

المحاضرة الثانية

الشخصية

ان اصل كلمة شخصية (Personalty) يرجع بالاصل الى اللغة اللاتينية وهي مشتقة من لفظة (Persona) وتعني القناع وهذه الكلمة يعود تاريخ استعمالها الى الزمن الذي كان فيه الممثل الاغريقي يضع القناع على وجهه في المسرح لإخفاء شخصيته الحقيقية والشخصية بمعناها الحديث استعملت لأول مرة سنة (1795 م) وكانت تعني الفردية (Individuaty) والخلق ومفهوم الشخصية ليس بهذا القدر من البساطة ، فالشخصية ليست شيئا يملكه البعض ، ولا يملكه البعض الاخر ، ولا يمكن القول بان فلانا له شخصية قوية ، وان فلانا لا شخصية له ، كما لا يمكننا ان نصف شخصا بان له شخصية قوية او شخصية ضعيفة او شخصية مهزوزة ، فهذه كلها تعبيرات لا تنطوي على قدر من الدقة العلمية .والعلماء قد اختلفوا في تعريفهم لمفهوم الشخصية لانه اكثر واصعب المفاهيم تعريفا وتحديدا لانه يرتبط بمعرفة وسلوك الفرد والتي تبقى من الوسائل المعقدة التي يصعب فهمها بشكل دقيق وحقيقة الامر ان تعريفات الشخصية تعددت وتنوعت في المجالات كثيرة ومتعددة ومنها :-

1 – عرفها (احمد زكي) بانها الشخصية هي النظام الكامل من النزاعات الثابتة نسبيا الجسمية والنفسية والتي تميز فردا معيناً والتي تقرر الاساليب المميزة لتكليفه مع بيئته المادية والاجتماعية .

2 – عرفها (جوردن البرت انها : عبارة عن تنظيم ديناميكي للوظائف النفسية والفلسجية التي تقرر وتحدد مدى تكيف فرد معين للبيئة التي يعيش فيها ، والمقصود بالتنظيم هي ان الشخصية متكونة سمات عديدة متداخلة بعضها البعض . اما الوظائف النفسية والفلسجية هي العادات والتقاليد والقيم والمعتقدات وكل الدوافع المكتسبة وهي تطور نتيجة التعلم وزيادة الخبرات .

3 – أما قاموس اكسفورد (Oxford) فعرفها انها جميع الصفات او الخصائص التي تجعل الفرد كما هو حالياً وتميزه عن غيره من الافراد .

4 – اما (وستين) فيعرف الشخصية بانها : عبارة عن انماط دائمة من الافكار والمشاعر والسلوكيات التي يعبر عنها في ظروف مختلفة

5 – ويذهب (ايزنك) في قوله بان الشخصية : هي التنظيم المستمر نسبيا لاختلاف الشخص ومزاجه وعقله وجسده وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيفه الفريد مع المحيط .

ان كل صفة تميز عن غيره من الناس تؤلف جانبا من شخصيته وان الخصائص التي تجعل الشخص بالهيئة التي هو عليها مميزا عن الأشخاص الآخرين ومن خلال التعاريف نستنتج بعض المؤشرات التي تحدد الشخصية وهي :-

1 – ان الشخصية تتكون من عدة عوامل تتفاعل مع بعضها بشكل دينامي مستمر

2 – الشخصية هي الأساليب المميزة والفريدة وتجعله يختلف عن الآخرين

3 – الشخصية هي مجموعة أنماط ثابتة ودائمة من الانفعالات والدوافع والسلوك الذي يميز الفرد عن غيره .

4 – تلعب العوامل البيئية والوراثية الأساس في بناء اي شخصية

5 – انها خصائص وقيم وعادات الفرد التي تنظم سلوكه

والشخصية احتلت مكانه مهمة في الدراسات النفسية ، وهذه الأهمية تأتي في حال دراسة الشخصية السوية وتزداد في حال دراسة الشخصية المضطربة ، وساعد على تأكيد هذه المكانة عدد من العوامل كان من بينها النظر الى السلوك على انه يحصل لشخصية تعمل كأنها وحدة متكاملة وفيها كل ما تنطوي عليه من عناصر ومركبات ودوافع وقدرات ، الا ان هذه الاهتمام الكبير بالشخصية لا يسلم من الاختلاف في المنحنى الذي تأخذه الدراسات التي تجعلها موضوعا .

ان كل صفة تميز الشخص عن غيره من الناس تؤلف جانبا من شخصيته فذكائه وقدراته الخاصة وثقافته وعاداته ونوع تفكيره ومعتقداته من مقومات شخصيته كذلك مزاجه ومدى ثباته الانفعالي ومستوى طموحه وما يحمله من اعماق نفسه من مخاوف وعقد مختلفة وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلقية كالصدق والكذب والتسامح والتشدد والانطواء والانبساط فضلا عن ما يتميز به من صفات جسمية كالقوة والجمال ورشاقة الحركات وحدة الحواس ، لذلك نستطيع ان نعرف الشخصية بانها جملة الصفات الجسمية والعقلية والمزاجية والخلقية والتي تميز الشخص عن غيره تميزا واضحا ، غير ان هذه الصفات منها ما يبرز اثره ويثقل وزنه حين نحكم على شخصية فرد من الافراد .

