

## المحاضرة الخامسة : الشخصية في المجال الرياضي

### 1-نبذة عن المفهوم اللغوي للشخصية :

إن مفهوم الشخصية تاريخيا يعود إلى الحضارة الإغريقية، حيث كان الممثل الإغريقي على المسرح يضع القناع على وجهه إما لكي يخفي العيوب، أو ليظهر صفات أخرى متضحة في شخصيته.

كما استعمل هذا المفهوم عالم النفس "كارل يونغ" للدلالة على القناع الذي يجب على كل فرد أن يلبسه لكي يعلب دوره بنجاح في المجتمع، ويكيف نفسه مع نظامه الاجتماعي، ويحقق التوافق بينه وبين توقعات المجتمع عنه، كما أنه يستطيع أن يخفي تجاربه الخاصة عن غيره.

و هو مفهوم متداول في الاصطلاح اليومي، حيث يقال عادة إن لفلان شخصية ويقصد بذلك ما يتميز به الفرد عن غيره من خصوصيات جسمية أو مكانة اجتماعية مميزة، مرتبطة بثروته أو نفوذه السياسي أو الاجتماعي. وعلى عكس ذلك نسمع بضعف الشخصية أو انعدامها، ويراد بذلك الإشارة إلى صفات الانهزامية والاستسلام التي يمكن أن تغلب على الفرد وهذا ما يؤكد أن مفهوم الشخصية مرتبط بالمظاهر الخارجية القابلة للإدراك المباشر مما يبين أن هناك خلطا بين مفهوم الشخص والشخصية، وهذا ما يدفعنا إلى التساؤل حول حقيقة هذا التلازم، ومدى ارتباط مفهوم الشخصية بالمظاهر الخارجية المميزة.

والشخصية لغة "هي كلمة مشتقة من الفعل (شخص) وشخص الشيء يعني أنه بان وظهر بعد أن كان غائبا".

كما تعني الذات المخصوصة، أي حسن الحديث عن خصائص وصفات الشخص، ويقال تشخص القوم، أي اختلفوا وتفاوتوا.

### 2- المفهوم السيكولوجي للشخصية :

اختلف علماء نفس الشخصية حول تعريفهم لها سيكولوجيا، فمنهم من ميزها بالثبات النسبي والتكامل ومنهم من ميزها بالديناميكية. ويعود السبب لهذا الاختلاف إلى تعقيد مفهوم الشخصية هذا لا يعني وجود نقاط التقاء في تعريفهم.

وتعريف الشخصية هو مسألة افتراضية، فلا يوجد تعريف صحيح وآخر خاطئ، وحتى يصل الباحث في مسألة الشخصية إلى تعريف مقبول ومنطقي يجب عليه دراسة مختلف المفاهيم للشخصية.

"ويعتبر مفهوم الشخصية للأكثر المفاهيم تعقيدا، لان الشخصية مفهوم يشمل كافة الصفات والخصائص الجسمية والعقلية والوجدانية المتفاعلة مع بعضها البعض داخل الفرد ولهذا تعددت الآراء في معالجتها لمعنى الشخصية

### 3- تعريف الشخصية:

#### 3-1- تعريف "جوردن البوت" "albert" :

"الشخصية هي تنظيم ديناميكي داخل الفرد للأجهزة النفس جسمية التي تحدد الطابع المميز لتفكيره وسلوكه" ..

#### 3-2- تعرف "واطسون" (1930) :

"هي عبارة عن مختلف أنواع النشاط الذي يمكننا ملاحظتها عند الفرد من خلال الملاحظة الفعلية من الخارج لمدة طويلة من الزمن تكون كافية لان نتعرف عليها معرفة تامة وبمعنى آخر فان الشخصية هي الناتج النهائي لجملة من العادات التي يمكن أن تميز الفرد".

#### 3-3- تعريف "يارفن" "pervin" (1970):

"ذلك التنظيم الذي يمثل الخصائص البنائية والدينامكية لفرد ما أو مجموعة أفراد، كما تعكس نفسها في الاستجابات المميزة له بالنسبة لموقف معين".

