



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر بسكرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
سنة أولى جذع مشترك

## مادة علم النفس الرياضي

المحاضرة 10

الشخصية والرياضة

PERSONALITY AND SPORT



### أستاذ المادة

الاسم واللقب	الرتبة	البريد الإلكتروني
د. صابر بن عيسى	أستاذ محاضر قسم "أ"	saber.benaissa@univ-biskra.dz

### الطلبة المعنيين

المعهد	القسم	المستوى
علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	/	سنة أولى جذع مشترك

## أهداف المحاضرة 10



- ← أن يتعرف الطالب على مفهوم الشخصية، العوامل الكامنة التي تؤثر عليها.
- ← رصد مكونات الشخصية الرياضية.
- ← الإجابة على أسئلة: لماذا دراسة الشخصية في الرياضة؟ علاقة الشخصية بالأداء الرياضي؟

## في المستهل...

"لفظ شخصية من الألفاظ التي شاع استخدامها في لغتنا اليومية لوصف تلك الجوانب التي تجعل الشخص جذاباً أو غير جذاب بالنسبة للآخرين. فنحن نعجب بالفرد الذي يمتلك شخصية ونصفه بأوصاف عدة مثل: جذاب أو قوي أو لطيف أو حازم. كما أننا لا نعجب- أو على الأقل لا ننجذب- نحو الفرد الذي نعتقد أنه عديم الشخصية لأنه بالنسبة لنا على الأقل: متساهل أو غير حازم أو ضعيف. ومفهوم الشخصية ليس بهذا القدر من البساطة" (علاوي، 2004، ص. 77). "ومفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيداً وتركيباً فهو يشمل الصفات الجسمية والعقلية والخلقية والوجدانية كافة ولهذا تعددت وتباينت الآراء التي تعالج مفهوم الشخصية وطبيعتها وخصائصها والشخصية ليست شيئاً يملكه البعض ولا يملكه البعض الآخر. فلا يمكننا القول بأن فلان له شخصية وأن فلان لا شخصية له، ولا يمكننا أن نصف شخصاً له شخصية قوية أو شخصية ضعيفة فهذه كلها تعبيرات لا تنطوي على قدر كبير من الدقة العلمية" (الزيدي والهروتي، 2017، ص. 23).

أنت كشخص- سواء أكنت لاعباً، أو مدرّباً، أو إدارياً، أو حكماً، أو ممارساً للنشاط البدني بهدف الترويح وقضاء وقت الفراغ، أو لإكتساب الصحة والعافية واللياقة، وغير ذلك- هل حاولت أن تصف شخصيتك، أو الأسباب التي يمكن أن تدفعك لسلوك معين؟

إنك لو حاولت ذلك فمن المحتمل أن تجد نفسك تعدد مجموعة من السمات أو الصفات مثل: اجتماعي، متسامح، أو قلق، أو متردد، أو شجاع، وهكذا إلى ذلك من السمات أو الصفات التي تراها مميزة لشخصيتك. وربما تتذكر بعض هذه السمات التي تجعلك تستجيب بطريقة معينة، أو بسلوك معين في المواقف المختلفة سواء في مواقف الممارسة البدنية، أو مواقف التدريب أو مواقف المنافسة الرياضية، أو بعض المواقف في حياتك اليومية. وقد تُدرك أن شخصيتك تختلف إختلافاً واضحاً عن

شخصية بعض الزملاء أو الأصدقاء، وأن لك شخصية معينة تميزك عن الآخرين. وربما يتبادر إلى ذهنك أن شخصيتك ماهي إلا نتاج لبعض العوامل الوراثية، أو العوامل البيئية التي أسهمت في تحديد سلوكك واستجاباتك في المواقف الحياتية (علاوي، 2018، ص. 53).

## 1. تعريف الشخصية

تستخدم كلمة الشخصية في اللغة العربية كترجمة لكلمة Personality في اللغة الإنجليزية وكلمة Persona في اللغة اللاتينية. في قاموس الصحاح تعني كلمة شخص خرج من موضع إلى غيره. وفي اللغة اللاتينية تعني القناع الذي يرتديه الممثلون أيام الإغريق في المهرجانات لإخفاء معلم شخصيتهم الحقيقية (محمود وعوده، 2013، ص. 183).

