

العوامل المؤثرة في الشخصية

إن الشخصية في تكوينها ومراحل نموها تأثرت بعوامل كثيرة فهي حصيلة تفاعل عوامل ترجع للوراثة وعوامل أخرى ترتبط بالبيئة .

❖ تأثير الوراثة :-

يتكون الجانب الوراثي منذ اللحظة التي يتم فيها الإخصاب ، وتؤثر الوراثة على شخصية الفرد من الناحية الجسمية فهي تلعب دوراً مهماً في تكوين الشخصية كالطول ولون العينين ولون الجلد ، فالشخص الطويل متناسق الأجزاء جميل الشكل ذو الصوت القوي المؤثر يكون في العادة شخصاً اجتماعياً وقيادياً يتعامل مع الناس بثقة عالية بالنفس بخلاف الشخص الذي يعاني من الأمراض الوراثية مثل تخثر الدم وعمى الألوان ، وأخرى تسبب التخلف العقلي مثل الشلل العام وأمراض النقص الناجمة عن أسباب جينية محددة .

كما إن الأمزجة هي التي تمثل مجموع انفعالات الفرد فهي من المكونات الثابتة نسبياً حيث يصعب تغير مزاج الفرد كونه يتأثر بعوامل وراثية تحدد حالة الجهاز العصبي وإفرازات الغدد من الهرمونات ، وهكذا فهي تؤثر في السلوك . كما أن الذكاء يتأثر بالعوامل الوراثية وهو الآخر يحدد الصفات الشخصية ويحدد سلوك الشخص .

❖ تأثير الخبرة البيئية :-

قد يكون لخبرات الشخص داخل نطاق البيئة المحيطة به آثارها الرئيسية على نمو خصائص شخصيته وهذه الخبرات قد تكون فريدة تتصل بشخص واحد فقط أو قد تكون مشتركة بين عدد من الأشخاص . وذكاء الفرد الذي يحدد الصفات الشخصية ويحدد السلوك الذي يكون المظهر الخارجي لها فضلاً عن كونه يتأثر بالعوامل الوراثية فهو يتأثر ويؤثر بالبيئة التي يعيش فيها الفرد فالشخص الذكي مثلاً يحسن اختيار الأصدقاء واختيار البيئة التي يعيش فيها وغيرها . وأخلاق الشخص التي تعد المرآة لمعتقداته وقناعاته وإتجاهاته ، والتي تجسد مدى تطابق تصرفاته وسلوكياته من معايير وقيم مجتمعه تعتمد على الخبرة البيئية أيضاً .

وجميع العوامل الموجودة في المجتمع والبيئة تؤثر في تحديد شخصية الفرد من خلال تعامله مع أفراد المجتمع المحيط به وجغرافية البيئة التي يعيش فيها ، مثل المدرسة والأصدقاء والبلد والنظام الاجتماعي والاقتصادي وعدد أفراد العائلة وتسلسل الفرد بالعائلة والعيش في السهول أو الجبالالخ .

ومما سبق يمكن القول أن الصفات الشخصية هي عبارة عن مزيج من التأثيرات الوراثية والبيئية وفي اغلب الأحيان يصعب أن نحدد النسب المئوية لأهمية كل من المؤثرات الوراثية والبيئية ، لكن من السهل أن نرى الاثنان يعملان معاً .

نظريات الشخصية

❖ نظرية الأنماط :

نظرية الأنماط تصنف الناس إلى أنماط معينة على أساس صفاتهم المزاجية أو الجسمية أو النفسية وكما يأتي :-

ومن رواد هذه النظرية العالم هيبوقراط الذي قسم البشر إلى أربعة أنماط مزاجية هي:

1- النمط الدموي : صاحبه متفائل ، مرح ، نشط ، ممتلئ الجسم ، سهل الاستثارة ، سريع الإستجابة.

2- النمط الصفراوي : وصاحبه قوي الجسم ، طموح ، عنيد ، حاد الطبع ، متهور ، عدواني ، متقلب المزاج .

3- النمط السوداوي : والفرد في هذا النمط متأمل وهادئ ، بطيء التفكير ، وفي الوقت نفسه شديد الانفعال ، متشائم ، قلق ، وجدّي .

4- النمط البلغمي أو اللمفاوي : صاحبه خامل ، بليد ، بسيط الانفعال ، سلبي ، حذر ، وأحياناً مراوغ .