#### 3-4 - تعرف عبد الله:

"المجموع الدينامكي المنظم لخصائص الإنسان وصفاته المعرفية والانفعالية والجسمية والاجتماعية التي تميزه عن غيره وتحدد درجة تكيفه مع بيئته".

#### 3-5- تعريف كاتل "cattel" بأنها :

" مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة، التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد، ومعالجتها بالطريقة نفسها في معظم الأحوال".

#### 3-6 تعريف شيلدون:

" فقد ذهب إلى القول يوجد ثلاث أنماط أساسية من التكوين الجسمي، النمط الداخلي، التركيب الحشوي والنمط المتوسط، التركيب العظمي، والنمط الخارجي، التركيب الجلدي".

#### 3-7- تعريف مصطفى السائح بأنها :

" التكوين الديناميكي للأجهزة النفسية والبدنية التي يقسم بها الشخص، ويتميز بها عن غيره من الأشخاص، والتي تفر الأساليب المميزة لتكيفه مع بيئته" ..

### 8-3 - تعريف جيلفورد :

"هي ذلك التنظيم الديناميكي داخل الفرد لتلك الأجهزة النفسية والجسمية التي تحدد طابعه الخاص في توافقه لبيئته".

### 9-3 - تعريف بيرنستين وآخرون:

" الشخصية هي النمط الفريد من المميزات النفسية والسلوكية الدائمة التي يضاهاها بها الشخص غيره، أو يختلف عنهم".

### 10-3 - تعريف "ايزنك" الشخصية :

" هي تنظيم دائم و ثابت نسبيًا، شامل لطباع ومزاج الفرد وتكوينه الجسيمي والعقلي ويحدد طرق وأساليب توافقه مع البيئة بشكل مميز من الناحية التنظيمية للفرد".

### 11-3 - تعريف بيرت :

" هي النظام الكامل في الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية الثابتة نسبيًا، والتي تعد مميزة للفرد وتحدد طريقته الخاصة في التوافق مع بيئته المادية والاجتماعية".

### 4- محددات الشخصية :

#### 1-4- المحددات الوراثية:

تلعب الخصائص الوراثية دورا في استجابات الشخص للمواقف , و هذا من خلال المكونات الجسمية و الذكاء و القدرات العقلية و الخصائص الانفعالية , كما يحدث التفاعل بين هذه الخصائص و الظروف المحيطة بالفرد , من خلال احتكاكه بالمجتمع و البيئة , كذلك من خلال أساليب التربية المختلفة , لذا فحديثنا ينصب على كيفية تكوين الشخصية من خلال التفاعل بين الجزء الوراثي البيولوجي الأصل و بين المؤثرات الخارجية البيئية .

#### 2-4 المحددات الاجتماعية:

" تعد هذه المنظومة المحدد الآخر من محددات بناء الشخصية وبما أن الشخصية ليست شيئا ثابتا لا يقبل التغيير من الولادة، فيشكل التراث التاريخي الحضاري والثقافة المعاصرة الموجود فيها هذا الفرد نوع الشخصية التي تختلف من مجتمع لآخر ومن ثقافة لأخرى، ويعد الدور الذي يؤديه الفرد في الحياة صورة لكل منه والمحيط الاجتماعي الذي يوجد فيه، فالدور هو ما يتوقعه المجتمع من الفرد الذي يحتل مركزا معينًا داخل الجماعة وفي هذا السياق تكثر المواقف التي يمر بها الفرد في حياته، وما أكثر تأثيرها في شخصيته، وهكذا

فالموقف الذي يوجد فيه الفرد يلعب دورا هاما في سلوكه فقد يكون الفرد قائدا في موقف وثابتا في موقف آخر، رغم توافر شروط القيادة لديه في كلا الحالتين".

" يمكن أن نظيف لهذا المحدد نوع التنشئة الاجتماعية (التطبع الاجتماعي) التي تتخرط فيها الشخصية، وهناك مجموعة من وكالات التطبع الاجتماعي تبدأ بالأسرة وتنتهي بالمؤسسات القانونية والدينية في الدولة، مروراً بالمدرسة كمؤسسة اجتماعية، وما يصاحبها من جماعة الأقران، وكذلك مؤسسة الإعلام والمؤسسات الحزبية والترفيهية... الخ، حيث يطبع كل هذه الوكالات الشخصية بطابع خاص ومميز".

