها چشم

می پوشیم.

۵۶. achievement motive.

۵۷. محمد پارسا، انگیزش و هیجان، ص ۱۰۳.

۵۸. محمد تقی مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، ج ۲، ص ۱۳۸.

۵۹. محمد پارسا، همان، ص ۱۰۵.

۶۰. Douglas A. Bermstein, Psychology, p. ۴۵۸.

۶۱. affiliation motive.

۶۲. ادوارد ج. موری، انگیزش و هیجان، ترجمه ی محمد نقی براهنی، ص ۱۹۰.

۶۳. محمد صادق شجاعی، دیدگاه های روان شناختی حضرت آیت الله مصباح یزدی، ص ۱۲۱- ۱۳۴.

۶۴. محمد تقی مصباح یزدی، پند جاوید، ج ۱، ص ۴۴.

۶۵. محمد صادق شجاعی، همان، ص ۱۱۹.

۶۶. غریزه به معنای خاص میل های حیوانی و مادی است که در برابر آن، فطرت است که به میل های انسانی و غیر مادی مربوط است.

۶۷. قَوْسُوسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَ مُلْكٍ لَّا يَبُلَى (طه، ۱۲۰).

۶۸. وَ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَ أَبْقَى أَفَلَا تَعْقِلُونَ (قصص، ۶۰).

۶۹. بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا* وَ الْآخِرَةُ خَيْرٌ وَ أَبْقَى (اعلی، ۱۶-۱۷).

۷۰. مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَ مَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ (نحل، ۹۶).

۷۱. برای آگاهی بیشتر، ر. ک: محمد تقی مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، ج ۲، ص ۴۱- ۶۸.

۷۲. مثال ساده برای تصور و تصدیق: تصور یعنی اینکه چیزی به نظرم می آید؛ مانند خوردن. همین که می بینیم کسی غذا می خورد من نیز به یاد غذا خوردن می افتم، با اینکه تا الان سرگرم مطالعه بودم یا فکرم جای دیگر بود. همین تصور که به جای ذهنم غذا خوردن می آید، به معنای تصور است. تصدیق

عبارت است از اینکه حکمی را هم به همراه آن تصور می‌کنم: غذا خوردن برای من لازم است، یا الان باید غذا بخورم و یا غذا خوب است. تصدیق یعنی به صورت قضیه ای که در آن موضوع و محمولی است و چیزی برای چیز دیگر اثبات می‌شود. نتیجه اش این است که گاهی من غذا را تصور می‌کنم، ولی چون روزه هستم و انگیزه ام برای روزه داری قوی است، هیچ گاه به فایده اش تصدیق نمی‌کنم. با اینکه غذا خوردن را تصور می‌کنم، نمی‌گویم خوردن غذا خوب است، بلکه می‌گویم الان خوردن غذا خوب نیست.

۷۳. بر گرفته از: سخنان استاد فلسفه، حجت الاسلام والمسلمین غلامرضا فیاضی.