

# الشخصية في الميدان الرياضي

## Personality in the sports

### محتوى المحاضرة:

1- تعريف الشخصية:

2- أهمية دراسة الشخصية:

3- نظريات الشخصية:

4- الشخصية الرياضية:

1- تعريف الشخصية: (Personality)

هي الأسلوب الثابت الى حد ما، الذي يميز سلوك الفرد وطريقة تفكيره ونمط مشاعره، ويحدد طريقته في التفاعل مع البيئة الطبيعية والاجتماعية. والجوانب الاساسية في هذا التعريف هي: السلوك، والتفكير، والمشاعر، والثبات النسبي، والبيئة.

ان الانسان نتاج التفاعل بين خواص الشخصية والاحوال الاجتماعية والبيئة الطبيعية. وتتحكم في السلوك عوامل داخلية (خواص الشخصية) وعوامل خارجية (البيئة الخاصة). وتتكون الشخصية من قسمين كما يلي:  
- الجانب العام من الشخصية: ويتضمن أشكال التعبير والتعامل والعلاقات، وطريقة التفاعل مع ظروف الحياة والأشخاص المحيطين.

- الجانب الخاص من الشخصية: وهو الجزء الخفي منها، ويتضمن المشاعر والافكار وأحلام اليقظة والتجارب الخاصة التي لا يشترك الآخرون فيها وهذا الجانب صعب في دراسته.

2- تعاريف الشخصية عند العلماء الغربيين والعرب:

- وودورث وماركيس: يعرفان الشخصية على أنها الأسلوب العام لحياة الفرد كما يظهر في عاداته التعبيرية والتفكيرية واتجاهاته وسلوكه وفلسفته في الحياة.

- ألبورت Allport: ذلك التنظيم الديناميكي الذي يكمن داخل الفرد والذي ينظم كل الأجهزة النفسية، الجسمية التي تملي على الفرد طابعه الخاص في التوافق مع بيئته.

- كاتيل Kattel: نظام يسمح بالتنبؤ بما سيفعله الانسان في موقف معين

- كامل محمد عويضة: هي ذلك التنظيم المتكامل من الدوافع والاستعدادات الذاتية والجسمية الفطرية منها والمكتسبة الثابتة نسبيا، التي تميز فردا ما وتحدد أساليبه في تكيفه مع البيئة المادية والاجتماعية .

- بدر محمد الأنصاري: هي نمط سلوكي مركب ثابت الى حد كبير يميز الفرد عن غيره، يتكون من تنظيم فريد لمجموعة الخصائص والسمات والأجهزة المتفاعلة معا، والتي تضم القدرة العقلية والانفعالية، والارادة،

والتركيب الجسمي والوراثي والوظائف الفيزيولوجية، والأحداث الحياتية والتاريخية، والتي تحدد طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة وأسلوبه المميز في التكيف مع البيئة.

## 2- أهمية دراسة الشخصية:

-اهتمام الفلاسفة ولا سيما اليونانيون، فسقراط كان يعد الوظيفة الأساسية للإنسان أن يعرف نفسه، وأفلاطون أوضح بأن الحياة التي لا تعرف ليست جد بأن تسمى حياة، وأرسطو أشار بأن العقل صفحة بيضاء تنقش على جدرانه الداخلية الخبرات المختلفة التي يمر بها هذا الشخص.

- كان للعرب مساهماتهم في مجال دراسة الشخصية وتنميتها، فقد قاموا بحركة إنسانية في معالجة الشخصية غير السوية، وهذا بمستشفيات بغداد، القاهرة ودمشق الا دليل جدي على اهتمام العرب بالشخصية السوية وغير السوية.

3- تنمية المعرفة بالطبيعة البشرية لإحداث التوازن بين نمو المعرفة في الجانب الإنساني وبين نموها في الجانب الطبيعي.

4- ويتجلى الاهتمام أيضا من أن الإنسان اذا فهم ذاته أمكنه السيطرة عليها وضبطها وتوجيهها توجيهها سليما ومناسبا.

5- استثار موضوع الشخصية اهتمام العديد من كبار علماء النفس منهم على سبيل المثال: فرويد، يونغ البورت، موريه، كولد شتاين، ماسلو، أدلر، كاتيل، أيزك...الخ.

6- ان الاهتمام بالشخصية أدى الى جعلها مادة مستقلة في الدراسات النفسية بل ويذهب ألبورت Allport الى أن علم النفس ما هو الا نظرية في الشخصية.

