وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية المستقبل الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

علم النفس الرياضي

م/ الشخصية

المرحلة الثالثة

م.د حارث عبد الالة الشكري

الشخصية

علم نفس الشخصية، هو فرع من أفرع علم النفس التي تدرس مفهوم الشخصية وتنوعها بين الأفراد. يُعتبر هذا الفرع بمثابة دراسة عملية رامية إلى إظهار الاختلافات الفردية الناجمة عن القوى النفسية بين الأشخاص.

تشتمل مجالات اهتمام علم نفس الشخصية على ما يلي:

1-تكوين صورة مترابطة حول الفرد وعملياته النفسية الرئيسية.

2- دراسة الفروق النفسية الفردية.

3- دراسة الطبيعة البشرية وأوجه التشابه النفسية بين الأفراد.

تُعتبر «الشخصية» بمثابة مجموعة ديناميكية منظمة من الخصائص التي يمتلكها الفرد، والتي تؤثر بشكل فريد على كل من بيئته وإدراكه وعواطفه ودوافعه وسلوكياته في سياق مواقف مختلفة. تُشتق كلمة شخصية من الكلمة اللاتينية بيرسونا والتي تعني «القناع».

قد يشير مفهوم الشخصية أيضًا إلى نمط الأفكار والمشاعر والتكيفات الاجتماعية والسلوكيات التي تظهر باستمرار، والتي تؤثر على توقعات الفرد ومفاهيمه الذاتية وقيمه ومواقفه إلى حد كبير. تتنبأ الشخصية بردود الأفعال البشرية تجاه الأشخاص الآخرين، والمشاكل، والتوتر.

فالشخصية :

هي من الفعل (شخص) وهي تعني بأنه كل الصفات الظاهرة الخاصة بالفرد من طول وضعف ولون البشرة .... ظاهرياً.

تعريفات الشخصية :

1. هي السلوك المميز للفرد.
2. النظام المتكامل من الصفات التي تميز الفرد عن غيره
3. التنظيم العقلي الكامل للإنسان عند مرحلة معينة من مراحل النمو (نفسية ، عقلية ، مزاجية ، مهارات الفرد ، أخلاقية ، اتجاهاته التي كونها خلال حياته).

ما يتحلى به الشخص من الصفات وعادات وسلوك ويجب أن يتطرق تعريف الشخصية المتكامل إلى ما يتحلى به الشخص من الصفات وعادات وسلوك ويجب أن يتطرق تعريف الشخصية المتكامل إلى:

1. الفردية : ما يتميز به عن الآخرين.

2. التكامل : وحدة متكاملة ومتماسكة ومنسجمة.

3. الحركية : تفاعل بين الشخص والبيئة.

4. الثبات النسبي : تصرفاته وسلوكه في المواقف المتغيرة.

النظريات المفسرة للشخصية :

هناك العديد من النظريات والنماذج التى قدمها العلماء والباحثين فى مجال الشخصية ، وسوف نعرض بإيجاز أهم هذه النظريات والنماذج مع محاولة شرح تطبيقاتها بالنسبة للاعب الرياضى ، وهذه النظريات والنماذج هى :

1 – نظرية التحليل النفسى:

تتكون الشخصية فى رأى فرويد من ثلاث نظم أساسية وهى (الهو ، والأنا ، والأنا الأعلى) وبالرغم من أن لكل جزء من هذه الأجزاء النوعية للشخصية الكلية وظائفه وخصائصه ، ومكوناته ومبادئه التى يعمل وفقاً لها فأنها جميعاً تتفاعل معاً تفاعلا وثيقاً ، بحيث يصعب أن لم يكن مستحيلاً ، فصل تأثير كلا منها ، ووزن إسهامه النسبى فى تحديد سلوك الإنسان . فالسلوك يكون غالباً محصلة لتفاعل هذه النظم الثلاثة ، ونادر ما يعمل أحد هذه النظم بمفرده دون النظامين الآخرين

الهو والأنا والأنا الأعلى :

الشخصية من وجهة نظر " فرويد " منظومة متكاملة تتضمن ثلاث نظم أساسية هي : الهو والأنا والأنا الأعلى وهذه النظم الأساسية الثلاثة تتكامل معاً بصورة يصعب معها عزل أثر كل منها في سلوك الإنسان ، بالرغم من أن لكل منها وظائفه وديناميته ومكوناته ومبادئه التي يعمل في إطارها .

أ – اللهو : وهو يمثل غريزة وسلوك الإنسان الموروث. وأشار " فرويد " إلى أن الهو هو النظام الأصلى للشخصية ، كما أنه أساس الحياة الإنسانية ، وهو ذلك الجزء من النفس الذى يتضمن كل ما هو موروث وغريزى لدى الطفل منذ الولادة ويحتوى على العمليات العقلية المكبوتة في اللاشعور

ب– الآنا : الذي يمثل السيطرة على اللهو بشكل إرادي. الجانب الشعوري والمنطقي والواقعي للشخصية والذى يستطيع الإدراك والحكم والتقييم عن طريق الاتصال بالعالم الخارجي الإدراك.

