

الشخصية والشخصية الرياضية

١.

الشخصية: كلمة الشخصية في اللغة العربية مشتقة من شخص يشخص شخصاً أي خرج من موضع الى غيره وفي قاموس مختار الصحاح ايضاً "شخص شخصاً أي ارتفع".

إن كلمة الشخصية مشتقة من الفعل شخص وشخص الشيء يعني بان وظهر بعد ان كان غائباً (المقصود بالشخصية لغوياً) هي كل الصفات الظاهرة الخاصة بالفرد والتي يكون بعضها خافياً او داخلياً ثم ظهر. ان معنى الكلمة الاصلية كما ورد في قواميس اللغة وهو معنى قريب من معنى الكلمة اللاتينية (Persona) التي اشتق منها لفظ (شخصية)، في اللغات الاوربية (بالانكليزية) (Personality) و (بالفرنسية) (Personalite) اما معناها في اللاتينية Persona وهو ذلك القناع الذي كان يلبسه الممثل في العصور القديمة، ليخلع على نفسه ثوب الدور الذي يمثله، او ليظهر امام الناس واما الاعين بمظهر معين ومعنى خاص.

لقد قام عدد كبير من الباحثين بدراسة التاريخ القديم للفظ اللاتيني ومن هؤلاء البورت الذي توصل الى تحديد مايقارب من الخمسين معنى اتخذها هذا اللفظ الا انه استطاع ان يضيف هذا الشئ من المعاني في صنفين رئيسيين:

- ١- المعنى الذي يتخذ لفظ الشخصية كتعبير عن المظهر السطحي الخارجي.
- ٢- المعنى الذي يتخذ هذا اللفظ كتعبير عن جوهر الانسان او طبيعته الداخلية هاتان الوجهتان للنظر الى الشخصية بينهما غاية الخلاف.

فالمعنى الاول في النظر الى الشخصية كثيراً مايشار اليه بالتعريف الظاهري لها فإنه مستمد من المعنى الاصلية للفظ اللاتيني (Persona) والثاني يشار اليه بالتعريف الجوهرية للشخصية ويقوم على نظرة اللاهوت والفلسفة والتشريع والانسان.

وقد اختلف الكثير من العلماء في تعريف الشخصية فمنهم من عرفها على اساس المظهر السلوكي الخارجي والبعض الاخر على اساس المكونات الداخلية ومنهم من يؤكد على النظرة الاجتماعية للشخصية. فهي السلوك المميز للفرد. وهي ايضا النظام المتكامل من الصفات التي تميز الفرد عن غيره. كما تعرف بانها المفاهيم التي تصف الفرد من حيث الاساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم والتي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة في المواقف الاجتماعية. وانها ايضا الصفات الجسمية والعقلية والخلقية والوجدانية وهي الصفة او الخلق وحقيقة وجود الانسان متميزاً عن الاشياء الاخرى.

ونرى ان التعريف الذي يحدد بدقة هذا المفهوم يتضمن ستة نقاط رئيسية:

- ١ - **الفردية:** لكل فرد شخصيته تميزه عن الاخرين.
- ٢- **التكامل:** صفات الانسان وحدة متكاملة يتضمن التكامل والانسجام.
- ٣ - **الثبات النسبي:** كون الشخصية استعداد للسلوك في المواقف المختلفة وليست السلوك الظاهري.
- ٤ - **الحركية:** انتاج التفاعل بين الشخص والبيئة والتي تتأثر بالمكونات الوراثية والجسمية.

٥- المكون الافتراضي : داخلي تستطيع من خلاله تفسير سلوك الانسان.

٦- العامل الزمني : لها ماضي - راهن - مستقبل.

لقد ذكر البعض ان ما نسميه بالشخصية هو في الواقع كل ما يتصف به الفرد من صفات وسلوك ناتجين من تفاعل ذلك الفرد مع البيئة التي يعيش فيها. اذ تم الربط هنا بين الفرد وبيئته وان تأثير البيئة على الشخصية قوياً بحيث كونت علاقة السبب والنتيجة (البيئة والشخصية)، وهذا الاستنتاج جاء نتيجة تأثر الفرد الرياضي بعوامل كثيرة ففي اثناء المشاركة في الانشطة الرياضية يتعرف الفرد على شخصيات كثيرة ومتنوعة تساعد في تكوين شخصيته وتؤثر فيها وهذا ما عزز ربط بيئة الفرد ببناء شخصيته.

ومن العلماء من اعطى للوراثة دورها المهم في تكوين شخصية الفرد اذ ذكر انها تتكون من تلك الخصائص التي تتمثل في سلوكه، وهذه الخصائص قد تكتسب عن طريق خبرات الشخص الفريدة او بفعل الخبرات التي يشترك فيها مع الاخرين. وقد تكون الخصائص ايضاً نتاجاً لتأثير الوراثة او للتفاعل بين الوراثة والبيئة. وهناك تعاريف اخرى كثيرة منها ما يؤكد على المظهر الخارجي للفرد ومدى تأثيره في الاخرين، وقدرته على استثارة استجابات ايجابية لدى العديد من الافراد في مواقف مختلفة.

