

الشخصية في المجال الرياضي

تمهيد

يعتبر موضوع الشخصية في علم النفس من بين الموضوعات المعقدة وهذا ما أدى إلى اختلاف وجهات النظر حول منح مفهوم أو تعريف لهذا المصطلح، فهناك من يرى أن الشخصية تعرف من خلال الأفعال السلوكية أي تكون عن طريق المظهر الخارجي المبني على الملاحظة وهناك من يعتمد على القوى الداخلية التي توجع الفرد وسلوكه ...

ومن هذه التعريفات:

- يرى جون واطسن انها النشاطات الخارجية التي يقوم بها الفرد والتي من الممكن ملاحظتها بشكل مباشر أثناء تفاعله ويجب ان تكون الملاحظة طويلة المدة وكافية للتعرف إلى شخصية الفرد وفهمها بشكل كامل.

- ويرى سكينر على أنها جملة الأنماط والاستجابات السلوكية القابلة للملاحظة بشكل تطوري مع ظهور إمكانية التنبؤ بها وبمدى شدتها بالإضافة إلى قابلية ضبطها والتحكم بها باستخدام العديد من المبادئ كالتعزيز.

- في حين يرى ايزنك على أنها الجانب الذاتي الذي يتميز به الفرد في توافقه مع بيئته، فتظهر في اختلاف الفرد ومزاجه وقواه البدنية والعقلية.

- ويرى مورتن برنس ان الشخصية هي الكمية الكلية من الاستعدادات والميول والغرائز والدوافع والقوة البيولوجية الفطرية أو الموروثة.

فالشخصية هي نتاج تكامل بين القوى الداخلية والمؤثرات الخارجية والتي تظهر في الأخير على شكل أفعال سلوكية.

ومن التعاريف السابقة نستخلص مجموعة من الخصائص التي تتميز بها الشخصية:

- الافتراضية: لان الشخصية يمكن التعرف عليها من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته.

- التفرد: بحيث تختلف من شخص لآخر، حتى وان كان هناك تشابه بينهما في بعض الصفات أي لا يوجد تطابق مطلق.

- التكامل: هي مجموعة الخصائص المشتركة في الشخص الواحد، لان الشخصية الواحدة تتكون من عدة جوانب (الجسمية، الانفعالية، الاجتماعية، البدنية، المعرفية، العقلية) والكل في تفاعل. (تنظيم متكامل من عدة جوانب تتفاعل فيما بينها وتصدر نمطا خاصا ومميزا من السلوك).

- الزمنية: تتأثر شخصية الفرد بالماضي والحاضر والمستقبل.

- الاستعداد للسلوك: بمعنى ان الشخصية تنظم مستعد لأنماط معينة من السلوك يظهر في معظم المواقف التي يواجهها الفرد.

- الديناميكية: الفرد يكتسب شخصيته نتيجة تفاعلاته الاجتماعية ونشاطاته المختلفة وخبراته السابقة على مدار الحياة (أي نتاج العلاقة المتحركة بين الفرد وبيئته).

العوامل المؤثرة في الشخصية:

هناك عدة محددات وعوامل تؤثر في تكوين شخصية الفرد، نلخصها فيما يلي:

1 - الوراثة: اي انتقال الصفات الوراثية عبر الشجرة العائلية (هناك صفات سائدة واخرى متنحية) مثل البنية الجسمانية، الذكاء لون الشعر والعينين.. الخ.

2 - البيئة: ونميز فيها:

- الجغرافية: لها أثر في تنمية بعض الصفات ومنع صفات اخرى من الظهور.

- الاجتماعية: مثل الإطار الثقافي للفرد من عادات وقيم وتقاليد، بالإضافة إلى الطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد والأسرة والمدرسة والأصدقاء والنوادي والدور المهني.

ومن خلال ما سبق أن الهدف العام من دراسة الشخصية هو التوصل إلى تعميمات دقيقة لوصف وتفسير سلوك الإنسان والتنبؤ والتحكم فيه، أما في المجال الرياضي فإن دراسة الشخصية لا تختلف عن دراستها في المجال العام وإنما زاوية التركيز تتغير وتركز على البيئة الرياضية وذلك في ضوء هدفين:

- تحديد تأثير الرياضة في تطوير أو تغيير الشخصية بمعنى هل ممارسة النشاط الرياضي (الأنشطة الجماعية، الأنشطة الفردية) تؤثر في شخصية الفرد؟ وتكمن أهمية هذا الهدف لاعتبار أن تأثير سلوك الرياضي على شخصية الفرد قيمة اجتماعية، وتوضح أهمية الممارسة في تطوير السلوك الإنساني، كما ذهب بعض علماء النفس إلى تأكيد أن الممارسة الرياضية تساهم في خفض السلوك العدواني (تنفيس الطاقة)، وان الممارسة الرياضية تخلص ممارستها من الأمراض النفسية، وان تطوير عناصر اللياقة البدنية تحسن في تقدير ومفهوم الذات.

- تحديد تأثير الشخصية (اختلاف الأفراد في خصائصهم) في أداء الرياضي؟ وتكمن أهمية هذا الهدف بأنها قيمة تطبيقية تساعد المدربين والمربين الرياضيين بتطوير الأداء الرياضي من خلال معرفة الخصائص الشخصية والعوامل النفسية المؤثرة في الأداء الرياضي (من خلال الانتقاء، إعداد البرامج).