#### 3-4 محددات الموقف:

"المحدد الآخر من محددات الشخصية على نحو ما وضع "كلا كهون" "وموري" و"شينيدر"، هو محدد الموقف وما أكثر المواقف التي يمر بها الفرد في حياته، وما أكثرها تأثيراً في شخصيته، بالطبع لا يمكن النظر إلى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف التي تمر بها وتوجد فيها، فحتى العمليات البيولوجية أو الفيزيولوجية تتطلب وجود أجهزة داخلية أو عوامل بيئية ومواقف تتحقق فيها فعملية التنفس مثلا تتضمن وجود رئتين داخليتين، وفي الوقت نفسه وجود هواء خارجي ضروري لعملية التنفس، وعملية الهضم تتضمن الإحساس بالجوع.

"إن استجابات الشخص للمواقف تتأثر بخصائصه الوراثية، من بيئة جسمية إلى ذكاء إلى قدرات عقلية، إلى خصائص انفعالية ومن خلال احتكاك الفرد بالمجتمع يحدث تفاعل بين هذه الخصائص الوراثية والظروف البيئية من خلال التربية وأساليب الثواب والعقاب يتعلم الطفل أساليب السلوك المقبولة اجتماعياً، ويتعلم الطفل أيضاً أن ينشد رضا من حوله ويتحاشى عدم رضائهم".

#### 4-4 محددات الدور الذي يقوم بها الفرد:

إن الدور الذي يقوم به الفرد في الحياة إنما يشير إلى كل من الفرد والمحيط الاجتماعي الذي يوجد فيه، وفكرة الدور تمدنا بإدارة تفيد خصوصاً في تحليل عملية التطبع الاجتماعي والتنقيف، والدور هو ما يتوقعه المجتمع من الفرد الذي يحتل مركزاً معيناً داخل الجماعة، يحدد كل مجتمع الأدوار الاجتماعية التي يتوقع من أفرادها القيام بها في حياتهم العادية وتختلف الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها الأفراد باختلاف الثقافات التي ينتمون إليها.

#### 5-4 المحددات الثقافية:

"إن البنية الثقافية لها تأثير واضح جداً في نمو الشخصية، فأكثر الثقافة في تكوين الشخصية لا يمكن إنكاره، والبيئة الثقافية أو الحضارة التي تنبع من البيئة يعتبرها البعض العامل الأساسي في تشكيل الشخصية بالمعنى الدقيق، وقد ورد في ذلك العديد من الأقوال منها مثلاً:

"انه دون الحياة الثقافية لا يكون لدينا أفراد بل كائنات حية عضوية أو ذرات سيكوبولوجية" أن عامل التطبع الاجتماعي هو الذي يحول الفرد من كائن حي بيولوجي إلى كائن حي اجتماعي، يعيش في بيئته يؤثر فيها، ويتأثر بها".

#### 4-6- المحددات البيولوجية:

أكد بعض علماء النفس أن الطبيعة الإنسانية اجتماعية في أساسها، وان الأساس البيولوجي لسلوك هو القدر المشترك بين الإنسان والحيوانات الأخرى ومع ذلك يجب أن تؤكد منذ البداية أن التأثيرات الاجتماعية يمكن أن تحدث أثرها في الكائن الحي البيولوجي، مثلما تحدث الاختلافات في التكوين البيولوجي والجسمي للفرد، واختلافات في استجاباته للظروف الاجتماعية التي يعيش فيها، ولذلك فحتى علم النفس الاجتماعي لا يمكنه أن يغفل أهمية الجوانب البيولوجية في دراسة الشخصية.

يذهب وليم روجر إلى أن إدخال المجال البيولوجي في دراسة الشخصية من شأنه أن يوسع أفقنا ونظرتنا لهذا المجال الجديد الذي لا يزال بعد. ويستمد الاتجاه البيولوجي الكثير من أفكاره من العلم البيولوجي والعلم الفيزيولوجي وما يتصل بهما، في نظرتهم للشخصية وكيف تتكون وكيف تنمو وكيف تعادل... والحقيقة أن الكائن الحي يمثل وحدة متكاملة لا يمكن الفصل فيها بين مكوناته

البيولوجية وللتأثيرات البيئية التي يخضع لها سواء قبل الولادة أو بعدها. إذا كان للثقافة تأثير عميق في حياة الفرد، فان للمحددات البيولوجية تأثير مماثل كذلك .