الشخص الرياضي : هو الذي يمارس الرياضة بقصد المنافسة او من اجل الصحة او المتعة او لسبب اخر. وتؤكد البحوث التي اجراها العلماء بأن هناك صفات يمتلكها الرياضيون من غير الرياضيين، فقد ذكر نيومان (١٩٧٥) بأن الرياضيون هم (اجتماعيون - عدائيون ويتصفون بالثقة بالنفس). (اما سيبيت (١٩٦٥) فيؤكد بأن الرياضيون هم انبساطيون. كما ان فانك فقد ذكر بان الرياضيون (انبساطيون ولديهم صفة التخييل).

نظريات الشخصية:

أ - نظرية الانماط:

١ - الانماط المزاجية:

قسم هيبوقراط الناس الى اربعة انماط مزاجية تبعاً لكيمياء الدم:

• الصفراوي: هو حاد الطبع ومتقلب المزاج.

• السوداوي: يميل للحزن والانطوائية والكآبة.

• اللمفاوي: هو بارد في طباعه وجاف المزاج.

• الدموي: يتميز بالروح والامل في الحياة والنشاط.

الانماط الجسمية: قسم الناس الى انماط تبعاً للمثيرات الجسمية مثل نظرية (جاك) اذ حاول الربط بين جغرافية جمجمة الرأس او حسب نظرية (كرتشمير وشيلدون) اذ اخذ مقاييس جسمانية للمرضى في مستشفى للأمراض العقلية وقد توصل

من خلال هذه المقاييس الى ثلاثة انماط هي:

- النمط الجسمي النحيف: طويل، رفيع، مرن، فم كبير، جهاز عصبي حساس.
- النمط العضلي المتوسط: صلب ومستطيل، قوي، رياضي، عضلات نامية جداً.
- النمط الجسمي الحشوي: ناعم، مسدير، زيادة في الامعاء الهضمية، حب، مرح، اجتماعي، شره في الطعام، معتدل المزاج.

الانماط النفسية: من اشهر الذين كتبوا في الانماط النفسية هو (يونج) اذ قسم الناس في نظريته الى انطوائيين وهم الذين يتصفون بنشاطهم نحو انفسهم (النشاط الداخلي). وانبساطيون يتجهون نحو العالم الخارجي وهو عكس المنطوي اذ تكون له علاقات اجتماعية وهو سريع التفاعل مع الافراد.

ب - نظرية السمات:

إن السمة بالمعنى العام هي صفة فطرية او مكتسبة تميز الفرد عن غيره من الناس. فالافراد يختلفون في سماتهم الجسمية والفعلية والمزاجية والخلقية الاجتماعية وينظر الى السمة على انها استعداد عام يمكن ان تتوقع منه سلوك الفرد عن تفاعله مع البيئة.

إن نظرية السمات تفترض ان سمات الشخصية هي سمات ثابتة نسبياً لذا فالشخص الواحد يتوقع له ان يتصرف بالطريقة نفسها في المواقف المختلفة، وتفترض كذلك ان الافراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة. فكل لسان يتصف بدرجة من الفلق وان تفاوتت من شخص لآخر.

الضعف الاساس في هذه النظرية يكمن في ان هذه النظرية تكمن في انها تضع الفرد في نمط معين وتصفه بصفات او سمات كثيرة لاتنطبق عليه بالكامل متجاهلة الفروق الفردية.

ج - نظرية التحليل النفسي:

لقد بين فرويد ان الشخصية تشمل ثلاث عناصر هي:

• الهو : هو مخزن للدوافع والاستجابات وهو لاشعوري ولامنطقي لاخلقي ولايقيم وزناً للمعايير ويتبع مبدأ اللذة ويتطلب الاشباع العام دون اعتبار للنتائج.

• الانا : وهي شعورية وهي حلقة الاتصال بين اللاشعور وحياة الواقع وهي منطقية وخلقية وتهتم بالمعايير الاجتماعية وتتكون تدريجياً من تفاعل الفرد مع البيئة. والذي يمثل الهو بشكل ارادي.

• الانا العليا : هي الضمير اللاشعوري الذي يحكم سلوك الفرد من خلال قيمة الاخلاقية ومن حيث قبوله اجتماعياً وهي تمثل الذات التي ترضي الله والنفس والمجتمع(١).

اذ يذكر فرويد ان توازن هذه العناصر الثلاث تؤدي الى تكامل الشخصية وتقلب احدها يؤدي الى اختلال الصحة النفسية.