ويهدف علماء النفس من دراسة الشخصية الى تحقيق هدفين هما :

1 – وصف بنية الشخصية : بمعنى وصف تنظيم أنماط الأفكار والمشاعر والسلوكيات في العقل

2 – دراسة الطريقة التي يتفاهم بها الناس مع بعضهم او يختلفون بها من فرد لآخر او تحديد ما يسمى بالفروق الفردية

لقد نالت الشخصية الجزء الأكبر من دراسات العلوم التربوية والنفسية وان مجال الشخصية هو المجال الأوسع الذي تتداخل فيه النظريات النفسية والمقاييس النفسية ، وهو الأوسع في التعريف الذي ينطلق من التطبيق وهناك عدد من العلماء عرفوا الشخصية وفق رؤاهم وتصوراتهم النظرية

(وودورث وماركيز) بانها الأسلوب العام لسلوك الفرد كما يظهر في عاداته التفكيرية وتغييراته واتجاهاته وميوله وطريقة سلوكه وفلسفة الشخصية في الحياة .

ان معظم التعريفات التي ذكرها علماء نفس الشخصية تشير الى معنى واحد تقريبا ولكن الاختلاف في الشمولية فقسم منهم يركز على السلوك والظواهر الخارجية بينما يركز قسم اخر على التكامل بين السلوك والمكونات الداخلية للفرد ، وبالرغم من اختلاف تعريفات الشخصية لابد من التأكيد على ان التعريف الجيد للشخصية يجب ان يشمل المحاور الأتية

1 – الفردية : تعني بان لكل فرد شخصية تميزه عن الآخرين فبعض الأشخاص يتميز بقدرة على التذكر بينما أفراد آخرين لديهم قدرة على فن التعامل مع الناس او فرد يتميز بالانتران الانفعالي وعلى العكس هناك فرد لا يمتلك القدرة على ضبط نفسه .

2 – التكامل : ان الشخصية لا تعني المجموع البسيط لصفات الانسان بل تعني ان صفات الانسان هي وحدة متكاملة تتصف بالتماسك والانسجام وبمحصلة غير المجموع البسيط للصفات .

3 – الحركية : ان الشخصية هي نتاج التفاعل بين الشخص وبيئته وهذا يعني ان الشخصية رغم تأثيرها بالمكونات الجسمية وراثيا فهي تتأثر بالبيئة ايضا ، فهي بهذه الحالة مكتسبة وبالتالي يمكن ان تتغير نسبيا بتغير البيئة والظروف الخارجية .

4 – الثبات النسبي : ان الشخصية هي استعداد للسلوك في المواقف المختلفة وهي ليست السلوك الظاهري بحد ذاته ، وهذا الاستعداد يتكون العادات والتقاليد والسمات والقيم والدوافع والعواطف . هناك بعض

المدركات الخاطئة للحكم على الشخصية فهي ليست شيئا يملكه بعض ولا يملكه بعض اخر ، ولا يمكننا القول ان فلانا له شخصية وان فلانا له لا شخصية له ، فهذه تعبيرات لا

تنطوي على قدر كبير من الدقة العلمية لان سمات الفرد او مجموعة الخصائص المختلفة هي اكثر من مجرد المظاهر البادية للعيان لذا نشير ايضا عند وصف شخصية فرد ما الى مجموعة الصفات الذاتية او الداخلية التي قد لا نستطيع ان نراها مباشرة او تلك التي قد يحاول الفرد اخفاءها عنا او تلك التي نحاول اخفاءها نحن عن الاخرين .

ومن الوسائل التي تأكد خطؤها في الحكم على شخصيات الافراد هي :

1 – المميزات الجسمية للشخص كملامح وجهه او مشيته او نبرات صوته او مظهره الخارجي او ابعاد راسه او شكل جمجمته او خطوط يده او شكل أصابعه او الشذوذ في تكوينه التشريحي ، فمن الناس من يرون ان الجبهة العريضة دليل على الذكاء وان مصافحة اليد بضعف دليل على ضعف الارادة او ارتجاج العين على عدم الامانة وان الاصابع الطويلة الرفيعة ترتبط بالموهبة الموسيقية .

2 – الحكم على الشخص من الصور الفوتوغرافية ، فقد دلت البحوث التجريبية على انها ليست دلائل صادقة ثابتة يمكن الاعتماد عليها لتغيير السمات المرتبطة او الاستعدادات المهنية للفرد .

3 – الحكم على الشخصية من كيمياء الجسم ، اذ حاول بعض العلماء الربط بين طراز الشخصية ومفردات الغدد الصم .

خواص الشخصية

تجتمع في الشخصية خاصيتان اساسيتان ، تظهر الاولى على شكل ثبات في الشخصية وتظهر الثانية في التغير والتطور اللذان ينالاها خلال تاريخ حياتها فكيف نفهم هاتين الخاصيتين المتلازمتين وما هي النتائج التي تترتب على وجودهما .