المكونات الوظيفية للشخصية الرياضية: تختلف الشخصية الرياضية من فرد لآخر، حتى وان اشترك الأفراد في بيئة رياضية واحدة وفي ممارسة نشاط رياضي واحد، وهذا يرجع إلى أن لكل فرد سواء كان رياضي أو غير رياضي إلى مكوناته الوظيفية الأساسية والتي تختلف من حيث درجاتها وخصائصها من شخص لآخر وهذا نتيجة ما تم ذكره سابقا في عنصر العوامل المؤثرة في الشخصية، بحيث أن الاستعداد البدني والقدرات البدنية الموروثة توازيا مع النشاط الحركي يمنح تنظيما بدنيا منفردا ومتميزا .

كما أن إمكانات الفرد العقلية واستعداداته (الذكاء، والعمليات العقلية كالإدراك والحفظ والتذكر والانتباه

والتخيل) مع النشاط الفكري تعطيه تنظيماً معرفياً مميزاً، ناهيك عن الانفعالات وميزاتها (البهجة، الحنان، التهيج، الانشراح، الغضب، الحب، الغيرة) لدى الشخص مع المواقف المختلفة والخبرات تعطيه تنظيماً انفعالياً أيضاً منفرداً متميزاً، فهذه التنظيمات الثلاث البدنية والمعرفية والانفعالية تتفاعل وظيفياً وتكون التنظيم الوظيفي الأساسي للشخصية الرياضية وغير الرياضية، وما يميز الشخصية الرياضية هو تفاعل هذه المكونات (المعرفية والبدنية والانفعالية) مع البيئة الرياضية، وحسب أحمد أمين فوزي أن هذه المكونات وخاصة المكون العقلي من أهم المتغيرات المؤثرة في الأداء الرياضي.

ومن خلال هذا التفاعل بين المكون البدني والعقلي المعرفي والانفعالي من جهة والتعامل مع البيئة الرياضية بمتغيراتها المختلفة تؤدي إلى تكوين الشخصية الرياضية التي لها سماتها التي تميزها عن تلك الشخصية غير الرياضية، حتى التفاعل في البيئة الرياضية يميز الشخصية الرياضية ويقسمها إلى مستويات ودرجات فمثلاً الفرد الذي مارس الرياضة لمدة طويلة تميزه عن الشخص الذي مارسها لمدة أقصر، لأن الممارسة الرياضية المنتظمة تعمل على تدعيم هذه السمات وزيادة ظهورها فضلاً عن الممارسة الرياضية التنافسية التي تعمل على بروز السمات الكامنة لدى الفرد .

الشخصية وعلاقتها بالمجال الرياضي: نتيجة الاختلاف بين الشخصية الرياضية وغير الرياضية وبين ممارسي مختلف الأنشطة الرياضية يتبادر إلى ذهن الأسئلة التالية:

1- هل الاختلاف بين الشخصية الرياضية وغير الرياضية هو نتيجة اختلاف طبيعة ومتطلبات الممارسة الرياضية عن باقي الممارسات الإنسانية؟

الإجابة: نعم، بحيث أظهرت الدراسات أن الرياضيين يتميزون عن غيرهم بارتفاع درجات السمات التالية:

2- هل الاختلاف في الشخصية بين ممارسي الأنشطة الرياضية المختلفة نتيجة لاختلاف بين طبيعة ومتطلبات كل نشاط رياضي وآخر؟

الإجابة: نعم، بحيث أن الرغبة في التعمق في دراسة الشخصية الرياضية والتعرف على اثر ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة على الشخصية، كانت دافعا لمجموعة من الباحثين لمعرفة السمات الشخصية على أساس اختلاف نوع الرياضة الممارسة

-بالنسبة للدراسات الأجنبية على سبيل المثال دراسة كروول Kroll وكرنشو 1970 Crenshaw على رياضيي المستوى العالي لرياضات كرة القدم والمصارعة والجمباز والكاراتيه وأظهرت النتائج أن هناك سمات نفسية تميز رياضيي كرة القدم والمصارعة مقابل سمات نفسية أخرى يتميز بها رياضييو الجمباز والكاراتيه، ودراسة سنجر Singer الذي توصل أن تميز رياضييو التنس بدرجة أعلى في سمات الانجاز والاستقلال والسيطرة.

-بالنسبة للدراسات العربية دراسة شمعون 1977 بحيث يقارنه سبع(07)دراسات جماعية وست (06)رياضات فردية في سبع(07) سمات انفعالية وكانت النتائج بعدم وجود فروق ،كما توصل راتب 1991 إلى نتائج متشابهة (04 رياضات جماعية و06فردية)باستثناء وجود فروق طفيفة في ارتفاع سمة قلق المنافسة لدى لاعبي الرياضات الفردية ،ودراسة التهامي 1979 التي توصل إلى أن درجات سمة القلق مرتفعة لدى رياضيي الرياضات الفردية ،كما جاءت دراسة إبراهيم 1979 بنتيجة ارتفاع سمة العدوانية لدى لاعبي الملاكمة مقارنة برياضيي الرياضات الأخرى مثل المصارعة ،السباحة ،كرة القدم ،كرة اليد ،الكرة الطائرة.

في حين يذكر احمد أمين فوزي ان جل الدراسات التي أجريت من اجل معرفة الفروق في السمات النفسية والبدنية بين لاعبي الألعاب الفردية ولاعبي الألعاب الجماعية وممارسي النشاط الرياضي الواحد تم التوصل إلى:

- أن هناك سمات نفسية تميز لاعبي الألعاب الجماعية عن لاعبي الألعاب الفردية.
- أن هناك سمات نفسية تميز لاعبي كل لعبة من الألعاب الجماعية.
- أن هناك سمات نفسية تميز لاعبي كل لعبة من الألعاب الفردية.
- أن هناك سمات نفسية تميز لاعبي المستوى العالي عن المستوى المنخفض في كل لعبة فردية أو جماعية.