7- ان موضوع الشخصية يدخل في معظم ميادين علم النفس أو فروعها، فالشخصية في نموها وتغيرها يتناولها علم النفس التربوي، وهي في تفاعلها مع المجتمع يتناولها علم النفس الاجتماعي وهي في توافقها واضطراباتها يتناولها علم النفس الكلينيكي، أما الشخصية في إنتاجها فانه يتناولها علم النفس الصناعي.

## 3- نظريات الشخصية:

أ- نظرية هيبوقراط Hippocrates في الانماط المزاجية: قسم هيبوقراط الأمزجة الى أربعة أنماط رئيسية تبعا للكيمياء في الدم، وهي:

المزاج السوداوي: وهو الشخص الذي تغلب عليه صفة الحزن والكآبة.

-المزاج الدموي: وهو شخص سهل الاستثارة في غير عمق واتساع.

-المزاج الصفراوي: وهو شخص شديد الانفعال مع تغلب الجانب الجدي وقلة السرور

-المزاج البلغمي: وهو شخص متبدل الشعور قليل الانفعال وغير مكترث. ويشير هيبوقراط الى أنه اذا اختلطت هذه الأمزجة بنسب متكافئة كان الشخص سليما من الناحية النفسية، وينشأ المرض النفسي عندما يغلب أحدهما على الآخر. وعلى الرغم من ذلك فقد أثبت البحث العلمي عدم صحة هذه الأنماط.

ب- نظرية الأنماط الاجتماعية: حاول توماس تقسيم الناس الى ثلاثة أنماط حسب تفاعلهم الاجتماعي وهي: أ- النمط العملي، ب- النمط البوهيمي، ج- النمط المبتكر.

ج- قد قام موريه بتقسيم الناس الى اربعة وهي:

-النظريون: ويدخل في عدادهم العلماء والمفكرون والفلاسفة ورجال المنطق.

-الانسانيون: ويدخل في عدادهم الأطباء والعشاق والرومانتيكيون.

-الاحساسيون: ويدخل في عدادهم الفنانون والمغامرون في الحب.

-العمليون: ويدخل في عدادهم الفلاحون والعمال.

د-نظرية يونغ Yung في الأنماط النفسية: لعل أشهر نظريات الأنماط النفسية في نظرية يونغ عندما قسم الناس الى انطوائيين وانبساطيين، ويتجه الشخص الانطوائي لنشاطه نحو نفسه وحياته الذاتية بينما يتجه الشخص الانبساطي نحو العالم الخارجي، وفي ضوء هذا التقسيم قسم الناس الى ثمانية أنواع وهي:

أ-الانبساطي المفكر: وتكون احساسات الشخص أساسا للتفكير المنطقي الواقعي

ب-الانبساطي الوجداني: وهو من يتصرف في الموقف تبعا لوجدانه.

ج-الانبساطي الحي: وهو الذي يتأثر بالمواقف الحسية.

د-الانبساطي الملهم: وهو رجل فعل وعمل.

هـ-الانطوائي المفكر: وهو شخص يعيش في عالم النظريات لا الماديات.

و-الانطوائي الوجداني: وهو شخص يغلب عليه تقلب الانفعالات والنزعة الى الحزن.

ز-الانطوائي الحسي: وهو الذي يفسر العالم من وجهة نظاره.

ح-الانطوائي الملهم: وهم عادة الذين يبعدون في تفكيرهم وانتاجهم عن الواقع

4- العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية:

1- العامل الوراثي: أن معظم نتائج الدراسات السابقة تتفق على أن عوامل الشخصية الآتية لها عوامل وراثية عالية: جاد وغير جاد، المغامرة والتحمل، وقوة الارادة، عدم السيطرة على النفس، والسيطرة على النفس، الانبساط، الانطواء، والعصابية بينما كان معامل الوراثة منخفضا في العوامل التالية التبدل، الانطلاق، الخضوع، السيطرة، الثقة، البارانونيا، خيالي، غير خيالي، السذاجة، والاعتماد على الذات، الاعتماد على الجماعة، والاسترخاء، التوتر