- هي الجوانب الظاهرة على اللاعبين والتي تميزهم عن غيرهم (شريف، 2012، ص. 184).
- هي مجموعة من الخصائص الدينامية والمنظمة التي يمتلكها الشخص، والتي تؤثر بصورة منفردة على معارفه ودفاعيته وانفعالاته وسلوكه في العديد من المواقف (علاوي، 2018، ص. 54).
- يرى جون واطسن John Watson مؤسس النظرية السلوكية أن الشخصية هي مجموع الأنشطة التي يمكن اكتشافها عن طريق الملاحظة الفعلية للسلوك لفترة كافية بقدر الإمكان، لكي تعطي معلومات موثوق بها، أي أن الشخصية ما هي إلا النتاج النهائي لأنظمة عاداتنا (عبد الحفيظ وآخرون، 2004، ص. 45).
- أما جوردن البورت فقد كان على نقيض واطسون فهو يرى أن الشخصية هي ذلك التنظيم الدينامي داخل الفرد للأجهزة النفس-جسمية، التي تقرر الطابع الفريد للشخص في السلوك والتفكير (علاوي، 2018، ص. 55).

- هي أنماط من الأفكار والمشاعر والسلوكيات تظهر بصورة ثابتة لدى الشخص عبر الزمن، وتؤثر بشدة في توقعاته، وإدراكاته الذاتية، وقيمه واتجاهاته، وتحدد استجاباته نحو الآخرين ونحو المشكلات والضغوط (علاوي، 2018، ص. 55).
- هي مجموع الخصائص التي تجعل الشخص فريداً (جولد ووينبرج، 2023، ص. 30).

## 2. العوامل الكامنة التي يمكن أن تؤثر في الشخصية

**2.1 التفرد مقابل العمومية Uniqueness versus Universalitu:** بعض الباحثين أشاروا إلى أن الشخصية تتميز بالتفرد أي أنها تختلف من شخص لآخر. في حين ركز بعض الباحثين الآخرين على أهمية المبادئ العمومية أي أن هناك تشابهاً بين الأشخاص في بعض الجوانب في ضوء العديد من الأسباب (علاوي، 2018، ص. 54).

**2.2 الوراثة مقابل البيئة Heredity versus Environment:** هل الشخصية يمكن ان تتحدد بدرجة كبيرة عن طريق الجينات... أي العوامل الوراثية أو عن طريق العوامل البيئية أو التنشئة، أو عن طريق بعض التزاوج بينهما؟ وقد أشارت بعض الدراسات أن هناك دلائل لكل هذه الاحتمالات، كما أن الدراسات المعاصرة في مجال الشخصية أكدت على التأثير المتبادل أو التفاعل بينهما (علاوي، 2018، ص. 54).

**2.3 الحرية مقابل الحتمية Freedom versus Determinism:** هل الشخص يمتلك في التحكم سلوكه، وفهم الدوافع خلف هذا السلوك بإرادته الحرة، أو أن السلوك الشخصي يتحدد سببياً عن طريق قوى خارج نطاق تحكمه؟ (علاوي، 2018، ص. 54).

**2.4 فاعل أو الاستجابة للفعل Active versus Reactive:** أشارت بعض النظريات والافتراضات أن الشخص أساساً فاعل من خلال مبادرته الذاتية وانه أكثر إيجابية، في حين ركزت بعض النظريات الأخرى على أن الشخص يقوم بالاستجابة أو رد الفعل طبقاً لبعض المثيرات الخارجية (علاوي، 2018، ص. 54).

