

تقویت انگیزه درونی: دغدغه آموزش

گردآورنده: سحر طاهباز

برگرفته از:

Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. Contemporary Educational Psychology, 25, 54-67.

روانشناسان تحولی معتقدند که کودک از بدو تولد ذاتا کنجکاو است و حتی در غیاب هرگونه پاداش ویژه‌ای، تمایل به یادگیری در خصوص محیط اطراف خویش دارد. به عبارتی مفهوم انگیزه درونی که امروزه دغدغه اصلی متولیان آموزش و پرورش شده و تعیین کننده میزان تلاش و علاقه فرد برای انجام امور است خصیصه‌ای ذاتی در نوع بشر است. اما چگونه است که با وجود چنین انگیزه درونی قدرتمندی برای جستجو و کشف و یادگیری، همچنان یکی از معضلات بزرگ والدین و مسئولین تعلیم و تربیت علاقمند ساختن کودکان به آموختن است؟

در پاسخ باید گفت گرچه انسانها با این تمایل طبیعی به دنیا می‌آیند اما حفظ و افزایش این انگیزه نیازمند فراهم نمودن شرایط حمایت کننده‌ای است که فقدان آن این تمایل را از بین می‌برد. پس هدف آموزش ایجاد انگیزه درونی نیست بلکه فراهم نمودن شرایطی است که این انگیزه از پیش موجود را فراخوانده و به جای اینکه آنرا در نطفه خفه کند، موجب پرورش آن گردد.

به طور کلی تحقیقات نشان داده‌اند که ارضاء سه نیاز بنیادی ارتباط، شایستگی و خودمختاری سبب می‌گردد کودک و حتی بزرگسال برای انجام فعالیتهای خود انگیزه درونی پیدا کند. داشتن روابطی گرم و صمیمی با فرد، احساس شایستگی در نتیجه انجام فعالیتی معین و نیز احساس اینکه این خود فرد و نه کس یا چیز دیگری بوده است که سبب این موفقیت گردیده (خودمختاری) همگی سبب افزایش انگیزه درونی می‌گردند. از آنجا که رفتارهایی که برای انجام آنها انگیزه درونی وجود ندارد نوعا جالب نیستند افراد به این دلیل ابتدا آنها را انجام می‌دهند که این رفتارها یا از دیگران الگوبرداری شده‌اند و یا دیگران از فرد خواسته‌اند که آنها را انجام دهد و یا برای افرادی که از نظر فرد مهم هستند و فرد می‌خواهد احساس وابستگی و ارتباط خود را با آنها حفظ نماید، ارزشمند تلقی شده‌اند. بنابراین نیاز به احساس تعلق و ارتباط با دیگران برای درونی سازی انگیزه‌های بیرونی نقشی اساسی دارد. نتایج پژوهشها نشان داده‌اند که کودکانی که ارتباط ایمنی با والدین و معلمان خود داشتند، بیشتر احتمال داشت که رفتارهای وابسته به مدرسه را درونی کنند. به علاوه وقایع بیرونی نظیر دادن بازخورد موثر که منجر به احساس شایستگی در خصوص یک عمل می‌شوند می‌توانند انگیزه درونی را برای آن عمل افزایش دهند. ایجاد چالشهای بهینه برای کودک، دادن بازخوردی که حس کارآمدی فرد را ارتقا دهد و فقدان ارزیابی‌های تحقیرکننده همگی از طریق ارضاء نیاز شایستگی می‌توانند تسهیل کننده انگیزه درونی باشند. اما باید توجه داشت که ارضاء نیاز شایستگی بدون ارضاء همزمان نیاز به خودمختاری نمی‌تواند منجر به انگیزه درونی گردد. خودمختاری حالتی است که در آن فرد احساس می‌کند علت رفتار و عمل انجام شده خود وی بوده است. به عبارتی زمانی نیاز به خودمختاری ارضاء می‌گردد که کودک احساس کند این خود وی بوده که سبب دستیابی به نتیجه شده است و علت انجام رفتار نیز علتی درونی بوده و نه علتی بیرونی. از این روی ارائه پاداشهای بیرونی (نظیر جایزه) با