ت– الآنا الأعلى : الذي يمثل الضمير والذات العليا التي ترضي الله والنفس والمجتمع وإن السلوك حسب نظرية فرويد يتحدد من خلال التفاؤل الحركي بين هذه النظم الثلاثة. أي يمثل الضمير ومن وظائفه رقابة الأنا والحد من جموحها ومحاولة السيطرة عليها ، كما أن الأنا الأعلى يمثل الأخلاق والمجتمع ، وافترض " فرويد "أن الأنا الأعلى تسهم فى حل الصراعات بين " الهو " و " الأنا " .

جوانب قصور نظرية فرويد :

أهم جوانب القصور التي تنطوى عليها نظرية التحليل النفسي لفرويد سواء فى منهجها أو مفاهيمها :

1 – استطاع فرويد بناء نظريته فى الشخصية من خلال تعميمات لملاحظاته لمرضى النفسيين الذين كان يعالجهم وفى هذا الجانب ارتكب خطأ جسيم فى خطواته لا ثبات صدق فروض نظريته فقد أجرى ملاحظته فى ظروف تفتقد إلى الضبط التجريبى وكذلك يعترف بأنه لم يسجل لفظاً ما كان يحدث بينه وبين مرضاه أثناء العلاج بل كان يعتمد على الذاكرة فى تفسيراته فيما بعد كما أنه كلن يقبل ما يقوله المرضى كما هو دون محاولة التحقق من صدقة بواسطة أى شكل من أشكال البرهان الخارجي .

2 – التعميم الشديد الذى وصل إليه فرويد من نتائج ملاحظاته للمرضى النفسيين النمساويين من الطبقة فوق المتوسطة والعليا على أساس تفسيره لشخصيتهم ينطبق على كل البشر فى كل زمان ومكان بصرف النظر عن جنسياتهم وثقافتهم وطبقتهم الاجتماعية الاقتصادية .. الخ .

3– تأكيده المبالغ فيه لأهمية الغرائز البيولوجية فى تحديد شكل ومسار السلوك البشرى وإهماله لدوافع السلوك الاجتماعية كما أنه نسب إلى الطفل منذ ولادته رغبات شهويه وتدميرية .

2 – نظرية الأنماط :

من قديم الأزل وحتى اليوم اهتم الإنسان بتصنيف الأفراد إلى أنواع أو فئات أو طرز مختلفة حتى يكونون صورة أو فكرة عند أبراز خصائص الفرد الثابته تقريباً أى شخصية . وفى القرن التاسع عشر حاور الفسيولوجى الإيطالى " لمبروزو " تقسيم الناس إلى نمطين :

1 – مجرمين .

2 – عاديين .

بحسب صفات لجسمهم للمجرمين تميزهم عند العاديين وسبب ذلك حسب اعتقاده خطأ وراثى فى سلسلة تطورهم من الإنسان البدائى للإنسان العصرى وأو هو ارتداد إلى حالة الوحشية الأولى ذات الصفات المنحطة وعند هذه الصفات قرطحة الأنف استطالة الفك الأسفل – ودقة الذقن – انخفاض الجبهة وبروز الآذنين استبعاد محاجر العينين عن بعضهما وعدم تماثلها ظلت هذه النظريات سائدة فى علم الإجرام إلى أن اثبت العالم " جوزنج " سنة 1913 م أن نمط المجرمين لا يختلف عن نمط غير الممجرمين من حيث الصفات الجسمية واستخدم مجموعة تجريبية ضخمة من المجرمين والمجموعة الأخرى ضابطة من العاديين ووجد بالمقارنة بين المجموعتين أنه لا توجد فروق لها دلالة إحصائية .

الأنماط المزاجية لأبوقراط وأنماط الجهاز العصبى لبافلوف والخصائص المميزة

لهذه الأنماط (عن أوزولين Osolin 1960)

تقسيم هيبوقراط

تقسيم بافلوف

الخصائص المميزة

النمط اللمفاوى

النمط القوى المتوازن الهادىء

والهدوء والبطء والبرود ، عدم التقلب وانفعالات سطحية غير عميقة .

النمط الدموي

النمط القوى المتوازن النشط المتحرك

المرح والأمل فى الحياة ، الحركة والنشاط والاندفاع ، لا تستغرق الانفعالات فترة طويلة بصورة دائمة ، القدرة على تكييف الانفعالات طبقاً للمواقف .

النمط الصفراوى

النمط القوى غير المتوازن

حدة الطبع والمزاج والتقلب والانفعالات القوية العميقة ، سرعة ودوام الاستثارة ، عدم القدرة على التحكم فى الانفعالات

النمط السوداوى

النمط الضعيف غير المتوازن

الميل إلى الحزن والتشاؤم ، بطء الاستثارة وعمقها ، سرعة الاستسلام لليأس .

وقد أشار بعض الباحثين فى مجال علم النفس الرياضى أن النمط المزاجى أو نمط الجهاز العصبى السائد لدى الفرد قد يؤثر بدرجة كبيرة على مستواه الرياضى ، إذ أن هناك الكثير من الأنشطة الرياضية التى تتطلب تميز اللاعب بخصائص مزاجية معينة حتى يستطيع تحقيق أعلى المستويات الرياضية .