### 3. مكونات الشخصية الرياضية

أحد أفضل الطرق لفهم الشخصية هو من خلال مكوناتها. فكر في الشخصية على أنها مقسمة إلى ثلاثة مستويات منفصلة ولكنها في نفس الوقت متصلة وهي:

**3.1 الجوهر أو اللب النفسي:** ويطلق عليه المستوى الأساسي من الشخصية. وهو العنصر الأكثر عمقًا، ويتضمن مواقف وقيماً ومصالح ودوافع، ومعتقدات والقيمة الذاتية للفرد. في الأساس، يمثل الجوهر أو اللب النفسي محور الشخصية، وهو حقيقة الفرد، وليس ما يود أن يعتقد عنه الآخرون. على سبيل المثال، قد تدور قيمك الأساسية حول أهمية الأسرة والأصدقاء واعتقادك نحو ذاتك وقيمتك في الحياة (جولد ووينبرج، 2023، ص.30).

**3.2 الاستجابات النمطية:** هي الطريقة التي تتعلم بها كيف تتكيف مع البيئة أو كيف نستجيب عادةً للعالم من حولنا. على سبيل المثال، قد تكون سعيدًا، محظوظًا، خجولًا، أو حتى مواجهيًا. في كثير من الأحيان تكون الاستجابات النمطية الخاصة بالفرد مؤشرًا للجوهر النفسي الخاص بك، على سبيل المثال، إذا كنت تستجيب باستمرار للمواقف الاجتماعية من خلال كونك هادئًا وخجولًا، فمن المحتمل أن تكون انطوائيًا، وليس اجتماعيًا. ومع ذلك، إذا لاحظ شخص ما أنك هادئ في حفلة واستدل من ذلك وخلص إلى أنك انطوائي، يمكن أن يكون هذا الشخص مخطئًا - قد يكون موقفًا محددًا في الحفلة هو سبب هدوءك. فليس من الضروري أن يكون الهدوء هو استجاباتك النمطية (جولد ووينبرج، 2023، ص.30).

**3.3 السلوك المرتبط بالدور:** كيف تتصرف بناءً على إدراكك لموقفك الاجتماعي هو ما يُطلق عليه السلوك المرتبط بالدور. هذا السلوك من الشخصية هو الجانب الأكثر قابلية للتغيير: يتغير سلوكك كلما تغير إدراكك نحو البيئة. وتتطلب المواقف المختلفة لعب أدوار مختلفة. قد تقوم، في نفس اليوم، بدور الطالب في إحدى الجامعات، ومدرب فريق للصغار، وموظف، وصديق. من المحتمل أن تتصرف بشكل

مختلف في كلٍ من هذه المواقف، على سبيل المثال، قد تعتمد على الأرجح بمزيد من القيادة كمدرّب من كونك طالبًا أو موظفًا. ومن الممكن أن تتعارض الأدوار مع بعضها البعض، على سبيل المثال: قد يشعر أحد الوالدين الذي يقوم بتدريب فريق كرة القدم يشارك فيه ابنه بوجود تعارض بين أدوار التدريب والأبوة (جولد ووينبرج، 2023، ص.30).

## 4. لماذا دراسة الشخصية في الرياضة؟

يبدو أن الهدف العام من دراسة الشخصية الإنسانية هو التوصل إلى تعميمات دقيقة تعطي الفرصة والإمكانيات لتفسير سلوك الإنسان والتنبؤ به إذا أمكن. هذا ولا يختلف الأمر كثيرا عند دراسة الشخصية في الرياضة، وإنما وجه الاختلاف هو وجهة التركيز الخاص في محاولة الفهم والتنبؤ بالسلوك في الميدان الرياضي (راتب، 2000، ص.41).

وتبدو الحاجة إلى دراسة الشخصية في الميدان الرياضي في ضوء الهدفين التاليين:

- الهدف الأول: تحديد تأثير الرياضة في تطوير أو تغيير الشخصية.

- الهدف الثاني: تحديد تأثير الشخصية في الأداء الرياضي.