1 – ثبات الشخصية : يتألف من :

أ – الثبات في الاعمال : يظهر هذا النوع من الثبات في اتجاهاتنا المختلفة التي يعكسها سلوكنا في اشكاله المختلفة ونجاحه ماكان منها متصلا بطريقة تعاملنا مع الاخرين واحترامهم والتعرف بشؤونهم ، هنا نلاحظ كيف يظهر احدنا متجها نحو اللف والدوران في التعامل مع الاخرين ، كما يظهر الاخر معتمدا في اعماله قواعد من نوع احترام مصلحة الاخرين وحقوقهم والشعور تجاه الكلمة والحركة .

ب – الثبات في الاسلوب : يمكن ان يسمى الاسلوب او التعبير ونعني به ما يظهر عليه اي عمل مقصود نقوم به فالطريقة التي تتبع في الامساك بلفافة التبغ وتدخينها يمكن ان

تكون مثالا لما هو مقصود هنا من الأسلوب او التعبير وكذلك في طريقة امسكنا بالقلم عند الكتابة .

ج – الثبات في البناء الداخلي : يعد الثبات شعور الفرد داخليا باستمرار وقد يطلق عليه احيانا اسم هوية الشخص ، فيما نطلق عليه احيانا اخرى اسم وحدة الشخصية وهو يظهر شعور الفرد داخليا عبر حياته باستمرار باشكال كوحدة الشخصية وهويتها وثباتها ضمن الظروف المتعددة التي تمر بها كما يظهر بوضوح في مقدار الخبرة التي يمر بها في الحاضر واستمرار اتصالها مع الخبرة الماضية التي كان يمر بها الفرد .

2 – تغير الشخصية : يعد الثبات حالة نسبية وهو بهذا المعنى بعيد عن ان يكون سكونا او استمرارا ابديا في وضع واحد اذ ان صفات الحركة والنمو والتغير والانطلاق التي تعبر (ديناميكية الشخصية) تعد صفات اساسية لها ، فالشخص يمر خلال الطفولة بأشكال مختلفة من النمو في نواح متعددة من بنائه فانه يتغير او يتطور خلال هذا النمو اذا انه ينمو من خلال معارفه وقدراته ونوعيتها ومستواها وينمو في أشكال خبرته ومواقفه من المؤثرات التي تحيط به من خلال تفاعله بشكل مستمر مع ما يحيط به ويترك هذا التفاعل اثاره في مكونات شخصه لان صفة التغير صفة أساسية عنده وحين يصل الى مرحلة الرشد التي يظهر الثبات قد يصبح الغالب فيها فان التطور في الشخص يبقى مع ذلك مستمرا والا لما امكن فهم ما يصيب الفرد والمجتمع من تطور وتقدم وما يصيب الشخصية الشاذة من تعديل بتأثير العلاج لان هذا التغير في الشخصية ملاحق لثباتها النسبي وغير متعارض معه وكأنا في الواقع امام طريق واسع تكون العراويل والخبرات فيها كثيرة ومتنوعة .

(العوامل المؤثرة في الشخصية)

ان الشخصية مكون متعدد السمات والعوامل والمسببات وهناك عوامل رئيسة تؤثر في تكوين الشخصية وهي :

1 – الأخلاق : ان الخلق هو نظام من الاستعدادات او السمات التي تمكنا من التعرف بصورة ثابتة نسبيا حيال المواقف الأخلاقية والأعراف الاجتماعية ويعد الخلق جانبا من الشخصية وليست الشخصية كلها وأخلاق الشخص هي المرآة العاكسة لمعتقداته وقناعاته واتجاهاته .

2 – المزاج : يمثل المزاج مجموعة الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره ومن هذه الصفات درجة تأثر بالمواقف التي تثير الانفعال والتي تكون ذات تأثير سطحي او عميق او سريع او بطيء والصفة الأخرى هي نوع الاستجابة الانفعالية ومدى قوتها او ضعفها او سرعتها وكذلك مدى ثبات الحالة الانفعالية (المزاجية) الغالبة على الفرد

فقد تكون المرح او الاهتياج او التهجم . ويتأثر المزاج بالعامل الوراثي لذلك يصعب تغيير مزاج الفرد فالحالة الوراثية تحدد النمط الجسماني وحالة الجهاز العصبي وإفرازات الغدد من الهرمونات .

3 - الذكاء : ان الشخص يتميز عن غيره بذكائه كما يتميز بقوة اخلاقه او بسرعة غضبه والذكاء هو القدرة والمرونة في التكيف او القدرة على التعلم او مجموع المعارف التي اكتسبها الفرد ويتأثر الذكاء بالعامل الوراثي كما انه يؤثر بالبيئة التي يعيش فيها الفرد فالشخص الذكي يحسن اختيار الاصدقاء .

4 - العوامل الجسمية : تعد العوامل الجسمية من العوامل التي تلعب دورا مهما في تكوين الشخصية ، فالشخص الطويل المتناسق الاجزاء والجميل الصوت والقوي والمؤثر يكون في العادة شخصا اجتماعيا وقياديا يتعامل مع الناس بثقة عالية بالنفس ويتصف بصفات سلوكية معينة فهو يعامل من قبل الناس والمجتمع معاملة مختلفة عن الشخص الضعيف .