#### 5 - الشخصية الرياضية:

تتميز الشخصية الرياضية بمجموعة من السمات في النوع والدرجة عن تلك السمات التي تميز الشخصية غير الرياضية، حيث أن لاعبوا الألعاب الفردية يتصفون بسمات تميزهم عن لاعبي الألعاب الجماعية، كما أن لاعبي النشاط الواحد يتميزون بسمات مختلفة تبعا لمراكزهم وواجباتهم في الملعب، فلكل نشاط رياضي طبيعة خاصة.

كما يعتبر الهدف العام من دراسة الشخصية الإنسانية هو التوصل إلى تعميمات دقيقة تعطي الفرصة والإمكانات لتفسير سلوك الإنسان والتنبؤ به ذا أمكن ذلك .

ولا يختلف الأمر كثيرا عن دراسة الشخصية في الرياضة، وإنما وجه الاختلاف هو وجهة التركيز الخاص في محاولة الفهم والتنبؤ بالسلوك في المجال الرياضي، وذلك في هدفين أساسيين هما :

- تحديد تأثير الرياضة في تطوير أو تغيير الشخصية.

- تحديد تأثير الشخصية في الأداء الرياضي.

هناك بعض السمات عولجت في دراسات وهي مختلفة حسب الرياضيين، وتهدف إلى معرفة شخصياتهم وتميزها عن غير الرياضيين ومن هذه الدراسات بحوث (1967)

والتي استخلص منها أن هناك الكثير من السمات لا تميز الرياضيين عن غيرهم وهي مشتركة.

- الممارسة الرياضية تتأثر في خلق بيئة للشخصية وتنميتها.

- بعض أنواع الشخصية يناسب أنواع من الرياضة فيوجد نوع لاعبي كرة القدم، ونوع لاعبي الكرة الطائرة. ونوع لاعبي كرة السلة، وهو الشيء الذي يؤكد عليه (karoll). أن هناك شخصية قاعدية يشترك فيها جل الأفراد قبل ممارستهم الرياضية، لا أنها تتضح معالم بعد اختيار نوع الرياضة.

## 6- السمات الشخصية واختلاف نوع الرياضة:

اهتم بعض الباحثين بمعرفة هل هناك فروق في سمات الشخصية على أساس اختلاف نوع الرياضة الممارسة ومن ذلك على سبيل المثال دراسة كل من "كارول" (karoll) و"كورتشو" (crenshaw)، (1970)، على رياضي المستوى العالي لرياضات " كرة القدم والمصارعة والجمباز والكاراتيه وأظهرت أن هناك سمات نفسية تميز رياضي الجمباز والكاراتيه ..."

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

كما بينت بعض النتائج ما يلي :

- يتميز رياضي الأنشطة ذات الاحتكاك الجسماني المباشر بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بالإصرار والمسؤولية الشخصية والضبط الذاتي مقارنة برياضي الأنشطة المتوازنة.

- يتميز رياضي الأنشطة الفردية بارتفاع درجة سمة قلق المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية مقارنة برياضي الأنشطة الجماعية.

- يتميز رياضي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بالإصرار والمسؤولية الشخصية والضبط الذاتي والثقة بالنفس مقارنة برياضي الأنشطة التي يتطلب زمن من أداء مسابقتها فترة قصيرة.

- يتميز رياضي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة بارتفاع درجة سمة قلق المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية، مقارنة برياضي الأنشطة الرياضية التي يتطلب زمن أدائها مسابقتها فترة طويلة.

- يتميز رياضي الأنشطة الجماعية بارتفاع درجة وجهة الضبط مركز التحكم الخارجي مقارنة برياضي الأنشطة الفردية.