هذا وينبثق عن الهدف الأول- تحديد تأثير الرياضة في تطوير أو تغيير الشخصية- محاولة الإجابة

عن عدة تساؤلات منها على سبيل المثال:

- هل ممارسة النشاط الرياضي- بشكل عام- تؤثر في شخصية الفرد؟

- ما تأثير خبرات النجاح أو الفشل الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي على الشخصية؟

- ما تأثير أنواع معينة من الممارسة للأنشطة الرياضية- الأنشطة الجماعية أو الفردية على

الشخصية؟

▪ ما تأثير خبرات المنافسة الرياضية على الشخصية؟

كما تنبثق عن الهدف الثاني- تحديد تأثير الشخصية في الأداء الرياضي- محاولة الإجابة عن عدة

تساؤلات منها على سبيل المثال:

▪ هل اختلاف الأفراد في خصائصهم الشخصية يؤدي إلى تفضيل ممارسة أنواع مختلفة من

الأنشطة الرياضية؟

▪ هل اختلاف الأفراد في خصائصهم الشخصية يؤثر في مستوى الإنجاز الرياضي في بعض

الأنشطة الرياضية؟ أو بمعنى آخر: هل توجد فروق بين الرياضيين وغير الرياضيين في

خصائصهم الشخصية؟

▪ هل التغيير في الخصائص الشخصية باستخدام أساليب معينة- إذا كان ممكنا- يؤثر في

مستوى الإنجاز الرياضي؟

وتبدو أهمية الهدفين السابقين عند دراسة الشخصية في الميدان الرياضي للاعتبارين التاليين:

أولاً: يمثل الهدف الأول- تأثير السلوك الرياضي على شخصية الفرد- قيمة إجتماعية، ويبين أهمية

الرياضة في تطوير السلوك الإنساني، ومن ذلك أن بعض علماء نفس الرياضة يرون أن ممارسة الرياضة

تؤدي إلى خفض السلوك العدواني باعتبار أنها وسيلة لتنفيس الطاقة، وأن ممارسة النشاط البدني

تساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية مثل الاكتئاب، وأن تطوير اللياقة البدنية يؤثر في تحسين

مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد (راتب، 2000، ص، 42).

ثانياً: يمثل الهدف الثاني- تأثير الشخصية على الرياضة- قيمة تطبيقية وخاصة بالنسبة للمدربين

والمهتمين بتطوير الأداء الرياضي، حيث يساهم في معرفة العوامل النفسية المؤثرة في الأداء الرياضي،

ومن ثم يمكن الاهتمام بها سواء في عملية انتقاء الرياضيين الناشئين، أو عند إعداد وتطوير برامج التدريب للرياضيين بشكل عام، أو تدريب المهارات النفسية خاصة (راتب، 2000، ص.42).

## 5. الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي

يعتقد بعض الباحثين المهتمين بدراسة الشخصية في الميدان الرياضي أن التفوق في رياضة معينة مرهون- إلى حد كبير- بمدى ملاءمة السمات الشخصية للفرد بطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية لنوع الرياضة (راتب، 2000، ص.42).

ونضرب مثلاً لذلك: عندما نحلل طبيعة الخصائص النفسية لرياضة مثل التنس، فإنها رياضة فردية تعتمد على الأداء الفردي، ولا تعول أهمية كبيرة على تضافر الجهد أو التعاون مع الآخرين مثل رياضات أخرى جماعية ككرة القدم (راتب، 2000، ص.42).

كذلك فإن نتيجة المباراة تمثل مسؤولية فردية يتحملها اللاعب بشكل محدد، بينما تتوزع مسؤولية نتيجة المباراة بين أعداد عديدين في الرياضات الجماعية.

ويمكن على ضوء هذا التحليل المبدئي لخصائص هذه الرياضة أن نتوقع أهمية تميز لاعب التنس بدرجة مرتفعة في سمات نفسية مثل السيطرة، وتحمل المسؤولية...الخ، وفي المقابل نتوقع انخفاض سمات مثل الانبساطية أو الاجتماعية بالنسبة له (راتب، 2000، ص.42).