2- العمر: تمر شخصية الانسان في مراحل مختلفة من الطفولة حتى الرشد وتأخذ أثناء هذه المراحل صورا وأشكالا مختلفة حتى تصل الى الصورة الثابتة نسبيا حيث تسمى في هذه الحالة الشخصية الناضجة وعندما نقول ان الشخصية ناضجة فانها تعني بذلك وجود تناسق في السمات التي تميزها بطبع علاقات الفرد بالناس بطابع السلوك الصحيح، ويعينه على تحمل كافة المسؤوليات وتقبل التضحيات في سبيل بناء مستقبله الأسري والمجتمعي وليس من الضرورة أن يصل الشخص البالغ الى مستوى الشخصية المتكاملة لمجرد اكتمال نضجه الجسمي فقد نجد أحيانا فتى عمره ثمانية عشر عاما ويتمتع بنضج في شخصيته، في حين نجد رجلا في الاربعين من العمر يعاني من عدم نضوج شخصيته وهذا ما يجعلنا نؤكد على الجوانب الأربعة للشخصية: الجانب الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي من حيث التفاعل والنضج فاذا حدثت مشكلة في جانب من الجوانب الأربعة فان الشخصية قد تحتل بشكل عام في مستوى نضجها.

3- البيئة الاجتماعية: يقصد بها الظروف الاجتماعية داخل الأسرة وأثرها في اعداد أبناء أصحاء نفسيا وبالتالي ناضجين في شخصياتهم ومن أهم عوامل البيئة السلبية المؤثرة على شخصيات العامل الاقتصادي للأسرة، العامل الثقافي، المستوى الثقافي للأسرة، العامل الاجتماعي للأسرة، وعامل التنشئة الاجتماعية في الأسرة وغيرها من العوامل ولقد أثبتت كثير من الدراسات أثر المستوى الاقتصادي والثقافي والاجتماعي في بناء وتكوين شخصية الأبناء في جميع جوانبها الجسمية والاجتماعية والعقلية والانفعالية أما عن أساليب التنشئة الاجتماعية للأبناء فيمكن تناوله بصورة أكثر تفصيلا من حيث علاقته ببناء الشخصية، حيث يمكن تناول الأساليب وهي: التسلط، والحماية الزائدة، والاهمال، والتدليل، والقسوة، واثارة الألم النفسي، والتذبذب، والتفرقة، الأسلوب الديمقراطي، والحب والتقبل، والتسامح

#### 5- الشخصية الرياضية:

تكون الشخصية من مجموعة من التنظيمات الفردية (البدنية - العقلية - الانفعالية) التي تتفاعل مع بعضها لتكون تنظيما متكاملا ومتفردا عن غيره ومؤهلا لإصدار نمط خاص من السلوك يميز كل فرد عن غيره من الأفراد، ونتيجة للتفاعل المستمر بين الفرد وبيئته حيث يؤثر فيها ويتأثر بها، تختلف الشخصيات ليس فقط نتيجة لاختلاف طبيعة كل تنظيم من التنظيمات الثلاث للشخصية عن غيره من الأفراد، ولكن أيضا نتيجة لطبيعة البيئة التي تعرض لها كل منهم.

من هذا المفهوم لمكونات الشخصية تختلف شخصية الرياضي عن غير الرياضي نتيجة لاختلاف كل من مكونات شخصية الرياضي عن غير الرياضي، وطبيعة البيئة التي تعامل معها الرياضي عن طبيعة البيئة التي تعامل معها غير الرياضي، كما تختلف شخصية كل رياضي عن غيره من الرياضيين حتى ولو اشتركوا في نشاط واحد نتيجة لان لكل رياضي مكوناته الرياضية الخاصة التي تختلف خصائصها ودرجاتها عن تلك المكونات الوظيفية للرياضيين الآخرين،

لتعرض كل رياضي لمثيرات بيئية رياضية أدركها واستجاب لها بطريقة مختلفة عن زملائه في نفس النشاط، فالاستعداد البدني الموروث مع المؤثرات البيئية الرياضية التي استجاب لها الرياضي بأداءات حركية خاصة يعطي له تنظيماً بدنياً متفرداً ومميزاً عن غيره من الرياضيين، كما أن إمكانياته العقلية والموروثة مع الأنشطة العقلية التي قام بها خلال ممارسته الرياضية تشكل تشكلاً خاصاً ومن ثم تجعله ذو تنظيم عقلي مميز عن غيره حتى ولو كانوا في نفس النشاط وهكذا الحال مع تنظيمه الانفعالي، وهذه التنظيمات المميزة للفرد (البدنية - العقلية - الانفعالية) تتفاعل مع بعضها البعض لتكون التنظيم المنفرد للشخص الرياضي.