کاهش خودمختاری کودک موجب کاهش انگیزه درونی وی می گردند. نه تنها پاداشهای ملموس بیرونی که وجود تهدید، ارزیابی های پرفشار و اهداف تحمیل شده همگی با بیرونی کردن منبع علیت رفتار، موجب کاهش انگیزه درونی می گردند. در مقابل، داشتن حق انتخاب با ارضاء نیاز خودمختاری انگیزه درونی را افزایش می دهد. به طور کلی عملی که فرد برای انجام آن انگیزه درونی دارد عملی است که در تنهایی و بدون وجود عوامل بیرونی هم تمایل برای انجام آن دارد. اما باید به این نکته توجه داشت که ارضاء نیاز به ارتباط و داشتن یک پایگاه ارتباطی امن برای ابراز این انگیزه درونی اهمیت دارد. بدین معنا که صرف وجود انگیزه درونی برای یک رفتار، تضمین کننده انجام آن رفتار نیست. برای انجام رفتار باید به ارضاء این سه نیاز بنیادی توجه شود.

به طور کلی، نیاز به یک حالت انرژی زای درونی اطلاق می گردد که در صورتیکه ارضاء گردد موجب افزایش احساس بهزیستی و سلامت روانی میگردد، اما در صورتیکه ارضاء نگردد به پاتولوژی و آسیب روانی منجر خواهد شد. از سوی دیگر این تنها عدم ارضاء نیازها نیست که موجب بروز مشکلات و اختلالات می شود بلکه وجود تعارض بین نیازها نیز خود منبع مهمی برای بروز پاتولوژی است. بویژه تجربیات روزمره نشان داده اند که دو نیاز ارتباط و خودمختاری در بسیاری مواقع دچار تعارض می گردند. به عنوان مثال بارها این جمله را از والدین شنیده ایم که "اگر این کار رو نکنی دیگه بچه من نیستی!" یا "اگره اتاقتو جمع و جور نکنی دیگه دوست ندارم". در تمام این اظهارات والدین ارضاء نیاز به ارتباط کودک را مشروط به زیر پا گذاشتن نیاز خودمختاری (سلب حق انتخاب از وی) می کنند. در چنین شرایطی که بین این سه نیاز به هر نوعی تعارض ایجاد می شود باید منتظر بروز آسیبهای روانی در کودک بود.

باید به این نکته نیز توجه داشت که این نیازها تنها مختص کودکان نبوده و در تمامی سنین همه افراد نیازمند ارضاء آنها می باشند و عدم ارضاء هر یک از این نیازها در هر سنی می تواند زمینه ساز مشکل گردد. کمبودهای اولیه در ارضاء هر یک از این نیازها (مثلا به دلیل مراقبتهای ضعیف دوران کودکی) میتواند منجر به تمایل فرد به اهداف بیرونی گردد که همگی به عنوان جایگزینی برای نیازهای درونی ارضاء نشده انتخاب شده و وسیله ای برای جبران این کمبود می باشند. دغدغه خاطر مداوم با امور ظاهری، گرایش به مد، گرایش بیش از حد به پول و پیشرفت،... همگی می توانند نشان دهنده این مکانیزم جبرانی برای پر کردن خلاء ناشی از نیازهای ارضاء نشده دوران کودکی و حتی بزرگسالی باشند. باید به این مسئله نیز توجه داشت که اهمیت هر یک از این نیازها در سنین مختلف با هم متفاوت بوده و بر اساس مقتضیات سنین متفاوت اهمیت این نیازها نیز تغییر می کند اما آدمی هرگز بی نیاز از ارتباط، شایستگی و خودمختاری نیست.