واستقراء البحوث السابقة التي اهتمت بدراسة الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي يفيد أنها وجهت اهتمامها نحو الإجابة عن تساؤلات أربعة هي:

- هل تختلف السمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين؟
- هل تختلف السمات الشخصية تبعاً لاختلاف نوع الرياضة؟

▪ هل تختلف السمات الشخصية تبعاً لمستوى المهارة؟

▪ هل توجد سمات شخصية تميز اللاعبين عن اللاعبين؟

ونحاول في الجزء التالي إلقاء الضوء على علاقة الشخصية بالأداء الرياضي من خلال مناقشة

الاتجاهات الرئيسية للإجابة عن التساؤلات السابقة استرشاداً بنتائج البحوث الهامة في هذا المجال.

### 5.1 هل تختلف السمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين؟

عن راتب (2000) لقد أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في مجال سمات الشخصية أن

هناك فروقا تميز الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين. فعلى سبيل المثال أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت

في البيئة الأجنبية مثل: كوبر (1667) Cooper, كان (1676) Kane, ستشور (1977) Schurr, مورجان

(1980) Morgan أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية:

-الثقة بالنفس - الانبساطية - المنافسة - الاستقرار الانفعالي - انخفاض القلق.

كذلك أوضحت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة العربية مثل: فرغلي (1976)، السنتريسى (1676)،

"عوض (1977)، عبد الله (1982) أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية:

-الانبساطية - الاتزان الانفعالي - المسئولية - العدوانية

### 5.2 هل تختلف السمات الشخصية تبعاً لاختلاف نوع الرياضة؟

اهتم بعض الباحثين بمعرفة هل هناك فروق في سمات الشخصية على أساس اختلاف نوع أو

نمط الرياضة الممارسة، ومن ذلك على سبيل المثال دراسة كل من كروول Kroll و "كرنشو Crenshaw

(1980) على رياضي المستوى العالي لرياضات: كرة القدم والمصارعة والجمباز والكاراتيه. وأظهرت أن

هناك سمات نفسية تميز رياضي كرة القدم والمصارعة مقابل سمات نفسية أخرى يتميز بها رياضي

الجمباز والكاراتيه (راتب، 2000، ص.44).

عن راتب (2000) أظهرت دراسة سنجر Singer وجود فروق بين رياضي البيسبول مقارنة برياضي التنس حيث تميز رياضيو التنس بدرجة أعلى في سمات الإنجاز، الاستقلال، السيطرة.

ومن أمثلة البحوث التي أجريت في البيئة العربية البحث الذي قام به شمعون (1977) وتضمن المقارنة بين سبع رياضات جماعية، وست رياضات فردية في سبع سمات انفعالية، ولم تفسر النتائج إلى وجود فروق تبعا لمحك الرياضات الفردية مقابل الجماعية، وقد توصل راتب (1991) إلى نتائج مشابهة عندما شملت المقارنة رياضي أربع رياضات جماعية وست رياضات فردية باستثناء وجود فروق تعكس ارتفاع درجة سمة قلق المنافسة لدى رياضي الرياضات الفردية (راتب، 2000، ص.45).

كما تشير نتائج دراسة التهامي (1979) إلى ارتفاع درجة سمة القلق لدى رياضي الرياضات الفردية مقابل رياضي الرياضات الجماعية، وأن هذا الارتفاع كان أكثر وضوحا لدى كل من رياضي السباحة وألعاب القوى (راتب، 2000، ص.45).

وتبين نتائج دراسة إبراهيم (1979) ارتفاع درجة العدوان لدى الملاكمين مقارنة برياضي العديد من الرياضات الأخرى مثل: المصارعة، السباحة، كرة القدم، كرة اليد، الكرة الطائرة.

ويذهب بعض المهتمين بدراسة الشخصية إلى توقع اختلاف سمات الشخصية تبعاً لمراكز اللعب ونوع المسابقة للنشاط الرياضي الواحد، ومن ذلك على سبيل المثال دراسة سالم، خليفة (1989) التي تضمنت المقارنة بين متسابقى الميدان والمضمار في مركز التحكم، ودراسة حنفي (1987) التي شملت المقارنة لدى لاعبات كرة السلة تبعاً لمراكز اللعب- صانعي اللعب، الارتكاز، الجناح (راتب، 2000، ص.45).