د - النظرية الحركية:

هذه النظرية تقسم مكونات الشخصية الى مكونات جسمية ومكونات مستمدة من الجماعة وهي مستمدة من الدور ومن المواقف وهي:

- التكوين الجسماني : اضافة الى كونه يحدد امكانات الفرد فهو في الوقت نفسه يؤثر في شخصيته فالفرد المريض او المعوق او المشوه او القصير جداً والسمين ستنبلور شخصيته باتجاهات تختلف عن شخصية الفرد السوي.
 - الجماعة : هي الاخرى تؤثر في شخصية الفرد وهي تعتمد على الخبرات السابقة.
 - الدور الذي يلعبه الفرد في أي مجتمع اساس في تكوين شخصيته وتختلف طبقاً لجنس الفرد وسنه ومهنته وثقافته.
- فالنظرية الحركية اذن تعد هذه المكونات متداخلة بشكل حركي وتؤثر كل منها وتتأثر بالمكونات الاخرى لتكوين الشخصية.

هـ - النظرية السلوكية:

تعتمد هذه النظرية على المواقف والسلوك الظاهري اساساً للتعبير عن الشخصية، ومن هذه النظريات:
• نظرية سكنر:

لقد قسم هذا العالم استجابات الفرد الى نوعين من السلوك:

1. السلوك الاستجابي : والذي يحدث ويتأثر بالمنبهات الكثيرة والمعروفة والتي يمكن ضبطها وتنبؤها وتشكل جزءاً بسيطاً من السلوك الانساني.
 2. السلوك الاجرائي : تحدث بتأثير منبهات معروفة او غير معروفة وعندما يحدث هذا السلوك لأول مرة ثم يعزز وسيكون احتمال تكرار هذا السلوك عالياً.
- اساس سكنر هو اتجاه يقوم على اساس التعلم والتعليم يتم من خلال تعزيز الاستجابة او السلوك المطلوب.

مكونات الشخصية:

- ١ - الاخلاق.
- ٢ - المزاج.
- ٣ - النكاه.
- ٤ - العوامل الجسمية
- ٥ - العوامل البيئية والاجتماعية.

الإخلاق : هي المرآة التي تعكس مافي داخل الشخص من قناعاته واتجاهاته.

المزاج : فهي تمثل مجموعة من انفعالات الفرد فهي من المكونات الثابتة نسبياً اذ يصعب تفسير المزاج كونه يتأثر بالعوامل الوراثية التي تحدد النمط الجسمي وحالة الجهاز العصبي وافرازات الغدد من الهرمونات.

الذكاء : فذكاء الفرد يحدد الصفات الشخصية ويحدد السلوك الذي يكون المظهر الخارجي للشخصية فضلاً عن كون الذكاء يتأثر بالعوامل الوراثية ويؤثر ويتأثر بالبيئة التي يعيش فيها الشخص.

فيما يتعلق بالعوامل الجسمية : فإنها تلعب دوراً كبيراً في تكوين الشخصية فالشخص الطويل متناسق الاجزاء وجميل الشكل ذو الصوت القوي المؤثر يكون في العادة شخصاً اجتماعياً وقيادياً ويتعامل بثقة مع الناس.

العوامل البيئية والاجتماعية : والتي لها تأثير كبير في تحديد الشخصية فالفرد خلال تعامله مع البيئة الجغرافية والمجتمع المحيط به وتشعب ما يأتي:

عوامل جغرافية : مثل العيش في المنطقة الجبلية تختلف عن البيئة الصحراوية.

عوامل اجتماعية: وتشمل:

*الاطار الثقافي للمجتمع والذي يشمل القيم - المعايير - الافكار - المعتقدات وتحديد الثقافة السائدة في المجتمع بطابع مميز هو (الشخصية القومية)، وعلى سبيل المثال شخصية العراقي تختلف عن شخصية الفرنسي وهكذا.

*عوامل ثقافية فردية تشمل الدور - الجنس - الدور المهني للفرد.

*عوامل اجتماعية وثقافية مثل المدرسة - الاندية الرياضية والاجتماعية - الجامعات.

مظاهر الشخصية:

- 1المظهر الجسمي:

يعد من المظاهر المهمة للشخصية فهو اضافة الى كونه يحدد نوع تصرفات وسلوكه فهو في الوقت نفسه يحدد تصرفات الناس نحوه مثل الشخص الطويل يختلف في شخصيته عن الشخص النحيف.

- 2المظهر الاجتماعي:

التعامل مع الناس بلطف والالتزان في التعامل سوف يميز هذا الانسان عن غيره.

- 3المظهر العقلي :

فهو دليل مهم وميزان من موازين الشخصية المهمة في عالمنا الحاضر. فالحكمة في التصرف هي ضبط الاعصاب والهدوء في المواقف الصعبة وعدم الانفعال ووزن الامور. فالاشخاص يختلفون في مواصفات العاطفية والحقد، والتسامح والقوة.

- 4الطبائع:

يشكل الطبع مظهراً من مظاهر الشخصية فعلى سبيل المثال يقال فلان انطوائي او انبساطي او عملي او مبذر او مدبر.