أما كريتشمير وشيلدون فقد قسمّا البشر حسب أنماطهم الجسمية إلى :

1- النمط السمين 2- النمط العضلي 3- النمط النحيل

ومن رواد النظرية أيضاً (يونك) الذي قسّم البشر حسب أنماطهم النفسية إلى :

1- الانطوائي 2- الانبساطي

فالشخصية الانطوائية يتمتع صاحبها بعلاقات محدودة وقليلة جداً مع الناس ، يفكر في نفسه فقط ولا يهمله الآخرين ، كثير الاهتمام بحالته الصحية ، بعيد كل البعد عن الناس ومشاكلهم ، ومن أبرز الأمراض التي تصيبه الوسواس . بينما الشخصية الانبساطية فيتمتع صاحبها بعلاقات واسعة ومحبوب من الجميع ، وقلما يفكر في نفسه لأنه (على الأكثر) يكون شغله الشاغل كيفية مساعدة الأصدقاء ، قليل الاهتمام بحالته الصحية ، فتوق بما يحصل عليه ، وأساءه الأمراض التي قد تصيبه الهستيريا .

وعموماً تم تأشير ضعف كبير في هذه النظرية يكمن في أنها عندما تضع الفرد في نمط معين قد تصفه بصفات وسمات لا تنطبق عليه ، كما أنها تتجاهل الفروق الفردية الموجودة بين الناس .

❖ نظرية السمات :

تصف هذه النظرية الشخصية عن طريق سماتها الأساسية حيث إن السمة هي صفة أو خاصية معينة تميز الفرد من غيره من الناس وهذه السمة قد تكون فطرية (وراثية) أو مكتسبة . من رواد هذه النظرية (جوردن ألبرت) و (ريموند كاتل) يرى علماء النفس أن الشخصية تتكون من مجموع ما لدى الفرد من سمات والتي يمكن قياسها بوسائل عديدة مثل الاتزان الانفعالي والذكاء وغيرها ، فإذا استطعنا قياس ذكاء الفرد على سبيل المثال نكون قد حددنا أحد أبعاد الشخصية وهكذا بالنسبة للأبعاد أو السمات الأخرى كالاقتصادية , العدوانية , القلق , الشجاعة وغيرها .

تفترض هذه النظرية إن سمات الشخصية هي سمات ثابتة نسبياً ، لذا فالشخص الواحد يتوقع له أن يتصرف بالطريقة نفسها في المواقف المختلفة وتفترض أيضاً أن الأفراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة أي في درجة السمة فكل إنسان يتصف بدرجة معينة من القلق لكن البشر لا يتساوون في درجة القلق بشكل عام وهذه

النظرية تتشابه مع نظرية الأنماط إلى حد بعيد لكن أثبت الكثير من المفكرين نضوجها وصحتها في تفسير الشخصية .

❖ النظرية السلوكية :

تتميز هذه النظرية باعتمادها على المواقف والسلوك الظاهري أساساً للتعبير عن الشخصية ، وأنصار هذه النظرية اهتموا بتأثير البيئة على الفرد حيث يعدون إستجابة الفرد لهذا التأثير أساساً للشخصية .

من رواد النظرية سكنر وواطسون وكثري وثورندايك ، وقد قسّم سكنر استجابات الفرد إلى نوعين من السلوك هما :

1- السلوك الإستجابي 2- السلوك الإجرائي

فالسلوك الإستجابي : يحدث بتأثير منبهات كثيرة معروفة يمكن ضبطها والتنبؤ بها وهذه الاستجابات تشكل عادة جزءاً بسيطاً من السلوك الإنساني . أما السلوك الإجرائي : فهو يمثل الاستجابات التي تحدث بتأثير منبهات معروفة أو غير معروفة ويكون سلوك الإنسان تلقائي نتيجة لاستعداده لمثل هذا السلوك .

❖ النظرية الحركية :

وعلماء هذه النظرية ينظرون إلى الشخصية على أنها عبارة عن تفاعل النواحي (الفلسفية ، والمجتمع ، والأدوار التي يقوم بها الفرد ، والمواقف) إن دعاء هذه النظرية تقسّم مكونات الشخصية إلى مكونات جسمية ومكونات مستمدة من الجماعة ومكونات مستمدة من الدور ومكونات مستمدة من المواقف .

حسب هذه النظرية يؤثر التكوين الجسماني في شخصية الفرد ، فالفرد المريض أو المعوق أو المشوّه أو القصير جداً أو السمين بإفراط ستتلور شخصيته باتجاهات تختلف عن شخصية الفرد السوي . كذلك مكونات الجماعة هي الأخرى تؤثر في شخصية الفرد فكل مجتمع أو كل جماعة من الجماعات تزود أفرادها ببعض الخبرات التي تعد مشتركة بينهم وعلى أساس هذه الخبرات تنشأ خصائص مشتركة للجماعة تعطيها السمات الأساسية التي يمكن بواسطتها أن نفرق بين جماعة وأخرى . كما إن

الدور الذي يؤديه الفرد في أي مجتمع يعد أساساً في تكوين شخصيته وتختلف الأدوار طبقاً لجنس الفرد وسنه ومهنته وثقافته وتميز الأدوار المختلفة الأفراد بعضهم عن البعض الآخر .