### 5.3 هل تختلف السمات الشخصية تبعاً لمستوى المهارة؟

تشير الدلائل إلى أن الرياضيين ذوي مستوى المهارة العالي قد يختلفون عن الرياضيين ذوي مستوى المهارة المنخفض في بعض الخصائص أو السمات النفسية، ومن ثم يحاول الباحثون معرفة ما هي هذه الخصائص النفسية؟

الواقع هناك الكثير من البحوث التي اهتمت بالإجابة عن التساؤل السابق واعتمد بعضها على إيجاد العلاقة بين درجات السمات النفسية التي يتحصل عليها الرياضي في بعض مقاييس الشخصية، ومستوى الأداء الرياضي الذي يحققه. كما اعتمد البعض الآخر على إجراء المقارنات (الفروق) بين الرياضيين تبعاً لمستوى أدائهم أو درجة الممارسة. وتشير أغلب نتائج البحوث أن هناك علاقة إيجابية بين بعض متغيرات الشخصية والأداء الرياضي، ولكن هذه العلاقة ارتباطية لا ترتقي إلى التفسير على أساس السبب والنتيجة، فإذا كان هناك اتفاق بين نتائج العديد من الدراسات على أن سمة الانبساطية ترتبط إيجابياً بالنجاح في الأداء الرياضي فإننا لا نستطيع أن نجزم أن هذه السمة النفسية ذاتها هي السبب في نجاح الأداء الرياضي (راتب، 2000، ص.52).

ونظراً لكثرة عدد البحوث التي اهتمت بدراسة العلاقة بين السمات الشخصية والأداء المهاري أو الرياضي فإننا نستعرض هنا مجموعة من الدراسات المرجعية المتميزة في هذا المجال والتي تعطي تصوراً شاملاً عن طبيعة العلاقة بين السمات الشخصية والأداء المهاري أو الرياضي.

عن راتب (200) لقد قام كوبر (1969) Cooper بمراجعة نتائج البحوث التي تناولت العلاقة بين السمات الشخصية والأداء الرياضي خلال الحقبة من 1937-1967 وتوصل إلى أن هناك ست سمات نفسية ترتبط بالأداء الرياضي هي:

- الانبساطية - السيطرة - الثقة بالنفس
- المنافسة - انخفاض القلق - تحمل الألم

توصل هاردمان (1973) Hardman خلال مراجعته لنتائج البحوث التي استخدمت اختبار كاتل

للشخصية خلال الحقبة من 1952 - 1968 إلى أن هناك سمات شخصية أربعاً ترتبط بالأداء الرياضي هي:

- انخفاض القلق - الاستقلالية

- الانبساطية - الذكاء المرتفع

كما توصل أوجليفي (1977) خلال مراجعته لنتائج البحوث التي اهتمت بدراسة العلاقة بين

سمات الشخصية والأداء الرياضي خلال الفترة من 1968 - 1979 إلى أن هناك ثماني سمات شخصية

ترتبط بالأداء الرياضي هي:

- الاستقرار الانفعالي - تأكيد الذات - الثقة في النفس - قوة الشكيمة - ضبط الذات - انخفاض

التوتر - الانبساطية - الضمير الحي (راتب، 2000، ص.54).

ويبدو أن نتائج الدراسات في البيئة العربية توصلت إلى معنى متقارب مثل:

نتائج دراسة فرغلي (1976) تميز الرياضيين المتفوقين بدرجة عالية في سمة الانبساطية.

وأوضحت نتائج دراسة السنتريسى (1976) تميز الرياضيين المتفوقين بدرجة عالية في سمة الاتزان

الانفعالي، الانبساطية (راتب، 2000، ص.54).

كما بينت نتائج دراسة السويفى (1978) علاقة موجبة بين القدرة الحركية والسمات التالية:

الاتزان الانفعالي، المسؤولية، السيطرة، الاجتماعية (راتب، 2000، ص.54).