5 - العوامل البيئية والاجتماعية : ان للعوامل البيئية والاجتماعية تأثيرا كبيرا في تحديد شخصية الفرد من خلال تعاملها مع البيئة الجغرافية والمجتمع المحيط به ، والعوامل البيئية كثيرة منها الاسرة - المدرسة - الاصدقاء - النظام الاجتماعي والسياسي - النادي - الحالة الاقتصادية وعدد افراد الاسرة وتسلسل الفرد في العائلة .

نظريات الشخصية

ان معرفة سلوك الفرد ودراسته يتطلب معرفة سلوك الاخرين الذين يتعامل معهم ، فالسلوك الذي يكون مرغوب فيه او مسموح به في المجتمع ما ربما يكون ممنوع في مجتمع اخر لذلك ليس من السهولة التسليم بوجود نظرية واحدة تدرس الشخصية وتحيط بجوانبها لذلك قدم الباحثين والعلماء في مجال الشخصية نماذج من نظريات الشخصية منها :-

| | | |
|---|------------------------|----------------------------|
| 1 | النظرية الديناميكية | (psychodynamic Theory) |
| 2 | نظرية الأنماط | (Type Theorees) |
| 3 | نظرية السمات | (Traits Theory) |
| 4 | نظرية التعلم الاجتماعي | (Social Learning Theory) |
| 5 | النظريات التطورية | (Develpmental Theores) |

| | | |
|-------------------------|-------------------|---|
| (Role Plyning Theory) | نظرية لعب الأدوار | 6 |
|-------------------------|-------------------|---|

وسوف نعرض اهم هذه النظريات :

اولا : النظرية الديناميكية (الحركية) :

يعد سيجموند فرويد (Freud) مؤسس النظرية الديناميكية وقد خضعت هذه النظرية الى كثير من التعديلات على يد الفريديون الجدد امثال كادل يونج (Ung) وأريك فروم (Fromm) واريك اركسون (Erickson) وغيرهم نتيجة للخبرات الشخصية مع المرضى النفسيين من خلال العلاج بالتحليل النفسي والاساليب الاكلينيكية او العيادية مع الاشخاص المصابين بالامراض النفسية ، وينسب اصحاب هذه النظرية السلوك الى القوى الدينامية المنبعثة من الطاقة النفسية او الغريزية ومن محتويات اللاشعور والى الخبرات والحواسب الفردية المكتسبة المؤثرة في تلك الدوافع الغريزية .

لقد اشار فرويد الى ان الشخصية منظومة متكاملة تتضمن ثلاث نظم اساسية هي الهو (ID) والانا (Ego) والانا الاعلى (superego) وتعد نظرية (سيجموند فرويد) من النظريات الحركية للشخصية ،

الهو :- الذي يمثل الغريزة والسلوك الموروث (الذات غير العاقلة) .

الأنأ : الذي يمثل حالة السيطرة على الهو بشكل إرادي (الذات العاقلة) .

الأنأ الأعلى :_ الذي يمثل الضمير والذات العليا التي ترضي الله والنفس والمجتمع .

إذ يذكر فرويد إن التفاعل الحركي بين هذه الأنظمة هو الذي ينتج السلوك ، ولو شبها الشخصية بمسرحية فأبطالها هم هؤلاء الثلاثة والمنظر يجسد صورة معركة بينها .

ثانيا : نظرية الانماط :

يقسم اصحاب هذه النظرية الناس الى انماط تبعا لبعض المميزات السائدة لدى كل فرد ، وفي اعتقادهم ان هذا النمط يحدد شخصية صاحبة بصورة ما كما حاولوا منذ القدم البحث عن الانماط المختلفة التي ينقسم الافراد فيما بينهم تبعا لها ، فقسّموا الناس الى انماط مزاجية وجسمانية وانماط نفسية اجتماعية ، وهذه الانماط هي :

1 – الأنماط المزاجية : المزاج هو مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الافراد ، كما انه الخصائص التي تميز دينامية العمليات الانفعالية للفرد .

ويتوقف المزاج بصورة سائدة على العوامل الوراثية وبصفة خاصة على حالة الجهاز العصبي الغددي اذ انه من الصعوبة بمكان تغيير نوع المزاج الذي يتميز به الفرد . وقد قسم الطبيب الاغريقي (ابو قراط) قديما الناس الى اربعة انماط طبقا لنوع السائل السائد في الجسم كالدّم او الصفراء او البلغم او اللّمف ، اذ ان لكل نمط حياته المزاجية الخاصة به كما حاول (بافلوف) عن طريق دراسته لانواع الاجهزة العصبية المختلفة ان يميز بين انواع اساسية من انماط الجهاز العصبي في هذا التقسيم مع خصائص الأنماط المزاجية في التقسيم الرباعي لابو قراط ، كما يبين الجدول (1)

| الخصائص المميزة | تقسيم بافلوف | تقسيم ابو قراط |
|---|------------------------------------|----------------|
| الهدوء والبرود وعدم التقلب وانفعالات سطحية غير عميقة | النمط القوي المتوازن الهادئ | النمط اللمفاوي |
| المرح والامل في الحياة ، الحركة والاندفاع والنشاط لا تستغرق الانفعالات فترة طويلة بصورة دائمة القدرة على تكيف الانفعالات طبقا للمواقف | النمط القوي المتوازن النشط المتحرك | النمط الدموي |
| حدة الطبع والمزاج والتقلب والانفعالات القوية العميقة وسرعة ودوام الاستثارة وعدم القدرة على التحكم بالانفعالات | النمط القوي غير المتوازن | النمط الصفراوي |
| الميل الى الحزن والتشاؤم مع بطء الاستثارة وعمقها وسرعة الاستسلام واليأس | النمط الضعيف غير المتوازن | النمط السوداوي |