كما توصل **جوي وآخرون (1987)** إلى وجود فروق بين الرياضيين في الألعاب الجماعية ( كرة القدم، كرة السلة، والكرة الطائرة والبيس بول) وبين الرياضيين في الأنشطة الفردية (الجمباز، العاب القوى، السباحة، المصارعة، التنس والجولف)، إذا أسفرت النتائج عن حصول الرياضيين في

الألعاب الجماعية السابق ذكرها على درجات اعلى في متغيرات القلق والاستقلالية والانبساطية ودرجات اقل في متغير الحساسية.

## 7- أهمية دراسة الشخصية الرياضية :

إن المتتبع للنتائج الرياضية العالمية والإجراءات العلمية التي تم الاستعانة بها لتحقيقها , يرى أن هذا التقدم لم يتحقق نتيجة الخبرة فقط، بل أيضا نتيجة الاستفادة من البحوث العلمية التي أجريت لدراسة طبيعة الشخصية الرياضية وانسب الطرق لإعداد الرياضي فدراسة الشخصية الرياضية تفيد العاملين في المجال الرياضي فيما يلي :

- نظرا لان الأداء الحركي الرياضي يعتمد على المكونات الوظيفية للشخصية الرياضية فان الدراسة المستفيضة للشخصية الرياضية من حيث المكونات البدنية والنفسية من الأمور الهامة في إعداد الرياضي المتمكن من توظيف كل إمكانياته للتقديم أفضل أداء حركي ممكن.

- لما كانت عملية اختيار الأفراد الملائمين للممارسة نشاط رياضي معين تعتبر عملية اقتصادية ذات أهمية بالغة في إعدادهم فان دراسة الشخصية الرياضية المميزة في هذا النشاط تعطي المؤشرات الصحيحة التي يجب على ضوءها اختبار الناشئين واللاعبين , الأمر الذي يجعل عملية التدريب الرياضي أكثر فعالية حيث تكون مركزة نحو الأفراد الذين يمتلكون مؤهلات النجاح.

- تساعد عملية دراسة الشخصية الرياضية من حيث خصائصها البدنية والحركية والعقلية في نوع معين من نشاط على وضع برامج الإعداد البدني والمهاري والخططي الهادف إلى اكتسابهم القدرات الحركية الخاصة للنشاط.

- تعتمد دراسة الشخصية الرياضية النموذجية في نشاط معين من الناحية النفسية مع دراسة طبيعة شخصية اللاعب الهادفة إلى اكتسابه الخصائص النفسية المطلوبة لنوع المركز الذي يشغله إذا كان ممارسا لإحدى الألعاب الجماعية.

- تعتمد دراسة الشخصية الرياضية في تحديد الطرق والأساليب المناسبة في إعداد الرياضي نظرا للفروق الفردية بين الرياضيين والتي تحول دون استخدام طرق وأساليب موحدة أثناء التدريب.

- نظرا لكون عملية التدريب الرياضي تعتمد في المقام الأول على تنظيم الأعمال البدنية وان الأعمال البدنية تتفوق على الخصائص والقدرات البدنية والنفسية أصبحت دراسة هذه السمات للرياضي هي المدخل الرئيسي لتنظيم الأعمال البدنية والنفسية في تدريب الرياضي.

- إن دراسة الجانب النفسي من الشخصية الرياضية تساعد القائمين على إعداده في تحديد حجم وشدة المنافسات التي يجب أن يخوضها في الموسم الرياضي وذلك على ضوء ما يتمتع به الرياضي من خصائص نفسية وما يهدف إليه الإعداد النفسي من تنمية لبعض الصفات والخصائص النفسية.

- تحديد تأثير الأنشطة الرياضية في تطوير أو تغير الشخصية ويمثل هذا الهدف قيمة اجتماعية ويبين أهمية الأنشطة الرياضية في تطوير السلوك الإنساني حيث يرى بعض العلماء أن ممارسة النشاط الرياضي يؤدي إلى خفض السلوك العدواني، والتخلص من الأمراض النفسية مثل الاكتئاب.

- تحديد تأثير الشخصية على الرياضة يمثل هذا الهدف الإسهام في معرفة العوامل النفسية المؤثرة في الأداء الرياضي، وعملية انتقاء الرياضيين الناشئين.