هذه وأظهرت نتائج دراسة راتب وعلى (1991) تميز الرياضيين المتفوقين بالسمات التالية: الضبط

الانفعالي، التصميم، الحافز، القابلية للتدريب (راتب، 2000، ص.54).

وتجدر الإشارة إلى انه في المقابل توجد نتائج لا تعضد وجود علاقة بين السمات الشخصية والأداء الرياضي، ومن امثلة ذلك دراسة روشال Rushall 1970 التي بحثت العلاقة بين السمات الشخصية والمستوى الرقمي للسباحين الأمريكيين، ودراسة الباجوري (1983) التي أجريت على عينة من السباحين المصريين (راتب، 2000، ص.54).

#### 5.4 هل توجد سمات شخصية تميز اللاعبين عن اللاعبين؟

يبدو أن هناك صعوبة في إمكانية التوصل إلى السمات الشخصية المميزة للاعبين، ويرجع سبب ذلك أن معظم البحوث أجريت على اللاعبين والقليل منها الذي اختص للاعبين.

ويذهب بعض المهتمين بالدراسات النفسية لدى الرياضيين على إمكانية تعميم النتائج الخاصة بالسمات الشخصية المميزة للاعبين المتفوقين بحث تشمل اللاعبات كذلك. ولكن يذهب فريق آخر إلى صعوبة التسليم بذلك نظرا للفروق المتوقعة بين الجنسين، والتي تشكل عبر عمليات التطبيع الاجتماعي المختلفة (راتب، 2000، ص.57).

ويؤكد هذا المعنى نتائج بعض البحوث التي أظهرت أن الحاجات السائدة لدى الرجال هي: بذل الطاقة البدنية، العدوان، الإنجاز، النشاط الحركي، الاستقلالية، السيطرة، بينما الحاجات السائدة التي تميز النساء هي: الحاجة إلى الأمن، الدفاع، الخضوع.

وبشكل عام وفي حدود البحوث التي أجريت على اللاعبات- بالرغم من قلة عددها- أظهرت النتائج تميز اللاعبات المتفوقات رياضيا عن أقرانهن من غير الممارسات للرياضة بسمات شخصية تقترب من السمات المميزة للرياضيين من هذه السمات:

- السلوك الجازم - الاكتفاء بالذات - التوجه الإنجازي

- الاستقلالية - السيطرة - العدوان (راتب، 2000، ص.58).

## المراجع

- جولد، دانيال، وينبرج إس. (2023). *الأسس النفسية للرياضة والتمرينات*. (صلاح بن أحمد السقا، محمد بن يحيى فقيهي مترجمين) دار جامعة الملك سعود للنشر. (العمل الأصلي نشر في د.ت).
- راتب، أسامة كامل. (2000). *علم نفس الرياضة المفاهيم التطبيقات*. ط3. دار الفكر العربي.
- الزبيدي، عبد الودود أحمد، الهروتي، حسين عمر سليمان. (2017). *علم النفس الرياضي*. شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.
- شريف، حليم. (2012). دراسة بعض السمات الشخصية في ظل مستوى الإنجاز الرياضي الجماعي للاعبين كرة القدم - سمي العدوان الرياضي والثقة الرياضية نموذجا. *مجلة الابداع الرياضي*, 7, 182-207. <https://www.asjp.cerist.dz/en/downArticle/316/3/3/15289>
- عبد الحفيظ، إخلص محمد، باهي، مصطفى حسين، عبده، حسن حسن، شحاته، إبراهيم ربيع. (2004). *علم النفس الرياضي مبادئ- تطبيقات*. الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- علاوي، محمد حسن. (2004). *مدخل في علم النفس الرياضي*. ط4. مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، محمد حسن. (2018). *علم النفس الرياضة والممارسة البدنية*. مركز الكتاب الحديث.
- محمود، غازي صالح، عوده، أحمد عربي. (2013). *اتجاهات معاصرة في علم النفس الرياضي*. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.