يبين الانماط المزاجية لابو قراط وبافلوف وخصائصهما المميزة وأشار بعض علماء النفس الرياضي ان النمط المزاجي او نمط الجهاز العصبي السائد لدى الفرد قد يؤثر بدرجة كبيرة على مستواه الرياضي ، اذ ان هناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تميز اللاعب بخصائص مزاجية معينة حتى نستطيع تحقيق اعلى المستويات .

2 – الانماط الجسمانية : قسم علماء النفس الناس الى انماط تبعا للميزات الجسمانية لكل فرد وفي اعتقادهم ان النمط الجسماني يحدد شخصية صاحبه بصورة ما ، كما حاولوا ايجاد العلاقة بين هذه الانماط الجسمانية وبين الصفات النفسية التي ترتبط بها وقد قسم الطبيب الالمانى (كوتشمر) الافراد الى ثلاثة انماط جسمانية هي النمط الواهن (النحيل) والنمط الرياضي العضلي والنمط (السمين)

العلاقة بين الانماط الجسمانية واتجاهات الافراد نحو المجهود الرياضي

استطاع (كاربوفتش) من تحديد هذه العلاقة التي شخصها شيلدون حسب روايته ودراساته ويمكن توضيح نتائجه فيما يأتي :

1 – النمط السمين المتطرف : يفضل أصحاب هذا النمط البساطة في الحياة ويغلب عليهم الاستمتاع بمشاهدة الأنشطة الحركية العنيفة اكثر من اشتراكهم في ممارستها .

2 – النمط العضلي المتطرف: يغلب على أصحاب هذا النمط الاشتراك في الأنشطة العنيفة ويتفوقون فيها .

3 – النمط النحيل المتطرف : يتفوقون أصحاب هذا النمط في الأنشطة الحركية التي تتطلب الاحتكاك الجسماني والتي تتطلب استخدام القوة والعنف .

ثالثا : نظرية السمات : :: ان هذه النظرية تركز على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري الذي يمكن من خلاله تحديد سمات الشخصية او على الأقل فهم السلوك الحالي ، والسمة بصفة عامة يمكن ان تشير الى الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة ، او هي صفة يمكن ان نفرق على اساسها بين فرد وآخر

تعد الشخصية من وجهة نظر نظرية السمات عبارة عن نظام يتكون من مجموعة سمات او عوامل مستقلة تمثل مجموع اجزائها اي إنها عبارة عن انتظام دينامي لمختلف سمات الشخص وناك ثلاث مراحل للوصول الى مفهوم السمة :

1 – المرحلة الأولى : تعزى السمة الى السلوك الذي يقوم به الفرد في العديد من المواقف

2 – المرحلة الثانية : نقوم بعزو السمة الى الشخص الذي يقوم بالسلوك كأن نقول ان الشخص واثق من نفسه او شخص عدواني

3 – المرحلة الثالثة : يمكن تسمية المفهوم او الصفة او السمة ، اذ انه بعد ان نقرر امكانية وصف الشخص بصفة ما نتيجة ملاحظة سلوكه لمرات متكررة فأنا نشير الى هذه الصفة كشيء ما ونعطيها اسما مثل الثقة بالنفس او سمة الحذر

رابعا : نظرية التعلم الاجتماعي :: تستند هذه النظرية على العوامل البيئية والسلوك المكتسب وتؤكد على العمليات الاجتماعية والمعرفية في تطوير الشخصية ، وقد وضع (البرت باندورا) نظريته على اساس التعلم بالاقتران النموذجي او القدوة وسماها التعلم بالملاحظة ، اذ يفترض ان جانبا كبيرا من التعلم يعتمد على ملاحظة الكائن العضوي لسلوك غيره من افراد جنسه وان جانبا كبيرا من السلوك يتم بمجرد ملاحظة غيره من

الناس ويعد مثل هؤلاء نماذج للتعلم ، ومن النماذج لنظرية التعلم الاجتماعي (النموذج الحي - التعلم البديل - التعلم الرمزي - التقليد الاعمى - مشاهدة الافلام) .

ان نظرية التعلم الاجتماعي تتأثر بعوامل عند ملاحظة الفرد لنموذج معين وهذه العوامل

1 - درجة الانتباه 2 - القرب 3 - مكانة النموذج 4 - التأثير 5 - قوة النموذج

خامسا : النظريات التطويرية :::: تؤكد هذه النظرية على اهمية تاريخ تطور الشخصية ونموها ولا تنكر اهمية العوامل البيولوجية في تشكيل هذه الشخصية ، وتؤكد هذه النظرية انها في الوقت الذي لا تنكر في اثر هذه العوامل فأنها تنظر اليها كمحددات للخطوط العامة التي تتشكل منها الشخصية بموجبها .