## 8- الشخصية والمستوى الرياضي العالي :

ان تحديد عوامل الشخصية للاعبين طبقا للمستوى الرياضي هي محاولة للإجابة على السؤال التالي : هل توجد فروق دالة إحصائية في مكونات الشخصية بين الرياضيين الأقل مستوى .(على المستوى الهادي مثلا).

قد حاولت بعض الدراسات في مجال علم النفس الرياضي للإجابة على هذا السؤال، حيث أظهرت بعض الدراسات التي قام بها "كرول" (kroll) (1968) وسنجر "singer" (1969) و"روشال" (rushall) (1972) و"شور" (chure) (1977) و"كين" (kune) (1980) عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الرياضيين ذوي المستوى الرياضي العالي والرياضيين ذوي المستوى الرياضي الأقل في بعض جوانب الشخصية.

وعلى العكس من ذلك أشارت بعض الدراسات التي أجراها مورجان (morgan) وآخرون عام (1972) حتى عام(1978) إلى وجود فروق دالة إحصائية في بعض المكونات الشخصية بين الرياضيين المتفوقين و بين الرياضيين الأقل تفوقا.



## 9- السمات الشخصية في المجال الرياضي:

في المجال الرياضي، هناك اختلاف كبير بين العلماء في تحديد عدد السمات التي تتكون منها الشخصية الرياضية أو السمات التي ترتبط بالنشاط الرياضي، و في هذا الإطار يقسم " أبو العلاج، احمد واحمد عمر، روبي" السمات إلى :

- السمات العقلية المعرفية.

- السمات الانفعالية الوجدانية.

أما سعد جلال و محمد حسين علاوي فيقسمون سمات الشخصية الرياضية إلى مجموعات متعددة وهي :

- مجموعة السمات البدنية.

- مجموعة السمات العقلية.

- مجموعة السمات الخلقية.

فالسّمات الانفعالية الوجدانية تؤثر في السمات العقلية المعرفية والعكس صحيح، وكذلك فان الأداء في المجال الرياضي يعتمد على هذين النوعين من السمات من حيث ارتباط السمات العقلية المعرفية بالأداء الأقصى ويقصد بها افضل أداء ممكن يقوم به الرياضي، بينما ترتبط السمات الانفعالية الوجدانية بالأداء المميز، وهو ما يؤديه الرياضي بالفعل وطريقة أدائه أي انه يظهر دوافع الرياضي وميوله والعوامل النفسية الكامنة وراء الأدب بأسلوب أو طريقة معينة.

ومن بين السمات التي يكسبها النشاط البدني الرياضي ويطورها هي سمات بالنفس وسمت تأكيد الذات ويكسبها أيضا الاحترام في الحياة، وهناك عدة سمات تظهر عند الرياضي بعد من ممارسة للنشاط الرياضي..

تم تصنيف سمات الشخصية للرياضي إلى سمات عامة يجب أن تتوفر لدى أي ممارس للنشاط الرياضي أيا كانت نوع الرياضة التي يمارسها، وسمات أخرى خاصة بنوع النشاط الذي يمارسه وذلك اثر التعمق في توصيف المتطلبات البدنية والعقلية والانفعالية لكل نشاط ويمكن عرضها كما يلي :

### 9-1- السمات البدنية العامة:

ويقصد بها تلك الصفات البدنية التي يجب أن تتوفر لدى كل رياضي أيا كانت نوع الرياضة التي يمارسها، وتتمثل هذه السمات في التناسق بين أعضاء الجسم، والحالة الوظيفية الطبيعية لكل عضو من أعضائه، واللياقة البدنية العامة.

### 9-2- السمات البدنية الخاصة:

وهي تلك الصفات البدنية المطلوبة لنوع النشاط الذي يمارسه الرياضي، كل البناء الجسمي، والحالة الوظيفية واللياقة البدنية والحركية التي تتوافق مع متطلبات اللعبة.

### 9-3- السمات المعرفية العامة:

ويعني تلك الصفات المعرفية التي تميز الرياضي عن غيره الرياضي مثل القدرة على الانتباه والإدراك والتصور الحركي، وكذلك القدرة على إدراك الأشكال والمسافات والاتجاهات والأزمنة وتقدير قوى الدفع العضلي واتجاهات حركة أعضاء الجسم وغيرها كالاسترخاء البدني والعقلي.