وتعد نظرية (سيجموند فرويد) من النظريات الحركية للشخصية ، فقد قسم (فرويد) الشخصية إلى ثلاث أنظمة هي :

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

2- الأنا : الذي يمثل حالة السيطرة على الهو بشكل إرادي (الذات العاقلة) .

3- الأنا 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 شبّهنا الشخصية بمسرحية فأبطالها هم هؤلاء الثلاثة والمنظر يجسد صورة معركة بينها .

العلاقة بين الشخصية والنشاط الرياضي

هنالك وجهات نظر متعددة فيما يخص فعاليات الإنسان الحركية ودراسة الشخصية الرياضية وكل ما يجسد العلاقة بين الفعاليات التي يزاولها الرياضي والصفات التي يتصف بها ، فالاشتراك في المسابقات الرياضية على مستويات عالية يمكن أن يكون عاملاً مهماً في نمو الشخصية المتزنة وقد تكون مزاولة الرياضة هي وسيلة يزاولها بعض الناس في التعويض عن نقص في تكامل شخصيتهم ، وهناك نظرة أخرى وهي إن مزاولة الفعاليات الرياضية هي إحدى الممارسات العديدة التي يختارها الفرد لنفسه بعد توفر صفات معينة فيه واستمراره بمزاوله هذه الفعاليات سوف يؤثر في شخصيته إيجابياً أو سلبياً .

لاشك في أن التفاعل الذي يحدث بين مكونات الشخصية الثلاثة (البدنية والمعرفية والإنفعالية) خلال تعاملاتها مع البيئة الرياضية بمتغيراتها المختلفة والمتباينة تؤدي إلى تكوين شخصية لها سماتها التي تميزها من حيث النوع والدرجة عن تلك الشخصية التي لم تتفاعل مع البيئة الرياضية .

والفرد الذي مارس الرياضة لمدة طويلة وخاض غمار التنافس في رياضته ، لا بد وأن تختلف شخصيته عن ذلك الفرد الذي لم يتعامل مع البيئة الرياضية ، أو الذي تعامل معها لمدة قصيرة ، أو الذي كانت الرياضة له بمثابة نشاط ترويحي يمارسها في أوقات فراغه .

من الطبيعي إن الممارسة الرياضية تختلف في طبيعتها ومتطلباتها عن كثير من الممارسات الإنسانية الأخرى ، حيث تتطلب سماتاً معرفية وبدنية وكذلك سماتاً إنفعالية مميزة ، هذه السمات التي قد يكون بعضها متوافراً لدى الفرد قبل دخوله مجال الرياضة ، فالممارسة الرياضية المنتظمة وخوض غمار المنافسات يعمل على تدعيم هذه السمات وزيادة ظهورها ، كما تعمل أيضاً هذه الممارسة الرياضية التنافسية على ظهور سمات كانت كامنة لدى الفرد تتمثل في إستعداداته البدنية والعقلية والإنفعالية الموروثة.

من الملاحظات الرياضية المهمة في السنوات الأخيرة نجد أن مستوى النتائج الرياضية قد ارتفع بمعدل يزيد عن العقود السابقة ، فقد حطم الأبطال على المستوى العالمي الكثير من الأرقام القياسية وهذا يدل على تلك الإمكانيات العلمية التي تم تطويرها في مجال إعداد الرياضيين .

فالمنتج للنتائج الرياضية العالمية والإجراءات العلمية التي تم الإستعانة بها لتحقيق هذه النتائج المتقدمة ، يرى إن هذا التقدم في النتائج الرياضية العالمية لم يتحقق نتيجة للخبرة فقط ، بل أيضاً نتيجة الإستفادة من البحوث العلمية التي أجريت في دراسة الشخصية الرياضية وطرائق إعدادها فضلاً عن باقي العلوم الإنسانية الأخرى .

دراسة الشخصية الرياضية تفيد العاملين في مجال الرياضة بعدة أمور من أبرزها الآتي :

1- لما كان الأداء الحركي الرياضي يعتمد على كل من المتغيرات البدنية والنفسية لذا كانت الدراسة المستفيضة من الناحية النفسية المهمة في إعداد الرياضي ليتمكن من تقديم أفضل أداء حركي ممكن .

2- نظراً لكون عملية إختيار الأفراد الملائمين لممارسة نشاط رياضي معين تعد ذات أهمية في إعدادهم ، فإن دراسة الشخصية الرياضية المميزة في هذا النشاط تعطي