ان النظج يحدد لنا مستوى ما يستطيع الفرد ان يقوم به وان التعلم يشير الى ما من شأنه تحسين ذلك المستوى ورفعته وتؤكد نظريات التطوير على صفة الاستمرارية في بناء الشخصية ، فالواحد منا يستطيع ان ينشأ بسلوك فرد ما في موقف معين اذا كانت له معرفة نوعية بسلوك هذه الفرد في مواقف ماضية متشابهة

سادسا : **نظرية لعب الادوار** ::::: وتعني هذه النظرية بوصف شخصيات الأفراد من خلال الأساليب التي يعتمدونها في قيامهم بالادوار التي يفرضها عليهم المجتمع الثقافي المحيط بهم والأدوار التي يقوم بها الفرد كثيرة منها دوره كالطفل أو أب أو رجل أو امرأة أو عامل أو مواطنة الخ

وان الفرد يتعلم طرق القيام بالادوار المختلفة وذلك من خلال خبراته في البيئة الثقافية من حوله وأنماط السلوك الخاصة بدور من الادوار تحددتها الواجبات والمسؤوليات التي يحددها المجتمع لصاحب الدور من جهة ومقدار الاهمية التي يعطيها ذلك المجتمع للدور نفسه من جهة اخرى .

تأثير التربية الرياضية في تكوين الشخصية

أهمية دراسة الشخصية الرياضية

ان دراسة الشخصية الرياضية لها أهمية وفائدة للعاملين في المجال الرياضي وتكمن اهميتها بما يأتي :

1 - تعد دراسة الشخصية الرياضية من الامور المهمة في اعداد الرياضي ، اذ يتمكن من تقديم افضل اداء حركي ممكن

2 – تقدم مؤشرا نفسيا يتم في ضوءها اختيار الناشئين الامر الذي يجعل عملية التدريب الرياضي مركزا نحو الافراد الذين يملكون مؤهلات النجاح .

3 – تسهم في وضع برامج الاعداد النفسي للرياضيين الهادفة الى اكسابهم الخصائص النفسية العامة والخاصة للممارسة الرياضية والمركز الذي يشغله اللاعب في الملعب .

4 – تفيد في تحديد اولويات الاعداد النفسي التي يجب تبني على ما يتمتع به اللاعب من خصائص نفسية وما يجب ان يكون عليه نفسيا قبل ان يخوض في المنافسات

5 – يعتمد الاعداد البدني والمهاري والخططي للاعب على ما يتمتع به من خصائص نفسية ، وهنا تكمن اهمية دراسة الشخصية الرياضية

6 – ان دراسة السمات النفسية والحالة البدنية للشخصية الرياضية تعد المدخل الرئيسي لتنظيم الاحمال البدنية في التدريب الرياضي

7 – تساعد القائمين على اعداد اللاعب في تحديد حجم وشدة المنافسات التي يجب ان يخوضها في الموسم الرياضي

8 – تساعد في التعرف على افضل الاجراءات التي تستثير اللاعب اثناء التدريب الامر الذي يقتضي منه بذل اقى مجهود له

9 – يتطلب اعداد الرياضي ان يتعرض الى مجموعة من خبرات النجاح والفشل لتنمية حاجته الى الانجاز والاستثارة ومن هنا تكمن اهمية دراسة شخصية اللاعب لتحديد كم وكيف كل من خبرات النجاح وخبرات الفشل في ضوء خصائصه النفسية حتى لا يتعرض لكم وكيف من الخبرات النجاح لا يحتاجها ومن ثم يفقد رغبته في الانجاز او كم وكيف من خبرات الفشل التي تؤدي الى نفس النتائج النفسية

10 – دراسة الشخصية الرياضية تساعد القائمين على اعداد الرياضيين في تقويمهم المعايير البدنية والحركية والمعرفية والانفعالية في كل مستوى رياضي .

دور التربية الرياضية في تكوين الشخصية : تمثل المهارات النفسية بعدا هاما في اعداد اللاعبين ، فهي تلعب دورا اساسيا في تطوير الاداء وأصبح ينظر اليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا الى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخططية فالابطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسي نتيجة اللاعبين اثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز ، ويشير الواقع الى اهتمام المدربين وجميع العاملين على النواحي البدنية والمهارية والخططية دون اي اعتبار للجانب

النفسي من الشخصية للاعبين وذلك بالرغم من ان الاداء الرياضي بصفة عامة يعتمد على ما لدى اللاعب من قدرات بدنية ومهارية وخططية ومهارات نفسية ايضا ،وان لكل نشاط من الانشطة الرياضية متطلبات خاصة في بناء الشخصية الرياضية ، والنشاط الرياضي في مجموعة له خصائص مميزة ، ومن اجل النجاح في نشاط رياضي محدد لابد من توافر سمات معينة في الشخصية ، فالفرد الرياضي الذي يفتقر الى السمات النفسية الايجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق اعلى المستويات نظرا لان هذه السمات تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الشخصية .