### 9-4- السمات المعرفية الخاصة:

وتعني تلك الصفات المعرفية المطلوبة لنوع وطبيعة النشاط الممارس، فكل نشاط خصائصه المعرفية التي تميزه عن باقي الأنشطة الرياضية، فالألعاب الفردية تتطلب سمات معرفية تختلف عن تلك السمات المطلوبة للألعاب الجماعية والتي يكون التفكير الخطي فيها أساساً للتفوق.

### 10- السمات الانفعالية للرياضيين:

#### 10-1- السمات الانفعالية العامة :

إن الأداء الحركي الرياضي أياً كان النشاط الذي يحتويه يتطلب مجموعة من السمات الانفعالية العامة.

ولقد أسفرت الدراسة العلمية التي كانت موجهة نحو التعرف على الأساس الانفعالي للممارسة الرياضية بصرف النظر عن نوع النشاط، أن الرياضي يتصف عن غير الرياضي بمجموعة من السمات الانفعالية، وقد اتفقت هذه الدراسة من حيث الهدف مع مجموعة كبيرة من الدراسات المعرفية والأجنبية حيث اتفقت جميعها على أن الممارسة الرياضية تتطلب مجموعة من السمات الانفعالية غير تلك السمات المطلوبة للممارسة الحياتية الأخرى.

ومن خلال مجموعة أخرى من الدراسات العلمية الهادفة إلى التعرف على أساس الانفعالي للتنافس الرياضي بصرف النظر عن نوع النشاط أن السمات الانفعالية التي تمكن من التنافس الرياضي هي :

- الكفاح تحت الضغوط.

- التحكم في الاستثارة.

- تنظيم الطاقة النفسية.

- التعبئة النفسية.

ونلاحظ أن بعض هذه السمات مشتركة مع تلك المسؤولة عن تسهيل الممارسة الرياضية.

## 2-10- السمات الانفعالية الخاصة:

تختلف السمات الانفعالية بين ممارسي كل نشاط رياضي تنافسي وآخر تبعا لاختلاف المتطلبات الانفعالية للنشاط.

كما أن ممارسي النشاط الرياضي الواحد تختلف سماتهم الانفعالية تبعا لواجباتهم في الملعب.

فالسماة الانفعالية للاعبى الهجوم فى كرة القدم تختلف عن سماة لاعبى الدفاع ونفس الحال فى كرة السلة واليد والهوكى وغيرها من الألعاب الجماعية، وكذلك فى ألعاب القوى يتمتع لاعبو الوثب بسماة انفعالية تختلف عن لاعبى الرمى والجري.

فالتباين فى الواجبات الحركية الرياضية فى النشاط الواحد يفرض بطبيعة الحال تباينا فى المتطلبات الانفعالية.

ولقد أسفرت مجموعة من الدراسات العلمية عن صحة هذا الافتراض، ومنها دراسة قام بها مؤلف الكتاب عن السمات الانفعالية المميزة للاعبى المراكز المختلفة فى كرة السلة.

## المصادر

- 1- كمال، محمد، محمد، عويضة. (1992). علم نفس الشخصية. بيروت: دار الكتب الجامعية.
- 2- مؤمن، صالح. (2011). الشخصية. (بناءها- تكوينها- أنماطها). عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- 3- محمد، محمد، كامل، عويضة. (1996). علم نفس الشخصية والفكر. لبنان: دار الكتب الجامعية.
- 4- مفتى، إبراهيم، حمادة. (2010). التدريب الرياضي للناشئين و المدرب الناجح. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- 5- محمد، جاسم، لعبيدي. (2011). علم نفس الشخصية. ط1. عمان: ديونو للطباعة والنشر والتوزيع.

6- محمد، جاسم، لعبيدي. (2011). علم نفس الشخصية. ط1. الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

7- محمد، طه، بدوي. (2000). المنهج في علم السياسية. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

8- ماهر، أحمد. (2002). السلوك التنظيمي – مدخل- بناء- مهارات. ط8. الإسكندرية: الدار الجامعية.

9- محمد، عبد الله. (2010). مدخل إلى الصحة. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.