ان تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء - تركيز الانتباه - التصور العقلي - الاسترجاع العقلي ، يجب ان تسير جنبا الى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدة ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الاساسية للانشطة الرياضية المختلفة ، وفي المراحل الاولى من اعداد اللاعبين يتطلب التكامل بحيث يعمل على تطوير القدرات البدنية والمهارية الى جانب المهارات النفسية حتى يمكن تحقيق الاستفادة من تطبيق هذه المهارات في المجال التنافسي ، وعدم اغفالها حتى لا تعوق تحقيق الانجاز على المستوى العالي ، وتتأثر مستويات الدافعية لدى اللاعبين نتيجة لدوافع معينة وهذا التأثير لا يكون بنفس النمو بل يختلف من لاعب الى اخر ، فبعضهم يستجيب بشكل افضل عند سماعه لتعليمات المدرب له او تحريضه لهم على بذل المجهود ، فممنح المكافآت او تغيير مواقع اللاعبين في خطة اللعب او تكليف الرياضي بمسؤولية معينة ، او توجيه العقاب له او تحذيره الخ . كلها اساليب يمكن استخدامها مع الرياضيين لذا يفضل التعرف على شخصية الرياضي وطبيعتها حتى نستطيع اختيار الوسيلة المناسبة للدافعية لاستخدامها عند الحاجة دون ان نلجأ الى وضع جميع افراد المجموعة تحت نفس المعاملة . لقد اهتمت الدول المتقدمة رياضيا والتي لديها انجاز عالي بموضوع علم النفس الرياضي وبالاخص فيما يتعلق ببناء الشخصية الرياضية باعتبار ان العملية التدريبية تقوم على اهم عنصر وهو لرياضي .

(مقارنة السمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين)

اظهرت البحوث ان هناك فروق بين لرياضيين وغير الرياضيين حيث اظهرت اختلاف بالسمات التالية :

- 1 - الثقة بالنفس 2 - المنافسة 3 - انخفاض القلق 4 - الانبساط 5 - الاستقرار الانفعالي

نرى ان هذه النتائج هي نتائج تكوينية من خلال ممارسة الالعاب الرياضية وطبيعة المواقف التي تمر على الفرد والتي تصنع نتيجة الظروف الخاصة التي يمر بها الرياضي

ان التسليم الجدي لهذه الفروق نستطيع ان نوعها الى بداية الحياة الرياضية لدى الرياضي فمثلا ان بعض الالعاب الرياضية تتطلب اختبار لاعب بعمر قليل جدا فإن الحكم الميداني لهذه الحالة هل هو العامل الوراثي ام الاسلوب التربوي الذي يمارسه القائم بالعمل على الشخصية في مثل هذا العمر ، ففي مثل هذا الحال يكون للمدرب الاثر الكبير في تكوين هذه الشخصية الرياضية اضافة الى تأثيرات المحيط .

هناك اتجاه حديث يعضد وجهة النظر التي ترى ان الافراد يمتلكون سمات شخصية معينة تجذبهم نحو ممارسة الرياضة ، هذا لا يعني تأثير ميزة ممارسة للرياضة على السمات الشخصية ولكن يمكن وقع ان هذا التأثير يحدث خاصة بالنسبة للناشئ - في مرحلة التكوين والنمو .

(مقارنة السمات الشخصية تبعا لاختلاف نوع الرياضة) : ان دراسات اجريت على بعض الالعاب وأظهرت هذه الدراسات اختلافات نفسية بين لاعب الجمباز ولاعب القدم وان بعض الالعاب اظهرت مثل لعبة التنس سمات الإنجاز والاستقلال والسيطرة .

وان بعض الدراسات اظهرت بان سمة القلق توجد اكثر في الالعاب الفرقية منها في الفردية وان صفة العدوانية عند الملاكمين تتميز عن غيرهم من الرياضيين وايضا يوعز الباحثون الى ان للموقع في الالعاب تأثير في شخصية الرياضي ان هذا الاختلاف في وجهات النظر يعود الى عاملين مهمين في هذه الفروق :

1 - أهمية تصنيف الانشطة الرياضية تبعا لاساس نظري ومنطقي

2 - اهمية تطوير أدوات القياس النفسي لدى الرياضيين مع التركيز على المقاييس النفسية والنوعية التي تلائم الموقف الرياضي .

وتبعا لهذين العاملين هناك عدة تصنيفات للحركات وظهرت عدة تصنيفات وان الاتفاق على احد هذه التصنيفات هي :-

1 - الانشطة الرياضية الفردية مقابل الانشطة الرياضية المتوازية

2 - الانشطة الرياضية ذات الاحتكاك المباشر مقابل الانشطة الرياضية المتوازية

3 - الانشطة الرياضية ذات زمن الاداء لفترات طويلة مقابل زمن الاداء لفترات قصيرة

((مقارنة السمات الشخصية تبعا لمستوى المهارة)): لقد توصل بعض العلماء بأن هناك بعض السمات تتأثر بالاداء الرياضي مثل العالم (كوي) بأن – الانبساطية – السيطرة – الثقة بالنفس – المنافسة – انخفاض القلق – تحمل الالم ، تتأثر جراء الاداء الرياضي الجيد وغير الجيد ، وأن العالم (هاردمان) توصل الى أن – انخفاض القلق الاستقلالية – الانبساطية – الذكاء ، أيضا تتأثر بالاداء الرياضي وهناك العديد من الدراسات العربية والاجنبية بهذا الخصوص ولكن لا وجود للاتفاق بسبب :

1 – اختلاف البيئة 2 – اختلاف طرق اختيار العينة ونوعيتها 3 – اختلاف ادوات القياس 4 – اختلاف اساليب المعالجة الاحصائية لكل دراسة .

((تنمية السمات الشخصية من خلال النشاط الرياضي))

من خلال النشاط الرياضي نسعى دائما الى تنمية بعض السمات الشخصية مثلا ، الشجاعة والثقة بالنفس وروح التعاون وصفة القيادة للحد من بعض التصرفات وهذا ما نلاحظه من فعالية الشخص الرياضي عن غير الرياضي في اي مكان او اي نشاط اجتماعي وبدل واضحا من خلال هذا التفاعل الاجتماعي . اضافة الى ذلك نجد ان التخصص في نوع معين من الرياضة ايضا يرتبط بسمات شخصية تميز الرياضيين الذين يمارسون الالعاب المختلفة ، فإن أي نوع من الرياضة يتطلب سمات معينة إضافة الى متطلبات الرياضة بشكل عام . لذلك يجب التركيز على الجوانب النفسية اضافة الى القابليات والمواهب ونعطي مثلا على تميز السمة النفسية بالنسبة للرياضيين في نوع اللعبة ، ان السمات التي تميز لاعب كرة القدم هي الهدوء والحذاقة والايثار ونكران الذات ، اما السمات التي تميز الرياضي الذي يمارس رياضة التجديف فهي الايقاع والمطولة وشدة التوتر النفسي .

نحن عندما نتكلم عن الشخص الرياضي بشكل عام يمكن ان نتوقع بعض السمات الإيجابية والرياضي يجب ان يكون :

قويا وخفيف الحركة وجلدا ومتواضعا وعمليا ولطيفا ومجاملا واجتماعيا وطبيعيا وشجاعا ويلتزم بواجباته ويعتمد على نفسه .

أيضا هناك اختلاف في الصفات الشخصية بين الرياضيين في لعبة معينة في دولة ما مع الرياضيين في نفس اللعبة ولكن بدولة أخرى .

(أهمية الرياضة المدرسية في تطوير الشخصية) : توجد علاقة بين السمات الشخصية ونوع النشاط الرياضي وان من خلال ممارسة النشاط الرياضي لفترة طويلة يمكن ان نتوقع نمو بعض السمات الشخصية والتي تتطلبها تلك الفعالية ، علما ان هناك

فرق بين رياضيي المستويات العالية والطالب الذي يمارس درس التربية الرياضية ، حيث ان تركيز الرياضيين في المستويات العالية بكل الطاقة المتاحة للاعب والانتباه وأوقات الفراغ لهذه الفعالية .

أما في درس التربية الرياضية فإن تعدد الأنشطة هي الصفة التي يتصف بها الفرد ،فإن الانسان الذي نطمح اليه كي يستطيع ان يواجه الصعاب وكبيعة الواجبات في بناء وتطوير المجتمع يحتاج الى صحة نفسية ومزاج ايجابي . وبذلك نؤكد على السمات الاتية من خلال الدرس :

- ❖ النظام
- ❖ النشاط
- ❖ الشجاعة
- ❖ احساس قوي لاداء الواجب
- ❖ الثقة بالنفس
- ❖ التكيف للمواقف المختلفة
- ❖ تنمية روح الجماعة
- ❖ تنمية روح التضحية وبذل الجهد من اجل الجماعة

تأكيد المدرسين دائما بأن درس التربية الرياضية يعود الطالب على النظام لذلك يجب أن يحتوي درس الحد الأدنى من النظام لانه ينمي هذه السمة دون تحويل درس التربية الرياضية الى درس عسكري ،أو تخصص منفرد لتدريس درس التدريب العسكري وان درس التربية الرياضية يجب ان يكون مليئ بالحيوية ، والكسل مع التربية البدنية لا يتلائمان فإن المنافسة في الدرس تخلق جو يبعث النشاط في النفوس وان ممارسة النشاط بشكل جدي يؤدي الى الاحساس القوي لاداء الواجب وهذا يبعث السرور في نفوس الطلبة ويقوي الثقة بالنفس .

أن طبيعة درس التربية الرياضية من خلال مزاولة الانشطة في الدرس وعلى شكل فرق ينمي روح الجماعة وأن التصرف ضمن هذه المجموعة والفريق يتعود على التصرف بحكمة في رغباته وأن يعمل على تحقيق اهداف المجموعة وأن يساندها وأن يدافع عن مجموعته ويضحى من اجلها .

ان درس التربية الرياضية من خلال خبرات النجاح يهيئ أجواء صحية نفسية إضافة الى تنمية اللياقة البدنية والقابلية الحركية .

